

GOTAMA
EL BUDDHA

SU VIDA Y
SU ENSEÑANZA

Vipassana Research Institute

Título en Inglés:

Gotama the Buddha: His Life and His Teaching

Inicialmente Publicado bajo el título:

Gotama Buddha and The Dhamma, en 1988 por Vipassana Research Institute www.vri.dhamma.org

Primera Edición Electrónica en Español: 2008

Segunda Edición Electrónica en Español realizada por: Comité Global de Traducciones en Español, Julio 2012

Primera Impresión en Argentina: 2012

Prohibida su venta. Distribución gratuita.
Este libro fue impreso de la versión electrónica publicada
en www.spanish.dhamma.org/os.

El objetivo de esta impresión ha sido el de facilitar su acceso y lectura.

ÍNDICE

LA VIDA DEL BUDDHA	4
LA ENSEÑANZA DEL BUDDHA	9
LOS SEIS CONCILIOS	11
LA DIFUSIÓN DEL DHAMMA	13
LUGARES HISTÓRICOS VINCULADOS AL BUDDHA	15
LA MEDITACIÓN VIPASSANA	17
LA ENSEÑANZA EN LA ACTUALIDAD	21
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	23
VIPASSANA EN INTERNET	23

LA VIDA DEL BUDDHA

El Siglo VI antes de Cristo fue una era importante para la historia: fue el período durante el cual nació un gran benefactor de la humanidad, reconocido bajo el nombre de Gotama, el Buddha. El Buddha redescubrió el sendero del Dhamma que conduce a la erradicación del sufrimiento universal. Con gran compasión dedicó cuarenta y cinco años de su vida a enseñar el sendero que ayudó a millones de personas a liberarse de la desdicha. Hoy en día este sendero aún sigue ayudando a la humanidad y continuará haciéndolo mientras la enseñanza y la práctica se mantengan en su prístina pureza.

La historia nos cuenta que en el año 624 A.C. el Rey Suddhodana gobernaba el reino de Sākya. Él tenía dos reinas: Mahāmāyā, la reina principal y Mahāpajāpatī Gotamī, la reina más joven que era hermana de Mahāmāyā. Cuando Mahāmāyā se encontraba viajando desde la capital Kapilavatthu, hacia el hogar de sus padres en Devadaha para tener a su primer hijo, dio a luz en el camino bajo un gran árbol de sāla en el bosque de Lumbinī durante la luna llena del Vesākha (meses de Abril-Mayo).

Un anciano sabio llamado Asita visitó el palacio y al ver las marcas de grandeza (*mahāpurīsa lakkaṇa*) en el niño, primero manifestó júbilo y posteriormente derramó algunas lágrimas. Estaba feliz de ver al gran ser que había llegado al mundo para enseñar a la humanidad que sufría cómo erradicar su desdicha, y aun así lloró porque no viviría lo suficiente para poder beneficiarse de esta enseñanza.

Cinco días después del nacimiento se llevó a cabo la ceremonia donde se elegiría el nombre del niño. Fueron invitados un grupo de brāhmanes y todos ellos, excepto Koṇḍañña, predijeron que el niño sería o bien un gran Emperador (*Cakkavatti Rājā*) o un Iluminado, un Buddha. Sin embargo, Koṇḍañña anunció que definitivamente el niño se convertiría en un Buddha. El niño fue nombrado Siddhattha que significa *aquel que ha cumplido su objetivo*.

Exactamente siete días después del nacimiento la reina Mahāmāyā falleció y el joven Siddhattha Gotama (Gotama era su nombre de familia) fue criado por su madrastra Mahāpajāpatī Gotamī. Mientras crecía el joven príncipe prefería la soledad y la vida meditativa en vez de los juegos y las bromas naturales de su edad. Esto fue observado por su padre, quien temeroso de la profecía, hizo todo lo posible para desviar la atención del joven Siddhattha hacia las distracciones mundanas, protegiéndolo también del contacto con cualquier clase de sufrimiento.

A la temprana edad de dieciséis años, Siddhattha se casó con Yasodharā, una bella princesa. La esperanza de su padre era que ella lo uniría a la vida familiar. Hasta los veintinueve años de edad vivió una vida de jefe de familia disfrutando de gran lujo y comodidad.¹

Un día, mientras Siddhattha viajaba en su carruaje, vio por el camino a un hombre viejo y decrepito, luego a un hombre enfermo, posteriormente el cuerpo de un hombre muerto y finalmente, a un asceta que irradiaba luz y paz en su rostro. Estos cuatro incidentes dejaron una profunda impresión en él; comenzó a reflexionar sobre la desdicha inherente a la

existencia y al mismo tiempo, se sintió atraído a renunciar al mundo y a buscar el sendero hacia la liberación.

Cuando el Príncipe Siddhattha y la Princesa Yasodharā tuvieron un hijo, Siddhattha percibió este evento como una atadura y decidió llamar al niño Rāhula, que significa *obstáculo*. Sin embargo, finalmente el niño no resultó ser una atadura pues Siddhattha decidió apresurarse a renunciar a la vida mundana antes que su apego se hiciera más grande. Decidió adoptar la vida de un errante en búsqueda de la verdad. Una noche salió del palacio en compañía de su sirviente Channa. Después de caminar cierta distancia se despojó de sus prendas reales y ornamentos, entregándoselos a Channa, se cortó el cabello y se convirtió en un asceta. Tenía entonces veintinueve años de edad.

Durante seis años deambuló en búsqueda de la verdad. Primero conoció a los maestros espirituales Ālāra Kālāma y Uddaka Rāmaputta, y aprendió de ellos las profundas absorciones de concentración que eran practicadas en aquella época (el séptimo y el octavo *jhāna*). A pesar de esta práctica, Siddhattha no estaba satisfecho; aunque su mente estaba más calmada y apacible, y purificada en buen grado, en los niveles más profundos de su mente aún permanecían impurezas latentes. Su mente no había alcanzado la purificación total.

En esta etapa de su búsqueda prosiguió hacia Senānigāma en Uruvelā. Allí practicó rigurosas austeridades junto con otros cinco renunciates – los *pañcavaggiya bhikkhus*. Debido al ayuno, se redujo a un mero esqueleto, y aun así no había logrado la purificación total. Como resultado de todas estas experiencias él comprendió que, así como la vida de lujos y comodidades era un extremo y no la vía para erradicar el sufrimiento, la vida de tortura física y severa penitencia era el otro extremo; esta comprensión le llevó hacia el camino medio. Decidió comer nuevamente y recibió una ofrenda de arroz con leche de una joven que vivía en los alrededores llamada Sujātā. En este momento sus cinco compañeros le dejaron porque ellos aún seguían convencidos de que el sendero de la auto mortificación era la vía hacia la iluminación.

Siddhattha continuó solo. Durante la luna llena de Vesākha (Abril-Mayo), después de refrescarse en el río Nerañjarā, se dirigió hacia un agradable bosque de árboles. Allí se sentó con la firme determinación (*adhiṭṭhāna*) de que no dejaría su lugar hasta lograr la Iluminación.² Pasó esa noche en profunda meditación explorando la verdad en su interior y redescubrió la antigua y perdida técnica de *vipassanā*.

Vipassana significa *ver las cosas como realmente son, y no sólo como aparentan ser*. En el *Brahmajāla Sutta* testifica cómo practicó esto para lograr la Iluminación.

*“Habiendo experimentado como realmente son, el surgimiento de las sensaciones, su desaparición, el deleite por ellas, el peligro en ellas y la liberación de ellas, el Iluminado, monjes, se desapegó y se liberó”.*³

Practicando Vipassana traspasó los velos de la ignorancia, el auto-engaño y la ilusión. Descubrió la Ley del Origen Dependiente (*paṭiccasamuppāda*), la cadena de causas y efectos que condiciona a todo el universo.⁴ Cualquier cosa que surge, surge debido a una

causa; cuando la causa es erradicada no puede haber efecto resultante. Por lo tanto, eliminando totalmente la causa del sufrimiento uno puede obtener verdadera felicidad, verdadera liberación de todas las desdichas. Con esta comprensión, penetró la ilusión de la solidez de la mente y la materia, disolvió la tendencia de su mente a aferrarse y ansiar, y alcanzó así la verdad incondicionada. La oscuridad de la ignorancia fue disipada y la luz de la sabiduría brilló en todo su esplendor. Las impurezas más sutiles de su mente desaparecieron y todas las cadenas se rompieron. No quedó avidez por el futuro; su mente se liberó de todos los apegos.

Siddhattha Gotama logró la Iluminación suprema experimentando la verdad última en toda su pureza, convirtiéndose así en un *Sammāsambuddha*. El árbol bajo el cual se sentó fue conocido como el árbol de Bodhi y el lugar donde se encontraba como Bodhagayā.

Con la experiencia de la completa liberación se manifestaron las siguientes palabras de regocijo (*udāna*):

*Anekajātisaṃsāraṃ sandhāvissaṃ anibbisam,
gahakāraṃ gavesanto dukkhā jāti punappunam.
Gahakāra dīṭṭhosi puna geham na kāhasi,
sabbā te phāsukā bhaggā gahakūṭam visaṅkhitaṃ,
visaṅkhāragataṃ cittaṃ taṇhānaṃ khayamajjhagā.*⁵

A través de innumerables nacimientos he deambulado en el saṃsāra buscando, sin encontrar, al constructor de la casa; enfrentando el sufrimiento una y otra vez en cada nuevo nacimiento. ¡Constructor de la casa, ahora has sido visto! No podrás construir nuevamente una casa para mí. Todas las vigas y el poste central han sido destruidos. La mente está libre de todos los saṅkhārās. El estado libre de avidez ha sido alcanzado.

Después de su Iluminación, el Buddha pasó varias semanas disfrutando de la paz del *nibbāna*. Al final de este período Tapassu y Bhallika, dos comerciantes de Ukkala, le ofrecieron pasteles de arroz y miel.⁶ Estas dos personas se convirtieron en los primeros discípulos laicos (*upāsakā*), tomando refugio sólo en el Buddha y en el Dhamma, ya que el Saṅgha aún no se había formado.

La tradición birmana afirma que estos dos comerciantes provenían de Okkala, una antigua ciudad cerca del actual Rangún; los birmanos se sienten orgullosos de que las primeras personas que rindieran respetos al Buddha y al Dhamma fueran de Birmania y de que los primeros alimentos que el Buddha probó después de la Iluminación fueran arroz birmano y miel.

Con infinita compasión el Buddha decidió enseñar el profundo Dhamma. Sus dos maestros anteriores, Āḷāra Kālāma y Uddaka Rāmaputta, quienes podrían haber comprendido el Dhamma, habían fallecido. Así que decidió ir a Isipatana-migadāya en Sāranāth, el parque de los ciervos cerca de Vārāṇasī, para enseñar a sus cinco compañeros que lo habían dejado justo antes de su Iluminación. Fue en la luna llena de Āsāḷha (Junio-Julio) que el Buddha puso en marcha la Rueda del Dhamma con la enseñanza del *Dhammacakkappavattana Sutta*⁷ explicándoles el camino medio. Ellos se convirtieron en los primeros cinco discípulos *bhikkhus*, por lo tanto, los primeros miembros del *Bhikkhu*

Saṅgha (La Orden de Monjes). Este sermón fue seguido por el *Anatta-lakkhaṇa Sutta*⁸, al final del cual los cinco lograron alcanzar la completa liberación (*arahant*) mediante la práctica de Vipassana. Ellos comprendieron la verdad de la impermanencia, la insustancialidad y la naturaleza insatisfactoria de la realidad (*anicca, dukkha y anattā*) al nivel de la experiencia.

Poco tiempo después de esto, Yasa, el hijo de un rico comerciante de Vārāṇasī quien se encontraba deprimido, mentalmente trastornado y no encontraba paz en su riqueza y su forma de vida, se acercó al Buddha y recibió la ordenación. Después de él sus cincuenta y cuatro amigos también se hicieron monjes. Habiendo degustado el Dhamma, pronto obtuvieron la paz que buscaban y con la práctica continua todos alcanzaron el estado de *arahant*.⁹ Los padres de Yasa se convirtieron en los primeros discípulos en tomar refugio en la Gema Triple, puesto que ya existían tres cualidades en las cuales se podía tomar refugio: el Buddha, el Dhamma y el Saṅgha.

En los siguientes meses fue la temporada de lluvias y el Buddha la pasó en retiro (*vassāvāsa*) en Sāranāth con el *Saṅgha*, que había aumentado a sesenta *bhikkhus arahants*.

Al terminar la temporada de lluvias les dio la siguiente instrucción:

*“Id por los caminos, monjes, para beneficio de muchos, para la felicidad de muchos. Irradiad compasión en el mundo, para bienestar, beneficio y felicidad de dioses y hombres. Que no vayan dos en la misma dirección.”*¹⁰

El Buddha envió a estos sesenta *bhikkhus* a diferentes lugares a enseñar el Dhamma. Como ellos mismos habían comprendido la verdad del sendero de la liberación, se convirtieron en brillantes ejemplos de lo que enseñaban. Su enseñanza no consistía simplemente en meros discursos o palabras; su éxito se debía a que permitían a las personas practicar lo que se enseñaba.

La naturaleza del Dhamma es tal que es benéfica en el comienzo, benéfica a la mitad y benéfica al final.¹¹ Los resultados de la práctica (*paṭipatti*) comenzaron a manifestarse y gente de diversas sectas, castas y clases fueron atraídas por el Dhamma. Líderes de varias sectas comenzaron a practicar el Dhamma. Mientras el Buddha iba de camino a Senānigāma en Uruvelā, los treinta Bhaddavaggiya recibieron la ordenación. Los tres hermanos Kassapa procedentes de Uruvelā junto a sus mil seguidores se convirtieron en monjes.¹² También los dos brāhmanes Sāriputta y Moggallāna se ordenaron y posteriormente se convirtieron en los discípulos principales del Buddha.¹³

Muchas otras personas importantes de aquella época también fueron atraídas por el Dhamma puro: los reyes Bimbisāra, Suddhodana y Prasenajita; los ricos comerciantes Anāthapiṇḍika, Jotiya, Jaṭila, Meṇḍaka, Puṇṇaka y Kākavaliya e importantes mujeres como Visākhā, Suppavāsā y Khemā. Todos ellos donaron varios monasterios al Saṅgha con la sana volición de que el Dhamma se extendiese por toda la sociedad. Estas instalaciones permitieron que la gente aprendiera y practicara el Dhamma y se liberasen de su sufrimiento.

El Buddha pasó su segunda, tercera y cuarta estación de lluvias en Rājagaha, en el Bosque de Bambú donado por el rey Bimbisāra. El Buddha siempre permanecía en un lugar

durante la estación de lluvias y se trasladaba por el norte de la India enseñando el Dhamma durante el resto del año. En uno de estos viajes fue a Kapilavatthu por invitación del rey Suddhodana y el Buddha fue recibido con honores por los habitantes Sākya; durante esta visita, miles de ellos se unieron al Saṅgha, incluyendo su hijo Rāhula y su medio hermano Nanda. Otros, como Anuruddha, Bhaddiya, Ānanda, Bhagu, Kimbila, Devadatta e incluso el barbero real Upāli, también se unieron.

La quinta estación de lluvias la pasó en Vesāli y fue en ese año que el Rey Suddhodana, el padre del Buddha, murió. Su viuda, Mahāpajāpatī Gotama, le solicitó al Buddha que permitiese a las mujeres unirse al Saṅgha; Ānanda intercedió por ellas y su petición fue concedida. Éste fue el comienzo de la Orden de Monjas (*Bhikkhūnī Saṅgha*).

El Buddha pasó la siguiente estación de lluvias en Maṅkulapabbata y la séptima temporada en Tāvatiṃsa enseñando el *Abhidhamma* (elevadas enseñanzas) a su madre Mahāmāyā y a otros *devas*.

Posteriormente los retiros de la octava a la decimonovena estación de lluvias los pasó en los siguientes lugares: Bhesakalāvana, Kosāmbī, el bosque de Pārileyyaka, la aldea del brāhman de Ekanālā, Verañjā, Cālikapabbata, Jetavana en Sāvatti, Kapilavatthu, Āḷavī y Rājagaha.

En la vigésima estación el Buddha transformó la vida del feroz Aṅgulimāla, quien había asesinado previamente a novecientos noventa y nueve personas. Al entrar en contacto con el Dhamma, Aṅgulimāla se convirtió en una persona santa y posteriormente en un *arahant*. El Buddha pasó la vigésima estación de retiro en Rājagaha. Desde la estación de lluvias número veintiuno hasta la número cuarenta y seis, su retiro final, el Buddha pasó su tiempo en Sāvatti en los Vihāra (monasterios) de Jetavana y Pubbārāma.

A lo largo de toda su vida enfrentó continuamente la oposición por parte de aquellos que se encontraban atados por antiguas supersticiones y creencias basadas en el nacimiento, la casta, las clases, el sacrificio de animales, etc. En ocasiones enfrentó gran oposición de sectas que intentaban desacreditarlo a él y a sus enseñanzas por medio de escándalos. Un monje, Devadatta, intentó crear una división en la Saṅgha, e incluso intentó asesinar al Buddha a través de distintos medios. En todos los casos, el Buddha utilizó su infinita sabiduría, amor y compasión para vencer las fuerzas contrarias y continuó sirviendo a más y más seres que sufrían.

A la edad de ochenta años el Buddha visitó Vesāli, donde la cortesana Ambapālī le ofreció comida e hizo la donación del Bosque de Ambalaṭṭhikā para la Saṅgha. A través de la práctica del Dhamma ella se liberó de la inmoralidad, estableciéndose en la verdad y se convirtió en una *arahant*. Posteriormente, durante el mismo año, el Buddha visitó Pāvā y permaneció en el bosque de mangos de Cunda; aquí tomó lo que sería su último alimento y enfermó. En esta delicada condición continuó hasta Kusinārā, donde indicó a Ānanda que extendiera su túnica superior entre dos árboles de sāla, informándole que el final de su vida había llegado. Un gran número de monjes, seguidores laicos y *devas* se congregaron a su alrededor para rendirle sus últimos respetos.

El Buddha pronunció su última exhortación, conocida como *pacchimā-vācā*:

*Vaya-dhammā saṅkhārā,
appamādena sampādetha.*¹⁴

*La descomposición es inherente a todas las cosas compuestas;
trabajad para vuestra propia salvación con diligencia.*

Enseñando el Dhamma, tal como lo practicaba, el Buddha alcanzó el *Mahāparinibbāna* a los ochenta años de edad bajo la luna llena del Vesākha del año 544 A.C.

LA ENSEÑANZA DEL BUDDHA

El Buddha enseñó el camino medio. En el primer sermón conocido como *Dhammacakkappavattana Sutta*¹⁵ o *La Puesta en Marcha de la Rueda del Dhamma*, el Buddha enseñó que los buscadores de la verdad deben evitar dos extremos: el de los placeres sensuales y el de las penas y austeridades extremas. Esta vía media la explicó a través de las Cuatro Nobles Verdades y el Sendero Óctuple.

Las Cuatro Nobles Verdades

1. Existe el sufrimiento.
2. El sufrimiento posee una causa: la avidez.
3. Si la avidez cesa, cesa el sufrimiento.
4. Existe un sendero que conduce a la cesación del sufrimiento.¹⁶

Este sendero que conduce a la cesación del sufrimiento es el Sendero Óctuple. Está dividido en tres partes: *sīla* o vida moral, *samādhi* o control de la mente, y *paññā* o purificación total de la mente a través de la sabiduría y la visión cabal.

El Sendero Óctuple

Sabiduría (*Paññā*)

3. Recta comprensión (*sammā-diṭṭhi*).
4. Recto pensamiento (*sammā-saṅkappo*).

Conducta Moral (*Sīla*)

6. Recta palabra (*sammā-vācā*).
7. Recta acción (*sammā-kammanto*).
8. Recto sustento (*sammā-ājīvo*).

Control de la Mente (*Samādhi*)

- Recto esfuerzo (*sammā-vāyāmo*).
- Recta atención (*sammā-sati*).
- Recta concentración (*sammā-samādhi*)

La Ley del Origen Dependiente

El Buddha explicó en qué consistían las Cuatro Nobles Verdades por medio de la Ley del Origen Dependiente (*paṭiccasamuppāda*).

“Con la ignorancia y la avidez como compañeros nuestros hemos estado fluyendo en la corriente de repetidas existencias desde tiempos inmemoriales. Llegamos a la existencia y experimentamos varios tipos de desdichas, morimos y renacemos una y otra vez sin poner fin a este ininterrumpido proceso de devenir.”¹⁷ El Buddha dijo que esto es el *saṃsāra*.

Además añadió: “Entendiendo correctamente el peligro de este proceso, comprendiendo completamente la avidez como su causa, liberándose de las acumulaciones del pasado y no creando nueva avidez en el futuro, uno debe conscientemente llevar la vida del desapego.”¹⁸ Aquel que ha erradicado de raíz la avidez, encuentra que su mente se ha serenado y ha alcanzado el estado en el que no existe más devenir en lo absoluto. Éste es el estado de *nibbāna*, libre de sufrimiento.

Una visión más cercana del funcionamiento de la Ley del Origen Dependiente mostrará claramente cómo puede detenerse este proceso del devenir y lograr la liberación.¹⁹ Existen doce eslabones conectados en la cadena circular del devenir:

- Dependientes de la ignorancia (*avijjā*), las reacciones (*saṅkhārā*) surgen,
- dependiente de las reacciones, la conciencia (*viññāṇa*) surge,
- dependientes de la conciencia, la mente y la materia (*nāma-rūpa*) surgen,
- dependientes de la mente y la materia, las seis puertas sensoriales (*saḷāyatana*) surgen,
- dependiente de las seis puertas sensoriales, el contacto (*phassa*) surge,
- dependiente del contacto, la sensación (*vedanā*) surge,
- dependiente de la sensación, la avidez (*taṇhā*) surge,
- dependiente de la avidez, el apego (*upādāna*) surge,
- dependiente del apego, el devenir (*bhava*) surge,
- dependiente del devenir, el nacimiento (*jāti*) surge,
- dependientes del nacimiento, la vejez y la muerte (*jarā, maraṇa*) surgen.

Esto muestra que dependiente de uno está el origen del otro. El anterior sirve como la causa y el resultado posterior como el efecto. Esta cadena es el proceso responsable de nuestra desdicha. Mediante la práctica de Vipassana puede detenerse este proceso.

Para romper esta interminable cadena de la existencia, el Buddha encontró a través de su propia experiencia personal, que el sufrimiento surge debido a la avidez (*taṇhā*). Explorando la profundidad de su mente comprendió que entre el objeto externo y la reacción mental de avidez existe un eslabón: la sensación del cuerpo (*vedanā*). Siempre que uno se encuentra ante un objeto, mediante los cinco sentidos físicos o la mente, surge una sensación en el cuerpo y basado en la sensación surge la avidez. Si la sensación es agradable uno desea prolongarla; si la sensación es desagradable uno desea librarse de ella. En la Cadena del Origen Dependiente el Buddha manifestó este descubrimiento: dependiente del contacto surge la sensación, dependiente de la sensación surge la avidez.²⁰ La causa inmediata y verdadera del surgimiento de la avidez y el sufrimiento no es, por lo tanto, algo externo a nosotros sino las sensaciones que ocurren en nuestro interior. Para liberarnos de la avidez y del sufrimiento debemos lidiar con la realidad interna, es decir, con las sensaciones (*vedanā*). Ésta fue la excepcional contribución de la enseñanza del Buddha.

El hábito de una mente sin entrenamiento es deleitarse con las sensaciones, generar avidez con cada sensación que experimenta; sin embargo, aprendiendo a observarlas, uno llega a entender que todas las sensaciones son impermanentes y que cualquier apego a ellas genera sufrimiento. Gradualmente, uno aprende a abstenerse de reaccionar con avidez a las sensaciones, adoptando la postura de un observador imparcial, apreciando todas las sensaciones como manifestaciones de la realidad insustancial y cambiante. En el proceso, los condicionamientos acumulados en la mente (*saṅkhārā*), se erradican gradualmente. Cuanto más desapasionadamente se observa, más capas de los condicionamientos pasados se erradican, hasta que se alcanza el estado en el que la mente se libera del hábito de reaccionar con avidez. Como resultado, el proceso de “*dependiente de la sensación surge la avidez*” se transforma en el proceso de “*dependiente de la sensación surge la sabiduría*” y el círculo vicioso de la desdicha se detiene. Este proceso gradual de purificación es Vipassana. El Buddha dijo: “*He mostrado paso a paso la extinción del condicionamiento mental.*”²¹ Cada paso se da mediante la observación de las sensaciones del cuerpo (*vedanā*). Éste es el sendero que conduce al objetivo final, un objetivo que todos pueden alcanzar a través de la práctica de la meditación Vipassana, la aplicación práctica del camino medio señalado por el Buddha compasivo.

LOS SEIS CONCILIOS

(*Dhamma - Saṅgītis*)

Los seis concilios o *Dhamma–Saṅgītis* se llevaron a cabo con el propósito de compilar las palabras del Buddha. Fueron llamados concilios de recitación o *saṅgītis*, debido a que los textos fueron recitados, frase por frase, por un eminente *Thera* (monje veterano) y cantados después de él, a coro, por toda la congregación. Fue sólo a partir de la aceptación unánime de los miembros de la congregación que las palabras fueron recopiladas. Esta recopilación de las enseñanzas del Buddha se llama *Tipiṭaka*.²²

Existen dos aspectos importantes del Dhamma – el aspecto teórico, textual (*pariyatti*) y el aspecto práctico, aplicado (*paṭipatti*). Básicamente, el trabajo de estas recitaciones o concilios tiene como fin preservar el aspecto del *pariyatti* del Dhamma en su prístina pureza. El medio para preservar el aspecto *paṭipatti* del Dhamma es la práctica misma de la enseñanza del Buddha transmitida de maestro a discípulo.

Los concilios fueron necesarios para preservar las palabras con precisión ya que hasta el Cuarto Concilio, las palabras del Buddha no fueron transcritas sino únicamente aprendidas de memoria. Estos concilios también ofrecían un foro para solucionar las disputas en el Saṅgha y mantener la pureza de la disciplina monástica.

A continuación se encuentra una breve descripción de cada uno de los seis Concilios:

Primer Concilio (*Paṭhama-Dhamma Saṅgīti*) fue organizado en Rājagaha, bajo el patrocinio del rey Ajātasattu, en el año 544 A.C., después del *Mahāparinibbāna* del Buddha. Mahākassapa Thera presidió el concilio, Upāli fue el expositor del Vinaya y Ānanda fue el expositor del Dhamma. Estuvo compuesto por quinientos *arahants* y su duración fue de siete meses.

Segundo Concilio (*Dutiya-Dhamma Saṅgīti*) fue organizado en Vesāli bajo el patrocinio del rey Kālāsoka en el año 444 A.C., cien años después del Primer Concilio. Participaron setecientos monjes y fue presidido por Revata Thera.

Tercer Concilio (*Tatiya-Dhamma Saṅgīti*) fue organizado en Pāṭaliputta, bajo el patrocinio del rey Dhammāsoka, conocido como el Rey Asoka, en el año 326 A.C. Thera Moggaliputta Tissa presidió el concilio en el que mil monjes, muy versados en las palabras del Buddha, participaron durante nueve meses. En este concilio se compiló una colección adicional de las palabras del Buddha, el *Kathāvatthu* y se añadió al *Tipiṭaka*. Después del concilio nueve *Theras* fueron enviados a diferentes países para difundir el Dhamma.

Cuarto Concilio (*Catuttha-Dhamma Saṅgīti*) fue convocado en Sri Lanka durante la época del rey Vaṭṭagāminī (29-17 A.C). Quinientos monjes instruidos participaron en el concilio presidido por Mahā Thera Rakkhita. El *Tipiṭaka* completo y los comentarios *Aṭṭhakathās* fueron recitados y encomendados para ser escritos por primera vez.²³

Quinto Concilio (*Pañcama-Dhamma Saṅgīti*) fue organizado en Mandalay, Birmania, en 1871 D.C. bajo el patrocinio del rey Min-Don-Min, con la participación de 2,400 monjes eruditos. El concilio fue presidido por turnos, entre el Mahā Thera Venerable Jāgarābhivaṃsa, el Venerable Narindabhidhaja y el Venerable Sumaṅgala Sāmī. La recitación y la inscripción del *Tipiṭaka* sobre placas de mármol continuaron por más de cinco meses.

Sexto Concilio (*Chaṭṭha-Dhamma Saṅgīti*) fue convocado en Rangún por el Primer Ministro de Birmania U Un, en el mes de Mayo de 1954; con la colaboración y participación de versados monjes de varios países del mundo. El Venerable Abhidhaja Mahāraṭṭha Guru Bhadanta Revata presidió el concilio y 2,500 monjes eruditos de Birmania, Sri Lanka, Tailandia, India y otros países examinaron de nuevo los textos del *Tipiṭaka*. El concilio completó su tarea el día de luna llena del Vesākha, en el año de 1956, el aniversario número 2,500 del *Mahāparinibbāna* del Buddha.²⁴

Estos seis concilios, los primeros tres en India, el cuarto en Sri Lanka y los dos últimos en Birmania, contribuyeron a la invaluable función de ayudar a mantener la pureza del Dhamma, que continúa floreciendo después de su redescubrimiento por el Buddha Gotama hace más de 2.500 años.

LA DIFUSIÓN DEL DHAMMA

La historia muestra que durante la época del Buddha los reyes Bimbisāra, Suddhodana y Prasenajita recibieron grandes beneficios de su práctica en el Dhamma y naturalmente, desearon compartir estos beneficios con los demás. Ellos patrocinaron con entusiasmo la diseminación de la enseñanza del Buddha en sus respectivos reinos. Sin embargo, lo cierto es que el Dhamma se extendió a las masas no sólo por este patrocinio de la realeza, sino por la eficacia de la técnica en sí.

Esta técnica permite a cualquiera que la aplique librarse de la desdicha, erradicando las impurezas mentales de codicia (*lobha*), odio (*dosa*) e ignorancia (*moha*). Una técnica simple y universal que puede ser practicada por hombres y mujeres de cualquier clase, cualquier secta y cualquier comunidad con los mismos resultados. El sufrimiento es universal: cosas que no deseamos ocurren y cosas que deseamos pueden o no ocurrir. Una enfermedad universal debe tener un remedio universal: el Dhamma es este remedio. El Buddha distribuyó el Dhamma, compasiva y gratuitamente, a través del norte de la India, atrayendo a una gran cantidad de gente en lo que fuera llamado entonces el *Majjhima Desa*.

Del mismo modo, después de la época del Buddha, durante el reino del emperador Asoka en el tercer siglo A.C., el Dhamma se difundió extensamente. De nuevo fue debido principalmente al aspecto práctico y aplicable de la enseñanza (*Dhamma paṭipatti*). Muchos edictos de Asoka grabados sobre roca prueban este hecho. Asoka probablemente experimentó por sí mismo los beneficiosos resultados de esta técnica y propagó el Dhamma con gran entusiasmo. Fue debido a la volición de servir a otros, la cual se desarrolla cuando la mente se hace pura, por lo que hizo tanto esfuerzo en ayudar a sus súbditos tanto en la esfera mundana como en la supra mundana. En el Edicto del Pilar # 7 él señala dos razones por las que tuvo éxito: una fue por las leyes y orden que gobernaban su reino (*Dhammaniyamāni*), pero él le dio más énfasis a la segunda razón que era la práctica de la meditación (*nijhatiyā*), el aspecto práctico del Dhamma; esto demuestra que él valoraba el hecho de que la práctica del Dhamma era la razón principal de su propagación.

Fue después del Tercer Concilio, bajo el patrocinio de Asoka, que fueron enviados monjes totalmente liberados- *arahants*, desde el norte de la India hacia nueve diferentes áreas para que el Dhamma estuviera disponible para más gente. A estos monjes se les llamó *Dhamma dūtās* (mensajeros del Dhamma) los cuales, naturalmente le dieron más énfasis al aspecto práctico del Dhamma, a través del cual ellos mismos se habían liberado de las impurezas mentales. Llenos de amor y compasión atrajeron a un gran número de personas hacia el sendero de la liberación.

Los siguientes fueron los nombres de los monjes veteranos (*Theras*) y los nueve lugares a donde se dirigieron para enseñar el Dhamma:

- Majjhantika Thera: Kāsmira y Gandhāra (Kashmir, Afganistán, Peshawar y Rawalapindi, al noroeste de Pakistán)
- Mahādeva Thera: Mahisamaṇḍala (Mysore)
- Rakkhita Thera: Vanavāsī (Norte de Kanārā, en el Sur de la India)
- Yonaka Dhammarakkhita Thera: Aparantaka (actualmente al norte de Gujarat Kathiavar, Kachcha y Sindh)

- Mahādhamma Rakkhita Thera: Mahāraṭṭha (partes de Maharashtra, cerca del inicio de Godavari)
- Mahā Rakkhita Thera: Yonakaloka (antigua Grecia)
- Majjhima Thera: Himavanta Padesa Bhāga (región de los Himalayas)
- Soṇa and Uttara Theras: Suvaṇṇa Bhūmi (Birmania)
- Mahinda Thera y otros: Tambapaṇṇidīpa (Sri Lanka)

Asoka también envió maestros a lugares tan distantes como los actuales Siria y Egipto. Él abrió el camino para que las futuras generaciones pudieran difundir el sublime Dhamma por todo el mundo.

Su ejemplo fue seguido por el rey Kaniṣhka quien envió a maestros como los Theras Kumārajīva y Bodhidhamma hacia Asia Central y China. Desde ahí el Dhamma se dirigió hacia Corea a comienzos del siglo IV d. C. y luego a Japón. En India se desarrollaron y florecieron las universidades del Dhamma – Takkasīlā, Nālandā, Vikkamasīlā–, que atrajeron a personas cultas de lugares tan distantes como China. El Dhamma también se difundió por el Sudeste Asiático, donde un gran número de personas comenzó a practicarlo en Tailandia, Camboya, Laos, Vietnam e Indonesia. El Tibet también recibió el Dhamma a través del servicio de Śāntirakshita, Padmasambhava, Atiśha y Kamalaśhīla.

Hoy en día la técnica que enseñó el Buddha hace 2.500 años está floreciendo nuevamente y está dando los mismos resultados que en aquel entonces. Miles de personas en la India y en países alrededor del mundo están aprendiendo Vipassana. Lo que está atrayendo a tantos diferentes tipos de personas al Dhamma es lo mismo que los atrajo hace 2,500 años: la naturaleza tan práctica de la enseñanza, la cual es vívida, tangible, saludable, fácil de comprender, proporcionando beneficios aquí y ahora, conduciendo paso a paso hacia el objetivo.

Cuando comenzamos a practicar el Dhamma podemos empezar a imaginar cómo era la vida durante la época del Buddha y, posteriormente durante la época de Asoka: una sociedad llena de paz y armonía pues millones de personas se habían establecido en el amor, la compasión y la sabiduría a través de la práctica del Dhamma.

Que todos los seres sean felices. Que prevalezca la paz y la armonía.

LUGARES HISTÓRICOS VINCULADOS AL BUDDHA

En el momento de su *Mahāparinibbāna*, el Buddha dijo, “*Ānanda, existen cuatro lugares que pueden visitar aquellas personas que están caminando fervientemente sobre el sendero del Dhamma, los cuales les inspirarán aún más en el Dhamma.*”

1. Estos lugares son:

Lumbinī, donde el Buddha Gotama nació.

Bodhagayā, donde experimentó la total iluminación.

Sāranāth, donde el Buddha puso en Marcha la Rueda del Dhamma.

Kusinārā, (Kuśhīnagar), donde el Buddha alcanzó la emancipación final.

Existen numerosos lugares adicionales, fuertemente conectados con la vida del Buddha o la difusión de sus enseñanzas en los pocos siglos siguientes a su *Mahāparinibbāna*. A continuación se da una pequeña descripción de los lugares más importantes.

- **Lumbinī:** Éste es el lugar sagrado en el que el Buddha nació. Ha sido identificado con la zona de Rummidei en Nepal. Aquí existe un antiguo santuario donde una imagen representa su nacimiento como el Príncipe Siddhattha. En este lugar hay un pilar en el cual se encuentra grabada una inscripción conmemorando la peregrinación del Emperador Asoka en el vigésimo aniversario de su coronación. Existen ruinas de numerosos monasterios de la época de Asoka.
- **Bodhagayā:** Éste es el lugar donde el Buddha alcanzó la Iluminación. Está localizado a once kilómetros al sur de Gayā. Allí abundan santuarios y majestuosos monumentos. El templo Mahābodhi es de aproximadamente 48 metros de altura y alberga una gran estatua dorada del Buddha tocando la tierra, simbolizando el supremo evento. Hacia el oeste del templo se encuentra el árbol Bodhi y una losa de piedra de arenisca roja que representa el *Vajrāsana* sobre la cual se dice que el Buddha se sentó cuando llegó a la total Iluminación. El emperador Asoka visitó este lugar y describió la visita en uno de sus edictos grabado sobre roca.
- **Sāranāth:** Las inscripciones encontradas aquí hacen referencia al lugar como “*el Monasterio de la Puesta en Marcha de la Rueda del Dhamma*”. Conocido como el Parque de los Ciervos durante épocas ancestrales, éste fue el lugar donde el Buddha dio su primer discurso a sus cinco antiguos compañeros y donde los cinco, eventualmente, se liberaron por completo. Las ruinas de Sāranāth cubren un área extensa. El emperador Asoka erigió una serie de monumentos, incluyendo la Stūpa Dhamekh que se elevaba hasta 45 metros de altura, cuyas impresionantes ruinas aún pueden ser vistas hoy en día. Un lugar de interés actual es el Vihāra Mūlagandhakuṭī erigido por la Mahābodhi Society. Las reliquias descubiertas en Takkasilā, Nāgārjunakoṇḍā y Mīrapura-khāsa están resguardadas aquí. El capital del León, que originalmente sostenía en lo alto un pilar de Asoka y que hoy representa el símbolo patrio de India, ocupa ahora un lugar de honor en el Museo Sāranāth. Esta ciudad se encuentra a 10 Km. de Vārāṇasī, en el estado de Uttar Pradesh.

- **Kusinārā** (Kushīnagar): Aquí, entre dos árboles de sāla, el Buddha se recostó y realizó el *Mahāparinibbāna*. Hay una gran *cetiya* (*stūpa*) que data del período Gupta. También existen ruinas de muchos santuarios y monasterios de épocas remotas. Recientemente se construyó un santuario para albergar una gran figura del Buddha recostado representando su *Mahāparinibbāna*. A poca distancia un gran montículo conocido como Ramabhar se encuentra el lugar donde se erigió una gran *stūpa* señalando donde fueron cremados los restos del Buddha y donde sus reliquias fueron divididas en ocho partes iguales.
- **Sāvatti** (Śhrāvasti): Esta fue una de las ciudades más grandes de la India durante la época del Buddha y ahora es el pequeño poblado de Sahetha-Mahetha, que se encuentra, aproximadamente, a 150 Km. al noroeste de Kushīnagar, en el estado de Uttar Pradesh. Fue aquí donde el comerciante Anāthapiṇḍika compró el bosque del príncipe Jeta por un fabuloso precio en oro y construyó un gran centro de Dhamma capaz de albergar a 10,000 personas. El Buddha pasó veinticinco retiros en las estaciones de lluvia aquí. Hoy contiene los cimientos de numerosos santuarios, *stūpas* y monasterios de épocas antiguas.
- **Rājagaha** (Rājagriha): La moderna Rājgirī en Bihar fue una vez la capital del poderoso reino de Magadha y está íntimamente vinculada con la vida del Buddha. Aquí se encuentra el Bosque de Bambú, donado por el rey Bimbisāra, así como el Monte de los Buitres (Gijjhakūṭa), el cuál fue un lugar de retiro del agrado del Buddha cerca de la ciudad; éste es el lugar donde Devadatta, el malvado primo del Buddha, intentó muchas veces atentar contra su vida. El Primer Concilio del Dhamma fue organizado aquí, inmediatamente después del *Mahāparinibbāna* del Buddha.
- **Vesāli** (Vaiśhālī): La ciudad de Vesāli, conocida hoy como Basarh en el distrito de Muzaffarpur de Bihar, fue alguna vez la capital del poderoso clan Licchavī. Fue un baluarte del Dhamma desde sus primeros días. Aquí fue donde el Buddha anunció la proximidad de su *Mahāparinibbāna*. A los cien años del fallecimiento del Buddha aquí se celebró el Segundo Concilio.
- **Saṅkassa** (Saṅkisā): Saṅkassa, conocida hoy como Saṅkisā, ubicada en el distrito de Farukhabad, en Uttar Pradesh; es el lugar donde se dice que el Buddha descendió a la tierra desde el mundo *deva* Tāvatiṃsa, donde fue a enseñar a su madre y a otros *devas* el *Abhidhamma*. Aquí se encuentran muchas ruinas de *stūpas* y monasterios pertenecientes a épocas antiguas.
- **Sāñcī** (Sāñchī): Desde la época del emperador Asoka, Sāñcī, en Madhya Pradesh, se convirtió en el mayor centro de actividad del Dhamma. Hoy en día aún permanece en pie la gran *stūpa* con una extensión de treinta metros de diámetro y quince metros de altura. Las cuatro entradas muestran ricos grabados en bajorrelieve ilustrando los cuentos *Jātakas* y escenas de la vida del Buddha. Las reliquias de Sāriputta y Mahāmoggallāna, los dos discípulos principales del Buddha, están resguardadas aquí.
- **Nālandā**: El establecimiento monástico de Nālandā se hizo famoso durante los siglos que siguieron al fallecimiento del Buddha. El lugar fue visitado por el Buddha muchas veces y los monasterios datan de la época de Asoka. Nālandā fue un floreciente centro de aprendizaje y durante siglos fue famoso por sus eruditos y versátiles maestros. Las ruinas se extienden a través de una gran área junto a restos de monasterios, *stūpas* y templos. En el museo cercano están depositadas numerosas esculturas y otras antigüedades recuperadas durante las excavaciones.

LA MEDITACIÓN VIPASSANA

La meditación Vipassana consiste en la purificación personal de la mente. Es la forma más elevada de conciencia -la percepción total del fenómeno mente-materia en su verdadera naturaleza. Es la observación sin preferencia de las cosas, tal y como son.

Vipassana es la meditación que practicó el Buddha después de intentar todas las demás formas de mortificación corporal y control mental, encontrándolas inadecuadas para liberarse del aparentemente perpetuo ciclo de nacimiento, muerte, dolor y sufrimiento.

Es una técnica tan valiosa que en Birmania fue preservada en su prístina pureza durante más de 2,200 años.

La meditación Vipassana no tiene nada que ver con el desarrollo de poderes sobrenaturales, místicos o especiales, aunque estos puedan despertarse. Nada mágico ocurre. El proceso de la purificación que sucede es, simplemente, una eliminación de las negatividades, los complejos, los nudos y los hábitos que han nublado la conciencia pura y han bloqueado el flujo de las más elevadas cualidades de la humanidad – el amor puro (*mettā*), la compasión (*karuṇā*), la alegría altruista frente al éxito de los demás (*muditā*) y la ecuanimidad (*upekkhā*). En Vipassana no existe el misticismo. Es una ciencia sobre la mente que va más allá de la psicología, no sólo por el entendimiento, sino también por la purificación de los procesos mentales.

La práctica es un arte de vivir que manifiesta su valor práctico y profundo en nuestras vidas- reduciendo y posteriormente eliminando la codicia, la ira y la ignorancia- que corrompen todas las relaciones desde la esfera familia hasta las políticas internacionales. Vipassana erradica el hábito de la ensoñación, la ilusión, la fantasía -el espejismo de la realidad aparente.

Tal como la chisporroteante explosión del agua fría cuando entra en contacto con el ardiente calor del braceró, las reacciones que ocurren después de sacar la mente de sus tendencias hedonistas, trayéndolas hacia el aquí y el ahora, son frecuentemente dramáticas y dolorosas. Sin embargo, a la vez hay un sentimiento profundo de alivio de las tensiones y complejos que durante tanto tiempo han permanecido cautivas en las profundidades de la mente inconsciente.

A través de Vipassana cualquiera sin distinción de raza, casta, o credo, puede eliminar finalmente esas tendencias que han generado tanta ira, pasión y miedo en nuestras vidas. Durante el entrenamiento, un estudiante se concentra en una sola tarea: la lucha contra su propia ignorancia. No hay culto de ningún tipo ni competitividad entre los estudiantes. El maestro es simplemente un orientador de buena voluntad que señala la manera en que ha viajado durante su propia práctica y su extensa experiencia.

Con la continuidad de la práctica, la meditación calmará la mente, incrementará la concentración, agudizará la atención y abrirá la mente hacia una conciencia supra mundana: “la paz del *nibbāna* (liberación de todo sufrimiento) interna”.

Al igual que en la iluminación de un Buddha, un estudiante simplemente se adentra en su interior, desintegrando la realidad aparente hasta que en las profundidades logra penetrar más allá de las partículas subatómicas hacia lo absoluto.

En Vipassana no hay dependencia de libros, teorías o juegos intelectuales. La verdad de la impermanencia (*anicca*), el sufrimiento (*dukkha*) y la ausencia de ego (*anattā*) son captados directamente con todo el enorme poder de la mente y no con la ayuda del intelecto. La ilusión de un “yo” que une las funciones de la mente y la materia se rompe gradualmente. La locura de la avidez y la aversión, el fútil aferramiento a un “yo, mi, mío”, los pensamientos discursivos, interminables y condicionados y la reacción de los ciegos impulsos, gradualmente se debilitan. Mediante su propio esfuerzo el estudiante desarrolla sabiduría y purifica su mente.

El cimiento de la meditación Vipassana es *sīla* – conducta moral. La práctica es fortalecida por medio del *samādhi* – concentración de la mente y la purificación de los procesos mentales se da por medio de *paññā* - la sabiduría del propio entendimiento. Aprendemos cómo observar la interacción de los elementos físicos dentro de nosotros mismos con perfecta ecuanimidad y descubrimos cuán valiosa es esta facultad en nuestras vidas cotidianas.

Sonreímos en los buenos momentos y permanecemos igualmente imperturbables cuando surgen dificultades a nuestro alrededor con la certeza de que nosotros, como nuestros problemas, no son más que un flujo, ondas del devenir surgiendo con increíble velocidad para solamente desaparecer con igual rapidez.

Aunque la meditación Vipassana fue desarrollada por el Buddha, su práctica no está limitada a los budistas. No existe forma alguna de conversión. La técnica funciona sobre la simple base de que todos los seres humanos compartimos los mismos problemas y una técnica que pueda erradicar dichos problemas tendrá una aplicación universal.

Hindúes, Jainistas, Musulmanes, Sikhs, Judíos, Católicos Romanos y otras sectas cristianas han practicado la meditación Vipassana y han observado una espectacular reducción de las tensiones y complejos que afectan a toda la humanidad. Hay un sentimiento de gratitud a Gotama, el Buddha histórico, quien mostró el camino hacia la extinción del sufrimiento, pero no hay en absoluto, ningún tipo de devoción ciega.

El Buddha desalentó reiteradas veces cualquier tipo de veneración excesiva hacia él. Dijo “*¿En qué os beneficiará el apreciar este cuerpo impuro? Quien comprende la enseñanza – el Dhamma – es quien me ve*”.

Los Cursos de Diez Días

Los estudiantes que desean aprender la meditación Vipassana emprenden un curso mínimo de diez días durante el cual adoptan los preceptos de no matar, no robar, no tener una conducta sexual inapropiada, no decir mentiras y abstenerse del uso de intoxicantes. Durante los diez días viven dentro de los límites del lugar del curso. Cada día comienza a la 4:30 a.m. y continúa hasta las 9:00 p.m., con el objetivo que los estudiantes dediquen al menos diez horas de meditación diaria (con sus respectivos descansos). Durante los primeros tres días el estudiante desarrolla la concentración de la mente observando la inhalación y la exhalación de la respiración (Anapana). Durante los días siguientes el estudiante desarrolla la conciencia y la ecuanimidad hacia las diferentes sensaciones experimentadas dentro del marco del cuerpo y se le enseña cómo penetrar en toda su estructura física y mental con la claridad de la visión cabal (Vipassana). El progreso de cada día se explica en discursos de una hora durante las noches. El curso termina el décimo día con la práctica de la meditación de amor benevolente (*mettā bhāvanā*), compartiendo la pureza desarrollada durante el curso con todos los seres.

Durante el curso se da la máxima prioridad al trabajo de controlar y purificar la mente y los resultados se manifiestan por sí mismos. Se desalienta la conversación filosófica y especulativa.

No hay costo de ningún tipo por la enseñanza, la alimentación, el hospedaje y otros consumos menores, éstos son financiados por donaciones de estudiantes agradecidos de cursos anteriores que han experimentado los beneficios de Vipassana y que desean dar a otros la misma oportunidad de experimentarlos. Por otro lado, si al haber completado un curso alguien siente que se ha beneficiado de él y le gustaría que otros también se beneficiasen de la práctica de la Vipassana, puede hacer una donación para cursos futuros.

El grado de progreso de un estudiante depende, únicamente, de sus propios *pāramīs* (méritos adquiridos previamente) y de la operación de cinco elementos de esfuerzo: confianza, salud, sinceridad, energía y sabiduría.

El Maestro

S. N. Goenka fue autorizado a enseñar la meditación Vipassana por el respetado maestro de Birmania, Sayagyi U Ba Khin. Nacido en Birmania y de ascendencia india, bien establecido como un hombre de negocios y jefe de familia, S. N. Goenka hizo su primer curso bajo la guía de Sayagyi en 1955, en el Centro Internacional de Meditación de Rangún (International Meditation Center).

S. N. Goenka encontró en Vipassana una invaluable joya – la joya del Dhamma – que disipa la oscuridad de la ignorancia. Aquí se encontraba un método científico, una técnica práctica que erradicaba el sufrimiento y purificaba la mente. Fascinado por este remedio universal redescubierto por el Buddha, S. N. Goenka continuó la práctica (*paṭipatti*) y estudió los textos (*pariyatti*) durante los siguientes 14 años, bajo la guía de Sayagyi.

En 1969 S. N. Goenka fue designado por Sayagyi como maestro autorizado de Vipassana. Ese mismo año S.N. Goenka dejó Birmania (Myanmar en la actualidad) para dirigirse a la India y comenzar a dirigir cursos. Desde entonces ha ofrecido cientos de cursos a gente de diferentes procedencias y nacionalidades.

Durante más de cuatro décadas de enseñanza, S. N. Goenka ha ayudado a establecer la Academia Internacional de Vipassana (Vipassana International Academy) en Iगतपुरी, India, así como muchos centros adicionales en la India y en el extranjero, con el propósito de ofrecer cursos de *paṭipatti*, la meditación Vipassana. También ha designado a cientos de profesores asistentes para ayudar a conducir cursos alrededor del mundo. Ni él ni sus asistentes reciben remuneración de ningún tipo y todos los gastos para los cursos y los centros son recaudados mediante donaciones voluntarias de estudiantes agradecidos.

S. N. Goenka también ha ayudado a fundar el Instituto de Investigación Vipassana (Vipassana Research Institute, VRI) situado en Iगतपुरी, para permitir el acceso del público al *pariyatti* enseñado por el Buddha. El instituto ha publicado todo el Tipiṭaka en su lengua original (Pali), conjuntamente con sus comentarios y sub-comentarios, en escritura Devanāgarī. También ha producido este material a través de recursos multilingües en CD-ROM con herramientas útiles de búsqueda de información. Adicionalmente, el Instituto está explorando las referencias de Vipassana en varios textos antiguos y está conduciendo investigaciones científicas sobre las aplicaciones actuales y los beneficios de Vipassana en diferentes áreas del desarrollo humano.

Con más y más gente que está practicando Vipassana, los aspectos del *paṭipatti* y el *pariyatti* de las enseñanzas del Buddha están cobrando vida. El Sr. Goenka hace hincapié en la naturaleza práctica y no sectaria de la enseñanza y su relevancia para los padres de familia, así como para los que han renunciado a la vida seglar. Enfatiza que la meditación Vipassana no alienta a la gente a retirarse de la sociedad, sino que les enseña a afrontar los altibajos de la vida de una manera equilibrada y tranquila.

LA ENSEÑANZA EN LA ACTUALIDAD

La enseñanza del Buddha Gotama está, una vez más, floreciendo en la India y en muchas partes del mundo. Durante 2,200 años fue preservada por una cadena de maestros de Birmania bajo la tradición monástica. Allí, el fallecido Ledi Sayadaw, aprendió Vipassana y reintrodujo a la gente laica en la técnica. Él le enseñó a Saya Thetgyi, un hombre laico, quien a su vez le enseñó a Sayagyi U Ba Khin. El deseo de Sayagyi U Ba Khin fue que la técnica, perdida durante mucho tiempo en la India, pudiera regresar nuevamente a su país de origen y desde allí expandirse alrededor del mundo. Autorizó a su estudiante S. N. Goenka a enseñar la meditación Vipassana. S.N. Goenka llegó a la India en 1969 y empezó a dirigir cursos tanto dentro del país como en el extranjero. Así fue como después de siglos de haberse perdido la enseñanza del Buddha se encontró nuevamente disponible para todo el mundo.

Hoy en día gentes de diferentes procedencias, comunidades y ocupaciones están obteniendo verdaderos beneficios de la técnica Vipassana. Ejecutivos, obreros, estudiantes universitarios, doctores y campesinos están aplicando la técnica y obteniendo fortaleza, pragmatismo y equilibrio mental en sus vidas profesionales y personales. El éxito experimentado en diferentes sectores de la sociedad e instituciones ofrece un amplio espectro para la aplicación de la técnica. Los cursos para presos, realizados dentro de las cárceles, han demostrado su efectividad en reformar a los internos y en ofrecerles una útil herramienta para mejorar sus vidas. Oficiales de la policía y de las cárceles también se han beneficiado de la técnica. Instituciones para pacientes afectados de lepra, adicción a las drogas, estudiantes y sacerdotes están ofreciendo sus instalaciones para la realización de cursos. Los niños son capaces de aprender los pasos preliminares de moralidad y concentración, lo que les proporcionan una saludable orientación en su desarrollo social, rendimiento académico y estabilidad emocional.

La técnica de meditación Vipassana es universal, no sectaria, práctica y orientada hacia resultados. Gente proveniente de diferentes religiones, comunidades, profesiones, niveles económicos y diferentes formas de vida están haciendo uso de ella para purificar sus mentes y vivir sanamente. La aplicación de las enseñanzas del Buddha es tan relevante hoy como hace 2,500 años.

Que las enseñanzas del Buddha Gotama se mantengan en su prístina pureza y que ellas puedan servir a más y más gente a caminar por el sendero del Dhamma y a alcanzar el objetivo final de la completa liberación.

Que todos los seres sean felices, estén en paz, se liberen.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Āṅguttara Nikāya. 1.134
2. Jātaka. 1.69 (P.T.S.) London
3. Dīgha Nikāya. 1.16
4. Vinaya Piṭaka. 1.3
5. Dhammapada. Verses 153, 154
6. Vinaya Piṭaka. 1.5
7. Vinaya Piṭaka. 1.13 (ver Enseñanza del Buddha)
8. Vinaya Piṭaka. 1.16
9. Vinaya Piṭaka. 23/26
10. Vinaya Piṭaka. 1.23 "*Caratha, bhikkhave, cārikaṃ bahujana-hitāya bahujana-sukhāya lokānukampāya, atthāyahitāyasukhāya devamanussānaṃ. Mā ekena dve agamītha.*"
11. Vinaya Piṭaka. 1.23
12. Vinaya Piṭaka. 25
13. Vinaya Piṭaka. 38
14. Dīgha Nikāya. 2.119
15. Vinaya Piṭaka. 1.13
16. *Dukkhaṃ ariya-saccaṃ*
Dukkha-samudayaṃ ariya-saccaṃ
Dukkha-nirodhaṃ ariya-saccaṃ
Dukkha-nirodha-gāminī-paṭipadā ariya-saccaṃ
17. Khuddaka Nikāya. 1.383
18. Khuddaka Nikāya. 1.383
19. *Imasmiṃ sati, idaṃ hoti;*
imasmiṃ asati, idaṃ na hoti.
Imassa uppādā, idaṃ upajjati;
imassa nirodhā, idaṃ nirujjhati.
20. Vinaya Piṭaka. 1.3
21. Saṃyutta Nikāya. 4.195
22. De acuerdo a la tradición Theravada, *Buddhavaṇana* (las palabras del Buddha) están contenidas en el *Tipiṭaka* (en pāli), o las tres canastas, que están comprendidas por:
 - i) *Vinaya Piṭaka*, que contiene las reglas y regulaciones pertenecientes a los monjes y las mojas.
 - ii) *Sutta Piṭaka*, que contiene los discursos populares sobre el Dhamma que el Buddha promulgó durante cuarenta y cinco años.
 - iii) *Abhidhamma Piṭaka*, que contiene las enseñanzas del Buddha analizadas y sintetizadas en un formato especial. Éstas están disponibles en el idioma pāli.

23. De acuerdo a la tradición Mahāyāna, el Cuarto Concilio fue organizado bajo los auspicios del Kaniśhka en la India alrededor del año 100 D.C.
24. *2,500 years of Buddhism*, editado por el Prof. P.V. Bapat, p. 47

(Todas las referencias provienen del Pāli Tipiṭaka, edición de Nālandā, exceptuando aquellas previamente especificadas.)

VIPASSANA EN INTERNET

Se puede obtener información adicional sobre la meditación Vipassana, incluyendo el calendario de cursos, a través de las páginas Web:

www.spanish.dhamma.org

www.spanish.dhamma.org/os

