

## **Los agregados del aferramiento en contexto**

*Charla del 4 de marzo, 2022*

Cuando el Buda habla sobre los cinco agregados del aferramiento siempre lo hace en el contexto de las cuatro verdades nobles. De hecho, su definición de la primera verdad noble, la verdad sobre el sufrimiento y el estrés, es que se trata del aferramiento a los cinco agregados.

Es importante tener este contexto en mente, porque a veces escuchamos a personas que definen los cinco agregados del aferramiento como la respuesta del Buda al interrogante de 'qué es lo que somos'. Según esas personas, el Buda supuestamente respondió esa pregunta diciendo que no somos más que un cúmulo de agregados. Sin embargo, ¿qué es lo que somos? es una pregunta que el Buda no quiso responder. Él no estaba interesado en definirnos, es decir, en definir lo que somos. Él estaba más interesado en cómo es que nos definimos a nosotros mismos y en el hecho que la manera como nos definimos a nosotros mismos, es el sufrimiento.

Nosotros nos aferramos al agregado de forma, que es el cuerpo; al agregado de sensaciones, el cual cubre tonos sensitivos de placer, de dolor y de ninguno de los dos; al agregado de percepciones, que son las etiquetas que le ponemos a las cosas; al agregado de fabricación, que es la manera como la mente intencionalmente ensambla pensamientos e ideas; y finalmente, al agregado de consciencia. Al aferrarnos a todo esto, nos constituimos a nosotros mismos en un ser.

¿Y por qué lo hacemos? Es por causa del ansia; por causa del deseo. Esta es la segunda verdad noble, que es la causa del sufrimiento. Nosotros ansiamos la sensorialidad; fantaseamos acerca de placeres que nos gustaría obtener, pero para poder obtenerlos, necesitamos asumir una identidad. Por eso el Buda se refiere a este tipo de ansia, como el ansia que conduce a 'llegar a ser'.

Esta es la razón por la cual una vez identificamos algo que deseamos, nos percatamos de que ese algo existe en un mundo en particular. Para obtenerlo tenemos que asumir una identidad en ese mundo, ya sea como una persona o como un ser capaz de obtener y disfrutar de ese algo. En cuanto al mundo en el cual ese algo existe, como muchos elementos de ese mundo van a ser irrelevantes para nuestros deseos, no les vamos a prestar mucha atención. Solo le vamos a prestar atención a las cosas que sí son relevantes, es decir, a las que nos van a ayudar a lograr nuestro objetivo, a conseguir ese algo o a obtener ese placer. Y por supuesto, a las que se pueden convertir en obstáculos para obtenerlo. Muchas veces nos vamos a identificar con las diferentes habilidades que desarrollamos para poder superar obstáculos y obtener lo que queremos. Estas también se convertirán en una de nuestras identidades.

En nuestra mente tenemos muchas de esas identidades. Para la mayoría de nosotros esa es la manera de hallar placer y felicidad en la vida. El Buda nos dice que esa manera de buscar felicidad implica sufrimiento, pero también nos dice que si seguimos el camino de la práctica podemos ponerle fin a ese sufrimiento. Y ponerle fin, significa ponerle fin a los cinco agregados del aferramiento.

Para la mayoría de nosotros, pensar en ponerles fin es algo intimidante y aterrador porque los cinco agregados del aferramiento son algo con lo cual nos identificamos enormemente. De hecho, este es uno de los cuatro tipos de aferramiento. En el primero, podemos aferrarnos a

través de la sensorialidad, que es la manera como fantaseamos acerca de los placeres sensoriales; en el segundo, a través de nuestras perspectivas de mundo; en el tercero, a través de nuestras ideas acerca de los hábitos y prácticas necesarias para obtener el placer que queremos; y en el cuarto tipo, a través del aferramiento a ideas o doctrinas sobre el 'yo', al identificarnos con estos agregados.

El Buda dice que hay cuatro maneras de identificarnos: en la primera, pensamos que somos uno de los agregados o una combinación de todos ellos. En la segunda, pensamos que los agregados nos pertenecen, es decir, que tenemos un 'yo' que es algo diferente a los agregados, pero que es dueño de ellos. En la tercera, pensamos que nuestro 'yo' está contenido dentro de los agregados y en la cuarta, que son los agregados los que están contenidos en nuestro 'yo'.

Esto quiere decir que, por ejemplo, podemos identificarnos con una consciencia vasta y pensar que de alguna manera todos los agregados están contenidos en esa consciencia. O podemos creer que dentro de nuestro cuerpo existe un ser minúsculo que mira a través de los ojos, escucha a través de los oídos, etcétera, etcétera. Existen muchas maneras a través de las cuales podemos relacionarnos con estos agregados con una idea de 'yo', de identidad individual, pero el Buda dice que todas ellas son sufrimiento y estrés.

Por eso Él quiere que tomemos ese sentido de quiénes somos —de lo que poseemos y lo que controlamos— y que lo analicemos en términos de estos cinco agregados, para que nos percatemos de que en realidad no es gran cosa. De esa manera, vamos a poder desarrollar desapasionamiento por ellos, ya que el deber con respecto a la primera verdad noble es comprender los agregados del aferramiento. En esta instancia, comprender se define como desarrollar ausencia de pasión, ausencia de aversión y ausencia de delusión por los cinco agregados.

En otras palabras, esto significa que aunque no nos morimos por identificarnos con ellos, tampoco los detestamos. El Buda no nos está diciendo que nos detestemos a nosotros mismos, pero tampoco quiere que tengamos una actitud deludida frente a los agregados. Él simplemente quiere que veamos claramente cómo es que creamos un 'yo' —una identidad— a partir de estas cosas.

Esto, de nuevo, está relacionado con la idea de querer ser un ser, ya que una de las cosas que identifica a un ser es que requiere sustento, es decir, que tiene que alimentarse. Esta puede ser una de las razones por las que el Buda divide las experiencias de nuestro 'yo' con las cuales nos identificamos —y a las cuales nos aferramos— en estos cinco agregados; porque todas están relacionadas con cómo nos alimentamos.

Consideremos, por ejemplo, el agregado de forma con respecto al sustento físico. Está la forma del cuerpo que requiere alimento y la forma de la comida que buscamos para alimentarlo. Y está el agregado de sensación con respecto al hambre que nos insta a buscar comida y la sensación de satisfacción que surge después de alimentarnos. También está el agregado de percepción. Necesitamos tener percepciones acerca del tipo de cosas que son comestibles y del tipo que no lo son. Es así como desde un comienzo aprendemos a conocer el mundo. Nosotros gateamos y gateamos hasta que encontramos algo y lo primero que hacemos, es metérselo a la boca para verificar si es comida o no. Esa es nuestra categoría más básica: las cosas son comestibles o no lo son.

Asimismo, está el agregado de fabricación. Este cubre muchas actividades mentales, comenzando por la atención y la intención. La intención es la parte más importante, porque la mente es proactiva; anda merodeando por ahí buscando de qué alimentarse y no está simplemente sentada viendo la película sin participar en ella. Y cuando encuentra algo que potencialmente puede ser bueno, pero que aún no está listo para ser consumido, busca la manera de convertirlo en buen alimento. Es más, incluso antes de hacer esto, la mente busca la manera de encontrar cosas para alimentarse. Todo esto hace parte del acto de fabricación (*por eso las llamamos fabricaciones y no simplemente formaciones*).

Y, obviamente, está el agregado de consciencia, la cual es consciente de todo esto.

El Buda dice que nosotros nos aferramos a estas actividades ya que, después de todo, los agregados son actividades. Existe un pasaje en el cual los define como verbos. Él dice que las sensaciones sienten; que las percepciones perciben; que las fabricaciones fabrican; que la consciencia conoce y que incluso la forma deforma, porque está cambiando constantemente.

Estas son las actividades que empleamos para alimentarnos. Nosotros nos aferramos a ellas y nos alimentamos de ellas, porque la palabra pali para aferramiento, *upādāna*, también significa obtener sustento. Esto significa que nos alimentamos de las actividades que empleamos en el acto de obtener sustento; es decir, que el acto de obtener sustento, de alimentarse, se lleva a cabo simultáneamente a dos niveles.

Por lo tanto, es importante que desarrollemos la habilidad de comprender estas cosas. Lo que esto significa, es que llegamos a conocerlas y entenderlas de una manera tan total, que nuestra pasión, aversión y delusión por ellas, cesa. Así que la pregunta es: ¿Cómo llegamos a conocerlas y entenderlas? Y la respuesta es, a través del camino. Porque todos los factores del noble camino óctuple requieren de diferentes agregados.

Por ejemplo, la perspectiva correcta incluye percepciones, fabricaciones y consciencia. La determinación correcta también incluye percepciones, fabricaciones y consciencia. El habla correcta y la acción correcta incluyen nuestro cuerpo, junto con nuestras percepciones e intenciones, las cuales también son fabricaciones. Si hacemos una lista completa de los ocho factores del camino nos vamos a dar cuenta de que todos emplean los agregados. Pero ahora, en el camino, la relación va a ser diferente porque no nos vamos a aferrar a ellos de la misma manera. En vez de estar cargándolos a todos lados como un saco de piedras, vamos a poner el saco en el suelo y a convertir las piedras en adoquines, para así poder andar sobre ellos mientras recorremos el camino.

Esto es más patente en la concentración correcta. Al meditar estamos enfocados en la respiración. Esto hace parte del agregado de forma, ya que estamos intentando crear una sensación de placer. Mantenerse enfocado requiere de una percepción, la cual hace parte del agregado de percepción y es la imagen mental de la respiración que tenemos presente en la mente. Luego, sostenemos una conversación interna para evaluar cómo va todo, intentando así que la mente se integre cómodamente a la respiración. Esto es el agregado de fabricación. Simultáneamente, estamos conscientes de todo, lo cual es el agregado de consciencia.

De hecho, de los diferentes factores del camino, la concentración correcta es el factor en el cual más atención le vamos a prestar a los cinco agregados, ya que nos estamos alimentando de ellos. El Buda compara la concentración con la comida y dice que es el sustento para recorrer el camino. Por lo tanto, mientras preparamos y disfrutamos la comida debemos desarrollar experiencia práctica y de primera mano con respecto a las actividades de los

agregados. Esto va a implicar algo de aferramiento, pero no del tipo sensorial, ya que este no juega papel alguno en el camino. El aferramiento es con respecto a perspectivas, ya que debemos tener ciertas perspectivas con respecto a cómo opera el karma en el mundo. Estas son perspectivas que, además, pueden motivarnos. También están los hábitos y las prácticas. Tenemos los hábitos de los cinco preceptos para laicos y los 227 preceptos del *Pāṭimokkha*, que es el código de la disciplina monástica.

Y desde luego, está el ‘yo’ que es aquél que está haciendo todo y que es el que se va a beneficiar de todo esto. También es el que monitorea las cosas —la tercera función de este sentido de ‘yo’— y el que reflexiona acerca de los otros dos y se pregunta: ¿Está el ‘yo’ que oficia como productor realmente produciendo felicidad? ¿Está el ‘yo’ que oficia como consumidor realmente satisfecho? ¿Tiene el ‘yo’ que oficia como consumidor estándares suficientemente altos? ¿Podrían estos estándares mejorar?

La verdad es que este ‘yo’ que observa y reflexiona se vuelve más y más fuerte con la práctica; se fortalece a medida que nos volvemos más y más exigentes con respecto al tipo de felicidad que consideramos satisfactoria. En últimas, este sentido de ‘yo’ también tendrá que irse, pero por el momento, juega un papel muy importante en el camino.

Nosotros empleamos los agregados del aferramiento como parte del camino para poder llegar a conocerlos. Esto es posible, porque el estado de ‘llegar a ser’ que ansiamos con la concentración correcta es un tipo de ‘llegar a ser’ que, a diferencia de los otros, es transparente y nos permite ver estos procesos en acción. Por ejemplo, cuando estamos involucrados con la sensorialidad nuestro foco es lo que deseamos. En ese momento, tendemos a ocultar de nosotros mismos las diferentes maneras en las que nos mentimos acerca de por qué eso nos parece atractivo, y acerca de por qué pensamos que vale la pena obtener lo que deseamos. También nos mentimos acerca de las consecuencias negativas que ese deseo puede conllevar. En cambio, con la concentración correcta, no necesitamos mentir.

Pensemos en el Buda cuando suspendió sus prácticas de austeridad porque no estaban funcionando. Él estaba intentando decidir qué camino seguir, cuando recordó la vez que, siendo niño, de manera espontánea llegó a la concentración correcta, que es el primer *jhana*. En ese momento se preguntó: “¿Por qué le tengo miedo a ese placer si en realidad no hay nada reprochable en él?”

Esta es una de las razones por las que, a diferencia de otros placeres, este es tan transparente. Porque como los que enturbian la mente implican algún tipo de daño, tenemos que decirnos mentiras a nosotros mismos. Por eso es tan difícil observarnos mientras actuamos así, ya que es muy incómodo verse a uno mismo buscando placer a través de maneras que son nocivas y dañinas. Por eso tendemos a disfrazar las cosas, a lidiar con ellas en términos de abstracciones y racionalizaciones, lo cual simplemente oscurece y enturbia la realidad. En cambio, en la meditación podemos observarnos a nosotros mismos yendo en pos de un placer que es posible observar cuantas veces queramos, porque no causa daño alguno. Además, como no hay necesidad de ocultar nada, es la mejor forma de llegar a conocer los agregados. De esa manera, vamos a poder crear algo bueno, saludable y placentero a partir de ellos, mientras que al mismo tiempo podemos observar lo que estamos haciendo mientras lo hacemos.

Es importante intentar desarrollar la concentración para hacerla tan sólida y sutil como sea posible. Así podremos llevarla al punto en donde nos percatamos de que hemos llegado al límite de la fabricación. En ese momento, la mente va a empezar a estar cada vez más inclinada

a querer algo que no sea fabricado, algo que no requiera de constantes cuidados. Es así como la concentración nos alerta acerca del hecho que debemos emplear más discernimiento para hallar la manera de encontrar algo que no es fabricado. Esto quiere decir, que la concentración nos conduce hasta el umbral de lo no fabricado.

También hay que recordar que una vez el discernimiento hace lo que tiene que hacer, debemos desprendernos de él porque está hecho de agregados. Es de esta manera — desarrollando el camino y reflexionando sobre él— que aprendemos a comprender nuestro aferramiento y a abandonar nuestra ansia. Cuando logramos esto, hemos empleado el análisis del Buda sobre los cinco agregados del aferramiento para lo que fue hecho.

Por lo tanto, debemos asegurarnos de que no estamos sacando estas enseñanzas fuera de contexto, porque si lo hacemos, vamos a crearnos muchos problemas, como cuando definimos lo que somos como los cinco agregados del aferramiento. Porque si lo hacemos, hay que recordar que, de hecho, los cinco agregados se acaban con el nirvana. Esto lleva a preguntarnos si eso significa que al final no queda nadie que pueda lograr el desatamiento y que todo esto se trata de aniquilamiento total.

Cuando al Buda le hacían este tipo de preguntas, contestaba que lo único que enseñaba era el sufrimiento y el fin del sufrimiento. Lo que esto realmente quería decir, es que había preguntas que Él no contestaba y que no valía la pena responder. Porque las preguntas que sí respondía, eran las que tenían que ver con lo que hay que hacer con esos cinco agregados del aferramiento. Él decía que hay que intentar comprenderlos; que hay que entenderlos hasta llegar al punto en que los vemos de una manera tan diáfana, que los volvemos completamente transparentes y la pasión que podamos sentir por ellos ya no tiene de qué pegarse.

¿Y cuál es la razón para hacer esto? Porque esto es lo que nos conduce al fin del sufrimiento. Por eso siempre debemos tener presente esta tercera verdad noble, ya que nos recuerda que al aprender a desprendernos de estas cosas —de estos agregados— encontramos una felicidad que es mucho más grande que la felicidad que resulta de aferrarnos a ellos.

Esto es un juicio de valor, pero es algo cierto. Nosotros tendemos a creer que los juicios de valor son subjetivos, pero este es objetivamente cierto. Una felicidad que no es fabricada — que no tiene ninguno de los peligros de la que depende de la fabricación— es la verdadera felicidad, porque la que depende de la fabricación siempre se verá afectada por el cambio y siempre se verá amenazada.

La felicidad que no es fabricada nunca se ve amenazada por nada. Nada la puede tocar porque está por fuera del espacio y del tiempo. Sin embargo, es algo que podemos hallar. Es algo que podemos lograr a medida que tomamos estos agregados y los convertimos en el camino; algo que podemos lograr cuando después aprendemos a ser desapasionados, incluso con el camino mismo.

Título original: ‘Clinging Aggregates in Context’

Disponible en <https://www.dhammadata.org/audio/evening/2022/220304-clinging-aggregates-in-context.html>

Traducción: Ricardo Madrid & Eliana Jiménez, 2026