

Gran Discurso de los Fundamentos de la Atención

CLASE V

Bhikkhu Nandisena

4 Fundamentos de la atención

— [1. Contemplación del cuerpo ✓

— [2. Contemplación de la sensación

— [3. Contemplación de la conciencia

— [4. Contemplación de los dhammas (Clases VI y VII)

II. Contemplación de la sensación

— [La sensación es un estado inmaterial.

— [Se dice que se expone la contemplación de la sensación después de la contemplación del cuerpo porque entre los estados inmateriales es lo más evidente.

— [Hay tres tipos de sensación: (1) sensación placentera, (3) sensación dolorosa y (3) sensación ni de placer ni de dolor.

— [Tanto la sensación placentera como la sensación dolorosa pueden ser mentales como corporales.

II. Contemplación de la sensación

— [Y, bhikkhus, ¿cómo un bhikkhu mora contemplando la sensación en las sensaciones? Aquí, bhikkhus, cuando un bhikkhu experimenta una sensación placentera, comprende: “Estoy experimentando una sensación placentera”; cuando experimenta una sensación dolorosa, comprende: “Estoy experimentando una sensación dolorosa”; cuando experimenta una sensación ni placentera ni dolorosa, comprende: “Estoy experimentando una sensación ni placentera ni dolorosa”.

II. Contemplación de la sensación

— [Cuando experimenta una sensación placentera mundana, comprende: “Estoy experimentando una sensación placentera mundana”; cuando experimenta una sensación placentera no mundana, comprende: “Estoy experimentando una sensación placentera no mundana”; cuando experimenta una sensación dolorosa mundana, comprende: “Estoy experimentando una sensación dolorosa mundana”;

II. Contemplación de la sensación

— [cuando experimenta una sensación ni placentera ni dolorosa mundana, comprende: “Estoy experimentando una sensación ni placentera ni dolorosa mundana”; cuando experimenta una sensación ni placentera ni dolorosa no mundana, comprende: “Estoy experimentando una sensación ni placentera ni dolorosa no mundana”. Así mora contemplando la sensación en las sensaciones internamente... Así también, bhikkhus, un bhikkhu mora contemplando la sensación en las sensaciones.

Explicación de términos

— [**Cuando un bhikkhu experimenta una sensación placentera, comprende: “Estoy experimentando una sensación placentera”.**

— “Aquí, ciertamente aun infantes en posición supina, cuando están mamando, experimentan una sensación placentera y comprenden que están experimentando una sensación de placer”.

— “Pero esto no se refiere a tal modo de conocimiento porque tal modo de conocimiento: (1) no abandona la noción errónea de un ser, (2) no elimina la percepción de una persona, y (3) tampoco es la práctica de meditación ni el desarrollo de los fundamentos de la atención. ”

Explicación de términos

— [¿Quién experimenta la sensación? Ningún ser o individuo experimenta la sensación.

— [¿De quién es la sensación? De ningún ser o individuo es la sensación.

— [¿Por qué se experimenta la sensación? La sensación puede ocurrir debido a que se toma como objeto la base.

— [Leer historia del Comentario.

III. Contemplación de la conciencia

— [La conciencia es una de las partes de la mente. Hay dos componentes de la mente: (1) conciencia y (2) factores mentales.

— [La conciencia se define como aquello que conoce al objeto.

— [En esta contemplación se observan los diferentes tipos de mente como “conciencia con pasión”, “conciencia con enojo”, etc.

III. Contemplación de la conciencia

— [Y, bhikkhus, ¿cómo un bhikkhu mora contemplando la conciencia en la conciencia? Aquí, bhikkhus, un bhikkhu comprende la conciencia con pasión como “conciencia con pasión”; comprende la conciencia sin pasión como “conciencia sin pasión”. Comprende la conciencia con enojo como “conciencia con enojo”; comprende la conciencia sin enojo como “conciencia sin enojo”. Comprende la conciencia con ignorancia como “conciencia con ignorancia”; comprende la conciencia sin ignorancia como “conciencia sin ignorancia”.

III. Contemplación de la conciencia

— [Comprende la conciencia contraída como “conciencia contraída”; comprende la conciencia dispersa como “conciencia dispersa”. Comprende la conciencia sublime como “conciencia sublime”; comprende la conciencia no sublime como “conciencia no sublime”. Comprende la conciencia superable como “conciencia superable”; comprende la conciencia insuperable como “conciencia insuperable”.

III. Contemplación de la conciencia

— [Comprende la conciencia concentrada como “conciencia concentrada”; comprende la conciencia desconcentrada como “conciencia desconcentrada”. Comprende la conciencia liberada como “conciencia liberada”; comprende la conciencia no liberada como “conciencia no liberada”. Así mora contemplando la conciencia en la conciencia internamente... Así también, bhikkhus, un bhikkhu mora contemplando la conciencia en la conciencia.

Explicación de términos

— [**Conciencia con pasión:** Alguna de los ocho conciencias asociadas con apego.

— [**Conciencia sin pasión:** Cualquier conciencia indeterminada o sana mundana.

— [**Conciencia con enojo:** Alguna de las dos conciencias asociadas con sensación mental desagradable.

— [**Conciencia sin enojo:** Cualquier conciencia indeterminada o sana mundana.

Explicación de términos

— [**Conciencia con ignorancia:** Es de dos tipos, asociada con duda y asociada con agitación. Pero debido a que la ignorancia surge con todas las conciencias insanas, las restantes conciencias insanas también se incluyen aquí.

— [**Conciencia sin ignorancia:** Cualquier conciencia indeterminada o sana mundana.

— [**Conciencia contraída:** Conciencia afligida por sopor y somnolencia.

— [**Conciencia dispersa:** Conciencia asociada con agitación.

Explicación de términos

— [Leer la explicación del Comentario de las restantes conciencias.

Referencias

— [Gran Discurso de los Fundamentos de la Atención
(Mahāsatipaṭṭhāna Sutta)

— [Comentario del Gran Discurso de los Fundamentos de la
Atención (Mahāsatipaṭṭhānasutta-vaṇṇanā)

— [Discurso de la Atención a la Respiración (Ānāpānassati Sutta)

— [Visuddhimagga - Exposición de la Atención a la Respiración
(Capítulo VIII Secciones 215-238)