

ABHIDHAMMA
EN LA
VIDA COTIDIANA

ASHIN JANAKĀBHIVĀṂSA

TRADUCIDO Y EDITADO AL INGLÉS POR
U KO LAY

REVISADO POR
SAYADAW U SĪLĀNANDA

TRADUCCIÓN AL ESPAÑOL POR
RUTTY BESSOU DO

EDITADO Y CORREGIDO POR
ALINA MORALES Y BHIKKHU NANDISENA

Abhidhamma en la Vida Cotidiana

© 2006 CMBT

ISBN: EN TRÁMITE

CMBT es Centro Mexicano del Buddhismo Theravada

www.cmbt.org

Todos los derechos reservados. No reproducir en ninguna forma sin previo permiso escrito del editor.

DHAMMADAYA
EDICIONES

CONTENIDO

Prefacio de la edición en español.....	i
Acerca del Autor.....	v
Prólogo del traductor al inglés.....	xi
Prefacio del Autor.....	xix
Capítulo 1. Las Realidades Últimas y la Mente.....	1
Capítulo 2. Los Factores Mentales Insanos.....	13
Capítulo 3. Los Factores Mentales Sanos.....	79
Capítulo 4. Los Factores Mentales Asociados con Buenas y Malas Conciencias.....	119
Capítulo 5. Temperamentos.....	143
Capítulo 6. Las Diez Bases de las Acciones Meritorias...	151
Capítulo 7. Acerca del Kamma.....	207
Capítulo 8. Los Procesos Cognitivos que Preceden a la Muerte.....	237
Capítulo 9. La Naturaleza del Renacimiento.....	253
Capítulo 10. La Materia.....	265
Capítulo 11. Los Planos de Existencia. El Nibbāna.....	283
Epílogo.....	321

PREFACIO A LA EDICIÓN EN ESPAÑOL

El libro que el lector tiene en sus manos es el resultado del esfuerzo conjunto de muchas personas a través de muchos años. Tuvieron que pasar más de setenta años desde que el autor, el Venerable Janakābhivaṃsa, publicara su primera edición en 1933 hasta que en 2006 se concretara esta primera edición en español del *Abhidhamma en la Vida Cotidiana*.

De las Tres Canastas (Tipiṭaka) en que están divididas las enseñanzas del Buddha, la Canasta del Abhidhamma (Abhidhamma Piṭaka) es la más compleja y abstrusa. No obstante esto, el autor escribió este libro para la audiencia laica de su país, Myanmar, instruida en los principios generales del buddhismo pero no en las complejidades de las realidades últimas ni del funcionamiento de la mente y materia. Difícil tarea la suya, intentar transmitir las enseñanzas básicas del Abhidhamma de una manera accesible al público en general. Que logró su propósito, más allá de las más optimistas expectativas, lo atestiguan las trece ediciones que había pasado su obra hasta 1995.

Ahora, para un público como el hispanohablante, no familiarizado con el buddhismo, es difícil de pronosticar cómo será acogida esta obra. Especialmente cuando se usa una abundancia de términos en pali para explicar los diferentes tópicos del Abhidhamma. Pero para aquellos hispanohablantes interesados en el buddhismo, ya familiarizados con los principios básicos del mismo, y dispuestos a invertir un suficiente grado de paciencia, el cuidadoso estudio de esta obra aportará valiosas herramientas para entender la complejidad de la mente y

sus acciones así como la posibilidad de aplicar estas enseñanzas para mejorar sus vidas cotidianas de acuerdo con la encomienda del Buddha de no hacer ningún mal y cultivar el bien.

Las enseñanzas del *Abhidhamma en la Vida Cotidiana* están matizadas con deliciosas e instructivas historias generalmente tomadas de la Literatura Pali. Historias que han sido utilizadas por muchos siglos para transmitir la enseñanza del Buddha de una manera amena y accesible.

Seguramente el lector descubrirá en este libro cosas inesperadas al leer los capítulos acerca de los factores mentales, aprenderá acerca de las acciones meritorias, que de acuerdo con las enseñanzas del Buddha conducen a la felicidad y que por esta razón es necesario ser diligentes en su realización, y quizá podrá vislumbrar la insondable profundidad de la sabiduría del Buddha. Cualquiera que sea su experiencia, haber leído y comprendido el contenido de este libro seguramente será una experiencia transformadora hacia el bien.

La edición en español del *Abhidhamma en la Vida Cotidiana* ha sido posible gracias al esfuerzo y dedicación de varias personas. Ruty Bessoudo realizó la traducción al español. Alina Morales y yo estuvimos a cargo de la edición y corrección. Lourdes Estrada diseñó la bonita portada. Beatriz Hernández nos brindó su incondicional apoyo para que este libro fuera publicado. Ricardo Aguirre, dueño de la imprenta que publicó el libro, generosamente donó quinientos ejemplares. También las siguientes personas hicieron donativos para cubrir la impresión de los otros quinientos ejemplares: Hwa Joon Lee, Mayte Téllez, María Isabel Zapico, Clariza Lucía Fernández, Mónica del Puerto y Beatriz Hernández. Bertha Imaz se hizo cargo de

la logística financiera del proyecto. Para todos ellos, y también para aquellos que participaron en este proyecto y que no han sido nombrados aquí, nuestro agradecimiento por haber hecho posible que el *Abhidhamma en la Vida Cotidiana* ahora esté disponible para el mundo hispanohablante.

Bhikkhu Nandisena
Dhamma Vihara
Municipio de Jilotepec,
Veracruz, México
4 de Enero de 2006