Perspectiva Correcta

Charla del 20 de noviembre, 2007

El discurso que acabamos de entonar, 'Poniendo en movimiento la rueda del Dharma', empieza con el noble camino óctuple y luego se concentra en la 'perspectiva correcta'. El único tema que este discurso discute en detalle es la 'perspectiva correcta' y su relación con las cuatro verdades nobles. Debemos recordar que fue escuchando esta charla, que el Grupo de los Cinco tuvo su primera experiencia de lo 'no sujeto a la muerte', o como se describe en el texto, "del surgimiento del ojo del Dharma". Por lo tanto, la 'perspectiva correcta' es importante. Como bien dice uno de los análisis del camino, existen tres cualidades que gravitan en torno a cada factor del camino. La primera es la 'perspectiva correcta'; la segunda es el 'esfuerzo correcto' y la tercera es la mindfulness o '*sati* correcta'. Es importante asegurarse de que estas tres cualidades también gravitan en torno a nuestra práctica.

La 'perspectiva correcta' cubre cuatro verdades. La primera es la verdad del sufrimiento o el estrés, denominado *dukkha* en pali. Algunas veces se nos dice que la primera verdad es que la vida es sufrimiento o que todo es sufrimiento, pero esto no es correcto. Lo que el Buda dijo, es que hay sufrimiento y que esa es una de las cuatro cosas que vamos a encontrar en la vida que debemos tomar seriamente. La afirmación 'la vida es sufrimiento', es algo sobre lo cual podemos discutir; pero la afirmación 'en la vida hay sufrimiento', es algo con lo cual no podemos discutir. Esto es algo que vemos en todas partes y que también experimentamos internamente. El Buda simplemente nos está pidiendo que tomemos esto con seriedad.

Tomar con seriedad el sufrimiento significa que debemos aprender a comprenderlo. Para lograrlo, debemos colocarnos en una posición desde la cual podemos observarlo. De esa manera, vamos a poder ver cómo surge, cómo desaparece y qué es lo que acompaña su surgimiento y su desaparición. Esto último es a lo que se refiere el término pali *samudaya*, el cual usualmente se traduce como originación o causa. Lo que queremos, es poder ver claramente que cada vez que el sufrimiento surge en la mente, está acompañado de alguno de los tres tipos de ansia, ya sea por la sensorialidad, por 'llegar a ser' o por 'no llegar a ser'.

El ansia por la sensorialidad no es difícil de explicar: es el deseo de experimentar deseos sensoriales. Uno de los componentes más interesantes de este análisis, es que nuestro apego sensorial no es tanto a las cosas del mundo exterior, como a nuestros propios planes y fantasías acerca de estas cosas. Nuestro apego es a los planes que urdimos acerca de cómo obtener sensaciones visuales, auditivas, gustativas, olfativas y táctiles placenteras. Nosotros gastamos más tiempo planeando cómo obtener estas cosas y trabajando para obtenerlas, que lo que empleamos en disfrutarlas.

Con frecuencia, el disfrute es efímero. Examinemos la comida. ¿Cuánto tiempo dura un sabor en la boca? Pensemos en esa breve explosión de sabor y consideremos todo el trabajo que implica comprar los ingredientes, preparar la comida, y limpiar platos y cocina. Es obvio que nosotros no preparamos comida por el simple sabor, sino porque el cuerpo tiene que alimentarse para funcionar. Sin embargo, es mucho el tiempo y la energía que gastamos en la idea de hacer que algo sepa de esta u otra manera, para que la experiencia del sabor simplemente surja y desaparezca en un instante. La verdad es que estamos más apegados a

nuestros planes acerca de estas cosas —a nuestro deseo por estas cosas— que a las cosas mismas. Reemplazar el deseo por un placer sensorial, por el deseo por otro placer sensorial, no es difícil. Lo que es difícil, es abandonar por completo nuestro deseo por el deseo sensorial. Esta es una de las causas del sufrimiento.

Otra causa es el ansia por 'llegar a ser'. En esta instancia, queremos llegar a ser algo; queremos asumir una identidad específica dentro de un mundo de experiencia específico. Lo cierto es que nosotros escogemos nuestros mundos; escogemos el contexto dentro del cual queremos estar, el contexto dentro del cual queremos movernos y ejercer cierta influencia. Estas dos cosas —el mundo en el cual tenemos un 'yo' y el sentido de 'yo' que opera dentro de ese mundo— están ligadas. Algunas veces este mundo es a nivel sensorial y otras veces es a nivel de la forma, como cuando meditamos y habitamos totalmente la forma del cuerpo. También puede ser a nivel de lo informe. Esto se refiere a cualquier abstracción y experiencia informe, o a cualquier cosa que no tenga forma, como cuando en la meditación experimentamos con la sensación de espacio o tenemos una sensación de conocimiento exenta de forma. Nosotros tendemos a ir de un tipo de 'llegar a ser' a otro tipo de 'llegar a ser', una y otra vez, sin cesar. De esto es de lo que se trata el deambular, en donde constantemente vamos de un *bhava* —un estado de 'llegar a ser'— a otro. Esto es en lo que la mente se enfoca y es lo que nos hace sufrir, porque ninguno de estos estados puede ser duradero. La verdad es que no importa de qué nos agarremos para constituir un 'yo' —una identidad— ya que tarde o temprano todo se va desintegrar, porque el mundo vive desintegrándose.

Después está el ansia por 'no llegar a ser', que es el deseo de destruir lo que tenemos, de destruir con lo que sea que nos identificamos. También puede ser el deseo de destruir el mundo que nos rodea, porque nos parece desagradable e indignante y no nos gusta. Este sentimiento se puede manifestar como un impulso destructivo externo o como un impulso destructivo interno. Paradójicamente, este tipo de ansia también conduce a 'llegar a ser', porque al asumir la identidad de alguien que lo destruye todo, inevitablemente estamos asumiendo otra identidad, la del destructor. Así que, incluso al deleitarnos en la idea de destruir, estamos fomentando un sentido de identidad, un estado de 'llegar a ser'.

La imagen que el Buda da es la de una semilla que ha sido plantada en el suelo. La semilla es nuestra consciencia y el suelo es nuestro karma —pasado y presente— tal como se manifiesta aquí y ahora. A partir de esto, viene el deleite en hacer algo con estas cosas, ya sea creando algo a partir de ellas o simplemente destruyéndolas. Todo esto cuenta como una causa del sufrimiento y puede que suene muy abstracto, pero a medida que vamos conociendo nuestra mente, vamos a ir percatándonos del movimiento en una de estas direcciones: ya sea hacia 'llegar a ser' o hacia 'no llegar a ser'. Todo esto significa que —visto de cierta manera— estamos en una encrucijada, ya que el deseo de dejar de crear más instancias de 'llegar a ser', es a la vez una manera de crear otra instancia de 'llegar a ser'. Sin embargo, aquí es donde la genialidad estratégica del Buda entra en escena.

El Buda dice que la manera de detener el proceso de 'llegar a ser' no es destruyéndolo, sino aprendiendo a crear nuevas formas más adecuadas e inteligentes de 'llegar a ser'. El Buda se refiere específicamente al 'llegar a ser' de la concentración —de la meditación— mediante el cual hacemos que la mente se calme y se establezca en un solo sitio. Al tener esto, podemos desarrollar un lugar sólido y estable dentro de la forma del cuerpo, ya que esta es una manera

intachable e inofensiva de dar surgimiento a la felicidad. Luego, cuando desde este lugar logremos ver todo con más claridad, podemos desprendernos finalmente del proceso de 'llegar a ser'.

Algunas veces escuchamos comentarios acerca del peligro de quedarse atascado en la concentración, en *jhana*. Sin embargo, si revisamos los textos, veremos que el Buda dice que esto es algo que rara vez ocurre. Él también habla de los peligros relacionados con deleitarse en un estado de ecuanimidad o con no querer ir más allá de cierto estado de concentración; pero es claro que estos peligros son menores e inofensivos, al compararlos con los peligros de quedarnos atascados en la sensorialidad.

El Buda dio largos discursos acerca de todo el sufrimiento y de todos los conflictos que surgen a partir del ansia por la sensorialidad. Él dice que para obtener las cosas que ansiamos tenemos que trabajar duro y que a veces no logramos nada. También dice que así logremos conseguirlas, estas cosas realmente no perduran y no van a permanecer con nosotros. Él dice que siempre existe el miedo de que una inundación pueda llevárselas, de que un fuego pueda arrasarlas, de que herederos deshonestos puedan robárselas o de que reyes o bandidos puedan apropiárselas. Es debido al ansia por la sensorialidad que existen conflictos familiares y entre naciones, y es por esto que nos vamos a la guerra. No creo que nadie haya decidido ir a la guerra por el apego a *jhana*, por el apego a la concentración. La verdad es que nosotros seguimos matando, robando, mintiendo, teniendo sexo ilícito y abusando de todo tipo de intoxicantes, y nada de esto acontece debido a nuestro apego a *jhana*. El único real peligro de estar atascados en *jhana*, es que mientras lo estemos, no vamos a poder lograr el Despertar.

De manera que *jhana* es una forma relativamente inofensiva de felicidad, ya que por un lado es una fuente de sustento en el camino y por el otro, es una forma muy transparente de 'llegar a ser'. La razón por la cual tenemos que vigilarnos atentamente mientras practicamos *jhana*, es porque es algo que tenemos que hacer con sumo cuidado. Aquí es donde mindfulness o *sati* entra en escena. Uno de los componentes de la definición de *sati* en el Canon es la meticulosidad, ya que entre más meticulosos seamos, más fácil será recordar las cosas. Porque para poder mantener nuestra concentración, es importante que seamos muy meticulosos al mantener ciertas cosas en mente. Esta es una de las funciones de la '*sati* correcta'. Una vez hemos entrado en un estado mental adecuado e inteligente, la *sati* nos permite recordar que debemos permanecer en ese estado. Si hacemos esto meticulosamente, vamos a empezar a ver con más claridad todo lo que implica el proceso de llevar a la mente a un estado de quietud. Por eso el estado de *jhana* es una forma transparente de 'llegar a ser', ya que a medida que observamos y examinamos este estado, vamos entendiendo de qué se trata el proceso de 'llegar a ser'. Al hacerlo, empezamos a identificar qué parte de nuestra práctica está basada en karma viejo y qué parte está basada en karma nuevo. También empezamos a identificar qué parte está basada en nuestra consciencia actual —y todas las cosas que van con ella— y qué parte está influenciada por una sensación de deleite.

El Buda dice que el truco radica en que, una vez hemos aprendido a hacer todo esto, debemos aprender a ver las cosas simplemente como han llegado a ser. En otras palabras, simplemente debemos observar el karma pasado que se nos ofrece en el momento presente, sea lo que sea. Nuestra reacción instintiva es calificar ese karma o hacer algo a partir de él. Pero lo que realmente debemos hacer, es algo difícil: es simplemente observarlo a medida que llega

a ser, sin intentar crear algo a partir de él, sin intentar destruirlo, y sin siquiera deleitarnos en la ecuanimidad que resulta al observarlo.

La verdad es que, aunque es relativamente fácil entrar en un estado de ecuanimidad simplemente al observar estas cosas, se requiere de mucho *insight* para darse cuenta de que la ecuanimidad en sí misma también es algo que estamos haciendo, que estamos creando. Porque la ecuanimidad es una forma de crear algo a partir de nuestra experiencia, algo en lo cual podemos deleitarnos. De manera que esto va más allá de la simple ecuanimidad. El Buda dice que lo que debemos hacer, es aprender a cómo no crear nada a partir de cualquier cosa. Esto incluye aprender a no crear algo a partir del mismo *jhana*, es decir, a partir de nuestros fuertes estados de concentración. Cuando seamos capaces de hacer esto, es cuando finalmente vamos a poder acceder a 'lo no sujeto a la muerte'.

Así que en lugar de basarnos solamente en el deseo de deshacernos de las cosas, primero debemos desarrollar un tipo diferente de deseo: el deseo de aprender a cómo crear algo realmente adecuado e inteligente a partir de las cosas. Esto incluye aprender a desarrollar deseos que son adecuados, hábiles e inteligentes, antes de desprenderse de ellos. Este es un patrón básico en el camino del Buda. La cuarta verdad noble es abandonar estados mentales inadecuados y carentes de inteligencia y dar surgimiento a estados adecuados e inteligentes, para así poder comprender lo que conlleva dar surgimiento a un estado mental. De esa manera, vamos desarrollando la sensibilidad que nos permite identificar qué parte del momento presente es el karma que se nos ofrece y qué parte es el que estamos sumando. Usualmente nosotros somos muy ignorantes con respecto a lo que le estamos sumando a las cosas, así nuestra experiencia normal del espacio y el tiempo sea algo a lo cual ya le hemos sumado algo. Porque los agregados de forma, sensación, percepción, fabricación y conciencia vienen en una forma potencial y después —con base en nuestros intereses, lo que queremos crear y lo que queremos destruir— creamos nuestra experiencia del momento presente a partir de esos potenciales.

Por lo tanto, para poder determinar qué parte de nuestra experiencia del momento presente es solamente lo potencial —sin nada adicional, ni siquiera la ecuanimidad— es mucho lo que tenemos que excavar. Para lograr esto, necesitamos que la mente esté muy quieta, muy alerta y muy interesada en lo que está haciendo, es decir, necesitamos meditar. Es así como la 'perspectiva correcta' gravita alrededor de la meditación. El 'esfuerzo correcto' y la '*sati* correcta' la acompañan. Intentar dar surgimiento a lo que es adecuado e inteligente, sin importar la situación, es de lo que se trata el 'esfuerzo correcto'. Tener la presencia mental que nos recuerda que debemos abandonar lo que no es adecuado e inteligente; que debemos dar surgimiento a lo que es adecuado e inteligente; y que una vez le hemos dado surgimiento a esto debemos mantenerlo, es de lo que se trata la '*sati* correcta'. Todo esto es un proceso muy proactivo, pero es proactivo de una manera muy transparente. Esta es la razón por la cual, cuando empezamos a explorar la 'perspectiva correcta', nos damos cuenta de que en realidad cubre todo el camino; de que no es solo cuestión de entender algo de una manera abstracta. La 'perspectiva correcta' se trata de aprender a ver las cosas con otros ojos y —una vez lo hacemos— de actuar de una manera que sea apropiada a esa nueva forma de ver las cosas. Por lo tanto, la 'perspectiva correcta' no es simplemente una teoría; es una guía para saber cómo actuar.

Ajaan Lee dice que sentarse a trabajar en aquietar y establecer la mente con la meditación, es como administrar un gallinero que produce huevos. Los huevos representan el proceso de 'llegar a ser'. Nosotros usamos algunos de los huevos para nuestro propio sustento y usamos otros para examinarlos y estudiarlos, y de esa manera aprender todo lo que hay que saber acerca de sus componentes y de su proceso de desarrollo. La analogía no va más allá, pero lo importante es que eventualmente llegamos a un punto en el cual ya no necesitamos más los huevos; no los necesitamos ni para nuestro sustento, ni para nuestra investigación. Es en ese momento que dejamos de lado el camino y que incluso dejamos de lado la 'perspectiva correcta'. Es en ese momento que experimentamos la noble verdad de la cesación, logrando estar totalmente libres del ansia y, por ende, totalmente libres del sufrimiento y el estrés.

Sin embargo, es importante recordar que por el momento —mientras llegamos a ese punto, a lo 'no sujeto a la muerte'— debemos asegurarnos de que la 'perspectiva correcta' es algo que gravita constantemente en torno a nuestra meditación, en torno a nuestra concentración. De esa manera, la 'perspectiva correcta' mantiene nuestra meditación en el camino correcto y garantiza que lo que hacemos es claro y transparente para nosotros mismos. Es así como el proceso de 'llegar a ser' en la concentración nos conduce a algo que va más allá de 'llegar a ser', a algo en donde no existe sufrimiento alguno. Y, como dijo el Buda, ese es el fin del problema.

Título original: 'Right View'
Disponible en https://www.dhammatalks.org/audio/evening/2007/071120-right-view.html
Traducción: Ricardo Madrid & Eliana Jiménez, 2026