

LAS JHĀNAS

En la Meditación Budista Theravāda

Por el Venerable Henepola Gunaratana Nayaka Thera

<http://www.birken.ca/library/spanish/LASJHANAS.htm>

Traducción al Castellano de la obra

“The Jhānas in Theravāda Buddhist Meditation”

(The Wheel Publication No.351/353, Buddhist
Publication Society Kandy 1988 Sri Lanka)

Por Bhikkhu Thitapuñño.

Buddhist Publication Society

P.O.Box 61,

54, Sangharaja Mawatha,

Kandy, Sri Lanka

Derechos de autor © 1988 Henepola Gunaratana.

Este libro es una versión resumida de la obra del autor titulada “The Path of Serenity and Insight: An Explanation of the Buddhist Jhānas” publicada por Motilal Banarsidass, New Delhi.

Este material puede ser reproducido para uso personal exclusivamente; la copia, distribución e intercambio con fines comerciales o de lucro están estrictamente prohibidos.

ISBN 955-24-0035-X (Versión en Inglés)

CONTENIDO

1. Introducción

El Contexto Doctrinal de Jhāna
Etimología de la Palabra “Jhāna”
Jhāna y Samādhi

2. La Preparación Para Lograr las Jhānas

El Fundamento Moral de las Jhānas
El Buen Amigo y los Sujetos de Meditación
Seleccionando una Morada Adecuada

3. La Primera Jhāna y Sus Factores

El Abandono de los Impedimentos
Los Factores de la Primera Jhāna
Perfeccionando la Primera Jhāna

4. Las Jhānas Superiores

Las Jhānas Superiores de la Esfera de Materialidad-Sutil
Las Jhānas Inmateriales
Las Jhānas y el Renacimiento

5. Jhāna y lo Supramundano

La Vía de la Sabiduría
Los Dos Vehículos
La Jhāna Supramundana
El Nivel Jhánico de la Vía y el Fruto

6. Jhāna y el Discípulo Noble Siete Tipos de Discípulos Jhāna y el Arahant

LISTA DE ABREVIATURAS

PTS = Edición de la Pāli Text Society

BBS = Edición Birmana de la Buddhasasana Samiti

A. Anguttara Nikāya (PTS)

D. Dīgha Nikāya (PTS)

Dhs. Dhammasaṅgaṇī (BBS)

Dhs.A. Dhammasaṅgaṇī Atthakathā = Aṭṭhāsālinī (BBS)

M. Majjhima Nikāya (PTS)

MA. Majjhima Nikāya Atthakathā (BBS)

Miln. Milindapaṇha (PTS)

n.a. Nota del Autor

PP. Path of Purification (Traducción del Visuddhimagga por Bhikkhu Ñānamoli;
Kandy:BPS, 1975)

S. Samyutta Nikāya (PTS)

SA. Samyutta Nikāya Atthakathā (BBS)

ST. Samyutta Nikāya Tikā (BBS)

Vbh. Vibhanga (PTS)

LAS JHĀNAS EN LA MEDITACIÓN BUDISTA THERAVĀDA

Vin.A. Vinaya Atthakathā (BBS)
Vism. Visuddhimagga (PTS)
Vism.T. Visuddhimagga Tikā (BBS)
[...] Texto entre paréntesis angular añadido por el traductor

Nota: Con excepción de la “ñ” se han omitido deliberadamente las marcas diacríticas propias del Pāli en alfabeto Romano (n.t).

Tabla de Contenido

Tabla de Contenido	4
INTRODUCCIÓN.....	5
El Contexto Doctrinal de Jhāna.....	5
Etimología de la Palabra “Jhāna”	7
Jhāna y Samādhi	8
2.....	11
LA PREPARACIÓN PARA LOGRAR LAS JHĀNAS.....	11
El Fundamento Moral de las Jhānas.....	11
El Buen Amigo y el Sujeto de Meditación	13
Seleccionando una Morada Adecuada.....	16
3.....	17
LA PRIMERA JHĀNA Y SUS FACTORES	17
El Abandono de los Impedimentos	17
Los Factores de la Primera Jhāna	21
Aplicación de la Mente (vitakka)	22
Sustentación de la Mente (vicāra).....	23
Felicidad (sukha).....	25
Unificación (ekaggatā)	26
Perfeccionando la Primera Jhāna	27
4.....	30
LAS JHĀNAS SUPERIORES.....	30
Las Jhānas Superiores de la Esfera de Materialidad-Sutil	30
Las Jhānas Inmateriales.....	34
Las Jhānas y el Renacimiento	37
5.....	39
JHĀNA Y LO SUPRAMUNDANO	39
La Vía de la Sabiduría	39
Los Dos Vehículos	40
Las Jhānas Supramundanas.....	43
El Nivel Jhánico de la Vía y el Fruto	46
6.....	49
LOS DISCÍPULOS NOBLES Y JHĀNA	49
Siete Tipos de Discípulos	49
[1] El devoto de fe se explica en el sutta como sigue:	49
El Buda explica a continuación al liberado por la fe:	50
Jhāna y el Arahant.....	53
Acerca del Autor.....	58
Final de las Jhānas.....	58

INTRODUCCIÓN

El Contexto Doctrinal de Jhāna¹

El Buda dijo que así como el gran océano posee un solo sabor, el sabor de la sal, de la misma forma en su doctrina y disciplina solo hay un sabor, el sabor de la libertad. El sabor de la libertad que satura a la enseñanza del Buda es el sabor de la libertad espiritual, la cual significa libertad con respecto al sufrimiento desde la perspectiva Budista. En el proceso que conduce a la libertad respecto al sufrimiento, la meditación es el medio para generar el despertar interior requerido para la liberación. Los métodos de meditación que se enseñan en la tradición Budista Theravāda están basados en la propia experiencia del Buda, moldeados en el curso de su propia búsqueda de la iluminación. Están diseñados para re-crear en el discípulo que los practica la misma iluminación esencial lograda por el mismo Buda cuando se sentó bajo el árbol Bodhi, el despertar de las Cuatro Verdades Nobles.

Los diversos sujetos y métodos de meditación que se exponen en las escrituras del Budismo Theravāda (el Canon Pāli y sus comentarios) se dividen en dos sistemas interrelacionados. Uno es llamado el desarrollo de serenidad (samathabhāvanā), el otro es el desarrollo de introspección (vipassanābhāvanā). El primero es conocido también bajo el nombre de ‘desarrollo de concentración’ (samādhībhāvanā), y el segundo como el ‘desarrollo de sabiduría’ (paññābhāvanā). La práctica de la meditación de serenidad tiene como objetivo el desarrollo de una mente calmada, concentrada y unificada como medio para experimentar paz interior y, a su vez, constituye la base para la sabiduría. La práctica de la meditación introspectiva tiene como objetivo lograr el entendimiento directo de la naturaleza real de los fenómenos. De los dos métodos, el desarrollo de introspección es considerado en el Budismo como la llave esencial para la liberación, el antídoto directo para la ignorancia subyacente a las ataduras y el sufrimiento. Mientras que la meditación de serenidad es reconocida como común a las disciplinas contemplativas Budistas y no-Budistas, la meditación introspectiva es reconocida como el descubrimiento único del Buda, así como un aspecto sin paralelo en su vía [liberadora]. Sin embargo, ya que el progreso en introspección presupone un cierto grado de concentración, y la meditación de serenidad permite lograrlo, el desarrollo de serenidad clama su indiscutible lugar en el proceso meditativo Budista. Los dos tipos de meditación trabajan juntos para hacer de la mente un instrumento adecuado para la iluminación. Con su mente unificada mediante el desarrollo de serenidad, hecha aguda y luminosa mediante el desarrollo de introspección, el meditador puede proceder sin obstrucción a lograr el fin del sufrimiento, Nibbāna.

El conjunto de logros meditativos llamados “jhānas”, no obstante que pertenecen en forma inherente a la serenidad, es fundamental para ambos sistemas de meditación. No obstante que los traductores han ofrecido varias interpretaciones de la palabra ‘jhāna’, las cuales van desde la tenue “reflexión” al confuso “trance”, pasando por el

¹ Nota de Acharia: Jhāna significa ‘Estado Sagrado’.

ambiguo “meditación”, preferimos dejar la palabra sin traducción, permitiendo que su significado emerja a partir de sus usos contextuales. Tomando estos en cuenta es claro que las jhānas son estados de profunda unificación mental resultando de la centralización de la mente en torno a un solo objeto con tal poder de atención que da lugar a una total inmersión en el objeto mismo. Los suttas originales [los discursos promulgados por el Buda y sus nobles discípulos] se refieren a cuatro jhānas, designadas así simplemente sobre la base de su posición numérica en la serie: la primera jhāna, la segunda jhāna, la tercera jhāna y la cuarta jhāna. En los suttas las cuatro aparecen repetidamente descritas por una fórmula común, la cual examinaremos más adelante en detalle.

La importancia de las jhānas en el camino Budista puede ser apreciada de inmediato a partir de la frecuencia en la que se les menciona en los suttas. Las jhānas figuran prominentemente tanto en la propia experiencia del Buda como en sus exhortaciones dirigidas a sus discípulos. En su niñez, mientras atendía un festival anual del arado [de los campos de cultivo], el futuro Buda entró espontáneamente en la primera jhāna. La memoria de este incidente de su niñez, muchos años más tarde tras de su fútil búsqueda practicando austeridades, le reveló el camino a la iluminación durante su periodo de más profundo desaliento (M.i, 246-7). Después de haber tomado su asiento bajo el árbol Bodhi, el Buda entro en las cuatro jhānas, inmediatamente precediendo la dirección de su mente hacia las “Tres Sabidurías [Verdaderas]” que dieron lugar a su iluminación (M.i. 247-9). Durante el activo ministerio del Buda las cuatro jhānas siempre permanecieron como su “habitación celestial” (D.iii, 220) a las que recurrió con el objeto de vivir feliz en el “Aquí y ahora.” Su entendimiento con respecto a la corrupción, purificación y salida de las jhānas (junto con otros logros meditativos) es uno de los llamados “Diez Poderes de un Tathagata” los cuales le permiten tornar la incomparable rueda del Dhamma (M.i, 70). Justo antes de morir el Buda entro en las jhānas en orden directo e inverso, el cese final sucediendo directamente a partir de la cuarta jhāna (D.ii, 156).

En los suttas, el Buda constantemente alienta a sus discípulos a que desarrollen las jhānas. Las cuatro jhānas son invariablemente incluidas en el curso completo de entrenamiento establecido para los discípulos (ver por ejem.: Sāmaññāphala Sutta (D.2), Cūlahatthipadopama Sutta (M.27), etc.). Las jhānas figuran en el entrenamiento como la disciplina de conciencia superior (adhicittasikkhā), concentración correcta (sammāsamādhī) del Noble Óctuplo Sendero, y como la facultad y poder de concentración (samādhindriya, samādhibala). No obstante que pueden encontrarse en el vehículo de la introspección “a secas”, hay indicación de que este camino no es fácil, carece de la ayuda que confiere la poderosa serenidad asequible al practicante de las jhānas. La vía del que logra jhāna, al compararse, parece ser más placentera y uniforme (A.ii, 150-2). El Buda inclusive se refiere a las cuatro jhānas en forma figurativa como un tipo de Nibbāna: Las llama “el Nibbāna inmediatamente visible”, el “Nibbāna factorial”, el “Nibbāna Aquí y ahora” (A.iv, 453-4).

Con el objeto de lograr las jhānas, el meditador debe empezar con la eliminación de los estados mentales impuros que obstruyen la tranquilidad interna, generalmente agrupados como “los cinco impedimentos” (pañcanivarana): Deseo de satisfacción

LAS JHĀNAS EN LA MEDITACIÓN BUDISTA THERAVĀDA

sensorial, aversión, letargo y torpeza [mental], agitación y preocupación, y duda (kāmacchanda, byāpadā, thīnamiddha, uddhaccakukkucca, y vicikicchā, respectivamente). La absorción de la mente en el objeto es causada por cinco estados mentales oponentes llamados los factores jhánicos (jhānangani) debido a que elevan la mente al nivel de la primera jhāna, permaneciendo allí como los componentes que la definen. Los cinco factores son: aplicación de la mente (vitakka), sustentación de la mente (vicāra), goce extático (pīti), felicidad (sukha) y unificación [mental] (ekaggatā).

Una vez lograda la primera jhāna el meditador entusiasmado puede proseguir a lograr las jhānas superiores, lo cual se logra mediante la eliminación de los factores más burdos en cada jhāna al tiempo en que se enfoca hacia el mayor estado de pureza de la próxima jhāna. Mas allá de las cuatro jhānas existe un conjunto de cuatro estados meditativos superiores los cuales profundizan aun más en el elemento de serenidad. Estos logros, conocidos como los logros carentes de forma [material] o logros inmateriales (ārūppā) son, la base del espacio ilimitado, la base de la conciencia ilimitada, la base de la nada, y la base de la ni-percepción ni-no- percepción (ākāsānancayatana, viññānancāyatana, akincaññāyatana, y nevasaññānasaññāyatana, respectivamente). En los comentarios Pāli estos son llamados las “cuatro jhānas inmateriales” (arūpajjhāna), las cuatro etapas precedentes son llamadas, en aras de claridad, las “cuatro jhānas de materialidad-sutil” (rūpajjhāna). A menudo estos dos conjuntos son incluidos en uno solo bajo el nombre colectivo de “las ocho jhānas” o los “ocho logros” (atthasamāppattiyo).

Las cuatro jhānas y los cuatro logros inmateriales aparecen inicialmente como estados mundanos de profunda serenidad concernientes a la etapa preeliminar del camino Budista, a este nivel permiten establecer la base de concentración necesaria para que surja la sabiduría. Sin embargo, las cuatro jhānas nuevamente reaparecen en una etapa posterior en el desarrollo de la vía, en asociación directa con la sabiduría liberadora, por lo que se les designa como las jhānas supramundanas (lokuttara jhāna). Estas jhānas supramundanas son los niveles de concentración concernientes a los cuatro grados de experiencia de iluminación llamados los caminos (o vías) supramundanos (as) (magga) y las etapas de liberación que resultan de ellos (as), los cuatro frutos [correspondientes] (phala). Finalmente, inclusive después de que la liberación total es lograda, las jhānas mundanas pueden permanecer como logros asequibles a la persona completamente liberada, como parte de su experiencia contemplativa libre de trabas.

Etimología de la Palabra “Jhāna”

El gran comentador Budista Buddhaghosa expone el origen de la palabra “jhāna” (Sct. dhyāna) como proveniente de dos formas verbales. Una de ellas, la derivación etimológicamente correcta, es el verbo jhāyati, que significa pensar o meditar; la otra es una derivación más informal, que conlleva la intención de iluminar su función en vez de su fuente verbal, esta es la forma del verbo jhāpeti que significa quemar. El

comentario explica: “Quema a los estados opositores, por lo tanto se le denomina jhāna” (Vin.A.i, 116). El significado es que jhāna “quema” o destruye las impurezas mentales que impiden el desarrollo de la serenidad y la introspección.

En el mismo pasaje Buddhaghosa dice que jhāna posee la marca característica de la contemplación (upaniijjhāna). Establece que la contemplación es dual: la contemplación del objeto y la contemplación de las características de los fenómenos. La primera se ejercita mediante los ocho logros de la serenidad junto con su acceso, ya que estos contemplan al objeto usado como base para desarrollar la concentración. Debido a esta razón estos logros reciben el nombre de “jhāna” en las exposiciones tradicionales concernientes a meditación provenientes de las fuentes en Pāli. Sin embargo, Buddhaghosa también acepta que el término “jhāna” puede ser extendido liberalmente a la introspección (vipassanā), y las vías y los frutos, sobre la base de que estos realizan el trabajo de contemplar las características de las cosas (las tres marcas de impermanencia, sufrimiento e impersonalidad en el caso de introspección y, por otro lado, Nibbāna en el caso de las vías y los frutos).

En resumen, el significado doble de jhāna como “contemplación” y como “quemar” puede ser conectado con el proceso meditativo de la siguiente forma. Mediante la fijación de su mente en el objeto el meditador reduce y elimina las cualidades mentales inferiores tales como los cinco impedimentos y promueve el crecimiento de las cualidades superiores tales como los factores jhánicos, los cuales conducen a la mente hacia la completa absorción en el objeto. Entonces, mediante la contemplación de las características de los fenómenos con introspección, el meditador a la larga alcanza la jhāna supramundana de las cuatro vías, y con esta jhāna “quema” las impurezas y logra la experiencia liberadora de los frutos.

Jhāna y Samādhi

En el vocabulario de la meditación Budista la palabra “jhāna” está íntimamente conectada con otra palabra, “samādhi”, generalmente traducida como “concentración.” Samādhi deriva de la raíz con el prefijo verbal sam-ā-dhā, que significa colectar o agrupar, por lo tanto sugiriendo la concentración o unificación de la mente. La palabra “samādhi” es casi intercambiable con la palabra “samatha”, serenidad, sin embargo esta última proviene de una raíz diferente, sam, que significa tornarse calmado.

En los suttas samādhi se define como unificación mental (cittass’ekaggatā, M.i, 301) esta definición es rigurosamente seguida en el Abhidhamma. El Abhidhamma trata a la unificación como un factor mental distintivo presente en todo estado de conciencia, en el cual ejercita la función de unificar la mente en su objeto. A partir de este punto de vista estrictamente psicológico samādhi puede estar presente en estados de conciencia impuros así como en estados de conciencia puros y en estados

[moralmente] neutros. En su forma impura es llamada “concentración incorrecta” (micchāsamādhī), en sus formas puras “concentración correcta” (sammāsamādhī).

En las exposiciones acerca de la práctica meditativa, samādhī se limita a la unificación de la mente (Vism. 84-85; pp. 84-85), e inclusive aquí es posible entender, a partir del contexto, que la palabra significa solamente la unificación pura aplicada a la transmutación deliberada de la mente hacia un nivel superior de calma. Por tanto Buddhaghosa explica samādhī desde el punto de vista etimológico como “el centrar la conciencia y sus correspondientes concomitantes uniforme y correctamente en un objeto singular...el estado en virtud del cual la conciencia y sus concomitantes permanecen uniforme y correctamente en un objeto singular, sin distracción y sin dispersión” (Vism. 84-85; pp.85).

Sin embargo, a pesar del intento del comentador por lograr consistencia, la palabra samādhī es usada en la literatura Pāli concerniente a meditación con diversos grados de especificidad en cuanto a significado. En el sentido más restringido, tal como lo define Buddhaghosa, denota el factor mental particular responsable de la concentración de la mente, propiamente la unificación. En un sentido más amplio puede significar los estados de unificación de la conciencia que resultan del fortalecimiento de la concentración, por ejemplo, los logros meditativos de la serenidad y las etapas que conducen a los mismos. Y en un sentido más amplio la palabra samādhī puede ser aplicada al método de práctica usado para producir y cultivar esos estados refinados de concentración, en este caso equivalente al desarrollo de la serenidad.

Es en el segundo sentido en que samādhī y jhāna se asemejan más en significado. El Buda explica la concentración correcta como las cuatro jhānas (Dīc, 313), y al hacerlo así permite a la concentración abarcar los logros meditativos designados por las jhānas. No obstante que jhāna y samādhī pueden traslaparse en su denotación, ciertas diferencias en sus significados sugeridos y contextuales previenen la identificación incondicional de los dos términos. En primer lugar, por debajo del uso que el Buda da a la fórmula [textual] usual de jhāna para explicar la concentración correcta yace un entendimiento más técnico de los términos. De acuerdo con este entendimiento, samādhī puede ser reducido en rango hasta significar solo un factor mental, el más prominente en jhāna, propiamente unificación, mientras que la palabra “jhāna” por sí misma debe ser vista como abarcando el estado de conciencia en su totalidad, o por lo menos al grupo de factores mentales en su totalidad, individualizando ese estado meditativo particular como jhāna.

En segundo lugar, cuando samādhī es considerado en su significado más amplio entonces abarca un marco de referencia más amplio que la propia jhāna. La tradición exegética Pāli reconoce tres niveles de samādhī: concentración preliminar (parikkamasamādhī) la cual es producida como resultado de los esfuerzos iniciales para enfocar la mente en el objeto de meditación; concentración de acceso (upacārasamādhī), la cual tiene las marcas de la supresión de los cinco impedimentos,

LAS JHĀNAS EN LA MEDITACIÓN BUDISTA THERAVĀDA

la manifestación de los factores jhánicos, y la aparición de una réplica mental luminosa del objeto de meditación llamada la “el signo de contraparte” (patibhāganimitta); y la concentración de absorción (appanāsamādhī), la inmersión completa de la mente en su objeto efectuada mediante la maduración total de los factores jhánicos (ver: Narada, “A Manual of Abhidhamma” 4th ed., Kandy: Buddhist Publication Society, 1980; pp.389, 395-6).

La concentración de absorción abarca los ocho logros, las cuatro jhānas y los cuatro logros inateriales, en esta medida jhāna y samādhī coinciden. Sin embargo, samādhī aun tiene un enfoque más amplio que jhāna, ya que incluye no solo las jhānas mismas, sino los dos grados preparativos de la concentración a la cual conducen. Adicionalmente, samādhī también abarca un tipo de concentración diferente llamado concentración momentánea (khanikasamādhī), esta es la estabilización central dinámica producida en el curso de la contemplación introspectiva del flujo temporal de los fenómenos.

2

LA PREPARACIÓN PARA LOGRAR LAS JHĀNAS

Las jhānas no surgen de la nada sino dependientes de las condiciones adecuadas. Crecen solo cuando se provee de los nutrimentos conducentes a su desarrollo. Por lo tanto, previo al inicio de la meditación, el aspirante a lograr las jhānas debe preparar el terreno para su práctica mediante el cumplimiento de ciertos requisitos preliminares. Inicialmente debe avocarse a purificar su virtud moral, cortando los impedimentos exteriores a la práctica, y ponerse a disposición de un maestro calificado que le asignará un objeto de meditación adecuado y que le explicará los métodos a desarrollar. Después de aprender esto el discípulo debe buscar un lugar de residencia adecuado y luchar con diligencia para lograr el éxito. En este capítulo examinaremos en orden cada paso preparatorio que debe ser completado antes de iniciar el desarrollo de jhāna.

El Fundamento Moral de las Jhānas

Un discípulo aspirante a lograr jhānas debe inicialmente establecer un sólido cimiento de disciplina moral. La pureza moral es indispensable para el progreso meditativo debido a profundas y variadas razones psicológicas. Es necesaria inicialmente como protección en contra del peligro del remordimiento, ese persistente sentido de culpa que surge cuando los principios básicos de la moral son ignorados o deliberadamente violados. La conformidad escrupulosa con respecto a las reglas de conducta virtuosa protege al meditador de este peligro interruptor de la calma interna, y da lugar a gozo y felicidad cuando el meditador reflexiona en la pureza de su propia conducta (ver, A.v, 1-7).

Una segunda razón por la cual un fundamento moral es necesario para la meditación se deriva del entendimiento acerca del objetivo de la concentración. La concentración, en la disciplina Budista, tiene como objetivo el proveer la base de la sabiduría mediante la limpieza mental de la influencia dispersiva de las impurezas. Pero si los ejercicios de concentración efectivamente han de combatir las impurezas, las expresiones más burdas de las mismas, manifestadas por medio de acción, habla y pensamiento, estas deben ser primero mantenidas a raya. Las transgresiones morales son invariablemente motivadas por [las raíces] de las impurezas: deseo, aversión e ignorancia. Cuando una persona actúa violando los preceptos morales excita y refuerza los mismísimos factores mentales que se pretende eliminar. Esto pone a la persona justo entre dos fuegos propiciados por objetivos incompatibles lo cual anula sus intentos para purificar la mente. La única forma en que puede evitar la frustración en la tarea de purificar la mente de las impurezas más sutiles es la de prevenir que los

LAS JHĀNAS EN LA MEDITACIÓN BUDISTA THERAVĀDA

impulsos impuros internos se manifiesten en su forma más burda como obras de acción corporal y verbal. Solo cuando establece control sobre la expresión exterior de las impurezas podrá tornarse a lidiar con ellas internamente en su manifestación como obsesiones mentales que aparecen durante el proceso de meditación.

La práctica de disciplina moral consiste, en cuanto a su expresión negativa, en la abstinencia de acciones inmorales en cuerpo y habla, y positivamente en la observancia de principios éticos promotores de paz interna y armonía en nuestras relaciones con los demás. El código básico de disciplina enseñado por el Buda como guía para sus seguidores laicos consiste en los cinco preceptos: abstinencia de matar, de robar, de conducta sexual incorrecta, de mentir, y de bebidas y drogas intoxicantes. Estos principios son las obligaciones éticas mínimas que atañen a todos los practicantes del camino Budista. Es dentro de estos límites donde es posible hacer considerable progreso en la meditación. Sin embargo, aquellos que aspiran a lograr los niveles superiores de las jhānas, y que persiguen el camino que conduce más allá hacia las etapas de liberación, son alentados a tomar el código de disciplina moral más completo propio de la vida de renuncia. El Budismo en sus albores careció de ambigüedad en su énfasis con respecto a las limitaciones de la vida hogareña para seguir el camino en plenitud y perfección. Una y otra vez los textos dicen que la vida hogareña impone limitaciones, “un camino para el polvo de las pasiones”, mientras que la vida sin hogar es como un espacio abierto. Por esto un discípulo que tiene toda la intención de lograr progreso rápido hacia Nibbāna procederá, cuando las condiciones externas lo permitan, a “rapar su cabello y barba, vestir la túnica amarilla, y a emprender [el camino] de la vida hogareña a la vida sin hogar” (M.i, 179).

El entrenamiento moral para los bhikkhus o monjes ha sido ordenado en un sistema llamado la cuádrupla purificación de la moral (cātupārisuddhisīla) [descrita en el Visuddhimagga]. El primer componente de este esquema, su columna vertebral, consiste en la moral de la restricción de acuerdo con el Pātimokkha, el código de 227 preceptos de entrenamiento promulgado por el Buda con el objeto de regular la conducta de la Sangha u orden monástica. Cada una de estas reglas de alguna forma tiene como intención el facilitar el control sobre las impurezas y el inducir una forma de vida acentuada por la no-agresión, el contento y la simplicidad. El segundo aspecto de la disciplina moral del monje es la restricción de los sentidos, mediante la cual el monje mantiene una observación minuciosa de su mente al estar involucrado en contactos sensoriales de manera que no de lugar a la oportunidad de que surja el deseo de objetos placenteros y la aversión a los objetos repulsivos. En tercer lugar, el monje debe vivir un modo de vida de pureza, obteniendo sus requisitos básicos tales como túnicas, comida, alojamiento y medicinas en forma consistente con su vocación. El cuarto factor del entrenamiento moral es el uso apropiado de los requisitos, lo cual significa que el monje debe reflexionar acerca de las razones por las cuales usa los requisitos, empleándolos solo para mantener la salud y comodidad, no por lujo o placer.

Después de establecer el fundamento de la purificación moral, se aconseja que el aspirante a la meditación corte cualesquiera impedimentos externos (palibodha) que pudieran impedir su esfuerzo por seguir una vida contemplativa. Se enumeran diez de

estos impedimentos a saber: el alojamiento, el cual se torna en un impedimento para aquellos que se preocupan con su mantenimiento o con aspectos accesorios; familiares, parientes o seguidores, con los que el aspirante se puede tornar emocionalmente involucrado en formas que impiden su progreso; ganancias, las cuales pueden atar al monje con obligaciones hacia aquellos que las proveen; un grupo de estudiantes que deben ser instruidos; trabajo de construcción, el cual requiere de tiempo y atención; viajes; relaciones, significando padres, maestros, alumnos o amistades cercanas; enfermedades; el estudio de las escrituras y; poderes súper normales, los cuales son un impedimento para la introspección (Vism.90-97; pp.91-98).

El Buen Amigo y el Sujeto de Meditación

El camino de la práctica conducente a las jhānas es un curso arduo que requiere de técnicas precisas y habilidad para enfrentarse con los escollos que surgen en el camino. El conocimiento de cómo lograr las jhānas se ha transmitido a través de un linaje de maestros que se remonta a la época del mismo Buda. Se aconseja que el presunto meditador se apropie de la herencia viviente de sabiduría y experiencia acumulada situándose bajo la tutela de un maestro calificado, descrito como el “buen amigo” (kalyānamitta), aquel que ofrece guía y consejo sabio enraizados en su propia práctica y experiencia. Ya sea sobre la base del poder penetrar las mentes de otros, o mediante observación personal, o mediante preguntas, el maestro tomará medida del temperamento de su nuevo(a) pupilo(a) y seleccionará un sujeto de meditación apropiado a su temperamento.

Los diversos sujetos de meditación que el Buda recomendó para el desarrollo de la serenidad han sido coleccionados en los comentarios como un conjunto llamado los cuarenta kammathāna. Esta palabra significa literalmente el lugar de trabajo, y se aplica al sujeto de meditación como el lugar en el que el meditador ejerce el trabajo de la meditación. Los cuarenta sujetos de meditación se distribuyen en siete categorías, enumeradas en el Visuddhimagga como sigue: diez kasinas, diez clases de repugnancias, diez remembranzas, cuatro moradas divinas, cuatro estados inmatrimales, una percepción, y una definición.

Una kasina es un dispositivo que representa una cualidad particular para ser usada como soporte de la concentración. Las diez kasinas son las de la tierra, agua, fuego y aire; las cuatro kasinas coloridas: azul, amarillo, rojo y blanco; la kasina de luz y la kasina del espacio limitado. La kasina puede ser una forma natural del elemento o color escogido, o un dispositivo producido artificialmente tal como un disco que el meditador puede utilizar según su conveniencia en su lugar de meditación.

Las diez clases de repugnancias se refieren a las diez etapas de descomposición del cadáver: el hinchado, el lívido, el pestilente, el desgarrado, el roído, el esparcido, el destrozado y esparcido, el sangrante, el infestado con gusanos, y el esqueleto. El

LAS JHĀNAS EN LA MEDITACIÓN BUDISTA THERAVĀDA

objetivo principal de estas meditaciones es el de reducir la lujuria sensual mediante la adquisición de la percepción clara de la repugnancia del cuerpo.

Las diez remembranzas son las remembranzas del Buda, el Dhamma, la Sangha, la moral, la generosidad, y las deidades, atención con respecto a la muerte, el cuerpo, la respiración, y la remembranza de paz. Las primeras tres son contemplaciones devocionales con relación a las cualidades sublimes de las “Tres Gemas”, los objetos primarios de la veneración Budista. Los siguientes tres son reflexiones acerca de dos virtudes Budistas cardinales y acerca de las deidades que habitan los mundos divinos, dirigidas principalmente a aquellos que aun albergan la intención de un renacimiento superior. La atención respecto a la muerte es la reflexión acerca de la inevitabilidad de la muerte, un aliciente constante para el esfuerzo espiritual. La atención al cuerpo comprende la disección mental del cuerpo en treinta y dos partes, tomadas con el objeto de percibir su naturaleza repulsiva. La atención a la respiración es el percibir claramente el movimiento hacia dentro y hacia afuera de la respiración, tal vez el más fundamental de todos los sujetos de meditación Budista. La remembranza de la paz es la reflexión sobre las cualidades del Nibbāna.

Las cuatro moradas divinas (brahmāvihāra) son: El desarrollo del amor-bondad universal ilimitado, la compasión, el goce altruista y la ecuanimidad. Estas meditaciones son también llamadas las “inmensurables” (appamaññā) ya que deben ser desarrolladas [en forma ilimitada] hacia todos los seres, sin distinciones o exclusividad.

Los cuatro estados inmateriales son la base del espacio infinito, la base de la conciencia infinita, la base de la nada, y la base de la no-percepción-ni-(no-percepción). Estos son los objetos que conducen a los correspondientes logros meditativos, las jhānas inmateriales.

La percepción singular es la percepción de lo repulsivo de la comida. La definición singular es la definición de los cuatro elementos, a saber, el análisis del cuerpo físico en sus modos elementales de solidez, fluidez, calor y oscilación.

Los cuarenta sujetos de meditación son tratados en los textos exegéticos desde dos ángulos importantes, por un lado en cuanto a su habilidad de inducir diferentes niveles de concentración, por otro lado su idoneidad con relación a los diferentes temperamentos.

No todos los sujetos de meditación son igualmente efectivos para inducir los niveles más profundos de la meditación. Primeramente son distinguidos sobre la base de su capacidad para inducir solamente concentración de acceso o para inducir la absorción completa. Aquellos capaces de inducir la absorción son entonces distinguidos subsecuentemente en acuerdo a su habilidad para inducir los diferentes niveles jhánicos.

LAS JHĀNAS EN LA MEDITACIÓN BUDISTA THERAVĀDA

De los cuarenta sujetos, diez son capaces de conducir exclusivamente a la concentración de acceso: Ocho remembranzas (todas excepto atención al cuerpo y atención a la respiración) junto con la percepción de lo repulsivo de los alimentos y la definición de los cuatro elementos. Estas, debido a que se ocupan con diversas cualidades y requieren la aplicación activa del pensamiento discursivo, no son capaces de conducir más allá de la concentración de acceso. Los otros treinta sujetos son todos capaces de conducir a la absorción.

Las diez kasinas y la atención a la respiración, debido a su simplicidad y libertad con respecto a la construcción de pensamiento, pueden conducir a las cuatro jhānas. Los diez tipos de repugnancia y la atención al cuerpo son capaces de conducir solo a la primera jhāna, estando limitados debido a que la mente solo puede asirlos con la ayuda de la aplicación del pensamiento (vitakka), la cual se encuentra ausente en la segunda jhāna y jhānas superiores. Las tres primeras moradas divinas pueden inducir las 3 jhānas inferiores más no la cuarta, ya que surgen en asociación con la sensación placentera, mientras que la morada divina de la ecuanimidad ocurre solo en el ámbito de la cuarta jhāna, en donde la sensación neutra toma ascendencia. Los cuatro estados inateriales conducen a las jhānas correspondientes con sus nombres respectivos.

Los cuarenta sujetos se diferencian también de acuerdo con su idoneidad respecto a los diferentes tipos de carácter [temperamento]. Se reconocen seis tipos principales de carácter: de avidez sensorial [sensual o codicioso], aversivo, iluso [u ofuscado], fiel, inteligente, y especulativo. Esta tipología sobre-simplificada es tomada solo como guía pragmática que en la práctica admite varios tonos y combinaciones. Las diez clases de repulsiones y la atención al cuerpo, claramente adecuadas para la atenuación del deseo sensorial, son adecuadas para aquellos de temperamento sensual. Ocho sujetos (las cuatro moradas divinas y las cuatro kasinas coloridas) son adecuados para el temperamento aversivo. La atención a la respiración es adecuada para aquellos de temperamento especulativo y para los ilusos. Las primeras seis remembranzas son apropiadas para el temperamento fiel. Cuatro sujetos, a saber, atención con relación a la muerte, la remembranza de la paz, la definición de los cuatro elementos, y la percepción de lo repulsivo de la comida, son especialmente efectivos para aquellos de temperamento inteligente. Las seis kasinas que quedan y los estados inateriales son adecuados para todo tipo de temperamento. Sin embargo, las kasinas deben limitarse en cuanto a tamaño para aquella persona de temperamento especulativo y deben ser de tamaño grande para aquella de temperamento iluso.

Inmediatamente después de dar este desglose Buddhaghosa añade un proviso con el objeto de prevenir un malentendido. Menciona que esta división sobre la base de temperamento ha sido efectuada sobre la base de oposición directa y adecuación completa, pero, de hecho no hay ninguna forma sana de meditación que no suprima las impurezas y fortalezca los factores mentales asociados con la virtud. Por lo tanto, un meditador puede ser aconsejado a meditar en el aspecto repulsivo [del cuerpo]

para abandonar la lujuria, en el amor-bondad universal para abandonar el odio, en la respiración para eliminar el pensamiento discursivo, y en la impermanencia para eliminar el engreimiento “Yo soy” (A.iv, 358).

Seleccionando una Morada Adecuada

El maestro asigna un tema de meditación a su pupilo de acuerdo con su carácter y explica los métodos para desarrollarlo. Es posible que lo enseñe gradualmente a un discípulo que permaneciese próximo a él, o en detalle para uno que practicara en otro lugar. Si el discípulo no permanecerá con su maestro, debe ser cuidadoso en seleccionar un lugar adecuado para la meditación. Los textos mencionan dieciocho tipos de monasterios desfavorables para el desarrollo de jhāna: Un monasterio grande, uno nuevo, uno dilapidado, uno cercano a una carretera, uno con un lago, con hojas, con flores o frutas, en donde la gente disputa, en un puerto, en tierras limítrofes, en una frontera, en un lugar embrujado, y en uno sin acceso a un maestro espiritual (Vism.118-121; pp.122-125).

Los factores que hacen una morada favorable a la meditación son mencionados por el mismo Buda. No debe estar ni muy lejos ni muy cerca de una villa en la que se pueda depender de limosna y debe [conducir a ella] mediante una vía despejada; debe ser silenciosa y apartada; debe estar libre de clima inclemente y de insectos y animales dañinos; uno debe ser capaz de obtener requisitos físicos durante la estancia allí; y la morada debe tener fácil acceso a [theras] eruditos y amigos espirituales [kalyānamitta] a los que sea posible consultar cuando surjan problemas con la meditación (A.v, 15). Los tipos de morada recomendados por el Buda más a menudo en los suttas como conducentes a las jhānas son moradas apartadas en el bosque, al pie de un árbol, en una montaña, en una grieta, en una cueva, en un cementerio, en una planicie boscosa, en un lugar al aire libre, en un montículo de paja (M.i, 181). Habiendo encontrado un lugar adecuado y habiéndose establecido ahí, el discípulo debe mantener escrupulosamente la observancia de las reglas de disciplina. Debe contentarse con sus simples requisitos, ejercitar el control sobre sus facultades sensoriales, debe estar atento y con discernimiento durante todo tipo de actividades, y debe practicar la meditación con diligencia de acuerdo con las instrucciones dadas. Es en este momento en el que se encuentra con el primer gran reto para su vida contemplativa, la batalla en contra de los cinco impedimentos.

3

LA PRIMERA JHĀNA Y SUS FACTORES

El logro de cualquier jhāna se da a través de un proceso de desarrollo doble. Por un lado los factores obstructivos, llamados sus factores de abandono, deben ser eliminados, por otro lado los estados que la componen, llamados sus factores de posesión, deben ser adquiridos. En el caso de la primera jhāna los factores de abandono son los cinco impedimentos y los factores de posesión son los cinco factores jhánicos primarios. Ambos son mencionados en la fórmula modelo para la primera jhāna, la frase inicial se refiere al abandono de los impedimentos, la porción subsiguiente enumera los factores jhánicos:

Muy apartado de los placeres sensoriales, apartado de estados mentales impuros, él [ella] entra y permanece en la primera jhāna, la cual está acompañada de aplicación y sustentación de la mente con gozo y felicidad nacidos de la reclusión. (M.i, 181; Vbh.245)

En este capítulo discutiremos inicialmente los cinco impedimentos y su abandono, entonces investigaremos los factores jhánicos tanto individualmente como en forma combinada en cuanto a su contribución para el logro de la primera jhāna. Concluiremos el capítulo con la mención de las formas de perfeccionar la primera jhāna, la cual es una preparación necesaria para la continuación del desarrollo de la concentración.

El Abandono de los Impedimentos

Los cinco impedimentos (pañcanīvaranā) son: Deseo sensorial, aversión, letargo y torpeza [mental], agitación y preocupación, y duda. Este grupo, la clasificación principal que el Buda utiliza para los obstáculos a la meditación, recibe su nombre debido a que sus cinco componentes obstruyen y envuelven la mente, impidiendo el desarrollo meditativo en las dos esferas de serenidad e introspección. Por ende el Buda las llama “obstrucciones, impedimentos, corrupciones de la mente que debilitan la sabiduría” (S.v.94).

El impedimento del deseo sensorial (kāmachanda) se explica como deseo por los “cinco ramales del placer sensorial,” es decir, el deseo de formas [visibles], sonidos, olores, sabores y sensaciones táctiles placenteras. Estos varían desde una atracción sutil hasta [un estado] de lujuria poderosa. El impedimento de la aversión (byāpāda) significa la aversión dirigida hacia cosas o personas desagradables. Puede variar en rango desde una leve perturbación hasta un odio superlativo; así pues, los dos

LAS JHĀNAS EN LA MEDITACIÓN BUDISTA THERAVĀDA

primeros impedimentos corresponden a las dos raíces de las impurezas, el deseo y la aversión. La tercera raíz de las impurezas, la ofuscación, no se enumera en forma separada entre los impedimentos, sino que se encuentra por debajo de los tres restantes.

El letargo y la torpeza es un impedimento compuesto de dos partes: letargo (thīna) o estupor, inercia o rigidez mental; y torpeza [mental] (middha) o indolencia. La agitación y la preocupación es otro impedimento doble, la agitación (uddhacca) se explica como excitación, agitación o inquietud. La preocupación (kukkucca) es el sentido de culpa surgido de las transgresiones morales. Finalmente, el impedimento de la duda (vicikicchā) se explica como incertidumbre respecto al Buda, el Dhamma, la Sangha y el [método de] entrenamiento.

El Buda ofrece dos conjuntos de símiles para ilustrar el efecto perjudicial de los impedimentos. El primero compara los cinco impedimentos con cinco tipos de calamidad: el deseo sensorial es como una deuda, la aversión como una enfermedad, el letargo y la torpeza como una prisión, la agitación y la preocupación como la esclavitud, y la duda como el estar perdido en un camino en el desierto. La liberación con respecto a los impedimentos debe considerarse como estar libre de deuda, buena salud, fuera de prisión, emancipación con respecto a la esclavitud, y el llegar a un lugar seguro (D.i, 71-73).

El segundo conjunto de símiles compara los impedimentos con cinco tipos de impurezas que afectan al agua en un recipiente, impidiendo a una persona con agudeza visual ver su propia reflexión [en la superficie] tal cual es. El deseo sensorial es como agua en un recipiente mezclada con pinturas brillantemente coloridas, la aversión como una olla con agua hirviente, el letargo y la torpeza como agua cubierta de cieno, la agitación y la preocupación como agua cuya superficie se muestra ondulada por efecto de una corriente de aire, y duda como agua lodosa. De la misma forma en que esta persona con agudeza visual no podría ver su reflexión en estos cinco tipos de agua, así para aquella persona cuya mente está obsesionada por los cinco impedimentos no sabe y no ve tal cual es su propio beneficio, el beneficio de otros, o el beneficio de ambos (S.v, 121-24).

No obstante que existen numerosas corrupciones [mentales] que se oponen a la primera jhāna, los cinco impedimentos por sí solos son llamados sus factores de abandono. Una de las razones, de acuerdo con el Visuddhimagga, es que los impedimentos son específicamente obstructivos para lograr jhāna, cada impedimento impide en su propia forma particular la capacidad para concentrar la mente.

La mente afectada por el deseo vehemente de variados campos objetivos no se concentra en un objeto consistente en una unidad, o estando arrollada por la lujuria, no entra en el camino hacia el abandono del elemento de deseo sensorial. Cuando es turbada por la aversión hacia un objeto, no ocurre en forma ininterrumpida. Cuando es superada por rigidez y flojera, no es controlable. Cuando es tomada por la agitación y

la preocupación, no esta callada y zumba alrededor. Cuando es afligida por la incertidumbre, fracasa en su intento por montar la vía que conduce al logro de jhāna. De manera que estos son solamente los llamados factores de abandono ya que son específicamente obstructivos para lograr las jhānas. (Vism.146; p.152)

Una segunda razón por la cual se confina a los factores de abandono de las jhānas a los cinco impedimentos es el permitir efectuar la alineación directa entre los impedimentos y los factores jhánicos. Buddhaghosa establece que el abandono de los cinco impedimentos por sí solo es mencionado en conexión con jhāna debido a que los impedimentos son los enemigos directos de los cinco factores jhánicos, dichos impedimentos deben ser eliminados y abolidos por estos factores. Con objeto de sostener esta noción el comentador cita un pasaje que demuestra una correspondencia uno-a-uno entre los factores jhánicos y los impedimentos: Unificación se opone al deseo sensorial, gozo a la aversión, aplicación de la mente al letargo y torpeza, felicidad a la agitación y preocupación, y sustentación de la mente a la duda (Vism.141; p.147). De modo que cada factor jhánico es visto como poseedor de la labor específica de eliminar una obstrucción particular al logro de jhāna y, con el objeto de correlacionar estas obstrucciones con los cinco factores jhánicos, estos son agrupados en el esquema de los cinco impedimentos.

El pasaje modelo que describe el logro de la primera jhāna dice que una persona entra en jhāna cuando se encuentra “apartada de los placeres sensoriales, apartada de estados impuros de la mente.” El Visuddhimagga explica que hay tres tipos de aislamiento o reclusión relevantes al contexto presente, propiamente: Reclusión física (kāyaviveka), reclusión mental (cittaviveka), y reclusión por supresión (vikkhambhanaviveka) (Vism.140; p.145). Estos tres términos aluden a dos conjuntos distintos de categorías exegéticas. Los primeros dos pertenecen al ordenamiento triple compuesto de la reclusión física, mental, y “reclusión con respecto a la sustancia” (upadhiviveka). El primero significa remoción física con respecto a compromisos y actividades sociales para situarse en una condición de soledad con el objeto de avocar tiempo y energía al desarrollo espiritual. El segundo tipo (el cual generalmente presupone al primero) significa el aislamiento de la mente con respecto a los enredos de las corrupciones; es en efecto equivalente a la concentración por lo menos en el ámbito de acceso. El tercero, “reclusión con respecto a la sustancia”, es Nibbāna, la liberación con respecto a los elementos de la existencia fenomenológica. El logro de la primera jhāna no depende de este tercer tipo, el cual es su resultado, no su prerrequisito, pero requiere de soledad física y la separación de la mente con respecto a las corrupciones, por ende reclusión física y mental. El tercer tipo de reclusión pertinente al contexto, la reclusión por supresión, pertenece a un esquema diferente, generalmente discutido bajo el título de “abandono” (pahāna) mas que “reclusión.” El tipo de abandono requerido para el logro de jhāna es el abandono por supresión, lo que significa la remoción de los impedimentos por fuerza de concentración similar al presionar hierbas hacia el fondo en una laguna mediante un recipiente poroso. Los otros dos tipos de abandono son por “sustitución de opuestos” (tadangappahāna), lo que significa la sustitución de estados no-saludables por estados saludables específicamente opuestos, y el abandono por “erradicación” (samucchedappahāna), la destrucción final de las corrupciones mediante las vías supramundanas (ver, Vism.693-96; pp.812-16).

El trabajo de sobreponerse a los cinco impedimentos se logra a través del entrenamiento gradual (anupubbasikkhā), el cual ha sido mencionado por el Buda muy a menudo en los suttas, tales como el Samaññāphala Sutta y el Cūlahatthipadopama Sutta. El entrenamiento gradual es un proceso paso-a-paso diseñado para conducir al practicante gradualmente hacia la liberación. El entrenamiento se inicia con la disciplina moral, el tomar y observar las reglas específicas de conducta que permiten al discípulo controlar los modos más burdos de mala conducta verbal y corporal en que los impedimentos encuentran su manifestación. Con la disciplina moral como base, el discípulo practica la restricción de los sentidos. No toma en cuenta las apariencias generales o los aspectos seductores de las cosas, sino que guarda y controla sus facultades sensoriales de manera que los objetos sensorialmente atractivos y repulsivos ya no constituyen la base para el deseo y la aversión. Entonces, habiendo obtenido este autodominio, desarrolla atención y discernimiento (sati-sampajañña) en todas sus actividades y posturas, examinando todo lo que hace con conciencia clara en cuanto a objetivo y adecuación. También cultiva la satisfacción con un mínimo de túnicas, comida, alojamiento y otros requisitos.

Una vez que ha completado estos aspectos preliminares el discípulo se prepara para ir en aislamiento a desarrollar las jhānas, y es aquí en donde se enfrenta directamente con los cinco impedimentos. La eliminación de los impedimentos requiere que el meditador evalúe honestamente su propia mente. Cuando la sensualidad, la aversión y los demás impedimentos están presentes, debe reconocer que están presentes y debe investigar las condiciones que dan lugar a su surgimiento; estas últimas deben ser escrupulosamente evitadas. El meditador debe también entender los antídotos apropiados para cada uno de los impedimentos. El Buda dice que todas los impedimentos surgen mediante la consideración inapropiada (ayoniso manasikāra) y que pueden ser eliminadas mediante la consideración apropiada [o consideración sabia] (yoniso manasikāra). Cada impedimento, sin embargo, tiene su propio antídoto específico. De manera que la consideración apropiada de la característica repulsiva de las cosas es el antídoto al deseo sensorial; La consideración apropiada del amor-bondad universal (mettā) nulifica la aversión; la consideración apropiada de los elementos de esfuerzo, ejercicio y lucha se opone al letargo y la torpeza mental; la consideración propia de la tranquilidad de la mente elimina la agitación y la preocupación; y la consideración apropiada de las cualidades reales de las cosas elimina la duda (S.v, 105-6).

Habiendo abandonado el deseo [deseo sensorial] con respecto al mundo, permanece con una mente libre de deseo; limpia su mente de deseo. Habiendo abandonado la mancha de la aversión, permanece sin aversión; amigable y con compasión hacia todos los seres vivos, limpia su mente de la mancha de aversión. Habiendo abandonado el letargo y la torpeza mental, permanece libre de letargo y torpeza mental, percipiente de luz. Atento y con comprensión clara, limpia su mente de letargo y torpeza. Habiendo abandonado la agitación y la preocupación, permanece sin agitación; su mente calmada internamente, es limpiada de agitación y preocupación. Habiendo abandonado la duda, permanece habiendo ido más allá de la duda; estando libre de incertidumbre acerca de las cosas saludables, limpia su mente de la duda...

Y cuando se ve a sí mismo(a) libre de estos cinco impedimentos, surge el gozo; en aquella persona que es gozosa, surge el éxtasis; en aquella persona cuya mente es extática, el cuerpo se tranquiliza; habiendo tranquilizado el cuerpo, siente felicidad; y la mente feliz logra la concentración.

Entonces, muy apartado de los placeres sensoriales, apartado de estados impuros de la mente, entra y permanece en la primera jhāna, la cual es acompañada de aplicación de la mente y sustentación de la mente, con éxtasis y felicidad nacidos de la reclusión (D.i, 73-74 Para una compilación completa de textos que versan sobre los impedimentos ver, “The Five Mental Hindrances and Their Conquest”, Nyānaponika Thera, Wheel No.26, Buddhist Publication Society, Kandy, Sri Lanka).

Los Factores de la Primera Jhāna

La primera jhāna posee cinco factores componentes: aplicación de la mente, sustentación de la mente, éxtasis [entusiasmo], felicidad, y unificación de la mente. Cuatro de estos factores son mencionados explícitamente en la fórmula de jhāna. El quinto, unificación, es mencionado en los suttas pero es sugerido por la noción de jhāna en sí misma. Estos cinco estados reciben su nombre, primero porque conducen la mente del nivel de conciencia ordinaria al nivel jhánico, y segundo debido a que constituyen la primera jhāna y le dan su definición distintiva.

Los factores jhánicos son incitados por los esfuerzos iniciales del meditador para concentrarse en uno de los objetos prescritos para el desarrollo de jhāna. Al fijar la mente en el objeto preliminar, tal como una kasina en forma de disco, se llega a la larga a un punto en que se puede percibir el objeto tan claramente con los ojos cerrados como con los ojos abiertos. Este objeto visualizado es llamado el signo de aprendizaje (uggahanimitta). Al concentrarse en el signo de aprendizaje, el esfuerzo llama la presencia de los factores jhánicos a escala embrionaria, los cuales crecen en fuerza, duración y prominencia como resultado del esfuerzo meditativo. Estos factores, siendo incompatibles con los impedimentos, los atenúan, los excluyen, y los mantienen a raya. Con la práctica asidua el signo de aprendizaje da lugar a una réplica purificada luminosa de sí mismo llamada el signo de contraparte (patibhāganimitta), la manifestación de la cual es la marca de la supresión completa de los impedimentos y el logro de la concentración de acceso (upacārasamādhī). Los tres eventos, la supresión de los impedimentos, el surgimiento del signo de contraparte, y el logro de la concentración de acceso, suceden precisamente al mismo tiempo, sin intervalo (Vism.126, p.131). Y no obstante que previamente el proceso de cultivo mental requirió de la eliminación de diferentes impedimentos en ocasiones diferentes, cuando se logra el acceso todos desaparecen al mismo tiempo:

Simultáneamente con la adquisición del signo de contraparte su lujuria es abandonada por supresión debido a que no da atención externa a los deseos sensoriales (como objeto). Y debido a su abandono de la aprobación, la aversión es abandonada también,

tal como el pus se abandona con el abandono de la sangre. De la misma forma la rigidez y torpeza [mental] se abandona mediante el ejercicio de la energía, la agitación y preocupación se abandona mediante la devoción a cosas pacíficas que no causan remordimiento; y la duda acerca del Maestro que enseña la vía, es abandonada mediante la propia experiencia de la distinción lograda. Así es como los cinco impedimentos son abandonados. (Vism.189, p.196)

No obstante que los factores mentales determinantes de la primera jhāna están presentes en la concentración de acceso, no poseen aún suficiente fuerza para constituir jhāna, pero son suficientemente fuertes para excluir los impedimentos. Con la práctica continua, sin embargo, los factores jhánicos nacientes crecen en fuerza hasta que son capaces de dar como resultado la jhāna. Debido a la función instrumental que estos factores ejercen tanto en el logro como en la constitución de la primera jhāna merecen un escrutinio individual más cercano.

Aplicación de la Mente (vitakka)

La palabra vitakka frecuentemente aparece en los textos en conjunción con la palabra vicāra. El par significa dos aspectos interconectados pero distintos, propios del proceso mental, y con el objeto de resaltar la diferencia entre ellos (así como su carácter común), traducimos uno como aplicación de la mente y el otro como sustentación de la mente. Tanto en los Suttas como en el Abhidhamma la aplicación de la mente es definida como la aplicación de la mente en su objeto (cetaso abhiniropaññā), una función que el Aṭṭhāsalinī ilustra de la siguiente forma: “Así como alguien asciende en el palacio del rey dependiente de un familiar o amigo estimado por el rey, así la mente asciende al objeto en dependencia de la aplicación de la mente” (Dhs.A.157). Esta función de aplicar la mente al objeto es común a la gran variedad de modos en los que el factor de aplicación de la mente ocurre, desde la discriminación sensorial hasta la imaginación, razonamiento y deliberación, e incluso la práctica de la concentración culminando en la primera jhāna. La aplicación de la mente puede ser inhábil como en el caso de pensamientos de placer sensorial, aversión y crueldad, o hábil como en el caso de pensamientos de renuncia, benevolencia y compasión (M.i, 116).

En jhāna la aplicación de la mente es invariablemente hábil y su función de dirigir la mente sobre su objeto se muestra con claridad especial. Para indicar esto el Visuddhimagga explica que en jhāna la función de la aplicación de la mente es “golpear y trillar, ya que se dice que el meditador, en virtud de ello, ha golpeado el objeto mediante aplicación de la mente, lo ha trillado mediante aplicación de la mente “ (Vism.142, p.148). El Milindapanha hace la misma indicación mediante la definición de aplicación de la mente como absorción (appanā): “así como un carpintero ensambla un pedazo de madera bien labrado en una junta, de la misma forma la aplicación de la mente tiene la característica de absorción” (Miln.62).

El objeto de jhāna al cual vitakka conduce la mente y sus estados concomitantes es el signo de contraparte, el cual emerge a partir del signo de aprendizaje tan pronto como los impedimentos son suprimidos y la mente entra en concentración de acceso. El Visuddhimagga explica la diferencia entre los dos signos como sigue:

En el signo de aprendizaje cualquier defecto en la kasina es aparente. Pero el signo de contraparte aparece como emanando del signo de aprendizaje, y cien veces, mil veces, mas purificado, como una lupa sacada de su estuche, como un disco de carey bien lavado, como el disco de la luna apareciendo por detrás de una nube, como grullas [al vuelo] en contraste con una nube de tormenta. Pero no tiene color o forma; porque si lo tuviera sería cognoscible por el ojo, burdo, susceptible de ser comprendido (mediante introspección) y marcado con las tres características. Pero no es así. Ya que es nacido solo de la percepción en uno que ha obtenido la concentración, siendo [no más que] un modo de apariencia (Vism.125-26, p.130).

El signo de contraparte es el objeto tanto de la concentración de acceso como de jhāna, los cuales no difieren en cuanto a objeto o en cuanto a remoción de los impedimentos sino en la respectiva fuerza de los factores jhánicos. En el primero los factores son aun débiles, aun no desarrollados totalmente, mientras que en la jhāna son suficientemente fuertes para hacer que la mente se absorba totalmente en el objeto. En este proceso la aplicación de la mente es el factor primariamente responsable de dirigir la mente hacia el signo de contraparte impulsándola hacia él con la fuerza de la absorción total.

Sustentación de la Mente (vicāra)

Vicāra parece representar una fase más desarrollada del proceso de pensamiento en comparación con vitakka. Los comentarios la explican diciendo que tiene la característica de “presión continua” sobre el objeto (Vism.142, p.148). La aplicación de la mente se describe como el primer impacto de la mente sobre el objeto, la fase mental burda. La sustentación de la mente se describe como el acto de anclar la mente en el objeto, la fase sutil de presión mental continua. Buddhaghosa ilustra la diferencia entre las dos con una serie de símiles. La aplicación inicial de la mente es como golpear una campana, la sustentación de la mente como la reverberación de la misma; la aplicación de la mente es como el vuelo de la abeja hacia la flor, la sustentación de la mente es como el vuelo al derredor de la flor. La aplicación de la mente es como el extremo de un compás que se mantiene fijo en el centro de un círculo, la aplicación sostenida de la mente es como el extremo que delinea en derredor (Vism. 142-43; pp.148-9).

Estos símiles establecen claramente que la mente aplicada y sostenida, no obstante que están funcionalmente asociadas, efectúan actividades diferentes. La aplicación de la mente lleva la mente al objeto, la sustentación de la mente la fija y la ancla allí. La aplicación de la mente enfoca la mente en el objeto, la sustentación de la mente

examina e inspecciona aquello en lo que se ha enfocado. La aplicación de la mente da lugar a una profundización de la concentración por efecto de dirigir una y otra vez la mente de regreso al mismo objeto, la sustentación de la mente sostiene la concentración lograda mediante el anclaje de la mente en dicho objeto.

Éxtasis, Arrobamiento o Interés Placentero (pīti)

El tercer factor presente en la primera jhāna es pīti, por lo general traducido como gozo o éxtasis. El Ven. Ñānamoli en su traducción del Visuddhimagga, da a pīti el significado de “felicidad”, pero este término puede conducir a equivocaciones ya que la mayoría de los traductores utilizan el término “felicidad” como el significado de sukha, la sensación placentera presente en jhāna. En adelante traduciremos pīti como “éxtasis”, manteniendo así la conexión del término con la experiencia meditativa extática. En los suttas se dice que pīti surge por medio de otra cualidad llamada pāmojja, traducida como goce o alegría, la cual surge a su vez con el abandono de los cinco impedimentos. Cuando el discípulo nota en sí mismo el abandono de los cinco impedimentos “goce surge en él; así en gozo, surge el éxtasis. Y cuando se encuentra en éxtasis su cuerpo se torna tranquilo” (D.i, 73). La tranquilidad en turno conduce a la felicidad, en cuya base la mente se torna concentrada. Por lo tanto el éxtasis precede propiamente al surgimiento de la primera jhāna, pero persiste a través de las demás etapas hasta la tercera jhāna.

El Vibhanga define pīti como “satisfacción, gozo, regocijo, alegría, alborozo, júbilo, optimismo, y satisfacción mental” (Vbh. 257). Los comentarios le atribuyen la característica de ser atractivo, la función de refrescar el cuerpo y mente o de permear con éxtasis, y la manifestación como júbilo (Vism. 143; p.149). Shwe Zan Aung (“Compendium of Philosophy”, Pāli Text Society, London, 1960, p.243) explica que “en forma abstracta pīti significa interés (en grados de intensidad variables) en un objeto que se siente como deseable, o que se calcula traerá felicidad.”

Cuando se define en términos de agencia pīti es aquello que crea interés en el objeto; cuando se define en términos de su naturaleza es el interés creado en el objeto. Debido a que crea un interés positivo en el objeto, el factor jhánico de éxtasis es capaz de oponer y suprimir al impedimento del disgusto, un estado de aversión que implica una evaluación negativa del objeto.

El éxtasis se desglosa en cinco categorías: éxtasis menor, éxtasis momentáneo, éxtasis como una lluvia, éxtasis edificante, y éxtasis por saturación (Vism.143-44, pp.149-51; Dhs.A.158). El éxtasis menor es generalmente el primero en aparecer en el desarrollo progresivo de la meditación; es capaz de causar que se “paren los pelos del cuerpo”. El éxtasis momentáneo, como un relámpago, es el siguiente pero no es capaz de sostenerse por mucho tiempo. El éxtasis como una ducha corre por el cuerpo en olas, produciendo un estremecimiento pero sin dejar un impacto perdurable. El éxtasis edificante, el cual puede causar levitación es sostenible por mayor tiempo, sin embargo aun tiende a perturbar la concentración. La forma de éxtasis más conducente

al logro de jhāna es el éxtasis por saturación, del cual se dice que permea todo el cuerpo de manera que se torna como una vejiga llena o como una caverna en la montaña que ha sido llenada de agua por efecto de una gran inundación. El Visuddhimagga establece que lo que se refiere al factor jhánico de éxtasis es este éxtasis saturando por doquier “el cual es la raíz de la absorción y que por efecto de su crecimiento llega a asociarse con la absorción misma” (Vism.144, p.151).

Felicidad (sukha)

Como factor de la primera jhāna, sukha significa sensación placentera. La palabra es definida en forma explícita en este sentido por el Vibhanga en su análisis de la primera jhāna: “En este caso, ¿qué es la felicidad? Placer mental, felicidad mental, el placer que se siente y la felicidad nacida del contacto mental, sensación placentera y feliz nacida del contacto mental, a esto se le llama felicidad” (Vbh.257). El Visuddhimagga explica que la felicidad en la primera jhāna tiene la característica de gratificar, la función de intensificar los estados [mentales] asociados [a la jhāna], y como su manifestación, el rendir ayuda a sus estados [mentales] asociados (Vism.145, p.151).

El éxtasis y la felicidad se eslabonan en una relación muy cercana, pero no obstante que las dos son difíciles de distinguir, no son idénticas. La felicidad es una sensación (vedana), el éxtasis es una formación mental (sankhāra). La felicidad siempre acompaña al éxtasis, de manera que cuando el éxtasis está presente la felicidad debe siempre estar presente; pero el éxtasis no siempre acompaña a la felicidad, ya que en la tercera jhāna, como veremos mas adelante, hay felicidad pero no hay éxtasis. El Aṭṭhāsalinī explica el éxtasis como “el deleite en el logro del objeto deseado”, y felicidad como “el goce del sabor de aquello que se ha logrado”, e ilustra la diferencia por medio de un símil:

El éxtasis es como el viajero agotado en un desierto en el verano, que escucha acerca de, o ve agua en un bosque con sombra. El bienestar [la felicidad] es como su goce del agua o como el entrar en la sombreada foresta. Para un hombre que, viajando en el camino a través de un gran desierto y agobiado por el calor, se encuentra sediento y deseoso de bebida, si viese a un hombre en dicho camino, le preguntaría “¿En donde hay agua?” El otro hombre diría, “Mas allá del bosque hay una densa foresta con un lago natural. Vaya allá y la conseguirá.” Habiendo escuchado estas palabras se tornaría deleitado y contento, y si mientras caminase viese hojas de loto, etc., esparcidas en el suelo se tornaría más deleitado y contento. Continuando su caminata vería hombres con ropa y cabello mojado, escucharía los sonidos de aves silvestres, etc., vería la densa foresta llena de verdor como una red de joyas creciendo a la orilla del lago natural, vería el lirio acuático, el loto, el lirio blanco, etc., creciendo en el lago, vería la clara y transparente agua, y estaría aun más deleitado y contento, descendería al lago natural, se bañaría en el y bebería hasta saciarse y, una vez que su opresión ha sido aliviada, comería las fibras y tallos de los lirios, se adornaría a sí mismo con los lotos azules, llevaría en hombros las raíces de la mandalaka, ascendería del lago, se pondría su ropa, secaría su traje de baño en el sol, y en la fresca sombra

en donde la brisa sopla leve se acostaría y diría: “¡Oh que felicidad, oh que felicidad!” así es como se aplicaría esta ilustración. La ocasión de deleite y contento cuando escuchó acerca del lago natural y de la densa foresta hasta cuando vio el agua es como el éxtasis en el cual hay deleite y contento en el objeto visto. La ocasión en la que, después de su baño y habiendo bebido se acostó en la fresca sombra diciendo, “¡Oh, que felicidad, oh, que felicidad!”, etc., es como el sentido de bienestar [felicidad] que ha crecido con fuerza, establecido de ese modo de disfrutar el sabor del objeto (Dhs.A.160-61. Traducción de Maun Tin, El Expositor (Aṭṭhāsalinī), London, Pāli Text Society, 1921, i.155-56).

Ya que el éxtasis y la felicidad coexisten en la primera jhāna, este símil no debe tomarse como implicando que son mutuamente exclusivos. La intención es de sugerir que el éxtasis gana prominencia antes que la felicidad, ya que permite proveer su fundamento causal.

En la descripción de la primera jhāna, se dice que el éxtasis y la felicidad “nacieron de la reclusión” y que permean la totalidad del cuerpo del meditador de tal manera que no hay parte de su cuerpo que permanezca sin ser afectada por ellos:

Monjes, apartado de los placeres sensoriales...un monje entra y permanece en la primera jhāna. Se satura, se empapa, se llena y permea su cuerpo con el éxtasis y la felicidad nacidos de la reclusión, de manera que no hay parte de la totalidad de su cuerpo que no está inundada con este éxtasis y felicidad. De la misma forma en que un asistente de baño o su aprendiz esparcen polvo de jabón en una palangana de cobre, lo rocían una y otra vez con agua, y lo amasan de manera que la masa de jabón de baño estaría permeada, empapada y saturada con agua por dentro y por fuera, y sin embargo no desparramaría agua, de la misma forma un monje permea, empapa y satura su cuerpo con el éxtasis y felicidad nacidas de la reclusión, de manera que no hay parte de la totalidad de su cuerpo que no está permeada con este éxtasis y felicidad nacidos de la reclusión (D.i, 74).

Unificación (ekaggatā)

A diferencia de los cuatro factores jhánicos previos, la unificación [mental] no es específicamente mencionada en la fórmula modelo para la primera jhāna, sin embargo es incluida entre los factores jhánicos en el Mahāvedalla Sutta (M.i, 294) así como en el Abhidhamma y los comentarios. La unificación es un concomitante mental universal, es el factor en virtud del cual la mente se centra en su objeto. Lleva a la mente a un solo punto, el punto ocupado por el objeto.

El término “unificación” es usado en los textos como sinónimo de la concentración (samādhi) el cual tiene la característica de no-distracción, la función de eliminar distracciones, la ausencia de vacilación como su manifestación, y la felicidad como su

causa próxima (Vism.85, p.85). Como factor de jhāna la unificación siempre se dirige a un objeto sano y mantiene a raya las influencias malsanas, en particular el impedimento del deseo sensorial. Cuando los impedimentos se encuentran ausentes durante jhāna la unificación adquiere fuerza especial, basada en el esfuerzo sostenido previo de la concentración.

Aparte de los cinco factores jhánicos, la primera jhāna contiene un gran número de diversos factores mentales funcionando en unísono como miembros coordinados de un estado de conciencia singular. En el Anupada Sutta ya hay mención de una lista de tales componentes adicionales de la primera jhāna: Contacto, sensación, percepción, volición, conciencia, deseo, decisión, energía, consideración, ecuanimidad y atención (M.iii,25). En el Abhidhamma esta lista se extiende aun más hasta listar 33 componentes indispensables. Sin embargo, solo cinco estados son llamados los factores de la primera jhāna, ya que solo estos tienen las funciones de inhibir los cinco impedimentos y de fijar la mente en la absorción. Para que la jhāna surja todos estos cinco factores deben estar presentes simultáneamente, ejerciendo sus operaciones particulares:

Pero la aplicación de la mente dirige la mente al objeto; la sustentación de la mente lo mantiene anclado ahí. El éxtasis producido por el éxito en el esfuerzo por no distraerse debido a los impedimentos refresca la mente; y la felicidad intensifica [este efecto] por la misma razón. Entonces la unificación ayudada por esta dirección, por este anclaje, por este refrescamiento y por esta intensificación, de manera uniforme y correcta centra la mente con sus estados asociados remanentes sobre el objeto constituyendo así la unidad. Consecuentemente la posesión de los cinco factores debe ser entendida como el surgimiento de estos cinco, propiamente: aplicación de la mente, sustentación de la mente, éxtasis, felicidad, y unificación de la mente. Por esto, cuando estos han surgido se dice que la jhāna ha surgido, razón por la cual son llamados los cinco factores de posesión (Vism.146, p.152).

Cada factor jhánico sirve como soporte para el que le sigue. La aplicación de la mente debe dirigir la mente a su objeto con el propósito de que la sustentación de la mente lo ancle allí mismo. Solamente cuando la mente está anclada será posible desarrollar interés que culmine en éxtasis. Al tiempo en que el éxtasis se desarrolla conduce a la felicidad a su maduración, y esta felicidad espiritual, al proveer una alternativa a los efímeros placeres de los sentidos, ayuda en el crecimiento de la unificación. De esta forma, tal como Nāgasena explica, todos los demás estados puros conducen a la concentración, la cual se mantiene a la cabeza de los mismos como el ápice del techo de una casa (Miln.38-39).

Perfeccionando la Primera Jhāna

La diferencia entre la concentración de acceso y la concentración de absorción, como hemos dicho, no está basada en la ausencia de los impedimentos, la cual es común a

ambas, sino en la fuerza relativa de los factores jhānicos. En concentración de acceso los factores son débiles de manera que la concentración es frágil, comparable a un infante que camina unos cuantos pasos y entonces se cae. Pero en la concentración de absorción los factores jhānicos son fuertes y bien desarrollados de manera que la mente es capaz de permanecer continuamente en concentración así como un hombre saludable puede permanecer parado durante todo un día y una noche (Vism.126, p.131).

Debido a que la absorción completa ofrece el beneficio de la concentración fortalecida, un meditador que logra el acceso es motivado a esforzarse por lograr jhāna. Con el objeto de desarrollar su práctica se recomiendan varias medidas importantes (ver, Vism.126-35; pp.132-40). El meditador debe vivir en un alojamiento adecuado, debe contar con una fuente de limosna [comida] adecuada, debe evitar lenguaje inútil, debe asociarse solamente con compañeros de mente afín en lo espiritual, debe hacer uso solamente de comida adecuada, debe vivir en un clima agradable, y debe mantener su practica con una posición [corporal] adecuada. También debe cultivar las diez clases de habilidad para lograr la absorción. Debe limpiar su residencia y su cuerpo de manera que conduzcan a una meditación clara, debe balancear sus facultades espirituales atendiendo al balance de la fe con la sabiduría y al balance de la energía con la concentración, y debe ser hábil en producir y desarrollar el signo de concentración (1-3). Debe esforzar la mente cuando ésta se encuentre con letargo y debe restringirla cuando esté agitada, debe animarla cuando se encuentre intranquila o abatida, y debe considerar la mente con ecuanimidad cuando todo va bien (4-7). El meditador debe evitar personas que distraen, debe asociarse con gente con experiencia en concentración, y debe ser firme en su resolución de lograr jhāna (8-10).

Después de lograr la primera jhāna unas cuantas veces el meditador no debe inmediatamente tratar de lograr la segunda jhāna. Esto sería una ambición espiritual necia y sin fruto. Antes de que esté listo para hacer de la segunda jhāna el objetivo de su esfuerzo, deberá primero perfeccionar la primera jhāna. Si es demasiado impaciente por lograr la segunda jhāna antes de perfeccionar la primera, es factible que fracase en el logro de la segunda y será incapaz de lograr nuevamente la primera. El Buda compara tal meditador a una vaca necia que, mientras aun no es conocedora de su propia área de pastura, emprende en busca de nuevas pasturas y se pierde en las montañas: no es capaz de encontrar comida o bebida y es incapaz de encontrar el camino de regreso a casa (A.iv.418-19).

El perfeccionamiento de la primera jhāna requiere de dos pasos: la extensión del signo y el logro de los cinco dominios (Paisambhidāmagga, i.100). La extensión del signo quiere decir extender el tamaño del signo de contraparte, el objeto de la jhāna. Empezando con un área pequeña, del tamaño [del grueso] de dos dedos, el meditador gradualmente aprende a ampliar el signo hasta que la imagen mental puede hacerse de manera que cubra la esfera del mundo o inclusive mas allá de ella (Vism.152-53; pp.158-59).

LAS JHĀNAS EN LA MEDITACIÓN BUDISTA THERAVĀDA

Siguiendo esta etapa el meditador debe tratar de adquirir los cinco tipos de dominio sobre las jhānas: Dominio en cuanto a reconocimiento, en cuanto a logro, en cuanto a resolución, en cuanto a emerger, y en cuanto a revisión [o análisis] (āvajjanavasī, samāppajjanavasī, adhiṭṭhanavasī, vuṭṭhānavasī, paccavekkhanavasī. Ver: Vism.154-55, pp.160-61). El dominio en cuanto a reconocimiento es la habilidad para reconocer los factores jhánicos uno por uno después de emerger de la jhāna, cuando así lo quiera, en donde quiera, y por tanto tiempo como lo desee. El dominio en cuanto a logro es la habilidad de entrar en jhāna rápidamente, dominio en cuanto a resolución es la habilidad de permanecer en jhāna exactamente durante el tiempo predeterminado, el dominio en cuanto a emerger es la habilidad de salir de la jhāna rápidamente, sin dificultad, y el dominio en cuanto a revisión es la habilidad de revisar la jhāna y sus factores con conocimiento retrospectivo inmediatamente después de aprehenderlos. Cuando el meditador ha logrado este dominio quintuple, entonces está preparado para luchar por [el logro de] la segunda jhāna.

4

LAS JHĀNAS SUPERIORES

En este capítulo examinaremos los estados jhánicos superiores. Inicialmente discutiremos las tres jhānas remanentes en cuanto a la esfera de materialidad-sutil, utilizando las fórmulas descriptivas de los suttas como punto de partida y las fuentes literarias posteriores como fuente para los métodos de práctica que conducen a estos logros. Posteriormente consideraremos los cuatro estados meditativos pertenecientes a la esfera inmaterial, los cuales se han denominado jhānas inmateriales. Nuestro examen expondrá el carácter dinámico del proceso mediante el cual las jhānas son sucesivamente logradas. El logro de las jhānas superiores de la esfera de materialidad-sutil, como veremos, requiere de la eliminación sucesiva de los factores burdos y el fomentar hasta hacer prominentes los factores más sutiles. Para el logro de los estados inmateriales los objetos [de meditación] se reemplazan sucesivamente, en el orden de los burdos hasta los más sutiles. A partir de nuestro estudio se hará claro que las jhānas se encadenan en una secuencia gradual de desarrollo en la que la [jhāna] inferior sirve como base para la superior, esta a su vez intensifica y purifica los estados ya presentes en la inferior. Finalizaremos el capítulo con una breve revisión de la conexión entre las jhānas y la enseñanza Budista del renacimiento.

Las Jhānas Superiores de la Esfera de Materialidad-Sutil

La fórmula que describe el logro de la segunda jhāna es la siguiente: Con el amaine de la aplicación inicial y sostenida de la mente entra y permanece en la segunda jhāna, la cual posee confianza interna y unificación mental, carece de aplicación y sustentación de la mente, y se encuentra llena de éxtasis y felicidad nacidas de la concentración (M.i, 181; Vbh.245).

La segunda jhāna, así como la primera, es lograda mediante la eliminación de los factores que deben ser abandonados y el desarrollo de los factores de posesión. En este caso, sin embargo, los factores a ser abandonados son los dos factores iniciales de la primera jhāna misma, aplicación inicial y sustentación de la mente; los factores de posesión son los tres factores jhánicos que quedan: éxtasis, felicidad, y unificación. Por esto la fórmula empieza con “con el amaine de la aplicación inicial y sostenida de la mente”, y entonces menciona las propiedades positivas de la jhāna.

Después de haber logrado los cinco tipos de dominio sobre la primera jhāna, el meditador que desea alcanzar la segunda jhāna debe entrar en la primera jhāna y contemplar sus defectos. Estos son de dos tipos: el primero, que podría llamarse el defecto de la corrupción próxima, es la cercanía de los cinco impedimentos, en contra de los cuales la primera jhāna provee solamente una defensa relativamente débil; El

otro defecto, inherente a la primera jhāna, es la inclusión de la aplicación y sustentación de la mente, las cuales aparecen ahora como burdos, inclusive como impedimentos que deben ser eliminados para poder lograr la más sutil y pacífica segunda jhāna.

Reflexionando en la segunda jhāna, viéndola como más tranquila y sublime que la primera, el meditador termina con su apego a la primera jhāna y se afana nuevamente por lograr la etapa superior. Dirige su mente hacia su sujeto de meditación (el cual debe ser capaz de inducir las jhānas superiores, como lo son las kasinas y la respiración) y hace la resolución de abandonar la aplicación y sustentación de la mente. Cuando esta práctica llega a su madurez los dos tipos de pensamiento amainan y entonces surge la segunda jhāna. En la segunda jhāna solamente tres de los cinco factores jhánicos originales permanecen (éxtasis, felicidad, y unificación). Adicionalmente, con la eliminación de los dos factores más burdos estos adquieren un tono más sutil y pacífico. Basándose en la distinción entre aplicación y sustentación de la mente, el Abhidhamma presenta una división quintuple de las jhānas obtenida en virtud del reconocimiento de la eliminación secuencial, más que simultánea, de los dos tipos de factor. Por lo que respecta a este punto, el meditador con facultades menos agudas elimina la aplicación de la mente primero y logra una segunda jhāna con cuatro factores incluyendo aplicación sostenida de la mente, y una tercera jhāna idéntica con la segunda jhāna del esquema cuádruple. En contraste, un meditador con facultades agudas comprende rápidamente los defectos de ambas la aplicación y la sustentación de la mente y las elimina al mismo tiempo.

Además de los factores jhánicos primarios, la fórmula canónica incluye otros estados diversos en su descripción de la segunda jhāna. “Confianza interna” (ajjhattamsampasādanam) indica el doble significado de fe y tranquilidad. En la primera jhāna la fe y serenidad del meditador carecen de claridad total debido a la “perturbación creada por la aplicación y sustentación de la mente, así como el agua es perturbada por rizados y ondas” (Vism.157, p.163). Pero cuando la aplicación y sustentación de la mente cesan, la mente se torna pacífica y la fe del meditador adquiere una confianza plena.

La fórmula también menciona la unificación de la mente (cetaso ekodibhāvam), la cual se identifica con la unificación o con la concentración. No obstante que se encuentra presente en la primera jhāna, la concentración solamente adquiere mención especial en conexión con la segunda jhāna ya que es aquí en donde adquiere eminencia. En la primera jhāna la concentración aun era imperfecta, estando sujeta a la influencia perturbante de la aplicación y sustentación del pensamiento. Por la misma razón esta jhāna, junto con su éxtasis y felicidad constituyentes, se dice que es nacida de la concentración (samādhijam): “Solo esta concentración es digna de llamarse “concentración” debido a su completa confianza [interna] y extremada inmovilidad debido a la ausencia de trastorno debido a la aplicación inicial y sostenida de la mente” (Vism.158, p.164).

LAS JHĀNAS EN LA MEDITACIÓN BUDISTA THERAVĀDA

Con el objeto de lograr la tercera jhāna el meditador debe utilizar el mismo método que utilizó para ascender de la primera jhāna a la segunda. Debe dominar la segunda jhāna en las cinco modalidades, entrar y emerger de ella, y reflexionar en cuanto a sus defectos. En este caso el defecto de la corrupción próxima es la cercanía de la aplicación inicial y sostenida del pensamiento, los cuales amenazan perturbar la serenidad de la segunda jhāna. Su defecto inherente es la presencia de éxtasis, el cual ahora aparece como un factor burdo que debe ser descartado. Consciente de las imperfecciones de la segunda jhāna, el meditador cultiva indiferencia hacia ella y en su lugar aspira a lograr la paz y sublimidad de la tercera jhāna, el logro al cual ahora dirige su esfuerzo. Cuando su práctica madura entra en la tercera jhāna, la cual posee dos factores jhánicos que permanecen cuando el éxtasis desaparece, felicidad y unificación. Esta jhāna es descrita por los suttas de la siguiente manera:

Con la desaparición del éxtasis, permanece en ecuanimidad, [plenamente] atento y discerniente; y experimenta en su propia persona esa felicidad de la cual los nobles dicen: “Feliz vive aquel que es ecuánime y [plenamente] atento”, así es como entra y permanece en la tercera jhāna (M.i,182; Vbh.245).

La fórmula indica que la tercera jhāna contiene, además de los dos factores que la definen, tres componentes adicionales que no se incluyen en los factores jhánicos: Ecuanimidad, atención [plena], y discernimiento. La ecuanimidad es mencionada en dos ocasiones. La palabra Pāli correspondiente a ecuanimidad, upekkhā, ocurre en los textos con un amplio rango de significados, siendo el más importante el de “sensación neutra” (es decir, la sensación que no es ni dolorosa ni placentera), y la cualidad de balance interno o estabilidad llamado “neutralidad específica” (tatramajjhataṭṭā; ver Vism.161, p.167). La ecuanimidad a la que se refiere la fórmula es un modo de neutralidad específica que pertenece al agregado de las formaciones mentales (sankhārakkhandha) por lo que no debe ser confundida con la ecuanimidad como sensación neutra. No obstante que las dos se encuentran a menudo asociadas, cada una puede existir independientemente de la otra, y en la tercera jhāna la ecuanimidad como neutralidad específica coexiste con la felicidad o sensación placentera.

Se dice que el meditador en la tercera jhāna posee atención [plena] y discernimiento, lo que señala otro par de funciones frecuentemente conjuntas. En este contexto la atención [plena] (sati) quiere decir el recordar el objeto de meditación, el constante tener en mente el objeto sin permitir que se pierda. El discernimiento (sampajañña) es un aspecto de la sabiduría o entendimiento que examina el objeto y aprehende su naturaleza de una forma no ilusoria. No obstante que estos dos factores se encontraban ya presentes en la primera jhāna, se mencionan por primera vez exclusivamente en conexión con la tercera, ya que es aquí en donde su eficacia se torna manifiesta. Los dos son necesarios particularmente para evitar el regreso al éxtasis. Tal como un becerro que se separa de su madre y es dejado sin protección regresa nuevamente a su madre, la felicidad de la jhāna tiende a inclinarse hacia el éxtasis, su pareja natural si se deja desprotegida por la atención [plena] y el discernimiento (Dhs.A.219). De manera que la labor de la atención y el discernimiento es la de evitar la pérdida consecuente de la tercera jhāna.

El logro de la cuarta jhāna comienza con el procedimiento ya mencionado. En este caso el meditador percibe que la tercera jhāna es amenazada por la proximidad del éxtasis, el cual está siempre listo para hacerse manifiesto nuevamente debido a su natural afinidad con la felicidad. También percibe que es inherentemente defectuosa debido a la presencia de la felicidad, un factor burdo que provee de nutrimento al apego. Entonces contempla el estado en donde la sensación ecuánime y la unificación subsisten juntas (la cuarta jhāna) como mucho más pacífico y seguro que cualquier otro estado antes experimentado, y por ende más deseable. Tomando como su objeto el mismo signo de contraparte tomado para las jhānas anteriores, refuerza su labor en la concentración con el objeto de abandonar el factor burdo de la felicidad y así entrar a la jhāna superior. Cuando su práctica madura la mente entra en la absorción de la cuarta jhāna:

Con el abandono del placer y el dolor, y con la desaparición previa del gozo y la aflicción, entra y permanece en la cuarta jhāna, la cual posee ni-dolor-ni-placer y tiene pureza de atención [plena] debido a la ecuanimidad (M.i, 182; Vbh.245).

La primera parte de esta fórmula específica las condiciones para el logro de ésta jhāna (también llamada la liberación de la mente con ni-dolor-ni-placer (M.i, 296)) como el abandono de los cuatro tipos de sensación incompatibles con la misma, los primeros dos significando sensaciones corporales, y los últimos dos correspondientes a las sensaciones mentales. La fórmula también introduce varios términos nuevos y frases que no se habían mencionado anteriormente. Inicialmente menciona una nueva sensación, ni-dolor-ni-placer (*adukkhamasukha*), la cual permanece una vez que las otras cuatro sensaciones han desaparecido. Este tipo de sensación, también llamado sensación ecuánime o neutra, reemplaza a la felicidad como la sensación concomitante de la jhāna y a su vez consiste en uno de los factores de la jhāna. Por ende este logro tiene dos factores: sensación neutra y unificación mental. Previamente el ascenso de una jhāna a la siguiente estaba marcado por la eliminación progresiva de los factores jhánicos más burdos, pero ningún factor era adicionado para reemplazar a los que se excluyeron. Pero ahora, en el movimiento de la tercera a la cuarta jhāna ocurre una substitución, la sensación neutra aparece para tomar el lugar de la felicidad.

Adicionalmente encontramos una nueva frase compuesta de los términos familiares: “Pureza de la atención [plena] debida a la ecuanimidad” (*upekkhāsati pārisuddhi*). El Vibhanga explica: “Esta atención es clara, purificada, clarificada por la ecuanimidad” (Vbh.261), y Buddhaghosa añade: “Ya que la atención en esta jhāna es bastante purificada, y su purificación es efectuada por la ecuanimidad, y no por otra cosa” (Vism.167, p.174). La ecuanimidad que purifica la atención no es la sensación neutra, como podría suponerse, sino la neutralidad específica, la imparcialidad sublime libre de apego y aversión, la cual corresponde a esta jhāna. No obstante que ambos la neutralidad y la atención [plena] estaban presentes en las tres jhānas inferiores, ninguna de estas se dice que posee “pureza de atención debida a la ecuanimidad.” La razón es que en las jhānas inferiores la ecuanimidad presente no estaba en sí purificada, siendo ensombrecida por estados opuestos y careciendo de asociación con

la sensación ecuánime. Es como la luna en cuarto creciente existente durante el día pero que no es visible debido a la luz solar y el cielo brillante. Pero en la cuarta jhāna, en donde la ecuanimidad adquiere el soporte de la sensación ecuánime, irradia como la luna creciente en la noche y purifica a la atención [plena] junto con los demás estados asociados (Vism.169; p.175).

Las Jhānas Inmateriales

Más allá de las cuatro jhānas se encuentran cuatro logros superiores en la escala de concentración, en los suttas se refiere a ellos como las “liberaciones pacíficas inmateriales trascendiendo la forma material” (santāvimokkhā atikammarūpe aruppā, M.i, 33). En los comentarios también se les llama jhānas inmateriales, y mientras que esta expresión no se encuentra en los suttas parece apropiada en la medida en que estos estados corresponden a niveles de conciencia jhánica y continúan el mismo proceso de unificación mental iniciado por las cuatro jhānas originales, ahora llamadas algunas veces las jhānas “de la esfera de la materialidad-sutil.” Las jhānas inmateriales son designadas, no mediante una secuencia numérica como sus predecesores, sino por los nombres de sus respectivas esferas objetivas: La base del espacio ilimitado, la base de la conciencia ilimitada, la base de la nada, y la base de la ni-percepción-ni-(no-percepción)[la base de percepción mínima o extremadamente sutil] (ākāsānancayatana, viññānañcāyatana, ākincaññāyatana, nevasaññānāsaññāyatana, respectivamente). Reciben la designación “inmaterial” o “carente de forma” (arupa) debido a que son logradas mediante la superación de toda percepción de forma material, incluyendo la forma sutil del signo de contraparte que sirve como objeto de las jhānas previas, y debido a que son los correlativos de los planos de existencia inmateriales. Al igual que las jhānas de la materialidad-sutil, las jhānas inmateriales siguen una secuencia fija y deben ser logradas en el orden en que son presentadas. Es decir, el meditador que desee lograr las jhānas inmateriales debe iniciar con la base del espacio ilimitado y entonces proceder paso a paso hasta la base de la ni-percepción-ni-(no-percepción). Sin embargo, hay una diferencia importante que separa los modos de progreso en los dos casos. En el caso de las jhānas de la materialidad-sutil, el ascenso de una jhāna a la siguiente requiere de la superación de factores jhánicos. Con el objeto de elevarse de la primera jhāna a la segunda el meditador debe eliminar la aplicación y sustentación de la mente, para elevarse de la segunda a la tercera debe superar el éxtasis, y para elevarse de la tercera a la cuarta debe reemplazar la sensación placentera por la sensación neutra. Así el progreso requiere una reducción y refinamiento de los factores jhánicos, de los cinco iniciales a la culminación en la unificación y la sensación neutra.

Una vez que la cuarta jhāna es alcanzada los factores jhánicos permanecen constantes, y en la ascensión superior a los logros inmateriales no hay más eliminación de factores jhánicos. Por esta razón las jhānas “sin forma”, cuando se les clasifica desde la perspectiva de su constitución factorial tal como se hace en el Abhidhamma, son consideradas modos de la cuarta jhāna. Todas ellas son jhānas bifactoriales, constituidas por unificación y sensación ecuánime.

LAS JHĀNAS EN LA MEDITACIÓN BUDISTA THERAVĀDA

En vez de estar determinadas por superación sucesiva de factores, el orden de las jhānas inmateriales está determinado por la substitución de objetos. Mientras que para las jhānas inferiores el objeto puede permanecer constante pero los factores deben ser cambiados, para las jhānas inmateriales los factores permanecen constantes mientras que los objetos cambian. La base del espacio ilimitado elimina el objeto (kasina) de la cuarta jhāna, la base de la conciencia ilimitada supera al objeto de la base del espacio ilimitado, la base de la nada supera el objeto de la base de la conciencia ilimitada, y la base de la ni-percepción-ni-(no-percepción) supere al objeto de la base de la nada.

Ya que los objetos se tornan progresivamente más sutiles a cada nivel, los factores jhānicos de la sensación ecuánime y la unificación, mientras que permanecen siempre con naturaleza constante, se tornan correspondientemente más refinados en cualidad. Buddhaghosa ilustra este punto con el símil de los cuatro pedazos de tela de la misma medida, tejidos por la misma persona, y sin embargo constituidos por hilo grueso, delgado, más delgado y sumamente delgado, respectivamente (Vism.339, p.369). Adicionalmente, mientras que las cuatro jhānas inferiores pueden cada una tomar una variedad de objetos (las 10 kasinas, la respiración, etc.) y no permanecen en ninguna relación integral con respecto a estos objetos, las cuatro jhānas inmateriales cada una toma un objeto único inseparablemente relacionado con el logro mismo. La primera es lograda solamente con la base del espacio ilimitado como objeto, la segunda con la base de la conciencia ilimitada, y así sucesivamente.

La motivación que conduce inicialmente al meditador hacia los logros inmateriales es el reconocimiento claro de los peligros inherentes en la existencia material: Es en virtud de la materia que las heridas y la muerte por medio de armas ocurren, que uno es afectado por las enfermedades, que uno está sujeto a hambre y sed, mientras que nada de esto ocurre en los planos de existencia inmaterial (M.i, 410). Con el deseo de escapar estos peligros mediante el renacimiento en los planos inmateriales, el meditador debe primero lograr las cuatro jhānas de la materialidad-sutil y dominar la cuarta jhāna con cualquier kasina como objeto con excepción de la kasina del espacio limitado. Habiendo llegado a esta etapa el meditador ha ascendido por encima de la materia burda, pero aun no ha trascendido la forma material sutil comprendida por el luminoso signo de contraparte que constituye el objeto de la jhāna. Para alcanzar los logros inmateriales el meditador, después de emerger de la cuarta jhāna, debe considerar que inclusive esa jhāna, tan refinada como es, aun tiene un objeto consistente de forma material y por lo tanto está conectado a distancia con la materia burda; más aún, está cercano a la felicidad, un factor de la tercera jhāna, el cual es un factor mucho más burdo que los estados inmateriales. El meditador ve la base del espacio ilimitado, la primera jhāna inmaterial, como más pacífica y sublime que la cuarta jhāna de la esfera de la materialidad-sutil y más segura en cuanto a que se encuentra más apartada de la materialidad.

Siguiendo estas reflexiones preparatorias, el meditador entra en la cuarta jhāna basada en un objeto-kasina y extiende el signo de contraparte de la kasina “hasta el límite de la esfera del mundo, o tan lejos como lo desee.” Entonces, después de

emerger de la cuarta jhāna, debe remover la kasina mediante la atención exclusiva al espacio que ha cubierto sin atender a la kasina misma. Tomando como su objeto el espacio remanente después de la remoción de la kasina, el meditador lo percibe como “espacio ilimitado” o simplemente como “espacio, espacio,” incidiendo en esa percepción con aplicación y sustentación de la mente. Finalmente tras cultivar una y otra vez esta práctica, la conciencia propia de la base del espacio ilimitado surge con el espacio ilimitado como su objeto (Vism.327-28; pp.355-56).

Un meditador que ha logrado el dominio sobre la base del espacio ilimitado, deseando también el logro de la segunda jhāna inmaterial, debe reflexionar en los dos defectos del primer logro los cuales son su proximidad con las jhānas de la esfera de materialidad-sutil y lo burdo de ese estado comparado con la esfera de la conciencia ilimitada. Habiendo desarrollado de esta forma indiferencia hacia el logro inferior, debe a continuación entrar y emerger de la base del espacio ilimitado y entonces debe fijar su atención en la conciencia que ocurrió allí mismo extendiéndose sobre el espacio ilimitado. Ya que el espacio tomado como el objeto de la primera jhāna inmaterial era ilimitado, la conciencia de ese espacio también toma el aspecto de carencia de límite, es sobre esta conciencia ilimitada a la cual se refiere el aspirante al siguiente logro. No debe atender a ella meramente como ilimitada, sino como “conciencia ilimitada” o simplemente como “conciencia.” Continúa cultivando este signo una y otra vez hasta que la conciencia perteneciente a la base de la conciencia ilimitada surge en la absorción tomando como su objeto la conciencia ilimitada concerniente al primer estado inmaterial (Vism.331-32, pp.360-61).

Con el objeto de lograr el siguiente estado sin forma, la base de la nada, el meditador que ha dominado la base de la conciencia ilimitada debe contemplar sus defectos en la misma forma doble y debe atender a la base de la nada como poseedora de paz superior. Sin dar ya más atención a la base de la conciencia ilimitada, debe “dar atención a la no-existencia presente, el vacío, al aspecto apartado de la misma conciencia previa perteneciente a la base consistente de espacio infinito” (Vism.333, p.362). En otras palabras, el meditador debe enfocarse en la ausencia presente o no-existencia de la conciencia perteneciente a la base del espacio ilimitado, atendiendo a ella una y otra vez de manera que “no hay, no hay,” o “vacío, vacío.” Cuando sus esfuerzos fructifican surge en la absorción una conciencia perteneciente a la base de la nada, con la no-existencia de la conciencia del espacio ilimitado como su objeto. Mientras que el segundo estado inmaterial está relacionado a la conciencia del espacio ilimitado en forma positiva, mediante el enfoque sobre el contenido de esa conciencia y apropiándose de su carencia de límite, el tercer estado inmaterial se relaciona a él en forma negativa, excluyendo esa conciencia del campo perceptivo y haciendo la ausencia o presente no-existencia de esa conciencia su objeto.

La cuarta y última jhāna inmaterial, la base de la ni-percepción-ni-(no-percepción), es alcanzada mediante el mismo procedimiento preliminar. El meditador puede también reflexionar sobre lo insatisfactorio de la percepción, pensando: “La percepción es una enfermedad, la percepción es una llaga, la percepción es un dardo...Esto [en cambio] es pacífico, esto es sublime, es decir, la ni-percepción-ni-(no-percepción)” (M.ii, 231). De esta forma termina su apego a la base de la nada y fortalece su resolución de lograr

la próxima etapa superior. Entonces atiende a los cuatro agregados mentales que constituyen el logro de la base de la nada (su sensación, percepción, formaciones mentales, y conciencia) contemplándolos como “pacíficos, pacíficos”, revisando esa base e incidiendo en ella con aplicación y sustentación de la mente. Cuando lo hace así los impedimentos amainan, la mente pasa a través de [la concentración de] acceso y entra en la base de la ni-percepción-ni-(no-percepción). Esta jhāna recibe su nombre debido a que, por una parte, carece de percepción burda con su función de discernir claramente los objetos, y por lo tanto no se puede decir que tiene percepción, por otra parte, retiene una muy sutil percepción, por lo que no puede decirse que carece del todo de percepción. Debido a que aquí todas las funciones mentales se encuentran reducidas a su más delicado y sutil nivel, esta jhāna es también nombrada como el logro “con formaciones residuales.” A este nivel la mente ha alcanzado el desarrollo más elevado posible en la dirección de la serenidad pura. Ha logrado el grado más intenso de concentración, tornándose tan refinada que la conciencia no puede ser descrita en términos de existencia o no-existencia. Y sin embargo este logro, desde el punto de vista Budista, es aun un estado mundano que debe dar finalmente lugar a la vía de la introspección, la cual es la única que conduce a la verdadera liberación.

Las Jhānas y el Renacimiento

En el Budismo se enseña que los seres con capacidad sensorial en los que el deseo y la ignorancia aun permanecen están sujetos a renacimiento después de la muerte. El modo en que renacen está determinado por su kamma, su acción volitiva, siendo el kamma hábil el que da lugar a un buen renacimiento y siendo el kamma inhábil el que da lugar a un mal renacimiento. En términos de kamma hábil el logro de jhāna puede ocupar un papel primordial el proceso de renacimiento, siendo considerado como un buen kamma superlativo que toma precedencia sobre otros kammās inferiores en la determinación del futuro renacimiento de la persona que lo logra.

La cosmología Budista agrupa los numerosos planos de existencia en los que el renacimiento sucede en tres grandes esferas, cada una incluyendo cierto número de planos subsidiarios. La esfera de los sentidos (kāmadhātu) es el campo de renacimiento para acciones malas y para acciones meritorias que no alcanzan el grado de las jhānas; la esfera de materialidad-sutil (rūpadhātu), el campo de renacimiento para las jhānas de la esfera de materialidad-sutil; y la esfera inmaterial (arūpadhātu), el campo de renacimiento para las jhānas inmateriales.

Un kamma inhábil, si es determinante de renacimiento, conducirá a una nueva existencia en uno de los cuatro planos de miseria pertenecientes a la esfera de los sentidos: los infiernos, el reino animal, la esfera de los espíritus afligidos, o la hueste de los titanes. Un kamma hábil de tipo sub-jhánico produce renacimiento en alguno de los siete planos de felicidad en la esfera de los sentidos: El mundo de los humanos o los seis mundos celestiales.

LAS JHĀNAS EN LA MEDITACIÓN BUDISTA THERAVĀDA

Por encima de los planos de la esfera sensorial se encuentran los planos de materialidad-sutil, a los cuales se logra renacer solo a través del logro de las jhānas de la esfera de materialidad-sutil. Los dieciséis planos en esta esfera se encuentran ordenados jerárquicamente en correlación con las cuatro jhānas. Aquellos que han practicado la primera jhāna en grado menor renacen en el Plano de la Corte de Brahmā, en grado moderado en el Plano de los Ministros de Brahmā, y en grado superior en el Plano del Gran Brahmā (Brahmapārisajja, brahmāpurohita, y mahā brahmā, respectivamente). De manera similar, el practicar la segunda jhāna en grado menor da lugar a renacimiento en el Plano de Lustre Menor, en grado moderado en el Plano de Lustre Infinito, y en grado superior en el Plano de Lustre Radiante (Parttābha, appamānābha, y ābhassara). El practicar la tercera jhāna en grado menor da lugar a renacimiento en el Plano de Aura Menor, en grado moderado en el Plano de Aura Infinita, y en grado superior en el Plano de Aura Estable (Parittasubha, appamānasubha, y subhakinha).

Hay siete planos [de existencia] correspondientes a la cuarta jhāna: El Plano de la Gran Retribución, el Plano de los Seres No-Percipientes, y las cinco Moradas Puras (vehapphala, asaññāsatta, y suddhāvāsa). Con esta jhāna el patrón de renacimiento difiere del previo. Parece ser que todos los seres que practican la cuarta jhāna de nivel mundano sin alcanzar ningún logro supramundano renacen en el Plano de la Gran Retribución. No hay diferenciación en cuanto a grados de desarrollo inferior, mediano o superior. El Plano de los Seres No-Percipientes se alcanza por aquellos que, después de lograr la cuarta jhāna, utilizan el poder de su meditación para lograr renacimiento exclusivamente con cuerpos materiales. No adquieren conciencia nuevamente sino hasta el momento en que mueren en este plano. Las cinco Moradas Puras se encuentran abiertas solamente a “los que no retornan” (anāgāmi), aquellos discípulos nobles en la penúltima etapa de liberación que han erradicado las impurezas que los atan a la esfera sensorial y por lo tanto automáticamente toman renacimiento en los planos superiores, en donde logran la arahatía y alcanzan la liberación final.

Más allá de la esfera de la materialidad-sutil se encuentran los planos inmateriales, los cuales son cuatro en número: La base del espacio ilimitado, la base de la conciencia ilimitada, la base de la nada, y la base de la ni-percepción-ni-(no-percepción). Como debe ser evidente, estos planos de renacimiento son para aquellos que, sin haber roto las cadenas que los atan a samsāra, logran el dominio de una otra de las cuatro jhānas inmateriales. Aquellos meditadores que tienen dominio sobre uno de los logros inmateriales en el momento de su muerte toman renacimiento en el plano apropiado, en donde permanecen hasta que la fuerza kámmica de la jhāna se extingue. Entonces mueren, tomando renacimiento en algún otro plano en acuerdo con su kamma acumulado (ver por ejem. Narada, A Manual of Abhidhamma, pp.233-55).

5

JHĀNA Y LO SUPRAMUNDANO

La Vía de la Sabiduría

El objetivo de la vía Budista, la completa y permanente liberación con respecto al sufrimiento, debe ser logrado mediante la práctica completa de la disciplina triple de moralidad (sīla), concentración (samādhi) y sabiduría (paññā). Las jhānas mundanas, consistentes en las cuatro jhānas de la esfera de materialidad-sutil y las cuatro jhānas inmatrimales, pertenecen a la etapa de concentración, la cual cubren en grado eminente. Sin embargo, tomadas por sí mismas, estos estados no aseguran liberación completa, ya que son incapaces de cortar las raíces del sufrimiento. El Buda enseña que la causa del sufrimiento, la fuerza motriz detrás del ciclo de renacimientos, es las corrupciones con sus tres raíces de lo impuro: El deseo, la aversión y la ofuscación. La concentración al nivel de absorción, no obstante qué nivel se practique, solamente suprime las corrupciones, pero no es capaz de destruir sus semillas latentes. Por esto la jhāna mundana por sí misma, inclusive cuando es sostenida, no es capaz de terminar con el ciclo de renacimientos. Por el contrario, es posible que perpetúe el ciclo. Ya que si cualquier jhāna de materialidad-sutil o inmaterial es asida con apego, dará lugar a renacimiento en ese plano de existencia particular correspondiente a su propia potencia kāmica, el cual puede ser seguido de renacimiento en algún plano inferior.

Lo que se requiere para lograr la liberación completa del ciclo de renacimientos es la erradicación de las impurezas [mentales]. Ya que la impureza más básica es la ignorancia (avijjā), la llave para la liberación consiste en desarrollar su opuesto directo, propiamente la sabiduría (paññā). Ya que la sabiduría presupone cierta habilidad en concentración es inevitable que jhāna reclame su sitio en este desarrollo. Este sitio, sin embargo, no es invariable, sino como veremos permite diferencias dependiendo de la disposición individual del meditador.

La distinción entre los términos “mundano” (lokiya) y “supramundano” (lokuttara), cruciales en la exposición filosófica Theravāda, es fundamental para la discusión en este capítulo. El término “mundano” se aplica a todo fenómeno incluido en el mundo (loka), desde estados sutiles de conciencia hasta la materia, desde la virtud hasta el mal, desde los logros meditativos hasta la inmersión en la sensualidad burda. El término “supramundano”, en contraste, se aplica exclusivamente a aquello que trasciende el mundo, es decir, los nueve estados supramundanos: Nibbāna, las cuatro vías nobles (magga) conducentes a Nibbāna, y sus correspondientes frutos (phala), los cuales experimentan la felicidad de Nibbāna.

La sabiduría tiene la característica específica de penetrar la naturaleza verdadera de los fenómenos. Penetra los aspectos generales y particulares de las cosas a través de cognición directa en vez de pensamiento discursivo. Su función es la de “abolir la oscuridad de lo ilusorio, la cual esconde las esencias individuales de los estados” y su manifestación es lo “no-ilusorio.” Ya que el Buda dice que alguien cuya mente esta concentrada sabe y ve las cosas tal cual son, la causa próxima de la sabiduría es la concentración (Vism.438, p.481).

La sabiduría que es instrumental en el logro de la liberación se divide en dos tipos principales: sabiduría introspectiva (vipassanāñāna) y la sabiduría pertinente a las vías supramundanas (maggañāna). El primero es la penetración directa de las tres características de los fenómenos condicionados: impermanencia, sufrimiento, e impersonalidad (anicca, dukkha, y anattā). Toma como su campo objetivo los cinco agregados (pañcakkhandha): forma material, sensación, percepción, formaciones mentales, y conciencia. Debido a que la sabiduría introspectiva toma como objeto el mundo de los fenómenos condicionados, es considerada como una forma mundana de sabiduría. La sabiduría introspectiva en sí no erradica directamente las impurezas, sino que sirve para preparar el camino para el segundo tipo de sabiduría, la sabiduría de las vías supramundanas, la cual emerge cuando la introspección ha sido llevada a su clímax. La sabiduría de la vía ocurre en cuatro etapas distintas (discutidas más adelante), [en cada una de estas] simultáneamente ve el Nibbāna, comprende las Cuatro Verdades Nobles, y corta las impurezas. Esta sabiduría es llamada “supramundana” debido a que se levanta por encima del mundo de los cinco agregados para ver [con el ojo de la sabiduría] el estado que trasciende al mundo, Nibbāna.

El discípulo Budista que lucha por la liberación, inicia el desarrollo de la sabiduría asegurando inicialmente sus raíces: la disciplina de purificación moral y la concentración. Entonces aprende y domina el material básico sobre el que la sabiduría trabajará: Los agregados, elementos, bases sensoriales, originación dependiente, las Cuatro Verdades Nobles, etc. Inicia la práctica de la sabiduría mediante el cultivo de la introspección dirigida hacia lo impermanente, lo insatisfactorio, y lo impersonal con respecto a los cinco agregados. Cuando esta introspección alcanza su ápice da lugar a la sabiduría supramundana, el factor de entendimiento correcto del Noble Sendero Óctuple, el cual se aparta de las formaciones condicionadas y se dirige hacia el Nibbāna incondicionado, así erradicando las impurezas.

Los Dos Vehículos

La tradición Theravāda reconoce dos enfoques alternativos para el desarrollo de la sabiduría, de los cuales los practicantes son libres de escoger de acuerdo con sus aptitudes e inclinaciones. Estos dos enfoques son el vehículo de la serenidad (samathayāna) y el vehículo de la introspección (vipassanāyāna). Los meditadores que los utilizan son llamados respectivamente, samathayānika, “aquel que hace de la serenidad su vehículo”, y el vipassanāyānika, “aquel que hace de la introspección su vehículo.” Ambos vehículos, a pesar de sus diferentes nombres, son utilizados para el

desarrollo de la introspección. Para evitar malentendidos el segundo tipo de meditador es algunas veces llamado un *suddhavipassanāyānika*, “uno que hace de la introspección desnuda su vehículo”, o un *sukkhavipasakkā*, “un trabajador de introspección “a secas”.” No obstante que los tres términos aparecen inicialmente en los comentarios (en vez de los suttas), el reconocimiento de los dos vehículos parece estar implícito en un cierto número de pasajes canónicos.

El *samathayānika* es un meditador que inicialmente logra la concentración de acceso o alguna de las ocho *jhānas* mundanas, entonces emerge y utiliza su logro como base para cultivar la introspección hasta que llega a la vía supramundana. En contraste, el *vipassanāyānika* no logra la *jhāna* mundana antes de practicar la contemplación introspectiva, o en caso de hacerlo, no lo utiliza como instrumento para cultivar la introspección. En vez, sin entrar y emerger de *jhāna*, procede directamente a la contemplación introspectiva de fenómenos mentales y materiales y por medio de esta introspección “a secas” logra la vía noble. Para ambos tipos de meditador la experiencia de la vía en cualquiera de sus cuatro etapas ocurre siempre al nivel de intensidad *jhánica* y por lo tanto necesariamente incluye la *jhāna* supramundana bajo el título de concentración correcta (*sammāsamādhī*), el octavo factor del Noble Sendero Óctuple.

La fuente clásica de la distinción entre los dos vehículos de serenidad e introspección es el *Visuddhimagga* en donde es explicado que cuando un meditador inicia el desarrollo de la sabiduría “si, inicialmente, su vehículo es la serenidad, debe emerger de cualquier *jhāna* de materialidad-sutil o inmaterial excepto la base de la *ni-percepción-ni*-(no-percepción), y debe discernir de acuerdo con característica, función, etc. los factores *jhánicos* consistentes en aplicación de la mente, etc. y los estados asociados a ellos” (*Vism.*557, pp.679-80). Otros pasajes en los comentarios hacen suficiente la concentración de acceso para el vehículo de la serenidad, pero la última *jhāna* inmaterial es excluida debido a que sus factores son demasiado sutiles como para ser discernidos. El meditador cuyo vehículo es la introspección pura, por otra parte, es aconsejado a iniciar directamente con el discernimiento de los fenómenos mentales y materiales, iniciando con los cuatro elementos, sin utilizar una *jhāna* con este propósito (*Vism.*558, p.680). El *samathayānika* primero logra la concentración de acceso o *jhāna* mundana y entonces desarrolla conocimiento introspectivo, por medio del cual logra la vía supramundana conteniendo la sabiduría bajo el título de entendimiento correcto y *jhāna* supramundana bajo el título de concentración correcta. El *vipassanāyānika* en contraste, se salta la *jhāna* mundana y va directamente a la contemplación introspectiva. Cuando finaliza con la progresión de sabiduría introspectiva llega a la vía supramundana la cual, como en el caso previo, conlleva la sabiduría con la *jhāna* supramundana. Esta *jhāna* cuenta como su logro de serenidad.

Para un meditador siguiendo el vehículo de la serenidad el logro de *jhāna* cubre dos funciones: primero, produce una base de pureza mental y tranquilidad necesarias para embarcarse en el trabajo de la contemplación introspectiva; y segundo, sirve como un objeto para ser examinado introspectivamente con el propósito de discernir las tres características de impermanencia, insatisfactoriedad e impersonalidad. La *jhāna* logra

LAS JHĀNAS EN LA MEDITACIÓN BUDISTA THERAVĀDA

la primera función al proveer un instrumento poderoso para abatir los cinco impedimentos. Como hemos visto, para que surja la sabiduría la mente debe primero estar bien concentrada, y para lograrlo debe estar libre de los impedimentos, una labor lograda preeminentemente mediante jhāna. No obstante que la concentración de acceso mantiene los impedimentos a raya, la jhāna asegura su alejamiento a una mayor y más segura distancia.

En su capacidad para producir concentración las jhānas son llamadas la base (pāda) de la introspección, y esa jhāna en particular en la cual el meditador entra y emerge antes de iniciar su práctica introspectiva es designada su pādakajjhāna, la jhāna básica o fundamental. La introspección no puede ser practicada mientras haya absorción en jhāna, ya que la meditación introspectiva requiere de investigación y observación, las cuales son imposibles cuando la mente está inmersa en absorción unificada. Pero después de emerger de la jhāna la mente se encuentra limpia de impedimentos, y la quietud y claridad que entonces resultan conducen a una introspección precisa y penetrante.

Las jhānas también entran en la práctica del samathayānika en capacidad secundaria, es decir, como objetos de escrutinio para la introspección. La práctica introspectiva consiste esencialmente en el examen de fenómenos mentales y físicos con el objeto de descubrir sus marcas de impermanencia, insatisfactoriedad, e impersonalidad. Las jhānas que logre el meditador le proveen de un objeto asequible y notablemente claro en el cual puede buscar estas tres características. Después de emerger de la jhāna el meditador procederá a examinar la conciencia jhánica y a discernir la forma en la que ejemplifica las tres marcas universales. Este proceso es llamado sammasanañāna, “conocimiento de comprensión”, y la jhāna sujeta a este tratamiento es denominada sammasitajjhāna, “la jhāna comprendida” (Vism.607-11, pp.706-10). No obstante que la jhāna básica y la jhāna comprendida a menudo serán las mismas, las dos no coinciden necesariamente. Un meditador no puede practicar comprensión en una jhāna superior a la cual es capaz de llegar, pero uno que utiliza una jhāna superior como su pādakajjhāna es capaz de practicar comprensión introspectiva en una jhāna inferior que ha logrado y dominado previamente. Como veremos más adelante, esta diferencia admitida entre el pādakajjhāna y el sammasitajjhāna conduce a teorías discrepantes acerca de la concentración supramundana de la vía noble,.

Mientras que la secuencia de entrenamiento tomada por el meditador samathayānika no tiene problemas, el enfoque del vipassanāyānika presenta la dificultad de justificar [el origen de] la concentración que utiliza para proveer de una base para la introspección. La concentración es necesaria con el objeto de ver y saber las cosas tal cual son, pero sin concentración de acceso o jhāna, ¿qué tipo de concentración puede utilizar? La solución a este problema se encuentra en un tipo de concentración distinta de la de acceso o absorción propias del vehículo de la serenidad, llamada “concentración momentánea” (khaṇikasamādhi). A pesar de su nombre, la concentración momentánea no significa un solo momento de concentración en medio de una corriente de pensamientos distraídos, sino una concentración dinámica que fluye de objeto a objeto en el siempre cambiante flujo de los fenómenos, reteniendo un nivel constante de intensidad y colección suficiente para purificar la mente de los

impedimentos. La concentración momentánea surge en el samathayānika simultáneamente con su logro de introspección post-jhánica, pero para el vipassanāyānika se desarrolla natural y espontáneamente en el curso de su práctica introspectiva sin tener que fijar la mente en un solo objeto exclusivamente. Por ende el que sigue el vehículo de la introspección no omite del todo la concentración en su entrenamiento, sino que la desarrolla en una forma diferente a la del practicante de la serenidad. Sin lograr jhāna procede directamente a contemplar los cinco agregados y al observarlos constantemente momento a momento adquiere concentración momentánea como acompañamiento de sus investigaciones. Esta concentración momentánea cubre la misma función que la jhāna básica del vehículo de serenidad, proporcionando el fundamento de claridad mental necesario para el surgimiento de la visión introspectiva.

Las Jhānas Supramundanas

El clímax en el desarrollo de la introspección es el logro de las cuatro vías y frutos supramundanos. Cada vía es una cumbre de experiencia momentánea directamente comprendiendo el Nibbāna y cortando permanentemente ciertas impurezas. Estas impurezas generalmente son agrupadas en un conjunto de diez “encadenamientos” [”trabas” o “grilletes”] (samyojana) los cuales mantienen a los seres encadenados al ciclo de renacimientos. La primera vía, llamada la vía del que entra en la corriente (sotāpatti) debido a que marca la entrada en la corriente del Dhamma, erradica los tres primeros encadenamientos (la visión falsa de la personalidad, duda, y apego a ritos y rituales). El discípulo que ha alcanzado la entrada en la corriente ha limitado sus futuros nacimientos a un máximo de siete en las esferas de felicidad humana y de los mundos celestiales, después de los cuales logrará la liberación final. Sin embargo un discípulo con entusiasmo es capaz de progresar inclusive a etapas superiores en la misma vida en la que alcanza la entrada en la corriente, mediante el establecimiento de la aspiración para el logro de la siguiente vía superior y nuevamente embarcando en el desarrollo de la introspección con el objeto de lograr dicha vía.

La siguiente vía supramundana es la del que “regresa solo en una ocasión más” (sakadāgāmi). Esta vía no erradica ninguna traba completamente, sino que atenúa en gran medida el deseo sensorial y la aversión. El que regresa solo una vez más es llamado así debido a que está destinado a poner fin al sufrimiento después de retornar a este mundo solo una vez más. La tercera vía, la del que “no regresa” (anāgāmi) por completo destruye el deseo sensorial y la aversión debilitados por la vía precedente. El que no regresa se ha asegurado que ya nunca más tomará renacimiento en la esfera sensorial; si no penetra el nivel más elevado tendrá renacimiento espontáneo en las Moradas Puras y ahí logrará el Nibbāna final. La vía más elevada, la vía del arahant, erradica los cinco encadenamientos restantes, deseo de existencia en las esferas de materialidad-sutil e inateriales, presunción, agitación, e ignorancia. El arahant ha completado el desarrollo de la totalidad del camino enseñado por el Buda. Ha llegado al final de los renacimientos y por ende es capaz de rugir su “Rugido de León”: “El nacimiento ha sido destruido, la vida santā ha sido vivida, lo que tenía que hacerse se ha hecho, no hay más [llegar a ser] de aquí en adelante.”

Cada vía es seguida inmediatamente por la experiencia supramundana del fruto [o realización], la cual es el resultado de la vía, se da también en las mismas cuatro etapas, y comparte con la vía su carácter de trascendencia del mundo. Pero mientras que la vía efectúa la función activa de cortar las impurezas, el fruto simplemente goza de la felicidad y paz que resultan cuando la vía ha completado su labor. Además, mientras que la vía está limitada a un solo momento de conciencia, el fruto que le sigue inmediatamente dura dos o tres momentos. Y mientras que cada una de las vías ocurre solamente una vez y no puede ser repetida nunca, el fruto permanece accesible al discípulo noble de acuerdo con el nivel apropiado. Puede recurrir a él como un estado meditativo especial llamado “el logro del fruto” (phalasaṃpatti) con el objeto de experimentar el goce nibbánico aquí y ahora (Vism.699-702, pp.819-24).

Las vías y frutos supramundanos siempre surgen como estados de conciencia jhánicos. Ocurren como estados de jhāna debido a que contienen en sí los mismos factores jhánicos elevados a una intensidad correspondiente al de los factores jhánicos en las jhānas mundanas. Ya que poseen los factores jhánicos estos estados son capaces de fijarse en su objeto con la fuerza de la absorción completa. Por ende, tomando la fuerza de absorción de los factores jhánicos como criterio, las vías y frutos pueden considerarse como pertenecientes a la primera, segunda, tercera, o cuarta jhāna del esquema cuádruple, o de la primera a la quinta jhāna del esquema quíntuple.

La base para el reconocimiento de un tipo de jhāna supramundana se origina en los suttas, especialmente a la sección del “Gran Discurso de Los Fundamentos de la Atención” en donde el Buda define la concentración correcta del Noble Óctuple Sendero mediante la fórmula patrón de las cuatro jhānas (D.ii,313). Sin embargo, es en el Abhidhamma en donde la conexión entre las jhānas, vías, y frutos se desarrolla con gran complejidad de detalle. El Dhammasaṅgani, en su sección referente a estados de conciencia, expone cada uno de los estados de vía y fruto como ocasiones, primero, de una u otra de las cuatro jhānas en el esquema cuádruple, y nuevamente como ocasiones de una u otra de las cinco jhānas en el esquema quíntuple (Dhs.74-86). La exposición común del Abhidhamma, formalizada en los manuales sinópticos del mismo, emplea el esquema quíntuple y conecta cada uno de las vías y frutos con cada una de las cinco jhānas. De esta forma los ocho tipos de conciencia supramundana, las conciencias de vía y fruto de los que entran en la corriente, del que regresa una vez, del que no regresa y del arahant, proliferan a cuarenta tipos de conciencia supramundana, ya que cualquier vía o fruto puede ocurrir al nivel de cualesquiera de las cinco jhānas. Debe notarse, sin embargo, que no hay vías y frutos conectados con los logros inmatereales, la razón es que la jhāna supramundana se presenta solamente desde el punto de vista de su composición factorial, la cual es idéntica para los logros inmatereales y la quinta jhāna (ecuanimidad y unificación).

El tratamiento más completo de las jhānas supramundanas en la literatura Pāli autoritaria puede encontrarse en el Dhammasaṅgani leído en conjunción con su comentario, el Aṭṭhāsālini. El Dhammasaṅgani inicia su análisis de la primera conciencia supramundana con las siguientes palabras:

En ocasión cuando uno desarrolla la jhāna supramundana, la cual es emancipadora, conducente a la demolición (de la existencia), para el abandono de las nociones [erróneas], para lograr el primer plano, apartado de los placeres sensoriales...uno entra y permanece en la primera jhāna (Dhs.72).

El Aṭṭhāsalinī explica la palabra lokuttara, la que hemos estado traduciendo como “supramundano”, como significando “cruza por encima del mundo, trasciende el mundo, se yergue habiendo superado y vencido al mundo.” Comenta la frase “uno desarrolla jhāna” de la siguiente manera: “Uno desarrolla, produce, cultiva la jhāna de absorción con duración de un solo momento de pensamiento.” Este comentario nos muestra dos cosas respecto a la conciencia de la vía: que ocurre como jhāna en el ámbito de absorción completa y que esta absorción de la vía dura un solo momento de pensamiento. La palabra “emancipadora” (niyyānika) se explica como significando que esta jhāna “sale” del mundo, del ciclo de la existencia, la frase “conducente a la demolición” (apacayagāmi) como demoliendo y desmantelando el proceso de renacimiento (Dhs.A.259).

Esta última frase señala una notable diferencia entre la jhāna mundana y la supramundana. La exposición de la primera por el Dhammasaṅgani inicia: “En la ocasión cuando uno desarrolla la vía de renacimiento en la esfera de materialidad-sutil...uno entra y permanece en la primera jhāna” [itálicas del autor]. Por lo que con esta aseveración, se muestra que la jhāna mundana sostiene el ciclo de renacimientos; es un kamma saludable conducente a existencia renovada. Pero la jhāna supramundana de la vía no promueve la continuación del ciclo. Por el contrario, causa la demolición y el desmantelamiento del ciclo, tal como lo muestra el Aṭṭhāsalinī con el siguiente ejemplo ilustrativo:

Los estados saludables de los tres planos se dice que conducen a la acumulación debido a que construyen e incrementan la muerte y renacimiento en el ciclo. Mas no esto. Tal como la ocasión en la que un hombre ha construido una pared de dieciocho pies de altura otro pudiera tomar un mazo e ir demoliéndola y desmantelándola a lo largo, de esta forma va a lo largo demoliendo y desmantelando las muertes y renacimientos construidas por los kammās saludables de los tres planos mediante la creación de una deficiencia en sus condiciones. De esta forma conduce a la demolición (Dhs.A.259. Ver Expositor, ii.289-90).

Se dice que la jhāna supramundana se cultiva “para el abandono de las nociones [incorrectas].” Esta frase indica la función de la primera vía, la cual es la de erradicar los encadenamientos. La jhāna de la primera vía supramundana corta el encadenamiento de la noción [errónea] de la personalidad junto con todas las nociones especulativas derivadas de ella. El Aṭṭhāsalinī indica que aquí debemos entender que abandona no solamente las nociones erróneas sino otros estados inhábiles también, propiamente: La duda, el apego a los ritos y rituales, y el deseo, aversión, y ofuscación con la suficiente potencia para conducir a los planos

[existenciales] de miseria. El comentario explica “para lograr el primer plano” como significando para lograr el fruto de la entrada en la corriente.

Además de estas, otras diferencias entre la jhāna mundana y la supramundana pueden ser brevemente discutidas. Inicialmente, con respecto a su objeto, las jhānas mundanas tienen como objeto una entidad conceptual tal como el signo de contraparte de las kasinas o, en el caso de las moradas divinas, seres con capacidad sensorial. En contraste, para la jhāna supramundana de las vías y frutos el objeto es exclusivamente Nibbāna. Con respecto a su tono predominante, en la jhāna mundana sobresale el elemento de serenidad, mientras que la jhāna supramundana de las vías y frutos trae el balance de la serenidad y la introspección. La sabiduría está presente como entendimiento correcto y la serenidad como concentración correcta, ambos funcionando juntos en armonía perfecta, ninguno excediendo al otro.

Esta diferencia en la prevalencia del tono conduce a una diferencia en función o actividad entre los dos tipos de jhāna. Ambos la mundana y la supramundana son jhānas en el sentido de atender de cerca (upanijjhāna), pero en el caso de la jhāna mundana esta atención intensa da lugar meramente a la absorción en el objeto, una absorción que solamente es capaz de suprimir las impurezas temporalmente. En la jhāna supramundana, particularmente las de las cuatro vías, el acoplamiento de la atención cercana con la sabiduría reúne el ejercicio de cuatro funciones en un mismo momento, estas cuatro funciones aplican cada una a las Cuatro Verdades Nobles. La vía penetra la primera noble verdad mediante el entendimiento completo del sufrimiento; penetra la segunda noble verdad mediante el abandono del deseo, el origen del sufrimiento; penetra la tercera noble verdad mediante la comprensión de Nibbāna, el cese del sufrimiento; y penetra la cuarta noble verdad mediante el desarrollo del Noble Óctuple Sendero que conduce al fin del sufrimiento. Buddhaghosa ilustra esto con el símil de una lámpara, la cual también desempeña cuatro labores simultáneamente: Quema la mecha, desvanece la oscuridad, hace que aparezca la luz, y consume el aceite (Vism.690, p.808).

El Nivel Jhánico de la Vía y el Fruto

Cuando las vías y frutos son asignados al nivel de cuatro o cinco jhānas, la pregunta surge en cuanto a que factor determina su nivel particular de intensidad jhánica. En otras palabras, ¿por qué la vía y el fruto surgen para un meditador en el ámbito de primera jhāna, para otro en el ámbito de segunda jhāna, y así sucesivamente? Los comentarios presentan tres categorías concernientes a la determinación del nivel jhánico de la vía, aparentemente derivado de los linajes de los antiguos maestros (Vism.666-67; pp.778-80. Dhs.A.271-74). El primero mantiene que es la jhāna básica, es decir, la jhāna utilizada como base para la introspección conducente al surgimiento [de la vía] en proximidad inmediata con el fruto, la que gobierna la diferencia en el nivel jhánico de la vía. Una segunda teoría dice que la diferencia es gobernada por los agregados (hechos objetos de introspección) en la ocasión de la introspección

conducente al surgimiento [de la vía]. La tercera teoría mantiene que es la inclinación personal del meditador la que gobierna la diferencia.

De acuerdo con la primera teoría la vía surgida en un meditador de introspección “a secas” que carece jhāna, y la vía surgida en uno que posee el logro de jhāna pero que no la usa como base de introspección, y la vía surgida mediante la comprensión de las formaciones después de emerger de la primera jhāna, son todas vías de la primera jhāna solamente. Cuando la vía es producida después de emerger de la segunda, tercera, cuarta y quinta jhānas (en el sistema quintuple) y utilizando estas como base de la introspección, entonces la vía concierne al nivel de la jhāna utilizada como base, es decir, [correspondientemente] la segunda, tercera, cuarta, o quinta. Para un meditador utilizando una jhāna inmaterial como base de la vía esta será la vía de la quinta jhāna. Por lo tanto en la primera teoría, cuando las formaciones son comprendidas mediante introspección después de emerger de una jhāna básica, entonces será el logro jhánico del que se emerge en el punto más cercano a la vía, es decir, justo antes de alcanzar la introspección conducente a la salida, la que hace a la vía similar en naturaleza a sí misma.

De acuerdo con la segunda teoría la vía que surge es similar en naturaleza a los estados que estén siendo comprendidos mediante introspección al tiempo en que la introspección conducente al emerger ocurre. Por ende, si el meditador, después de emerger de un logro meditativo, se encuentra contemplando con introspección los fenómenos de la esfera sensorial o los constituyentes de la primera jhāna, entonces la vía producida ocurrirá al nivel de la primera jhāna. En esta teoría entonces, es la jhāna comprendida (sammasitajjhāna) la que determina la calidad jhánica de la vía. La restricción que debe añadirse es que un meditador no es capaz de contemplar con introspección una jhāna de mayor nivel del que es capaz de lograr.

De acuerdo con la tercera teoría, la vía ocurre al nivel de jhāna que el meditador desee, ya sea al nivel de la jhāna que ha utilizado como base de introspección o al nivel de jhāna que ha tomado como objeto de contemplación introspectiva.

La diferencia entre las tres teorías puede ser entendida mediante un simple ejemplo (Dhs.A.274. Ver Expositor, ii.310). Si un meditador alcanza la vía supramundana mediante la contemplación introspectiva de la primera jhāna después de emerger de la quinta jhāna, entonces, de acuerdo con la primera teoría su vía pertenecerá a la quinta jhāna, mientras que de acuerdo con la segunda teoría pertenecerá a la primera jhāna. De manera que estas dos teorías son incompatibles cuando hay una diferencia entre la jhāna básica y la jhāna comprendida. Pero de acuerdo con la tercera teoría, la vía es determinada por cualquier jhāna deseada por el meditador, ya sea la primera o la quinta. De modo que esta teoría no está necesariamente en desacuerdo con las otras dos.

Buddhaghosa mismo no hace una decisión respecto a estas tres teorías. Solamente señala que en las tres doctrinas, debajo de sus divergencias, hay un reconocimiento de

LAS JHĀNAS EN LA MEDITACIÓN BUDISTA THERAVĀDA

que la introspección inmediatamente precedente a la vía supramundana determina el carácter jhánico de la vía. Esta introspección es la causa próxima y principal para el surgimiento de la vía, de manera que ya sea la introspección conducente al emerger cerca de la jhāna básica o la que ocurre a través de la jhāna contemplada, o aquella que es fijada por el deseo del meditador, es en todos los casos esta fase final de la introspección la que da definición a la vía supramundana. Ya que el fruto que ocurre inmediatamente después de la vía tiene una constitución idéntica a la de la vía, su propia jhāna supramundana está determinada por la vía. De modo que una vía [asociada] con la primera jhāna produce un fruto [asociado] con la primera jhāna, y así sucesivamente para el resto de las jhānas.

6

LOS DISCÍPULOS NOBLES Y JHĀNA

Todas las personas nobles, como hemos visto, logran la jhāna supramundana junto con su logro de las vías y frutos nobles. Los nobles en cada una de las cuatro etapas de liberación, adicionalmente, tienen acceso a la jhāna supramundana de sus respectivos logros del fruto, desde el fruto de la entrada en la corriente hasta el logro del fruto de la arahatía. Sin embargo permanece problemático [el saber] en que medida gozan también de la posesión de la jhāna mundana. Con el objeto de determinar la respuesta a esta pregunta consultaremos la tipología original de los siete tipos de discípulos nobles, la cual provee una forma de clasificación con mayor orientación psicológica respecto a los ocho individuos nobles. Un vistazo a la explicación de estos siete tipos nos permitirá ver el rango de logro jhánico alcanzado por los discípulos nobles. Sobre esta base procederemos a evaluar el lugar de la jhāna mundana en la descripción Budista original del arahant, el individuo perfeccionado.

Siete Tipos de Discípulos

La tipología séptuple se encuentra originalmente en el Sutta de Kitagiri del Majjhima Nikāya (M.i,477-79) y es reformulada en el Puggalapaññatti del Abhidhamma Pitaka. Esta tipología clasifica a las personas nobles en las vías y frutos en siete tipos: [1] el devoto de fe (saddhānusāri), [2] el liberado por fe (saddhāvimutta), [3] el testigo-corporal (kāyasakkhi), [4] el liberado en ambas formas (ubhatobhāgavimutta), [5] el devoto de la verdad (dhammanusāri), [6] el que ha logrado el entendimiento (diṭṭhipatta), y [7] el liberado mediante sabiduría (paññāvimutta). Los siete tipos pueden dividirse en tres grupos generales, cada uno definido por la predominancia de una facultad espiritual particular. Los primeros dos tipos están gobernados por una predominancia de fe, los dos siguientes por una predominancia de concentración, y los últimos tres por una predominancia de sabiduría. Con respecto a esta división, sin embargo, deben hacerse ciertas reservas a lo largo de nuestra discusión.

[1] El devoto de fe se explica en el sutta como sigue:

Aquí, monjes, una persona no ha alcanzado con su propio cuerpo (mental) aquellas liberaciones inateriales pacíficas que trascienden la forma material; tampoco ha destruido sus corrupciones (asava) después de haber visto con sabiduría. Pero tiene cierto grado de fe en el Tathagata, cierto grado de devoción hacia él, y posee estas cualidades: Fe, energía, atención plena, concentración y sabiduría. Esta persona, monjes, es llamada el devoto de fe (M.i,479).

[A propósito, las asavas son cuatro impurezas poderosas que mantienen el ciclo samsárico: Deseo sensorial, deseo de existencia, entendimiento incorrecto, e ignorancia (n.a.)].

El Puggalapaññatti (p.182) define al devoto de fe desde un ángulo diferente como un discípulo practicando hacia el fruto de la entrada en la corriente en el que la facultad de fe es predominante y que desarrolla la vía noble por medio de la fe. Añade que cuando se establece en el fruto se torna uno liberado por fe. No obstante que el sutta excluye del equipo del devoto de fe los “logros inmateriales pacíficos”, es decir, las cuatro jhānas inmateriales, esto no implica nada con respecto a su logro de las cuatro jhānas mundanas inferiores. Parece ser que el devoto de fe es capaz de haber logrado previamente cualquiera de las jhānas inmateriales antes de alcanzar la vía, y es posible que sea también un trabajador de introspección “a secas” desposeído de jhāna mundana.

[2] El liberado por fe es estricta y literalmente definido como un discípulo noble en uno de los seis niveles intermedios, desde el fruto de la entrada en la corriente hasta la vía de la arahatía, que carece de jhānas inmateriales y tiene predominancia de la facultad de fe.

El Buda explica a continuación al liberado por la fe:

Aquí, monjes, alguna persona no ha alcanzado con su propio cuerpo (mental) aquellas liberaciones inmateriales pacíficas que trascienden la forma material; pero habiendo visto con sabiduría, algunas de sus corrupciones han sido destruidas, y su fe en el Tathagata está definida, profundamente enraizada, bien establecida. Esta persona, monjes, es llamada el liberado por la fe (M.i,478).

Como en el caso del devoto de fe, el liberado por la fe, aun careciendo de las jhānas inmateriales, puede ser alguien que obtiene las jhānas materiales así como un trabajador de introspección “a secas.”

El Puggalapaññatti establece (pp.184-85) que la persona liberada por la fe es una que entiende las Cuatro Verdades Nobles, ha visto y verificado por medio de sabiduría las enseñanzas proclamadas por el Tathagata, y habiendo visto con sabiduría ha eliminado algunas de sus corrupciones. Sin embargo, no lo ha logrado tan fácilmente como el diṭṭhipatta, la persona que ha logrado entendimiento, cuyo progreso es más fácil debido a su superior sabiduría. El hecho de que el liberado por fe ha destruido solamente algunas de sus corrupciones implica que ha avanzado más allá de la primera vía pero aun no ha alcanzado el fruto final, el fruto de la arahatía. Sin embargo, el Visuddhimagga, dice que los arahantes en los que la fe es predominante pueden también llamarse “liberados por fe” (Vism.659, p.770). Su comentario indica que esta aseveración tiene una mera intención figurativa, en el sentido de que esos arahantes

han logrado su objetivo después de haber sido liberados por la fe en las etapas intermedias. Literalmente deben considerarse “liberados por sabiduría” (Vism.T.ii, 468).

[3] El testigo corporal es un discípulo noble de los seis niveles intermedios, desde el fruto de la entrada en la corriente hasta la vía de la arahatía, que tiene predominancia de la facultad de concentración y es capaz de obtener las jhānas inmateriales. La explicación de los suttas es:

¿Y qué persona, monjes, es el testigo corporal? Aquí, monjes, alguna persona ha alcanzado con su propio cuerpo (mental) aquellas liberaciones inmateriales pacíficas trascendentes de la forma material, y habiendo visto con sabiduría, algunas de sus corrupciones han sido destruidas. Esta persona, monjes, es llamada el testigo corporal (M.i, 478).

El Puggalapaññatti (p.184) ofrece una ligera variante con respecto a los términos usados, sustituyendo “las ocho liberaciones” (aṭṭhavimokkhā) por la de los suttas “liberaciones inmateriales pacíficas” (santāvimokkhā āruppā). Estas ocho liberaciones consisten de tres logros meditativos concernientes a la esfera de materialidad sutil (los cuales incluyen las cuatro jhānas inferiores), las cuatro jhānas inmateriales, y el cese de la percepción y la sensación (saññāvedayitanirodha), siendo el último logro especial accesible solo a los que no retornan y a los arahantes que han dominado las ocho jhānas (ver, Pug.pp.824-833). Las primeras tres emancipaciones son: Uno que posee forma material ve formas materiales; uno que no percibe formas materiales internamente ve formas materiales externamente; y un que es liberado sobre la base de la idea de lo hermoso. Estas son entendidas como variaciones en las jhānas logradas con kasinas de color. La aseveración del Puggalapaññatti no significa que el logro de las ocho liberaciones es necesario o que el logro de las tres liberaciones inferiores es suficiente. Lo que es requisito y [condición] suficiente, por ambas partes, para calificarse como testigo corporal es la destrucción parcial de impurezas acoplada con el logro de, por lo menos, la jhāna inmaterial más baja. De esta forma el testigo corporal se puede dividir en cinco sobre la base de aquellos que obtienen cualquiera de las cuatro jhānas inmateriales y aquel que también logra el cese de la percepción y la sensación.

[4] El liberado en ambas formas es un arahant que ha destruido completamente las impurezas y posee los logros inmateriales. Los comentarios explican el nombre “liberado en ambas formas” como significando “a través del logro inmaterial es liberado del cuerpo material y a través de la vía (de la arahatía) es liberado del cuerpo mental” (MA.ii,131). El sutta define a este tipo de discípulo como:

¿Y qué persona, monjes, es liberado en ambas formas? Aquí, monjes, alguien ha alcanzado con su propio cuerpo (mental) aquellas liberaciones inmateriales pacíficas que trascienden la forma material, y habiendo visto con sabiduría, sus corrupciones son destruidas. Esta persona, monjes, es liberada en ambas formas (M.i,477).

El Puggalapaññatti (p.184) da básicamente la misma fórmula pero reemplaza “liberaciones inmatrimales” con “las ocho liberaciones.” El mismo principio de interpretación que se aplicó al testigo corporal aplica aquí: El logro de cualquier jhāna inmaterial, inclusive el de nivel más bajo, es suficiente para calificar a una persona como liberada en ambas formas. Como lo menciona el comentario al Visuddhimagga: “Uno que ha logrado la arahatía después de haber logrado inclusive solo una (jhāna inmaterial) es liberado en ambas formas” (Vism.T.ii,466). Este tipo se torna quintuple por medio de aquellos que logran la arahatía después de emerger de una u otra de las cuatro jhānas inmatrimales y aquel que la logra después de emerger del logro de la cesación (MA:iii,131).

[5] El devoto de la verdad es un discípulo en la primera vía en el que la facultad de la sabiduría es predominante. El Buda explica al devoto de la verdad de la siguiente manera:

Aquí, monjes, alguna persona no ha alcanzado con su propio cuerpo (mental) aquellas liberaciones trascendentes de la forma material; y tampoco ha destruido sus corrupciones después de haber visto con sabiduría. Sin embargo las enseñanzas proclamadas por el Tathagata son aceptadas por él a través de mera reflexión y posee estas cualidades: Las facultades de fe, energía, atención plena, concentración y sabiduría. Esta persona, monjes, es llamada el devoto de la verdad (M.i,479).

El Puggalapaññatti (p.185) define al devoto de la verdad como uno que practica para la realización del fruto de la entrada en la corriente en el que la facultad de la sabiduría es predominante, y que desarrolla la vía conducido por sabiduría. Añade que cuando el devoto de la verdad está establecido en el fruto de la entrada en la corriente se torna en uno que ha logrado el entendimiento, el sexto tipo. Los suttas y el Abhidhamma nuevamente difieren en énfasis, el primero puntualizando la carencia de jhānas inmatrimales, y el segundo el estatus ario. Supuestamente, puede tener cualquiera de las cuatro jhānas de materialidad-sutil o ser un practicante de introspección “a secas” sin ningún logro de jhāna mundana.

[6] Aquel que ha logrado el entendimiento es un discípulo noble en los seis niveles intermedios que carece de las jhānas inmatrimales y tiene predominancia de la facultad de sabiduría. El Buda explica:

¿Y qué persona, monjes, es la que ha logrado el entendimiento? Aquí, monjes, alguien ha alcanzado con su propio cuerpo (mental) aquellas liberaciones inmatrimales pacíficas que trascienden la forma material, pero habiendo visto con sabiduría algunas de sus corrupciones han sido destruidas, y las enseñanzas proclamadas por el Tathagata han sido vistas y verificadas por él con sabiduría. Esta persona, monjes, es llamada aquel que ha logrado el entendimiento (M.i,478).

El Puggalapaññatti (p.185) define al que ha logrado el entendimiento como una persona que comprende las Cuatro Verdades Nobles, ha visto y verificado por medio de sabiduría las enseñanzas proclamadas por el Tathagata, y habiendo visto con sabiduría ha eliminado algunas de sus corrupciones. Es por ende la “contraparte de sabiduría” del que es liberado por la fe, pero progresa más fácilmente que este último por virtud de su mayor agudeza en sabiduría. Como su contraparte, puede poseer cualquiera de las cuatro jhānas mundanas o puede ser un trabajador de introspección “a secas.”

[7] Aquel liberado mediante sabiduría es un arahant que no obtiene los logros inmateriales. En las palabras del sutta:

¿Y qué persona, monjes, es la liberada mediante sabiduría? Aquí, monjes, alguien no ha alcanzado con su propio cuerpo (mental) aquellas liberaciones inmateriales pacíficas que trascienden la forma material, pero habiendo visto con sabiduría sus corrupciones son destruidas. Esta persona, monjes, es una liberada mediante sabiduría (M.i,477-78).

La definición del Puggalapaññatti (p.185) meramente reemplaza “liberaciones inmateriales” con “las ocho liberaciones.” No obstante que tales arahantes no alcanzan las jhānas inmateriales es posible que logren las jhānas inferiores. El comentario al sutta de hecho establece que el liberado por medio de sabiduría es de cinco tipos por medio del trabajador de introspección “a secas” y los cuatro que logran la arahatía después de emerger de las cuatro jhānas.

Debe notarse que el liberado por medio de sabiduría es contrastado no con el liberado por fe, sino con aquel liberado en ambas formas. El punto que divide a los dos tipos de arahant es la carencia de posesión de las cuatro jhānas inmateriales y el logro de la cesación. La persona liberada por medio de fe se encuentra en los seis niveles intermedios de santidad, no en el ámbito de la arahatía. Cuando obtiene la arahatía, careciendo de jhānas inmateriales, se torna uno liberado por sabiduría no obstante que la fe, más que la sabiduría, es su facultad predominante. Similarmente, un meditador con predominancia de concentración que posee los logros inmateriales aun así será liberado en ambas formas inclusive si la sabiduría, más que la concentración, reclama el primer lugar entre sus logros espirituales, tal fue el caso del Venerable Sāriputta.

Jhāna y el Arahant

Desde el punto de vista de su estatura espiritual los siete tipos de personas nobles pueden ser divididos en tres categorías. La primera incluye al devoto de fe y al devoto de la verdad, y consiste de aquellos en la vía de la entrada en la corriente, el primero de los ocho tipos de individuos nobles. La segunda categoría, la cual incluye al

liberado por la fe, el testigo corporal, y el que ha logrado el entendimiento, consiste de aquellos en los seis niveles intermedios, desde el que entra en la corriente hasta el que esta en la vía de la arahatía. La tercera categoría, la cual incluye al liberado en ambas formas y el liberado por sabiduría, consiste solo de arahantes. Debe ser notado que el Sutta de Kitagiri no hace provisión en su tipología para un discípulo en la primera vía que logra las jhānas inmateriales. El Visuddhimagga (T.ii,466) mantiene que este discípulo tendría que ser considerado ya sea un devoto de la fe o un devoto de la verdad, y al llegar al fruto final sería considerado uno liberado en ambas formas.

El ubhatobhāgavitutta, “uno liberado en ambas formas”, y el paññavimutta, “uno liberado por sabiduría”, forman así los términos de una tipología doble de arahantes distinguida sobre la base de sus logros en jhāna. El arahant ubhatobhāgavimutta experimenta en su propia persona las “liberaciones pacíficas” de la esfera inmaterial, el paññavimutta arahant carece de la experiencia total de las jhānas inmateriales. Cada uno de estos dos tipos, de acuerdo con los comentarios, nuevamente se torna de tipología quintuple, el ubhatobhāgavimutta por vía de aquellos que poseen las cuatro jhānas inmateriales ascendentes y el logro de la cesación, el paññavimutta por medio de aquellos que alcanzan la arahatía después de emerger de una de las cuatro jhānas de materialidad-sutil, y el meditador “a secas” cuya introspección carece del soporte de la jhāna mundana.

La posibilidad de lograr la vía supramundana sin posesión de una jhāna mundana ha sido puesta en duda por algunos eruditos de la escuela Theravāda, pero el Visuddhimagga claramente admite esta posibilidad cuando distingue entre la vía surgida en un meditador de introspección “a secas” y la vía surgida en uno que posee una jhāna pero que no la usa como base de introspección (Vism.666-67; p.779). La evidencia textual de que puede haber arahantes carentes de jhāna mundana se encuentra en el Sutta de Susima (S.ii,199-23) junto con sus comentarios. Cuando se les pregunta a los monjes en el sutta, ¿ cómo es posible que sean arahantes sin poseer poderes supernormales o los logros inmateriales? contestan: “Somos liberados por sabiduría” (paññāvimutta kho mayam). El comentario glosa esta respuesta de la siguiente manera: “Somos contemplativos, meditadores de introspección “a secas”, liberados exclusivamente por sabiduría” (Mayam nijjhānakā sukkhavigāpakkā paññāmatten’eva vimuttā ti, SA.ii,117). El comentario también menciona que el Buda dio su prolongada disquisición sobre la introspección en el sutta “con el objeto de mostrar el surgimiento del conocimiento incluso sin concentración” (vinā pi samādhimevamñānuppattidassanattam, SA.ii,117). El subcomentario establece este punto explicando “inclusive sin concentración” como significando “inclusive sin concentración previamente lograda y alcanzando la marca de la serenidad” (samathalakkhanappattam purimasiddhamvinā pi samādhin ti), añadiendo que esto es dicho en referencia al que hace de la introspección su vehículo (ST.ii,125).

En contraste a los arahantes paññāvimutta, los que son ubhatobhāgavimutta gozan de una liberación doble. A través de su dominio de los logros inmateriales son liberados del cuerpo material (rūpakāya), capaces de permanecer en esta misma vida en las meditaciones correspondientes a los planos inmateriales de existencia. A través de su logro de la arahatía están liberados del cuerpo mental (nāmakāya), y en el presente,

libres de toda impureza y asegurados de la emancipación final de toda existencia futura. Los arahantes paññavimutta solo poseen la segunda de estas liberaciones.

La doble liberación del arahant ubhatobhāgavimutta no debe confundirse con otra doble liberación frecuentemente mencionada en los suttas en conexión con la arahatía. Este segundo par de liberaciones, llamado cetovimutti paññāvimutti, “liberación de la mente, liberación mediante sabiduría”, es compartida por todos los arahantes. Aparece en el pasaje patrón descriptivo de la arahatía: “Con la destrucción de las corrupciones él, aquí y ahora, entra y permanece en la liberación libre de corrupciones de la mente, liberación por sabiduría, habiéndola conocido por sí mismo mediante conocimiento directo.” El Putta Sutta establece claramente que esta doble liberación pertenece a los arahantes paññāvimutta y a los ubhatobhāgavimutta, en donde el pasaje patrón es usado para los dos tipos de arahant llamados el “recluso del loto blanco” y el “recluso del loto rojo”.

¿Y cómo, monjes, es una persona un recluso de loto blanco (samaṇapūṇḍarīka)? Aquí, monjes, con la destrucción de las corrupciones un monje aquí y ahora entra y permanece en la liberación de la mente libre de corrupciones, liberación por sabiduría, habiéndola comprendido por sí misma con conocimiento directo. Y sin embargo no permanece experimentando las ocho liberaciones con su cuerpo. Así, monjes, una persona es un recluso de loto blanco.

¿Y cómo, monjes, es una persona un recluso de loto rojo (samaṇapaduma)? Aquí, monjes, con la destrucción de las corrupciones un monje aquí y ahora entra y permanece en la liberación de la mente libre de corrupciones, liberación por sabiduría, habiéndola comprendido por sí misma con conocimiento directo. Y permanece experimentando las ocho liberaciones con su cuerpo. Así, monjes, una persona es un recluso de loto rojo (A.ii,87).

Ya que la descripción de estos dos tipos coincide con aquella de los paññāvimutta y ubhatobhāgavimutta los dos pares pueden ser identificados, el recluso de loto blanco con el paññāvimutta, el recluso de loto rojo con el ubhatobhāgavimutta. Y sin embargo, el paññāvimutta arahant, mientras que carece de la experiencia de las ocho liberaciones, aun posee ambas liberación de la mente y liberación por sabiduría.

Cuando la liberación de la mente y la liberación por sabiduría se juntan y se describen como “libres de corrupción” (anāsava), pueden tomarse como indicadores de dos aspectos de la liberación del arahant. La liberación de la mente significa la liberación de su mente de deseo y sus impurezas asociadas, liberación por sabiduría la liberación con respecto a la ignorancia: “Con la desaparición del deseo hay liberación de la mente, con la desaparición de la ignorancia hay liberación por sabiduría” (A.i,61). “Viendo y entendiendo así su mente es liberada de la corrupción del deseo sensorial, de la corrupción de la existencia, de la corrupción de la ignorancia” (M.i,183-84). Aquí la liberación de las dos primeras corrupciones puede ser entendida como liberación de la mente, la liberación de la corrupción de la ignorancia como liberación por sabiduría. En los comentarios “liberación de la mente” se identifica con el factor de

concentración en el logro del fruto del arahant, la “liberación por sabiduría” con el factor de sabiduría.

Ya que cada arahant alcanza la arahatía a través del Noble Óctuple Sendero, debe haber logrado la jhāna supramundana en la forma de concentración correcta, el octavo factor de la vía, definido como las cuatro jhānas. Esta jhāna permanece con él como la concentración del logro del fruto de la arahatía, la que ocurre en el ámbito de la jhāna supramundana correspondiente a la de su vía. De esta forma siempre permanece en posesión de por lo menos la jhāna supramundana del fruto, llamada la “liberación de la mente libre de corrupciones.” Sin embargo, esta consideración no refleja en retrospectiva sus logros mundanos, requiriendo que cada arahant posea jhāna mundana.

No obstante que el Budismo en su etapa temprana reconoce la posibilidad de la arahatía con visión “a secas”, la actitud permanece en el sentido de que las jhānas son aún atributos deseables en el arahant. Son de valor no solo en la etapa previa al logro final, como fundamento para la introspección, sino que mantienen su valor inclusive después de este logro. El valor de la jhāna en la etapa de arahatía, cuando todo entrenamiento espiritual ha sido completado, es doble. Uno concierne a la experiencia interna del arahant, el otro a su significado externo como representante de la dispensa del Buda.

Por el lado de la experiencia interna las jhānas adquieren valor como proveedoras de una “morada feliz aquí y ahora” (diṭṭhadhammasukhavihāra) para el arahant. Los suttas a menudo muestran a los arahantes logrando jhāna y el Buda mismo declara que las cuatro jhānas son figurativamente un tipo de Nibbāna en la vida presente (A.iv,453-54). Con respecto a niveles y factores no hay diferencia entre las jhānas mundanas del arahant y las del que no es arahant. La diferencia concierne a su función. Para los que no son arahants la jhāna mundana constituye kamma hábil; son obras con un potencial para producir resultados, precipitando el renacimiento en el correspondiente plano de existencia. Pero en el caso de un arahant la jhāna mundana no genera ya más kamma. Ya que ha erradicado la ignorancia y el deseo, las raíces del kamma, sus acciones no dejan residuo; no tienen capacidad de generar resultados. Para él la conciencia jhánica es una conciencia meramente funcional que va, viene y se va desapareciendo sin dejar traza.

El valor de las jhānas, sin embargo, se extiende mas allá de los confines de la experiencia personal del arahant que atestigua la eficacia de la dispensa del Buda. Las jhānas son consideradas como un ornamento en el arahant, testimonios del logro de la persona espiritualmente perfecta y de la efectividad de la enseñanza que siguió. Un monje digno es capaz de “lograr con mero deseo, sin dificultad o problema, las cuatro jhānas propias de la conciencia superior, moradas felices aquí y ahora.” Esta habilidad de lograr las jhānas con un mero deseo es “una cualidad que [propriadamente] hace de un monje un anciano [thera].” Cuando es acompañada de otros logros espirituales variados es una cualidad esencial del “recluso que congracia a los reclusos” y de un monje que puede moverse sin obstrucción en las cuatro direcciones.

LAS JHĀNAS EN LA MEDITACIÓN BUDISTA THERAVĀDA

Teniendo fácil acceso a las cuatro jhānas hace del anciano querido y aceptable, respetado y estimado por sus compañeros monjes. La facilidad para lograr la jhānas es uno de las ocho cualidades de un monje que inspira completamente (samantapāsādikā bhikkhu, perfecto en todo aspecto). Es también uno de los once fundamentos de la fe (saddhā pada). Es significativo que en todas estas listas de cualidades el último término siempre es el logro de la arahatía, “la liberación de la mente sin corrupciones, liberación por sabiduría”, mostrando que todas las cualidades deseables en un bhikkhu culminan en la arahatía (A,ii,23;iii,131,135,114; iv,314-15;v,337).

Mientras mayor sea su dominio de los logros meditativos, mayor será la estima en que es visto el monje y se considera más loable su logro. Por lo tanto el Buda dice del ubhatobhāgavimutta arahant: “No hay liberación en ambas formas más elevada y más excelente que esta liberación en ambas formas” (D.ii,71).

El respeto más elevado va a aquellos monjes que poseen no solamente la liberación en ambas forma sino las seis abhiññās o “superconocimientos”: El ejercicio de los poderes psíquicos, el oído divino, la habilidad de leer la mente de otros, la remembranza de vidas pasadas, el conocimiento de la muerte y renacimiento de los seres, y el conocimiento de la liberación final. El Buda declara que un monje que posee las seis abhiññās es “digno de regalos y hospitalidad, digno de ofrendas y saludo reverente, un campo de mérito supremo para el mundo” (A.iii,280-81). En el periodo después del fallecimiento del Buda, lo que calificaba a un monje para dar guía a otros era el poseer diez cualidades: Virtud moral, aprendizaje, satisfacción [con los requisitos], dominio de las cuatro jhānas, las cinco abhiññās mundanas y la liberación de la mente con respecto a las corrupciones, liberación por sabiduría (M.iii,11-12). Tal vez debido a que fue ensalzado por el Buda por su facilidad en los logros meditativos y la abhiññās que el Venerable Mahā Kassapa ascendió a la presidencia del primer gran concilio Budista en Rajagaha después del fallecimiento del Buda.

La escala de veneración dada a los arahants sobre la base de sus logros espirituales mundanos implica algo acerca del sistema de valores en el Budismo de etapa temprana que a menudo no es reconocido. Sugiere que mientras que la liberación final puede ser el valor último y más importante, no es el único valor en el ámbito espiritual. Junto a ese logro, más como adornos que como alternativas, permanecen el dominio sobre el rango de la mente y dominio sobre la esfera de lo cognoscible. El primero es alcanzado por el logro de las ocho jhānas mundanas, el segundo por el logro de las abhiññās. Juntos, la liberación final adornada con este dominio doble es estimada como la más elevada y deseable forma de alcanzar el objetivo final.

Acerca del Autor



El Venerable Henepola Gunaratana Nayaka Thera fue ordenado como monje Budista en Kandy, Sri Lanka en 1947 y recibió su educación en el Vidyalankara College y en el Buddhist Missionary College en Colombo. Trabajó durante cinco años como misionario Budista entre los Harijans (Intocables) en la India y durante diez años con la Sociedad Misionaria Budista en Kuala Lumpur, Malasia. En 1968 viajó a los Estados Unidos fungiendo como secretario general de la Sociedad Budista Vihāra. En 1980 fue nombrado presidente de dicha sociedad. Recibió un doctorado de la American University y desde 1973 ha sido Capellán Budista en la American University. Actualmente es director del Monasterio y Centro de Meditación Bhāvanā en West Virginia, EUA en el Valle de Shenandoah, aproximadamente a 100 millas de distancia de Washington, D.C. [El Venerable Gunaratana es el autor del popular y muy aclamado libro de instrucción en meditación “Mindfulness in Plain English” publicado por Wisdom Publications, Boston. Es también autor del lúcido y profundo tratado sobre meditación Budista “The Path of Serenity and Insight” publicado por Motilal Banarsidass, Delhi, [en el cual se basa la presente obra].

Final de las Jhānas