

Sunnata —Tocando el Vacío

Traducido al español por Yin Zhi Shakya

La enseñanza más importante y significativa de Buda, en sus **45** años de ministerio, es **Sunnata**—el Vacío. Es el punto crucial o diríamos la raíz principal o el núcleo de su filosofía completa. Es esta enseñanza decisiva y concluyente de **sunnata** y **anatta**, vital para abrirle los ojos al yogui a la percepción de lo Absoluto.

Buda enseñó que “**Sunnata es Nibbana y que Nibbana es Sunnata**”. **Sunnata** es una mente que es/está vacía de deseo y apego al ‘yo’ y ‘lo mío’. Cuando no hay deseo o apego, la mente está vacía. Así que en un día, una persona laica común u ordinaria puede tener muchos momentos libres de deseo y apego al ‘yo’ y a ‘lo mío’. Eso igualmente significa que la persona laica puede del mismo modo estar en sunnata por muchos momentos diarios, durante los cuales está también en Nibbana. Pero estos momentos pasan tan rápidamente que la mente no los reconoce.

Profundicemos un poco más en el asunto. La doctrina de **anatta** significa que en un individuo no hay alma o una esencia permanente o diríamos indestructible. Presentándolo en otra forma, el individuo está vacío de un ‘yo’ o un alma. Esta es el sunnata del individuo. También significa que cada ser humano no tiene ‘yo’ o alma. Este vacío debe también aplicar a cada ser sintiente (animales, insectos, bacterias y virus) y a los vegetales y minerales. Este vacío de cosas materiales se aplica también a las cosas inmateriales. Así que el individuo sólo conoce **sunnata** cuando está consciente en su mente de que **sunnata** es el vacío verdadero. Eso significa que el **sunnata** de su mente reconoce el **anatta** del individuo. Esto no es simplemente conocer o saber que sunnata es el vacío como un pedazo o pieza de conocimiento. Uno debe ver claramente o estar consciente o atento de la manifestación del vacío en la mente. El vacío debe manifestarse en su atención. Aunque no es el sunnata supremo, estén conscientes de esas breves manifestaciones en esos preciados momentos. Estos son los sabores temporales del éxtasis. Son los momentos cuando **dukkha** (el sufrimiento) está ausente.



Uno ahora puede ver las dos clases de sunnata. El primer tipo es que el carácter o la naturaleza de todas las cosas es el vacío o sunnata. Todas las cosas incluyen todo lo físico y mental (material e inmaterial). También incluye el Nibbana. Eso significa que desde cada mota de polvo hasta el universo mismo no tiene una esencia fundamental/indispensable o un 'Yo'.

La segunda aplicación de Sunnata es la calidad de mente cuando no está apegada o aferrada a nada. **Aquí es cuando la mente no toma las cosas como siendo 'yo' o 'pertenecientes al yo'**. Cuando este es el caso la mente está en su estado natural, que es sunnata. Noten aquí que la mente no alcanza el vacío ni llega a conocer el vacío. La mente es vacío. Para complementar o acompañar esta imagen, están los dos siguientes versos del Buda:

**Nibbana es el vacío supremo
Nibbana es la felicidad suprema.**

En la práctica, el vacío es la extinción total del ego y el egoísmo. En esta ecuación, no hay experiencia del 'yo' ni de 'lo mío'.

El camino medio es el Noble Camino Óctuple de las Cuatro Nobles Verdades. Eso significa la práctica de la moralidad con la meditación ayudada por la sabiduría de la determinación y el punto de vista correcto. La meditación que se promueve aquí es esa de la inmanencia, mientras otros místicos pueden usar el método de la trascendencia. La inmanencia¹ aquí significa mirar hacia el interior en la meditación de

¹ La inmanencia es la unión esencial e inseparable por naturaleza, inherencia. - La **inmanencia** absoluta es ella misma y sólo ella misma: no está en ninguna cosa ni pertenece a ninguna cosa. No depende de un objeto ni pertenece a un sujeto. En Spinoza la inmanencia no está en la substancia sino la substancia y los modos están en la **inmanencia**. Cuando el sujeto y el objeto caen por fuera del plano de inmanencia y son tomados como sujeto universal u objeto cualquiera a los que la inmanencia es atribuida, se está produciendo una desnaturalización de lo trascendental. Este no aparece sino como redoblamiento de lo empírico (como en Kant), produciéndose así una deformación de la **inmanencia** que aparece contenida en lo trascendente. La inmanencia no se relaciona con Alguna cosa como unidad superior de todas las cosas, ni con un Sujeto como acto que opera la síntesis de las cosas: cuando la **inmanencia** no responde a nada distinto que a sí misma es cuando podemos hablar de un plano de **inmanencia**. Así como el campo trascendental no se define por la conciencia, el plano de **inmanencia** no se define por un sujeto ni por un objeto capaz de contenerlo. Tomado de:


http://www.antroposmoderno.com/antro-articulo.php?id_articulo=980 Podría decirse, para entender la palabra mejor, que inmanencia (conciencia) – Trascendental (no-conciencia). Inmanencia es la 'presentificación' del ahora, la focalización presente;

uno. Después de realizar la concentración en un-punto, uno debe cambiar a la meditación **Vipassana** para alcanzar el vacío de pensamientos. Esto es solamente el principio. Cuando esta etapa de no-pensamiento está estable, entonces uno prosigue a **Shikantaza**². Todas estas técnicas de meditación están traducidas al español y en detalle en la Página Web de Acharia ([presione aquí para llegar a ella](#)).

Habiendo llegado a estas primeras etapas del vacío, ahora uno debe concentrarse en profundizar cada vez más en esta columna de vacío. Esta profundidad de vacío en la inmanencia es un poco más difícil de lograr. A través de este proceso de profundización, la atención se debe mantener. Aunque uno no está totalmente concentrado en un-punto, no se permite ninguna distracción. La concentración del vacío debe ser firme y fija. Esto significa que todas las circunstancias externas y ambientales deben perseverar/persistir conduciendo a esta práctica del profundizar en el vacío. La meta es el **Vacío—Sunnata**. Nada es más importante en la vida de uno. Es una situación de vida o muerte y sin embargo no debe haber la menor idea de estrés o urgencia. Para alcanzar la meta final del **vacío supremo insuperable**, la mente debe estar libre y carente de símbolos/señales/indicaciones. Esto es, no puede tener, a través del proceso de descenso al vacío, ni el menor parpadeo de pensamientos. Antes de la etapa final, este vacío puede regresar a los estados superficiales previos, en los cuales las erupciones o brotes de pensamientos múltiples e irregulares todavía ocurren. Esto significa que el proceso todavía no es estable y este tropiezo o este descenso se tiene que defender. No obstante, habiendo tratado tantos miles de veces, uno puede con suerte y un buen karma, llegar finalmente un día a ese estado de **mente radiante sin simbolismos**, en el cual no hay ni la vaga idea del 'yo' o 'lo mío'. Este estado se logra solamente cuando el subconsciente ha destruido totalmente el egoísmo, el odio y el engaño. Esto significa que las cinco obstrucciones del que no-regresa han sido erradicadas (ver el artículo sobre "[Theravada: La Forma Más Antigua de Budismo](#)").

En este descenso, dentro de las diferentes etapas del vacío, un camino puede comenzar con una gran expansión de la naturaleza, como un bosque, océano o cielo. No debe haber ningún ser sintiente presente en esos escenarios. Este no es un escenario universal o inevitable. Entonces, la próxima capa o estrato más profundo se puede ver como

la transcendencia es el fluir natural de cualquier acontecimiento que abre los límites de la realidad (y de ello nunca somos conscientes).

² Presione el enlace para el documento en pdf:  [2. Shikantaza](#)

la tierra o el mar (este es un modo natural de descender en las profundidades). Esta capa puede o no puede ocurrir: no es un seguimiento natural a través del descenso. No obstante, la próxima capa más profunda es más constante: el espacio infinito. Pero el espacio todavía es una forma y no está o es completamente vacío. Así que uno tiene que investigar hasta que llegue a la **consciencia infinita**. Esto significa la retirada de la mente hacia adentro o el interior desde el espacio exterior. Entonces, esta **consciencia infinita** tiene que ser adicionalmente refinada en la **nada infinita**, porque la consciencia está todavía un poco empañada o neblinosa. A medida que uno desciende, hay más claridad. La nada es mucho más clara que la consciencia. Entonces llegamos a la penúltima etapa de "**ni-experiencia-ni-no-experiencia**". Aquí se siente como si uno estuviera en la tierra de nada. Se siente como si no estuviéramos ni muertos ni vivos. Todavía hay atención/consciencia de donde uno está, pero no hay reconocimiento. Uno está simplemente flotando sin sensaciones físicas o emociones. Está entre este mundo y el próximo. No hay ninguna preocupación por el mundo. Es un sentimiento excelente de **no-estado**. Finalmente y con la '**Gracia**', uno puede caer en el **vacío supremo insuperable**. Este momento está fuera de control. No puede ser programado incluso con un trabajo fuerte y extremo. Eso simplemente llega. El **vacío supremo insuperable** está ahí todo el tiempo. Es nuestra herencia. Sólo se puede percibir cuando el último fragmento de oscuridad se haya destruido, pero también está en las manos de la Gracia Divina.

Esto es como tocar el vacío—**sunnata**—con las manos desnudas. Este contacto con **sunnata** solamente puede suceder cuando uno haya extinguido completamente todos los contactos mentales con los elementos materiales e inmateriales del universo. Este es el gran logro de muchos años o tiempos de vida de práctica del Noble Camino Óctuple. La práctica es ver el vacío del 'yo' (**anatta**) y el vacío de todas las cosas materiales e inmateriales en el mundo (**sunnata**). El yogui ahora comprende que él está en el hogar y que nunca lo ha dejado.

Final del documento. Terminado de traducir el 10 de octubre de 2010 por Yin Zhi Shakya, OHY

Traducido de:

<http://www.kktanhp.com/sunnata.htm>

<http://www.kktanhp.com/index.htm>

Para cualquier pregunta al autor, en inglés, escriba directamente a:

khengkhoon@hotmail.com

Para cualquier pregunta sobre la traducción escriba a:

yinzhishakya@acharia.org

