UNE ✦ SACRA

Budismo

Suttas en español — Selección

✦ ✦ ✦

Tradición budista (atribuido al Buda y a sus discípulos)

Traducción de Bernat Font y Magga Traducciones

Créditos

Autor	Tradición budista (atribuido al Buda y a sus discípulos)
Fecha	siglos V–I a. C.
Idioma original	Pali
Versión	Traducción de Bernat Font y Magga Traducciones
Edición	1.6
Traducción	Bernat Font y Magga Traducciones
Fuente	SuttaCentral
Licencia	CC BY-NC-SA 4.0 · original: CC0

Acerca de:

Los discursos del canon pali que ya tienen traducción humana al español en SuttaCentral. La mayor parte es el Vedanā Saṁyutta (SN 36) completo, sobre las sensaciones — agradables, desagradables y neutras —, traducido por Bernat Font; los demás son suttas sueltos del Majjhima, el Saṁyutta y el Aṅguttara traducidos por el grupo Magga Traducciones.

Todos los textos vienen del Sutta Piṭaka, la "cesta de los discursos" del canon pali. El Vedanā Saṁyutta es central en la práctica budista: enseña a observar cada sensación sin aferrarse a lo agradable ni rechazar lo desagradable, y trae la imagen de las "dos flechas": el dolor del cuerpo y el sufrimiento que la mente le añade.

Fuente: https://suttacentral.net/es

Traducción dedicada al dominio público (CC0) por sus traductores, que piden que su uso esté de acuerdo con los valores de la comunidad budista.

Consulte la fuente indicada arriba para conocer los términos de uso de esta versión. El diseño de este archivo es de Une Sacra (CC BY-NC-SA 4.0); el texto sigue la licencia indicada arriba.

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

Índice

MN 44 — La exposición corta

SN 3.3 — La vejez y la muerte

SN 3.25 — El símil de la montaña

SN 36.1 — Recogimiento

SN 36.2 — Placer

SN 36.3 — Qué abandonar

SN 36.4 — El abismo

SN 36.5 — Cómo hay que ver

SN 36.6 — La flecha

SN 36.7 — Enfermedad (1)

SN 36.8 — Enfermedad (2)

SN 36.9 — Lo temporal

SN 36.10 — La raíz del contacto

SN 36.11 — En soledad

SN 36.12 — En el cielo (1)

SN 36.13 — En el cielo (2)

SN 36.14 — El albergue

SN 36.15 — Con Ānanda (1)

SN 36.16 — Con Ānanda (2)

SN 36.17 — Con muchos (1)

SN 36.18 — Con muchos (2)

SN 36.19 — El carpintero Pañchakaṅga

SN 36.20 — A los mendicantes

SN 36.21 — A Sīvaka

SN 36.22 — Las ciento ocho

SN 36.23 — Un mendicante

SN 36.24 — Antes de despertar

SN 36.25 — Entendimiento

SN 36.26 — Con muchos mendicantes

SN 36.27 — Ascetas y bramanes (1)

SN 36.28 — Ascetas y bramanes (2)

SN 36.29 — Ascetas y bramanes (3)

SN 36.30 — En resumen

SN 36.31 — Lo espiritual

AN 2.32–41 — El capítulo sobre la mente tranquila

AN 3.35 — Con Hatthaka

AN 3.36 — Mensajeros divinos

AN 8.5 — Condiciones del mundo (1º)

AN 8.6 — Condiciones del mundo (2º)

MN 44 — LA EXPOSICIÓN CORTA

✦

1 Así he oído: En una ocasión el Buddha estaba cerca de Rājagaha, en el bosquecillo de bambú, donde se alimentan las ardillas.

2 Visākha, hombre laico, fue a ver a bhikkhunī Dhammadinnā, se inclinó ante ella, y sentándose a un lado le dijo:

3 «Ayye, se habla de eso que llaman "identidad propia". ¿Qué es esa "identidad propia" de la que habla el Buddha?»

4 « Visākha, el Buddha dijo que estos cinco componentes del apego forman la identidad propia. Es decir, los componentes del apego de la forma, de la sensación, de la percepción, de la voluntad y de la consciencia. Eso dijo el Buddha, que esos cinco componentes del apego forman la identidad propia».

5 Diciendo «Bien, ayye», Visākha mostró su aprobación y conformidad con lo que Dhammadinnā había dicho. A continuación hizo otra pregunta:

6 «Ayye, se habla de eso que llaman "el origen de la identidad propia". ¿Cuál es el origen de la identidad propia del que habla el Buddha?»

7 «Es el anhelo que lleva a vidas futuras, mezclado con deleite y codicia, que encuentra placer allí donde se pose, es decir: el anhelo por los placeres de los sentidos, el anhelo por la continuidad de la existencia, y el anhelo por poner fin a la existencia. El Buddha dijo que este es el origen de la identidad propia».

8 «Ayye, se habla de eso que llaman "el cese de la identidad propia". ¿Qué es el cese de la identidad propia del que habla el Buddha?»

9 «Es el desvanecimiento y cese, sin restos, de ese mismo anhelo; renunciar a él, dejarlo ir, liberarlo, no aferrarse a él. El Buddha dijo que este es el cese de la identidad propia».

10 «Ayye, se habla de la práctica que lleva al cese de la identidad propia. ¿Cuál es la práctica que lleva al cese de la identidad propia de la que habla el Buddha?»

11 «La práctica que lleva al cese de la identidad propia de la que el Buddha habla es solo este noble sendero óctuple, es decir: Entendimiento correcto, pensamiento correcto, habla correcta, acción correcta, modo de vida correcto, atención correcta, y concentración correcta».

12 «Pero Ayye ¿es ese apego exactamente lo mismo que los cinco componentes del apego? ¿O es el apego una cosa y los cinco componentes del apego otra?»

13 «Ese apego no es exactamente lo mismo que los cinco componentes del apego, pero tampoco es el apego una cosa, y los cinco componentes del apego otra. El deseo y la codicia hacia los cinco componentes del apego es ese mismo apego».

14 «Pero Ayye ¿Cómo surge la identidad propia?»

15 Surge cuando una persona común no instruida no ha visto a los nobles, y no ha practicado ni es hábil en su enseñanza. No ha visto a las personas buenas, y no ha practicado ni es hábil en su enseñanza. Así considera la

forma como el yo, o el yo como teniendo forma, o la forma en el yo, o el yo en la forma. Considera la sensación... Considera la percepción... Considera la voluntad...

15.2 Considera la consciencia como el yo, o el yo como teniendo consciencia, o la consciencia en el yo, o el yo en la consciencia. Así es como surge la identidad propia».

16 «Pero Ayye ¿Cómo no surge la identidad propia?»

17 No surge cuando un discípulo noble instruido ha visto a los nobles, y ha practicado y es hábil en su enseñanza. Ha visto a las personas buenas, y ha practicado y es hábil en su enseñanza. Así no considera la forma como el yo, o el yo como teniendo forma, o la forma en el yo, o el yo en la forma. No considera la sensación... No considera la percepción... No considera la voluntad...

17.2 No considera la consciencia como el yo, o el yo como teniendo consciencia, o la consciencia en el yo, o el yo en la consciencia. Así es como la identidad propia no surge».

18 «Pero Ayye ¿Qué es el noble sendero óctuple?»

19 «Es simplemente este noble sendero óctuple, es decir: Entendimiento correcto, pensamiento correcto, habla correcta, acción correcta, modo de vida correcto, atención correcta, y concentración correcta».

20 «Pero ayye ¿Es el noble sendero óctuple condicionado o no condicionado?»

21 «El noble sendero óctuple es condicionado».

22 «¿Están las tres dimensiones de la práctica incluidas en el noble sendero óctuple? ¿O está el noble sendero óctuple incluido en las tres dimensiones de la práctica?»

23 «Las tres dimensiones de la práctica no están incluidas en el noble sendero óctuple. Al contrario, el noble sendero óctuple está incluido en las tres dimensiones de la práctica. El habla correcta, la acción correcta, y el modo de vida correcto: estos tres están incluidos en la dimensión de la ética. El esfuerzo correcto, la atención correcta, y la concentración correcta: estos tres están incluidos en la dimensión de la concentración. Entendimiento correcto y pensamiento correcto: estos dos están incluidos en la dimensión de la sabiduría».

24 «Pero Ayye ¿Qué es la concentración? ¿Cuáles son las bases de la concentración? ¿Cuáles son los prerrequisitos de la concentración? ¿Qué es la práctica de la concentración?»

25 «La concentración es la unificación de la mente. Los cuatro tipos de meditación con la atención son las bases de la concentración. Los cuatro esfuerzos correctos son los prerrequisitos de la concentración. El cultivo, desarrollo y la repetición de estas mismas cosas es la práctica de la concentración».

26 «¿Cuántos procesos existen?»

27 «Existen estas tres clases de procesos. Procesos físicos, verbales y mentales».

28 «Pero Ayye ¿Qué es un proceso físico? ¿Qué es un proceso verbal? ¿Qué es un proceso mental?».

29 «La respiración es un proceso físico. Situar la mente y mantenerla conectada son procesos verbales. La percepción y la sensación son procesos mentales».

30 Pero Ayye ¿Por qué la respiración es un proceso físico? ¿Por qué situar la mente y mantenerla conectada son procesos verbales? ¿Por qué la percepción y la sensación son procesos mentales?».

31 La respiración es física. Está ligada al cuerpo, es por eso que la respiración es un proceso físico. Primero sitúas la mente y la mantienes conectada, luego empiezas a hablar. Es por eso que situar la mente y mantenerla conectada son procesos verbales. La percepción y la sensación son mentales. Están ligadas a la mente, es por eso que la percepción y la sensación son procesos mentales».

32 «Pero Ayye ¿Cómo alguien logra el cese de la percepción y la sensación?».

33 «Un bihikkhu que está penetrando en un logro de esa clase no piensa: "Penetraré en el cese de la percepción y la sensación" o "estoy penetrando en el cese de la percepción y la sensación" o "he penetrado en el cese de la percepción y la sensación". Mas bien su mente se ha desarrollado previamente para llevar a ese estado».

34 «Pero Ayye ¿Qué procesos cesan antes en un bhikkhu que está penetrando en el cese de la percepción y la sensación, el físico, el verbal o el mental?».

35 «Primero cesa el proceso verbal, luego el físico, y luego el mental».

36 «Pero Ayye ¿Cómo alguien emerge del cese de la percepción y la sensación?».

37 «Un bhikkhu que está emergiendo de un logro de esa clase no piensa: "Emergeré del cese de la percepción y la sensación" o "estoy emergiendo del cese de la percepción y la sensación" o "he emergido el cese de la percepción y la sensación". Mas bien su mente se ha desarrollado previamente para llevar a ese estado».

38 «Pero Ayye ¿Qué procesos surgen antes en un bhikkhu que está emergiendo del cese de la percepción y la sensación, el físico, el verbal o el mental?».

39 «Primero surge el proceso mental, luego el físico, y luego el verbal».

40 «Pero Ayye, cuando un bhikkhu ha emergido del logro del cese de la percepción y la sensación ¿cuántas clases de contactos experimenta?».

41 «Experimenta tres clases de contactos: contacto en vacío, contacto sin signos y contactos indirectos».

42 «Pero Ayye, cuando un bhikkhu ha emergido del logro del cese de la percepción y la sensación ¿hacia qué tiende, se inclina y orienta su mente?».

43 «Su mente tiende, se inclina y orienta hacia el retiro».

44 «Pero Ayye ¿Cuántas sensaciones existen?».

45 «Existen tres sensaciones: sensaciones agradables, desagradables y neutras».

46 «¿Qué es cada una de estas sensaciones?».

47 «Cualquier cosa sentida física o mentalmente como placentera o agradable. Esto es la sensación agradable. Cualquier cosa sentida física o mentalmente como dolorosa o desagradable. Esto es la sensación desagradable. Cualquier cosa sentida física o mentalmente como ni agradable ni desagradable. Esto es la sensación neutra».

48 «¿Qué es agradable y qué es desagradable en relación a cada una de las tres sensaciones?».

49 «La sensación agradable es agradable cuando permanece y desagradable cuando cesa. La sensación desagradable es desagradable cuando permanece y agradable cuando cesa. La sensación neutra es agradable en presencia del conocimiento, y dolorosa en presencia de la ignorancia».

50 «¿Qué tendencias latentes subyacen bajo estas tres sensaciones?»

51 «La tendencia latente hacia el deseo de sensaciones agradables subyace bajo la sensación agradable. La tendencia latente hacia el rechazo subyace bajo la sensación desagradable. La tendencia latente hacia la ignorancia subyace bajo la sensación neutra».

52 «Estas tendencias latentes ¿siempre subyacen bajo estas sensaciones?».

53 «No, no lo hacen».

54 «¿Qué debería abandonarse con respecto a cada una de estas tres sensaciones?».

55 «La tendencia latente hacia el deseo de sensaciones agradables debería ser abandonada en relación a la sensación agradable. La tendencia latente hacia el rechazo debería ser abandonada en relación a la sensación desagra-

dable. La tendencia latente hacia la ignorancia debería ser abandonada en relación a la sensación neutra».

56 «¿Deberían abandonarse estas tendencias latentes en todos las manifestaciones de estas sensaciones?».

57 «No, no en todos los casos. Es por ejemplo el caso de un bhikkhu que, bien apartado de los placeres de los sentidos, apartado de las cualidades no beneficiosas, entra y permanece en la primera absorción, caracterizada por el deleite y la felicidad meditativos que surgen del retiro, mientras sitúa la mente y la mantiene conectada. Con esto abandona la codicia, y la tendencia latente hacia el deseo de sensaciones agradables no subyace bajo ello. Y el caso de un bhikkhu que reflexiona así: "Oh ¿Cuándo entraré y permaneceré en la misma dimensión en la que los nobles entran y permanecen hoy?"

57.2 Alimentar tal anhelo por las supremas liberaciones da lugar a la tristeza debido al anhelo. Con esto abandona el rechazo, y la tendencia latente hacia el rechazo no subyace bajo ello. Y el caso de un bhikkhu que, abandonando el placer y el dolor, y poniendo fin a la felicidad y a la tristeza previas, entra y permanece en la cuarta absorción, sin placer ni dolor, con una ecuanimidad y atención purificadas. Con esto abandona la ignorancia, y la tendencia latente hacia la ignorancia no subyace bajo ello».

58 «Pero Ayye ¿Qué es lo opuesto a la sensación agradable?»

59 «La sensación desagradable».

60 «¿Qué es lo opuesto a la sensación desagradable?»

61 «La sensación agradable».

62 «¿Qué es lo opuesto a la sensación neutra?»

63 «La ignorancia».

64 «¿Qué es lo opuesto a la ignorancia?»

65 «El conocimiento».

66 «¿Qué es lo opuesto al conocimiento?»

67 «La liberación».

68 «¿Qué es lo opuesto a la liberación?»

69 « Nibbāna».

70 «¿Qué es lo opuesto a nibbāna?»

71 «Tu pregunta va demasiado lejos Visākha. No has podido ver el límite a tus preguntas. Porque Nibbāna es la esencia, el destino y el fin de la vida espiritual. Si quieres vete y pregúntale al Buddha esta misma cuestión. Deberías memorizarla según él te responda».

72 Y Visākha mostró su aprobación y conformidad con lo que bhikkhunī Dhammadinnā había dicho. Se levantó de su sitio, se inclinó y la circunvaló respetuosamente, manteniéndola a su derecha. A continuación fue a ver al Buddha, se inclinó, y sentándose a un lado le informó sobre todo lo que habían estado hablando.

73 Una vez que hubo terminado el Buddha le dijo: « Bhikkhunī Dhammadinnā es astuta, Visākha, posee una gran sabiduría. Si vinieses y me preguntases esa misma pregunta te respondería exactamente de la misma forma que bhikkhunī Dhammadinnā. Ese es su significado, y así es como deberías memorizarlo».

74 Esto fue lo que dijo el Buddha. Satisfecho, el laico Visākha se alegró con lo que le dijo el Buddha.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 3.3 — LA VEJEZ Y LA MUERTE

✦

1 En Sāvatthī,

2 Sentado a un lado, el rey Pasenadi le dijo al Buddha, «Señor, para alguien que ha renacido ¿es posible estar exento de la vejez y la muerte?»

3 «Gran rey, para alguien que ha renacido, no es posible estar exento de la vejez y la muerte. Incluso para la aristocracia, para los brahmanes, o para la gente de hogar —rica, acaudalada, próspera, con mucho oro y plata, con muchos activos y propiedades, con mucho dinero y grano— cuando nacen, no están exentos de la vejez y la muerte.

3.2 Incluso los mendicantes perfeccionados —que han puesto fin a las impurezas, que han completado el viaje espiritual, que han hecho lo que había que hacer, que han soltado la carga, que han alcanzado su objetivo, que han eliminado por completo las ataduras del renacimiento, y que están correctamente liberados a través de la iluminación— sus cuerpos son susceptibles de descomponerse y quedar en reposo».

4 Esto es lo que dijo el Buddha...

5 «Los lujosos carros de los reyes se deterioran,
y este cuerpo también envejece.
Pero el Dhamma de la bondad nunca envejece:
así lo proclaman tanto el puro como el bueno».

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 3.25 — EL SÍMIL DE LA MONTAÑA

✦

1 En Sāvatthī,

2 El rey de Kosala, Pasenadi, se sentó a un lado y el Buddha le dijo: «Entonces, gran rey, ¿de dónde vienes en mitad del día?»

3 «Señor, hay reyes en la aristocracia que están obsesionados con la autoridad, obsesionados con anhelo por los placeres de los sentidos. Han conseguido la estabilidad del país, y han conquistado un vasto territorio sobre el que reinan. Hoy he estado ocupado con las tareas propias de este tipo de reyes».

4 «¿Qué piensas, gran rey? Imagina que una persona de confianza y honesta llegase del este, se acercase a ti y te dijese: 'Por favor, señor, debería saber esto. Vengo del este, allí vi una enorme montaña que llegaba hasta las nubes, y que venía hacia aquí aplastando a todas las criaturas a su paso. Entonces, gran rey, !haz lo que debas!'

5 Imagina que una segunda persona de confianza y honesta llegase del oeste... una tercera del norte... una cuarta del sur, se acercase a ti y te dijese: 'Por favor, señor, debería saber esto. Vengo del sur, allí vi una enorme montaña que llegaba hasta las nubes, y que venía hacia aquí aplastando a todas las criaturas a su paso. Entonces, gran rey, !haz lo que debas!'

6 Si se presentase una amenaza tan grave —una perdida de vidas tan terrible, siendo el nacimiento humano tan excepcional—, ¿qué harías?»

7 «Señor, si se presentase una amenaza tan grave —una perdida de vidas tan terrible, siendo el nacimiento humano tan excepcional—, ¿qué podría hacer más que vivir según las enseñanzas, según los preceptos morales, y realizar acciones buenas y beneficiosas?»

8 «Te digo, gran rey, te anuncio: la vejez y la muerte se avecinan sobre ti. Y como la vejez y la muerte se avecinan sobre ti, ¿qué piensas hacer?»

9 «Señor, ¿qué podría hacer más que vivir según las enseñanzas, según los preceptos morales, y realizar acciones buenas y beneficiosas?

10 Señor, hay reyes en la aristocracia que están obsesionados con la autoridad, obsesionados con anhelo por los placeres de los sentidos. Han conseguido la estabilidad del país, y han conquistado un vasto territorio sobre el que reinan. Este tipo de reyes se involucran en batallas de elefantes, de caballería, de carros, o de infantería. No hay lugar para estas batallas cuando la vejez y la muerte se avecinan sobre uno.

11 En esta corte real hay ministros de sabio consejo que son capaces de dividir al enemigo que se acerca usando sabias tretas. Pero no hay lugar para estas batallas diplomáticas cuando la vejez y la muerte se avecinan sobre uno.

12 En esta corte real hay abundantes monedas y lingotes de oro en torres y mazmorras. Usando esta riqueza podemos sobornar al enemigo que se acerca. Pero no hay lugar para estas batallas de riquezas cuando la vejez y la muerte se avecinan sobre uno.

13 Cuando la vejez y la muerte se avecinan, ¿qué podría hacer uno más que vivir según las enseñanzas, según los preceptos morales, y realizar acciones buenas y beneficiosas?»

14 «¡Así es, gran rey! ¡Así es! Cuando la vejez y la muerte se avecinan, ¿qué podrías hacer más que vivir según las enseñanzas, según los preceptos morales, y realizar acciones buenas y beneficiosas?»

15 Esto es lo que dijo el Buddha. A continuación el Buddha, el Maestro, dijo lo siguiente:

16 «Imagina que hubiese vastas montañas
de sólida roca elevándose hasta el cielo,
acercándose desde todas partes,
aplastándolo todo en las cuatro direcciones.

17 De igual forma la vejez y la muerte
se avecinan sobre todas las criaturas vivientes:
aristócratas, brahmanes, mercaderes,
trabajadores, marginados, y mendigos.
No dejan nada a su paso,
aplastándolo todo bajo ellas.

18 No hay lugar dónde los elefantes puedan permanecer,
ni los carros ni la infantería.
No pueden ser derrotadas
en batallas diplomáticas o con riqueza.

19 Es por esto que una persona astuta,
viendo lo que le conviene,
con sabiduría, establecerá su fe
en el Buddha, el Dhamma y el Sangha.

20 Quien quiera que viva según el Dhamma,
en cuerpo, habla y mente,
es elogiado en esta vida,
y parte a disfrutar hacia el cielo».

24 Los discursos enlazados con el de Kosala han finalizado.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.1 — RECOGIMIENTO

✦

1 Mendicantes, hay tres tipos de sensaciones. ¿Cuáles?

2 Las sensaciones placenteras, las sensaciones dolorosas y las sensaciones neutras. Estos son los tres tipos de sensaciones.

3 Recogido, plenamente consciente
y presente, un discípulo del Buda
comprende las sensaciones,
cómo se producen,

4 el lugar en donde desaparecen
y el camino hacia su eliminación.
Al eliminar las sensaciones, el mendicante
queda saciado, satisfecho, en paz.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.2 — PLACER

✦

1 Mendicantes, hay tres tipos de sensaciones. ¿Cuáles?

2 Las sensaciones placenteras, las sensaciones dolorosas y las sensaciones neutras. Estos son los tres tipos de sensaciones.

3 Tanto si es placentero o doloroso
como si es neutro,
sea interno o sea externo,
es al reconocer cualquier cosa que se experimente

4 como una forma de malestar,
como engañosa y pasajera,
y verla disolverse una y otra vez
que una persona se desembriaga.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.3 — QUÉ ABANDONAR

✦

1 Mendicantes, hay tres tipos de sensaciones. ¿Cuáles?

2 Las sensaciones placenteras, las sensaciones dolorosas y las sensaciones neutras.

3 Hay que abandonar la tendencia latente a codiciar sensaciones placenteras, la tendencia latente a rechazar sensaciones dolorosas y la tendencia latente a la ignorancia sobre las sensaciones neutras.

4 Cuando un mendicante abandona estas tendencias, se dice que está libre de tendencias, que ve adecuadamente y ha destruído la avidez, que se ha quitado las cadenas y que, al comprender verdaderamente el egocentrismo, ha puesto fin al malestar.

5 Al sentir placer
sin comprender la sensación,
tienes tendencia a codiciarla;
no ves la alternativa.

6 Al sentir dolor
sin comprender la sensación,
tienes tendencia a rechazarla;
no ves la alternativa.

7 El sabio ha enseñado
que incluso si te deleitas
en la sensación neutra y calmada,

no te has liberado aún del malestar.

8 Pero si tienes fervor
y no descuidas la plena consciencia,
entonces, al ser una persona sabia,
comprenderás todas las sensaciones.

9 Entendiendo la sensación completamente,
vives sin aflicción en esta vida.
El sabio que vive de acuerdo con la enseñanza,
tras la disolución del cuerpo ya no puede ser descrito.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.4 — EL ABISMO

✦

1 Mendicantes, si una persona corriente y sin instruir dice que hay un abismo en el océano, está hablando de algo que no existe.

2 El abismo es una metáfora de las sensaciones dolorosas físicas.

3 Cuando una persona corriente y sin instruir experimenta una sensación física dolorosa, se apena, se angustia, se lamenta, se golpea el pecho y llora, desconcertada. A esa persona se la considera una persona corriente y sin instruir que no ha resurgido del abismo ni ha encontrado tierra firme.

4 Por el contrario, cuando un alumno noble e instruido experimenta una sensación física dolorosa, no se apena, ni se angustia, ni se lamenta, ni se golpea el pecho y llora, desconcertado. A esa persona se la considera un alumno noble e instruido que ha resurgido del abismo y ha encontrado tierra firme.

5 Al experimentar
las sensaciones físicas dolorosas
y potencialmente mortales que aparecen,
quien no las tolera tiembla,

6 gime, solloza,
débil y sin fuerzas.
No ha resurgido del abismo
ni ha encontrado tierra firme.

7 Pero quien tolera
las sensaciones físicas dolorosas
y potencialmente mortales que aparecen,
no tiembla al experimentarlas.
Esa persona sí ha resurgido del abismo
y ha encontrado tierra firme.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.5 — CÓMO HAY QUE VER

✦

1 Mendicantes, hay tres tipos de sensaciones. ¿Cuáles?

2 Las sensaciones placenteras, las sensaciones dolorosas y las sensaciones neutras.

3 Hay que ver las sensaciones placenteras como malestar, las sensaciones dolorosas como una flecha y las sensaciones neutras como temporales.

4 Quien ha visto las sensaciones placenteras como malestar, las sensaciones dolorosas como una flecha y las sensaciones neutras como temporales es considerado un mendicante que ve adecuadamente y ha destruído la avidez, que se ha quitado las cadenas y que, al comprender verdaderamente el egocentrismo, ha puesto fin al malestar.

5 Si has visto el placer como malestar,
el dolor como una flecha
y lo neutro y calmado
como temporal,

6 eres de verdad un mendicante que ve adecuadamente
y comprende las sensaciones.
Entendiendo la sensación completamente,
vives sin aflicción en esta vida.
El sabio que vive de acuerdo con la enseñanza,
tras la disolución del cuerpo ya no puede ser descrito.

SN 36.6 — LA FLECHA

✦

1 "Mendicantes, una persona corriente y sin instruir experimenta sensaciones placenteras, sensaciones dolorosas y sensaciones neutras. Un alumno noble e instruido también experimenta sensaciones placenteras, sensaciones dolorosas y sensaciones neutras. Entonces, ¿cuál es la diferencia entre un alumno noble e instruido y una persona corriente y sin instruir?"

2 "Nuestras enseñanzas tienen su origen en el Buda ..."

3 "Cuando una persona corriente y sin instruir experimenta una sensación dolorosa, se apena, se angustia, se lamenta, se golpea el pecho y llora, desconcertada. Así que experimenta dos sensaciones: una física y una mental.

4 Es como si a alguien le disparasen una flecha y, acto seguido, le disparasen otra. De manera que experimentaría las sensaciones de dos flechas.

5 De la misma forma, cuando una persona corriente y sin instruir experimenta una sensación dolorosa, se apena, se angustia, se lamenta, se golpea el pecho y llora, desconcertada. Así que experimenta dos sensaciones: una física y una mental.

6 Cuando experimenta una sensación dolorosa, la rechaza; bajo ese rechazo yace la tendencia a rechazar sensaciones dolorosas.

7 Al experimentar una sensación dolorosa, se regodea en la gratificación sensorial. ¿Por qué? Porque no conoce otra alternativa a la sensación dolorosa que la gratificación sensorial. Bajo ese regodeo yace la tendencia a codiciar la gratificación sensorial.

8 No comprende tal y como son la aparición y desaparición de las sensaciones, ni su atractivo, su trampa o su alternativa. Bajo esa falta de comprensión yace la tendencia a la ignorancia sobre las sensaciones neutras.

9 Si experimenta una sensación placentera, la experimenta con ataduras. Si experimenta una sensación dolorosa, la experimenta con ataduras. Si experimenta una sensación neutra, la experimenta con ataduras.

10 A esa persona se la considera una persona corriente y sin instruir atada al nacimiento, la vejez, la muerte, la pena, el lamento, el dolor, la tristeza, la angustia y el malestar.

11 Por el contrario, cuando un alumno noble e instruido experimenta una sensación dolorosa, no se apena, ni se angustia, ni se lamenta, ni se golpea el pecho y llora, desconcertado. Así que experimenta una sensación: física, pero no mental.

12 Es como si a alguien le disparasen una flecha sin que, acto seguido, le disparasen otra. Así que experimentaría la sensación de una sola flecha.

13 De la misma forma, cuando un alumno noble e instruido experimenta una sensación dolorosa, no se apena, ni se angustia, ni se lamenta, ni se golpea el pecho y llora, desconcertado. De manera que experimenta una sensación: física, pero no mental.

14 Cuando experimenta una sensación dolorosa, no la rechaza; debajo no yace la tendencia a rechazar sensaciones dolorosas.

15 Al experimentar una sensación dolorosa, no se regodea en la gratificación sensorial. ¿Por qué? Porque conoce otra alternativa a la sensación dolorosa que la gratificación sensorial; debajo no yace la tendencia a codiciar la

gratificación sensorial.

16 Comprende tal y como son la aparición y desaparición de las sensaciones, su atractivo, su trampa y su alternativa. Como lo comprende, debajo no yace la tendencia a la ignorancia sobre las sensaciones neutras.

17 Si experimenta una sensación placentera, la experimenta sin ataduras. Si experimenta una sensación dolorosa, la experimenta sin ataduras. Si experimenta una sensación neutra, la experimenta sin ataduras.

18 A esa persona se la considera un alumno noble e instruido, desligado del nacimiento, la vejez, la muerte, la pena, el lamento, el dolor, la tristeza y la angustia; desligado del malestar.

19 Esta es la diferencia entre un alumno noble e instruido y una persona corriente y sin instruir.

20 A una persona sabia e instruida
no le afligen las sensaciones de placer ni de dolor;
esa es la gran diferencia entre la persona corriente
y la persona sabia y virtuosa.

21 Lo deseable no agita la mente
de la persona instruida en la enseñanza,
que vislumbra tanto este mundo como el otro,
y lo indeseable tampoco le repugna.

22 Estar a favor y estar en contra
se han esfumado, desvanecido; ya no existen.
Conociendo el camino impecable y libre de penas,
quien trasciende el devenir comprende de verdad.”

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.7 — ENFERMEDAD (1)

✦

1 Una vez, el Buda estaba en el pabellón cubierto en el gran bosque de Vesāli.

2 Al atardecer, salió de su reclusión, fue hacia la enfermería y se sentó en su asiento designado. Una vez sentado, se dirigió a los mendicantes:

3 "Mendicantes, tenéis que esperar vuestra hora con presencia y plena consciencia; esta es mi instrucción para vosotros.

4 ¿Y cómo es estar presente? En relación al cuerpo, uno vive contemplando el cuerpo, con fervor, plenamente consciente y presente, dejando atrás el anhelo y el disgusto por el mundo. En relación a las sensaciones, uno vive contemplando las sensaciones ... En relación a la mente, uno vive contemplando la mente ... En relación a los procesos, uno vive contemplando los procesos, con fervor, plenamente consciente y presente, dejando atrás el anhelo y el disgusto por el mundo. Así es como estar presente.

5 ¿Y cómo es ser plenamente consciente? Uno actúa conscientemente cuando va y cuando vuelve, cuando mira hacia adelante y hacia atrás, cuando extiende y flexiona, cuando lleva el hábito y el cuenco, cuando come y cuando bebe, cuando defeca y cuando orina, cuando camina, está de pie o se sienta, cuando está dormido y despierto, cuando habla y cuando está en silencio.

5.2 Así es como actuar conscientemente. Mendicantes, tenéis que esperar vuestra hora con presencia y plena consciencia; esta es mi instrucción para vosotros.

6 Cuando alguien vive presente y plenamente consciente de esta forma —con cuidado, entusiasmo y dedicación—, si aparece una sensación placentera, reconoce: 'Me ha aparecido una sensación placentera. Esta sensación es dependiente, no independente. ¿De qué depende? Pues de este mismo cuerpo, que es temporal, condicionado y aparece de manera dependiente. Y si esta sensación placentera depende de este cuerpo temporal, condicionado, que aparece de manera dependiente, ¿cómo va a ser permanente?'

6.2 Vive contemplando la impermanencia, la disolución, la desaparición, el cese y el soltar en el cuerpo y en las sensaciones placenteras. Al hacerlo, abandona la tendencia a la codicia por el cuerpo y las sensaciones placenteras.

7 Cuando alguien vive presente y plenamente consciente de esta forma —con cuidado, entusiasmo, dedicación—, si aparece una sensación dolorosa, reconoce: 'Me ha aparecido una sensación dolorosa. Esta sensación es dependiente, no independente. ¿De qué depende? Pues de este mismo cuerpo, que es temporal, condicionado y aparece de manera dependiente. Y si esta sensación dolorosa depende de este cuerpo temporal, condicionado, que aparece de manera dependiente, ¿cómo va a ser permanente?'

7.2 Vive contemplando la impermanencia, la disolución, la desaparición, el cese y el soltar en el cuerpo y en las sensaciones dolorosas. Al hacerlo, abandona la tendencia a rechazar el cuerpo y las sensaciones dolorosas.

8 Cuando alguien vive presente y plenamente consciente de esta forma —con cuidado, entusiasmo y dedicación—, si aparece una sensación neutra, reconoce: 'Me ha aparecido una sensación neutra. Esta sensación es dependiente, no independente. ¿De qué depende? Pues de este mismo cuerpo,

que es temporal, condicionado y aparece de manera dependiente. Y si esta sensación neutra depende de este cuerpo temporal, condicionado, que aparece de manera dependiente, ¿cómo va a ser permanente?'

8.2 Vive contemplando la impermanencia, la disolución, la desaparición, el cese y el soltar en el cuerpo y en las sensaciones neutras. Al hacerlo, abandona la tendencia a la ignorancia sobre el cuerpo y las sensaciones neutras.

9 Si experimenta una sensación placentera, reconoce que es temporal y no se aferra ni se complace en ella. Si experimenta una sensación dolorosa o una sensación neutra, reconoce que es temporal y no se aferra ni se complace en ella.

10 Si experimenta una sensación placentera, la experimenta sin ataduras. Si experimenta una sensación dolorosa, la experimenta sin ataduras. Si experimenta una sensación neutra, la experimenta sin ataduras.

11 Al experimentar la sensación de que el cuerpo y la vida llegan a su fin, reconoce que está experimentando la sensación del cuerpo y la vida llegando a su fin. Comprende que con la disolución del cuerpo, al consumirse la vida, todo lo que experimenta sin complacerse se apaciguará.

12 Es como una lámpara que para quemar depende de la mecha y del aceite: al consumirse la mecha y el aceite, sin combustible, se apagará.

13 De la misma forma, al experimentar la sensación de que el cuerpo y la vida llegan a su fin, el mendicante reconoce que está experimentando la sensación del cuerpo y la vida llegando a su fin. Comprende que con la disolución del cuerpo, al consumirse la vida, todo lo que experimenta sin complacerse se apaciguará."

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.8 — ENFERMEDAD (2)

✦

1 Una vez, el Buda estaba en el pabellón cubierto en el gran bosque de Vesāli.

2 Al atardecer, salió de su reclusión, fue hacia la enfermería y se sentó en su asiento designado. Una vez sentado, se dirigió a los mendicantes:

3 "Mendicantes, tenéis que esperar vuestra hora con presencia y plena consciencia; esta es mi instrucción para vosotros.

4 ¿Y cómo es estar presente? En relación al cuerpo, uno vive contemplando el cuerpo, con fervor, plenamente consciente y presente, dejando atrás el anhelo y el disgusto por el mundo. En relación a las sensaciones, uno vive contemplando las sensaciones ... En relación a la mente, uno vive contemplando la mente ... En relación a los procesos, uno vive contemplando los procesos, con fervor, plenamente consciente y presente, dejando atrás el anhelo y el disgusto por el mundo. Así es como estar presente.

5 ¿Y cómo es ser plenamente consciente? Uno actúa conscientemente cuando va y cuando vuelve, cuando mira hacia adelante y hacia atrás, cuando extiende y flexiona, cuando lleva el hábito y el cuenco, cuando come y cuando bebe, cuando defeca y cuando orina, cuando camina, está de pie o se sienta, cuando está dormido y despierto, cuando habla y cuando está en silencio. Así es como ser plenamente consciente.

6 Mendicantes, tenéis que esperar vuestra hora con presencia y plena consciencia; esta es mi instrucción para vosotros.

7 Cuando alguien vive presente y plenamente consciente de esta forma — con cuidado, entusiasmo y dedicación—, si aparece una sensación placentera, reconoce: 'Me ha aparecido una sensación placentera. Esta sensación es dependiente, no independente. ¿De qué depende? Pues de este mismo contacto, que es temporal, condicionado y aparece de manera dependiente. Y si esta sensación placentera depende de este contacto temporal, condicionado, que aparece de manera dependiente, ¿cómo va a ser permanente?'

7.2 Vive contemplando la impermanencia, la disolución, la desaparición, el cese y el soltar en el contacto y en las sensaciones placenteras. Al hacerlo, abandona la tendencia a la codicia por el contacto y las sensaciones placenteras.

8 Cuando alguien vive presente y plenamente consciente de esta forma — con cuidado, entusiasmo y dedicación—, si aparece una sensación dolorosa ... si aparece una sensación neutra, reconoce: 'Me ha aparecido una sensación neutra. Esta sensación es dependiente, no independente. ¿De qué depende? Pues de este mismo contacto.

9 (Expandir como en [el discurso anterior] (sn36.7).

10 Comprende que con la disolución del cuerpo, al consumirse la vida, todo lo que experimenta sin complacerse se apaciguará.

11 Es como una lámpara que para quemar depende de la mecha y del aceite: al consumirse la mecha y el aceite, sin combustible, se apagará.

12 De la misma forma, al experimentar la sensación de que el cuerpo y la vida llegan a su fin, el mendicante reconoce que está experimentando la sensación del cuerpo y la vida llegando a su fin. Comprende que con la di-

solución del cuerpo, al consumirse la vida, todo lo que experimenta sin complacerse se apaciguará.”

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.9 — LO TEMPORAL

✦

1 Mendicantes, hay tres tipos de sensaciones que son temporales, condicionadas, que aparecen de manera dependiente y cuya naturaleza es agotarse, disolverse, desaparecer, cesar. ¿Cuáles?

2 Las sensaciones placenteras, las sensaciones dolorosas y las sensaciones neutras. Estos tres tipos de sensaciones son temporales, condicionadas, aparecen de manera dependiente y su naturaleza es agotarse, disolverse, desaparecer, cesar.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.10 — LA RAÍZ DEL CONTACTO

✦

1 Mendicantes, hay tres tipos de sensaciones que nacen del contacto, cuya raíz y antecedente son el contacto, que dependen del contacto. ¿Cuáles?

2 Las sensaciones placenteras, las sensaciones dolorosas y las sensaciones neutras.

3 La sensación placentera depende de un contacto que se experimenta como placentero. Con la desaparición de ese contacto que se experimenta como placentero, la correspondiente sensación placentera se disipa y desaparece. La sensación dolorosa depende de un contacto que se experimenta como doloroso.

3.2 Con la desaparición de ese contacto que se experimenta como doloroso, la correspondiente sensación dolorosa se disipa y desaparece. La sensación neutra depende de un contacto que se experimenta como neutro. Con la desaparición de ese contacto que se experimenta como neutro, la correspondiente sensación neutra se disipa y desaparece.

4 Es como cuando al frotar dos palos el uno contra el otro se genera calor y se produce una llama. Al separar los palos y dejarlos, el correspondiente calor se disipa y desaparece.

[5] De la misma forma, estos tres tipos de sensaciones nacen del contacto, su raíz y antecedente son el contacto, dependen del contacto. Dependiendo del contacto aparece la sensación pertinente. Al desaparecer ese contacto desaparece la sensación correspondiente.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.11 — EN SOLEDAD

✦

1 Un mendicante fue al Buda, le saludó y se sentó a su lado. Entonces le dijo:

2 "Venerable, estando retirado, en soledad, me vino a la mente esta reflexión: 'El Buda ha hablado de tres tipos de sensaciones —placenteras, dolorosas y neutras—;

3 pero también ha dicho que cualquier cosa que se experimenta se clasifica como malestar.' ¿A qué se refería con eso?"

4 "Muy bien dicho, mendicante. He hablado de tres tipos de sensaciones —placenteras, dolorosas y neutras—;

5 pero también he dicho que cualquier cosa que se experimenta se clasifica como malestar.

6 Con eso, me refería a que los condicionantes son temporales; su naturaleza es agotarse, disolverse, disiparse, desaparecer y cambiar.

7 Además, he mostrado la desaparición gradual de los condicionantes. El habla desaparece en quien alcanza el primer jhāna. Pensar y reflexionar desaparecen en quien alcanza el segundo jhāna. La alegría desaparece en quien alcanza el tercer jhāna.

7.2 La respiración desaparece en quien alcanza el cuarto jhāna. El concepto de materia desaparece en quien alcanza la dimensión del espacio infinito. El concepto de dimensión del es-

pacio infinito desaparece en quien alcanza la dimensión de la consciencia infinita.

7.3 El concepto de dimensión de la consciencia infinita desaparece en quien alcanza la dimensión de la nada. El concepto de dimensión de la nada desaparece en quien alcanza la dimensión ni con conceptos ni sin conceptos. El concepto y la sensación desaparecen en quien alcanza el cese de los conceptos y las sensaciones.

7.4 La codicia, la aversión y la confusión desaparecen en el mendicante que destruye las influencias.

8 Y también he mostrado la quietud gradual de los condicionantes. El habla se disipa en quien alcanza el primer jhāna. Pensar y reflexionar se disipan en quien alcanza el segundo jhāna ... El concepto y la sensación se disipan en quien alcanza el cese de los conceptos y las sensaciones. La codicia, la aversión y la confusión se disipan en el mendicante que destruye las influencias.

9 Hay seis relajaciones: el habla se relaja en quien alcanza el primer jhāna, pensar y reflexionar se relajan en quien alcanza el segundo jhāna, la alegría se relaja en quien alcanza el tercer jhāna, la respiración se relaja en quien alcanza el cuarto jhāna, el concepto y la sensación se relajan en quien alcanza el cese de los conceptos y las sensaciones; y la codicia, la aversión y la confusión se relajan en el mendicante que destruye las influencias.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.12 — EN EL CIELO (1)

✦

1 Mendicantes, pensad en los varios vientos que soplan en el cielo: el levante, el poniente, la tramontana, el ostro, el viento polvoriento, limpio, frío, cálido, la brisa y el viento huracanado.

2 De la misma forma, en este cuerpo aparecen varias sensaciones: placenteras, dolorosas y neutras.

3 Igual que hay distintos vientos
que soplan en el cielo
—levante, poniente,
tramontana, ostro,

4 polvoriento, limpio,
frío, en ocasiones cálido,
brisa y huracán—,

5 en este cuerpo
aparecen sensaciones
placenteras, dolorosas
y neutras.

6 Pero si tienes fervor
y no descuidas la plena consciencia,
entonces, al ser una persona sabia,
comprenderás todas las sensaciones.

7 Entendiendo la sensación completamente,
vives sin aflicción en esta vida.
El sabio que vive de acuerdo con la enseñanza,
tras la disolución del cuerpo ya no puede ser descrito.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.13 — EN EL CIELO (2)

✦

1 Mendicantes, pensad en los varios vientos que soplan en el cielo: el levante, el poniente, la tramontana, el ostro, el viento polvoriento, limpio, frío, cálido, la brisa y el viento huracanado.

2 De la misma forma, en este cuerpo aparecen varias sensaciones: placenteras, dolorosas y neutras.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.14 — EL ALBERGUE

✦

1 Mendicantes, pensad en un albergue. Allí se alojan personas provinientes del este, del oeste, del norte y del sur. Se alojan personas de clase dirigente, de clase sacerdotal, de clase mercantil y de clase trabajadora.

2 De la misma forma, en este cuerpo aparecen varias sensaciones: placenteras, dolorosas y neutras. Aparecen sensaciones placenteras, dolorosas y neutras que son materiales; y también aparecen sensaciones placenteras, dolorosas y neutras que son espirituales.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.15 — CON ĀNANDA (1)

✦

1 El venerable Ānanda fue al Buda, le saludó y se sentó a su lado. Entonces le dijo:

2 "Venerable, ¿cuáles son las sensaciones? ¿Cómo aparecen? ¿Cómo desaparecen? ¿Cuál es el camino hacia su desaparición? ¿Cuál es su atractivo? ¿Cuál es su trampa? ¿Y cuál es su alternativa?"

3 "Ānanda, hay tres tipos de sensaciones: sensaciones placenteras, sensaciones dolorosas y sensaciones neutras. Estos son los tres tipos de sensaciones.

4 Con la aparición del contacto, aparece la sensación; con la desaparición del contacto, desaparece la sensación.

5 El camino hacia la desaparición de las sensaciones es este noble camino óctuple: perspectiva adecuada, pensamiento adecuado, conducta adecuada, sustento adecuado, palabra adecuada, esfuerzo adecuado, presencia adecuada, unificación adecuada.

6 El atractivo de la sensación es el placer y la felicidad que se derivan de ella.

7 La trampa de la sensación es que es temporal, es cambiante y es una forma de malestar.

8 La alternativa es educar y abandonar el deseo ávido de sensación.

9 Además, he mostrado la desaparición gradual de los condicionantes. El habla desaparece en quien alcanza el primer jhāna ... El concepto y la sensación desaparecen en quien alcanza el cese de los conceptos y las sensaciones. La codicia, la aversión y la confusión desaparecen en el mendicante que destruye las influencias.

10 Y también he mostrado la quietud gradual de los condicionantes. El habla se disipa en quien alcanza el primer jhāna ... El concepto y la sensación se disipan en quien alcanza el cese de los conceptos y las sensaciones. La codicia, la aversión y la confusión se disipan en el mendicante que destruye las influencias.

11 Y también he mostrado la relajación gradual de los condicionantes. El habla se relaja en quien alcanza el primer jhāna ... El concepto de materia se relaja en quien alcanza la dimensión del espacio infinito. El concepto de dimensión del espacio infinito se relaja en quien alcanza la dimensión de la consciencia infinita.

11.2 El concepto de dimensión de la consciencia infinita se relaja en quien alcanza la dimensión de la nada. El concepto de dimensión de la nada se relaja en quien alcanza la dimensión ni con conceptos ni sin conceptos.

11.3 El concepto y la sensación se relajan en quien alcanza el cese de los conceptos y las sensaciones; y la codicia, la aversión y la confusión se relajan en el mendicante que destruye las influencias."

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.16 — CON ĀNANDA (2)

✦

1 El venerable Ānanda fue al Buda, le saludó y se sentó a su lado. Entonces el Buda le dijo: "Ānanda, ¿cuáles son las sensaciones? ¿Cómo aparecen? ¿Cómo desaparecen? ¿Cuál es el camino hacia su desaparición? ¿Cuál es su atractivo? ¿Cuál es su trampa? ¿Y cuál es su alternativa?"

2 "Nuestras enseñanzas tienen su origen en el Buda, que es nuestro refugio y nuestro guía. Por favor, aclare la respuesta a estas cuestiones. Tras escucharle, los mendicantes lo memorizarán."

3 "En ese caso, Ānanda, escucha con atención y hablaré."

4 "Por supuesto, señor," le respondió el venerable Ānanda. El Buda dijo:

5 "Ānanda, hay tres tipos de sensaciones: sensaciones placenteras, sensaciones dolorosas y sensaciones neutras. Estos son los tres tipos de sensaciones ... Con la aparición del contacto, aparece la sensación ...

6 La codicia, la aversión y la confusión se relajan en el mendicante que destruye las influencias."

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.17 — CON MUCHOS (1)

✦

1 Muchos mendicantes fueron al Buda, le saludaron y se sentaron a su lado. Entonces le dijeron:

2 "Venerable, ¿cuáles son las sensaciones? ¿Cómo aparecen? ¿Cómo desaparecen? ¿Cuál es el camino hacia su desaparición? ¿Cuál es su atractivo? ¿Cuál es su trampa? ¿Y cuál es su alternativa?"

3 "Mendicantes, hay tres tipos de sensaciones: sensaciones placenteras, sensaciones dolorosas y sensaciones neutras. Estos son los tres tipos de sensaciones.

4 Con la aparición del contacto, aparece la sensación; con la desaparición del contacto, desaparece la sensación.

5 El camino hacia la desaparición de las sensaciones es este noble camino óctuple: perspectiva adecuada, pensamiento adecuado, conducta adecuada, sustento adecuado, palabra adecuada, esfuerzo adecuado, presencia adecuada, unificación adecuada.

6 El atractivo de la sensación es el placer y la felicidad que se derivan de ella. La trampa de la sensación es que es temporal, es cambiante y es una forma de malestar. La alternativa es educar y abandonar el deseo ávido de sensación.

7 Además, he mostrado la desaparición gradual de los condicionantes. El habla desaparece en quien alcanza el primer jhāna ... La codicia, la aversión y la confusión desaparecen en el mendicante que destruye

las influencias. Y también he mostrado la quietud gradual de los condicionantes. El habla se disipa en quien alcanza el primer jhāna ...

7.2 La codicia, la aversión y la confusión se disipan en el mendicante que destruye las influencias. Hay seis relajaciones: el habla se relaja en quien alcanza el primer jhāna, pensar y reflexionar se relajan en quien alcanza el segundo , la alegría se relaja en quien alcanza el tercer jhāna, la respiración se relaja en quien alcanza el cuarto jhāna, el concepto y la sensación se relajan en quien alcanza el cese de los conceptos y las sensaciones;

8 y la codicia, la aversión y la confusión se relajan en el mendicante que destruye las influencias."

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.18 — CON MUCHOS (2)

✦

1 Muchos mendicantes fueron al Buda, le saludaron y se sentaron a su lado. Entonces, el Buda les dijo:

2 "Mendicantes, ¿cuáles son las sensaciones? ¿Cómo aparecen? ¿Cómo desaparecen? ¿Cuál es el camino hacia su desaparición? ¿Cuál es su atractivo? ¿Cuál es su trampa? ¿Y cuál es su alternativa?"

3 "Nuestras enseñanzas tienen su origen en el Buda ..."

4 "Mendicantes, hay tres tipos de sensaciones: sensaciones placenteras, sensaciones dolorosas y sensaciones neutras. Estos son los tres tipos de sensaciones ... Con la aparición del contacto ...

5 (Expandir como en [el discurso anterior] (sn36.17).

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.19 — EL CARPINTERO PAÑCHAKAṄGA

✦

1 El carpintero Pañchakaṅga fue al venerable Udāyî, le saludó y se sentó a su lado. Entonces le dijo: "Venerable Udāyî, ¿de cuántas sensaciones ha hablado el Buda?"

2 "Carpintero, el Buda ha hablado de tres tipos de sensaciones: placenteras, dolorosas y neutras."

3 Al decir esto, el carpintero Pañchakaṅga le dijo al venerable Udāyî: "No, venerable Udāyî, el Buda no ha hablado de tres tipos de sensaciones sino de dos: placenteras y dolorosas. El Buda ha dicho que las sensaciones neutras se clasifican como un placer pacífico y sutil."

4 Por segunda vez, el venerable Udāyî le dijo al carpintero Pañchakaṅga: "No, carpintero, el Buda no ha hablado de dos tipos de sensaciones sino de tres: placenteras, dolorosas y neutras."

5 Por segunda vez, el carpintero Pañchakaṅga le dijo al venerable Udāyî: "No, venerable Udāyî, el Buda no ha hablado de tres tipos de sensaciones sino de dos: placenteras y dolorosas. El Buda ha dicho que las sensaciones neutras se clasifican como un placer pacífico y sutil."

6 Por tercera vez …

8 Ni el venerable Udāyî lograba convencer a Pañchakaṅga ni Pañchakaṅga lograba convencer al venerable Udāyî.

9 El venerable Ānanda oyó el debate entre ellos y fue a ver al Buda, se sentó a su lado, y se lo relató todo.

10 "Ānanda, la interpretación del carpintero Pañchakaṅga que el mendicante Udāyî no aceptaba es correcta, y la interpretación del mendicante Udāyî que Pañchakaṅga no aceptaba también es correcta.

11 En una explicación he dicho que hay dos sensaciones; en otra, que hay tres; en otra, que hay cinco; en otra, que hay seis; en otra, que hay dieciocho; en otra, que hay treinta y seis; y en otra, que hay ciento ocho.

12 Al explicar la enseñanza de todas estas formas, es de esperar que aquellos que discrepan, difieren y se refutan mutuamente sobre lo que está bien dicho se peleen, discutan y entren en polémicas, disparándose comentarios mordaces el uno al otro.

13 Y es de esperar que aquellos que coinciden, concurren y se ponen de acuerdo entre ellos sobre lo que está bien dicho estén bien avenidos, contentos y no entren en polémicas, mezclándose bien como el agua y la leche, y mirándose el uno al otro con ojos amistosos.

14 Ānanda, hay cinco clases de objetos deseables. ¿Cuáles? Imágenes captadas con el ojo que son agradables, gratificantes, hermosas, atrayentes, asociadas al deseo sensorial, embriagadoras; sonidos captados con el oído, olores captados con la nariz, sabores captados con la lengua y sensaciones táctiles captadas con el cuerpo que son agradables, gratificantes, hermosas, atrayentes, asociadas al deseo sensorial, embriagadoras.

14.2 Estas son las cinco clases de objetos deseables. El placer y la felicidad que se derivan de las cinco clases de objetos deseables se consideran placer sensorial. Yo no avalo a quienes digan que esta es la máxima forma de pla-

cer y felicidad que puede experimentarse. ¿Por qué? Porque existe un placer superior a este y más sofisticado.

15 ¿Y cuál es este placer superior y más sofisticado? Un mendicante, apartado del deseo de placeres sensoriales, apartado de los estados torpes, entra y reside en el primer jhāna, que es el placer y la alegría que nacen de apartarse, con pensamiento y reflexión. Este es un placer superior al otro y más sofisticado. Pero tampoco avalo a quienes digan que esta es la máxima forma de placer y felicidad que puede experimentarse, porque existe un placer superior a este y más sofisticado.

16 ¿Y cuál es? Al disiparse los pensamientos y reflexiones, el mendicante entra y reside en el segundo jhāna, que es el placer y la alegría que nacen de la unificación sin pensamiento ni reflexión. Este es un placer superior al otro y más sofisticado. Pero tampoco avalo a quienes digan que esta es la máxima forma de placer y felicidad que puede experimentarse, porque existe un placer superior a este y más sofisticado.

17 ¿Y cuál es? Al disiparse la alegría, el mendicante entra y reside en el tercer jhāna, donde permanece ecuánime, presente y plenamente consciente, experimentando un placer encarnado. Las personas nobles lo describen como un lugar placentero, de presencia y ecuanimidad. Este es un placer superior al otro y más sofisticado. Pero tampoco avalo a quienes digan que esta es la máxima forma de placer y felicidad que puede experimentarse, porque existe un placer superior a este y más sofisticado.

18 ¿Y cuál es? Tras haber desaparecido ya la felicidad y la tristeza, al dejar atrás el placer y el dolor, el mendicante entra y reside en el cuarto jhāna, que no es ni placentero ni doloroso, sino ecuanimidad y

presencia en estado puro. Este es un placer superior al otro y más sofisticado. Pero tampoco avalo a quienes digan que esta es la máxima forma de placer y felicidad que puede experimentarse, porque existe un placer superior a este y más sofisticado.

19 ¿Y cuál es? Al trascender por completo el concepto de materia, al desaparecer el concepto de estímulo, y al no prestar atención a conceptos de variedad, pensando 'el espacio es infinito', el mendicante entra y reside en la dimensión del espacio infinito. Este es un placer superior al otro y más sofisticado. Pero tampoco avalo a quienes digan que esta es la máxima forma de placer y felicidad que puede experimentarse, porque existe un placer superior a este y más sofisticado.

20 ¿Y cuál es? Al trascender por completo la dimensión del espacio infinito, pensando 'la consciencia es infinita', el mendicante entra y reside en la dimensión de la consciencia infinita. Este es un placer superior al otro y más sofisticado. Pero tampoco avalo a quienes digan que esta es la máxima forma de placer y felicidad que puede experimentarse, porque existe un placer superior a este y más sofisticado.

21 ¿Y cuál es? Al trascender por completo la dimensión de la consciencia infinita, pensando 'no hay nada', el mendicante entra y reside en la dimensión de la nada. Este es un placer superior al otro y más sofisticado. Pero tampoco avalo a quienes digan que esta es la máxima forma de placer y felicidad que puede experimentarse, porque existe un placer superior a este y más sofisticado.

22 ¿Y cuál es? Al trascender por completo la dimensión de la nada, el mendicante entra y reside en la dimensión ni con conceptos ni sin conceptos. Este es un placer superior al otro y más sofisticado. Pero tampoco avalo a quienes digan que esta es la máxima forma de placer y felicidad que puede experimentarse, porque existe un placer superior a este y más sofisticado.

23 ¿Y cuál es? Al trascender por completo la dimensión ni con conceptos ni sin conceptos, el mendicante entra y reside en el cese de los conceptos y las sensaciones. Este es un placer superior al otro y más sofisticado.

24 Puede ser que los ascetas itinerantes de otras escuelas digan: 'El asceta Gotama afirma que el cese de los conceptos y las sensaciones se clasifica como placer. ¿Cómo es posible esto?'

25 Ānanda, si dicen esto, hay que contestarles que el Buda no sólo clasifica como placer las sensaciones placenteras, sino cualquier placer que se encuentre en donde sea y como sea."

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.20 — A LOS MENDICANTES

✦

1 Mendicantes, en una explicación he dicho que hay dos sensaciones; en otra, que hay tres; en otra, que hay cinco; en otra, que hay seis; en otra, que hay dieciocho; en otra, que hay treinta y seis; y en otra, que hay ciento ocho.

2 Al explicar la enseñanza de todas estas formas, es de esperar que aquellos que discrepan, difieren y se refutan mutuamente sobre lo que está bien dicho se peleen, discutan y entren en polémicas, disparándose comentarios mordaces el uno al otro.

3 Y es de esperar que aquellos que coinciden, concurren y se ponen de acuerdo entre ellos sobre lo que está bien dicho estén bien avenidos, contentos y no entren en polémicas, mezclándose bien como el agua y la leche, y mirándose el uno al otro con ojos amistosos.

4 Mendicantes, hay cinco clases de objetos deseables …

5 Puede ser que los ascetas itinerantes de otras escuelas digan: 'El asceta Gotama afirma que el cese de los conceptos y las sensaciones se clasifica como placer. ¿Cómo es posible esto?'

6 Mendicantes, si dicen esto, hay que contestarles que el Buda no sólo clasifica como placer las sensaciones placenteras, sino cualquier placer que se encuentre en donde sea y como sea.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.21 — A SĪVAKA

✦

1 Una vez, el Buda estaba junto al comedero de ardillas en el bosque de bambú de Rājagaha.

2 El asceta itinerante Sīvaka 'el del moño' se le acercó, se saludaron, se sentó a su lado y le dijo:

3 "Señor Gotama, hay ascetas y bramanes cuya doctrina, cuya teoría, es que todo lo que experimenta una persona —sea placentero, doloroso o neutro — tiene su causa en lo que hizo en el pasado. ¿Usted qué opina?"

4 "Sīvaka, algunas sensaciones que aparecen se deben a la bilis; esto puede saberse de primera mano y es aceptado universalmente como cierto. Así que esos ascetas y bramanes que afirman que todo lo que experimenta una persona —sea placentero, doloroso o neutro— tiene su causa en lo que hizo en el pasado contradicen el conocimiento directo y la verdad establecida. Por lo tanto, considero que estos ascetas y bramanes se equivocan.

5 Otras sensaciones que aparecen se deben a la flema, al aire, a la combinación de los humores, a los cambios de estación, a un accidente, a un ataque, o al resultado de los propios actos. Esto puede saberse de primera mano y es aceptado universalmente como cierto.

5.2 Así que esos ascetas y bramanes que afirman que todo lo que experimenta una persona —sea placentero, doloroso o neutro— tiene su causa en lo que hizo en el pasado contradicen el conocimiento directo y la verdad establecida. Por lo tanto, considero que estos ascetas y bramanes se equivocan."

6 Cuando el Buda terminó, el asceta itinerante Sīvaka ‘el del moño’ le dijo: “¡Fantástico, señor Gotama, fantástico! A partir de hoy, considéreme un seguidor laico que ha encontrado un refugio para toda la vida.”

7 “Bilis, flema, aire,
humores, estaciones,
accidentes, ataques
y, por último, el resultado de los propios actos.”

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.22 — LAS CIENTO OCHO

✦

1 Mendicantes, voy a enseñaros la explicación de las ciento ocho; escuchad.

2 ¿Cuál es la explicación de las ciento ocho? En una explicación he dicho que hay dos sensaciones; en otra, que hay tres; en otra, que hay cinco; en otra, que hay seis; en otra, que hay dieciocho; en otra, que hay treinta y seis; y en otra, que hay ciento ocho.

3 ¿Cuáles son las dos sensaciones? Las sensaciones corporales y las mentales.

4 ¿Cuáles son las tres sensaciones? Las sensaciones placenteras, las sensaciones dolorosas y las sensaciones neutras.

5 ¿Cuáles son las cinco sensaciones? La capacidad de placer, la capacidad de dolor, la capacidad de felicidad, la capacidad de tristeza y la capacidad de ecuanimidad.

6 ¿Cuáles son las seis sensaciones? Las sensaciones que nacen en el ojo, las que nacen en el oído, las que nacen en la nariz, las que nacen en la lengua, las que nacen en el cuerpo y las que nacen en la mente.

7 ¿Cuáles son las [dieciocho sensaciones] (mn137:8.1)? Seis reflexiones con felicidad, seis reflexiones con tristeza y seis reflexiones con ecuanimidad.

8 ¿Cuáles son las [treinta y seis sensaciones] (mn137:9.1)? Seis tipos de felicidad doméstica y seis tipos de felicidad renunciante, seis tipos de tristeza doméstica y seis tipos de tristeza renunciante, seis tipos de ecuanimidad doméstica y seis tipos de ecuanimidad renunciante.

9 ¿Cuáles son las ciento ocho sensaciones? Las treinta y seis sensaciones relativas al pasado, al futuro y al presente.

10 Esta es la explicación de las ciento ocho.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.23 — UN MENDICANTE

✦

1 Un mendicante fue al Buda, le saludó y se sentó a su lado. Entonces le dijo:

2 "¿Qué es la sensación? ¿Cómo aparece? ¿Cuál es el camino hacia su aparición? ¿Cómo desaparece? ¿Cuál es el camino hacia su desaparición? ¿Cuál es su atractivo? ¿Cuál es su trampa? ¿Y cuál es su alternativa?"

3 "Mendicante, hay tres tipos de sensaciones: las sensaciones placenteras, las sensaciones dolorosas y las sensaciones neutras. Estos son los tres tipos de sensaciones.

4 Con la aparición del contacto, aparece la sensación; la avidez es el camino hacia la aparición de sensaciones;

5 con la desaparición del contacto, desaparece la sensación; y el camino hacia la desaparición de las sensaciones es este noble camino óctuple: perspectiva adecuada, pensamiento adecuado, conducta adecuada, sustento adecuado, palabra adecuada, esfuerzo adecuado, presencia adecuada, unificación adecuada.

6 El atractivo de la sensación es el placer y la felicidad que se derivan de ella.

7 La trampa de la sensación es que es temporal, es cambiante y es una forma de malestar.

[8] La alternativa es educar y abandonar el deseo ávido de sensación.”

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.24 — ANTES DE DESPERTAR

✦

[1] Mendicantes, antes de mi despertar, cuando sólo era un aspirante al despertar, me pregunté: ¿qué es la sensación? ¿Cómo aparece? ¿Cómo desaparece? ¿Cuál es el camino hacia su desaparición? ¿Cuál es su atractivo? ¿Cuál es su trampa? ¿Y cuál es su alternativa?

[2] Entonces se me ocurrió lo siguiente: hay tres tipos de sensaciones —placenteras, dolorosas y neutras— y a éstas se las llama 'sensación'. Con la aparición del contacto, aparece la sensación. La avidez es el camino hacia la aparición de sensaciones … La alternativa es educar y abandonar el deseo ávido de sensación."

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.25 — ENTENDIMIENTO

✦

1 Mendicantes, obtuve visión, entendimiento, sabiduría, conocimiento y luz sobre enseñanzas que no había oído antes: ‘esto es la sensación’,

2 ‘esto es su aparición’,

3 ‘esto es el camino hacia su aparición’,

4 ‘esto es su desaparición’,

5 'esto es el camino hacia su desaparición',

6 ‘esto es el atractivo de la sensación’,

7 ‘esto es su trampa’,

8 ‘esto es su alternativa’.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.26 — CON MUCHOS MENDICANTES

✦

1 Muchos mendicantes fueron al Buda, le saludaron y se sentaron a su lado. Entonces le dijeron:

2 "¿Qué es la sensación? ¿Cómo aparece? ¿Cuál es el camino hacia su aparición? ¿Cómo desaparece? ¿Cuál es el camino hacia su desaparición? ¿Cuál es su atractivo? ¿Cuál es su trampa? ¿Y cuál es su alternativa?"

3 Mendicantes, hay tres tipos de sensaciones: sensaciones placenteras, sensaciones dolorosas y sensaciones neutras. Estos son los tres tipos de sensaciones.

4 Con la aparición del contacto, aparece la sensación. La avidez es el camino hacia la aparición de sensaciones.

5 Con la desaparición del contacto, desaparece la sensación.

6 La alternativa es educar y abandonar el deseo ávido de sensación."

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.27 — ASCETAS Y BRAMANES (1)

✦

1 Mendicantes, hay tres tipos de sensaciones. ¿Cuáles? Las sensaciones placenteras, las sensaciones dolorosas y las sensaciones neutras.

2 A cualquier asceta o bramán que no comprenda tal y como son la aparición y desaparición de las sensaciones, ni su atractivo, su trampa y su alternativa, yo no le considero un asceta entre ascetas ni un bramán entre bramanes. Además, estos venerables no alcanzan ni residen en la meta ascética ni bramánica en esta vida, por sí mismos, experimentándola directamente por verdadera comprensión.

3 Pero a cualquier asceta o bramán que comprenda tal y como son la aparición y desaparición de las sensaciones, su atractivo, su trampa y su alternativa, yo sí le considero un asceta entre ascetas o un bramán entre bramanes. Además, estos venerables alcanzan y residen en la meta ascética o bramánica en esta vida, por sí mismos, experimentándola directamente por verdadera comprensión.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.28 — ASCETAS Y BRAMANES (2)

✦

1 Mendicantes, hay tres tipos de sensaciones. ¿Cuáles? Las sensaciones placenteras, las sensaciones dolorosas y las sensaciones neutras.

2 A cualquier asceta o bramán que no comprenda tal y como son la aparición y desaparición de las sensaciones, ni su atractivo, su trampa y su alternativa ...

3 A cualquiera asceta o bramán que sí comprenda ... estos venerables alcanzan y residen en la meta ascética o bramánica en esta vida, por sí mismos, experimentándola directamente por verdadera comprensión.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.29 — ASCETAS Y BRAMANES (3)

✦

1 A cualquier asceta o bramán que no comprenda la sensación, su aparición, su desaparición, ni el camino hacia su desaparición …

2 A cualquiera asceta o bramán que sí comprenda … estos venerables alcanzan y residen en la meta ascética o bramánica en esta vida, por sí mismos, experimentándola directamente por verdadera comprensión.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.30 — EN RESUMEN

✦

[1] Mendicantes, hay tres tipos de sensaciones. ¿Cuáles? Las sensaciones placenteras, las sensaciones dolorosas y las sensaciones neutras. Estos son los tres tipos de sensaciones.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

SN 36.31 — LO ESPIRITUAL

✦

1 Mendicantes, hay una alegría material, una alegría espiritual y una alegría más que espiritual.

2 Hay un placer material, un placer espiritual y un placer más que espiritual.

3 Hay una ecuanimidad material, una ecuanimidad espiritual y una ecuanimidad más que espiritual.

4 Hay una liberación material, una liberación espiritual y una liberación más que espiritual.

5 ¿Qué es la alegría material? Mendicantes, hay cinco clases de objetos deseables. ¿Cuáles? Imágenes captadas con el ojo que son agradables, gratificantes, hermosas, atrayentes, asociadas al deseo sensorial, embriagadoras; sonidos captados con el oído, olores captados con la nariz, sabores captados con la lengua y sensaciones táctiles captadas con el cuerpo que son agradables, gratificantes, hermosas, atrayentes, asociadas al deseo sensorial, embriagadoras.

5.2 Estas son las cinco clases de objetos deseables. La alegría que se deriva de las cinco clases de objetos deseables es alegría material.

6 ¿Y qué es la alegría espiritual? Un mendicante, apartado del deseo de placeres sensoriales, apartado de los estados torpes, entra y reside en el primer jhāna, que es el placer y la alegría que nacen de apartarse, con pensamiento y reflexión. Al disiparse los pensamientos y reflexiones, entra

y reside en el segundo jhāna, que es el placer y la alegría que nacen de la unificación sin pensamiento ni reflexión. Esto es la alegría espiritual.

7 ¿Y qué es la alegría más que espiritual? Es la alegría que aparece cuando un mendicante que ha destruido las influencias examina su mente libre de codicia, aversión y confusión. Esto es la alegría más que espiritual.

8 ¿Qué es el placer material? Mendicantes, hay cinco clases de objetos deseables. ¿Cuáles? Imágenes captadas con el ojo ... sensaciones táciles captadas con el cuerpo que son agradables, gratificantes, hermosas, atrayentes, asociadas al deseo sensorial, embriagadoras. El placer y la felicidad que se derivan de las cinco clases de objetos deseables es placer material.

9 ¿Y qué es el placer espiritual? Un mendicante, apartado del deseo de placeres sensoriales, apartado de los estados torpes, entra y reside en el primer jhāna, que es el placer y la alegría que nacen de apartarse, con pensamiento y reflexión.

9.2 Al disiparse los pensamientos y reflexiones, entra y reside en el segundo jhāna, que es el placer y la alegría que nacen de la unificación sin pensamiento ni reflexión. Al disiparse la alegría, el mendicante entra y reside en el tercer jhāna, donde permanece ecuánime, presente y plenamente consciente, experimentando un placer encarnado.

9.3 Las personas nobles lo describen como un lugar placentero, de presencia y ecuanimidad. Esto es el placer espiritual.

10 ¿Y qué es el placer más que espiritual? Es el placer y la felicidad que aparecen cuando un mendicante que ha destruido las influencias examina su mente libre de codicia, aversión y confusión. Esto es el placer más que

espiritual.

11 ¿Qué es la ecuanimidad material? Mendicantes, hay cinco clases de objetos deseables. ¿Cuáles? Imágenes captadas con el ojo ... sensaciones táciles captadas con el cuerpo que son agradables, gratificantes, hermosas, atrayentes, asociadas al deseo sensorial, embriagadoras. La ecuanimidad que se deriva de las cinco clases de objetos deseables es ecuanimidad material.

12 ¿Y qué es la ecuanimidad espiritual? Tras haber desaparecido ya la felicidad y la tristeza, al dejar atrás el placer y el dolor, el mendicante entra y reside en el cuarto jhāna, que no es ni placentero ni doloroso, sino ecuanimidad y presencia en estado puro. Esto es la ecuanimidad espiritual.

13 ¿Y qué es la ecuanimidad más que espiritual? Es la ecuanimidad que aparece cuando un mendicante que ha destruido las influencias examina su mente libre de codicia, aversión y confusión. Esto es la ecuanimidad más que espiritual.

14 ¿Qué es la liberación material? La liberación conectada con la materia es liberación material.

15 ¿Y qué es la liberación espiritual? La liberación conectada con lo inmaterial es liberación espiritual.

16 ¿Y qué es la liberación más que espiritual? Es la liberación que aparece cuando un mendicante que ha destruido las influencias examina su mente libre de codicia, aversión y confusión. Esto es la liberación más que espiritual.

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

AN 2.32–41 — EL CAPÍTULO SOBRE LA MENTE TRANQUILA

✦

32 «Bhikkhus, os voy a hablar sobre los fundamentos de una mala persona y los fundamentos de una buena persona. Escuchad y prestad atención, os lo diré».
«Sí, señor», respondieron. El Buddha dijo lo siguiente:
¿Cuáles son los fundamentos de una mala persona? Una mala persona es ingrata, una persona sin virtud solo sabe ser ingrata. La ingratitud es parte fundamental de una mala persona. Una buena persona es agradecida, una persona virtuosa solo sabe ser agradecida. La gratitud es parte fundamental de una buena persona».

33 «Bhikkhus, os digo que hay dos personas a las que no es nada fácil compensar. ¿Qué dos? A la madre y al padre.
No habríais hecho lo suficiente para compensar a vuestra madre y a vuestro padre incluso si los hubieses llevado uno en cada hombro, hubieseis vivido así durante cien años, y les hubieseis aplicado aceites, masajeado, bañado y frotado; e incluso si hubiesen orinado y defecado estando sobre vuestros hombros.
Incluso si hubieseis conseguido que vuestra madre y padre llegasen a ser los supremos monarcas de esta gran tierra, abundante en los siete tesoros, todavía no habríais hecho lo suficiente como para compensarles. ¿Por qué es así? Los padres son de gran ayuda para sus hijos: los crían, los cuidan y les muestran el mundo.
Pero habríais hecho lo suficiente, más que suficiente, para compensarles, si

animáis, asentáis y establecéis a padres sin fe en la fe, a padres sin ética en una conducta ética, a padres avaros en la generosidad, o a padres ignorantes en la sabiduría».

34 Un cierto brahmán se acercó al Buddha y ambos se saludaron mutuamente. Tras los saludos y la conversación de cortesía, se sentó a un lado y le dijo al Buddha: ¿Qué es lo que enseña el maestro Gotama? ¿Qué es lo que explica?
«Brahmán, enseño la acción y la inacción».
«¿Pero de que manera enseña el maestro Gotama la acción y la inacción?».
«Enseño la inacción respecto a la mala conducta en cuerpo, palabra y mente, y respecto a muchas cosas no beneficiosas. Enseño la acción respecto a la buena conducta en cuerpo, palabra y mente, y respecto a muchas cosas beneficiosas. Esta es la clase de acción e inacción que enseño».
«¡Excelente, maestro Gotama!... A partir de hoy, que el maestro Gotama me recuerde como un seguidor laico que ha tomado refugio de por vida».

35 Anāthapiṇḍika, hombre de familia, se acercó al Buddha, se postró ante él, y sentándose a un lado le dijo: «¿Cuántos tipos de personas en el mundo son dignas de donaciones religiosas? ¿Y en dónde debería uno depositar los regalos?»
«Hay dos clases de personas en el mundo dignas de donaciones religiosas: el aprendiz y el maestro. Estas son las clases de personas en el mundo dignas de donaciones religiosas, y ahí es donde deberías depositar un regalo?».
Esto es lo que dijo el Buddha. A continuación, el Buddha, el maestro, añadió:
«En este mundo, el aprendiz y el maestro
son dignos de las ofrendas de los que se sacrifican.

Íntegros en cuerpo,
palabra y mente.
Este es el terreno de los generosos,
y lo que aquí se ofrece, genera grandes frutos».

36 Así he oído: En una ocasión el Buddha estaba cerca de Sāvatthī, en el bosquecillo de Jeta, en el parque de Anāthapiṇḍika.
Al mismo tiempo el venerable Sāriputta estaba cerca de Sāvatthī, en el parque del Este, la casa elevada de la madre de Migāra. Allí Sāriputta se dirigió a los bhikkhus: «¡Venerables bhikkhus!»
«Venerable», respondieron los bhikkhus. Sāriputta dijo:
«Os hablaré sobre una persona encadenada internamente y una encadenada externamente. Escuchad y prestad atención, os lo diré».
«Sí, venerable», contestaron. Sāriputta dijo:
«¿Quién sería alguien encadenado internamente? Sería un bhikkhu conforme a la moral, contenido según el Pātimokkha, que se comporta de forma apropiada y busca el sustento en lugares adecuados. Viendo el peligro que hay en las más leves faltas, sigue las reglas a las que se ha comprometido. Al descomponerse su cuerpo, tras la muerte, renace en una de las clases de devas. Al fallecer ahí, son uno-que-regresa, que vuelve a este estado de existencia. Este sería alguien que está encadenado internamente, uno-que-regresa, volviendo de nuevo a este estado de existencia.
¿Quién sería alguien encadenado externamente? Sería un bhikkhu conforme a la moral, contenido según el Pātimokkha, que se comporta de forma apropiada y busca el sustento en lugares adecuados. Viendo el peligro que hay en las más leves faltas, sigue las reglas a las que se ha comprometido. Acceden y permanecen en un determinado estado tranquilo de li-

beración mental. Al descomponerse su cuerpo, tras la muerte, renace en una de las clases de devas. Al fallecer ahí, son uno-que-no-regresa, no volviendo a este estado de existencia. Este sería alguien que está encadenado externamente, uno-que-no-regresa, no volviendo a este estado de existencia.

Es más, un bhikkhu conforme a la moral... sigue las reglas a las que se ha comprometido. Practican solo por el desencanto, el desapasionamiento y el cese respecto a los placeres de los sentidos. Practican solo por el desencanto, el desapasionamiento y el cese respecto a las vidas futuras. Practican por el fin del anhelo. Practican por el fin de la codicia. Al descomponerse su cuerpo, tras la muerte, renace en una de las clases de devas. Al fallecer ahí, son uno-que-no-regresa, no volviendo a este estado de existencia. Este sería alguien que está encadenado externamente, uno-que-no-regresa, no volviendo a este estado de existencia».

Entonces varias devas, con la mente tranquila, se acercaron al Buddha, se inclinaron ante él, se sentaron a un lado y le dijeron: «Señor, el venerable Sāriputta está en el parque del Este, en la casa elevada de la madre de Migāra, donde está enseñado a los bhikkhus sobre una persona encadenada internamente y una encadenada externamente. ¡Están encantados! Señor, por favor, vete, por compasión, a ver al venerable Sāriputta». El Buddha consintió con su silencio.

A continuación, el Buddha, tan fácil como una persona fuerte extiende y contrae su brazo, se desvaneció de la arboleda de Jeta y apareció en el parque del Este, en la casa elevada de la madre de Migāra, en frente de Sāriputta. Se sentó en el sitio que estaba preparado. Sāriputta se inclinó ante el Buddha y se sentó a un lado. El Buddha le dijo:

«Justo ahora, Sāriputta, varias devas, con la mente tranquila, se acercaron a

mí, se inclinaron y se sentaron a un lado. Estas devas me dijeron: "Señor, el venerable Sāriputta está en el parque del Este, en la casa elevada de la madre de Migāra, donde está enseñado a los bhikkhus sobre una persona encadenada internamente y una encadenada externamente. ¡Están encantados! Señor, por favor, vete, por compasión, a ver al venerable Sāriputta".

Estas devas, a pesar de ser diez, veinte, treinta, cuarenta, cincuenta o sesenta, pueden permanecer en la punta de un alfiler sin tropezar unas con otras.

Sāriputta, podrías pensar: "Ciertamente estas devas, como tantas pueden permanecer en la punta de un alfiler sin tropezar unas con otras, deben haber desarrollado sus mentes en ese lugar". Pero no deberías pensar así. Es justo aquí donde esas devas desarrollaron sus mentes.

Por lo que deberíais practicar como sigue Sāriputta: "Tendremos facultades tranquilas y mentes tranquilas". Así es como deberíais practicar. Cuando vuestras facultades y vuestras mentes están tranquilas, vuestros actos de cuerpo, palabra y mente serán tranquilos; y con el pensamiento: "Ofreceremos este regalo de tranquilidad a nuestros compañeros espirituales". Así es como deberíais practicar.

Los buscadores de otras religiones, Sāriputta, que no han escuchado esta presentación del Dhamma están perdidos».

37 Así he oído: En una ocasión el venerable Mahākaccāna estaba en Varaṇā, en la orilla del lago Kaddama.

El brahmán Ārāmadaṇḍa se acercó a Mahākaccāna, y ambos se saludaron mutuamente. Tras los saludos y la conversación de cortesía, se sentó a un lado y le dijo al Mahākaccāna:

«¿Cuál es la causa, maestro Kaccāna, cuál es la razón por la que los khatti-

yas luchan con los khattiyas, los brahmanes luchan con los brahmanes, y la gente de hogar de hogar lucha con la gente de hogar?».

«Es debido a su apego a los placeres de los sentidos, por encadenarse a ellos, enfocarse en ellos, por adicción a ellos, por obsesionarse con ellos, por aferrarse con firmeza a ellos, por lo que los khattiyas luchan con los khattiyas, los brahmanes luchan con los brahmanes, y la gente de hogar de hogar lucha con la gente de hogar».

«¿Cuál es la causa, maestro Kaccāna, cuál es la razón por la que los renunciantes luchan con los renunciantes?».

«Es debido a su apego a opiniones y puntos de vista, por encadenarse a ellos, enfocarse en ellos, por adicción a ellos, por obsesionarse con ellos, por aferrarse con firmeza a ellos, por lo que los renunciantes luchan con los renunciantes».

«Maestro Kaccāna, ¿hay alguien en el mundo que haya superado el apego a los placeres de los sentidos y a las opiniones y puntos de vista?».

«Lo hay, brahmán».

«¿Quién en el mundo ha superado el apego a los placeres de los sentidos y a las opiniones y puntos de vista?»

«En las tierras del este hay una ciudad llamada Sāvatthī. Allí está ahora el Buddha, el Arahant, el Buddha completamente despierto. Él, brahmán, ha superado el apego a los placeres de los sentidos y a las opiniones y puntos de vista».

Una vez dicho esto, el brahmán Ārāmadaṇḍa se levantó de su asiento, colocó su túnica sobre el hombro, apoyó su rodilla derecha en el suelo, elevó sus manos palma con palma en dirección al Buddha con respeto, y expresó de corazón lo que siguiente tres veces:

«¡Rindo homenaje al Buddha, el Arahat, el Buddha completamente des-

pierto!
¡Rindo homenaje al Buddha, el Arahat, el Buddha completamente despierto!
¡Rindo homenaje al Buddha, el Arahat, el Buddha completamente despierto!
Quién ha superado el apego a los placeres de los sentidos y a las opiniones y puntos de vista.
¡Excelente, maestro Kaccāna, excelente! Como poner del derecho lo que estaba del revés, o revelar lo que estaba oculto, o señalar el camino a quien anda perdido, o encender una lámpara en la oscuridad para que la gente con buena vista pueda ver lo que allí hay, el maestro Kaccāna ha esclarecido el Dhamma de multiples formas. Tomo refugio en el maestro Gotama, en el Dhamma y en el Saṅgha. A partir de hoy, que el maestro Kaccāna me recuerde como un seguidor laico que ha tomado refugio de por vida».

38 En una ocasión el venerable Mahākaccāna estaba cerca de Madhurā, en el bosquecillo de Gunda.
El brahmán Kandarāyana se acercó a Mahākaccāna y ambos se saludaron mutuamente. Tras los saludos y la conversación de cortesía se sentó a un lado y le dijo a Mahākaccāna:
«He oído, maestro Kaccāna, que el renunciante Kaccāna no se inclina ante los viejos brahmanes, los ancianos y veteranos, que, de edad avanzada, han alcanzado la última etapa de su vida; ni tampoco se levanta en su presencia ni les ofrece el sitio. Y ciertamente es así, porque el renunciante Kaccāna no se inclina ante los viejos brahmanes, los ancianos y veteranos, que, de edad avanzada, han alcanzado la última etapa de su vida; ni tampoco se levanta

en su presencia ni les ofrece el sitio. Esto no es lo apropiado, Maestro Kaccāna».

«Hay dos etapas, la etapa del anciano, y la etapa de la juventud, tal como explicó el Buddha, que conoce y ve, el Arahat, el Buddha completamente despierto. Si un anciano, aunque tenga ochenta, noventa o cien años, aún reside rodeado de los placeres de los sentidos, disfrutándolos, obsesionado con ellos, ardiendo de ganas de ellos, y buscando con ansía más, se le considera como un niño, no como un anciano. Si un joven, de pelo negro, bendecido con la juventud, en la plenitud de la vida, no reside rodeado de los placeres de los sentidos, disfrutándolos, obsesionado con ellos, ardiendo de ganas de ellos, y buscando con ansía más, se le considera como un sabio, como un anciano».

Una vez dicho esto, el brahmán Kandarāyana se levantó de su asiento, colocó su túnica sobre el hombro, y se inclinó con su cabeza a los pies de los renunciantes jóvenes, diciendo: «Los maestros son ancianos, en la etapa del anciano; nosotros somos jóvenes, en la etapa de la juventud.

¡Excelente, maestro Kaccāna!... De ahora en adelante, que el maestro Kaccāna me recuerde como un seguidor laico que ha tomado refugio de por vida».

[39] «En tiempos en que los bandidos son fuertes, los reyes son débiles. Así el rey no está a gusto cuando va y viene, o cuando visita las provincias. Los brahmanes y la gente de hogar tampoco están a gusto cuando van y vienen, o cuando supervisan sus quehaceres en el exterior. De la misma manera, en tiempos en que los malos bhikkhus son fuertes, los bhikkhus disciplinados son débiles. Así los bhikkhus disciplinados permanecen en silencio en medio del Saṅgha, o residen en zonas apartadas de la periferia. Esto redunda

en daño e infelicidad para mucha gente, en dolor, daño y sufrimiento para mucha gente, para devas y humanos.
En tiempos en que los reyes son fuertes, los bandidos son débiles. Así el rey está a gusto cuando va y viene, o cuando visita las provincias. Los brahmanes y la gente de hogar también están a gusto cuando van y vienen, o cuando supervisan sus quehaceres en el exterior. De la misma manera, en tiempos en que los bhikkhus disciplinados son fuertes, los malos bhikkhus son débiles. Así los malos bhikkhus permanecen en silencio en medio del Saṅgha, o se van a otros lugares. Esto redunda en bienestar y felicidad para mucha gente, en beneficio, bienestar y felicidad para mucha gente, para devas y humanos».

40 «Bhikkhus, no elogio la practica equivocada en ambos, laicos y bhikkhus. Debido a la práctica equivocada, ni laicos ni bhikkhus tienen éxito en completar el buen camino del Dhamma.
Elogio la práctica correcta en ambos, laicos y bhikkhus. Debido a la práctica correcta, tanto laicos como bhikkhus tienen éxito en completar el buen camino del Dhamma.

41 Bhikkhus, por memorizar los discursos equivocadamente, quedándose solo con una parte superficial, algunos bhikkhus excluyen el significado y la enseñanza. Esto redunda en daño e infelicidad para mucha gente, en dolor, daño y sufrimiento para mucha gente, para devas y humanos. Estos bhikkhus generan mucho mal karma y hacen que el verdadero Dhamma desaparezca.
Pero los bhikkhus que memorizan los discursos bien, sin quedarse solo con una parte superficial, fortalecen el significado y el Dhamma. Esto redunda

en bienestar 7y felicidad para mucha gente, en beneficio, bienestar y felicidad para mucha gente, para devas y humanos». Estos bhikkhus generan abundante mérito, y hacen que el verdadero Dhamma siga adelante».

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

AN 3.35 — CON HATTHAKA

✦

1 Así he oído: En una ocasión el Buddha estaba cerca de Aḷavī, sentado en una esterilla de hojas junto a un camino de vacas, en un bosquecillo de árboles siṁsapā.

2 Mientras Hatthaka de Aḷavī estaba dando un paseo vio al Buddha allí sentado. Se acercó, se postró ante él, se sentó a un lado y dijo: «Señor, confío en que el Buddha haya dormido bien».

3 «Sí, príncipe, he dormido bien. Soy uno de los que, en este mundo, duermen tranquilos».

4 «Estamos en mitad del invierno, cuando la nieve cae, y las noches son frías, señor. El suelo pisoteado por los cascos de las vacas es duro, y también la esterilla. En los árboles escasean las hojas, las túnicas marrones están frías, y soplan los vientos gélidos del norte. Y aún así, el Buddha dice: "Sí, príncipe, he dormido bien. Soy uno de los que, en este mundo, duermen tranquilos"».

5 «Bueno, príncipe, te haré una pregunta al respecto entonces, puedes contestar como consideres. ¿Qué piensas? Pongamos por caso una persona de hogar o su hijo, que vive en una casa enyesada por dentro y por fuera, bien aislada del viento, con los cerrojos echados y las contraventanas cerradas. En su sofá, mantas de lana extendidas —de pelo largo, de un blanco puro, y con flores bordadas— también con otra manta de cuero de ciervo. Todo cubierto por un dosel y con cojines rojos a ambos lados.

5.2 Tiene una lámpara de aceite quemando, mientras sus cuatro esposas lo atienden con trato exquisito. ¿Qué crees príncipe, dormiría bien o no? ¿O cómo lo ves tú?».

6 «Dormiría bien, señor. De los que en este mundo duermen tranquilos, él sería uno de ellos».

7 «¿Qué piensas príncipe? ¿No crees que es posible que pueda brotarle una fiebre causada por la codicia, física o mental, a esa persona de hogar o a su hijo, y lo consuma, haciendo que duerma mal?»

8 «Sí, señor»

9 «La codicia que consume a la persona de hogar o a su hijo, y hace que duerma mal, ha sido cortada de raíz por el Tathāgata —como un tronco de palmera, incapaz de volver a brotar en el futuro. Esta es la razón por la que duermo bien.

10 ¿Qué piensas príncipe? ¿No crees que es posible que pueda brotarle una fiebre causada por el odio... o una fiebre causada por la confusión, física o mental, a esa persona de hogar o a su hijo, y lo consuma, haciendo que duerma mal?»

11 «Sí, señor»

12 «La confusión que consume a la persona de hogar o a su hijo, y hace que duerma mal, ha sido cortada de raíz por el Tathāgata —como un tronco de palmera, incapaz de volver a brotar en el futuro. Esta es la razón por la que duermo bien.

13 Siempre duerme bien,
un brahmán cuya extinción es completa,
sin las impurezas de los placeres de los sentidos,
apaciguados, libres de apegos.

14 Al desenraizar todo apego,
y al eliminar el estrés del corazón,
el pacífico duerme bien,
tras haber encontrado la paz mental».

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

AN 3.36 — MENSAJEROS DIVINOS

✦

1 «Hay, monjes, tres mensajeros divinos. ¿Qué tres?:

2 En primer lugar, alguien que realiza acciones perjudiciales en cuerpo, palabra o mente, al descomponerse su cuerpo, tras la muerte, renace en un lugar desdichado, un mal lugar, el inframundo, el infierno. Allí los guardias del infierno lo agarran de los brazos, lo llevan ante el rey Yama, y le dicen: "Su majestad, esta persona no mostró el debido respeto a su madre y a su padre, ni a los ascetas y brahmanes, ni honró a los ancianos de la familia. !Que su majestad lo castigue!".

3 Entonces el rey Yama lo persigue, presiona e interroga sobre el primer mensajero divino: "Buen hombre, ¿nunca viste al primer mensajero divino que aparece entre los seres humanos?"

4 Él responde: "No he visto nada, señor".

5 Entonces el rey Yama le dice: "Buen hombre, ¿nunca viste a nadie entre los seres humanos, a una mujer o a un hombre viejo —de ochenta, noventa o cien años, encorvado, apoyándose en un bastón, con paso tembloroso, enfermo, sus mejores años ya pasados, con dientes rotos, pelo gris, escaso, o calvos, la piel arrugada, y con manchas en la piel?"

6 Él responde: "Sí, lo he visto señor".

7 Entonces el rey Yama le dice: "Buen hombre, ¿no se te ocurrió, siendo un hombre sensato y maduro: 'Yo también estoy sujeto al envejecimiento. No estoy exento de la vejez. Mejor hago buenas acciones en cuerpo, palabra y

mente'?"

8 Él responde: "No pude, señor, estaba distraído".

9 Entonces el rey Yama le dice: "Buen hombre, como estabas distraído, no hiciste buenas acciones en cuerpo, palabra y mente. Con razón, seguro que te castigan de acuerdo a tu negligencia. Esa mala ación no la hizo tu madre, tu padre, tu hermano o tu hermana. No la hicieron tus amigos o compañeros, ni tus parientes y familiares, ni los devas, ni los ascetas y brahmanes. Esa mala acción la hiciste solo tú, y solo tú experimentarás el resultado".

10 Entonces el rey Yama lo interroga sobre el segundo mensajero divino: "Buen hombre, ¿nunca viste al segundo mensajero divino que aparece entre los seres humanos?"

11 Él responde: "No he visto nada, señor". Entonces el rey Yama le dice: "Buen hombre, ¿nunca viste a nadie entre los seres humanos, a una mujer o a un hombre que se encuentre mal, sufriendo, gravemente enfermo, postrado en sus propios excrementos, siendo levantado por unos y acostado por otros?"

12 Él responde: Sí, lo he visto señor".

13 Entonces el rey Yama le dice: "Buen hombre, ¿no se te ocurrió, siendo un hombre sensato y maduro: 'Yo también estoy sujeto a enfermar. No estoy exento de la enfermedad. Mejor hago buenas acciones en cuerpo, palabra y mente'?"

14 Él responde: "No pude, señor, estaba distraído".

15 Entonces el rey Yama le dice: “Buen hombre, como estabas distraído, no hiciste buenas acciones en cuerpo, palabra y mente. Con razón, seguro que te castigan de acuerdo a tu negligencia. Esa mala ación no la hizo tu madre, tu padre, tu hermano o tu hermana. No la hicieron tus amigos o compañeros, ni tus parientes y familiares, ni los devas, ni los ascetas y brahmanes. Esa mala acción la hiciste solo tú, y solo tú experimentarás el resultado”.

16 Entonces el rey Yama lo interroga sobre el tercer mensajero divino: “Buen hombre, ¿nunca viste al tercer mensajero divino que aparece entre los seres humanos?”

17 Él responde: “No he visto nada, señor”.

18 Entonces el rey Yama le dice: “Buen hombre, ¿nunca viste a nadie entre los seres humanos, a una mujer o a un hombre uno, dos o tres días después de morir, el cadáver hinchado, descolorido y en descomposición?”

19 Él responde: “Sí, lo he visto señor”.

20 Entonces el rey Yama le dice: “Buen hombre, ¿no se te ocurrió, siendo un hombre sensato y maduro: 'Yo también estoy sujeto al morir. No estoy exento de la muerte. Mejor hago buenas acciones en cuerpo, palabra y mente'?”

21 Él responde: “No pude, señor, estaba distraído”.

22 Entonces el rey Yama le dice: “Buen hombre, como estabas distraído, no hiciste buenas acciones en cuerpo, palabra y mente. Con razón, seguro que te castigan de acuerdo a tu negligencia. Esa mala ación no la hizo tu madre,

tu padre, tu hermano o tu hermana. No la hicieron tus amigos o compañeros, ni tus parientes y familiares, ni los devas, ni los ascetas y brahmanes. Esa mala acción la hiciste solo tú, y solo tú experimentarás el resultado".

23 Tras interrogarle sobre el tercer mensajero divino, el rey Yama permaneció en silencio. A continuación los guardianes del infierno lo castigan con la crucifixión de cinco puntos. Le clavan estacas al rojo vivo a través de las manos y los pies, y otra en medio del pecho. Y así padece sensaciones dolorosas agudas, severas, penetrantes —pero no muere hasta que esa mala acción sea eliminada.

24 A continuación los guardianes del infierno lo tiran al suelo y lo golpean con hachas...

25 Luego lo cuelgan boca abajo y lo golpean con azuelas...

26 Lo atan a un carro y lo arrastran de un lado a otro sobre un suelo ardiente, llameante e incandescente...

27 Lo hacen subir y bajar a lo alto de una montaña de brasas ardiendo, llameantes e incandescentes...

28 Luego los guardianes del infierno lo meten boca abajo en una olla de cobre al rojo vivo, ardiendo, quemando e incandescente... Allí lo cuecen en un líquido espumoso hirviendo, removiendo bien, vuelta y vuelta, una y otra vez. Y así padece sensaciones dolorosas agudas, severas, penetrantes —pero no muere hasta que esa mala acción sea eliminada. Luego los guardianes del infierno lo arrojan al Gran Infierno.

29 Y sobre el Gran Infierno:

30 “Tiene cuatro esquinas y cuatro puertas,
divido en partes de igual tamaño.
Rodeado de un muro de hierro,
y con techo de hierro también.

31 Incluso el suelo está hecho de hierro,
un suelo de hierro incandescente.
Un radio de cien yojana,
alcanza el calor que continuamente irradia”.

32 Una vez el rey Yama pensó: “Los que en el mundo hacen este clase de acciones perjudiciales reciben todos estos castigos. Oh... !espero que pueda renacer como un ser humano! ¡Y que uno de los Tathāgata, un Arahant, un Buddha completamente despierto, aparezca en el mundo! !Y que pueda yo rendir homenaje al Buddha! Así el Buddha puede enseñarme el Dhamma, para que sea capaz de comprender su enseñanza”.

33 Ahora... no digo lo que sigue porque lo haya oído a otro asceta o brahmán. Solo lo digo porque lo he conocido, visto y realizado por mí mismo.

34 Alertados por los mensajeros divinos,
aquellos que están distraídos,
sufren la pena durante mucho tiempo,
cuando van a estos destinos inferiores.

35 Pero aquellas personas buenas y tranquilas,
cuando los mensajeros divinos les alertan,
nunca se distraen
del Dhamma de los nobles.

36 Viendo el peligro de aferrarse,
el origen del nacimiento y la muerte,
el desapegado se libera
al poner fin a nacimiento y muerte.

37 Felices, han llegado a un lugar seguro,
la extinción en esta misma vida.
Han superado toda amenaza y peligro,
elevándose por encima de todo sufrimiento".

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

AN 8.5 — CONDICIONES DEL MUNDO (1º)

✦

1 «Bhikkhus, estas ocho condiciones del mundo hacen que este siga girando, y el mundo gira en torno a estas ocho condiciones. ¿Qué ocho condiciones? Ganancia y perdida, éxito y fracaso, crítica y elogio, felicidad y sufrimiento. Estas ocho condiciones del mundo hacen que este siga girando, y el mundo gira alrededor de estas ocho condiciones.

2 Ganancia y perdida, éxito y fracaso,
crítica y elogio, felicidad y sufrimiento.
Estas cualidades en la gente son impermanentes,
transitorias y perecederas.

3 Una persona hábil y atenta conoce estas cosas,
y ve que son perecederas.
Las cosas deseables no perturban su mente,
ni lo indeseable la repele.

4 Tanto preferencias como aversiones
se aclaran y se les pone fin, para siempre.
Conociendo el estado inmaculado carente de tristeza,
habiendo superado el renacimiento, entienden correctamente».

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

AN 8.6 — CONDICIONES DEL MUNDO (2º)

✦

1 «Bhikkhus, estas ocho condiciones del mundo hacen que este que siga girando, y el mundo gira en torno a estas ocho condiciones. ¿Qué ocho condiciones? Ganancia y perdida, éxito y fracaso, crítica y elogio, felicidad y sufrimiento. Bhikkhus, estas ocho condiciones del mundo hacen que este que siga girando, y el mundo gira en torno a estas ocho condiciones.

2 Una persona común no instruida se encuentra con la ganancia y la perdida, el éxito y el fracaso, la crítica y el elogio, y con la felicidad y el sufrimiento, y una persona noble instruida también se encuentra con ellas. ¿Cuál es entonces la diferencia entre un discípulo noble instruido y una persona común no instruida?»

3 «Nuestras enseñanzas tienen su raíz en el Buddha, él es nuestro guía y refugio. Señor, pueda el propio Buddha aclararnos por favor el significado de esto. Al escucharlo del Buddha, los bhikkhus lo recordarán.»

4 «Bien, bhikkhus, escuchad y prestad atención, os lo diré.»

5 «Sí, señor», respondieron. El Buddha dijo lo siguiente:

6 «Bhikkhus, cuando personas comunes no instruidas se encuentran con la ganancia no reflexionan: "Esta ganancia que me ha llegado es impermanente, insatisfactoria y transitoria". No lo entienden en profundidad. Cuando se encuentran con la perdida... el éxito... el fracaso... la crítica... el

elogio... la felicidad... el sufrimiento... no reflexiona: "Este sufrimiento que me ha llegado es impermanente, insatisfactorio y transitorio". No lo entienden en profundidad.

7 Entonces la ganancia y la perdida, el éxito y el fracaso, la crítica y el elogio, y la felicidad y el sufrimiento se apoderan de su mente. Aceptan la ganancia y rechazan la perdida. Aceptan el éxito y rechazan el fracaso. Aceptan el elogio y rechazan la crítica. Aceptan la felicidad y rechazan el sufrimiento. Involucrados así en la aceptación y el rechazo, no se liberan del renacer, de la vejez y de la muerte; de la pena, el lamento, el dolor, el abatimiento y la desesperación. No se liberan del sufrimiento, digo.

8 Cuando personas nobles instruidas se encuentra con la ganancia reflexionan: "Esta ganancia que me ha llegado es impermanente, insatisfactoria y transitoria". Lo entienden en profundidad. Cuando se encuentran con la perdida... el éxito... el fracaso... la crítica... el elogio... la felicidad... el sufrimiento... reflexiona: "Este sufrimiento que me ha llegado es impermanente, insatisfactorio y transitorio". Lo entienden en profundidad.

9 Entonces la ganancia y la perdida, el éxito y el fracaso, la crítica y el elogio, y la felicidad y el sufrimiento no se apoderan de su mente. No aceptan la ganancia y rechazan la perdida. No aceptan el éxito y rechazan el fracaso. No aceptan el elogio y rechazan la crítica. No aceptan la felicidad y rechazan el sufrimiento.

9.2 Al abandonar así la aceptación y el rechazo, se liberan del renacer, de la vejez y de la muerte; de la pena, el lamento, el dolor, el abatimiento y la desesperación. Se liberan del sufrimiento, digo. Esta es la diferencia entre un discípulo noble instruido y una persona normal no instruida.

10 Ganancia y perdida, éxito y fracaso,
crítica y elogio, felicidad y sufrimiento;
Estas cualidades en la gente son impermanentes,
transitorias y perecederas.

11 Una persona hábil y atenta conoce estas cosas,
y ve que son perecederas.
Las cosas deseables no perturban su mente,
ni lo indeseable los repele.

12 Tanto preferencias como aversiones
se aclaran y se les pone fin, para siempre.
Conociendo el estado inmaculado carente de tristeza,
habiendo superado el renacimiento, entienden correctamente».

Une Sacra · edición 1.6 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0