



LOS SIETE FACTORES DE ILUMINACIÓN

Ven. Sayādaw U Paṇḍita

Uno no se ilumina meramente por mirar fijamente el cielo. Uno no se ilumina por leer o estudiar las escrituras, ni por pensar, ni por desear que el estado de iluminación irrumpa en su mente. Existen ciertas condiciones necesarias o prerrequisitos que causan el surgimiento de la iluminación. En pāḷi son conocidas como bojjhaṅgas, o factores de iluminación, y son siete.

La palabra bojjhaṅga está constituida por bodhi, que significa iluminación o persona iluminada, y aṅga, factor causativo. De este modo, un bojjhaṅga es un factor causativo de un ser iluminado o una causa de iluminación. Un segundo sentido de la palabra bojjhaṅga se basa en los significados alternativos de sus dos raíces pāḷi. El significado alternativo de bodhi es el conocimiento que comprende o ve las Cuatro Nobles Verdades: la verdad del sufrimiento universal o insatisfactoriedad; la verdad de que el deseo es la causa de este sufrimiento e insatisfacción; la verdad de que puede haber un final para este sufrimiento; y la verdad del camino hacia el fin de este sufrimiento, o el Noble Sendero Óctuple. El segundo significado de aṅga es parte o porción. Así, el segundo significado de bojjhaṅga es la parte específica del conocimiento que ve las Cuatro Nobles Verdades.

Todo yogi de vipassanā llega a comprender las Cuatro Nobles Verdades hasta cierto punto, pero su verdadera comprensión requiere de un particular y transformador momento de consciencia, conocido como consciencia del camino. Este es uno de los insights culminantes de la práctica de vipassanā e incluye la experiencia del nibbāna. Una vez que el yogi ha experimentado esto, conoce profundamente las Cuatro Nobles Verdades, y se considera que contiene los bojjhaṅgas en su interior. Semejante persona es denominada noble. De esta manera, los bojjhaṅgas o factores de iluminación, también son partes o cualidades de una persona noble. A veces son conocidos como sambojjhaṅgas, el prefijo «sam» significa entero, completo, correcto, o verdadero. El prefijo es honorífico e intensificador, y no agrega ninguna diferencia crucial en el significado.

Estos siete factores de iluminación, o siete cualidades de una persona noble, son: atención, investigación, esfuerzo, raptó, calma, concentración y ecuanimidad. En pāḷi, la lista sería: sati, dhamma vicaya, viriya, pīti, passaddhi, samādhī, upekkhā. Se los puede encontrar en todas las fases de la práctica de vipassanā. Pero si tomamos como modelo las etapas progresivas del insight, podemos decir que los siete factores de iluminación se vuelven muy claros en la etapa en la que el yogi comienza a ver el surgimiento y el desvanecimiento de los fenómenos.

1. **Atención (sati):** La atención, debe ser dinámica y confrontativa, debe dirigirse hacia el objeto, cubriéndolo completamente, penetrándolo, sin perderse ninguna parte de él. A menudo, en lugar de «atención», prefiero traducir sati como «poder de observación».
2. **Investigación (dhamma vicaya):** En meditación, la investigación no se lleva a cabo por medio del proceso del pensamiento. Es intuitiva, un tipo de visión penetrante discernidora que distingue las características de los fenómenos. Vicaya, la palabra



usualmente traducida como «investigación», es también sinónimo de «sabiduría» o «visión penetrante».

3. **Esfuerzo (viriyā):** Esfuerzo o viriyā es la energía consumida al dirigir la mente, persistente y continuamente, hacia el objeto de observación. Aumentando el nivel de energía, la mente gana fortaleza para soportar la aflicción de una manera paciente y valerosa. El esfuerzo tiene el poder de refrescar y robustecer la mente, incluso en circunstancias difíciles.
4. **Rapto (pīti):** El rapto es un estado mental que posee las características de felicidad, deleite y satisfacción. Puede saturar los estados mentales asociados, haciéndolos deleitables y felices y produciendo una profunda sensación de satisfacción. El rapto colma la mente y el cuerpo de luminosidad y agilidad. La mente se vuelve clara y energizada. El cuerpo se siente ágil, ligero y confortable.
5. **Tranquilidad (passaddhi):** El factor de iluminación de la tranquilidad surge en la ausencia del desasosiego y el remordimiento. La palabra pāḷi para ello es passaddhi, que significa calma serena. La serenidad y la calma de la mente sólo puede ocurrir cuando la agitación o actividad mental ha sido silenciada.
6. **Concentración (samādhi):** La concentración es el factor de la mente que se adhiere al objeto de observación, se sumerge en él, y permanece allí inmóvil y tranquilo. El samādhi tiene el poder de tranquilizar la mente y de mantener las impurezas a raya.
7. **Ecuanimidad (upekkhā):** La palabra pāḷi upekkhā, habitualmente traducida como ecuanimidad, se refiere al balance de energía. Esto significa que el estado de la mente permanece en el centro, no se inclina hacia un extremo ni hacia el otro. Puede cultivarse en la vida cotidiana, con sus procesos de decisiones, y en la meditación.