

**EL CONCEPTO DEL
“YO”
EN EL BUDDHISMO**

**BHIKKHU NANDISENA
CIUDAD DE MÉXICO
12 DE OCTUBRE, 2012**

CONFERENCIA "EL CONCEPTO DEL 'YO' EN EL BUDDHISMO" IMPARTIDA POR EL VEN. BHIKKHU NANDISENA EL 12 DE OCTUBRE, 2012, EN LA CIUDAD DE MÉXICO, EN EL XVII FORO INTERNACIONAL DE LA FEDERACIÓN INTERNACIONAL DE SOCIEDADES PSICOANALÍTICAS (IFPS). ESTE MATERIAL (48 LÁMINAS) PUEDE SER REPRODUCIDO PARA USO PERSONAL, PUEDE SER DISTRIBUIDO SÓLO EN FORMA GRATUITA. ÚLTIMA REVISIÓN, MIÉRCOLES, 19 DE OCTUBRE DE 2012. COPYRIGHT © 2012 POR DHAMMODAYA EDICIONES, BUDDHISMO THERAVADA MÉXICO AR., INSTITUTO DE ESTUDIOS BUDDHISTAS HISPANO. PUBLICACIÓN IEBH: 20121019-BN-T0015.

RESUMEN

EL BUDDHA VIVIÓ MUCHO TIEMPO ANTES DE QUE SURGIERA EL PSICOANÁLISIS, LA PSIQUIATRÍA Y AUN LA CIENCIA. EL BUDDHA VIVIÓ APROXIMADAMENTE 2600 AÑOS ATRÁS. NO OBSTANTE ESTO, ALGUNOS DE LOS QUE VINIERON DESPUÉS SE INTERESARON, SE INSPIRARON, Y AUN TOMARON DE SUS ENSEÑANZAS. LA LISTA EN OCCIDENTE INCLUYE A FILÓSOFOS COMO SCHOPENHAUER Y MÁS RECIENTEMENTE A ERICH FROMM, RECONOCIDO PSICÓLOGO, PSICOANALISTA Y FILÓSOFO HUMANISTA. ¿QUÉ ES LO QUE DESPERTÓ EN ESTOS RENOMBRADOS INDIVIDUOS SU INTERÉS EN EL BUDDHISMO? CREO QUE UNA RESPUESTA A ESTA PREGUNTA SE PUEDE OBTENER SI UNO SE APROXIMA Y ESTUDIA LAS ENSEÑANZAS DEL BUDDHA, NO CON UN PROPÓSITO RELIGIOSO O ESPIRITUAL SINO CON EL PROPÓSITO DE DILUCIDAR TEMAS COMO QUÉ ES LA REALIDAD, QUÉ ES EL SER, CUÁL ES LA NATURALEZA DE LA MENTE.

TÓPICOS

- ¿QUÉ ES EL “YO”?
- TIPOS DE “YO”
- PSICOLOGÍA DEL “YO” DE ACUERDO CON EL BUDDHISMO
- SALUD MENTAL Y EL “YO”

¿QUÉ ES EL “YO”?

- PARA PODER ENTENDER QUÉ ES EL “YO” ES NECESARIO PLANTEAR UN PARADIGMA DONDE SE POSTULAN DOS TIPOS DE REALIDADES:

1. REALIDAD ÚLTIMA

2. REALIDAD CONVENCIONAL

¿QUÉ ES EL “YO”?

1. REALIDAD ÚLTIMA

- SON LOS COMPONENTES FINALES DE LA EXISTENCIA: MENTE Y MATERIA
- EXISTE INDEPENDIEMENTE DE LA CONSTRUCCIÓN DE LA MENTE
- ES COGNOSCIBLE.

¿QUÉ ES EL “YO”?

2. REALIDAD CONVENCIONAL

- ES LA REALIDAD QUE SE CONSTRUYE A PARTIR DE LA REALIDAD ÚLTIMA
- ES EL LENGUAJE, LOS CONCEPTOS Y DIFERENTES MEDIOS DE DESIGNACIÓN
- ES COGNOSCIBLE

SURGIMIENTO DEL “YO”

- EN LOS SERES EXISTE UNA IDENTIFICACIÓN O ADHERENCIA MOMENTÁNEA CON RESPECTO A LOS COMPONENTES MENTALES O MATERIALES DE LA EXISTENCIA.
- ESA IDENTIFICACIÓN O ADHERENCIA MOMENTÁNEA CONSTITUYE LO QUE SE PODRÍA DENOMINAR “YO PRIMARIO” DEBIDO A QUE ESTA RELACIÓN SE ESTABLECE SOLAMENTE ENTRE REALIDADES ÚLTIMAS - TANTO EL SUJETO COMO EL OBJETO SON REALIDADES ÚLTIMAS.

SURGIMIENTO DEL “YO”

REALIDAD ÚLTIMA

OBJETO

**COMPONENTES
MENTALES**

**COMPONENTES
MATERIALES**

REALIDAD ÚLTIMA

SUJETO

**COMPONENTES
MENTALES**

ADHERENCIA
MOMENTÁNEA

1

2

SURGIMIENTO DEL “YO”

¿QUÉ ES LA ADHERENCIA?

- DE ACUERDO CON EL BUDDHISMO LA ADHERENCIA ES UN TÉRMINO TÉCNICO QUE SE REFIERE A CIERTAS MODALIDADES EN QUE EL COMPONENTE MENTAL SE RELACIONA CON EL PROCESO DE LA EXPERIENCIA TANTO MENTAL COMO MATERIAL:
 - SE CONCIBE EL PROCESO COMO “YO”
 - SE CONCIBE EL PROCESO COMO “MÍO”
 - SE CONCIBE EL PROCESO COMO “MI PERSONA”

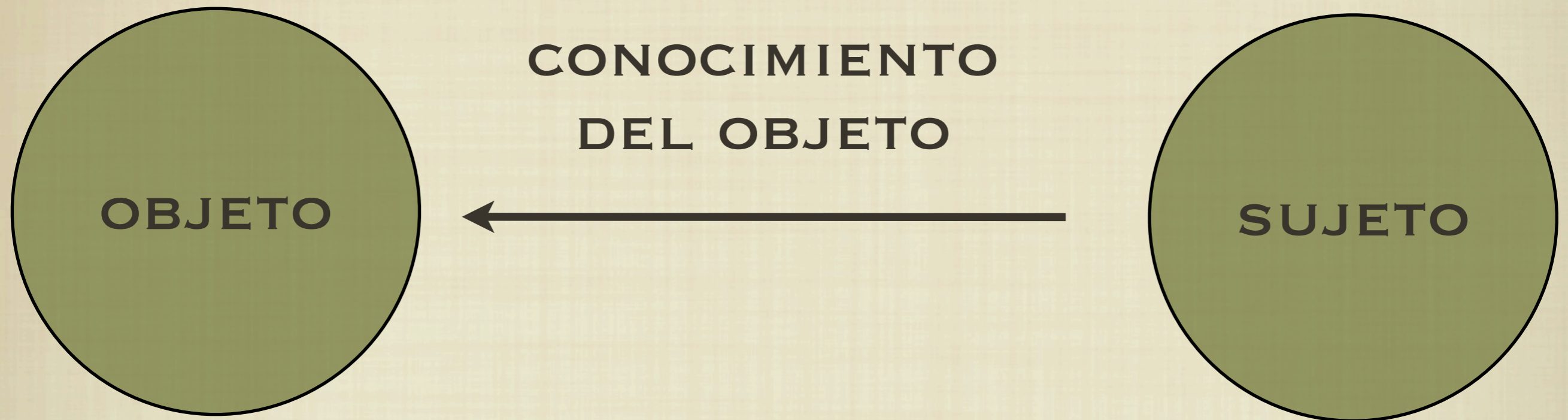
SURGIMIENTO DEL “YO”

¿QUÉ ES LA ADHERENCIA?

- ES DEBIDO A LA ADHERENCIA AL PROCESO DE LA EXPERIENCIA QUE SE ESTABLECE LO QUE SE PODRÍA DENOMINAR “YO PRIMARIO”.

SURGIMIENTO DEL “YO”

¿QUÉ ES LA ADHERENCIA?



EL SUJETO CONSISTE
EN DOS COMPONENTES:
(1) CONCIENCIA Y
(2) CONTENIDOS

LA ADHERENCIA ES PARTE DE LOS
CONTENIDOS DE LA CONCIENCIA

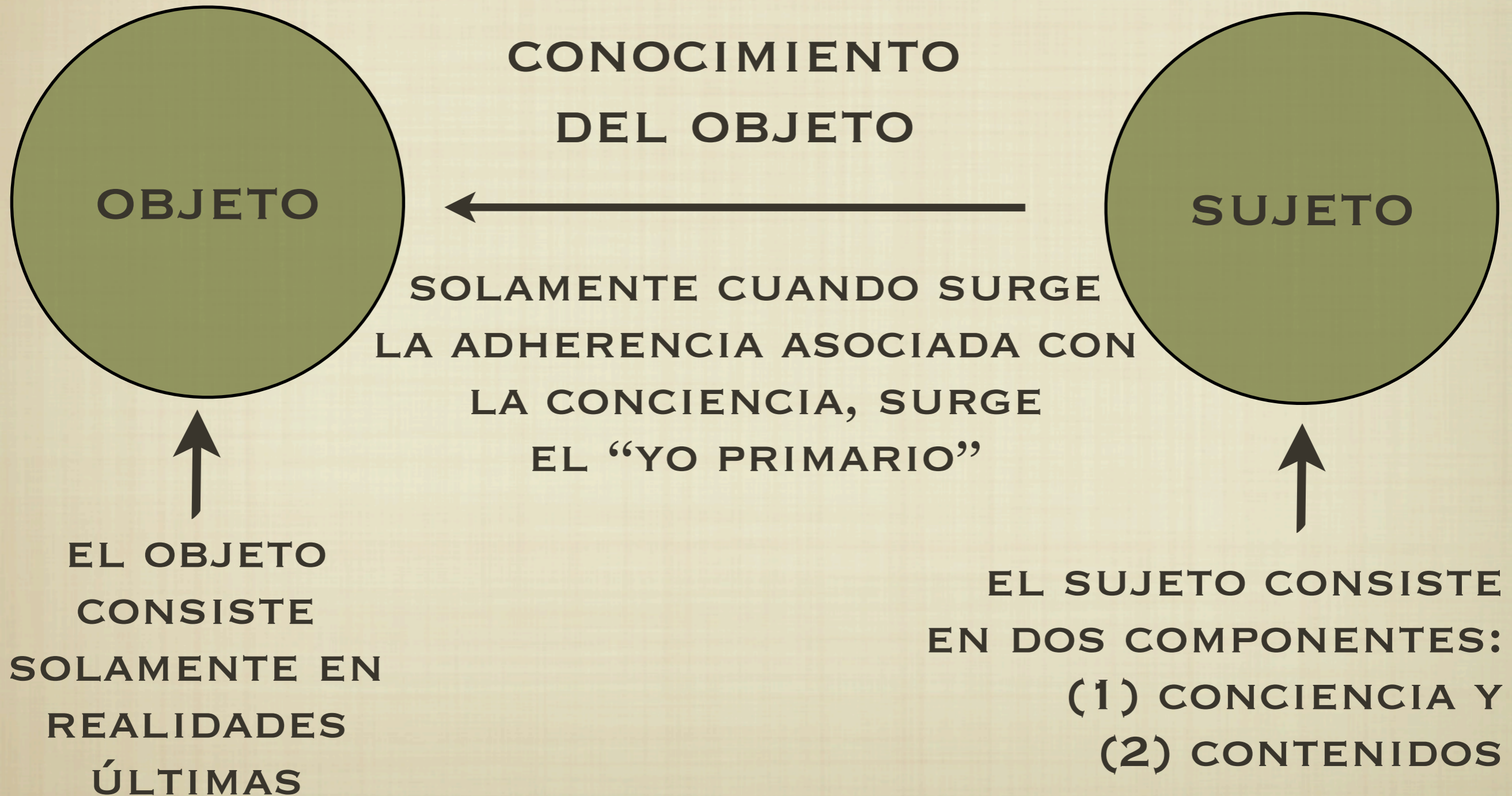
SURGIMIENTO DEL “YO”

¿QUÉ ES LA ADHERENCIA?

- **DEBIDO A QUE LA ADHERENCIA ES PARTE DE LOS COMPONENTES DE LA CONCIENCIA, CADA VEZ QUE LA CONCIENCIA SURGE, NO SIEMPRE SURGE LA ADHERENCIA.**
- **CONSIDERANDO ESTE HECHO, ES POSIBLE AFIRMAR QUE EL “YO PRIMARIO” QUE SE ESTABLECE CUANDO LA ADHERENCIA SURGE, ES NECESARIAMENTE IMPERMANENTE.**

SURGIMIENTO DEL “YO”

“YO PRIMARIO”

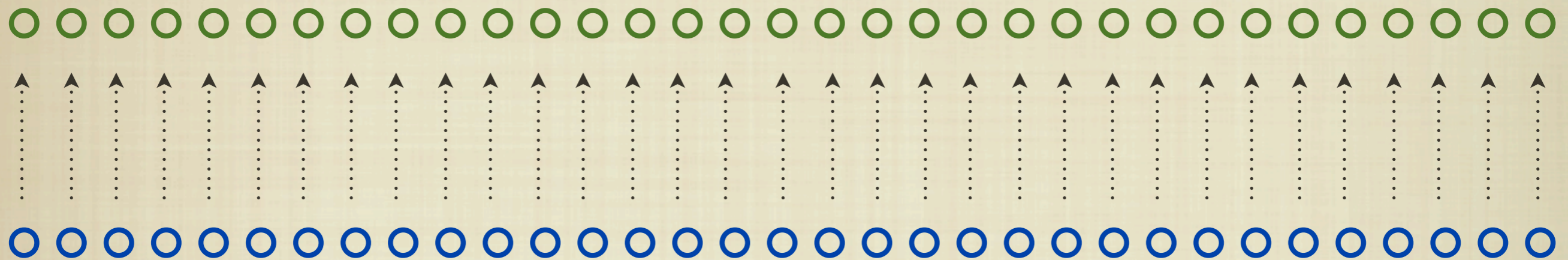


EL OBJETO
CONSISTE
SOLAMENTE EN
REALIDADES
ÚLTIMAS

EL SUJETO CONSISTE
EN DOS COMPONENTES:
(1) CONCIENCIA Y
(2) CONTENIDOS

SURGIMIENTO DEL “YO”

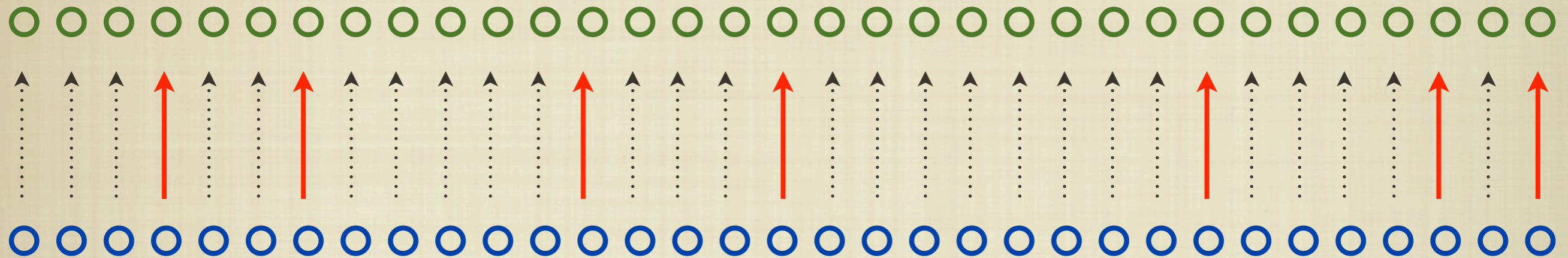
F L U J O D E L A M E N T E



- CADA **CÍRCULO AZUL** REPRESENTA UN MOMENTO MENTAL, CONCIENCIA Y CONTENIDOS DE LA CONCIENCIA.
- CADA **CÍRCULO VERDE** REPRESENTA EL OBJETO DEL MOMENTO MENTAL
- CADA MOMENTO MENTAL TOMA UN OBJETO DETERMINADO (RELACIÓN REPRESENTADA POR LÍNEAS CON PUNTOS Y FLECHA)

SURGIMIENTO DEL “YO”

FLUJO DE LA MENTE



- SOLAMENTE ALGUNOS MOMENTOS MENTALES TOMAN AL OBJETO CON ADHERENCIA (RELACIÓN REPRESENTADA POR **LÍNEAS ROJAS**) Y ES SOLAMENTE EN ESTOS MOMENTOS QUE SURGE LO QUE SE DENOMINA “YO PRIMARIO”.

SURGIMIENTO DEL “YO”

RESUMEN

A D H E R E N C I A	
- CONTENIDO DE LA CONCIENCIA CIERTO MODO DE TOMAR EL PROCESO DE LA EXPERIENCIA COMO “YO”, “MÍO”...	✓
- FACTOR MENTAL INSANO	✓
- FACTOR MENTAL MOMENTÁNEO E IMPERMANENTE	✓
- EN EL CASO DEL “YO PRIMARIO” LA ADHERENCIA TOMA COMO OBJETO SOLAMENTE REALIDADES ÚLTIMAS	✓

TIPOS DE “YO”

- AL “YO PRIMARIO” QUE SE ESTABLECE ENTRE LA ADHERENCIA Y LAS REALIDADES ÚLTIMAS SE LE PUEDE AGREGAR OTRO TIPO DE “YO”.
- ESTE OTRO TIPO DE “YO” SE PODRÍA DENOMINAR “YO SECUNDARIO” O “YO CONVENCIONAL” DEBIDO A QUE SE ESTABLECE ENTRE EL FACTOR MENTAL DE LA ADHERENCIA Y LA REALIDAD CONVENCIONAL O CONCEPTUAL.

“YO CONVENCIONAL”

- EL “YO CONVENCIONAL”, A DIFERENCIA DEL “YO PRIMARIO”, ES UNA CONSTRUCCIÓN MENTAL.
- A PARTIR DE LAS REALIDADES ÚLTIMAS LA MENTE “CREA” O “CONSTRUYE” LA REALIDAD CONVENCIONAL - CONCEPTOS, LENGUAJE Y LOS MEDIOS DE DESIGNACIÓN - Y POSTERIORMENTE SE ADHIERE A ESTA.

DE LA REALIDAD ÚLTIMA AL CONCEPTO



REALIDAD
ÚLTIMA

LA MENTE
CONSTRUYE

CONCEPTO
COSA

LA MENTE
CONSTRUYE

CONCEPTO
NOMBRE

DE LA REALIDAD ÚLTIMA AL CONCEPTO



REALIDAD
ÚLTIMA

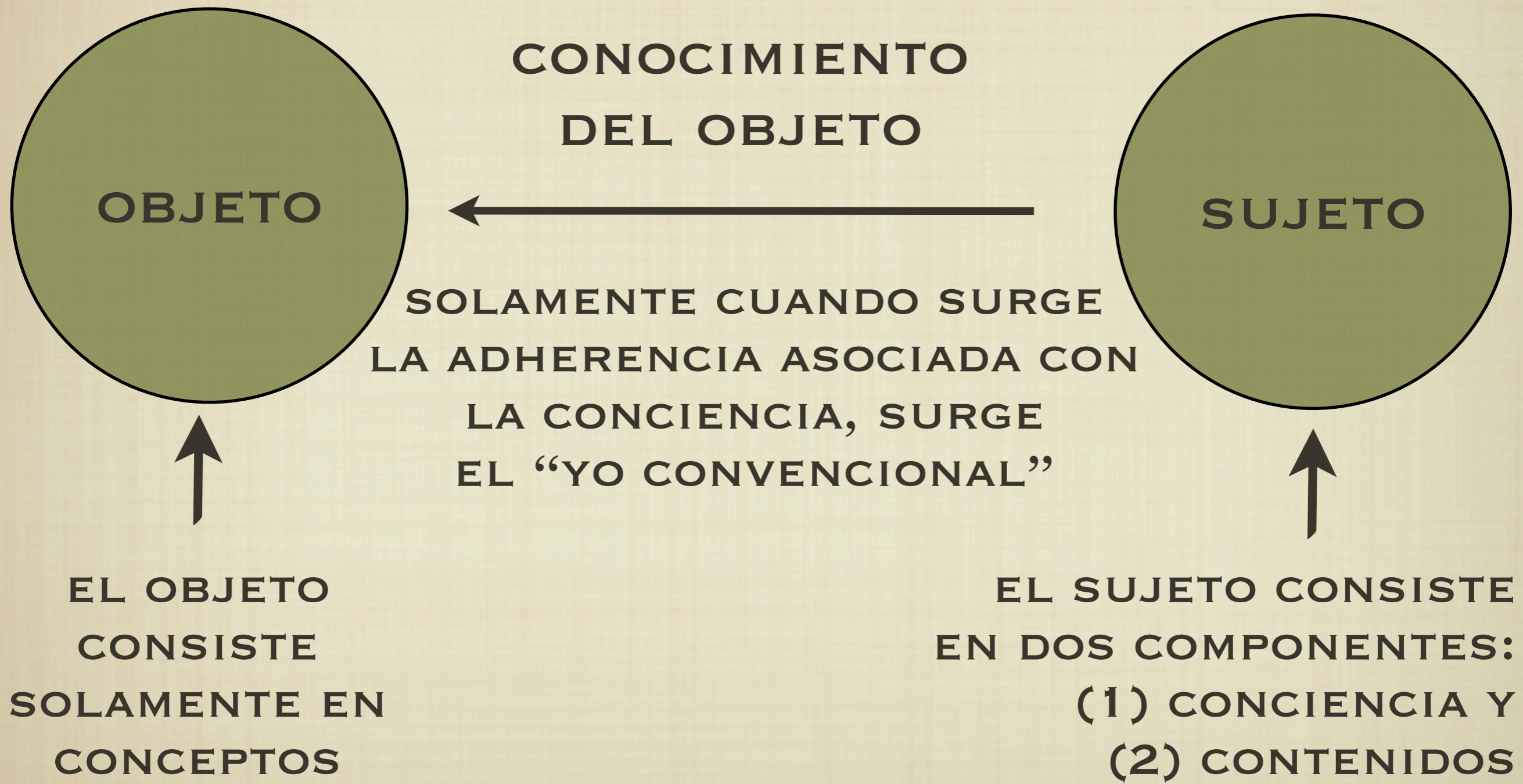
LA MENTE
CONSTRUYE

CONCEPTO
NOMBRE

LA MENTE
CONSTRUYE

CONCEPTO
COSA

“YO CONVENCIONAL”



COMPARACIÓN

ASPECTOS DEFINITORIOS	YO PRIMARIO	YO CONVENCIONAL
SUJETO	ADHERENCIA	ADHERENCIA
OBJETO	REALIDAD ÚLTIMA	REALIDAD CONVENCIONAL
TEMPORALIDAD	IMPERMANENTE	SUJETO: IMPERMANENTE OBJETO: FUERA DEL TIEMPO
SALUD MENTAL	INSANO	INSANO

PSICOLOGÍA DEL “YO”

- DE ACUERDO CON EL BUDDHISMO, SOLAMENTE HAY DOS GRUPOS DE FENÓMENOS QUE EXISTEN MOMENTÁNEA E INTERDEPENDIENTEMENTE Y QUE SON IGUALMENTE REALES: MENTE (NĀMA) Y MATERIA (RŪPA).

COMPONENTES DEL SER



PSICOLOGÍA DEL “YO”

- TANTO EL COMPONENTE MENTAL COMO EL COMPONENTE MATERIAL SON “CONDICIONADOS”. ESTO SIGNIFICA QUE PARA QUE ESTOS SURJAN EN UN DETERMINADO MOMENTO, DEBE EXISTIR UNA SERIE DE CONDICIONES.

COMPONENTES DEL SER



SOLAMENTE SURGEN CUANDO HAY CONDICIONES

PSICOLOGÍA DEL “YO”

- DE ACUERDO CON LA REALIDAD ÚLTIMA, APARTE DE ESTOS DOS GRUPOS QUE SURGEN CONDICIONADAMENTE, NO EXISTE NADA QUE SE PUDIERA DENOMINAR “YO”, “SELF”, “ALMA”...

COMPONENTES DEL SER



PSICOLOGÍA DEL “YO”

- POR LO TANTO EN LA EXPOSICIÓN ANTERIOR, CUANDO SE HABLA DE UN “YO PRIMARIO” Y DE UN “YO CONVENCIONAL”, ESTOS DOS SON CONCEPTOS QUE SE UTILIZAN PARA REFERIRSE YA SEA A UNA REALIDAD ÚLTIMA O A UN CONCEPTO.

COMPONENTES DEL SER



EL CONCEPTO DEL “YO” PUEDE REFERIRSE A UNA DE ESTAS DOS REALIDADES ÚLTIMAS O PUEDE REFERIRSE SOLAMENTE A UN CONCEPTO.

PSICOLOGÍA DEL “YO”

- ES POR LO EXPLICADO ANTERIORMENTE QUE EN EL BUDDHISMO SE NIEGA LA EXISTENCIA DE UN “YO” PERMANENTE APARTE DE LAS REALIDADES ÚLTIMAS MOMENTÁNEAS Y CONDICIONADAS DE LA MENTE Y LA MATERIA.

COMPONENTES DEL SER



LA MENTE Y LA MATERIA SON LOS COMPONENTES FINALES
DE LA EXISTENCIA

SALUD MENTAL Y EL “YO”

- **DE ACUERDO CON EL BUDDHISMO LA SALUD MENTAL CONSISTE EN LA AUSENCIA DE IMPUREZAS MENTALES EN LA CONTINUIDAD MENTAL DEL INDIVIDUO.**

SALUD MENTAL Y EL “YO”

IMPUREZAS MENTALES

■ LAS IMPUREZAS SON CONTENIDOS MOMENTÁNEOS DE LA CONCIENCIA QUE:

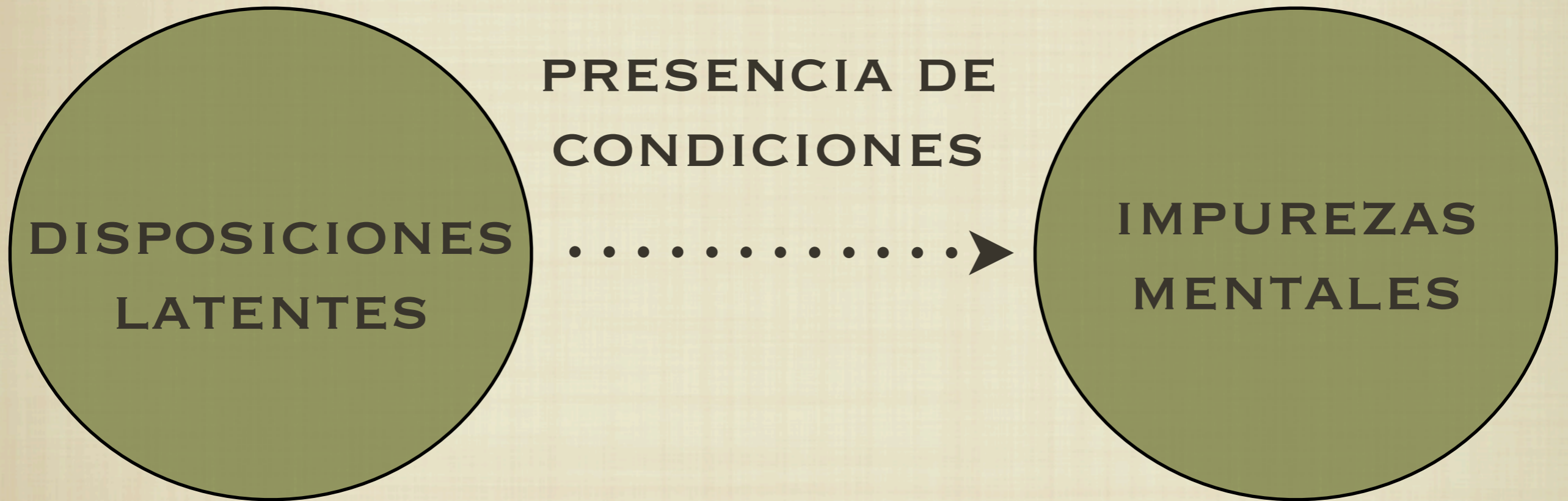
(1) AFLIGEN Y/O,

(2) CONTAMINAN LA MENTE,

(3) IMPIDEN VER LA REALIDAD TAL COMO ES.

SALUD MENTAL Y EL “YO”

ALTERACIÓN DE LA SALUD MENTAL



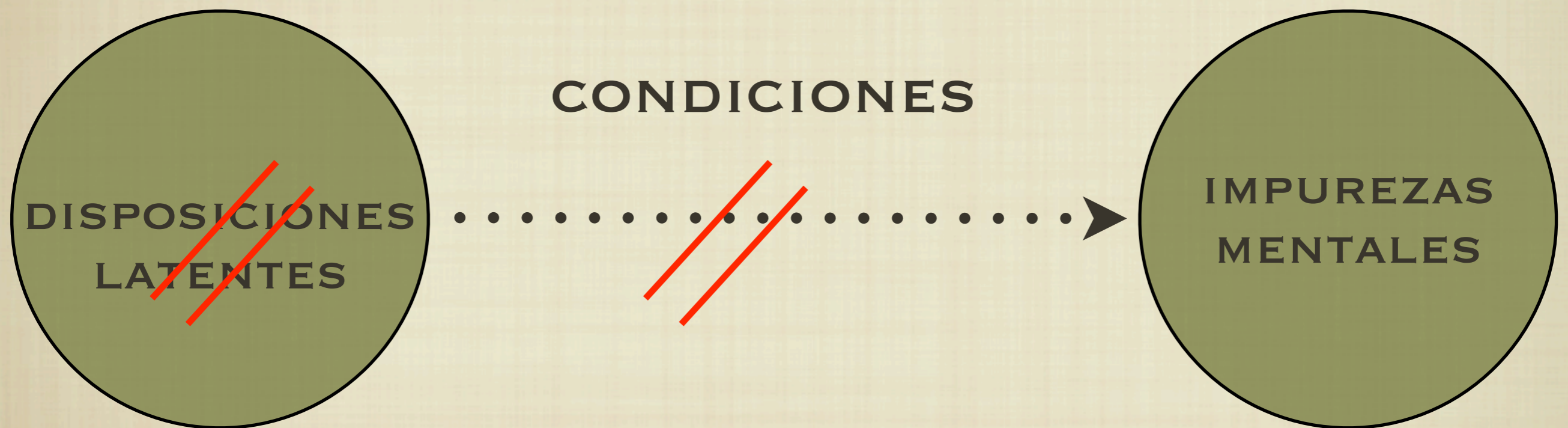
SON “IMPUREZAS”
QUE YACEN DORMIDAS
EN LA CONTINUIDAD
MENTAL

MANIFESTACIÓN DE LAS
IMPUREZAS EN LA
CONTINUIDAD MENTAL

SALUD MENTAL Y EL “YO”

ESTRATEGIAS

I. ELIMINAR LAS DISPOSICIONES LATENTES



CON LA ELIMINACIÓN DE LAS DISPOSICIONES
LATENTES SE ELIMINA LA POSIBILIDAD DEL
SURGIMIENTO DE LAS IMPUREZAS MENTALES

SALUD MENTAL Y EL “YO”

ESTRATEGIAS

II. ELIMINAR LAS CONDICIONES

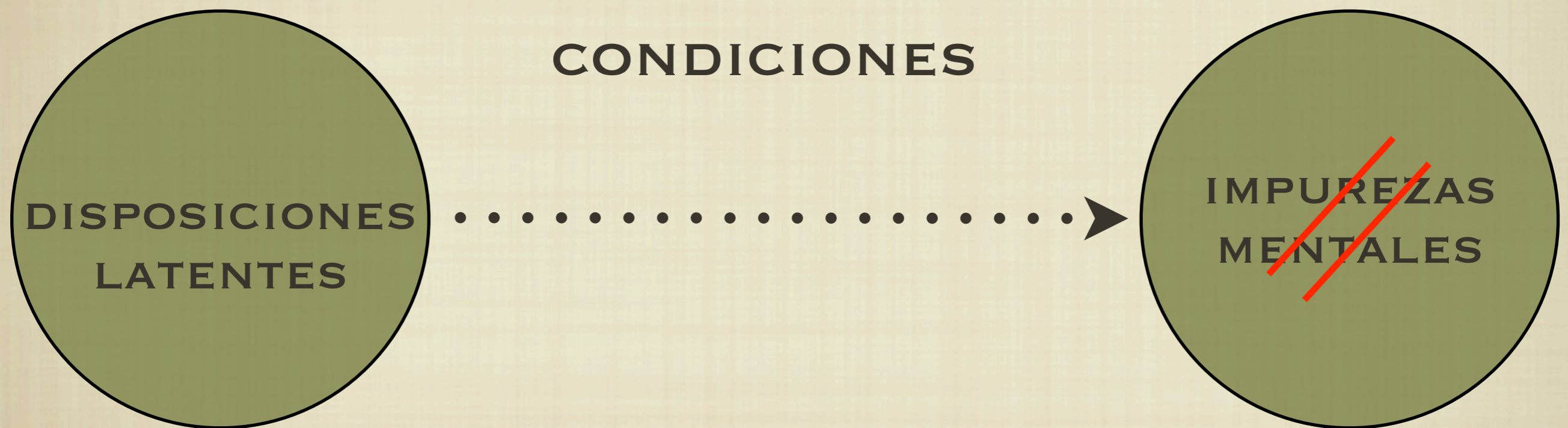


CON LA ELIMINACIÓN DE LAS CONDICIONES SE
ELIMINA LA POSIBILIDAD DEL SURGIMIENTO DE LAS
IMPUREZAS MENTALES

SALUD MENTAL Y EL “YO”

ESTRATEGIAS

III. EVITAR EL SURGIMIENTO DE LAS IMPUREZAS



POR MEDIO DE LA CORRECTA CONSIDERACIÓN Y EL CULTIVO DE LA ATENCIÓN PLENA ES POSIBLE EVITAR EL SURGIMIENTO DE LAS IMPUREZAS MENTALES

SALUD MENTAL Y EL “YO”

- EL CONCEPTO DEL “YO”, ES DECIR, LA IDENTIFICACIÓN CON LOS COMPONENTES MENTALES O MATERIALES, O LA IDENTIFICACIÓN CON UNO U OTRO CONCEPTO BASADO EN ESOS COMPONENTES MENTALES O MATERIALES, NECESARIAMENTE IMPLICA ADHERENCIA EN LA FORMA DE “ESTO ES MÍO”, “ESTO SOY YO”, “ESTO ES MI PERSONA”.

SALUD MENTAL Y EL “YO”

- NO OBSTANTE QUE ESTA IDENTIFICACIÓN, EN LA FORMA DE “ESTO ES MÍO”, “ESTO SOY YO”, “ESTO ES MI PERSONA”, ES REAL, EL PROBLEMA YACE EN EL HECHO DE QUE LOS COMPONENTES MENTALES Y MATERIALES DEL SER SON IMPERMANENTES, ES DECIR, ESTÁN CONTINUAMENTE SURGIENDO Y CESANDO.
- POR LO TANTO, UNO ESTÁ TOMANDO COMO MÍO O COMO “YO” O COMO “MI PERSONA” ALGO QUE POR SU PROPIA NATURALEZA INTRÍNSECA ES LO OPUESTO, ES DECIR, NO ES MÍO, NO ES “YO”, NO ES MI PERSONA.

SALUD MENTAL Y EL “YO”

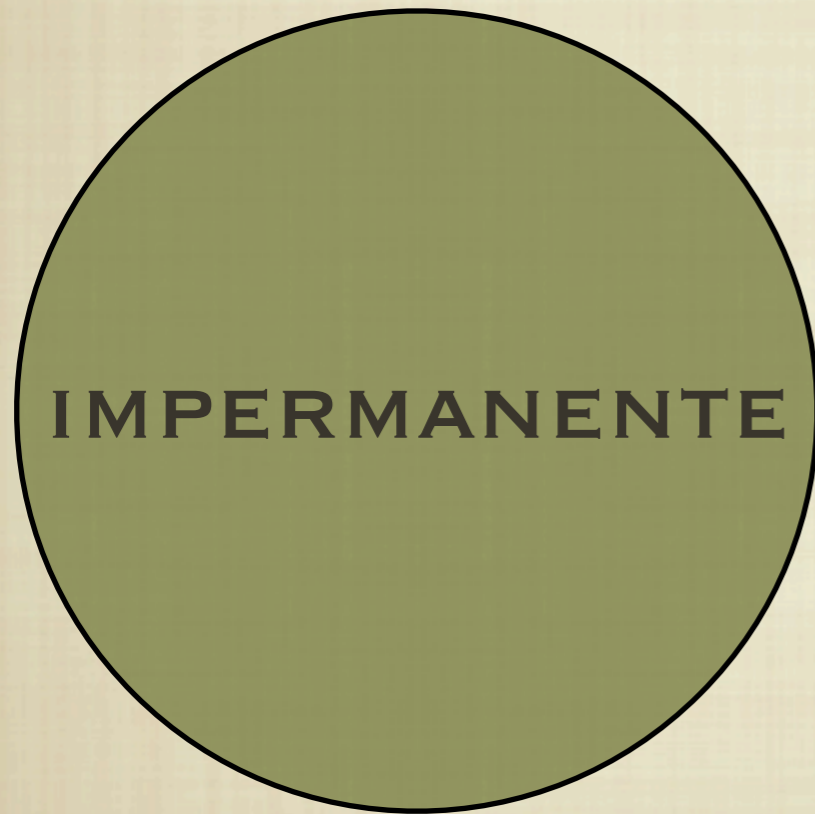
- **DE ACUERDO CON EL BUDDHISMO, TOMAR COMO MÍO O COMO “YO” O COMO MI PERSONA ALGO QUE POR SU PROPIA NATURALEZA INTRÍNSECA ES LO OPUESTO, ES DECIR, NO ES MÍO, NO ES “YO”, NO ES MI PERSONA, SIGNIFICA QUE SE ESTÁ TOMANDO ALGO DE UNA MANERA CONTRARIA A LA REALIDAD.**

SALUD MENTAL Y EL “YO”

- **TOMAR ALGO DE UNA MANERA CONTRARIA A LA REALIDAD ES UNA IMPUREZA MENTAL - CONCEPCIÓN ERRÓNEA.**

SALUD MENTAL Y EL “YO”

LA REALIDAD
ES



TOMAR LA REALIDAD
COMO



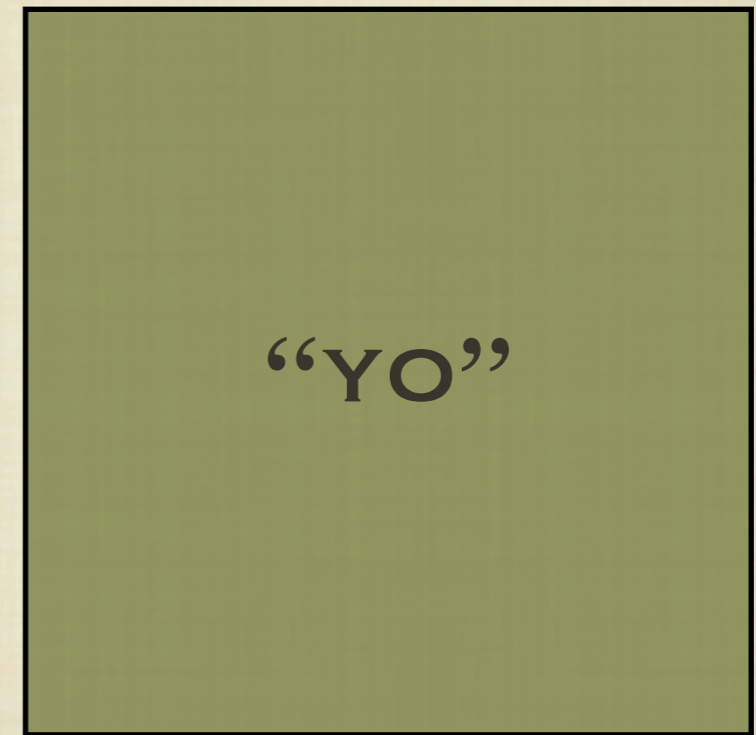
ES UNA
IMPUREZA MENTAL

SALUD MENTAL Y EL “YO”

LA REALIDAD
ES



TOMAR LA REALIDAD
COMO



ES UNA
IMPUREZA MENTAL

SALUD MENTAL Y EL “YO”

- DE ACUERDO CON LO MENCIONADO CON ANTERIORIDAD, APARENTEMENTE HAY UNA CONTRADICCIÓN ENTRE EL CONCEPTO DEL “YO” Y LA SALUD MENTAL COMO ÉSTA ES ENTENDIDA EN EL BUDDHISMO PORQUE EL “YO” NECESARIAMENTE IMPLICA UNA INTERPRETACIÓN DISTORSIONADA DE LA REALIDAD.

SALUD MENTAL Y EL “YO”

- CONTRARIAMENTE A LO QUE A VECES SE LEE DE QUE ES NECESARIO ABANDONAR EL “YO” O NEGAR EL “YO”, LA ESTRATEGIA A SEGUIR EN EL ÁREA DE LA SALUD MENTAL SERÍA “COMPRENDER” CLARA Y PRECISAMENTE ESTA DINÁMICA DE LA ADHERENCIA E IMPUTACIÓN DE UN “YO” A LOS COMPONENTES MENTALES Y MATERIALES DE LA EXISTENCIA.

SALUD MENTAL Y EL “YO”

- PARA COMPRENDER CLARA Y PRECISAMENTE ESTA DINÁMICA DE LA ADHERENCIA E IMPUTACIÓN DE UN “YO” A LOS COMPONENTES MENTALES Y MATERIALES DE LA EXISTENCIA SE REQUIERE LO QUE SE DENOMINA EL CULTIVO DE LA ATENCIÓN PLENA (MINDFULNESS EN INGLÉS).

SALUD MENTAL Y EL “YO”

- **ES POR MEDIO DEL CULTIVO DE LA ATENCIÓN PLENA Y LA POSTERIOR INSTROSPECCIÓN (VIPASSANĀ) EN LA VERDADERA NATURALEZA DE LA REALIDAD QUE ES POSIBLE ALCANZAR EL ESTADO DE SALUD MENTAL DEFINIDO COMO LA AUSENCIA DE IMPUREZAS EN LA CONTINUIDAD MENTAL DEL INDIVIDUO.**

CONCLUSIÓN

- EN ESTA PRESENTACIÓN SE EXPLORARON LOS SIGUIENTES TÓPICOS:
- ¿QUÉ ES EL “YO”?
- DOS CLASES DE “YO”
- LA PSICOLOGÍA DEL “YO” DE ACUERDO CON EL BUDDHISMO
- LA SALUD MENTAL Y EL “YO”

CONCLUSIÓN

■ SE DEFINIÓ AL “YO” COMO:

(1) LA ADHERENCIA O IDENTIFICACIÓN CONSCIENTE CON LOS COMPONENTES MENTALES Y MATERIALES DE LA EXISTENCIA: “YO PRIMARIO”.

(2) LA ADHERENCIA O IDENTIFICACIÓN CONSCIENTE CON UNO U OTRO CONCEPTO CONSTRUIDO A PARTIR DE ESOS MISMOS COMPONENTES MENTALES Y MATERIALES DE LA EXISTENCIA: “YO CONVENCIONAL”.

CONCLUSIÓN

- **SE EXPLICÓ QUE LA IMPUTACIÓN DE UN “YO” A LOS COMPONENTES MENTALES O MATERIALES DE LA EXISTENCIA O A CONCEPTOS CONSTRUIDOS A PARTIR DE ESTOS ES UNA IMPUREZA MENTAL DEBIDO A QUE SE ESTÁ TOMANDO ALGO DE UNA MANERA CONTRARIA A LA REALIDAD.**

CONCLUSIÓN

■ FINALMENTE SE HABLÓ DE LA SALUD MENTAL Y SE EXPLICARON VARIAS ESTRATEGIAS CON RELACIÓN A LA MISMA:

(1) ELIMINAR LAS DISPOSICIONES LATENTES.

(2) ELIMINAR O ATENUAR LAS CONDICIONES.

(3) EVITAR EL SURGIMIENTO DE LAS IMPUREZAS MENTALES

CONCLUSIÓN

- **ESPECÍFICAMENTE CON RELACIÓN AL “YO” SE DIJO QUE ES NECESARIO COMPRENDER CLARA Y PRECISAMENTE EL PROCESO Y LA DINÁMICA DE LA ADHERENCIA E IMPUTACIÓN DE UN “YO” A LOS COMPONENTES MENTALES Y MATERIALES DE LA EXISTENCIA POR MEDIO DEL MÉTODO DEL CULTIVO DE LA ATENCIÓN PLENA PARA, DE ESTA MANERA, ALCANZAR EL ESTADO DE SALUD MENTAL DEFINIDO COMO LA AUSENCIA DE IMPUREZAS EN LA CONTINUIDAD MENTAL DEL INDIVIDUO.**