

## El noble camino de ocho partes-MN 141

¿Cuál es la noble verdad del camino que conduce a la disolución del dolor? Es este mismo noble camino de ocho partes, es decir: visión correcta, resolución correcta, palabra correcta, acción correcta, medio de vida correcto, esfuerzo correcto, rememoración correcta, concentración correcta.

Amigo, ¿cuál es la «visión correcta»?

Aquel conocimiento del dolor, el conocimiento del surgimiento del dolor, el conocimiento de la disolución del dolor, el conocimiento del camino que conduce a la disolución del dolor. Eso se llama «visión correcta».

Amigo, ¿cuál es la «resolución correcta»?

Una resolución de renuncia, una resolución de no-malicia, una resolución de no-crueldad. Amigo, esta es la «resolución correcta».

Amigo, ¿cuál es la «palabra correcta»?

Abstenerse de mentir, abstenerse de la palabra divisiva, abstenerse de la palabra grosera, abstenerse de la charla ociosa. Amigo, esto se llama «palabra correcta».

Amigo, ¿cuál es la «acción correcta»?

Abstenerse de matar seres vivos, abstenerse de tomar lo que no es dado, abstenerse de la conducta sexual incorrecta. Amigo, esto se llama «acción correcta».

Amigo, ¿cuál es el «medio de vida correcto»?

Aquí, amigo, un noble discípulo abandona el medio de vida incorrecto y sostiene su vida mediante el medio de vida correcto. Esto se llama «medio de vida correcto».

Amigo, ¿cuál es el «esfuerzo correcto»?

Aquí, amigo, un monje genera deseo, esfuerzo, despierta energía, ahonda en busca de fuerza de voluntad y se afana por impedir que surjan las cualidades dañinas y malas aún no surgidas.

genera deseo, esfuerzo, despierta energía, ahonda en busca de fuerza de voluntad y se afana por abandonar las cualidades malas y dañinas ya surgidas

genera deseo, esfuerzo, despierta energía, ahonda en busca de fuerza de voluntad y se afana por hacer surgir las cualidades sanas aún no surgidas

genera deseo, esfuerzo, despierta energía, ahonda en busca de fuerza de voluntad y se afana por sostener, no dejar perecer, desarrollar, extender y consumir las cualidades sanas ya surgidas.

Amigo, esto se llama «esfuerzo correcto».

Amigo, ¿cuál es la «rememoración correcta»?

Aquí, amigo, un monje que vive examinando el cuerpo dentro del cuerpo, ferviente, plenamente consciente y rememorante, habiendo removido la codicia y el sufrimiento por el mundo.

Quien vive examinando las sensaciones dentro de las sensaciones, ferviente, plenamente consciente y rememorante, habiendo removido la codicia y el sufrimiento por el mundo.

Quien vive examinando el psique desde dentro del psique, ferviente, plenamente consciente y rememorante, habiendo removido la codicia y el sufrimiento por el mundo.

Quien vive examinando las cualidades desde dentro de las cualidades, ferviente, plenamente consciente y rememorante, habiendo removido la codicia y el sufrimiento por el mundo.

Amigo, esto se llama «rememoración correcta».

Amigo, ¿cuál es la «concentración correcta»?

Aquí, amigo, un monje, separado de la sensualidad, separado de las cualidades poco hábiles, vive habiendo entrado en el primer foco con pensamiento y movimiento mental, con gozo y placer nacidos de la soledad.

Con el aquietamiento del pensamiento y del movimiento mental, asentándose internamente, habiéndose posado y unificado la voluntad, uno entra en el segundo foco sin pensamiento ni movimiento mental, con gozo y placer nacidos de la concentración.

Con el desvanecimiento del gozo, morando en la observación, rememorante y plenamente consciente, experimentando placer por todo el cuerpo, aquello que los nobles dan a conocer: «Este está observando, rememorando y morando en el placer», uno entra en el tercer foco.

Con el abandono del placer y el abandono del dolor, habiendo llegado previamente a su fin el gozo y el sufrimiento, purificado mediante la observación y la rememoración, uno entra en el cuarto foco sin dolor ni placer.

Amigo, esto se llama «concentración correcta».

*Majjhima Nikāya 141*