

LA ESTRUCTURA DE LA MEDITACION SEGUN EL DĪGHA NIKĀYA, COMPARADA CON LA DEL YOGA-SŪTRA

El texto pāli del *Dīgha Nikāya* conserva una de las tradiciones más auténticas del budismo. Aunque no se puede dudar de cambios e interpolaciones posteriores, la época redaccional suele colocarse uno o dos siglos después del Buda histórico¹. Nos encontramos, por lo tanto, ante los elementos más auténticos del Budismo, que sirvieron de inspiración a muchas corrientes espirituales posteriores. ¿Hasta qué punto son originales sus ideas sobre la meditación? ¿Se nota el influjo de las doctrinas sobre la meditación propias de las escuelas filosóficas Yoga? ¿Influyeron los nuevos elementos budistas en la sistematización posterior del Yoga? Son algunos temas que intentamos esclarecer en el presente estudio. Los análisis sobre las diversas estructuras de la meditación, según están descritas en las mismas fuentes originales, nos ayudarán a comprender mejor la ideología y espiritualidad que corre debajo de todos los grandes movimientos religiosos del Asia.

No hay que olvidar algunas ideas preliminares sobre el sentido de la meditación dentro de estas primitivas escuelas. Suponen una ascesis espiritual y una auténtica disciplina mental. La meditación se caracteriza por un proceso de concentración, que significa un abrir el camino hacia la interiorización y penetración. En el término se encuentra la salvación, que consiste en llegar a la "realidad", que no es ajena ni independiente de nosotros. La realidad está oculta por la "ignorancia", que es uno de los conceptos básicos y significa la carencia del verdadero conocimiento de la esencia de las cosas e importa una ilusión existencial; de aquí el trabajo de la mente para autoliberarse de la ignorancia, y conseguir la realización que es a la vez la iluminación. El conocimiento tiene una función soteriológica. Todo este proceso, y en concreto el *samādhi*, o últimas etapas, suele ser traducido con la palabra éxtasis (o én-

¹ T. W. RHYS DAVIDS en la introduc. del *Dīgha Nikāya* tratando de este problema se adhiere a la sentencia del Dr. Bühler: "These books, as we have them in the Pāli, are good evidence, certainly for the fifth, probably for the sixth, century B.C.", *Dīgha Nikāya*, vol. I, Pāli Text Society, London 1899 (reimpr. 1956), Introduc., p. XX.

stasis), significando ese replegarse en sí mismo, y lograr la recuperación del auténtico yo, y de la realidad. El hombre iluminado y perfecto, *arahat*, entra en un mundo superior donde todo es unidad.

En otra ocasión hemos expuesto detenidamente la estructura de la meditación budista, según el canon pāli del *Dīgha Nikāya*². Ahora queremos recordar los pasos para que nos ayuden en nuestro estudio comparativo. El camino y método propuesto por Buda, es el *noble óctuple camino*, conocido también como *camino medio*. Los siete primeros pasos del camino forman una etapa preliminar que dejan al monje a la puerta de los estados mentales llamados *jhāna* (en sásc., *dhyāna*); los cinco primeros miran a la vida y conducta externa. En el texto pāli los ocho pasos vienen precedidos del adjetivo *samma*: recto.

1. recta visión de las cosas
2. recta intención
3. recta palabra
4. recta acción (evitando esfuerzos vanos)
5. recta forma de vida (manifestada en no-matar, no-robar, castidad)
6. recta vigilancia (*samma vayāna*): supone la guarda de los sentidos y el control mental
7. recta conciencia (*samma sati*), o atención a los componentes del cuerpo, percibir la respiración, las sensaciones.
8. recta concentración (*samma samādhi*), que incluye cuatro fases o estadios o experiencias:
 - 1.º *jhāna*: por medio del "raciocinio y deliberación" superar los "cinco impedimentos". Extinción de toda sed. Como fruto, la alegría.
 - 2.º *jhāna*: cesa todo raciocinio; unidad de pensamiento en la concentración; elevación de la mente; queda algo de "complacimento".
 - 3.º *jhāna*: superación de todo complacimento; perfecta "ecuanimidad", calma mental.
 - 4.º *jhāna*: experiencia pura, con desobjetivación de la conciencia.

[Existen cuatro nuevos estados *ārūpa*, que importan unidad]

- 1.º identificación con la totalidad; todo es espacio infinito,
- 2.º ingreso en la conciencia universal, infinita,

² La estructura de la meditación budista según los textos de la literatura pāli, en "Estudios de Orientalismo", volumen Homenaje al P. F. M. Pareja, S.J., Madrid 1971.

- 3.º superación de la conciencia universal; queda la "nada".
- 4.º la plena realización ahora y aquí; a las puertas del Nibbana.

De esta forma ha llegado el monje budista al estado propio de los *arahat* o perfectos. Puede aún vivir, pero no renacer, es el "que no vuelve".

Después de esta presentación, tan esquemática, de la estructura de la meditación budista, podemos buscar en los sistema Yoga la estructura de la concentración. Dentro de este mundo inmenso que implica el Yoga, nos queremos fijar en una obra representativa, no precisamente de la escuela del Yoga "fuerza-corporal", que es la más conocida hoy en el Occidente, sino del Yoga clásico, el de la reflexión³. Todos los sistemas Yoga nos llevan a lo más profundo de la realidad hindú. Podemos considerarlos como una respuesta al tema de la condición humana. Tema que desde el tiempo de los Upanishad se discutía; ya en esta antigua literatura se encuentran teorías más o menos completas sobre el éntasis, medios para buscar la interiorización y la unión. El Yoga hunde sus raíces en estos primeros tiempos de la filosofía de la India. Etimológicamente, de la raíz *yuj*, parece indicar el esfuerzo por "poner debajo del mismo yugo", "unir", etc. Supone que el hombre está dividido, desunido en medio de las exigencias de la vida del mundo. En su acepción religiosa, el método Yoga llevará al hombre por medio de exigencias ascéticas y métodos cognoscitivos, a la unión. El Yoga ha sido reconocido como un sistema ortodoxo por el mismo brahmanismo, y en este punto se diferencia de los sistemas budistas que vienen considerados como heréticos. En concreto, entronca con el realismo de la filosofía Sāṃkhya, aunque se diferencia de ella en cuanto el Yoga es teístico, e insiste concretamente en los métodos de la concentración y meditación; el Sāṃkhya se contenta con la recta conciencia, como elemento capaz de disipar la ignorancia.

Escogemos como texto base de nuestra investigación el *Yoga-sūtra* o aforismos sobre el Yoga⁴. Este texto recoge las teorías antiguas, muchas de ellas anteriores al budismo, y las sistematiza. La última parte, como veremos, parece que es posterior, redactada como reacción a ciertas corrientes budistas. Como autor aparece

³ Hoy la bibliografía sobre el Yoga es inmensa, básicos son los libros de M. ELIADE, *Le Yoga. Immortalité et Liberté*, Paris 1954 [amplia bibliografía comentada, pp. 360-412] (Trad. inglesa, London 1958); O. LACOMBE, *Sur le yoga indien*, "Études Carmélitaines", 2 7(1937) 107 ss.; *Yoga, science de l'homme integral* (sous la direction de J. MASUI), Paris 1953. Prescindimos del Yoga moderno, y del Yoga llamado violento.

⁴ Ediciones, traducciones principales, etc., en *A Guide to Oriental Classics*, Columbia University Press, N.Y. and London 1964, 60-63. Hay que añadir una traducción italiana de CORRADO PENSA, Torino 1968, que contiene además los comentarios de Vyāsa, sec. VII-VIII.

el nombre de Patañjali; y este nombre ha originado un problema, aún sin resolver, sobre la fecha de composición de su obra: si el autor coincide con un famoso Patañjali, gramático del siglo II antes de Cristo, o si se trata de otro Patañjali que vivió hacia el siglo VI d.C. No faltan algunos investigadores que consideran la redacción de los tres primeros capítulos del *Yoga-sūtra* anterior a nuestra era, la del último como una adición posterior⁵. Pronto se escribieron algunos comentarios, y entre ellos merece un recuerdo especial el de Vyāsa (ss. VII-VIII), por su concisión y exactitud; hoy suele acompañar la edición y traducción del *Yoga-sūtra*. Son famosos los comentarios del rey Bhoja, principios del s. XI.

El *Yoga-sūtra* está dividido en cuatro capítulos o secciones. El primero, dirigido a los más adelantados que de alguna forma han alcanzado ya el éntasis o *samādhi*, va explicando en 51 aforismos o frases las últimas operaciones mentales propias del éntasis. Para nosotros tiene un valor especial el libro o capítulo II, que lleva como título *Sādhana-pāda*, o "capítulo de la realización", está dedicado a los principiantes y se abre con estas frases de Vyāsa: "Ha sido expuesto [en el cap. I] la forma cómo llega el yoga al individuo cuya mente está ya recogida en el éntasis. Pero si la mente está todavía hundida en la experiencia ordinaria, ¿de qué forma se llega al yoga?" Los primeros aforismos tratan más bien de algunas cuestiones preliminares. Los fines inmediatos del Yoga vienen expuestos como la realización del éntasis, y la atenuación de las cinco manchas o límites de nuestra condición: la ignorancia, el egoísmo, la pasión, la aversión y el apego (cfr. *Yoga-sūtra* II, 2-4). El fin último es común con todas las escuelas filosóficas y místicas de la India, la "liberación" del dolor. "Todo es solamente dolor para aquel que discierne" (Y.S., II, 15). Este dolor, inherente a la condición humana, se reduce al problema de la "ignorancia". El tema de la ignorancia llena muchos de los aforismos de esta primera parte del capítulo II. Viene definida como "ver eternidad, pureza, felicidad y espíritu, en aquello que es caduco, que es impuro, que es dolor y que no es espíritu" (II, 5). Hemos traducido por espíritu el término *ātman*; no podemos olvidar otro término, muy semejante, más usado en el Yoga: *purusha*, que a veces puede ser interpretado como alma, o como el Yo; algo distinto de la materia o sustancia primordial, *prakṛti*, de la que se produce de una forma muy sutil la inteligencia o *buddhi*⁶. La ignorancia es de orden me-

⁵ M. ELIADE, *Patañjali et le Yoga*, Paris 1962. J. H. WOOD, *The Yoga-system of Patañjali*, Cambridge 1914. S. N. DASGUPTA, *A Study of Patañjali*, Calcuta 1920. LOUIS DE LA VALLÉE POUSSIN, *Le Bouddhisme et le Yoga de Patañjali*, "Mélanges chinois et bouddhiques", 5 (1937) 223-242.

⁶ Del *purusha* sólo se puede decir que es, y no se le puede atribuir ningún predicado o relación positiva. La *prakṛti* es dinámica y creativa, manifestándose en tres modalidades o formas de ser (*guna*): la propia de la luminosidad

tafísico, y está en la base de esas cinco manchas o falsas concepciones que ya conocemos, y en la base del proceso *kármico*; la ley del *karma* determina el ciclo de las reencarnaciones dolorosas; el hombre por la meditación podrá superar la ignorancia, logrando así suprimir las funciones de las falsas concepciones (Y.S., II, 11), y anular las fuerzas kármicas. Después de estas breves ideas introductorias, el aforismo 29 de este capítulo II expone los ocho miembros del ejercicio de la meditación yóguica:

1. Prohibiciones (*yama*)
2. Obligaciones (*niyama*)
3. Posturas del cuerpo (*āsana*)
4. Ritmo de la respiración (*prānāyāma*)
5. Abstracción (*pratyāhāra*)
6. Concentración (*dhāraṇā*)
7. Meditación (*dhyaṇa*)
8. Entasis (*samādhi*); es de dos clases:

- 1.º e. conscio (*saṃprajñata* s.) o “con semilla”.
 - con deliberación,
 - con raciocinio,
 - sin deliberación,
 - sin raciocinio.
- 2.º e. inconscio (*asaṃprajñata* s.) o “sin semilla”.

Estos ocho miembros, conocidos con el nombre de *anga*, forman diversas categorías de prácticas fisiológicas y de ejercicios mentales. Son a la vez etapas de un camino ascético, de interiorización. En la exposición de Patañjali están jerarquizados, y cada uno de estos miembros tiene un fin distinto, específico. Los dos primeros son como los preliminares, y miran más bien a la conducta exterior. Los dos siguientes, aunque externos, guardan una íntima relación con el ejercicio mental. Los cuatro últimos describen las distintas operaciones mentales.

Las *prohibiciones* están explicadas en el aforismo 30: “son el no-matar, el no-mentir, el no-robar, la abstinencia sexual, y el no ser avaro”. Importan un estado de pureza necesario para proseguir en las etapas ulteriores. Cuando la primera se observa de una forma estable, fructifica la amistad (Y.S., II, 35); el decir la verdad comunica fuerza a las palabras que harán lo que dicen (ib. 36); el no robar hará al asceta poseedor de todas las perlas del mundo (ib. 27); por la abstinencia sexual se adquiere una energía invisible capaz

y de la inteligencia (*sattva*), la propia de la energía motriz y de la actividad mental (*rajas*), la propia de la inercia, y de la oscuridad psíquica (*tamas*), una explicación en M. ELIADE, *Le Yoga*, o. c., 33 ss.

de influir de una forma efectiva en la formación de los discípulos (ib. 38). El "no ser avaro", explica Vyāsa, significa no aceptar nada, considerando los daños que suponen el aceptar una cosa, o el conservarla, o el destruirla, o el apegarse, que son ofensas.

Las *obligaciones* que debe practicar todo yoguín, están también reducidas a cinco: "pureza, serenidad, ascesis, el estudio y la devoción al Señor" (Y.S., II, 32). La pureza viene explicada en términos de pureza exterior, que coincide con la limpieza y se logra con agua, arcilla, consumiendo alimentos sacrificados, y es fruto del "disgusto por el propio cuerpo" (Y.S., II, 40); y de pureza interior que viene descrita como "pureza del *sattva* (mental), claridad, concentración en un punto, victoria sobre los sentidos, capacidad de conocerse a sí mismo" (Y.S., II, 41). La ascesis significa soportar lo adverso y cumplir con el deber⁷; en el aforismo 33 se dará una regla de oro al insistir que cuando hacen acto de presencia las inclinaciones contrarias "es necesario cultivar lo opuesto a ellas", principio que coincide con el "oppositum per diametrum" de nuestra ascesis; sigue una descripción realista de las inclinaciones contrarias, y sus consecuencias dolorosas. El estudio se interpreta como el conocimiento de la ciencia que ayuda a la salvación, y como la repetición de ciertas sílabas (*praṇava*), o fórmulas con valor salvífico. (Una explicación de esta fórmula mística *om* en Y.S., I, 27, 28). Por fin, la devoción al Señor, es el "ofrecimiento al Señor de todas las acciones como a Maestro supremo", según interpreta Vyāsa; este Señor supremo es Ísvara, y la comunión con él viene concebida no como fin sino como medio para la salvación. De todas estas *obligaciones* que forman el segundo paso del itinerario, merece nuestra atención un término dentro de la descripción de la pureza interior: *ekāgratā* o concentración de la mente en un punto; este ejercicio logra controlar los diversos géneros de dispersión mental, actividad sensorial y aun del subconsciente.

El tercer miembro del itinerario está dedicado a las *posturas del cuerpo*. Son posturas físicas favorables al equilibrio corporal, de forma que la conciencia del yoguín se olvida del cuerpo, se neutraliza, y se prepara así a la meditación. Al principio, estas posturas costarán trabajo, pero el ideal es lograr que desaparezcan todos los esfuerzos. Se supone la presencia de un maestro que enseñe estas posturas. Es un esfuerzo corporal hacia la unificación: las fuerzas del cuerpo quedan concentradas, fijas. Solamente tres afo-

⁷ "La ascesis, explica Vyāsa en el comentario al aforismo 32, es soportar los contrarios, como son el hambre y la sed, el calor y el frío, estar en pie y sentado, la paz del leño y la paz formal, el cumplir, según el uso recibido, los deberes como la mortificación, los ayunos regulados por la luna, las penitencias, etc."; "la paz del leño" significa ese tipo de silencio tan absoluto durante el cual el asceta yoguín no se comunica con otros ni aun por señas; "la paz formal" exige solamente no hablar.

rismos del *Yoga-sūtra* están dedicados a la exposición de este estado; el comentario de Vyāsa no puede ser más breve. Por el contrario, las teorías y exposición sobre las posturas, ocuparán muchas de las páginas del *Haṭhayoga* o yoga violento, que es el más conocido⁸. Los tres aforismos mencionados dicen así: "La postura debe llevar a la estabilidad y al bienestar. En virtud de un relajar todo esfuerzo, y de la realización del infinito. De aquí, la no-obstaculación de parte de los contrarios" (Y.S., II, 46-48)⁹.

El control o *ritmo de la respiración* ocupa un estadio, el cuarto, dentro del itinerario hacia la interiorización, la concentración. Supone la disciplina de las posturas corporales. Al dominio de los ritmos fisiológicos se le atribuye una gran influencia en el campo espiritual y cognoscitivo. No debemos olvidar que en casi todas las escuelas de espiritualidad, incluyendo las cristianas como la tradición hesycaosta o palamita, se le ha concedido un valor especial en la vida de oración a los anhelitos, ritmos respiratorios, etc.¹⁰. "El control de la respiración consiste en una interrupción del proceso de aspiración y espiración", la interrupción tiene como fin conseguir un ritmo en las operaciones respiratorias; sólo la respiración del hombre profano es arítmica, inconsiderada. "Es una función externa, interna, estable, y regulada según el espacio, tiempo, número; y puede ser breve o corta"; el adjetivo "estable" introduce una tercera función además de la propia de aspirar y espirar el aire, la de contener la respiración. "De esta forma viene destruido el velo que impide la luz, y se obtiene la capacidad de la concentración" (Y.S., II, 49-53). Esta disciplina de la respiración subraya la tendencia hacia la unificación de la conciencia, con un influjo

⁸ Vyāsa en sus breves líneas de comentario al aforismo 46 recuerda 12 posturas que pertenecen a la tradición más antigua de la India, como la postura del loto, la decente, la heroica, la del elefante sentado, etc. Sobre el *Haṭhayoga*, véanse las indicaciones bibliográficas de M. ELIADE, *Le Yoga*, o. c., 231 ss., 371-72: Note II, 2.

⁹ Sobre la "realización del infinito" del aforismo 48 (*ānanyasa-māpatti*), algunos lo interpretan como nombre propio Ananta, otros como un adjetivo, *anantya*=infinito, cfr. L. de la VALLÉE POUSSIN, *Le Bouddhisme et le Yoga de Patañjali*, art. c., p. 237, primer párrafo. En este segundo caso, nos encontramos ante un elemento de tipo budista.

¹⁰ Estudia estos métodos, JACQUES-ALBERT CUTTAT, *La Mystique et les mystiques*, Paris 1965, 102-103, y ya antes en su libro: *La rencontre des Religions. Avec une étude sur la spiritualité de l'orient chrétien*, Paris 1957, todo el capítulo II: "Le méthode d'oraison hēsychaste, p. 101 ss. Los recuerda también B. JIMÉNEZ DUQUE, *Teología de la Mística*, BAC, Madrid 1963, 372-373. Ahora bien, la analogía es bastante extrínseca; en las escuelas cristianas la respiración no supera la categoría de un método con más o menos influjo; la función de Dios es esencial. Dentro del Yoga, la función de Dios, el Ísvara que ya conocemos, es reducida: como espíritu puro, que ni directa ni indirectamente interviene en la historia, sirve de modelo a la inmovilidad que debe alcanzar el yoguín, y de medio en el camino de la interiorización.

inmediato en la meditación, y mediato sobre la ley del karma que es la que oculta la luz del conocimiento discriminativo y vincula a las reencarnaciones.

El miembro número cinco del itinerario, es el último que pertenece al mundo externo, y los dos aforismos que lo explican cierran el libro o capítulo II del *Yoga-sūtra*. Se trata de la *subyugación* de los sentidos, o abstracción, logrando liberar los sentidos del contacto de sus respectivos objetos; éstos entran en contacto directo con la mente; la mente (*citta*) puede conocer con una clase de conocimiento que no es precisamente el sensorial¹¹. El yoguín adquiere una autonomía del mundo de los fenómenos. No conoce sólo el mundo de las formas (*rupa*) sino el de las esencias. No vivirá distraído por la actividad de los sentidos. Después de estos primeros cinco pasos, controla perfectamente el cuerpo, el subconsciente, y el flujo psicamental. Desde este momento, los tres pasos restantes de la estructura de la meditación yóguica, introducen al asceta dentro de un mundo superior. Las sutras o aforismos que los explican, abren el libro o capítulo III del *Yoga-sūtra*, que tiene como título: "de los poderes".

"Concentración (*dhāranā*) es fijarse la mente en un punto" (Y.S., III, 1). Fijación en un objeto excluyendo otros. Vyāsa en su breve comentario pone varios ejemplos, como fijarse en el cerco del ombligo, la punta de la lengua, la luz de la cabeza, o cualquier otro objeto externo. Todavía existe cierto dualismo entre el objeto y el sujeto cognoscente. Por esto, para la concentración mental es necesaria la fijación de un objeto externo, logrando contener el flujo psicamental. "Meditación (*dhyanā*) es la continua fijación de la conciencia en estos puntos" (Y.S., III, 2); supone una unificación del pensamiento, y lo característico es la "continuidad". No falta una cierta penetración, y asimilación del objeto que se medita. El *samādhi* es la última de las experiencias de la meditación yóguica. Es el resultado de todos los ejercicios ascéticos del Yoga. Si se recogen los términos que la acompañan, podemos reconstruir la siguiente descripción: unión, totalidad, concentración total, absorción en. Podría ser traducido por éxtasis, pero por su carácter de interiorización, es preferible el término "éntasis". En esta última experiencia se da cierta plenitud, desapareciendo el dualismo de objeto y sujeto (cfr. Y.S., III, 3 con el comentario de Vyāsa). Es un conocimiento-poseión. Existen varios estadios dentro de esta experiencia del *samādhi* que nos interesa ahora señalar, para estu-

¹¹ Vyāsa en el comentario al aforismo 55, recuerda el testimonio de uno de los técnicos del Yoga: "Jaigīśavya, en fin, opina que se trata de la absoluta falta de experiencia sensorial causada por la concentración en un punto por parte de la mente. De esta concentración nace la completa subyugación de los sentidos. Si la mente es detenida, se detienen los sentidos, y no exigen ulteriores medios, que se consiguen con esfuerzo".

diarlos y compararlos, páginas más adelante, con ciertos grados de la meditación budista. Antes de pasar adelante, hay que recordar que el *Yoga-sūtra*, estas tres últimas experiencias, —concentración, meditación, éntasis—, vienen llamadas con el nombre de “disciplina” (Y.S., III, 4).

Diversas clases de *samādhi*. Existe todo un progreso en la realización de la perfecta concentración o éntasis. Desde un éntasis argumentativo, deliberativo, hasta una experiencia sin argumentos y deliberación. (Todas estas cuatro clases de éntasis vienen descritas en el Y.S., I, 17, 42-44). No falta ese sentido de gozo y de identidad. Todos estos grados vienen llamados “éntasis con simiente” (*bijasamādhi*), pues se consiguen con la ayuda de un objeto, o de una idea. El capítulo III del *Yoga-sūtra* lleva como título, como ya indicamos, sobre los “poderes” milagrosos, extraordinarios (*siddhi*); desde el aforismo 16 se van explicando como fruto de la disciplina o tres últimas experiencias, en particular del *samādhi*; suponen que el conocimiento lleva a una identificación y asimilación de aquello a lo que se aplica la “disciplina”¹². Existe, por fin, otra clase de éntasis sin conocimiento de objeto, llamado “sin semilla” (*nirbīja*, cfr. Y.S., I, 51; III, 8) en estos momentos desaparece toda función mental, y se origina un silencio intelectual; un rapto; es el “éntasis inconscio”. Ya no hay más experiencia (ni sensorial, ni intelectual), sino revelación. El entendimiento (*buddhi*) ha terminado su función, se retira del espíritu (*purusha*), y se integra en la substancia primordial (*prakṛti*)¹³. Desde este momento, el yoguín vive fuera del tiempo, en una situación que viene descrita de una forma paradójica, en la que se da la coincidencia de los contrarios y cierta unidad. La autorrevelación del Ser, el Espíritu (*purusha*), equivale a una toma de contacto y conciencia con todo lo que es Ser.

¹² Como oír voces de todos los seres vivientes, aplicando la disciplina a la distinción entre palabra, significado e idea (Y. S., III, 17); conocimiento de las existencias precedentes (III, 18), del estado mental de otros (III, 19), de las ideas y no de los cuerpos (III, 20), la invisibilidad del propio cuerpo (III, 21), conocimiento de la hora de la muerte (III, 22), poderes “infallibles” en el campo de la amistad y de la compasión (III, 23); posesión de fuerzas extraordinarias (III, 24); conocimiento de cosas “subtiles, escondidas y remotas” (III, 25); de los “espacios cósmicos” (III, 26: en el comentario de Vyāsa sigue una exposición sobre la cosmografía contemporánea), de la luna y de las estrellas (III, 27); de la estrella polar (III, 28); de la constitución del propio cuerpo (III, 29: cuando la disciplina se aplica al cerco del ombligo; Vyāsa explica los 3 humores y 7 elementos que componen el cuerpo), etc. no faltan en la enumeración de estos poderes maravillosos, aquellos que en la tradición de la India vienen aplicados a los faquires, magos, etc., p. e., “no ser atacados por parte del agua, fango, espinas, etc.” (III, 39); la no-gravedad o suspensión (III, 42-43); más grados supremos de conocimiento (III, 49). Para un estudio complejo: S. LINQUIST, *Siddhi und Abhiñña, eine Studie über die klassischen Wunder des Yoga*, Uppsala 1935 (es más bien un inventario).

¹³ Véase el texto correspondiente a la nota 6.

Como conclusión de esta exposición, podemos señalar algunas características de este itinerario espiritual: un movimiento de oposición a todo lo que sea natural, mundano; movimiento de unificación de las principales fuerzas vitales, mediante una auténtica disciplina, logrando una simplificación de todo, y una reintegración. Son continuas esas notas propias de un sistema rítmico, que terminan por poner al yoguín al ritmo de la vida del Cosmos.

Pasemos ahora a la comparación con la estructura de la meditación budista, tal como ha quedado explicada en la primitivas fuentes de la literatura pāli, en concreto en el *Dīgha Nikāya*. Como conclusión, ya podemos adelantar que muchas ideas son comunes al *Dīgha N.*, y al *Yoga-sūtra*: ambos textos recogen las antiguas tradiciones de la India, patrimonio del más antiguo hinduismo. Existen claras diferencias en la forma cómo ambos libros, representantes de escuelas diferentes, han interpretado dichas tradiciones. Hay que recordar que ya en los Upanishad se encuentra una teoría bastante completa sobre los éntasis y la unión, los medios para provocarla, p. e., la inmovilidad prolongada del cuerpo, mirada fija en un punto, atención a la respiración, repetición de fórmulas, etc. La escuela del Yoga es más antigua que el Budismo, y la interpretación yóguica tiene que aparecer de alguna forma en la literatura pāli¹⁴; la redacción del *Yoga-sūtra* es más moderna y en ella podremos descubrir la influencia de ciertas notas propias de la interpretación o sistematización que realizó Buda.

Seguramente, ambos libros recogen una antigua tradición al exponer la estructura técnica de la meditación en *ocho* pasos. También es común esa tendencia que han heredado hacia la interiorización, concediendo un valor soteriológico al conocimiento, y dejando la ignorancia como la base de todo dolor, ilusión y esclavitud. Se trata de liberar lo intemporal que hay en el hombre de todo lo que está ligado al tiempo, al espacio, a la existencia fenoménica. Ambos textos suponen que la liberación, que es realización, se obtiene aquí durante la vida. La exposición budista subraya el empirismo práctico, mientras que la del Yoga acentúa la línea experimental, ascética, pero cargada de una profunda metafísica.

Las grandes diferencias de la estructura de la meditación budista comparada con la del *Yoga-sūtra*. El *samādhi* tal como viene expuesto en las fuentes budistas, prescinde de Dios. No se encuentra ninguna alusión a la función del Señor dentro del proceso de

¹⁴ No hay que olvidar que Buda cuando joven tuvo varios maestros de la escuela del Yoga, como Alāra Kalama y Uddaka Ramāputta; pronto se cansó de ellos, pero algo de sus ideas y prácticas debió de quedar en él; la descripción de este encuentro con los yoguines en la sutra 26 (Ariyapariyesanasutta, o la cuestión de Ariya) del *Majjhima Nikāya*, en la edición de I. B. HORNER (Pāli Text Society), vol. I, London 1954, 209 ss.

la meditación. El Yoga recoge una tradición teísta muy fuerte en la India, y une la "devoción a Ísvara, el Señor" con las últimas metas de la meditación. Los dos textos principales son: "Se tiene el éntasis (*samādhi*) gracias a la devoción al Señor" (Y.S., I, 23, que comenta Vyāsa: "gracias a la devoción, gracias a una particular forma de adoración, el Señor se inclina hacia el yoguín y lo favorece con su gracia. Y es precisamente en virtud de esta gracia que el yoguín se acerca mucho tanto a la consecución del éntasis, como a la del resultado"). "De la devoción al Señor, [proviene] la perfección del éntasis" (Y.S., II, 45). ¿Quién es este Señor Ísvara? Es el Señor todopoderoso capaz de conceder la liberación a todos aquellos que él desea¹⁵. El *Yoga-sūtra* lo presenta como un espíritu incontaminado, libre, que no está ligado al tiempo, y que ha sido maestro de los sabios en las épocas inmemorables (cfr. Y.S., II, 24-26). La presencia de Ísvara hace que en el Yoga se pueda hablar de unión "mística", superando los simples conceptos de magia. Pero recordemos que este Señor no tiene razón de fin en el ejercicio de la meditación. Esta tradición que recoge el Yoga, pertenece a las más antiguas ideas vedánticas. El Budismo rechazó una tesis fundamental de los *Upanishad*: el postulado de un Brahman, espíritu puro, absoluto, inmortal, idéntico al *ātman*. Descarta toda posibilidad de comunión con otro ser; el hombre para su *salvación* no necesita la ayuda de Otro. No hay que olvidar ese momento histórico en que nace el budismo y cómo reaccionó contra ciertas escuelas contemporáneas demasiado complicadas en su filosofía y demasiado mágicas en sus técnicas; de aquí ese evitar toda formulación explícita de Dios. El budista busca la realización o salvación por medio de la cesación de todo; el Yoga ofrece a sus seguidores la presencia de un Espíritu Todopoderoso, la unión mística con la divinidad, y la participación de verdaderos poderes cósmicos, preternaturales.

Presenta, sin embargo, la estructura de la meditación budista según el *Dīgha Nikāya*, un concepto que falta, al menos con ese relieve y caracterización, en el *Yoga-sūtra*; nos referimos al tema de la sabiduría o *prajña* (pāli, *pañña*). La sabiduría es la posesión experimental de la verdad enseñada por Buda. Técnicamente viene definida como la superación de los cuatro venenos que mantienen al hombre ligado al mundo de los fenómenos, sensaciones y radicalmente a la ignorancia. No es un simple conocimiento de o sobre algo; es ese descubrir la mente en sí misma, sin formas, la verdad. Es la autorrealización de la enseñanza de Buda. No es simple gnosís, o una función psicológica, sino visión de las cosas en las que se descubren los tres caracteres enseñados por Buda: que son transitorias, llenas de dolor y sin realidad substancial. Supone la enseñanza

¹⁵ Sobre el concepto de Ísvara, J. GONDA, *Change and Continuity in Indian Religion*, The Hague 1965, cap. V: "The Ísvara Idea", p. 131 ss.

de Buda, exige la reflexión y la contemplación; lleva a la unión, excluyendo pluralidad y antítesis entre objeto y sujeto; de esta forma se convierte en una experiencia¹⁶. En la estructura de la meditación del *Yoga-sūtra* también encontramos la *prajñā* (p. e., II, 45, I, 20), y Vyāsa en su comentario explica que al llegar a la perfección el *samādhi*, el conocimiento es mucho más perfecto que el normal, contraponiéndose al conocimiento puramente sensorial, y “entonces la sabiduría del yoguín, alcanza a las cosas tales como ellas son”; la meditación proporciona una auténtica gnosis, pero a la cual no le da el yoguín mucha importancia¹⁷. En otro sitio (I, 48-49) se dice que logrado el éntasis, la sabiduría se hace “portadora de verdad” y “tiene por propio objeto el particular”, mientras que la “sabiduría nacida de la escritura o del raciocinio tiene como objeto lo general”. No falta (II, 27) una descripción de los siete grados de la sabiduría.

La etapa séptima del óctuple camino budista lleva como título la *recta conciencia*; esta conciencia tiene como campo de actuación el cuerpo, los sentimientos, la misma mente, y los elementos. El ejercicio de la conciencia sobre el cuerpo comienza con la atención sobre la respiración: percibir atentamente la naturaleza de la respiración, todo lo que entra y sale de su cuerpo junto con el hálito. No se trata de un control de la respiración, sino de conciencia¹⁸.

¹⁶ *Digha Nikāya*, XXXIII, 10 (dentro del grupo de los III, nn. XLII, XLIII); descripción positiva en II, 97-98; VIII, 24, y con las mismas palabras se aplica a otro personaje en IX, 56. Entre los autores budistas modernos, hay algunos que han intentado definir la *prajñā* desde un punto de vista psicológico, p. e., SUZUKI TAISETSU, *Zen Buddhism and Psychoanalysis*, London 1960, 74: quizás apriorísticamente cuando insiste que “no European word for it, for European people have no experience specifically equivalent to *prajñā*”. También su *Studies in Zen*, N.Y. 1955, 94, donde insiste sobre la unión.

Otras particularidades sobre la *prajñā* budista en L. de la VALLÉE POUSSIN, *Musīla et Nārada. Le Chemin du Nirvana*, “Mélanges chinois et bouddhiques”, 5 (1937) 189-221; los dos personajes son los representantes del “racionalismo” y “misticismo” dentro del budismo, y se estudia dentro de estas dos corrientes la función de la sabiduría y su ordenación al Nirvana. Definitiva la obra de E. LAMOTTE, *Le Traité de la Grande Vertu de sagesse de Nāgārjuna* (Mahā-prajñāpāramitāsāstra), 2 vols., Louvain 1944, 1949.

¹⁷ Podemos recordar a este propósito que “el Yoga que es por definición búsqueda de paz, de silencio del Espíritu y de los sentidos, se opone a la especulación, a la sabiduría, a la doctrina. La especulación puede guiar los primeros pasos, pero la sobrepassa, porque tiende a la inconsciencia”, L. de la VALLÉE POUSSIN, *Le Bouddhisme et le Yoga de Patañjali*, art. c., 227.

¹⁸ *Digha Nikāya*, XXII (*sutta* llamada: *Mahāsatiṭṭhāna*); en el n. 1, se expone la tesis, en el n. 2, se describe a “un monje sentado al pie de un árbol con los pies cruzados, consciente él inspira, y consciente espira. Si inspira largamente, se da cuenta: Yo inspiro largamente. Si espira lentamente, se da cuenta [...]”, desde el n. 3 se habla de los componentes del cuerpo; *Sati* puede significar memoria, conciencia, percepción; discute este significado F. RHYS DAVIDS en la introducción a la traducción de esta sutra, *Dialogues of the Buddha*, Pali Text Society, vol. III, London 1957 (reimpr.) 322-324. La

La teoría sobre la respiración dentro de la estructura de la meditación yóguica es diferente. Forma el cuarto estadio. No es sólo conciencia sino control, disciplina de la respiración; se trata aun de suspender los momentos inspiratorios y espiratorios, como expusimos (cfr. Y.S., II, 49). Por esta disciplina de la respiración se puede llegar a la unificación de los estados mentales, y penetrar aun en los estados subconscientes. Este dominio por medio de ciertas técnicas sobre las fuerzas secretas del hombre, aparece en otros detalles de la estructura yóguica de la meditación. Baste recordar los “poderes” maravillosos, físicos, intelectuales y morales que concede al yoguín el libro II del *Yoga-sūtra*.

En el *Digha Nikāya* aparece clara la fe en la existencia de esos “poderes milagrosos” (*iddhi*, en sáncs. *siddhi*), que podían obtener algunos contemplativos. Era una creencia pre-búdica común en toda la antigua India. Más aún, se recomienda en teoría que el monje “con corazón sereno, purificado, transparente, cultivado, desviado del mal, [...] se aplique e incline su espíritu sobre los poderes maravillosos”¹⁹; sigue una lista de estos poderes que coincide a veces con la lista del *Yoga-sūtra* que ya conocemos; ambos textos recogen listas estereotipadas²⁰. Para un yoguín, estos poderes milagrosos forman una conclusión indispensable, característica, del “éntasis conscio”; así Patañjali usa una frase consecutiva al introducirlos después de hablar del *samprajñata samādhi*: “se siguen”, “se obtienen”, etc. (cfr. Y.S., III, 19 y ss.). Estos poderes convierten al yoguín en una persona homóloga a cierta categoría de dioses (ver el comentario de Vyāsa al Y.S., III, 26). Por esta razón, el yoguín se entusiasma con la idea de poseer estos poderes místicos. Estos poderes “son perfecciones en la experiencia ordinaria, pero obstáculos para la perfección del *samādhi*” o “éntasis inconscio” (Y.S., III, 37). Con todo, muchos yoguines han caído siempre en la tentación de poseer estos poderes que los ponen en una esfera de los dioses, pero que les impiden llegar al último grado de éntasis²¹. El budista contemplativo, según el *Digha Nikāya*, tiene una actitud distinta ante estos poderes místicos. Sabe que encierran muchos

sutta n. 10 del *Majjhima Nikāya* lleva el mismo título, en la edición cit. de HORNER, 71 ss.

¹⁹ *Digha Nikāya*, II, 87.

²⁰ Para la lista de los “poderes” del Y.S., véase la nota 12 de este art. La del D.N. en el mismo n. 87 de la sutta II: p. e., siendo uno, llegar a ser muchos y al revés; siendo visible, hacerse invisible; atravesar un muro, la tierra; volar como los pájaros; tocar con las manos el mismo sol y la luna; penetrar en el corazón de los otros; oír sonidos humanos distantes y celestes; conocer las existencias precedentes; poder comunicar el pensamiento a los otros, etc.

²¹ Esta tentación se exageró dentro del Yoga violento, como nos dice, p. e., el *Hathayoga-pradīpika*, 12, 13 (texto del siglo xv, probab.) al hablarnos de los 84 *siddhi* fruto de los primeros ejercicios respiratorios; reimpresión de la trad. inglesa, Adyar-Madras 1933.

peligros capaces de separarle del recto camino hacia el *Nibbana*, que lo pueden mundanizar, hacerle egoísta o convertirlo en un hechicero. En la *sutta* XI (*Kevaddha Sutta*) tenemos descrita la posición de los primeros budistas y del mismo Buda ante los “poderes milagrosos”: no se niega su existencia, pero en la práctica se les aborrece; el milagro más grande es la “propia educación”, el cambio interior: “Es porque yo veo en la práctica —repetía Buda— los peligros de los poderes místicos, que yo los odio, los aborrezco y siento vergüenza de tal cosa”²²; ese milagro de la “educación” que consideraba el mejor, consiste en la renuncia al mundo, control de los sentidos, de las pasiones, vivir contentos con poco; atención en las palabras y obras, librar el corazón de los cinco impedimentos, practicar la meditación, etc.²³.

No faltan en la descripción sobre la meditación que nos transmite el *Yoga-sūtra*, algunos elementos auténticamente budistas. No debe extrañar. Aunque su autor, Patañjali, quiso sistematizar antiguas corrientes del *Sāṃkhya-Yoga*, ciertamente pre-budistas, a la hora de la redacción no pudo prescindir del influjo que ejercían ya las ideas budistas en toda la India. Qué elementos nuevos, propios del budismo de *Dīgha Nikāya* pasaron al *Yoga-sūtra*? Indicaremos sólo algunos, aquellos que son más representativos.

Es característico de Buda la insistencia sobre la universalidad del “dolor”; baste recordar el discurso de Benares, donde proclamó su mensaje: todo es dolor. En el *Dīgha Nikāya* resuena constante ese eco²⁴. Y uno de los aforismos del *Yoga-sūtra* lo recoge, usando aun la misma terminología: “por motivo de las transformaciones, de las penas, de los impulsos del *karma*, de la oposición de los elementos constitutivos, todo es sólo dolor para el que discierne” (II, 15). Una de las glorias de la meditación budista, fue la de haber estructurado los cuatro estados de la mente, llamados “estados divinos”: benevolencia, compasión, simpatía (en la alegría), ecuanimidad²⁵; los mismos cuatro estados mentales y en el mismo orden, vienen recomendados de Patañjali para poder “obtener la calma de la mente” (Y.S., I, 33); el comentario de Vyāsa es breve, pero de resonancia budista. Como es de resonancia perfectamente

²² *Dīgha Nikāya*, XI, la frase de Buda se repite, p. e., en los nn. 5, 7.

²³ *Ibid.*, n. 8 y ss., que repite los textos de la *sutta* II, 40 y ss.

²⁴ *Dīgha Nikāya*, XXXIII, 10 (dentro de los grupos de III, n. XXVII: entre los tres estados del dolor se enumeran las transformaciones, las penas y la existencia condicionada [por el *karma*]; comparar con el texto del Y.S.). Cfr. D.N., IX, 29; cfr. 13. El acento con que el Budismo habla del dolor “era algo nuevo en la ideología de la India. En el Brahmanismo no se pensaba que la vida estuviese vinculada al dolor”, escribíamos hace algún tiempo en *El problema religioso y el camino del Budismo*, “*Studia Missionalia*”, 15 (1966) 85.

²⁵ *Dīgha Nikāya*, XXXIII, 11 (dentro de los grupos de IV, n. VI); otra descripción en la *sutta* XVII, II, 2 ss.

budista la definición que Patañjali ofrece de la "ignorancia", que antes copiamos (Y.S., II, 5).

Quizás una de las secciones del *Yoga-sūtra* en la que se nota más distintamente el impacto del budismo, sea la dedicada a los últimos estadios de la meditación. No faltan estudios sobre algunos de estos aspectos²⁶. La obra de Patañjali reconoce cuatro tipos de *samādhi* o "éntasis conscio" (*saṃprajñata* s.) o "con semilla", es decir, objetos-soporte de la meditación²⁷. Avanza por los siguientes grados: "la deliberación (*vittakka*), el raciocinio (*vicāra*), la beatitud (*ānanda*), y la conciencia de sí (*asumitā*" (Y.S., I, 17); de estos grados, los dos primeros son los esenciales, porque definen los dos primeros tipos de *samādhi* conscio; los dos siguientes, son variantes que acompañan a los cuatro tipos. Aun el vocabulario de este aforismo del Y.S. coincide con la descripción del primer *jhāna* que expone tantas veces el *Dīgha Nikāya*: en este *jhāna* la mente se concentra de forma discursiva "con raciocinio y deliberación" (*vicāra, vittakka*), se consigue el despego y la "alegría" (*sukha*) que es meta de la ascesis y superación de la sed²⁸. Vyāsa en el comentario (al Y.S., I, 17) subraya algunas notas características del Yoga: la "beatitud" viene interpretada como "alegría" (lo mismo que en D.N.); "la conciencia de sí, continúa Vyāsa, equivale a la conciencia de la identidad"; este "sí" se refiere al *puruṣa*, que ya conocemos, y puede interpretarse como lo harán las escuelas posteriores, del "Sí" supremo o Dios, o del "sí" propio.

"La deliberación no es sino una experiencia gruesa de parte de la mente, de su apoyo; la experiencia sutil, al contrario, viene representada del raciocinio", son las frases con que Vyāsa designa de una forma filosófica las actividades mentales que acompañan estos dos primeros tipos de éntasis conscio (comentario al Y.S., I, 17), a los que se añaden las explicaciones de los dos últimos tipos: el no-

²⁶ P. e., L. de LA VALLÉE POUSSIN, *Le Bouddhisme et le Yoga de Patañjali*, art. cit., 228-230; M. ELIADE, *Le Yoga*, o. c., 173 ss., en la p. 383 una bibliografía sobre el tema, Note V, 2. E. SÉNART, *Bouddhisme et Yoga*, "Revue de l'Histoire des Religions", 42 (1900) 349 ss.

²⁷ Los cuatro tipos de *samādhi* vienen llamados también en el *Yoga-sūtra samāpatti*, agrupados, adquisiciones (Y.S., I, 41 con el comentario de Vyāsa). La misma palabra aparece en el *Dīgha Nikāya* aplicada a los últimos *jhāna*, (del 5.º al 8.º) conocidos también como *āruppa*, pero con un sentido distinto, como expusimos en otro artículo, algunos textos del D.N., L, II, 16 ss.; IX, 14-19. La traducción de "*vicāra, vittakka*" la hacemos con los términos "raciocinio y deliberación", para guardar cierta uniformidad con el artículo citado donde expusimos la significación de los términos; hay autores que prefieren no traducirlos sino conservarlos en su forma original; otros traducen por "reflexión y argumentación".

²⁸ Textos en el D.N., II, 75; IX, 10; XXII, 21; XXVI, 28; XXIX, 24.

argumentativo, y el no-raciocinio (Y.S., I, 42-45)²⁹. Estos dos últimos tienen rasgos parecidos al segundo *jhāna* búdico del que explícitamente se repite que se realiza “sin raciocinio y sin deliberación”³⁰. El primer tipo de *samādhi*, o deliberación, tiene lugar cuando la mente considera los constitutivos del objeto, sus elementos “gruesos” como son el agua, la tierra, el fuego, y distingue entre la cosa, su nombre y su noción. En el segundo tipo, raciocinio, la mente se fija en los elementos “subtiles”, no en lo exterior de las cosas, sino que penetra hasta la esencia, aun en el *prakṛti* oculto o primera naturaleza de las cosas; ahora la meditación está acompañada de asociaciones temporales y espaciales, aunque no tiene experiencia de ellas. En el tercer tipo o *samādhi* no-argumentativo, “la memoria cesa de funcionar, el objeto queda vacío de nombre y de sentidos” (Vyāsa al Y.S., I, 43); el pensamiento no conoce un objeto, sino que es objeto, porque el objeto no viene conocido por sus asociaciones externas como son el nombre, lugar, etc. Por fin, en el último tipo o no-raciocinio, el pensamiento se identifica a esos elementos “subtiles” de las cosas, pero sin ninguna experiencia. Existe en este tipo una prolongación real en la esencia del mundo físico. Algunas frases con las que vienen explicados estos últimos *samādhi*, nos recuerdan la del tercer *jhāna* búdico; de hecho, lo característico de este *jhāna* es la “ecuanimidad”, la meditación en calma, y la claridad mental³¹; precisamente el aforismo 47 (Y.S., I) nos dice que “a la pureza del éntasis no-raciocinio, sigue la calma interior”, que Vyāsa explica como una visión luminosa, inmóvil, transparente. Todos estos tipos de éntasis conscio se obtienen gracias a cierto conocimiento de los objetos o semillas, pero ya se pasa del conocimiento y por el conocimiento de las cosas al ser de ellas. Fruto de estos cuatro tipos son los “poderes” místicos que ya hemos estudiado. Por fin, Patañjali habla de un “éntasis inconscio” (*asamprañāta* s.) o “sin semillas” (Y.S., I, 51). En estos momentos el conocimiento y el ser ya no se distinguen más. Existe una completa ruptura con el mundo externo, y aun con el interno en cuanto no se da ninguna experiencia ni existe la conciencia. Existe, sí, un conocimiento absoluto en el que no hay error (Vyāsa al Y.S., I, 48). Un aislamiento absoluto o libertad (Y.S., III, 55) del espíritu de todo lo que sea materia. Es el vacío absoluto, la nada. El yoguín vive fuera del tiempo, y pertenece ya a un ahora eterno. Esta descripción nos lleva de nuevo a los últimos *jhāna* búdicos o *ārūpa*,

²⁹ El Y.S., usa ahora otras formas verbales, *śavitarka*, *nirvitarka*, *śavicāra*, *nirvicāra*, que podrían ser traducidos por los adjetivos deliberativo, argumentativo.

³⁰ Textos en D.N., II, 78; XXII, 21; XXVI, 28, etc., en este *jhāna* búdico, hace acto de presencia la fe (*sadhha*), la elevación de la mente sobre todas las cosas, y un afecto gozoso.

³¹ Textos en D.N., II, 79-80; XXVI, 28.

donde se habla de la nada, y de esa ausencia total de conciencia³². En general, podemos notar que todas estas descripciones de los distintos éntasis, aun del punto de vista literario, presentan caracteres diferentes en el *Dīgha Nikāya* y en el *Yoga-sūtra*. El primer texto, más primitivo, se fija en el fenómeno empírico, práctico; el segundo, cuya redacción supone una época más filosófica, elabora toda una metafísica de los objetos y modos del conocimiento.

Este estudio comparativo (más que exhaustivo ha querido ser indicativo) nos ha ayudado a conocer mejor las líneas características de la meditación budista, tal como viene descrita en los antiguos textos de la literatura pāli. Su originalidad aparece de una forma más clara. Son estudios que nos asoman a las grandes corrientes espirituales que han mantenido por siglos el sentido contemplativo y místico en el Asia. Es verdad, que la estructura de la meditación que aparece en el *Dīgha Nikāya*, sufrió diversas modificaciones conforme se fue desarrollando el Budismo. Quizás la más interesante sea la adoptada dentro del *Mahayana* por el Zen budismo³³. Dejamos para otra ocasión proseguir el estudio comparativo de estos métodos contemplativos.

Roma

JESÚS LÓPEZ-GAY

³² Textos en D.N., I, 3, 16 ss., IX, 14-19; XVI, 3, 33; XV, 35.

³³ Véase W. L. KING, *A Comparison of Theravada and Zen Buddhist Meditative Methods and Goals*, "History of Religions", 9 (1970) 304-315.