

**Majjhima Nikaya 19**  
**Dvedhavitakka Sutta**  
**DOS CLASES DE PENSAMIENTO**

He escuchado: que en una ocasión el Bendito se alojaba en Savatthi, en la Arboleda de Jeta, en el monasterio de Anathapindika. Allí se dirigió a los monjes: “¡Monjes!”.

“Si, Señor”, respondieron los monjes.

El Bendito dijo:

“Monjes, antes de mi auto-despertar, cuando aún era un Bodhisatta no-despierto, se me ocurrió el pensamiento: ‘¿Por qué no sigo dividiendo mi pensamiento en dos tipos?’. Así hice del pensamiento impregnado de sensualidad, del pensamiento impregnado de mala voluntad y del pensamiento impregnado de lo pernicioso un tipo, y del pensamiento impregnado de renunciación, del pensamiento impregnado de buena voluntad y del pensamiento impregnado de lo beneficioso otro tipo.

“Y cuando permanecía así diligente, fervoroso y resolutivo, el pensamiento impregnado de sensualidad surgió. Percibí que ‘El pensamiento impregnado en sensualidad ha surgido en mí; y que eso lleva a mi propia aflicción o a la aflicción de otros o a la aflicción de ambos. Obstruye el discernimiento, promueve la contrariedad y no lleva a la Liberación’.

“Cuando me di cuenta de que llevaba a mi propia aflicción, aminoró. Cuando me di cuenta de que llevaba a la aflicción de otros... a la aflicción de ambos... que obstruye el discernimiento, que promueve la contrariedad y que no lleva a la Liberación, aminoró. Cada vez que un pensamiento impregnado de sensualidad hubo surgido, simplemente lo abandonaba, lo destruía, lo disipaba, lo eliminaba de la existencia.

“Y cuando permanecía así diligente, fervoroso y resolutivo, el pensamiento impregnado de mala voluntad surgió. Percibí que ‘El pensamiento impregnado de mala voluntad ha surgido en mí; y que eso lleva a mi propia aflicción o a la aflicción de otros o a la aflicción de ambos. Obstruye el discernimiento, promueve la contrariedad y no lleva a la Liberación’.

“Cuando me di cuenta de que llevaba a mi propia aflicción, aminoró. Cuando me di cuenta de que llevaba a la aflicción de otros... a la aflicción de ambos... que obstruye el discernimiento, que promueve la contrariedad y que no lleva a la Liberación, aminoró. Cada vez que un pensamiento impregnado de mala voluntad hubo surgido, simplemente lo abandonaba, lo destruía, lo disipaba, lo eliminaba de la existencia.

“Y cuando permanecía así diligente, fervoroso y resolutivo, el pensamiento impregnado de lo pernicioso surgió. Percibí que ‘El pensamiento impregnado de lo pernicioso ha surgido en mí; y que eso lleva a mi propia aflicción o a la aflicción de

otros o a la aflicción de ambos. Obstruye el discernimiento, promueve la contrariedad y no lleva a la Liberación’.

“Cuando me di cuenta de que llevaba a mi propia aflicción, aminoró. Cuando me di cuenta de que llevaba a la aflicción de otros... a la aflicción de ambos... que obstruye el discernimiento, que promueve la contrariedad y que no lleva a la Liberación, aminoró. Cada vez que un pensamiento impregnado de lo pernicioso hubo surgido, simplemente lo abandonaba, lo destruía, lo disipaba, lo eliminaba de la existencia.

“Lo que un monje sigue buscando con su pensamiento y su reflexión, eso se convierte en la inclinación de su consciencia. Si un monje sigue buscando el pensamiento impregnado de sensualidad, abandonando el pensamiento impregnado de renunciación, su mente está doblegada por ese pensamiento impregnado de sensualidad. Si un monje sigue buscando el pensamiento impregnado de mala voluntad, abandonando el pensamiento impregnado de buena voluntad, su mente está doblegada por ese pensamiento impregnado de mala voluntad. Si un monje sigue buscando el pensamiento impregnado de lo pernicioso, abandonando el pensamiento impregnado con lo beneficioso, su mente está doblegada por ese pensamiento impregnado de lo pernicioso.

“Al igual que en el último mes de las lluvias, en la estación de otoño cuando los cultivos están madurando, un pastor cuidaría de sus vacas: las dirigiría, guiaría y dominaría con un palo hacia este lado y hacia aquél. ¿Por qué? Porque prevé que latigazos o encarcelamiento o una multa o la censura pública surge de aquello [si permite que sus vacas deambulen por los cultivos]. De la misma manera, yo preví en las cualidades poco hábiles inconvenientes, degradación y corrupción, y preví en las cualidades hábiles recompensas relacionadas con la renunciación y que promovían la purificación.

“Y cuando permanecía así diligente, fervoroso y resolutivo, el pensamiento impregnado de renunciación surgió. Percibí que ‘El pensamiento impregnado de renunciación ha surgido en mí; y que eso no me lleva ni a mi aflicción ni a la aflicción de otros ni a la aflicción de ambos. Fomenta el discernimiento, promueve la falta de contrariedad y lleva a la Liberación. Si yo fuese a pensar y reflexionar en esa línea durante una noche... durante un día... durante un día y una noche, no imagino ningún peligro que pudiera venir de ello, excepto que pensar y reflexionar durante mucho tiempo cansaría el cuerpo. Cuando un cuerpo está cansado, la mente está inquieta; y una mente inquieta está lejos de la concentración’. Así pues calmé mi mente internamente, la tranquilicé, la unifiqué y la concentré. ¿Para qué? Para que mi mente no estuviera inquieta.

“Y cuando permanecía así diligente, fervoroso y resolutivo, el pensamiento impregnado de buena voluntad surgió. Percibí que ‘El pensamiento impregnado de buena voluntad ha surgido en mí; y que eso no me lleva ni a mi aflicción ni a la aflicción de otros ni a la aflicción de ambos. Fomenta el discernimiento, promueve la

falta de contrariedad y lleva a la Liberación. Si yo fuese a pensar y reflexionar en esa línea durante una noche... durante un día... durante un día y una noche, no imagino ningún peligro que pudiera venir de ello, excepto que pensar y reflexionar durante mucho tiempo cansaría el cuerpo. Cuando un cuerpo está cansado, la mente está inquieta; y una mente inquieta está lejos de la concentración'. Así pues calmé mi mente internamente, la tranquilicé, la unifiqué y la concentré. ¿Para qué? Para que mi mente no estuviera inquieta.

“Y cuando permanecía así diligente, fervoroso y resolutivo, el pensamiento impregnado de lo beneficioso surgió. Percibí que ‘El pensamiento impregnado de lo beneficioso ha surgido en mí; y que eso no me lleva ni a mi aflicción ni a la aflicción de otros ni a la aflicción de ambos. Fomenta el discernimiento, promueve la falta de contrariedad y lleva a la Liberación. Si yo fuese a pensar y reflexionar en esa línea durante una noche... durante un día... durante un día y una noche, no imagino ningún peligro que pudiera venir de ello, excepto que pensar y reflexionar durante mucho tiempo cansaría el cuerpo. Cuando un cuerpo está cansado, la mente está inquieta; y una mente inquieta está lejos de la concentración’. Así pues calmé mi mente internamente, la tranquilicé, la unifiqué y la concentré. ¿Para qué? Para que mi mente no estuviera inquieta.

“Lo que un monje sigue buscando con su pensamiento y su reflexión, eso se convierte en la inclinación de su consciencia. Si un monje sigue buscando el pensamiento impregnado de renunciación, abandonando el pensamiento impregnado de sensualidad, su mente está doblegada por ese pensamiento impregnado de renunciación. Si un monje sigue buscando el pensamiento impregnado de buena voluntad, abandonando el pensamiento impregnado de mala voluntad, su mente está doblegada por ese pensamiento impregnado de buena voluntad. Si un monje sigue buscando el pensamiento impregnado de lo beneficioso, abandonando el pensamiento impregnado de lo pernicioso, su mente está doblegada por ese pensamiento impregnado de lo beneficioso.

“Al igual que en el último mes de la estación de calor, cuando todas las cosechas han sido recogidas en el pueblo, un pastor cuidaría de sus vacas: Mientras estuvieran descansando a la sombra de un árbol o en el cielo abierto, él simplemente permanece atento a ‘aquellas vacas’. De la misma manera, yo simplemente permanecí atento a aquellas ‘cualidades mentales’.

“Una persistencia inagotable surgió en mí, y se estableció una atención nítida. Mi cuerpo estaba calmado e indiferente, mi mente concentrada y unificada.

“Apartado de la sensualidad, apartado de las cualidades mentales poco hábiles, entré y permanecí en el primer jhana: raptó y placer nacidos del apartamiento, acompañado de pensamiento dirigido y evaluación.

“Con el apaciguamiento de los pensamientos dirigidos y las evaluaciones, entré y permanecí en el segundo jhana: raptó y placer nacidos de la compostura, la

unificación de la consciencia libre del pensamiento dirigido y evaluación – seguridad interna.

“Con el desvanecimiento del raptó, permanecí en la ecuanimidad, atento, alerta y físicamente sensible al placer. Entré y permanecí en el tercer jhana, del cual los Nobles declaran, ‘Ecuánime y atento, él tiene una morada agradable’.

“Con el abandono del placer y el dolor –como con la anterior desaparición de la euforia y el sufrimiento – entré y permanecí en el cuarto jhana: pureza de ecuanimidad y atención, sin placer ni dolor.

“Cuando la mente estaba así concentrada, purificada, radiante, sin mácula, libre de corrupción, flexible, maleable, firme y hubo alcanzado la imperturbabilidad, la dirigí al conocimiento del recuerdo de mis vidas pasadas . Recordé mis múltiples vidas pasadas, esto es, un nacimiento, dos, cinco, diez, cincuenta, cien, mil, cien mil, muchos eones de contracción cósmica, muchos eones de expansión cósmica, muchos eones de contracción y expansión cósmica: ‘Allí tuve tal nombre, pertencí a tal clan, tuve tal apariencia. Tal fue mi alimento, tal mi experiencia de placer y dolor, tal el final de mi vida. Muriendo en este estado, resurgí allí. Allí también tuve tal nombre, pertencí a tal clan, tuve tal apariencia. Tal fue mi alimento, tal mi experiencia de placer y dolor, tal el final de mi vida. Muriendo en ese estado, resurgí aquí’. Así recordé mis múltiples vidas pasadas en sus modos y detalles.

“Este fue el primer conocimiento que obtuve en la primera vigilia de la noche. La ignorancia fue destruida; el conocimiento había surgido; la oscuridad fue destruida; la luz había surgido –como ocurre en uno que es diligente, fervoroso y resolutivo.

“Cuando la mente estaba así concentrada, purificada, radiante, sin mácula, libre de corrupción, flexible, maleable, firme y hubo alcanzado la imperturbabilidad, la dirigí al conocimiento de fallecimiento y la reaparición de los seres. Vi –por medio del ojo divino, purificado y que supera al humano– seres falleciendo y reapareciendo, y observé cómo eran inferiores y superiores, hermosos y feos, afortunados y desafortunados según su kamma: ‘Estos seres –dotados de mala conducta de cuerpo, palabra y mente, que injuriaron a los Nobles, que mantuvieron opiniones erróneas y realizaron acciones bajo la influencia de las opiniones erróneas– con la descomposición del cuerpo, tras la muerte, han reaparecido en el plano de la privación, en el destino malo, en los reinos inferiores, en el infierno. Pero estos seres –dotados de buena conducta de cuerpo, palabra y mente, que no injuriaron a los Nobles, que mantuvieron opiniones correctas y realizaron acciones bajo la influencia de las opiniones correctas– con la descomposición del cuerpo, tras la muerte, han reaparecido en los destinos buenos, en mundo celestial’. Así –por medio del ojo divino, purificado y que supera al humano– vi seres falleciendo y reapareciendo, y observé cómo eran inferiores y superiores, hermosos y feos, afortunados y desafortunados según su kamma.

“Este fue el segundo conocimiento que obtuve en la segunda vigilia de la noche. La ignorancia fue destruida; el conocimiento había surgido; la oscuridad fue destruida; la luz había surgido – como ocurre en uno que es diligente, fervoroso y resolutivo.

“Cuando la mente estaba así concentrada, purificada, radiante, sin mácula, libre de corrupción, flexible, maleable, firme y hubo alcanzado la imperturbabilidad, la dirigí al conocimiento de la finalización de las corrupciones mentales. Observé, como había llegado a ser, que ‘Esto es estrés... Esto es el origen del estrés... Esta es la cesación del estrés... Este es el camino que lleva a la cesación del estrés... Estas son las corrupciones... Este es el origen de las corrupciones... Esta es la cesación de las corrupciones... Este es el camino que lleva a la cesación de las corrupciones’.

“Mi corazón, sabiendo así, viendo así, fue liberado de la corrupción de la sensualidad, liberado de la corrupción del devenir, liberado de la corrupción de la ignorancia. Con la liberación, apareció el conocimiento ‘Liberado’. Observé que ‘el nacimiento ha terminado, la vida santa se ha cumplido, la tarea realizada. No hay nada más para este mundo’.

“Este fue el tercer conocimiento que obtuve en la tercera vigilia de la noche. La ignorancia fue destruida; el conocimiento había surgido; la oscuridad fue destruida; la luz había surgido – como ocurre en uno que es diligente, fervoroso y resolutivo.

“Suponed, monjes, que en un bosque hubiera un gran pantano de poca profundidad, de cuya dependencia viviera una gran manada de ciervos; y apareciera un hombre, que no desea el beneficio de los ciervos, que no desea su bienestar, que no desea su descanso de la esclavitud. Él cerrase el camino seguro y tranquilo que llevaba al éxtasis de los ciervos, y abriera un falso camino, puesto un ciervo macho como señuelo, colocado un ciervo hembra como señuelo, y así la gran manada de ciervos, más tarde, cayeran en la ruina y en el desastre. Suponed que luego un hombre apareciera ante esa misma manada de ciervos, que desea el beneficio de los ciervos, que desea su bienestar, que desea su descanso de la esclavitud. Él abriera el camino seguro y tranquilo que llevaba al éxtasis de los ciervos, cerrara el falso camino, se llevara lejos el ciervo macho señuelo, destruyera el ciervo hembra señuelo, y así la gran manada de ciervos, más tarde, creciera, aumentara y proliferara.

“He dado este símil para transmitir un mensaje. El mensaje es este: ‘El gran pantano de poca profundidad’ es un término para los placeres sensuales. ‘La gran manada de ciervos’ es un término para los seres. ‘El hombre que no desea el beneficio de los ciervos, que no desea su bienestar, que no que no desea su descanso de la esclavitud’ es un término para Mara, el Maligno. ‘El falso camino’ es un término para el erróneo camino óctuple, es decir, la opinión errónea, la intención errónea, el habla errónea, la acción errónea, la forma de vida errónea, el esfuerzo erróneo, la atención errónea y la concentración errónea. ‘El ciervo macho señuelo’ es un término para la pasión y el placer. ‘El ciervo hembra señuelo’ es un término para la

ignorancia. ‘El hombre que desea el beneficio de los ciervos, que desea su bienestar, que desea su descanso de la esclavitud’ es un término para el Tathagata, el Merecedor, el Perfecto Auto-Despierto. ‘El camino seguro y tranquilo que llevaba al éxtasis de los ciervos’ es un término para el noble óctuple sendero, es decir, la opinión correcta, la intención correcta, el habla correcta, la acción correcta, la forma de vida correcta, el esfuerzo correcto, la atención correcta y la concentración correcta.

“Así, monjes, yo abrí el camino seguro y tranquilo, cerré el falso camino, quité el ciervo macho señuelo, destruí la hembra señuelo. Lo que un maestro debe hacer –buscar el bienestar de sus discípulos, por compasión hacia ellos– eso he hecho yo para vosotros. Por allí hay raíces de árboles; por allá, moradas vacías. Practicad jhana, monjes. No seáis negligentes. No caigáis más tarde en el arrepentimiento. Este es nuestro mensaje para vosotros”.

Eso es lo que el Bendito dijo. Satisfechos, los monjes se complacieron en las palabras del Bendito.

## **MN 20. Vitakkasanthana Sutta - Traducido por Bhikkhu Nandisena**

216. Así he oído. En una ocasión el Sublime estaba residiendo cerca de Sāvattṭī, en el Parque de Jeta, en el monasterio de Anāthapi ika. Allí el Sublime se dirigió a los bhikkhus: “Bhikkhus”. “Venerable ṇḍ Señor”, respondieron esos bhikkhus al Sublime. El Sublime dijo esto: “Bhikkhus, cinco métodos deberían ser aplicados de vez en cuando por un bhikkhu que está dedicado a la mente superior. ¿Cuáles cinco? Bhikkhus, aquí cuando un objeto se ha presentado y cuando dirigiendo la atención hacia ese objeto surgen en un bhikkhu malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia, entonces, bhikkhus, ese bhikkhu debería desplazar la atención desde ese objeto hacia otro objeto asociado con aquello que es sano. Cuando se desplaza la atención desde ese objeto hacia otro objeto asociado con aquello que es sano, esos malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia se abandonan, perecen. Abandonando éstos, la mente se estabiliza internamente, se aquieta, se unifica, se concentra. Bhikkhus, así como un hábil carpintero o su aprendiz removería, quitaría, desalojaría una sobina gruesa por medio de una sobina fina, de la misma forma, bhikkhus, cuando un objeto se ha presentado y cuando dirigiendo la atención hacia ese objeto surgen en un bhikkhu malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia, entonces, bhikkhus, ese bhikkhu debería desplazar la atención desde ese objeto hacia otro objeto asociado con aquello que es sano. Cuando se desplaza la atención desde ese objeto hacia otro objeto asociado con aquello que es sano, esos malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia se abandonan, perecen. Abandonando éstos, la mente se estabiliza internamente, se aquieta, se unifica, se concentra.” (1) 217. “Bhikkhus, si desplazando la atención desde ese objeto hacia otro objeto asociado con aquello que es sano, todavía en ese bhikkhu surgen malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia, entonces, bhikkhus, ese bhikkhu debería reflexionar acerca del peligro de estos pensamientos: ‘Estos pensamientos son insanos; estos pensamientos son reprobables; estos pensamientos producen resultados dolorosos.’ Reflexionando acerca del peligro de sus pensamientos, esos malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia se abandonan, perecen. Abandonando éstos, la mente se estabiliza internamente, se aquieta, se unifica, se concentra. Bhikkhus, así como una mujer o un hombre joven aficionados a los ornamentos experimentaría asco, repugnancia, repulsión si el cuerpo de una serpiente o un perro o un hombre estuviera colgado de su cuello, de la misma forma, bhikkhus, si cuando desplazando la atención desde ese objeto hacia otro objeto asociado con aquello que es sano, todavía en ese bhikkhu surgen malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia, entonces, bhikkhus, ese bhikkhu debería reflexionar acerca del peligro de estos pensamientos: ‘Estos pensamientos son insanos; estos pensamientos son reprobables; estos pensamientos producen resultados dolorosos.’ Reflexionando acerca del peligro de sus pensamientos, esos malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia se abandonan, perecen. Abandonando éstos, la mente se estabiliza internamente, se aquieta, se unifica, se concentra.” (2)

218. “Bhikkhus, si reflexionando acerca del peligro de sus pensamientos, todavía en ese bhikkhu surgen malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia, entonces, bhikkhus, ese bhikkhu debería no prestar atención, olvidar esos pensamientos. No prestando atención, olvidando esos pensamientos, esos malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia se abandonan, perecen. Abandonando éstos, la mente se estabiliza internamente, se aquieta, se unifica, se concentra. Bhikkhus, así como un hombre con buena vista no deseando ver formas visibles que han entrado en el rango [de la puerta del ojo], cerraría los ojos o miraría hacia otro lugar, de la misma forma, bhikkhus, si reflexionando acerca del peligro de sus pensamientos, todavía en ese bhikkhu surgen malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia, entonces, bhikkhus, ese bhikkhu debería no prestar atención, olvidar esos pensamientos. No prestando atención, olvidando esos pensamientos, esos malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia se abandonan, perecen. Abandonando éstos, la mente se estabiliza internamente, se aquieta, se unifica, se concentra.” (3) 219. “Bhikkhus, si cuando no prestando atención, olvidando esos pensamientos, todavía en ese bhikkhu surgen malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia, entonces, bhikkhus, ese bhikkhu debería dirigir la atención al apaciguamiento de la fuente de esos pensamientos. Dirigiendo la atención al apaciguamiento de la fuente de esos pensamientos, esos malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia se abandonan, perecen. Abandonando éstos, la mente se estabiliza internamente, se aquieta, se unifica, se concentra. Bhikkhus, así como un hombre que va rápido considerase así: ‘¿Por qué yo voy rápido? ¿Y si yo fuera despacio?’ Entonces, él iría despacio. Después, él consideraría: ‘¿Por qué yo voy despacio? ¿Y si yo me parara?’ Entonces, él se pararía. Después, él consideraría: ‘¿Por qué yo estoy parado? ¿Y si yo me sentara?’ Entonces, él se sentaría. Después, él consideraría: ‘¿Por qué yo estoy sentado? ¿Y si yo me acostara?’ Entonces, él se acostaría. Bhikkhus, de esta forma este hombre, substituyendo gradualmente las posturas menos cómodas, adoptaría las posturas más cómodas. De la misma forma, bhikkhus, si cuando no prestando atención, olvidando esos pensamientos, todavía en ese bhikkhu surgen malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia, entonces, bhikkhus, ese bhikkhu debería dirigir la atención al apaciguamiento de la fuente de esos pensamientos. Dirigiendo la atención al apaciguamiento de la fuente de esos pensamientos, esos malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia se abandonan, perecen. Abandonando estos, la mente se estabiliza internamente, se aquieta, se unifica, se concentra.” (4)

220. “Bhikkhus, si cuando dirigiendo la atención al apaciguamiento de la fuente de esos pensamientos, todavía en ese bhikkhu surgen malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia, entonces, bhikkhus, ese bhikkhu, con los dientes firmemente apretados, con la lengua presionando el paladar superior, debería golpear, aplastar, oprimir la mente con la mente. Con los dientes firmemente



apretados, con la lengua presionando el paladar superior, golpeando, aplastando, oprimiendo la mente con la mente, esos malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia se abandonan, perecen. Abandonando estos, la mente se estabiliza internamente, se aquieta, se unifica, se concentra. Bhikkhus, así como si un hombre fuerte fuera a agarrar a un hombre débil por la cabeza o por el cuello o por los hombros y lo golpeará, aplastará, oprimirá, de la misma forma, bhikkhus, si cuando dirigiendo la atención al apaciguamiento de la fuente de esos pensamientos, todavía en ese bhikkhu surgen malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia, entonces, bhikkhus, ese bhikkhu, con los dientes firmemente apretados, con la lengua presionando el paladar superior, debería golpear, aplastar, oprimir la mente con la mente. Con los dientes firmemente apretados, con la lengua presionando el paladar superior, golpeando, aplastando, oprimiendo la mente con la mente, esos malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia se abandonan, perecen. Abandonando éstos, la mente se estabiliza internamente, se aquieta, se unifica, se concentra.”

“Bhikkhus, cuando un objeto se ha presentado y cuando dirigiendo la atención hacia ese objeto surgen en un bhikkhu malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia, cuando se desplaza la atención desde ese objeto hacia otro objeto asociado con aquello que es sano, esos malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia se abandonan, perecen. Abandonando éstos, la mente se estabiliza internamente, se aquieta, se unifica, se concentra. Reflexionando acerca del peligro de sus pensamientos, esos malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia se abandonan, perecen. Abandonando éstos, la mente se estabiliza internamente, se aquieta, se unifica, se concentra. No prestando atención, olvidando esos pensamientos, esos malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia se abandonan, perecen. Abandonando estos, la mente se estabiliza internamente, se aquieta, se unifica, se concentra. Dirigiendo la atención al apaciguamiento de la fuente de esos pensamientos, esos malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia se abandonan, perecen. Abandonando éstos, la mente se estabiliza internamente, se aquieta, se unifica, se concentra. Con los dientes firmemente apretados, con la lengua presionando el paladar superior, golpeando, aplastando, oprimiendo la mente con la mente, esos malos pensamientos insanos asociados con deseo, odio e ignorancia se abandonan, perecen. Abandonando éstos, la mente se estabiliza internamente, se aquieta, se unifica, se concentra. Bhikkhus, este bhikkhu se denomina ‘maestro de los cursos de pensamientos’. Pensará el pensamiento que quiere pensar. No pensará el pensamiento que no quiere pensar. Ha cortado el deseo, quitado la atadura, y habiendo penetrado correctamente la vanidad ha puesto un fin al sufrimiento.” Así habló el Sublime. Esos bhikkhus se regocijaron y deleitaron de la exposición del Sublime.

## Majjhima Nikaya 15 Anumana Sutta

### DISCURSO SOBRE LA INFERENCIA

Esto he escuchado: En una ocasión, el Venerable Maha Moggallana estaba morando en el país de Bhagga, en Sumsumaragira, en la Arboleda de Bhesakala del Parque de los Venados. Estando ahí, se dirigió a los monjes con estas palabras: “Amigos monjes”.—“Amigo”, respondieron los monjes y el Venerable Maha Moggallana continuó:

“Amigos, aunque un monje pidiese: ‘que los venerables señores me exhorten, necesito ser exhortado por los venerables señores’, pero si se tratase de alguien difícil de ser exhortado o que posee cualidades que hacen de él alguien difícil de ser exhortado, si es impaciente y no toma las instrucciones correctamente, entonces sus compañeros en la vida santa pensarían que no debería ser exhortado ni instruido, pensarían de él como de alguien en quien no puede confiarse.

“Y ¿cuáles son las cualidades que hacen de él alguien difícil de ser exhortado?”

- (i) “He aquí, amigos, el monje tiene malos deseos y está dominado por los malos deseos; ésta es la cualidad que hace de él alguien difícil de ser exhortado.
- (ii) “Además, amigos, el monje se alaba a sí mismo y menosprecia a los demás; ésta es la cualidad que hace de él alguien difícil de ser exhortado.
- (iii) “Además, amigos, el monje es descontrolado y vencido por el enojo; ésta es la cualidad que hace de él alguien difícil de ser exhortado.
- (iv) “Además, amigos, el monje es descontrolado y resentido por su enojo; ésta es la cualidad que hace de él alguien difícil de ser exhortado.
- (v) “Además, amigos, el monje es descontrolado y obstinado en su enojo; ésta es la cualidad que hace de él alguien difícil de ser exhortado.
- (vi) “Además, amigos, el monje es descontrolado y profiere palabras que rayan en el enojo; ésta es la cualidad que hace de él alguien difícil de ser exhortado.
- (vii) “Además, amigos, el monje, cuando es reprobado, resiste al que lo reprueba; ésta es la cualidad que hace de él alguien difícil de ser exhortado.
- (viii) “Además, amigos, el monje, cuando es reprobado, denigra al que lo reprueba; ésta es la cualidad que hace de él alguien difícil de ser exhortado.
- (ix) “Además, amigos, el monje, cuando es reprobado, hace la reprimenda en contra del que lo reprueba; ésta es la cualidad que hace de él alguien difícil de ser exhortado.

(x) “Además, amigos, el monje, cuando es reprobado, hace prevaricatos, lleva la conversión a otro lado, manifiesta enojo, odio y amargura; ésta es la cualidad que hace de él alguien difícil de ser exhortado.

(xi) “Además, amigos, el monje, cuando es reprobado, falla en dar cuenta de su conducta; ésta es la cualidad que hace de él alguien difícil de ser exhortado.

(xii) “Además, amigos, el monje es despectivo e insolente; ésta es la cualidad que hace de él alguien difícil de ser exhortado.

(xiii) “Además, amigos, el monje es envidioso y avaro; ésta es la cualidad que hace de él alguien difícil de ser exhortado.

(xiv) “Además, amigos, el monje es fraudulento y embustero; ésta es la cualidad que hace de él alguien difícil de ser exhortado.

(xv) “Además, amigos, el monje es obstinado y arrogante; ésta es la cualidad que hace de él alguien difícil de ser exhortado.

(xvi) “Además, amigos, el monje se adhiere a sus propios puntos de vista, los mantiene tenazmente y renuncia a ellos con dificultad; ésta es la cualidad que hace de él alguien difícil de ser exhortado.

“Amigos, éstas son las cualidades que hacen del monje alguien difícil de ser exhortado.

“Amigos, aunque el monje no pidiese: ‘que los venerables señores me exhorten, necesito ser exhortado por los venerables señores’, si se tratase de alguien fácil de ser exhortado o que posee cualidades que hacen de él alguien fácil de ser exhortado, si es paciente y toma las instrucciones correctamente, entonces sus compañeros en la vida santa pensarían que debería ser exhortado e instruido, pensarían de él como de alguien en quien se puede confiar.

“Y ¿cuáles son las cualidades que hacen de él alguien fácil de ser exhortado?

(i) “He aquí, amigos, el monje no tiene malos deseos y no está dominado por los malos deseos; ésta es la cualidad que hace de él alguien fácil de ser exhortado.

(ii) “Además, amigos, el monje no se alaba a sí mismo ni menosprecia a los demás; ésta es la cualidad...

(iii) “Además, amigos, el monje no es descontrolado ni permite estar vencido por el enojo...

(iv) “Además, amigos, el monje no es descontrolado ni resentido por su enojo...

(v) “Además, amigos, el monje no es descontrolado ni obstinado en su enojo...

(vi) “Además, amigos, el monje no es descontrolado ni profiere palabras que rayan en el enojo...

(vii) “Además, amigos, el monje cuando es reprobado, no resiste al que lo reprueba...

(viii) “Además, amigos, el monje cuando es reprobado, no denigra al que lo reprueba...

(ix) “Además, amigos, el monje cuando es reprobado, no hace la reprimenda en contra del que lo reprueba...

(x) “Además, amigos, el monje cuando es reprobado, no hace prevaricatos, no lleva la conversación a otro lado, no manifiesta enojo, odio ni amargura...

(xi) “Además, amigos, el monje cuando es reprobado, no falla en dar cuenta de su conducta...

(xii) “Además, amigos, el monje no es despectivo ni insolente...

(xiii) “Además, amigos, el monje no es envidioso ni avaro...

(xiv) “Además, amigos, el monje no es fraudulento ni embustero...

(xv) “Además, amigos, el monje no es obstinado ni arrogante...

(xvi) “Además, amigos, el monje no se adhiere a sus propios puntos de vista ni los mantiene tenazmente, sino que renuncia a ellos fácilmente; ésta es la cualidad que hace de él alguien fácil de ser exhortado.

“Amigos, éstas son las cualidades que hacen del monje alguien fácil de ser exhortado.

“Ahora bien, amigos, el monje debe inferir acerca de sí mismo lo siguiente :

(i) “‘La persona que tiene malos deseos y está dominada por los malos deseos es desagradable y detestable para mí. Si yo tuviera malos deseos y estuviera dominado por los malos deseos sería desagradable y detestable para otros’. El monje que conoce esto debería hacer surgir en su mente esto: ‘no tendré malos deseos ni estaré dominado por los malos deseos’.

(ii-xvi) “La persona que se alaba a sí mismo y menosprecia a los demás... que es descontrolada y vencida por el enojo... que es descontrolada y resentida por su enojo... que es descontrolada y obstinada en su enojo... que es descontrolada y profiere palabras que rayan en el enojo... que cuando es reprobada, resiste al que la reprueba... que cuando es reprobada, denigra al que la reprueba... que cuando es reprobada, hace la reprimenda en contra del que la reprueba... que cuando es reprobada, hace prevaricatos, conduce charlas en los costados, manifiesta enojo, odio y amargura... que cuando es reprobada, falla en dar cuenta de su conducta... que es despectiva e insolente... que es envidiosa y avara... que es fraudulenta y embustera... que es obstinada y arrogante... que se adhiere a sus propios puntos de vista, los mantiene tenazmente y renuncia a ellos con dificultad es desagradable

y detestable para mí. Si yo estuviera adherido a mis propios puntos de vista, los mantuviera tenazmente y renunciase a ellos con dificultad, sería desagradable y detestable para otros'. El monje que conoce esto debería hacer surgir en su mente esto: 'no me voy a adherir a mis propios puntos de vista ni los voy a mantener tenazmente, sino que voy a renunciar a ellos fácilmente'.

“Ahora bien, amigos, el monje debe examinarse a sí mismo de esta manera:

(i) “¿Tengo yo los malos deseos y estoy dominado por los malos deseos?’ Y si, mientras se examina a sí mismo, reconoce que: ‘Tengo los malos deseos y estoy dominado por los malos deseos’, entonces tiene que hacer esfuerzo para abandonar estos insalubres estados. Pero si, mientras se examina a sí mismo, reconoce que: ‘no tengo los malos deseos ni estoy dominado por los malos deseos’, entonces puede morar gozoso y feliz, entrenándose de día y de noche en los saludables estados.

(ii-xvi) “Además, debe examinarse a sí mismo de esta manera: ‘¿Me alabo yo a mi mismo y menosprecio a los demás?... ¿Estoy descontrolado y vencido por el enojo?... ¿Estoy descontrolado y resentido por mi enojo?... ¿Estoy descontrolado y obstinado en mi enojo?... ¿Estoy descontrolado y profiero palabras que rayan en el enojo?... Cuando estoy siendo reprobado, ¿resisto a quien me reprueba?... Cuando estoy siendo reprobado, ¿denigro a quien me reprueba?... Cuando estoy siendo reprobado, ¿hago la reprimenda en contra de quien me reprueba?... Cuando estoy siendo reprobado, ¿hago prevaricatos, conduzco charlas en los costados, manifiesto enojo, odio y amargura?... Cuando estoy siendo reprobado, ¿fallo en dar cuenta de mi conducta?... ¿Soy despectivo e insolente?... ¿Soy envidioso y avaro?... ¿Soy fraudulento y embustero?... ¿Soy obstinado y arrogante?... ¿Me adhiero a mis propios puntos de vista, los mantengo tenazmente y renuncio a ellos con dificultad?’ Y si, mientras se examina a sí mismo, reconoce que: ‘Me adhiero a mis propios puntos de vista, los mantengo tenazmente y renuncio a ellos con dificultad’, entonces tiene que hacer el esfuerzo para abandonar estos insalubres estados. Pero si, mientras se examina a sí mismo, reconoce que: ‘No me adhiero a mis propios puntos de vista ni los mantengo tenazmente, sino que renuncio a ellos fácilmente’, entonces puede morar gozoso y feliz, entrenándose de día y de noche en los saludables estados.

“Amigos, cuando el monje se examina a sí mismo de esta manera y ve que no todos estos malos e insalubres estados han sido abandonados, entonces debe hacer el esfuerzo para abandonarlos a todos. Pero, cuando el monje se examina a sí mismo de esta manera y ve que todos estos malos e insalubres estados han sido abandonados, entonces puede morar gozoso y feliz, entrenándose de día y de noche en los saludables estados.

“Suponed, amigos, que una mujer (u hombre) joven, en su plena juventud aficionada a los ornamentos, al ver la imagen de su propio rostro en el limpio y claro espejo o en una palangana con agua limpia, visualiza manchas o imperfecciones, hace el

esfuerzo para quitarlas, pero si no ve manchas ni imperfecciones algunas, entonces se regocija de esta manera: 'es una ganancia para mí esta limpieza'. De la misma manera también, cuando el monje se examina a sí mismo de esta manera y ve que no todos estos malos e insalubres estados han sido abandonados, entonces debe hacer el esfuerzo para abandonarlos a todos. Pero, cuando el monje se examina a sí mismo de esta manera y ve que todos estos malos e insalubres estados han sido abandonados, entonces puede morar gozoso y feliz, entrenándose de día y de noche en los saludables estados”.

Esto es lo que dijo el Venerable Maha Moggallana y los monjes estuvieron satisfechos y se regocijaron en las palabras del Venerable Maha Moggallana.