



# **DHAMMA**

*para gente enferma*

**Buddhadāsa Bhikkhu**

DHAMMA PARA GENTE ENFERMA

por Buddhādāsa Bhikkhu

Traducido del tailandés al inglés por Santikaro Upasaka

Traducido del inglés al español por Sergio León Candia

Primera edición publicada por Buddhādāsa Indapañño Archives, 2020

© Buddhādāsa Foundation, abril de 2020

Este trabajo está licenciado bajo Creative Commons

Reconocimiento-No comercial-Sin derivados 4.0 Licencia internacional

Cubierta: «Pintura Sanadora», una pintura en acrílico de Pierre Wittmann

Fotografía de Buddhādāsa Bhikkhu de la colección de archivo de Buddhādāsa  
Indapañño Archives (Ref. D-143)

Buddhādāsa Indapañño Archives (BIA)

Vachirabenjatas Park

Nikom Rot Fai Sai 2 Rd.

Chatuchak, Bangkok, 10900 Tailandia

Tel. +66 2936 2800

suanmokkh\_bangkok@bia.or.th

www.bia.or.th

«El regalo del Dhamma supera a todos los demás regalos.» (Dhp 354)

## **Anumodanā**

*A todos los compañeros del Dhamma, aquellos que ayudan a difundir el Dhamma:*

*Abran los depósitos para difundir el Dhamma y permitir que fluya la confianza fiel,*

*Transmitan el majestuoso Dhamma para irradiar alegría duradera.*

*Liberen el Dhamma sin igual para alcanzar la primavera de la virtud,*

*Dejen que el deleite pacífico y seguro fluya como un arroyo fresco de montaña.*

*Hojas de Dhamma de muchos años brotando de nuevo, extendiéndose,*

*Para desarrollarse y florecer en los Centros de Dhamma de todas las ciudades.*

*Para difundir el brillante Dhamma y en los corazones glorificados plantarlo.*

*En poco tiempo, las malas hierbas de la tristeza, el dolor y la aflicción huirán.*

*A medida que la virtud revive y resuena en toda la sociedad tailandesa,*

*Todos los corazones sienten cierto amor hacia los que nacen, envejecen y mueren.*

*Felicitaciones y bendiciones a todos los compañeros del Dhamma,*

*Ustedes que comparten el Dhamma para ampliar la alegría próspera de la gente.*

*El más sincero agradecimiento de Buddhadasa Indapañño,*

*La Ciencia Budista brilla siempre arrojando rayos de Bodhi duraderos.*

*En el servicio agradecido, los frutos del mérito y éxitos saludables,*

*Todos están dedicados con gratitud para el Señor Padre Buda.*

*Por lo tanto, que los tailandeses sean famosos por su virtud,*

*Que el éxito perfecto a través de la Ciencia Budista despierte sus corazones.*

*Que el Rey y Su Familia vivan con fuerza triunfante,*

*Que el gozo perdure por todo este, nuestro mundo en la tierra.*

de

*Buddhadāsa Indapañño*

Mokkhabalarāma

Chaiya, 2 de noviembre de 2530

# Contenido

<i>Anumodanā</i> .....	
Contenido .....	
Dhamma para gente común que está enferma .....	1
Recordatorio especial para un amigo en el Dhamma enfrentándose a la muerte.....	6
Sobre el autor .....	I
Sobre el traductor al inglés.....	III
Sobre el traductor al español.....	III
Lectura recomendada .....	IV
Recursos en línea .....	V
Fundación Buddhādāsa.....	VI
Buddhadāsa Indapañño Archives.....	VI

# Dhamma para gente común que está enferma

*Charla ofrecida el 19 de julio de 1982<sup>1</sup>*

Esta charla de Dhamma es para estimular la inteligencia de gente que está enferma. Por favor leer cuidadosamente y considerar detenidamente.<sup>2</sup>

## **La enfermedad es común y natural**

La enfermedad debería ser vista como un hecho natural para todas las *saṅkhāras* (cuerpos) físicos, ya sean humanos u otros animales, ya que las *saṅkhāras* experimentan cambios.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> Esta charla se dirigió a un público general, tanto presente como escuchando grabaciones, muchos de los cuales estaban en avanzada edad. Algunos de ellos habrían tenido creencias budistas tradicionales sobre vidas futuras. Al mismo tiempo (julio de 1982), la propia salud de Tan Ajahn's sufría altibajos.

<sup>2</sup> Otra versión al español, *Dharma para la gente común que se enferma*, puede ser encontrada online en el sitio del Centro SYZ.

<sup>3</sup> Aquí, el contexto sugiere el entendimiento común de *saṅkhāras* como cuerpos físicos. Usualmente, Tan Ajahn utiliza el término en su significado universal (todas las cosas condicionadas) o significados específicos como se encuentran en las enseñanzas de

Cuando sea que hay cambio, este puede ser hacia arriba o hacia abajo. El cambio hacia arriba se siente cómodo y saludable. El cambio hacia abajo crea enfermedad. Cuando las *saṅkhāras* físicas se hacen gradualmente viejas, la mayor parte del cambio es dolorosa y enferma. Este hecho debe ser visto tal como es: todas las *saṅkhāras* son simplemente así. En resumen, el dolor y la enfermedad son normales y naturales para las *saṅkhāras* físicas.

### **La enfermedad nos recuerda ser inteligentes**

Examinemos la razón del porque sucede esta enfermedad. Debemos reflexionar en una dirección beneficiosa, esto es, ver que esta enfermedad ocurre para advertirnos. La enfermedad no existe para hacernos sufrir o estar tristes. No hay nada por lo cual lamentarse o por lo que sufrir, lo que no tiene beneficio alguno ya que las *saṅkhāras* físicas son simplemente así. Más bien, la enfermedad esta para advertiros y enseñarnos a ser más inteligentes en vez de sufrir. La enfermedad nos informa para estar preparados para el apaciguamiento<sup>4</sup> final sin residuos de *dukkha*. Si nosotros aún giramos alrededor en ciclos *saṃsāricos*, necesariamente sufriremos

---

*paṭiccasamuppāda*. Aquí, el no especifica *saṅkhāras* físicos pero su audiencia probablemente entendió *saṅkhāras* como «cuerpos».

<sup>4</sup> Nota del traductor al español: el término utilizado en inglés tanto por Ajahn Buddhādāsa y Santikaro es «quenching» que literalmente significa extinguir (un fuego) o saciar (la sed). En español he utilizado «apaciguamiento», el cual tiene una connotación más adecuada que la traducción literal del comúnmente utilizado en inglés «extinción». En pāli, la palabra utilizada es *nirodha*, que se refiere al apaciguamiento de las causas de *dukkha* (insatisfacción, sufrimiento).

con el nacimiento, la vejez, la enfermedad y la muerte. Si no quieres que el nacimiento, la vejez, la enfermedad y la muerte ocurran, entonces no gires en ciclos *saṃsāricos*.

### **Para ir más allá de *dukkha*, debemos apaciguar sin residuos**

Ahora, la enfermedad y la fiebre han llegado para advertirte, a demostrarte cómo es la vida. Si deseas estar libre de este tipo de existencia – específicamente, enfermedad – debes prepararte a ti mismo para el apaciguamiento sin residuos. Este apaciguamiento sin residuos es el enfriamiento de las *saṅkhāras* que no deja combustible para más nacimientos. A pesar de que el cuerpo no está listo para romperse, el corazón se ofrece para la disolución. Para ponerlo directamente, estamos totalmente dispuestos a quedar sin ego desde este momento. Nos ofrecemos a estar libres de ego ahora mismo. Nuestros corazones dejan ir con respecto a todo y renuncian a todo lo relacionado con las *saṅkhāras*. Termina con todo lo que respecta a estas *saṅkhāras* para que no haya pensamientos en términos de «ego» y «mío» restantes. Estamos conscientes de que insistir en deambular dentro de los ciclos *saṃsāricos* lleva a estar de esta forma (enfermo). No hay final para ello. Si deseas dejar de ser de esta forma, entonces apacigua las emociones acerca de las *saṅkhāras* como si fuesen «ego» y «mío». Sin más sentimientos de que cualquier cosa soy «yo» o «mío», existe el apaciguamiento.

## **No te tomes las *saṅkhāras* como algo personal**

Las *saṅkhāras* naturalmente enferman. Si nos aferramos a ellos como «nuestros *saṅkhāras*», el dolor y la enfermedad se vuelven nuestros también. Entonces sufrimos, nos ponemos tristes o decepcionados. Si somos firmes con una nueva intención, con inteligencia y fortaleza mental, nos comprometemos a dejar a las *saṅkhāras* ser su propia historia. Permite a las *saṅkhāras* suceder de acuerdo a sus propios asuntos; no te cuelgues de ellos como «mío» o «nuestros». La historia de las *saṅkhāras* es que ellas no duran; son impermanentes. Las *saṅkhāras* son *dukkha*, estresantes, y poco confiables. Las *saṅkhāras* son *anattā*, sin una individualidad esencial o duradera. Lo que deseamos es parar, aquietar y enfriar, lo que es la historia del *nibbāna*.

## **Suelta la mente hacia la libertad**

La mente debe mirar para ver de esta forma, para que no agarre los asuntos físicos como si fueran «míos» o «sobre mí». Dejen a las *saṅkhāras* físicas enfermar o decaer naturalmente, para no aferrarse a ellos como mi dolor, mi enfermedad o mi muerte. La mente no estará ligada a la enfermedad y la muerte. En vez, la mente es liberada del dolor, la enfermedad y la muerte. En esta libertad no hay ir y venir dentro de los ciclos del *saṃsāra*.

Esta es la advertencia que la enfermedad nos trae, para que seamos más inteligentes. La enfermedad no visita para hacernos sufrir. No exige que suframos. Simplemente nos recuerda estar



totalmente preparados para el apaciguamiento sin residuos de los sentimientos de que hay «ego» y «mío». Nos desafía a extinguir «ego» y «mío». No nos dice que nos apuremos y nos suicidemos, lo cual sería inútil. En vez, nos recuerda de extinguir el aferramiento a «mi» y a extinguir el aferramiento a cualquier cosa como «mío». Esto es lo que quiero decir con advertirnos que extingamos sin dejar residuos. Cuando el aferramiento al «yo» y «mío» es extinguido, entonces no hay nadie que pueda nacer, envejecer, enfermar y morir.

(...)

## **Recordatorio especial para un amigo en el Dhamma enfrentándose a la muerte**

*Una charla ofrecida el 21 de mayo de 1981 en Suan Mokkh*

*Como se vuelve gradualmente claro, esta charla tenía una audiencia especial. Un amigo en el Dhamma de Ajahn Buddhādāsa estaba enfermo y muriendo. Tan Ajahn le habló al corazón de la situación para alguien que estaba familiarizado con los aspectos más profundos de la enseñanza budista. De esta forma, es un recordatorio más que una nueva enseñanza: una revisión para prepararse para lo inevitable. Los lectores que recién conocen la enseñanza budista del vacío (vacuidad) que Ajahn Buddhādāsa enfatizaba, podrían mantener en cuenta el contexto de esta charla especial. A pesar de que podamos no sentirnos en la misma situación, nunca sabemos cuan pronto llegará.*

Permítanme tomarme otra oportunidad para estimular la atención plena y la inteligencia de alguien que está enfermo. Les explicare como pueden extinguir el daño y sufrimiento de la enfermedad

usando el corazón del budismo. Utilizamos el corazón del budismo para el mayor beneficio en tiempos en que estamos enfermos. Por favor escuchen con mucha atención.

He hablado del corazón del budismo muchas veces, así que será familiar para muchos de ustedes. Sin embargo, algunos lo habrán olvidado y otros solo lo recuerdan cuando se sienten bien y con buena salud. Una vez que se apodera la enfermedad, podemos ser olvidadizos y estar confundidos. Vale la pena el revisar esta enseñanza de tal forma que pueda ser útil cuando uno se enfrenta a la enfermedad.

Se puede hablar del corazón del budismo en muchos términos. Sin embargo, el más conciso, enfocado y correcto está en la breve frase «todas las cosas son simplemente así». El dolor es simplemente así, el placer es simplemente así, la sensación de ni dolor ni placer es simplemente así. La enfermedad es simplemente así, no recuperarse es simplemente así, sanarse es simplemente así. No estés feliz o triste, arriba o abajo con respecto a la enfermedad. En pāli, «simplemente así» o «justo de esta forma»<sup>1</sup> es *tathatā*, en chino, «justo de esta forma» es *yoo-si* (如是), en tailandés, *chen-nan-eng*; y en inglés, *thusness* (Talidad<sup>2</sup>).

---

<sup>1</sup> Nota del traductor al español (N.T.E.): he utilizado dos traducciones para «thusness»; «simplemente así» o «justo de esta forma», a veces según el contexto una se lee mejor que la otra.

<sup>2</sup> Talidad está definido por la RAE como: Condición de ser tal, con las determinaciones que caracterizan a alguien o algo. (N.T.E.)

Revisemos nuestras muchas discusiones anteriores. *Tathatā* significa «justo así», «simplemente así», «justo de esta forma» o «sencillamente así». Todas las cosas son simplemente así. Teniendo causas y condiciones, las cosas son simplemente así. Aquello que no tiene causas ni condiciones es simplemente así. En otras palabras, las *saṅkhāras* (fabricaciones mentales) son simplemente así. *Viśaṅkhāra* (no creado) es simplemente así. Las *saṅkhāras* son simplemente así a su manera.<sup>3</sup> *Viśaṅkhāra* es simplemente así a su manera. *Nibbāna* es simplemente así a su manera pacífica y serena. En conclusión, no hay nada que no sea simplemente así de acuerdo a su manera particular.<sup>4</sup>

¿Cuáles son los resultados de reconocer esta forma «simplemente-así» o «talidad»?; quizás pueden recordarlo de numerosas charlas sobre ello. Aquí, recordaremos la esencia de aquellas charlas brevemente. Los tipos de cosas que tienen causas y condiciones, *saṅkhāras*, pasan por un surgir, un mantenerse y un cesar. Su surgir es simplemente así, su mantenerse es simplemente así, y su cesar es simplemente así. Consecuentemente, el nacimiento es simplemente así, el envejecer es simplemente así, la enfermedad es simplemente así y la muerte también, es simplemente así.

---

<sup>3</sup> *Saṅkhāra* puede significar distintas cosas en tailandés y en pāli. Aquí, Tan Ajahn usa el termino en su significado universal (todas las cosas condicionadas, los fenómenos surgiendo por causas y condiciones, y que cambian y cesan a través de causas y condiciones). Más adelante, el contexto puede sugerir el entendimiento tailandés común de *saṅkhāras* como cuerpos físicos.

<sup>4</sup> *Viśaṅkhāra* (*nibbāna*) es aquello que no es fabricado o condicionado y que no fabrica. La mente que lo experimenta, no es fabricada.

Por favor, contemplan esto profundamente hasta experimentar la verdad acerca de que nuestra buena salud es simplemente así, y que cualquier enfermedad que nos afecte es simplemente así. Si esta enfermedad pasa a través de sus causas y condiciones, esta también es simplemente así. Si se está muriendo, esto también es mediante esta talidad de sus causas y condiciones. Encontramos esta talidad en cada una de las cosas y ninguna de ellas nos parece extraña. La muerte no es extraña y el no morir tampoco es extraño. Todo es simplemente así. La mente (*citta*) viendo la talidad está en paz. Sin ansiedad ni conflicto, la mente se enfría en *nibbāna* hasta que ese *citta* se termina. Existe un apaciguamiento más y luego todo se acaba. Nada puede significar sufrimiento para este tipo de mente. Este es el tipo de *citta* que no sufre.

Esto es lo que hacemos. Investigamos y vemos que nacimiento, envejecimiento, enfermedad y muerte son temas de la talidad. Nos damos cuenta de la talidad en cada una de ellas. El nacimiento, envejecimiento, la enfermedad y la muerte son naturales y ordinarias, pero no asumimos que no se puede hacer nada al respecto. Podemos detener el nacimiento, envejecimiento, enfermedad y la muerte al no apegarnos a ellos como «Ego» o como si fuera el «ser del ego». No se apeguen a nada como si fuera el ser del ego<sup>5</sup>. Entonces, ¿dónde ocurrirían estas condiciones, y a quien le

---

<sup>5</sup> Tan Ajahn ha utilizado *tua-goo* para expresar un evidente sentido del ser que fácilmente se vuelve egoísta, *goo* habiendo llegado a ser un pronombre coloquial crudo en tailandés moderno. He traducido aquí *tua-goo* como «Ego» en el popular sentido de «él tiene un gran ego». La mayúscula se usa para marcar esta acuñación particular y distinguirla de la

ocurrirían cuando no hay un ser separado que nazca, envejezca, se enferme y muera?

El negocio del *kamma* es lo mismo. Habiendo creado *kamma* por mucho tiempo, al final uno se cansa de reciclar de acuerdo al *kamma* (nuestras acciones intencionales). ¿Entonces, que puede hacer uno al respecto? Escuchen cuidadosamente. Terminen de crear ego y el *kamma* se acaba. Sin ego que cree *kamma*, podemos terminarlo. Tenemos el poder de detener el *kamma*, de tal forma que nunca más tenga veneno o crueldad. Todo esto es solo talidad. Continuar bajo el poder del *kamma* es talidad. No estar sujeto al *kamma* es talidad. En otras palabras, actuar correctamente en línea con el más alto Dhamma, que puede terminar con el *kamma*, a través de la ley natural de la talidad, es también, talidad. Dejen que las cosas simplemente sucedan de esa forma. Son simplemente así; no las transformen en ego. Dejen que todas las cosas sean simplemente así de acuerdo a su naturaleza. No las tomen como «ego» o «mías».

Sobre este punto, el Buda explicó cómo al confiar en él como un *kalyāṇamitta* <sup>6</sup>, los seres estarán más allá del nacimiento, envejecimiento, enfermedad y muerte. Esto es posible porque él nos enseñó como renovar nuestras mentes al no nacer en el «ego» y «mío». Esta realidad está más allá del nacer, envejecer, la

---

jerga respectiva al ego y al ser. Yo utilizo «Mío» para traducir el correspondiente *khongoo*, perteneciente a *goo*. Más adelante en esta charla, el usa términos más suaves tales como, «nosotros» o «nuestros», los cuales he interpretado literalmente. «Ego» y «Mío» vuelven la vida egocéntrica, y de tal forma, fomentan el sufrimiento.

<sup>6</sup> *Kalyāṇamitta* puede traducirse como un «amigo en el camino del Dhamma». (N.T.E)

enfermedad y la muerte, está más allá de transmigrar a través del *kamma*.

Al confiar en el Buda como un *kalyāṇamitta*, extinguimos el ego y todos los problemas terminan por sí mismos. En otras palabras, *anattā* se hace cargo, la ausencia de un ser separado se hace cargo. Todo carece de esencia personal, ser personal, e individualidad absoluta; así, no hay nadie que pueda nacer, envejecer, enfermarse y morir. No hay nadie que transmigre debido al *kamma*. Simplemente hay *saṅkhāras* naturales que continúan de acuerdo a sus causas y condiciones. En otras palabras, todo es sencillamente así, talidad. Las cosas así suceden a través de la ley de *idappaccayatā*.

Esta ley de *idappaccayatā* (condicionalidad) es de gran importancia. Significa que teniendo esto como condición (*paccaya*), esto ocurre. Todo suceso depende de condiciones. Por ejemplo, debido a que hay ego, lo «mío» ocurre. El ego es la condición para aferrarse a varias cosas como «mías». Riquezas, dinero, posesiones y cosas por el estilo, se vuelven mías. Ellas pesan sobre el ego, el que sufre debido a ellas, quizás por miedo a perderlas. Si la mente descansa en la talidad y experimenta la talidad, tal aferramiento no sucede. Nada puede apoderarse de tal mente y causarle sufrimiento.

Al confiar en la talidad, vivimos y practicamos correctamente, levantando a la mente fuera del sufrimiento. Las *saṅkhāras* nacerán, envejecerán, enfermarán y morirán. No te preocupes de ellos. Deja a las *saṅkhāras* cuidarse a sí mismas. Vemos la talidad y experimentamos la talidad: tales cosas no tienen problemas, lo que

significa que simplemente son así. La mente se aleja a si misma del agitarse con tales cosas cuando no las considera «mías». Cuando tomamos cosas envenenadas y peligrosas hacia el ego, el sufrimiento y el tormento ocurren. Así que no tomes nada con aferramiento; si no, ese mismo aferramiento morderá a aquel que se aferra. Esto crea sufrimiento. No te aferres y nada podrá crear sufrimiento.

Confiando en el Buda como *kalyāṇamitta* de esta forma, a lo largo de la vida hasta el último momento, cuando la mente se extingue, el Buda aún está con nosotros, esto es, sabiendo el «simplemente así, sencillamente así». Conocer la talidad es lo mismo que el Buda susurrando en nuestro oído, recordándonos que «es simplemente así, no lo consideres tuyo» confiando en el Buda como *kalyāṇamitta*, recibiremos el mayor beneficio de esta manera. No apropiándonos de nada como nuestro, es tener el corazón del budismo dentro de nosotros mismos.

El corazón del budismo es la talidad. Ver la talidad, ver *tathatā*, es tener la talidad clara y nítida en nuestros corazones. Esto es lo mismo que tener al Buda quedándose con nosotros, justo en frente de nosotros, recordándonos estar alerta y no ser olvidadizos. Todas las cosas son simplemente así. No hay necesidad de tomarlas como nuestras o como nosotros. Ellas no están bajo nuestro poder y «nosotros» es estar atrapado en el aferramiento. Sensaciones, pensamientos y suposiciones acerca de «nosotros», no son realmente «nosotros». Al fabricar de acuerdo con las leyes naturales



es que pensamos sobre «nosotros». Este «nosotros» es algo cambiante y efímero; no podemos encontrar un real «nosotros».

Ahora, la enfermedad está cambiando de acuerdo a leyes naturales. La enfermedad surge, cambia y se transforma. Surge, cambia y se transforma. No consideremos tales síntomas como nuestros. Ordinariamente, podemos ver esto cuando no estamos reaccionando. Cuando todo esta saludable y tranquilo, debiéramos poder darnos cuenta de estos hechos: no dejes que la mente se aferre a ninguna cosa. Cuando la mente no se aferra a nada, no hay sufrimiento. Cuando llega el tiempo para que las fabricaciones condicionantes de este cuerpo cesen, debemos recordar estos hechos y así no habrá *dukkha*.

La muerte no es nuestra. Es sencillamente las actividades y los síntomas de las *saṅkhāras*. Cuando las *saṅkhāras* naturalmente crean tales actividades y síntomas, no es nuestra propia voluntad. No es nuestra muerte. No hay un «yo» en esto. Carecemos de pensamiento sobre el yo. No hay un ser que sea el propietario de esta muerte. Simplemente obsérvalo como las actividades y síntomas de la naturaleza ocurriendo ordinariamente. Por supuesto, el apaciguamiento debe ocurrir. El apaciguamiento es seguro.

Mi deseo es que puedas saber cómo practicar dentro de tu corazón para que, si es tiempo para el apaciguamiento, para finalizar, y la muerte realmente está sucediendo, tú lo veas como el negocio de las *saṅkhāras* del cuerpo. No pertenece a nadie, no es nuestro. Yo compuse un poema acerca de esto. Me gustaría leerlo para ti para

traer paz mental y para que cuando las *saṅkhāras* se estén rompiendo y extinguiéndose, seas capaz de reírte de la muerte.

Todas las cosas fabricadas no son permanentes  
Ellas surgen y crean más *saṅkhāras* en su camino,  
Y luego se extinguen a su manera  
Ellas no duran – son simplemente así.

Esta colección de *saṅkhāras*, realmente, son iguales.  
Seguramente llegarán a su final hoy.  
Nadie nace o muere, solo puede haber  
Estas mismas *saṅkhāras* extinguiéndose ordinariamente.

La tranquilidad ocurre con el apaciguamiento de las *saṅkhāras*  
Ellas se extinguen en la serenidad,  
son *nibbāna*, fabricaciones detenidas.  
Mente-cuerpo se extinguen hoy,  
simplemente actividades naturales  
Sin germen alguno que regrese y nazca otra vez.

Este es el corazón de todo el budismo. Todo el budismo se reduce a esto: todas las *saṅkhāras* y *visaṅkhāra*, también son simplemente así. Cuando revelan y demuestran talidad, no hay razón para estar atascado o acongojado. No hay nada que sea un problema. Deja ir para que la mente este libre-vacía. La mente deja ir todo al no aferrarse a nada de esta forma.

Ahora le recitaré algunos versos del pāli.<sup>7</sup> Por favor escuche de todo corazón. Cierre sus ojos, agrupe su mente, y escuche profundamente.<sup>8</sup>

*Sabbe saṅkhārā aniccāti                      yadā paññāya passati*  
*Atha nibbindati dukkhe                      esa maggo visuddhiyā*

Viendo con sabiduría que todas las saṅkhāras son impermanentes,  
Uno se desencanta de las cosas dolorosas por las cuales ha caído:  
Este es el sendero del Nibbāna, la pureza suprema.

*Sabbe saṅkhārā dukkhāti                      yadā paññāya passati*  
*Atha nibbindati dukkhe                      esa maggo visuddhiyā*

Viendo con sabiduría que todas las saṅkhāras son dukkha,  
Uno se desencanta de las cosas dolorosas por las cuales ha caído:  
Este es el sendero del Nibbāna, la pureza suprema.

*Sabbe dhammā anattāti                      yadā paññāya passati*  
*Atha nibbindati dukkhe                      esa maggo visuddhiyā*

Viendo con sabiduría que todas las saṅkhāras son no-ser,  
Uno se desencanta de las cosas dolorosas por las cuales ha caído:  
Este es el sendero del Nibbāna, la pureza suprema.

---

<sup>7</sup> La mayoría de las siguientes líneas se pueden encontrar en el conjunto estándar de cantos recitados todos los días en los templos de toda Tailandia.

<sup>8</sup> La grabación de audio de esta recitación de Tan Ajahn, *Chanting for a Sick Dhamma Comrade* (Cantando para un compañero del Dhamma que está enfermo), está disponible en línea.

*Saṅkhārā paramā dukkha        tesam vūpasamo sukho*<sup>9</sup>

Las fabricaciones son la dukkha suprema, su calma es la felicidad.

*Nibbānaṃ paramā suññaṃ*<sup>10</sup>    *Nibbānaṃ paramā sukhaṃ*

Nibbāna es la vacuidad suprema, Nibbāna es la felicidad suprema.

*Nibbānaṃ paramā vadanti Buddhā.*

Nibbāna es supremo, así dicen todos los Budas.

*Itipi so bhagavā arahaṃ sammāsambuddho vijjācaraṇa-sampanno sugato lokavidū anuttaro purisadammasārathi satthā devamanussānaṃ buddho bhagavā ti.*

El Bendito está lejos de las contaminaciones, perfectamente despierto, impecable en conducta y comprensión, sublime, conecedor de los mundos, el maestro sin igual de aquellos aptos para ser amansados, el maestro de los devas y los humanos, el despierto, sabiendo, florecido, el explorador y expositor de Dhamma.

*Svākkhāto bhagavatā dhammo sandiṭṭhiko akāliko ehipassiko opanayiko paccattaṃ veditabbo viññūhi ti*

---

<sup>9</sup> Recitada en un punto central de los ritos de cremación.

<sup>10</sup> Esta referencia a la vacuidad (vacío) era central tanto en las enseñanzas del Buda como las de Tan Ajahn.

El Dhamma esta tan perfectamente explicado por el Bendito, para que uno mismo lo realice, en la práctica y en la realización ilimitada por el tiempo, para invitar a otros a venir y ver, conduciendo cada vez más profundamente al corazón, para ser experimentado personalmente por los sabios.

*Supaṭipanno bhagavato sāvakaśaṅgho ujupaṭipanno  
bhagavato sāvakaśaṅgho ñāyapaṭipanno bhagavato  
sāvakaśaṅgho sāmīcipaṭipanno bhagavato sāvakaśaṅgho  
yadidaṃ cattāri purisayugāni aṭṭha purisapuggalā esa  
bhagavato sāvakaśaṅgho āhuneyyo pāhuneyyo dakkhiṇeyyo  
añjalikaraṇīyo anuttaraṃ puññakkhettaṃ lokassā ti.*

La Comunidad de los Discípulos del Bendito que han practicado bien, que han practicado directamente, que han practicado con perspicacia, que han practicado con éxito: a saber, los cuatro pares de Nobles, las ocho realizaciones individuales. De hecho, esta es la Saṅgha de los Discípulos del Señor, que son dignos de obsequios y hospitalidad, que son dignos de ofrendas y veneración, que brindan una oportunidad sin igual para la bondad en este mundo.

Considere esto como una visita personal mía. Aunque no pude venir físicamente, he venido en voz, lo que cumple mi intención.

Que seas capaz de mantener la mente para que se incline hacia el apaciguamiento sin residuos del ego y el apaciguamiento sin residuos del «mío». No tomes ningún sufrimiento para sostenerlo como «mío» y

no tomes los cambios de las *saṅkhāras* físicas como «míos». No habrá ninguna mente que se aferre a las cosas para sufrir debido al poder ver la Talidad, el *tathatā*, de todas las *saṅkhāras*.

Vea claramente de esta manera cada momento y no quedará ningún problema. Habrá calma y apaciguamiento en todos los aspectos sin que quede nada para nacer de nuevo.





## Sobre el autor

Buddhadāsa Bhikkhu nació en 1906, hijo de madre del sur de Tailandia y un padre de etnia china. Siguió la costumbre tailandesa entrando en un monasterio local en 1926, estudió durante un par de años en Bangkok, y luego fundó su propio refugio para estudiar y practicar en 1932. Desde entonces, ha tenido una profunda influencia no solo en el budismo tailandés sino en otras religiones en Siam y el budismo en occidente. Entre sus logros más importantes, él:

- Desafió la hegemonía de textos de comentarios posteriores con la primacía de los discursos originales del Buda.
- Integró el estudio serio del Dhamma, la creatividad intelectual y la práctica rigurosa.
- Explicó el Buddha-Dhamma con énfasis en esta vida, incluyendo la posibilidad de experimentar el Nibbāna nosotros mismos.
- Suavizó la dicotomía entre la práctica de una persona de familia y monástica, destacando que el Noble Óctuple Sendero está disponible para todo el mundo.



- Ofreció apoyo doctrinal para abordar problemas sociales y ambientales, ayudando a fomentar la participación social del budismo en Siam.
- Formó su monasterio del bosque como un medio ambiente de enseñanza innovador y Jardín de la Liberación (Suan Mokkh).

Después de una serie de enfermedades, incluyendo infartos, murió en 1993. Fue incinerado sin la pompa y los gastos habituales.

## **Sobre el traductor al inglés**

Santikaro se entrenó como bhikkhu (monje budista) bajo Ajahn Buddhādāsa durante los últimos años de su vida (1985-1993). Durante ese tiempo, Santikaro tradujo para Ajahn Buddhādāsa tanto oralmente durante charlas como entrevistas, así como en trabajos impresos. Santikaro continúa su traducción y otros trabajos de Dhamma en Kevala Retreat en Wisconsin, EE. UU., y colabora estrechamente con Buddhādāsa Indapañño Archives.

## **Sobre el traductor al español**

Sergio León Candia ha investigado y practicado el Buddha-Dhamma desde 2010 incluyendo retiros y actividades de Dhamma en el sudeste asiático y Chile. Tiene una Maestría en Estudios Budistas de la International Buddhist College de Tailandia. Actualmente contribuye con Buddhādāsa Indapañño Archives, realiza otras publicaciones sobre Dhamma y facilita talleres de meditación.

## Lectura recomendada

### Libros en español

- *La causa del sufrimiento en la perspectiva budhista*
- *Consejos de un sabio: El legado de Buddhadasa*
- *Lo que hay que saber del budismo*

### Libros en inglés

- *Buddha-Dhamma for Inquiring Minds*
- *The First Ten Years of Suan Mokkh*
- *Heartwood of the Bodhi Tree*
- *Mindfulness with Breathing: A Manual for Serious Beginners*
- *Paticcasamuppada: Practical Dependent Origination*
- *A Single Bowl of Sauce: Teachings Beyond Good and Evil*
- *Under the Bodhi Tree: Buddha's Original Vision of Dependent Co-Arising*

## Recursos en línea

- [www.bia.or.th](http://www.bia.or.th)
- [www.suanmokkh.org](http://www.suanmokkh.org)
- [www.kevalaretreat.org](http://www.kevalaretreat.org)
- [www.meditacionvipassana.com](http://www.meditacionvipassana.com)
- [www.soundcloud.com/buddhadasa](https://www.soundcloud.com/buddhadasa)
- [www.facebook.com/suanmokkhbangkok](https://www.facebook.com/suanmokkhbangkok)
- [www.acharia.org/buddhadasa\\_bhikkhu/indice.htm](http://www.acharia.org/buddhadasa_bhikkhu/indice.htm)

## **Fundación Buddhādāsa**

Establecida en 1994, la Fundación Buddhādāsa (Buddhadāsa Foundation) tiene como objetivo promover el estudio y la práctica de Buddha-Dhamma según las enseñanzas de Ven. Buddhādāsa Bhikkhu. Fomenta la compilación y traducción de sus obras del tailandés a idiomas extranjeros, así como apoya la publicación de enseñanzas traducidas para su distribución gratuita.



## **Buddhadāsa Indapañño Archives**

Establecido en 2010, los Buddhādāsa Indapañño Archives recopilan, mantienen y presentan las obras originales de Buddhādāsa Bhikkhu. También conocido como Suan Mokkh Bangkok, es un lugar innovador para fomentar el entendimiento mutuo entre tradiciones, estudiando y practicando Dhamma.

