

## *El significado de la exhortación a tenerse a uno mismo y al Dhamma<sup>1</sup> como isla y refugio*

ABRAHAM VÉLEZ DE CEA

RESUMEN: Para algunos estudiosos del buddhismo, el hecho de que el Buddha exhortara a sus discípulos a tenerse a sí mismos y a sus enseñanzas como isla y refugio, prueba que admitía la existencia última de un *attā* (*ātman* en sánscrito). Sin embargo, un análisis riguroso del canon pali, muestra que dicha exhortación es una forma metafórica de recomendar la práctica de los Cuatro Fundamentos de la Atención. La exhortación se dirige a personas que se encuentran ofuscadas y deprimidas por la enfermedad o fallecimiento de alguien. La función de la exhortación es doble: por una parte, anima a prevenir los estados mentales perjudiciales que obstaculizan la práctica espiritual; por otra, recuerda que sigue siendo posible practicar el camino espiritual predicado por el Buddha aun a pesar de la muerte de alguien. Cuando el Buddha afirma que se ha hecho un refugio para sí mismo, lejos de aceptar un *attā* inmortal más allá del sufrimiento, un *attā* que es idéntico al *Nibbāna* (*Nirvāṇa* en sánscrito) y al *Dhamma* (*Dharma* en sánscrito), se limita a decir que él ha practicado previamente los Cuatro Fundamentos de la Atención y que mediante dicha práctica ha logrado el refugio del *Nibbāna*.  
SUMMARY: For some scholars of Buddhism, the simple fact that Buddha encouraged his disciples to consider themselves and their lessons as islands and shelters, not only suggests, but proves that Buddha admitted the ultimate existence of a *attā* (Sanskrit *ātman*). However, a rigorous analysis of the Pali canon shows that such exhortation is a metaphoric way of imitating the practice of the Four Foundations of Mindfulness. The exhortation is used for people that feel deluded and depressed for the disease or passing away of someone. The exhortation has a double function. On the one hand, it encourages the prevention of corrupt mental states that hinder the spiritual practices. Further, it reminds one that is still possible to follow the path taught by the Buddha despite the death of someone. When the Buddha states that he has made a refuge for himself, far from accepting an immortal *attā* beyond suffering, an *attā* that is identical to *Nibbāna* (Sanskrit *Nirvāṇa*) and to *Dhamma* (Sanskrit *Dharma*), he is just saying that he previously practiced the Four Foundations of Mindfulness and that through such practice he has attained the refuge of *Nibbāna*.

---

<sup>1</sup> Más conocido por su forma sánscrita *dharma*, designa en este contexto y acepción a la ley universal u orden cósmico. Desde una perspectiva budhista, dicha ley coincide completamente con las enseñanzas del Buddha y parcialmente con las enseñanzas de algunos maestros y escuelas. Aunque ni en pali ni en sánscrito existen mayúsculas, ponemos *Dhamma* (*Dharma*) y *Nibbāna* (*Nirvāṇa*) con mayúsculas para connotar la importancia que para el buddhismo tienen dichos términos. Puesto que el artículo está hecho a partir de la literatura existente más antigua buddhista, a saber, las cuatro primeras colecciones de sermones (sutta-s) del canon pali, utilizaremos dicha lengua para las palabras y expresiones técnicas. Excepcionalmente, cuando se trate de términos más conocidos por su forma sánscrita que por su forma pali, por ejemplo: *Nibbāna*, *Dhamma*, *attā*, pondremos los equivalentes en sánscrito la primera vez que aparezcan, o sea *Nirvāṇa*, *Dharma*, *ātman*..

### Introducción.

El Buddha utilizaba frecuentemente el término *attā*, (*ātman* en sánscrito) en su acepción reflexiva coloquial de “sí mismo”, “uno mismo”, “yo, tu, él mismo”. etc., porque así lo exigía el lenguaje de su época y porque ello no entraba necesariamente en contradicción con la doctrina de *anattā*<sup>2</sup>. Como ha señalado S. Collins, «los términos lingüísticos traducidos léxicamente como “yo” *self*) y “persona” (en pali *attā*, *purisa/puggala*, sánscrito *ātman*, *puruṣa/pudgala* respectivamente), se usan de manera bastante natural y libre en varios contextos sin ninguna sugerencia de que al ser así usados podrían entrar en conflicto con la doctrina de *anattā*»<sup>3</sup>.

Del mismo modo, el Buddha usaba ciertas expresiones idiomáticas con el término *attā* porque su uso era común en los ambientes filosóficos y religiosos de su tiempo y porque hacerlo no comprometía filosóficamente con una determinada concepción del *attā*, ni siquiera con la aceptación de su realidad última.

Al igual que hacían otros maestros para hacerse comprender mejor, el Buddha se adaptaba al lenguaje al uso y por ello no tenía inconveniente en expresar sus propias ideas mediante la terminología religiosa y las expresiones idiomáticas de su contexto cultural. Ahora bien, que el Buddha usara en ocasiones las expresiones idiomáticas y la terminología religiosa de otros maestros y escuelas, no demuestra que las interpretará del mismo modo que ellos. Al contrario, un análisis comparado de términos religiosos comunes en su contexto cultural como por ejemplo *kamma* (*karma* en sánscrito), *brahmā*, *brāhmaṇa*, *ariya*, etc., demuestra que el Buddha les otorgaba un nuevo significado más acorde con su pensamiento. Similarmente, un análisis comparado de expresiones idiomáticas igualmente comunes en los ambientes filosóficos y religiosos de la época del Buddha, como por ejemplo *brahmācariya*, *brahmabhūtena attanā*, *brahmavihāra*, *attakāma*, *attānam gavesati*, *bhāvitatto*, *attadīpā viharatha attasaraṇā anaññasaraṇā*, etc., demuestra que el Buddha las usaba con un sentido más metafórico y ajustado a su espiritualidad. En palabras del presidente de la Pali Text Society, Richard Gombrich<sup>4</sup>, «el Buddha usaba regularmente el lenguaje de sus oponentes pero lo transformaba en metáfora».

---

<sup>2</sup> Doctrina según la cual, el ser humano carece de una esencia o fundamento substancial permanente y eterno que transmigra a lo largo de sucesivos renaceres y realiza la función de sujeto de la acción y del conocimiento.

<sup>3</sup> S. Collins, *Selfless Persons*, Cambridge, 1982, p. 71: «The linguistic items translated lexically as 'self' and 'person' (in Pali "purisa/puggala", Sanskrit "ātman", puruṣa/pudgala respectively), are used quite naturally and freely in a number of contexts, without any suggestion that their being so used might conflict with the doctrine of anattā».

<sup>4</sup> R. Gombrich, *How Buddhism Began: The Conditioned Genesis of the Early Teachings*, London, 1996, p. 42: «the Buddha regularly used the language of his opponents, but turned it into metaphor».

Una de las expresiones idiomáticas con el término *attā* más famosas de los sermones pali, es la exhortación a tenerse a uno mismo y al *Dhamma* como isla y refugio, no a otro como refugio (*attadīpā viharatha attasaraṇā anaññasaraṇā, dhammadīpā dhammasaraṇā anaññasaraṇā*).

Para autores como C. A. F. Rhys Davids<sup>5</sup>, I. B. Horner<sup>6</sup>, A. K. Coomaraswamy<sup>7</sup>, K. Bhattacharya<sup>8</sup>, J. Pérez-Remón<sup>9</sup>, etc., dicha exhortación demuestra que el Buddha acepta la existencia última de un *attā* inmutable (individual o universal según los presupuestos filosóficos de cada intérprete) al que hay que tener literalmente como isla y refugio.

Sin embargo, y esta es la tesis de nuestro artículo, los sermones pali demuestran que dicha exhortación, más que designar explícitamente a un *attā* inmortal, transcendente e idéntico al *Dhamma*, se limita a recomendar metafóricamente la práctica de los Cuatro Fundamentos de la Atención, es decir, un proceso impermanente y surgido dependientemente a partir de ciertas causas y condiciones igualmente impermanentes.

Como veremos, dicha exhortación se dirige a personas que se encuentran ofuscadas y deprimidas por la enfermedad o fallecimiento de alguien. Con ella, se pretende por una parte animar en esos momentos difíciles a evitar estados mentales perjudiciales que obstaculizan la práctica espiritual, y por otra, recordar que aunque haya muerto o vaya a morir tal o cual maestro, sigue siendo posible practicar el *Dhamma*.

Igualmente veremos que cuando el Buddha declara haber hecho un refugio para sí mismo, lejos de referirse a un *attā* inmortal que se refugia del sufrimiento y lejos de insinuar la identidad entre el *Nibbāna* (*Nirvāna* en sánscrito), el *Dhamma* (*Dharma* en sánscrito) y el *attā*, se limita a afirmar que él previamente ha practicado los Cuatro Fundamentos de la Atención y que mediante dicha práctica ha logrado el refugio del *Nibbāna*, estado definido como no-*attā*.

<sup>5</sup> Cfr: C. A. F. Rhys Davids, *A Manual of Buddhism*, London, 1932. First Indian Edition, New Delhi, 1978, pp. 158-159, pp. 166-167. Buddhist Psychology pp. 209-210.

<sup>6</sup> Cfr: I. B. Horner & A. K. Coomaraswamy, *The Living Thoughts of Gotama Buddha*, London, 1948, pp. 177s.

<sup>7</sup> Cfr: A. K. Coomaraswamy, *Hinduism and Buddhism*, New York, 1943, p. 77.

<sup>8</sup> Cfr: K. Bhattacharya, *L'Ātman-Brahman dans le Bouddhisme Ancien*, Paris, 1973, p. 30.

<sup>9</sup> Cfr: J. Pérez-Remón, *Self and Non-Self in Early Buddhism*, New York, Mouton, 1980, pp. 20-26.

*I. Posibles traducciones de la exhortación e inconvenientes de la interpretación atmánica*<sup>10</sup>.

El lugar clásico de la exhortación a tener al *Dhamma* y a uno mismo como isla y refugio, es el *Mahāparinibbāna Sutta*. Allí el Buddha, poco antes de morir, dice a su discípulo Ānanda: «*Tasmātihānanda, attadīpā viharatha attasaraṇā anaññasaraṇā, dhammadīpā dhammasaraṇā anaññasaraṇā*»<sup>11</sup>.

Según la traducción de M. Walshe : «Por lo tanto, Ānanda, deberíais vivir como islas para vosotros mismos, siendo vuestro propio refugio, sin ningún otro como vuestro refugio, con el *Dhamma* como una isla, como el *Dhamma* como vuestro refugio, sin otro refugio».<sup>12</sup>

Según la traducción de T. W. y C. A. F. Rhys Davids: «Por lo tanto, Ānanda, sed lámparas<sup>13</sup> para vosotros mismos. Sed un refugio para vosotros mismos. No vayáis a un refugio externo. Asiros con fuerza a la verdad como a una lámpara. Asiros con fuerza como refugio a la verdad. No busquéis refugio en nadie además de vosotros mismos»<sup>14</sup>.

Puesto que el término *attā* en los sermones pali, en su uso más coloquial e idiomático es un pronombre reflexivo que designa a la propia persona o a uno mismo, consideramos que tanto la traducción de M. Walshe como la de T. W. y C. A. F. Rhys Davids son filológicamente correctas, y a nuestro juicio, adecuadas para mantener la consistencia filosófica de los sermones pali.

Sin embargo, el jesuita español Joaquín Pérez-Remón ha cuestionado estas traducciones al afirmar que los compuestos *attadīpā* y *attasaraṇā* son «compuestos

<sup>10</sup> La que interpreta los términos compuestos y las expresiones idiomáticas que contienen el término *attā* como una prueba de la aceptación por parte del Buddha de un *attā* inmortal y en consecuencia tiende a traducir *attā* como sustantivo (el *attā* o un *attā*) y no como pronombre reflexivo (uno mismo). Los términos atmánico-anátmico son neologismos acuñados por Raimundo Panikkar para referirse a las tradiciones que aceptan o no aceptan respectivamente la realidad del *āman* (*attā* en pali).

<sup>11</sup> Todas las referencias en pali según la edición de la Pali Text Society (D. II. 100)

<sup>12</sup> *Thus Have I Heard*, London, 1987, p. 245: «*Therefore, Ānanda, you should live as islands unto yourselves, being your own refuge, with no one else as your refuge, with Dhamma as an island with Dhamma as your refuge, with no other refuge.*»

<sup>13</sup> *Dīpa* puede traducirse indistintamente en función del contexto como “lámpara” o “isla”.

<sup>14</sup> *Dialogues of the Buddha*, Oxford, 1959. Vol. II, p. 108. Fourth Edition reprinted 1989. «*Therefore, O Ānanda, be ye lamps unto yourselves. Be ye a refuge to yourselves. Betake yourselves to no external refuge. Hold fast to the Truth as a lamp. Hold fast as a refuge to the Truth. Look not for refuge to any one besides yourselves.*».

*bahubbihi* conteniendo dos nombres en aposición y por tanto han de explicarse como 'aquellos que tienen al "yo" (*self*) como isla', 'aquellos que tienen al "yo" (*self*) como refugio', etc»<sup>15</sup>

Consecuentemente, para Joaquín Pérez-Remón, la traducción más correcta sería : «Por lo tanto *Ānanda*, permaneced como aquellos que tienen al yo como isla, como aquellos que tienen al yo como refugio, como aquellos que no tienen otro refugio; como aquellos que tienen al dhamma como isla como aquellos que tienen al *dhamma* como refugio, como aquellos que no tienen otro refugio»<sup>16</sup>.

Sin entrar ahora en un debate filológico sobre si es o no legítimo traducir *atta* por "el yo" (*the self*) en lugar de simplemente por "sí mismo", "uno mismo" o incluso por "un yo" (*a self*), ni en un debate hermenéutico sobre si el "yo" (*self*) supuestamente aceptado en este texto sería un yo individual permanente y eterno (como parece creer Pérez-Remón desde presupuestos filosóficos cristianos) o un yo universal (como creen A. K. Coomaraswamy y S. Radhakrishnan desde una perspectiva neovedántica), concedamos que la traducción atmánica es por lo menos filológicamente aceptable y veamos algunos de sus inconvenientes.

La traducción atmánica de *attadīpā viharatha attasaraṇā anaññasaraṇā, dhammadīpā dhammasaraṇā anaññasaraṇā*, induce a pensar que el *Dhamma* equivale o es lo mismo que el *attā*.<sup>17</sup> Si el Buddha exhorta a sus discípulos a que se refugien y tengan como isla al *attā* y al *Dhamma*, parece legítimo pensar, (argumentaría el intérprete atmánico), que los términos *Dhamma* y *attā* se están refiriendo a una misma realidad.

Ahora bien, esta identificación o equivalencia derivada de la traducción atmánica es muy problemática porque hace los sermones pali inconsistentes: si la expresión *attadīpā viharatha attasaraṇā anaññasaraṇā, dhammadīpā dhammasaraṇā anaññasaraṇā*, implica que *Dhamma* y *attā* son lo mismo, entonces hay por lo menos un *dhamma* que es *attā* y el Buddha se contradice cuando afirma que «*sabbe dhamma anattā*» (todo *dhamma* es no-*attā*).

Identificar o hacer equivalentes el *Dhamma* y el *attā* hace innecesaria la doctrina del Surgir Dependiente: si por una parte el Surgir Dependiente es una explicación del sufrimiento y de la realidad que se caracteriza por no presuponer un

<sup>15</sup> J. Pérez- Remón, *op. cit.*, p. 20: «*bahubbihi compounds containing two nouns in opposition, and therefore to be explained as 'those who have the self as island', 'those who have the self as refuge', etc.*»

<sup>16</sup> *Ibid.*: «*Therefore, Ānanda, stay as those who have the self as island, as those who have the self as refuge, as those who have no other refuge; as those who have dhamma as island, as those who have dhamma as refuge, as those who have no other refuge.*»

<sup>17</sup> Véase por ejemplo K. Bhattacharya, *L'Ātman-Brahman dans le Bouddhisme Ancien*, Paris, 1973, pp. 79-114. Ver también A.K. Coomaraswamy, *Hinduism and Buddhism*, New York, 1943, pp. 72s.

*attā*, esencia o fundamento substancial de los procesos impermanentes del ser humano, ¿para qué sirve el Surgir Dependiente si en el fondo hay un *attā* que es lo mismo que el *Dhamma*?

Identificar o hacer equivalentes el *Dhamma* y el *attā* entra en contradicción con la identificación o equivalencia explícita que establece el Buddha entre el Surgir Dependiente y el *Dhamma* al afirmar que quien ve uno ve el otro y viceversa<sup>18</sup>: si ver el *Dhamma* es ver que las cosas surgen dependientemente y el Surgir Dependiente hace innecesario postular la realidad de un *attā* para explicarlas, no tiene mucho sentido afirmar al mismo tiempo que el *Dhamma* y el *attā* son lo mismo. Si ver el *Dhamma* equivale a ver la ausencia de *attā* o lo que es lo mismo, el Surgir Dependiente, me contradigo al afirmar que el *Dhamma* es lo mismo que el *attā*.

Mientras que en el canon pali se dice explícitamente que ver el *Dhamma* equivale a ver el Surgir Dependiente, no se dice nada acerca de la equivalencia entre ver el *Dhamma* y ver el *attā*. Más bien al contrario, lo que se dice explícitamente es que el concepto de *attā* deriva de una percepción inadecuada de los agregados psicofísicos que conforman la realidad humana,<sup>19</sup> y que si existiera el *attā*, la liberación del sufrimiento sería imposible (no se percibiría).<sup>20</sup>

Más que ver el *attā* como equivalente al *Dhamma*, el canon pali ve el *attā* como aquello que precisamente hace imposible la realización y visión del *Dhamma*. Puesto que el texto más clásico en el que se recomienda *attadīpā viharatha attasaraṇā anaññasaraṇā, dhammadīpā dhammasaraṇā anaññasaraṇā*, es el *Mahāparinibbāna Sutta*, sermón donde se narran los últimos días del Buddha, el intérprete atmánico podría argumentar que antes de morir, el Buddha quiso revelar el sentido esotérico de la doctrina de *anattā*. Como la exhortación a tener al *attā* como isla y refugio se realiza durante los últimos días de la vida del Buddha, se podría creer que éste quiso dejar las cosas claras y evitar malentendidos sobre el significado último de la doctrina de *anattā*, a saber : no tanto cuestionar la realidad del *attā* como la confusión del *attā* con los agregados psicofísicos individuales.

En primer lugar, la exhortación *attadīpā viharatha attasaraṇā anaññasaraṇā, dhammadīpā dhammasaraṇā anaññasaraṇā*, aparece en muchos más textos del canon pali y no hay fundamento para pensar que aparece por primera vez en el *Mahāparinibbāna Sutta*.

En segundo lugar, no parece lógico pensar que justamente antes de morir, el Buddha decida exhortar a sus discípulos a tener al *attā* como isla y refugio, entendiendo literal y no metafóricamente dicha expresión, cuando durante 45 años de

---

<sup>18</sup> *«yo paṭiccasamuppādaṃ passati. So dhammaṃ passati. Yo dhammaṃ passati. So paṭiccasamuppādaṃ passatī ti* » (M.I.191), etc.

<sup>19</sup> (S. III. 46).

<sup>20</sup> (S. III. 144).

predicación ha estado repitiendo incansablemente que no hay que considerar nada como algo que yo soy o algo que es mi *attā*.

Para el Buddha el concepto de *attā* es intrínsecamente pernicioso por ser fruto de la ignorancia sobre la naturaleza de los agregados y del apego hacia ellos, apego que conduce a la actitud “yo soy” y a sus nocivas consecuencias: deseo de inmortalidad, especulación sobre lo que uno fue, es y será, ideas de “mío”, disputas doctrinales sobre la naturaleza del *attā*, etc. Por ello no parece probable que Buddha cambiara de opinión en los últimos días de su vida tirando por la borda todo lo que había dicho anteriormente.

En tercer lugar, la interpretación esotérica es insostenible porque justo un poco antes de la exhortación a tenerse a uno mismo como isla y refugio, el Buddha declara que ha predicado el *Dhamma* sin ocultar nada, sin distinguir entre lo esotérico y lo exotérico: «*Ānanda*, he predicado el *Dhamma* sin haber distinguido entre lo exotérico y lo esotérico, *Ānanda*, las enseñanzas del *Tathāgata* no son como las de un maestro que oculta algo (literalmente “que cierra el puño”))»<sup>21</sup>

Si el Buddha dice que ha predicado el *Dhamma* sin distinguir entre lo esotérico y lo exotérico, es absurdo que a continuación, exhortando a tener al *attā* como isla y refugio, revele el significado secreto de la doctrina de *anattā*. Si el Buddha hubiera querido predicar la realidad del *attā*, lo habría dicho claramente sin esperar a su lecho de muerte para comunicar el verdadero sentido esotérico y oculto de sus enseñanzas sobre la ausencia de *attā*.

En cuarto lugar, el contexto de (D. II. 100) no permite inferir que el Buddha esté exhortando a sus discípulos a tener un *attā* inmutable y eterno como isla y refugio. Más bien, el contexto parece indicar que tras la muerte del Buddha no es necesario nombrar a nadie que le suceda al frente de la orden monástica, alguien más en quien tomar refugio. En dicho contexto, el Buddha se encuentra enfermo, *Ānanda* le dice que estaba desanimado (*madhurakajāto*) y aturdido (*na pakkhāyanti dhammā*) por su enfermedad pero que se consolaba pensando que no iba a morir hasta que hiciera alguna declaración sobre quien iba a ser su sucesor y estar a la cabeza de la orden monástica tras su muerte. Entonces, el Buddha le dice que ha predicado el *Dhamma* sin distinguir entre lo exotérico y lo esotérico, y que por tanto no considera necesario declarar nada más sobre la orden monástica, es decir, que no ve necesario nombrar a nadie para que le suceda como superior de la orden. Luego le dice que pronto morirá, que está viejo y que sólo deja de sentir dolor físico cuando permanece en ciertos estados meditativos.

En ese momento, una vez que ha anunciado a *Ānanda* que va a morir pronto y que no ve necesario nombrar un sucesor porque ha predicado sin ocultar nada de lo necesario para alcanzar la liberación, es cuando exhorta a *Ānanda*, pero haciendo extensiva la exhortación a todos sus discípulos, a vivir «*as those who have the self as*

---

<sup>21</sup> «*Desito ānanda, mayā dhammo anantaraṃ abāhiraṃ karitvā na tathī ānanda tathāgatassa dhammesu ācariyamutthi*» (D. II. 100).

*island, as those who have the self as refuge, as those who have no other refuge; as those who have Dhamma as island, as those who have Dhamma as refuge, as those who have no other refuge»*

Como el Buddha ha predicado ya todo lo necesario para la liberación del sufrimiento, lo que uno ha de hacer es mantenerse a sí mismo a resguardo (como isla y refugio) de los estados mentales perjudiciales. Para tenerse a sí mismo como isla y refugio, o sea al margen de estados mentales perjudiciales, uno ha de tener al *Dhamma* como isla y refugio, o lo que es lo mismo, uno ha de practicar el *Dhamma*.

Antes, como se afirma en otro lugar de los sermones pali,<sup>22</sup> los discípulos podían tener al Buddha como isla y refugio, pero cuando falte el Buddha y dado que ya se ha predicado todo lo necesario para la liberación o el *Dhamma*, la isla y el refugio debe ser uno mismo y el *Dhamma*, es decir, tras la muerte del Buddha, cada uno debe concentrarse en practicar el *Dhamma* y no en esperar a otro maestro o sucesor del Buddha. No hace falta tener como isla o refugio a un nuevo sucesor del Buddha, es decir, a un nuevo superior de la orden monástica. Tampoco hay que esperar a que alguien más complete el *Dhamma* o camino de liberación predicado por el Buddha.

En lugar de preocuparse por el sucesor del Buddha, hay que tenerse a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio, lo que no es otra cosa que permanecer lúcido y atento practicando los Cuatro Fundamentos de la Atención, o si se prefiere, evitando los estados mentales perjudiciales: «¿Cómo, *Ānanda*, vive el monje teniéndose a sí mismo como isla, a sí mismo como refugio, no otro refugio, teniendo al *dhamma* como isla, al *dhamma* como refugio, no otro refugio? He aquí, *Ānanda*, que el monje vive contemplando el cuerpo en el cuerpo, fervoroso, lúcido y atento, desechando la codicia y la aflicción de lo mundano. Vive contemplando las sensaciones en las sensaciones... la mente en la mente... los objetos mentales en los objetos mentales, fervoroso, lúcido y atento, desechando la codicia y la aflicción de lo mundano. Así es, *Ānanda*, como el monje vive teniéndose a sí mismo como isla, a sí mismo como refugio, no otro refugio, teniendo al *dhamma* como isla, al *dhamma* como refugio, no otro refugio».<sup>23</sup>

Es decir, que vivir teniéndose a uno mismo como isla y refugio, al *Dhamma* como isla y refugio, lejos de aludir a una entidad inmutable y eterna, y lejos de implicar la identidad entre el *Dhamma* y el *attā*, alude a un proceso impermanente y surgido

<sup>22</sup> (S. IV. 315).

<sup>23</sup> «*Kathañca ānanda, bhikkhu attadīpo viharati attasaraṇo anaññasaraṇo, dhammadīpo dhammasaraṇo anaññasaraṇo: idhānanda bhikkhu kāye kāyānupassī viharati ātāpī sampajāṇo satimā vineyya loke abhijjhādomanassaṃ, vedanāsu vedanānupassī viharati ātāpī sampajāṇo satimā vineyya loke abhijjhādomanassaṃ, citte cittānupassī viharati ātāpī sampajāṇo satimā vineyya loke abhijjhādomanassaṃ, dhammesu dhammānupassī viharati ātāpī sampajāṇo satimā vineyya loke abhijjhādomanassaṃ. Evaṃ kho ānanda, bhikkhu attadīpo viharati attasaraṇo anaññasaraṇo, dhammadīpo dhammasaraṇo anaññasaraṇo*» (D. II. 100).

dependientemente, mantenerse a salvo de lo perjudicial (a sí mismo como isla y refugio) practicando los Cuatro Fundamentos de la Atención (*Dhamma* como isla y refugio).<sup>24</sup>

## II. El significado de la exhortación a la luz de otros textos y metáforas.

En otros textos, el Buddha establece la misma relación entre la práctica de los Cuatro Fundamentos de la Atención y el hecho de tenerse a sí mismo o al *Dhamma* como isla y refugio. Si por ejemplo en (D. II. 100), primero se recomienda tenerse a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio, y luego se dice que uno hace eso practicando los Cuatro Fundamentos de la Atención, en (D. III. 58), se explican primero los Cuatro Fundamentos de la Atención y después se dice que quien hace eso, permanece teniéndose a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio.

Lo que nos interesa destacar de (D. III. 58), es que justo después de explicar la practica de los Cuatro Fundamentos de la Atención y decir que quien hace eso, se tiene a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio, el Buddha utiliza otra expresión metafórica para referirse a los Cuatro Fundamentos de la Atención.

La metáfora que aparece junto a la expresión «tenerse a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio» es permanecer en el propio lugar de pasto y no en territorio ajeno (*paravisayo*). Al permanecer en el propio lugar de pasto y no en territorio ajeno, *Māra*, la personificación budhista del maligno y símbolo de los estados mentales perjudiciales, no tendrá ocasión ni oportunidad de ‘cazar’ a sus presas.<sup>25</sup>

Dado que en (S. V. 149), el propio lugar de pasto se define como la práctica de los Cuatro Fundamentos de la Atención, y dado que *tenerse a sí mismo y al Dhamma como isla y refugio*” también se define igual, podemos inferir que estamos ante dos expresiones metafóricas distintas que se refieren a lo mismo, es decir, a la práctica de los Cuatro Fundamentos de la Atención.

El lugar de pasto de *Māra*, su territorio, se explica como las cinco sogas de los placeres de los sentidos: «Formas materiales cognoscibles por la vista que son deseables, apetecibles, encantadoras, seductoras, acompañadas de deseo sensual y conducentes a la pasión, sonidos cognoscibles por el oído... olores cognoscibles por el olfato... sabores cognoscibles por el gusto... objetos tangibles cognoscibles por el tacto que son deseables,

---

<sup>24</sup> Para una explicación de los Cuatro Fundamentos de la Atención, A. Solé-Leris, *La meditación budista*, Barcelona, 1986.

<sup>25</sup> En otros textos como por ejemplo (M. I. 174) se compara a *Māra* con un cazador.

apetecibles, encantadores, seductores, acompañados de desco sensual y conducentes a la pasión. Esto, monjes, no es vuestro lugar de pasto, es territorio ajeno»<sup>26</sup>

En (M. II. 261-262), el lugar de pasto de *Māra*, su dominio, su territorio y su cebo, no es otra cosa que el lugar donde se desarrollan los estados mentales perjudiciales:

Monjes, los placeres sensuales son impermanentes, vacuos, engañosos, de naturaleza vana ; son habladuría de necios, monjes, producto de la ilusión. Los placeres sensuales tanto en esta misma existencia como en existencias futuras, las percepciones de placeres sensuales tanto en esta misma existencia como en existencias futuras, son dominio de *Māra*, su territorio, su cebo, su lugar de pasto. Aquí es donde se desarrollan estados mentales perjudiciales y nocivos, tales como la codicia, la malevolencia y la agresividad, que son obstáculos a la práctica del Noble Discípulo.<sup>27</sup>

O sea que tanto la exhortación a «vivir como el que se tiene a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio», como la exhortación a «permanecer en el propio lugar de pasto y no en territorio ajeno» guardan relación con la práctica de los Cuatro Fundamentos de la Atención y con evitar estados mentales perjudiciales.

Si permanecer en el propio lugar de pasto significa evitar los estados mentales perjudiciales practicando los Cuatro Fundamentos de la Atención, inferimos que tenerse a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio también significa evitar los estados mentales perjudiciales practicando los Cuatro Fundamentos de la Atención. Cuando el Buddha exhorta a sus discípulos a tenerse a sí mismos y al *Dhamma* como isla y refugio, no está hablando de la existencia de un *attā* inmutable y eterno en el que hay que refugiarse y tener como isla, sino únicamente de practicar los Cuatro Fundamentos de la Atención y así evitar estados mentales perjudiciales.

Ya hemos dicho que el Buddha aconseja a *Ānanda* que permanezca teniéndose a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio justo después de que éste último le

<sup>26</sup> «*cakkhuvīññeyyā rūpā iṭṭhā kantā manāpā piyarūpā kāmūpasamhitā rajanīyā. Sotaviññeyyā saddā iṭṭhā kantā manāpā piyarūpā kāmūpasamhitā rajanīyā. Ghānaviññeyyā gandhā iṭṭhā kantā manāpā piyarūpā kāmūpasamhitā rajanīyā. Jivhāvīññeyyā rasā iṭṭhā kantā manāpā piyarūpā kāmūpasamhitā rajanīyā. Kāyaviññeyyā phoṭṭhabbā iṭṭhā kantā manāpā piyarūpā kāmūpasamhitā rajanīyā. Ayaṃ bhikkhave, bhikkhuno agocarō paravisayo*» (S. V. 149).

<sup>27</sup> «*Aniccā bhikkhave, kānā tucchā mosadhammā. Māyākatametaṃ bhikkhave, bālalāpanaṃ. Ye ca ditṭhadhammikā kānā, ye ca samparāyikā kānā, yā ca ditṭhadhammikā kānasattā, yā ca samparāyikā kānasattā, ubhayametaṃ māradheyyaṃ, māressesavisayo, marassesanivāpo, māressesagocarō. Etthete pāpakā akusalā mānasā abhijjhāpi byāpādāpi sārāmbhāpi saṃvattanti. Teva ariyasāvakaṃ idhamanusikkhato antarāyāya sambhavanti*» (M. II. 261-262).

hubiera dicho que estaba desanimado (*madhurakajāto*) y aturcido (*me na pakkhāyanti dhammā*) por su enfermedad. Es decir, que el Buddha le da el consejo después de atravesar estados mentales perjudiciales para la práctica de los Cuatro Fundamentos de la Atención. El primer estado perjudicial es el desánimo, un sentimiento que desmotiva y se opone al fervor o esfuerzo necesario para la práctica. El segundo estado perjudicial es el aturdimiento, otro sentimiento que confunde y no permite ver las cosas claras o con lucidez. No por nada, cuando se habla de la práctica de los Cuatro Fundamentos de la Atención, se dice que el monje debe permanecer fervoroso (*ātāpī*) y lúcido (*sampajāno*), es decir, manteniendo estados mentales que favorecen la práctica y no estados contrapuestos como el desánimo y el aturdimiento que la dificultan.

La exhortación a tenerse a uno mismo (al *attā* para el traductor atnánico) como isla y refugio suele ir asociada a la pérdida de algún gran maestro o ser querido, y a los estados mentales de desánimo y aturdimiento que pueden producirse por dicha pérdida. El significado de dicho consejo no es que haya un *attā* donde hay que refugiarse o tener como isla en la corriente del *samsāra*, sino más bien que aunque muera un gran maestro hay que permanecer fuertes, fervorosos, lúcidos y atentos, es decir, sin desanimarse ni aturdirse por su muerte. No se podrá tener como isla y refugio a dicho maestro muerto o a punto de morir, pero se podrá seguir practicando y lograr la liberación. Para ello será necesario mantenerse a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio, es decir, será necesario practicar los Cuatro Fundamentos de la Atención y evitar los estados mentales perjudiciales.

En (S. V. 161-163) *Ānanda* comunica al Buddha que ha muerto el gran discípulo *Sāriputta* y que cuando se lo dijeron se quedó también desanimado (*madhurakajāto*) y aturcido (*me na pakkhāyanti dhammā*). Entonces el Buddha le dice que aunque haya muerto *Sāriputta*, no se ha llevado consigo ni la práctica del camino hacia la liberación (moral, concentración, sabiduría), ni la posibilidad de la liberación a través del conocimiento y la visión. Posteriormente le dice que es inevitable separarse de lo querido, que las cosas nacen, devienen, son condicionadas y tienen una naturaleza fugaz y que por ello es inconcebible que puedan satisfacerlos. Y es entonces cuando le aconseja que viva teniéndose a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio, lo que nuevamente se explica como la práctica de los Cuatro Fundamentos de la Atención.

En otros textos, se vuelve a relacionar la expresión tenerse a sí mismo como isla y refugio con la muerte de dos grandes maestros a quienes los monjes solían tener como isla y refugio. Por ejemplo en (S. V. 163-165), el Buddha habla a los monjes de la muerte reciente de *Sāriputta* y *Moggallāna*. Después de decir que su muerte ha dejado un vacío y después de alabar sus excelentes cualidades, el Buddha dice que a pesar de ello, no se siente apenado (*soko*) ni se lamenta (*paridevo*).<sup>28</sup> Luego les dice que es inconcebible que lo nacido, devenido, condicionado y de naturaleza fugaz pueda satisfacerlos. Por consiguiente, concluye, ahora hay de vivir como el que se tiene a sí

---

<sup>28</sup>(S. V. 164).

mismo y al *Dhamma* como isla y refugio, lo que se vuelve a definir como la práctica de los Cuatro Fundamentos de la Atención.

O sea que el Buddha aconseja a sus discípulos que no hay que dejarse llevar por sentimientos depresivos y de tristeza cuando muere alguien, que eso es inevitable por ser propio de lo que nace, deviene, etc., y que lo que hay que hacer en esos casos es practicar los Cuatro Fundamentos de la Atención, o lo que es lo mismo, tenerse a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio. Sólo practicando los Cuatro Fundamentos de la Atención, sólo teniéndose a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio, se podrá trascender el nacer, el devenir, el morir, y acabar definitivamente con el sufrimiento.

La relación que existe entre acabar con el sufrimiento y la práctica de los Cuatro Fundamentos de la Atención, se explicita en (M. I. 55-56), donde se dice que el único camino para acabar con la pena, las lamentaciones y el sufrimiento, es precisamente la práctica de los cuatro fundamentos de la atención:

Monjes, este es el único camino para la purificación de los seres, para la superación de la pena y de las lamentaciones (*sokapariddavānaṃ*), para la eliminación del sufrimiento y de la aflicción, para alcanzar el recto sendero, para realizar el *Nibbāna*, a saber: los cuatro fundamentos de la atención.

¿Cuáles son esos cuatro? Aquí monjes, un monje vive contemplando el cuerpo en el cuerpo, fervoroso, lúcido y atento, desechando la codicia y la aflicción de lo mundano.

Vive contemplando las sensaciones en las sensaciones... contemplando la mente en la mente... contemplando los objetos mentales en los objetos mentales, fervoroso, lúcido y atento, desechando la codicia y la aflicción de lo mundano<sup>29</sup>.

Como puede verse, para practicar los Cuatro Fundamentos de la Atención, hay que permanecer fervoroso, lúcido y atento, cosa imposible cuando se está desanimado y aturdido por la muerte o enfermedad de alguien. Aunque mueran grandes maestros como el Buddha, *Sāriputta* y *Moggallāna*, el *Dhamma* permanece y la liberación del sufrimiento sigue siendo posible. No hay que deprimirse ni ponerse triste porque el *samsāra* conlleva sufrimiento. A falta de un maestro al que tener como isla y refugio, hay que tenerse a uno mismo y al *Dhamma* como isla y refugio, es decir, hay que

---

<sup>29</sup> «*Ekāyaṇo ayaṇi bhikkhave maggo sattānaṃ visuddhiyā, sokapariddavānaṃ samatikkamāya dukkhadomanassānaṃ atthagamāya nāyassa adhigamāya nibbānassa sacchikiriyaṃ, yadidaṃ cattāro satipaṭṭhānā. Katame cattāro. Idha bhikkhave bhikkhu kāye kāyānupassī viharati ātāpī sampajāṇo satimā vineyya loke abhijjhādomanassaṃ. Vedanāsu vedanānupassī viharati ātāpī sampajāṇo satimā vineyya loke abhijjhādomanassaṃ. Citte cittānupassī viharati ātāpī sampajāṇo satimā vineyya loke abhijjhādomanassaṃ. Dhammesu dhammānupassī viharati ātāpī sampajāṇo satimā vineyya loke abhijjhādomanassaṃ*» (M. I. 55-56).

practicar el único camino (los Cuatro Fundamentos de la Atención) para acabar definitivamente con el sufrimiento, el camino que ya han recorrido esos grandes maestros y que han dejado a sus discípulos.

### III. ¿Qué significa haberse hecho un refugio para uno mismo?

Cuando el Buddha dice momentos antes de morir que se ha hecho un refugio para sí mismo o según la traducción de M. Walshe «*having made myself my refuge*» (*katam me saraṇam attano*),<sup>30</sup> tampoco pretende insinuar que se ha hecho un refugio para un *attā* inmutable y eterno, sino simplemente que él mismo ha practicado previamente los Cuatro Fundamentos de la Atención y acabado definitivamente con el sufrimiento. El Buddha afirma que él ya ha recorrido el camino que conduce al final del sufrimiento (practicando los Cuatro Fundamentos de la Atención o teniéndose a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio) y ha logrado el refugio del *Nibbāna* o extinción total de los estados mentales perjudiciales.

Para interpretar adecuadamente la afirmación del Buddha según la cual, ha hecho un refugio para sí mismo, es imprescindible atender al contexto.

Antes de dicha afirmación, el Buddha ha exhortado a sus discípulos a practicar lo que él previamente ha conocido a fondo (*abhiññā*) y predicado: los Cuatro Fundamentos de la Atención, los siete factores de la iluminación, las cinco facultades, el Noble Óctuple Sendero, etc. Luego les dice que todo lo condicionado es fugaz, que morirá dentro de tres meses, y entonces, sólo entonces, aparecen los versos donde dice la frase en cuestión:

Ha llegado mi hora, mi vida se acaba,  
partiré dejándoos, he hecho un refugio para mí mismo.  
Monjes, sed diligentes, atentos e íntegros,  
vigilad con la mente bien establecida en su propósito.  
Quien permanece diligente en el *dhamma* y la disciplina,  
renuncia al nacimiento del *samsāra* y termina con el sufrimiento<sup>31</sup>

Como puede verse, antes y después de decir la frase «he hecho un refugio para mí mismo» (*katam me saraṇam attano*), habla de los requisitos necesarios para lograr la liberación. Por eso no es extraño que concluya diciendo que «Quien

<sup>30</sup> (D. II. 119-20).

<sup>31</sup> «*Paripakko vayo mayhaṃ parittaṃ mama jīvitaṃ  
Pahāya vo ganiṣṣāmi katam me saraṇam attano.  
Appamattā satimanto susīlā hotha bhikkhavo,  
Susamāhitasāṅkappā sacittamanurakkhatha.  
yo imasmiṃ dhammavinaye appamatto vihessati,  
Pahāya jātiṣaṃsāraṃ dukkhassantaṃ karissatī ti*». (D. II. 120-121).

permanece diligente en el *dhamma* y la disciplina, renuncia al nacimiento del *saṃsāra* y termina con el sufrimiento». Es decir, que quien practica el *Dhamma*, se libera del *saṃsāra* y logra el refugio del *Nibbāna*. El Buddha se ha hecho un refugio para sí mismo o se ha liberado, ha puesto los medios o ha recorrido el único camino para la eliminación del sufrimiento (la práctica de los Cuatro Fundamentos de la Atención), ha logrado el refugio del *Nibbāna* teniéndose a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio. Por eso, porque él ya ha recorrido el camino y logrado el refugio del *Nibbāna*, recomienda a sus discípulos que hagan lo mismo, a saber, que se tengan a sí mismos y al *Dhamma* como isla y refugio, que permanezcan en su lugar de pasto, es decir, practicando los Cuatro Fundamentos de la Atención. Sólo así podrán evitar los estados mentales perjudiciales y sólo así lograrán la liberación del sufrimiento.

El intérprete atmánico podría objetar que en este texto, el *Nibbāna* se entiende como refugio, lo que implicaría su identidad con el *attā* y el *Dhamma* que hay que tener como la isla y refugio. Puesto que el Buddha denomina isla y refugio al *attā* (sí mismo) al *Dhamma* y al *Nibbāna*, cabría como por ejemplo hace K. Bhattacharya,<sup>32</sup> afirmar que el *Nibbāna*, el *attā* y *Dhamma* son diferentes designaciones de una y la misma cosa.

Sin embargo, que una misma metáfora (refugio o isla) se aplique al *Nibbāna*, al *attā* y al *Dhamma* no implica que se refieran a lo mismo. El *Nibbāna* es el fin del sufrimiento y el fin de la vida de santidad. En cambio, tenerse a sí mismo (al *attā* para los intérpretes atmánicos) y al *Dhamma* como isla y refugio es el medio para alcanzar dicho fin. Luego no son lo mismo aunque se use la misma metáfora para referirse a ellos.

La expresión tenerse a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio no puede referirse a un *attā* inmutable que es el fin de la vida de santidad porque dicho fin, el *Nibbāna*, es inviable si existe un *attā*<sup>33</sup> y como todo *dhamma* es *anattā*.<sup>34</sup>

Si la interpretación atmánica fuera correcta, el *attā* y el *Dhamma* serían la isla y el refugio donde uno está a salvo del océano del *saṃsāra*, es decir, serían lo mismo que el *Nibbāna*, o sea fines en sí mismos y nunca medios para otra cosa. Pero dado que tenerse a sí mismo como isla y refugio, (tener al *attā* inmutable y eterno según la interpretación atmánica), equivale a tener al *Dhamma* como isla y refugio, y ambas cosas equivalen a la práctica de los Cuatro Fundamentos de la Atención, no pueden ser lo mismo que el *Nibbāna* ya que una cosa son los medios y otra el fin, la práctica y la meta a la que conduce dicha práctica.

<sup>32</sup> Cfr. K. Bhattacharya, *L'Âtman-Brahman dans le Bouddhisme Ancien*, Paris, 1973, pp.79-114.

<sup>33</sup>(S. III. 144).

<sup>34</sup>Para los textos de la tradición *Theravāda* que definen el *Nibbāna* como *anattā*, ver la obra de S. Collins, *Nirvana and other Buddhist Felicities*, Cambridge, 1998, pp. 141s.

Que la expresión tenerse a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio no alude a un fin, al *Nibbāna*, y que por tanto no implica tener a ningún *attā* inmutable y eterno como isla y refugio, se desprende de los textos que relacionan la exhortación a tener al *attā* como isla y refugio, con la práctica de los Cuatro Fundamentos de la Atención, el esfuerzo, la lucidez, etc., y otros requisitos o medios para alcanzar el fin : la liberación del sufrimiento.

Por ejemplo, en (Dhp. 236) se puede leer: «Hazte una isla para ti mismo, esfuérzate sin demora, sé un pandit ; con tus purezas expulsadas y libre de mancha llegarás a la excelsa condición de ariya»<sup>35</sup>

O sea que si uno se hace una isla para sí mismo, se esfuerza y es sabio, entonces puro y sin mancha llegará a la condición de Noble (*ariya*), es decir, llegará a alguno de los grados de santidad o de realización del *Nibbāna*.

El contraste entre los tiempos verbales en imperativo de la primera parte de la frase y el tiempo futuro de la segunda (llegarás, *ehisi*), demuestra que hacerse una isla para sí mismo, esforzarse y ser sabio, son los requisitos o medios que permitirán en el futuro llegar a la condición de Noble o santo que experimenta el *Nibbāna*.

Similarmente, en (Dhp. 238) el Buddha exhorta a hacer lo mismo pero en este caso se describe de otro modo el fin a conseguir, concretamente, como el cese del nacer y el envejecer: «Hazte una isla para ti mismo, esfuérzate sin demora, sé un pandit ; con tus purezas expulsadas y libre de mancha no te enfrentarás nuevamente al nacimiento y a la vejez»<sup>36</sup>

De nuevo, se contrasta una exhortación en imperativo, los medios para lograr algo, con el tiempo futuro (*upehisi*) o el fin a conseguir, (no te enfrentarás nuevamente con el nacer y el envejecer: *na puna jātijaram upehisi*).

Lo mismo se puede observar en el lugar clásico donde aparece la exhortación a tenerse a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio, quien practica los Cuatro Fundamentos de la Atención, alcanzará el máximo desarrollo espiritual:

He aquí, *Ānanda*, que el monje vive contemplando el cuerpo en el cuerpo, fervoroso, lúcido y atento, desechando la codicia y la aflicción de lo mundano. Vive contemplando las sensaciones en las

<sup>35</sup> Traducción de Carmen Dragonetti, *Dhammapada*, Buenos Aires, p.161:

«*So karohi dīpam attano  
Khippaṃ vāyama paṇḍito bhava  
Niddhantamalo anaṅgaṇo  
dibbaṃ ariyabhūmim ehisi*». (Dhp. 236).

<sup>36</sup> Traducción de Carmen Dragonetti, *Ibid.* p.161.

«*So karohi dīpam attano  
Khippaṃ vāyama paṇḍito bhava  
Niddhantamalo anaṅgaṇo  
na puna jātijaram upehisi*». (Dhp. 236).

sensaciones... la mente en la mente... los objetos mentales en los objetos mentales, fervoroso, lúcido y atento, desechando la codicia y la aflicción de lo mundano. Así es, *Ananda*, como el monje vive teniéndose a sí mismo como isla, a sí mismo como refugio, no otro refugio, teniendo al *dhamma* como isla, al *dhamma* como refugio, no otro refugio. Quienquiera, *Ananda*, ya sea ahora o después de mí, que permanezca<sup>37</sup> como los que se tienen a sí mismos como isla y refugio, no otro refugio, como los que tienen el *dhamma* como isla y refugio, no otro refugio, esos mis monjes, *Ananda*, si les gusta la practica, se desarrollarán<sup>38</sup> al máximo<sup>39</sup>.

O sea que quienquiera que se tenga a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio, es decir, quienquiera que practique los Cuatro Fundamentos de la Atención, se desarrollará al máximo (*tamatagge*) o llegará a lo más alto de la práctica espiritual, a saber, a la liberación del sufrimiento.

En (S. III. 42), se confirma que tenerse a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio no es lo mismo que la liberación o fin del sufrimiento, sino algo que debe hacerse (expresado en este texto como investigar el nacimiento y origen del sufrimiento) para lograr dicho fin (el conocimiento propiamente dicho del nacimiento y origen del sufrimiento):

Monjes, permaneced como los que se tienen a sí mismos como isla, a sí mismos como refugio, no otro refugio, como los que tienen al *dhamma* como isla, al *dhamma* como refugio, no otro refugio. Monjes, los que permanecen como los que se tienen a sí mismos como isla, a sí mismos como refugio, no otro refugio, como los que tienen al *dhamma* como isla, al *dhamma* como refugio, no otro refugio, han de investigar con atención: ¿cuál es el nacimiento del

---

<sup>37</sup> «*viharissanti*». En este caso, el tiempo futuro expresa el carácter condicional de la frase, no que sea algo a realizar en el futuro.

<sup>38</sup> «*bhavissanti*». Ahora si que se trata de algo que ocurrirá en el futuro, algo que es consecuencia de la práctica de los Cuatro Fundamentos de la Atención y el amor a dicha práctica.

<sup>39</sup> «*idhānanda bhikkhu kāye kāyānupassī viharati ātāpī sampajāno satimā vineyya loke abhijjhādomanassam, vedanāsu vedanānupassī viharati ātāpī sampajāno satimā vineyya loke abhijjhādomanassam, citta cittānupassī viharati ātāpī sampajāno satimā vineyya loke abhijjhādomanassam, dhammesu dhammānupassī viharati ātāpī sampajāno satimā vineyya loke abhijjhādomanassam. Evaṃ kho ānanda, bhikkhu attadīpa viharati attasaraṇo anaññasaraṇo, dhammadīpa dhammasaraṇo anaññasaraṇo. ye hi keci ānanda, etarahi vā mamaṃ vā accayena attadīpā viharissanti attasaraṇā anaññasaraṇā. Dhammadīpā dhammasaraṇā anaññasaraṇā, tamatagge me te ānanda, bhikkhu bhavissanti ye keci sikkhākāṃātī*». (D. II. 100-101).

pesar, del lamento, del dolor, de la aflicción y de la tribulación ?, ¿cuál es su origen?<sup>40</sup>

Nuestra interpretación del *Dhamma* como medio y no como un fin idéntico al *Nibbāna*, viene confirmada por (M. I. 134-135), donde el Buddha compara el *Dhamma* con una balsa que sirve para cruzar a la otra orilla<sup>41</sup>. El fin es la liberación del sufrimiento o *Nibbāna*, cruzar desde la orilla del sufrimiento a la orilla del cesar del sufrimiento, el *Dhamma* es el medio o la balsa que permite cruzar.

Si bien el *Nibbāna*, el *Dhamma* y uno mismo pueden denominarse metafóricamente refugio del mismo modo, no se denominan refugio en el mismo sentido. Una cosa es el *Nibbāna*, el fin, y otra es la práctica de los cuatro fundamentos de la atención o tenerse a uno mismo y al *Dhamma* como isla y refugio<sup>42</sup>.

### Conclusiones

- Tener al *attā* y al *Dhamma* como isla y refugio se define como la práctica de los Cuatro Fundamentos de la Atención, es decir, como un proceso impermanente surgido interdependientemente, por lo que ni el *attā* ni el *Dhamma* que hay que tener como isla y refugio pueden interpretarse como entidades inmutables y eternas.

- Aunque fuera correcta la traducción atmánica, el Buddha estaría entendiendo por tener al *attā* como isla y refugio, la práctica de los Cuatro Fundamentos de la Atención, lo que pretende en último término la contemplación de la impermanencia, insatisfactoriedad, ausencia de *attā* y Surgir Dependiente de los procesos psicofísicos humanos.<sup>43</sup>

- La traducción atmánica de *attadīpā viharatha attasaraṇā*, etc., permite demostrar únicamente que el Buddha usa una expresión metafórica para recomendar a sus discípulos que practiquen los Cuatro fundamentos de la Atención, o lo que es lo mismo, que eviten los estados mentales perjudiciales y sigan practicando el *Dhamma*.

- Cuando el Buddha afirma haber hecho un refugio para sí mismo, no se refiere a que ha logrado un refugio para un *attā* permanente y eterno sino que se limita a afirmar que él

<sup>40</sup> «Attadīpā bhikkhave, viharatha attasaraṇā anaññasaraṇā. Dhammadīpā dhammasaraṇā anaññasaraṇā. Attadīpānaṃ bhikkhave, viharataṃ attasaraṇānaṃ anaññasaraṇānaṃ dhammadīpānaṃ dhammasaraṇānaṃ anaññasaraṇānaṃ, yoni yeva upaparikkhitabbākiñjātikā sokaparidevadukkhadomanassupāyāsā. Kimpahotikāti» (S. III. 42).

<sup>41</sup> (M. I. 134-135).

<sup>42</sup> Esto no significa que el *Nibbāna* no sea un *dhamma*. El *Nibbāna* es un *dhamma* pero no es el *Dhamma*. Se trata de dos sentidos de la palabra *dhamma* que no deben confundirse. Véase A. Vélez, "La teoría budhista de los dharmas", *Endoxa* 10 (1998).

<sup>43</sup> De hecho, en (S. III. 141) se relaciona explícitamente la expresión hacerse un refugio para uno mismo con la contemplación de la ausencia de una esencia inmutable en los agregados.

previamente ha practicado los Cuatro Fundamentos de la Atención y que mediante dicha práctica ha logrado el refugio del *Nibbāna*.

- Interpretar el *Nibbāna* metafóricamente como un refugio, no implica que el *Nibbāna*, el *Dhamma* y el *attā*, sean lo mismo sino simplemente que el Buddha emplea una misma metáfora para referirse a cosas distintas, a saber: a los medios (práctica de los Cuatro Fundamentos de la Atención o tenerse a sí mismo y al *Dhamma* como isla y refugio) y al fin (logro del refugio del *Nibbāna*).