



¿No-Yo o No-Uno Mismo?

de Thanissaro Bhikkhu

Buddha Soto Zen es una organización ubicada en Hialeah, Florida. Entre sus objetivos está el traducir al español las enseñanzas del Eminentísimo Patriarca Eihei Dōgen y otros textos Budistas o comentarios hechos por prominentes autores budistas.

Las traducciones que ofrecemos están a disposición del público para ser descargadas **gratuitamente** a través de nuestra web. Este es nuestro modo de practicar *dhamma dana*; dar generosamente el Dharma a todos aquellos interesados en el estudio y práctica de la meditación y las maravillosas enseñanzas del Buda.

Buddha Soto Zen opera completamente a base de donaciones que nos ayudan a cumplir con nuestros objetivos y nuestras metas. Quienes lo deseen pueden donar a través de nuestra web.

www.buddhasotozen.org

¿No-Yo o No-Uno Mismo?

de Thanissaro Bhikkhu

por Buddha Soto Zen-Traducciones

www.buddhasotozen.org

Uno de los primeros escollos que los occidentales suelen encontrar cuando conocen sobre budismo, es la enseñanza de *anatta*, a menudo traducido como no-ser. Esta enseñanza es un obstáculo por dos razones:

- En primer lugar, la idea de ausencia de uno mismo no encaja bien con otras enseñanzas budistas, tales como la doctrina del *kamma* y el renacimiento: Si no hay un yo, ¿qué es lo que experimenta los resultados del *kamma* y renace?

- En segundo lugar, no encaja bien con nuestra propia visión judeo-cristiana la cual supone la existencia de un alma eterna o un yo como un presupuesto básico: si no hay yo, ¿cuál es el propósito de una vida espiritual?

Muchos libros tratan de responder a estas preguntas, pero si nos fijamos en el canon pali - el documento más antiguo conservado de las enseñanzas del Buda - no hace referencia alguna a este asunto. De hecho, en el único lugar donde al Buda se le preguntó a quemarropa si hay o no un yo, se negó a responder. Más tarde, cuando se le preguntó el porqué, él dijo que sostener que hay un yo o que no hay un yo, es caer en una de las formas más graves de visión equivocada que hacen imposible el camino de la práctica budista. Así, esa pregunta debe dejarse a un lado. Para comprender lo que su silencio dice sobre esta pregunta, acerca del significado de *anatta*, primero tenemos que mirar a sus enseñanzas sobre cómo se deben formular y contestar las preguntas, y como interpretar sus respuestas

El Buda divide todas las preguntas en cuatro clases:

- las que merecen una respuesta categórica (un directo sí o no),
- las que merecen una respuesta de análisis, definiendo y calificando los términos de la pregunta,
- las que merecen una contra-pregunta, poniendo la pelota en el campo del interrogador; y

– los que merecen ser dejado de lado.

La última clase de preguntas consisten en aquellas que no contribuyen a esclarecer como llegar al final del sufrimiento. El primer deber de un maestro, al contestar una pregunta, es adivinar a qué clase pertenece la pregunta y, a continuación responder de la manera apropiada.

Por ejemplo, no se puede decir sí o no a una pregunta que debe dejarse a un lado. Si usted es la persona que está haciendo la pregunta y obtiene una respuesta, a continuación, debe determinar en qué medida la respuesta debe ser interpretada.

El Buda dijo que hay dos tipos de personas que lo tergiversan: las que sacan conclusiones de afirmaciones que no deberían tener conclusiones derivadas de esas mismas afirmaciones, y los que no sacan conclusiones de las que deberían.

Estas son las reglas básicas para la interpretar las enseñanzas del Buda, pero si nos fijamos en el camino más usado por los escritores para tratar la doctrina de *anatta*, nos encontramos con estas reglas básicas ignoradas. Algunos escritores tratan de calificar la interpretación del no-yo al decir que el Buda negó la existencia de un yo eterno o un yo separado, pero esto es para dar una respuesta analítica a una pregunta que el Buda mostró que debía dejarse a un lado. Otros tratan de sacar conclusiones de las pocas declaraciones en el discurso que parecen dar a entender que no hay un yo, pero parece seguro asumir que si uno fuerza esas declaraciones a dar una respuesta a una pregunta que se debe dejar a un lado, se extraerán inferencias que no deberían extraerse.

Así, en lugar de responder "no" a la pregunta de si existe o no un yo interconectado o separado, eterno o no - el Buda consideró que la pregunta era errónea, para empezar. ¿Por qué? No importa cómo se defina la línea entre "yo" y " el otro", la noción de sí mismo supone un elemento de auto-identificación y apego, y por lo tanto sufrimiento y estrés. Esto vale tanto para un yo interconectado que no reconoce ningún "otro", como para un "yo" separado. Si uno se identifica con toda la naturaleza, uno siente dolor por cada árbol talado. También es válido para el "otro" universo, en el que el sentimiento de alienación y futilidad llegará a ser tan debilitante como para hacer la búsqueda de la felicidad - la propia o la de los demás - imposible.

Por estas razones, el Buda aconseja no prestar atención a preguntas tales como "¿Existo?" o "¿No existo?" porque cualquiera que sea la respuesta conduce al sufrimiento y al estrés.

Para evitar el sufrimiento implícito en las preguntas del "yo" y "otros", ofreció una manera alternativa de dividir la experiencia: las Cuatro Nobles Verdades: El estrés*, su causa, su cese, y el sendero para su cese. En lugar de ver estas verdades como pertenecientes a uno mismo o a otros, dijo, uno debe reconocer simplemente como lo que son, en sí mismas, como han sido experimentadas, y luego realizar el acercamiento debido a cada una. El estrés debe ser comprendido, su causa abandonada, su final realizado y el sendero para su terminación, cultivado. Estos deberes forman el contexto en el que la doctrina de *anatta* se entiende mejor.

Si se desarrolla el camino de la virtud, la concentración y el discernimiento hacia un estado de bienestar en calma y usa este estado de calma para experimentar en términos de las Nobles Verdades, las preguntas que se presentan a la mente no son: "¿Hay un yo? ¿Qué es mi yo?" sino "¿Estoy angustiado porque estoy sosteniendo este fenómeno particular? , ¿Es esto realmente mí, yo mismo, o algo mío?. Si es angustiante, pero no soy yo realmente, ni siquiera es mío, ¿por qué aferrarme a eso?"

Estas últimas preguntas merecen respuestas claras, ya que a continuación le ayudarán a comprender el sufrimiento y a socavar la adhesión y el apego - el residuo del sentido de auto-identificación - que lo causan, hasta que finalmente todos los rastros de la auto-identificación se han ido y todo lo que queda es la libertad sin límites.

En este sentido la enseñanza de *anatta* no es una doctrina del no-yo, sino una estrategia del no-uno mismo para deshacerse del sufrimiento, abandonando su causa, conduciendo a la más elevada felicidad - aquella que no se extingue - . En ese momento las preguntas sobre yo, no-yo y no-uno mismo caen a un lado. Una vez que se experimenta tal libertad, ¿dónde podrá haber ansiedad alguna sobre qué lo se experimenta, o si es o no un yo?

*Ven. Thanissaro Bhikkhu traduce como "*stress*" la primera Noble Verdad, *dukkha*.

Traducción: © 2011 Buddha Soto Zen.

Original: © 1996 Thanissaro Bhikkhu. "No-self or Nor-self?" Access to Insight Edition, © 1996-2011.

Uso: Se puede copiar, reproducir en otro formato, imprimir, publicar y distribuir esta traducción al español a través de cualquier medio siempre que: (1) se ofrezca lo descrito *gratis* solamente; (2) se indique claramente que todo trabajo derivado de éste, incluyendo traducciones, proviene de esta fuente y (3) se incluya el texto completo de esta autorización en cualquiera de los productos derivados de esta traducción. En todo lo demás los derechos sobre la traducción en español están reservados.

Buddha Soto Zen opera completamente a base de donaciones que nos ayudan a cumplir con nuestros objetivos y nuestras metas. Quienes lo deseen pueden donar a través de nuestra web, www.buddhasotozen.org.