



El mensaje viviente del *Dhammapada*

de Bhikkhu Bodhi

Buddha Soto Zen es una organización ubicada en Hialeah, Florida. Entre sus objetivos está el traducir al español las enseñanzas del Eminentísimo Patriarca Eihei Dōgen y otros textos Budistas o comentarios hechos por prominentes autores budistas.

Las traducciones que ofrecemos están a disposición del público para ser descargadas **gratuitamente** a través de nuestra web. Este es nuestro modo de practicar *dhamma dana*; dar generosamente el Dharma a todos aquellos interesados en el estudio y práctica de la meditación y las maravillosas enseñanzas del Buda.

Buddha Soto Zen opera completamente a base de donaciones que nos ayudan a cumplir con nuestros objetivos y nuestras metas. Quienes lo deseen pueden donar a través de nuestra web.

www.buddhasotozen.org

El mensaje viviente del *Dhammapada*

de Bhikkhu Bodhi

por Buddha Soto Zen-Traducciones

www.buddhasotozen.org

El *Dhammapada* es una obra que le es familiar a todo budista devoto y a cada estudiante serio del budismo. Esta pequeña colección de 423 versos sobre la doctrina del Buda es tan rico en profundos entendimientos que podría considerarse como el compendio perfecto del *Dhamma* en su dimensión práctica. En los países del budismo *Theravada*, el *Dhammapada* es considerado como una fuente inagotable de orientación e inspiración espiritual, como el sabio consejero al cual se acude en busca de ayuda para resolver los difíciles e ineludibles problemas morales y personales en la vida cotidiana. Así como el Buda es visto como el ser humano *kalyanamitta*, o el amigo espiritual por excelencia, el *Dhammapada* es visto como la escritura *kalyanamitta* por excelencia, una pequeña encarnación en verso de la sabiduría sin límites y la gran compasión del Maestro.

Para extraer el mensaje de vida de cualquier clásico espiritual, no es suficiente que simplemente lo investiguemos en términos de las preguntas que puedan plantearse en pos de una investigación erudita. Tenemos que dar un paso más allá de un examen académico y tratar de aplicar esas enseñanzas a nuestras propias vidas en nuestra condición actual. Para hacer esto, se requiere que utilicemos nuestra inteligencia, imaginación e intuición para ver *mas allá* de los limitantes contextos culturales en los cuales nació la obra, y *ver profundamente* los rasgos universales de la condición humana que el clásico espiritual aborda específicamente. Tomando en cuenta estas estipulaciones, vamos a examinar el *Dhammapada* con el fin de descubrir lo que este antiguo libro de la sabiduría considera como los fundamentales y perennes problemas espirituales de la vida humana, y aprender qué soluciones pudiera proponer que puedan ser relevantes para nosotros hoy en día. De esta manera, vamos a descubrir el *mensaje viviente* del *Dhammapada*: el mensaje que resuena a lo largo de los siglos y nos habla a nosotros en nuestra condición actual, en la plenitud de nuestra humanidad.

Cuando nos proponemos hacer tal investigación, una dificultad que nos encontramos al comenzar es la gran diversidad de las enseñanzas contenidas en el *Dhammapada*. Es bien sabido

que durante su carrera en la docencia, el Buda siempre ajustó sus palabras a las necesidades y capacidades de sus discípulos. Así, sus discursos en prosa que se encuentran en los cuatro *Nikayas* principales, demuestran ricamente las variadas presentaciones de la doctrina, y esta diversidad se hace aún más pronunciada en el *Dhammapada*, una colección de expresiones que se hablan en el intuitivo y muy cargado medio del verso. Incluso, encontramos en la obra aparentes inconsistencias, lo que puede dejar perplejo al lector superficial y llevar a la suposición de que la enseñanza del Buda está repleta de auto-contradicciones. Así, en muchos versos, el Buda le recomienda ciertas prácticas a sus discípulos basado en que ellas conducen al cielo, mientras que en otros, él desaconseja a sus discípulos a que aspiren al cielo, y alaba al que no se deleita en los placeres celestiales. A menudo, el Buda les encarece hacer obras de mérito, pero en otras partes de la obra ordena a sus discípulos a ir más allá de los méritos y deméritos.

Para lograr entender tales declaraciones contradictorias, para encontrar un mensaje coherente a lo largo de los variados pronunciamientos del *Dhammapada*, vamos a empezar con una declaración que el Buda hace en otro pequeño pero hermoso libro del Canon *Pali*, el *Udana*: "Así como el gran océano tiene un sólo sabor, el sabor de la sal, esta doctrina y disciplina tiene un solo sabor, el sabor de la libertad." A pesar de la variedad en su significado y su formulación, las enseñanzas del Buda todas encajan en un sistema perfectamente coherente que logra su unidad por medio de su objetivo final. Esa meta es la libertad (*vimutti*), que aquí significa la libertad espiritual: la liberación de la mente de todas las obligaciones y ataduras, la liberación de nuestro ser del inseparable sufrimiento de vagar en el *samsara* - el ciclo de los renacimientos. Pero mientras que las enseñanzas del Buda encajan armoniosamente a través de la unidad de su objetivo final, ellas están dirigidas a personas que ocupan diferentes niveles de desarrollo espiritual, y por lo tanto, deben ser expresadas de formas diferentes, las cuales son determinadas por las necesidades de las personas a quien se les enseñe. También en este caso, el agua proporciona una analogía adecuada. El agua tiene una esencia - químicamente, es la unión de dos átomos de hidrógeno con un átomo de oxígeno - pero adquiere las diferentes formas de los recipientes en que se vierte; de manera similar, el *Dharma* tiene una sola esencia - la liberación del sufrimiento - pero asume diferentes expresiones de conformidad con las disposiciones de los que han de ser instruidos y capacitados. Debido a que las diferentes expresiones conducen a un solo fin, y porque se puede llegar al mismo final a través de enseñanzas que se expresan de

diferentes maneras, se dice que el *Dhamma* es *sabyañjana sattha*, "bueno en significado y en formulación."

Para dar sentido a las diversas enseñanzas que se encuentran en el *Dhammapada*, y para captar la visión de la espiritualidad humana expresada por el trabajo en su totalidad, me gustaría sugerir un esquema de cuatro niveles de enseñanza establecido en el *Dhammapada*. Este esquema de cuatro partes proviene de tres necesidades espirituales primarias y perennes en el hombre: en primer lugar, la necesidad de lograr el bienestar y la felicidad en la vida presente, en el ámbito inmediatamente visible de las relaciones humanas; en segundo lugar, la necesidad de alcanzar una vida futura favorable de conformidad con un principio que reconfirma nuestras intuiciones morales más altas; y en tercer lugar, la necesidad de la trascendencia, de superar todos los límites que nos imponen nuestra finitud y temporalidad, y así lograr una libertad sin límites, eterna, e irreversible. Estas tres necesidades dan lugar a cuatro niveles de instrucción, distinguiendo dos niveles correspondientes a la tercera necesidad: el nivel del sendero, cuando estamos en el camino a la trascendencia, y el nivel del fruto, cuando hemos triunfado y alcanzado la trascendencia.

Ahora examinemos cada uno de estos niveles a su vez, ilustrándolos con citas de versos relevantes del *Dhammapada*.

1. El bien humano, aquí y ahora

El primer nivel de enseñanza en el *Dhammapada* se refiere a la necesidad de establecer el bienestar humano y la felicidad en el campo inmediatamente visible de las relaciones personales. El objetivo en este nivel es mostrarnos la manera de vivir en paz con nosotros mismos y nuestros semejantes, la forma de cumplir con nuestras responsabilidades familiares y sociales, y el modo de eliminar los conflictos que infectan a las relaciones humanas y ocasionan sufrimiento tan inmenso al individuo, la sociedad y al mundo en su totalidad.

Las directrices apropiadas para este nivel de instrucción son en gran parte idénticas a los básicos mandatos éticos propuestos por la mayoría de las grandes religiones del mundo. Sin embargo, en la enseñanza del Buda estos mandamientos éticos no son considerados como los *fiats* impuestos por un Dios todopoderoso. Por el contrario, se presentan como preceptos o reglas

de entrenamiento asentados sobre dos bases que son verificables directamente: La preocupación por la integridad personal de uno mismo y la consideración por el bienestar de aquellos a quienes esas acciones puedan afectar.

El consejo más general que el *Dhammapada* da es el evitar todo mal, cultivar el bien, y limpiar nuestra propia mente; se dice que éste es el consejo de todos los Seres Iluminados (v. 183). Se dan, sin embargo, más directivas específicas. Para abstenerse del mal se nos aconseja evitar la irritación en nuestros hechos, nuestras palabras, y nuestros pensamientos, y a ejercer el autocontrol sobre el cuerpo, el habla y la mente (vv. 231 a 234). Uno debe adherirse escrupulosamente a los cinco preceptos morales: la abstinencia de la destrucción de la vida, del robo, de la conducta sexual impropia, de la mentira y de las sustancias tóxicas (vv. 246 hasta 247). El discípulo debe tratar a todos los seres con bondad y compasión, vivir honestamente, controlar sus deseos, decir la verdad, y vivir una vida sobria y honrada. Él debe cumplir con todos sus deberes hacia los padres, la familia inmediata, los amigos, los contemplativos y los *brahmanes* (vv. desde 331 hasta 333).

Un gran número de versos referentes a este primer nivel tienen que ver con la resolución de los conflictos y de la hostilidad. En otras partes del *Sutta Pitaka*, nos enteramos de que el Buda fue un agudo y sensible observador de los acontecimientos sociales y políticos que estaban transformando rápidamente los estados de la India que visitaba en sus rondas de predicación. La violencia, el odio, la crueldad y la continua enemistad de los cuales fue testigo, han persistido hasta el presente, y la respuesta del Buda a este problema sigue siendo la única respuesta que puede ser eficaz. El Buda nos dice que la clave para resolver el problema de la violencia y la crueldad es la antigua máxima del uso de uno mismo como el estándar para determinar la forma de tratar a los demás. De mi parte, tiemblo frente a la violencia, quisiera vivir en paz y no quiero morir. Por lo tanto, poniéndome en el lugar de los demás, he de reconocer que todos los demás seres tiemblan frente a la violencia, que todos desean vivir (en paz)ⁱ y no quieren morir. Al reconocer esto, no debo intimidar a los demás, hacerles daño, o hacer que puedan verse perjudicados de ninguna manera (vv. 129-130).

El Buda vio que el odio y la enemistad continúan y se extienden en un ciclo de auto-expansión: responder al odio con el odio sólo engendra más odio, más enemistad, más violencia,

y alimenta todo el torbellino vicioso de la venganza y la represalia. El *Dhammapada* nos enseña que la verdadera conquista del odio se logra por medio del no odio, por la tolerancia, por el amor (v. 5). Cuando los demás nos perjudican, debemos ser pacientes y tolerantes. Debemos controlar nuestra ira como un piloto controla un carruaje; hay que sobrellevar las palabras de enojo como el elefante en la batalla sobrelleva las flechas que se hunden en su piel; cuando se nos habla con dureza debemos permanecer en silencio como una campana rota (vv. 222, 320, 134).

De acuerdo con el *Dhammapada*, las cualidades distintivas del ser humano superior (*sapurisa*) son la generosidad, la veracidad, la paciencia y la compasión. Es al seguir estos ideales que podemos vivir en paz con nuestra propia conciencia y en armonía con nuestros semejantes. El olor de la virtud, el Buda declara, es más dulce que el aroma de las flores y el perfume; el buen hombre o la buena mujer brillan desde lejos como las montañas del Himalaya; al igual que la flor de loto se levanta en toda su belleza por encima de la suciedad y el lodo del montón de basura en la carretera, también el discípulo del Buda se levanta en el esplendor de la sabiduría por encima de las masas de los mundanos ignorantes (vv. 54, 304, 59).

2. El bien en las vidas futuras

El énfasis fundamental en el primer nivel de la enseñanza del *Dhammapada* es ético; una preocupación que surge del deseo de promover el bienestar humano, aquí y ahora. Sin embargo, las enseñanzas correspondientes a este nivel dan lugar a un profundo problema religioso, un dilema que desafía al pensador maduro. El problema es el siguiente: nuestra intuición moral, nuestro sentido innato de la justicia moral, nos dice que debe haber un principio de compensación en el quehacer del mundo por el que la bondad se encuentre con la felicidad y el mal lleve al sufrimiento. Pero la experiencia cotidiana nos muestra exactamente lo contrario. Todos sabemos de personas muy virtuosas plagadas de todo tipo de dificultades y personas completamente malas que tienen éxito en todo lo que hacen. Sentimos que debe haber alguna corrección en este desequilibrio, alguna fuerza que incline la balanza de la justicia hacia el balance que nos parece correcto, pero nuestra experiencia diaria parece contradecir totalmente esta intuición.

Sin embargo, en sus enseñanzas, el Buda revela que hay una fuerza operante que puede satisfacer nuestra exigencia de una justicia moral. Esta fuerza no puede ser vista con el ojo carnal, ni puede ser registrada por ningún instrumento de medir, pero su trabajo se hace visible a la visión sobrenatural de los sabios y santos, mientras que todos sus principios, en toda su complejidad, son desentrañados por un Buda Perfectamente Iluminado. Esta fuerza se llama *kamma*. La ley del *kamma* se asegura de que nuestras acciones determinadas moralmente no desaparecen en la nada, sino más bien continúan como huellas en las profundas capas ocultas de la mente, donde funcionan de tal manera que nuestras buenas obras finalmente conllevan a la felicidad y al éxito, y nuestras acciones malas al sufrimiento y a la miseria.

La palabra *kamma*, en la enseñanza del Buda, significa acción volitiva. Tal acción puede ser física o verbal, cuando la voluntad se expresa en hechos o palabras, o puede ser puramente mental, cuando la volición queda sin expresarse, en los pensamientos, emociones, deseos y anhelos. Estas acciones pueden ser sanas o insanas: sanas cuando están arraigadas en la generosidad, la amistad y la comprensión, e insanas cuando surgen de la codicia, el odio y el engaño. De acuerdo con el principio del *kamma*, las acciones volitivas realizadas en el curso de una vida, tienen consecuencias a largo plazo que corresponden a la calidad moral de la acción original. Las acciones podrían desaparecer completamente de nuestra memoria, pero una vez realizadas dejan impresiones sutiles en la mente, potencias capaces de maduración en el futuro, para nuestro bienestar o nuestra desgracia.

Según el budismo, la vida consciente no es un subproducto del azar de configuraciones moleculares, o un regalo de un Creador divino, sino un proceso sin principio que surge una y otra vez en el momento del nacimiento y desaparece con la muerte, para ser seguido por un nuevo nacimiento. Hay muchos ámbitos además del humano en los que se puede producir el renacimiento: reinos celestiales de gran gozo, belleza y poder, o, reinos infernales en donde el sufrimiento y la miseria prevalecen. El *Dhammapada* no nos da ninguna enseñanza sistemática sobre el *kamma* y el renacimiento. Como libro de consejos espirituales, este presupone que los principios teóricos son explicados en otras partes de las escrituras budistas, por lo cual se dedica a sí mismo a las consecuencias prácticas de estos en la conducción de la vida. Lo esencial de la ley del *kamma*, sin embargo, se hace perfectamente claro: nuestras acciones volitivas determinan la esfera de la existencia en la que vamos a renacer después de la muerte, las circunstancias y las

dotaciones de nuestras vidas dentro de cualquier forma de renacimiento, y nuestro potencial para el progreso o la decadencia espiritual.

En el segundo nivel de instrucción que se encuentra en el *Dhammapada*, el contenido del mensaje es básicamente el mismo que el del primer nivel: es el mismo conjunto de mandatos morales de abstenerse del mal y hacer el bien. La diferencia está en *el punto de vista* desde el cual se emiten estos preceptos, y el *propósito* para el cual se comentan. En este nivel los preceptos se prescriben para mostrarnos el camino para alcanzar, a largo plazo, la felicidad y la ausencia de dolor, no sólo en el ámbito visible de la vida presente, sino mucho más allá en el futuro lejano en nuestra subsiguiente transmigración en *samsara*. A pesar de la aparente discrepancia entre la acción y el resultado, una ley que abarca todo asegura el triunfo de la justicia moral en última instancia. A corto plazo, los buenos podrán sufrir y los malos podrán prosperar. Pero, todas las acciones intencionadas traen sus resultados adecuados: si uno habla o actúa con una mente perversa, el sufrimiento le sigue igual que la rueda sigue al pie del buey de arado; si uno habla o actúa con una mente pura, la felicidad le sigue como una sombra que nunca se marcha (vv.1-2). El malhechor se lamenta aquí y en adelante; lo atormenta su conciencia y está destinado a planos de miseria. El que hace bien se regocija aquí y en adelante; goza de una buena conciencia y está destinado a los reinos de la felicidad (vv. 15-18). Cumplir con la ley de la virtud lleva hacia arriba, a la felicidad, a la alegría, y a renacimientos superiores. Violar la ley lleva hacia abajo, al sufrimiento y a renacimientos inferiores. La ley es inflexible. El malhechor no puede escapar del resultado de su mal *kamma* en ninguna parte, "ni en el cielo, ni en medio del océano, ni entrando en las hendiduras de las montañas" (v. 127). La persona de buena voluntad cosechará los frutos de su buen *kamma* en vidas futuras con la misma certeza con la que un viajero, al regresar a casa después de un largo viaje, puede esperar ser recibido por su familia y sus amigos (v. 220).

3. El sendero hacia el Supremo Bien

La enseñanza sobre el *kamma* y el renacimiento, con su corolario práctico que debemos realizar acciones de mérito con el fin de obtener un modo de renacimiento más alto, no es de ninguna manera el mensaje final del Buda o el consejo decisivo del *Dhammapada*. En su propio ámbito de aplicación, esta enseñanza es perfectamente válida como medida preparatoria para los

que aún requieren de más maduración en su viaje a lo largo del *samsara*. Sin embargo, un examen más profundo revela que todos los estados de la existencia en el *samsara*, incluso el más alto de los cielos, carecen de valor real, porque todos ellos son inconstantes, sin ningún tipo de sustancia duradera, e incapaces de dar una satisfacción completa y definitiva. Así, el discípulo de facultades maduras, que ha sido preparado a cabalidad por su previa experiencia en el mundo, no tiene anhelos, incluso ni de su renacimiento entre los dioses (vv. 186-187).

Habiendo entendido que todas las cosas condicionadas son intrínsecamente insatisfactorias y llenas de peligros, el discípulo maduro aspira en vez a la liberación de la eternamente repetitiva ronda de renacimientos. Este es el fin último que el Buda indica como el objetivo inmediato para los de facultades espirituales desarrolladas, y también como el ideal a largo plazo para aquellos que todavía necesitan más maduración: *Nibbana*, la Inmortalidadⁱⁱ, el estado no condicionado donde no hay más nacimiento, vejez y muerte, y por lo tanto, no más sufrimiento.

El tercer nivel de instrucción que se encuentra en el *Dhammapada* resume el marco teórico para la aspiración a la liberación final, y establece las directrices relativas a la disciplina práctica que puede llevar esta aspiración a hacerse realidad. El marco teórico es suministrado por la enseñanza de las Cuatro Verdades Nobles, las cuales el *Dhammapada* designa como las mejores de todas las verdades (v. 273): el sufrimiento, el origen del sufrimiento, la cesación del sufrimiento, y el Noble Sendero Óctuple que conduce al cese del sufrimiento. Las cuatro verdades se centran todas en el problema de *dukkha* o sufrimiento, y el *Dhammapada* nos enseña que *dukkha* no debe entenderse sólo como la experiencia del dolor y de la aflicción, pero más ampliamente como la insuficiencia generalizada y miseria de todo lo condicionado: "No hay mal como los agregados de la existencia; todas las cosas condicionadas están sufriendo; las cosas condicionadas son el peor sufrimiento" (vs. 202, 278, 203). La segunda verdad señala que la causa del sufrimiento es el deseo, el ansia por el placer, por las posesiones y por ser, todo lo cual que nos conduce a la ronda de renacimientos, trayendo con sí la tristeza, la ansiedad y la desesperación. El *Dhammapada* dedica todo un capítulo (cap. 24) al tema del ansia, y el mensaje de este capítulo está claro: mientras incluso el más sutil de los hilos del deseo permanezca en la mente, no estamos fuera del peligro de ser arrastrados por el terrible diluvio de la existencia. La tercera noble verdad detalla el objetivo de la enseñanza del Buda: para obtener la liberación del

sufrimiento y escapar del diluvio de la existencia, el deseo debe ser destruido hasta en sus más sutiles profundidades. Y la cuarta noble verdad establece los medios para obtener la liberación, el Noble Sendero Óctuple, que a su vez es el centro de todo un capítulo (cap. 20).

En el tercer nivel de instrucción ocurre un cambio en la enseñanza práctica del *Dhammapada*, el cual corresponde al cambio en la doctrina de los principios del *kamma* y el renacimiento a las Cuatro Nobles Verdades. El énfasis ya no cae en la moralidad básica y en los estados purificados de la mente como vía a planos más favorables del renacimiento. En lugar de ello, el énfasis queda sobre el cultivo del Noble Sendero Óctuple como el medio para destruir el deseo y así liberarse de todo el proceso de renacimiento en sí. El *Dhammapada* declara que el óctuple sendero es la única forma de liberación del sufrimiento (c. 274). Dice esto, no como un dogma fijo, sino porque la completa liberación del sufrimiento proviene de la purificación de la sabiduría, y sólo este sendero, con su énfasis en la visión correcta y el cultivo del entendimiento profundo, conduce a la sabiduría totalmente purificada, a la comprensión completa de la verdad liberadora. El *Dhammapada* declara que los que andan por el sendero llegarán a conocer las Cuatro Nobles Verdades, y habiendo ganado esta sabiduría, terminarán todo el sufrimiento. El Buda nos asegura que al andar el sendero desconcertaremos a *Mara*, sacaremos la espina de la lujuria, y escaparemos del sufrimiento. Pero también nos advierte sobre nuestra propia responsabilidad: nosotros mismos debemos hacer el esfuerzo, ya que los Budas sólo señalan el camino (vv. 275, 276).

En principio, la práctica del Noble Sendero Óctuple está abierta a todo tipo de persona; a las cabezas de familia, así como a los monjes y monjas. Sin embargo, el estudio para el desarrollo de la ruta es más factible para aquellos que han renunciado a todas las preocupaciones mundanas, para dedicarse plenamente a vivir la vida santa. Para que la conducta quede totalmente purificada, para que la mente quede entrenada en la concentración y la visión profunda, es recomendable la adopción de un estilo de vida diferente, uno que reduzca al mínimo las distracciones y los estimulantes del deseo y ordene todas las actividades alrededor del objetivo de la liberación. Así, el Buda estableció la *Sangha*, la orden de *bhikkhus* y *bhikkhunis*, como el campo para la formación de aquellos dispuestos a dedicarse plenamente a la práctica del sendero.

En el *Dhammapada* nos encontramos con el llamado a la vida monástica retumbando por todas partes. La puerta de entrada a la vida monástica es un acto de renuncia radical impulsado por nuestra confrontación con el sufrimiento, sobre todo por nuestro reconocimiento de nuestra inevitable mortalidad. El *Dhammapada* enseña que así como un vaquero conduce el ganado a los pastos, la vejez y la muerte conducen a los seres vivientes de vida en vida (v. 135). No hay lugar en el mundo donde uno puede escapar de la muerte, porque la muerte está grabada en la propia esencia de nuestro ser (v. 128). El cuerpo es un espejismo pintado en el que no hay nada permanente ni estable; es una masa de llagas, un nido de enfermedad, que se disuelve y termina en la muerte; es una ciudad construida de huesos, que contiene dentro de sí misma la descomposición y la muerte; los tontos se aferran a ella, pero los sabios, al ver que el cuerpo termina como un cadáver, pierden todo deleite en las alegrías mundanas (vv. 146-150).

Tras reconocer la transitoriedad y la miseria oculta de la vida mundana, los seres pensantes rompen los lazos con la familia y las relaciones sociales, abandonan sus hogares y los placeres sensuales, y entran en un estado de personas sin hogar: "Al igual que los cisnes que abandonan el lago, abandonan hogar tras hogar...Después de haber pasado de tener hogar a ser personas sin hogar, se deleitan en un desprendimiento que es tan difícil de disfrutar "(vv. 91, 87). Retirados a lugares silenciosos y aislados, los renunciantes buscan la compañía de instructores sabios, que señalan sus defectos, que los amonestan, que los instruyen y los protegen del mal, que les muestran el sendero correcto (vv. 76-78, 208). Bajo su orientación, viven bajo las reglas de la orden monástica, contentos con los requisitos materiales más simples, moderados en el comer, practicando la paciencia y la tolerancia, devotos a la meditación (vv. 184-185). Después de haber aprendido a tranquilizar las inquietas olas de pensamientos y de haber alcanzado la concentración en un sólo punto, avanzan a la contemplación del surgimiento y la caída de todas las formaciones: "El monje que se ha retirado a una morada solitaria y ha calmado la mente, con visión directa comprende el *Dhamma* y surge en él un placer que trasciende todos los placeres humanos. Cada vez que ve con profundo entendimiento la subida y la caída de los agregados, queda lleno de alegría y felicidad (vv. 373, 374).

La vida de meditación llega a su punto máximo en el desarrollo del entendimiento profundo, y el *Dhammapada* enuncia sucintamente los principios que se ven con la sabiduría de la visión directa: "Todas las cosas condicionadas son inconstantes ... Todas las cosas

condicionadas están sufriendo ... Todas las cosas son insustanciales. Cuando uno ve esto con sabiduría, entonces uno se aleja del sufrimiento. Este es el sendero de la purificación "(vv. 277-279). Cuando estas verdades son penetradas por la visión directa, las trabas del apego quedan rotas en pedazos, y el discípulo se levanta a través de etapas sucesivas de realización hasta el logro de la plena liberación.

4. La meta más alta

El cuarto nivel de la enseñanza en el *Dhammapada* no revela nuevos principios de la doctrina o enfoque de la práctica. Este nivel nos muestra, más bien, el fruto del tercer nivel. El tercer nivel expone el camino hacia la meta más alta, la manera de liberarse de toda esclavitud y sufrimiento y de ganarse la paz suprema del *Nibbana*. El cuarto nivel es una celebración y una aclamación de los que han ganado los frutos del sendero y han alcanzado la meta final.

Las etapas de realización definitiva en el camino hacia el *Nibbana* se enumeran como cuatro en el canon *Pali*: entrada a la corriente, cuando uno entra irreversiblemente en el camino hacia la liberación; regreso una vez, cuando uno está seguro de que va a volver a la esfera de los sentidos de la existencia sólo una vez más; sin retorno, cuando uno nunca más volverá a la esfera de los sentidos, pero tendrá un nacimiento espontáneo en un plano celestial y allí llegará al fin del sufrimiento; y *arahant*, la etapa de la liberación completa aquí y ahora . Aunque el *Dhammapada* contiene varios versos que se refieren a los que han logrado las etapas inferiores, su énfasis principal está en el individuo que ha alcanzado el cuarto y último fruto de la liberación, el *arahant*, y la imagen que nos da del *arahant* es conmovedora e inspiradora .

El *arahant* se representa en dos capítulos completos: en el capítulo 7, bajo el mismo nombre, y en el capítulo 26, el último capítulo, bajo el nombre "*Brahmana*", el hombre santo. Se nos dice que el *arahant* ya no está preocupado por la fiebre de las pasiones, él está sin aflicciones y totalmente liberado; ha roto todos los vínculos. Sus corrupciones han quedado destruidas: ya no está atado al alimento, su campo es el vacío y la libertad incondicional. Para los mundanos ordinarios, el *arahant* es incomprensible: su camino no se puede rastrear, como el de las aves en el cielo. Él ha trascendido todos los obstáculos, ha pasado más allá del dolor y del lamento; se ha convertido en un intrépido que está en paz. Está libre de la ira, es devoto y virtuoso, sin ansiedad,

y está bajo su propio control. Tiene un entendimiento y sabiduría profundos; es experto en discriminar el sendero correcto del sendero equivocado; ha alcanzado la meta más alta. Es simpático dentro de un ambiente hostil, pacífico en medio de los violentos, y sin ataduras en medio de los apegados.

En esta misma vida, el *arahant* ha logrado el fin del sufrimiento, despojándose de la carga de los cinco agregados. Ha trascendido los lazos tanto del mérito como del demérito; no tiene aflicciones, no tiene manchas y es puro; está libre de apego y se ha sumergido en la Inmortalidad. Al igual que la luna, él es puro, sin mancha, sereno y claro. Ha desechado todos los vínculos humanos y ha trascendido todos los lazos celestes. Se ha desvinculado de los sustratos de la existencia y ha conquistado todos los mundos. Conoce la muerte y el renacimiento de los seres; está totalmente sin ataduras, bendecido e iluminado. No hay dioses, ángeles o seres humanos que puedan encontrar sus huellas, porque él no se aferra a nada; no tiene apegos ni sujeta nada. Ha llegado al final de los nacimientos, alcanzado la perfección de la visión profunda, y llegado a la cumbre de la excelencia espiritual. Portando su último cuerpo, estando en perfecta paz, el *arahant* es la demostración viviente de la verdad del *Dharma*. Por su propio ejemplo, él demuestra que sí es posible liberarse de las manchas de la avaricia, del odio y del engaño, para elevarse por encima del sufrimiento y obtener el *Nibbana* en esta misma vida.

El *arahant* ideal alcanza su ejemplificación óptima en el primero y el más alto de los *arahants*, el Buda; y el *Dhammapada* hace una serie de pronunciamientos importantes sobre el Maestro. El Buda es el maestro supremo que no depende de nadie más para su orientación, quien ha alcanzado la iluminación perfecta a través de su auto-desarrollada sabiduría (v. 353). Es el dador de refugio, y él mismo es el primero de los tres refugios; aquellos que se refugian en el Buda, su Doctrina y su Orden son liberados de todo sufrimiento, después de ver las Cuatro Nobles Verdades con la sabiduría adecuada (vv.190-192). El logro de la iluminación perfecta por el Buda, lo eleva a un nivel muy por encima de la humanidad común: el Iluminado no deja huellas, es de alcance ilimitado, libre de la mundanalidad, el conquistador de todo, el conocedor de todo, y es, en todas las cosas, sin mancha (vs. 179 , 180, 353). El sol brilla de día, la luna brilla de noche, el guerrero brilla en su armadura, el *brahman* brilla en la meditación, pero el Buda, se nos dice, brilla resplandeciente todo el día y toda la noche (v. 387).

Esto completará nuestra presentación de los cuatro niveles básicos de enseñanza que se encuentran en el *Dhammapada*. Entretejidos con los versos relativos a estos cuatro niveles principales, cursan por todo el *Dhammapada* un gran número de versos que no se pueden atar exclusivamente a un solo nivel, pero que tienen una aplicación más amplia. Estos versos bosquejan la visión del mundo del budismo en sus albores y su característico entendimiento de la existencia humana. Fundamental para esta visión del mundo, tal como (se entiende) aparece en el texto, es la dualidad ineludible de la vida humana. El hombre camina un delicado equilibrio entre el bien y el mal, la pureza y la impureza, el progreso y la decadencia; él busca la felicidad, y le teme al sufrimiento, la pérdida y la muerte. Tenemos libertad para elegir entre el bien y el mal, y debemos asumir toda la responsabilidad por nuestras decisiones. Una y otra vez el *Dhammapada* hace sonar este desafío a la libertad humana: somos los responsables y dueños de nosotros mismos, los protectores o destructores de nosotros mismos; somos nuestros propios salvadores, y no hay nadie más que pueda salvarnos (vv. 160, 165, 380). Incluso el Buda sólo puede indicar el sendero a la liberación; la labor de encaminar sus pasos le queda al discípulo (vv. 275 a 276). Al final tenemos que escoger entre el camino que lleva de vuelta al mundo, a la ronda del devenir, y el camino que lleva a salir del mundo, al *Nibbana*. Y aunque este último recorrido es extremadamente difícil, el Buda habla palabras de confianza que confirman que sí se puede hacer, que está a nuestro alcance el superar todos los obstáculos y triunfar, incluso sobre la misma muerte.

El papel principal para lograr avances en todos los ámbitos, asevera el *Dhammapada*, lo juega la mente. El *Dhammapada* comienza con una afirmación clara de que la mente es la precursora de todo lo que somos, el fabricante de nuestro carácter, el creador de nuestro destino. Toda la disciplina budista, desde la moralidad básica hasta el lograr el estado de *arahant*, depende del entrenamiento de la mente. Una mente mal dirigida hace más daño que cualquier enemigo; una mente bien dirigida trae mayor bien que cualquier familiar o amigo (vv. 42-43). La mente es rebelde, caprichosa, y difícil de someter, pero con esfuerzo, una fija atención y auto-disciplina, uno puede dominar la mente, escapar del diluvio de las pasiones, y encontrar "una isla que ningún diluvio puede arrollar" (v. 25). La persona que se vence a sí misma, el vencedor de su propia mente, logra una conquista que nunca se puede deshacer, una victoria mayor que la de los más poderosos guerreros (vv. 103-105).

Lo que más se necesita para entrenar y dominar la mente, de acuerdo con el *Dhammapada*, es una cualidad denominada aguda atención (*appamada*). Esa *aguda atención* combina una conciencia crítica de uno mismo y una energía incesante (al seguir un) en un proceso de constante observación de sí mismo con el fin de detectar y expulsar las impurezas cada vez que éstas busquen la oportunidad de salir a la superficie. En un mundo donde no tenemos ningún salvador, excepto nosotros mismos, y en donde los medios para la liberación se encuentran en la purificación mental, la *aguda atención* se convierte en el factor crucial para asegurar que sigamos rectos en la trayectoria de la formación sin ser desviados por el señuelo seductor de los placeres de los sentidos o por las influencias de la pereza y la complacencia que nos atascan. El Buda declara que la *aguda atención* es el camino a la Inmortalidad, y su carencia el sendero a la muerte. Los sabios que entienden esta distinción moran en la *aguda atención* y alcanzan el *Nibbana*, "la libertad incomparable sin esclavitud" (vv. 21-23).

ⁱ Se colocó en paréntesis “en paz” para darle consistencia a esta frase con relación a la anterior que dice “quiero vivir en paz”.

ⁱⁱ “Deathless” es la palabra más usada en inglés en vez de *Nibbana* (*Pali*; *Nirvana*, sánscrito). Se ha traducido como “Inmortalidad” aunque este término podría causar una errónea comprensión del *Nibbana*. Lo importante es tener en cuenta que la “Inmortalidad”, tal como aquí se usa, no se refiere a que hay “algo” que no muere y que, por lo tanto, vive eternamente.

Traducción: © 2011 Buddha Soto Zen. Traducido por O. Antonio Reyes.

Original: © 1993 Buddhist Publication Society. “The Living Message of the Dhammapada” by Bhikkhu Bodhi. Access to Insight Edition, © 1993-2011

Uso: Se puede copiar, reproducir en otro formato, imprimir, publicar y distribuir esta traducción al español a través de cualquier medio siempre que: (1) se ofrezca lo descrito *gratis* solamente; (2) se indique claramente que todo trabajo derivado de éste, incluyendo traducciones, proviene de esta fuente y (3) se incluya el texto completo de esta autorización en cualquiera de los productos derivados de esta traducción. En todo lo demás los derechos sobre la traducción en español están reservados.

Buddha Soto Zen opera completamente a base de donaciones que nos ayudan a cumplir con nuestros objetivos y nuestras metas. Quienes lo deseen pueden donar a través de nuestra web, www.buddhasotozen.org.