

**La Consciencia**  
**Por**  
**Ajaan Lee Dhammadharo**  
**Traducido del tailandés por**  
**Thanissaro Bhikkhu**  
**© 1997–2011**  
**Traducido al español por Yin Zhi Shakya para 'Acharia'**

**Introducción de Yin Zhi Shakya:**

En este documento, **Ajaan Lee Dhammadharo** presenta un proceso gradual de entendimiento para la comprensión de **anattā**<sup>1</sup> (pali) o **anātman** (sánscrito) el 'no-yo'—la carencia de sustancia en lo que percibimos. El Buda dijo que todo lo que percibimos, inclusive el sentido mental o las imágenes mentales **no son ni un 'yo' ni 'lo mío'** y no hay razón para que uno se apegue a lo que sea se está percibiendo.

**Buddhadasa Bhikkhu**<sup>2</sup> dijo: "El sentimiento de que uno es un 'yo' ocurre natural e instintivamente<sup>3</sup>. Por esa razón, las personas dicen 'yo'. Entonces, ellas desarrollan teorías y promulgan enseñanzas de un 'yo' superior—uno más especial, más profundo que el común y diario 'yo'. A través de este proceso de enseñanza y educación, la creencia en el 'yo' se desarrolla en el 'yo' superior: un alma eterna. Esta clase de creencia y enseñanza fue y permanece bastante común. Sin embargo, cuando el Buda apareció, el enseñó lo opuesto: que todas esas cosas son **anattā** (no-yo)."

"Cuando el Buda apareció, él enseñó una forma nueva. Él vio que esta enseñanza de **atta** y el 'yo' **no era verdad**. Primero, las dos cosas de que ellos hablaban, de hecho, no existían. Segundo, la creencia en **atta**, la enseñanza de que **atta** existe, es la causa de **dukkha**—el sufrimiento—el señaló que toda **dukkha** está basada en lo que llamamos un 'yo'. El Buda enseñó **anattā** por estas dos razones: **atta**

---

<sup>1</sup> <http://en.wikipedia.org/wiki/Anatta>

<sup>2</sup> Se recomienda leer: [ANATTA Y EL RENACIMIENTO](#) - por Buddhadasa Bhikkhu en Acharia - Traducido al español por Yin Zhi Shakya, OHY; versión española revisada gramaticalmente por Fa Gěng Shakya, OHY - 31 de marzo de 2010

<sup>3</sup> Los instintos son la causa del sentimiento de que hay un 'yo', aunque eso sea incorrecto. El sentimiento es uno de los cinco agregados: la forma, los sentimientos o sensaciones, las formaciones mentales, la consciencia y los pensamientos o percepciones.

## La Consciencia – Por Ajaan Lee Dhammadharo

es incorrecta y es la causa de **dukkha**. Como resultado, apareció la enseñanza de **anattā**.”

Ajaan Lee nombrando “**consciencias**” a las entidades con forma y sin forma—a los puntos de vista corruptos o erróneos y a todos los planes y programas que usamos diariamente y que los damos por sentados y a ese ‘yo personal’ en el que creemos—nos lleva a través de un proceso gradual a comprender que ellos, incluyéndonos, no tienen un ‘yo’ sustancial o algo al que podamos llamarle ‘yo’.

Buddhadasa continúa diciendo: “Ahora, consideremos, en particular, por qué ocurre el sentimiento de que hay un **atta**. Por favor, pongan atención especial a este asunto. Eso ocurre porque los instintos<sup>4</sup> **sienten o creen** que hay un ‘yo’ en la vida. Esto ocurre por sí mismo y es un mecanismo de supervivencia que se puede encontrar en **todos los organismos**. Pero por favor, entiendan que **el conocimiento instintivo no es correcto**; todavía carece de **vijja** (conocimiento correcto); **avijja** (la ignorancia) permanece.<sup>5</sup> Como resultado, las experiencias que siguen los instintos pertenecen exclusivamente a **avijja**. Ellos nos **causan** que sintamos que hay un ‘yo’, que es **la consciencia más importante en la vida**. Nosotros podemos ver que es necesaria para la supervivencia. La vida se basa a sí misma sobre la meta de que se necesita un ‘yo’. Los instintos son la causa del sentimiento de que hay un ‘yo’, **aunque eso sea incorrecto**.”

**Rev. Yin Zhi Shakya, OHY**

Miami, Florida, USA

Miércoles, 19 de octubre de 2011

---

<sup>4</sup> Tan Ajarn no usa estos términos necesariamente como se usan en la biología y psicología Occidental.

<sup>5</sup> **Avijja** es lo opuesto de **vijja**, que es el conocimiento correcto de las cosas y los hechos que necesitamos saber (para poder sobrevivir espiritualmente), mientras **avijja** es carencia de ese conocimiento correcto o es un conocimiento incorrecto, un conocimiento en conflicto con la forma que las cosas son.



**La Consciencia**  
**Por**  
**Ajaan Lee Dhammadharo**  
**Traducido del tailandés por**  
**Thanissaro Bhikkhu**  
**© 1997–2011**  
**Traducido al español por Yin Zhi Shakya**

**Un año antes de la muerte de Ajaan Lee, algunos de sus estudiantes comenzaron grabar sus conversaciones sobre el Dhamma. La siguiente charla es una de los nueve que hemos transcrito de las cintas grabadas—y una de las cuatro que existen todavía en las grabaciones. Es una charla muy inusual, mostrando su característico humor y estilo y proporcionando una animada discusión de las formas en que de hecho, los conceptos del "yo" y el "no -yo" funcionan en la práctica.**

**– El traductor (Thanissaro Bhikkhu)**

---

**En todas nuestras actividades, la persistencia y la resistencia son las cosas que tenemos que fomentar dentro de nosotros mismos en todo momento. Ha habido casos, tanto en el pasado como en el presente, donde personas con poca educación—que no podían siquiera leer o escribir, se han lanzado en el esfuerzo de la práctica y han descubierto que puede leer y memorizar incluso pasajes enteros. Algunas de ellas incluso han ganado el derecho a sentarse a tomar los exámenes oficiales Gubernamentales—esta clase de cosas ha sucedido. Así que debemos mantenernos recordando que todo en el mundo llega del esfuerzo y la persistencia. No importa qué tipo de persona ustedes sean—muy inteligentes o muy estúpidas, sin mucha educación ni habilidades sociales—pero si tienen esas cualidades de persistencia y resistencia en su corazón, hay esperanza para ustedes. En cuanto a las personas que son muy inteligentes, sofisticadas y bien educadas: si carecen de esfuerzo y perseverancia, no serán capaces de tener éxito en sus objetivos, en términos del mundo o del Dhamma. Especialmente para esos de nosotros que tenemos como objetivo la máxima felicidad o el Nirvana: el esfuerzo y la persistencia son los imanes que nos atraerán y llevarán hacia nuestra meta.**

Ahora bien, cuando el esfuerzo y la persistencia están presentes en nuestro interior, entonces la resistencia tendrá que estar presente



también. ¿Por qué? Porque cuando se pone el **esfuerzo** y la **persistencia** en algo, es porque hay obstáculos en el camino. Si son realmente persistentes, esos obstáculos tendrán que desaparecer, lo que significa que han estado también usando la **resistencia**. Si tienen esfuerzo pero no resistencia, no llegarán a ningún lugar. Si tienen persistencia, eso significa que vuestro esfuerzo tiene también resistencia. Así que debemos considerar como primer lugar el esfuerzo y en el segundo la resistencia. Una vez que estas cualidades están constantemente trabajando juntas en vuestro interior, entonces no importa que profundos o lejanos vuestros objetivos puedan ser; el Buda ha predicho que los podréis alcanzar en consonancia con vuestras esperanzas. Es por eso que dijo, como una forma de asegurar que haremos el esfuerzo adecuado, ese '**dukkhamacceti Viriyena**': Es a través del esfuerzo y la persistencia que las personas obtienen la liberación del mundo y alcanzan el Nirvana. El esfuerzo y la persistencia son nuestras raíces, o los imanes que nos atraerán al Nirvana.

Eso es lo que dijo el Buda. Pero nuestros puntos de vistas erróneos, provienen de la **potencia de la corrupción**, del discrepar con su enseñanza. En otras palabras, no lo creen. Creen en general, pero no están dispuestos a creer las enseñanzas de los sabios. Por eso es que seguimos tropezando y arrastrándonos a lo largo de este mundo. Simplemente creemos en nosotros, en nuestras propias opiniones, pero **"nosotros mismos"** estamos hechos de corrupciones. Esta corrupción es el obstáculo que nos impide creer al Buda cuando nos dice que es a través del esfuerzo y persistencia que las personas ganarán la liberación del sufrimiento y el estrés. Simplemente escuchamos las palabras pero no las entendemos. Lo que oímos llega a nuestros oídos pero no entra en nuestros corazones. Y esto significa que estamos trabajando con propósitos opuestos o que no están en acuerdo. Incluso cada uno de ustedes, está trabajando con propósitos que no están en acuerdo. Lo que oyen es una cosa, lo que creen es otra, y eso no va a la par. Cuando esto sucede, empiezan a tener dudas; incertidumbres. Las cosas no están claras para el corazón. Vuestra práctica se convierte en nada más que altibajos, cosas correctas e incorrectas. Esto es, por supuesto, por el corazón de cada persona. Hay sólo un corazón en cada persona, pero ¿cómo es posible que el corazón tenga tantos problemas? Este es un asunto muy complicado. ¿Por qué? Porque si nos fijamos sólo en la superficie, diríamos que cada persona tiene sólo una mente. Eso es todo lo que sabemos. Pero si miramos de otra manera o con otro punto de vista, los textos nos dicen que hay incontables consciencias mentales. Esto

nos hace dudar: ¿cómo puede ser esto? Y cuando nos dirigimos a los textos y realmente nos miramos a nosotros mismos, veremos que el cuerpo de un ser humano no tiene una sola consciencia. Ahí hay muchas consciencias. Vuestra propia y verdadera consciencia, difícilmente la encontrarán en absoluto. Dentro de vuestro cuerpo puede que tengan hasta tres tipos de consciencia. La primera, es vuestra propia consciencia, que entró al vientre de vuestra madre en el momento de vuestra concepción, sin cualquier otra consciencia mezclada con ella. Había muchas otras consciencias alrededor en ese momento, pero todas ellas se extinguieron antes de que hubieran podido nacer. Ustedes no podrían contar cuántas había en un momento como ese, pero en la lucha por el nacimiento, sólo una de ellas tiene el mérito de lograrlo, y el resto desaparece hacia un lado en un gran número. Así que cuando entramos en un útero humano en el momento de la concepción, nos podemos apuntar una victoria para nuestro mérito, pues se ha establecido un punto de apoyo en el mundo humano para nosotros.

Una vez que nuestra consciencia se establece como tiene que ser, comienza a desarrollarse. El cuerpo se desarrolla. Conforme se desarrolla, otras consciencias comienzan a infiltrarse sin nosotros darnos cuenta. Si desean ver un ejemplo bien claro, miren al cuerpo humano después del nacimiento. A veces un gusano de dos pies de largo puede salir de vuestros intestinos. ¿De dónde viene, si no es de una consciencia? O ¿qué acerca de los gérmenes? Algunas enfermedades son realmente causadas por pequeños animales en vuestro cuerpo que causan inflamación y tumores. Como los médicos tradicionales solían decir, hay en nuestro cuerpo ocho familias y doce grupos de animales-causantes-de-enfermedades. ¿De dónde vienen? De la consciencia, es de ahí. Si no hubiera ninguna consciencia, ¿cómo podría haber animales? Los animales surgen de la consciencia. Y algunos de ellos se pueden ver claramente, como vienen arrastrándose en gran número fuera de las heridas, de vuestras orejas, vuestros ojos, vuestra nariz, dientes, ano, todo un enjambre de ellos. Así que, ¿qué son ellos? Ellos son una forma de consciencia.

Este tipo de consciencia se puede ver claramente, pero hay otro grupo de consciencias que son más insidiosos, que no tienen un cuerpo que se pueda ver. Sólo si meditas y obtienes poderes psíquicos puedes verlos. Este es el tercer tipo de consciencia que habita en su cuerpo.

Así que en total son tres: vuestra propia consciencia, **y sólo hay una de esas**. Y entonces, todas las muchas consciencias —en acecho o



## La Consciencia – Por Ajaan Lee Dhammadharo

merodeando tu cuerpo; tantas que no se puede decir exactamente cuántas existen. Las que tienen cuerpos, se pueden ver que son muchas. Y en cuanto a las que no tienen cuerpos, pero están viviendo en el vuestro, no se puede decir cuántas existen.

Ahora bien, es porque hay tantas de ellas, con muchos planes y programas, que el Buda nos dice que no nos unamos a ellas. Ellas no son nosotros, ni nuestras, ni de nuestra incumbencia. A veces nos sentamos con nada malo en absoluto, y de repente una cosa comienza a guiar a otra dentro de la mente. No queremos que suceda, pero la mente parece tener su propia agenda. Este es un caso claro de estas consciencias, estas consciencias locas tratando de actuar, filtrándose en la nuestra y haciéndonos caer en sus enredos. Esas consciencias que acechan nuestros cuerpos sin los suyos propios: Sabrán que ellas también pueden enojarse; pueden ser codiciosas y engañar, pueden sentir amor y odio, al igual que nosotros. Una vez que empiezan a sentir cosas como estas, se sitúan junto a nosotros, y nuestra propia consciencia les sigue sin siquiera darnos cuenta. Por eso hay tantos problemas en el corazón

Sabrán usted, eso es totalmente posible. Supongamos, por ejemplo, que dos de sus hijos están peleando justo frente de usted. Eso es suficiente para ponerlo a usted de mal humor. Aunque usted no haya participado en la pelea junto con ellos, hay una conexión, y así usted también termina con un montón de sentimientos incómodos. Por eso se nos ha enseñado, **Yam ve sevati tadiso**: “dime con quién andas y te diré quien eres” [terminamos siendo iguales a las personas con quienes nos juntamos].

Por lo tanto se nos ha enseñado a analizar las cosas. Hay muchas mentes en vuestra mente. Algunas de ellas son mentes de animales. No es la vuestra la que está acalorada ni alborotada; son sus mentes las que se agitan, pero ellas están a vuestro lado como resultado de que ustedes están dirigidos hacia ellas prestándoles atención. Por eso se nos ha enseñado que somos **anatta**, no-yo. La consciencia es no-yo. Así que no se involucren con ella. **Tenemos que utilizar el esfuerzo, la persistencia y la resistencia**, para mantener las cosas bajo nuestro control. Tan pronto como esas cosas desaparecen, es cuando el corazón puede brillar y estar a gusto. Porque de hecho y en realidad, cuando surgen cosas como estas en el corazón, no es de nuestro hacer—no es de nuestra incumbencia; Es el hacer de ellas. Si se tratara de nuestro propio hacer realmente, entonces cuando aparecen cosas como estas en el corazón, debemos sentirnos felices y contentos.



## La Conciencia – Por Ajaan Lee Dhammadharo

Cuando desaparecen, debemos sentirnos felices y contentos. Pero en realidad o de hecho, cuando las cosas surgen en el corazón, hay sólo algunos casos donde estamos satisfechos de lo que está sucediendo. Hay otros casos donde, no, donde no somos felices en absoluto. Hay un conflicto en la mente. A veces hay gran cantidad de estas otras conciencias, y tienen muchas agendas propias. Nos superan en número y comenzamos a estar de acuerdo con ellas. Cuando esto ocurre hacemos las cosas mal, decimos las cosas mal y terminamos disculpándonos. Esto es porque actuamos de acuerdo con ellas y no en consonancia con nuestro propio y verdadero corazón.

Así que hay que mantener este punto en mente si quieren entender la conciencia. El Buda nos lo ha dicho en términos muy sencillos, pero no le entendemos. Según él, "**La Conciencia no es nuestro ser**". Sólo cuatro palabras, y aún no podemos entenderlas. Y ¿cómo podemos esperar a entenderlas? Nuestros corazones no están establecidos en la concentración, por eso, todo lo que oímos se confunde. Todo lo que podemos pensar es que la conciencia es nuestra mente. Eso es todo lo que podemos pensar, por lo que comenzamos a alinearnos con todo, **a tomar partido**. Esto es nosotros... esto es nosotros. Empezamos a tomar partido con todo, **y por eso** no entendemos la conciencia.

Ahora bien, cuando empezamos a considerar cuidadosamente las cosas, a ver lo que es nuestra propia conciencia real, comprobaremos para ver si hay algo de honesto, leal y fiel a nosotros. Si hay algo que les gusta hacer—y se dan cuenta que es correcto, saben que es correcto—sigan adelante y háganlo hasta que lo terminen, entonces diríamos que eso es algo en que pueden confiar. Pero hay otras cosas que realmente no les gusta—una parte de ustedes quiere hacerlas, y otra parte no—por lo que cuando hay una división como esta, deben comprender que se han asociado con tontos/entupidos, con ciertas clases de conciencias que han llegado a engañarles. Es ahí cuando tienen que **resistir** y **persistir** para acorrallar ese pensamiento. En otras palabras, se deben centrar en contemplar esa conciencia en particular para ver qué tipo de conciencia es. ¿Es vuestra propia conciencia? ¿O es otra conciencia que ha persistido para que vuestra conciencia tropiece y caigas en consonancia con ella? Si caes en consonancia con ella y terminas haciendo cosas que más tarde lamentarás, a eso se le llama **haber sido asimilado por la conciencia**.

Cuando el Buda nos dice que la conciencia **no es** nuestro 'yo', que es **anatta**, no entendemos lo que dice. Hay una clase de conciencia que



es realmente nuestra. La consciencia que es realmente nuestra es leal, honesta y fiel a nosotros—no nos engaña. Supongamos que piensas que mañana deseas ir al monasterio para escuchar un sermón. Ahora bien, ir al monasterio para escuchar un sermón es algo bueno que te gustaría hacer. Realmente te beneficiarías de eso. Estás realmente claro sobre este punto. Pero cuando llega mañana, has cambiado de opinión porque—es simple cambiar. Cuando esto sucede, debes darte cuenta que tu consciencia se ha mezclado con algún otro tipo de consciencia. Así es como has mirado las cosas. No creo que realmente fue tu consciencia. El nuevo pensamiento que anula al viejo pensamiento no es realmente tú. Te está engañando. No eres tú realmente. Normalmente, si algo no es realmente tú, no te engañaría. Tiene que ser honesto, leal y noble contigo. Una vez que hayas decidido hacer algo bueno, tienes que continuar con eso hasta que tengas éxito y te sientas feliz. Ese tipo de pensamiento es su propia consciencia verdadera. Es honesto y no te engaña.

La mayoría de las personas, sin embargo, se engañan a sí mismas. De hecho, ellos no se engañan a sí mismos. Ellos están perfectamente bien, pero estas otras consciencias se filtran en ellos, por lo que terminan siendo engañados. Por ello, el **Buda** nos enseña: “**asevana ca balanam**”: no ir por ahí asociándonos con tontos. Si se juntan o asocian con ese tipo de consciencia a menudo, acabarán sufriendo. Así que—**panditanañca**—asóciense con personas sabias, y asienten, desarrollen y establezcan firmemente vuestras mentes. Si piensan en hacer algo bueno, háganlo hasta el final, hasta triunfar en consonancia con vuestros objetivos. Ese eres tú. No permitas que cualquier otra consciencia se inmiscuya en vuestros asuntos. Si te encuentras con pensamientos que te harían abandonar tus esfuerzos, date cuenta/comprende que te has asociado con tontos, que te has asociado con consciencias que están aparte de ti mismo. Así es cómo debes mirar las cosas. Ahora bien, si fuéramos a entrar en detalles sobre todas las consciencias que viven en nuestros cuerpos, habría mucho que decir. Básicamente, existen dos tipos: esas cuyos pensamientos están en consonancia con lo nuestro y esas cuyos pensamientos no lo están. Por ejemplo, cuando queremos hacer el bien, hay fantasmas hambrientos y espíritus que les gustaría también hacer el bien, pero no pueden, porque no tienen un cuerpo. Así que toman residencia en el nuestro, con el fin de hacer el bien a través o junto con nosotros. Pero hay otros espíritus que quieren destruir cualquier bien que estemos intentando hacer. Probablemente eran nuestros enemigos en vidas pasadas: Tal vez les oprimíamos, encarcelábamos o les condenamos a muerte. Nos pusimos en el





## La Consciencia – Por Ajaan Lee Dhammadharo

camino del bien que ellos estaban intentando hacer, por lo que tienen algunas viejas cuentas que saldar. Ellos quieren bloquear/obstaculizar el camino que estamos tratando de practicar para que no hagamos ningún progreso. Llegan susurrando en nuestros oídos: "Detente, detente. Vas a morir. Te vas a morir de hambre. Va a llover demasiado duro; el sol está demasiado caliente; es demasiado tarde; es demasiado pronto". Y así continúan indefinidamente. Estas son las consciencias que vienen como nuestros enemigos. Hay otras que suelen ser nuestros familiares y amigos. Quieren hacer el bien, pero no pueden, así que toman su residencia en nuestro cuerpo y pueden inclinarse ante el Buda y cantar junto con nosotros. Debido a esto, a veces nuestros corazones son como monstruos y ogros. No podemos imaginarnos qué está sucediendo, y sin embargo está pasando a pesar de que no queremos. Entonces, hay otras veces cuando nuestros corazones son como devas—tan dulce y templado que otras personas pueden maldecir nuestra madre y abuela y no nos enojamos. Luego hay otras veces cuando no hay ninguna provocación de ira y sin embargo logramos enojarnos en formas realmente feas y desagradables. Esa es la forma que sucede con estas consciencias: todo es muy confuso y nos confunde, porque ellas se filtran en nuestros cuerpos. Así es cómo se debe mirar las cosas.

Sin embargo, hay otro grupo de consciencias: las que vienen a recoger deudas kammáticas antiguas. Ellas son los gérmenes que se comen nuestra carne—nuestra nariz, nuestras orejas—para arruinar nuestro semblante. Ellas se comen nuestro labio inferior, exponiendo nuestros dientes, humillándonos y avergonzándonos. A veces se comen una de nuestras orejas, o se comen nuestra nariz hasta la frente. A veces comen en nuestros ojos, nuestras manos, los pies. A veces se comen nuestro cuerpo entero, haciendo que nuestra piel se enferme. Estos son coleccionistas de deuda kammica. En el pasado les hemos hecho la vida miserable, así que esta vez se han unido y asociado para avergonzarnos. Los que son realmente fáciles de ver son los gusanos que ayudan a comer la comida en nuestros intestinos. En el pasado probablemente nos comimos su carne y piel, así que esta vez ellos se van a comer las nuestras. Ellos comen, comen, comen—se lo comen todo. "Todo lo que tienes, bastardo, te lo voy a comer", eso es lo que dicen. ¿Cómo vamos a deshacernos de ellos alguna vez? Se comen nuestros exteriores donde los podemos ver, así que los perseguimos y alejamos, y ellos entonces se van hacia dentro, para comer nuestros estómagos e intestinos. Ahí es cuando realmente se pone la cosa fea: no podemos verlos, y es mucho más difícil deshacernos de ellos. Así que nos mantienen luchando a medida que se comen nuestros



intestinos, nuestros estómagos, nuestros riñones, nuestra vesícula, nuestro hígado, nuestro páncreas, los pulmones, los vasos sanguíneos, nuestros pelos del cuerpo, todo en todos los lugares. Se comen el exterior o la parte de fuera convirtiéndose en enfermedades de la piel. Comen por dentro como gusanos y gérmenes. Y ellos mismos se pelean mutuamente: después de todo, allí hay muchas bandas diferentes. Incluso los gusanos tienen 108 grupos. Así que cuando hay muchos de ellos, pelean, creando una conmoción en nuestra casa. ¿Cómo podremos esperar alguna vez soportarlos? A veces los seguimos sin darnos cuenta. ¿Cómo puede suceder? Porque hay tantos de ellos que no podemos resistirlos.

Estos seres vivos en nuestro cuerpo: a veces se enojan y pelean. A veces se encuentran con otros y empiezan a morder y golpearse entre sí, así que tenemos picazón delante y atrás—picazón, picazón: Los gusanos se han metido en una guerra de pandillas. Los vasos sanguíneos son como carreteras, así que hay animales pequeños cruzando los vasos sanguíneos de un lado a otro. Este llega de esta forma, el otro viene por otra parte, así se conocen y comienzan a hablar. A veces tienen conversaciones reales que no tienen fin, por lo que pasan la noche ahí, comiendo y excretando hasta que la hinchazón empieza: Nuestro cuerpo es un hábitat para las consciencias de esos seres, Así es cómo las cosas siguen ocurriendo.

Nuestro cuerpo es como un mundo. Al igual que él—el mundo—tiene océanos, montañas, árboles, viñedos, tierras; así mismo es con el cuerpo. Cada vaso sanguíneo es un camino para esos seres vivientes. Ellos viajan a través de nuestros vasos sanguíneos y por nuestros canales de respiración. Algunos vasos sanguíneos quedan cerrados, como un callejón sin salida. Otros permanecen abiertos. Cuando están abiertos, la sangre fluye, el aliento fluye, como el agua en los ríos y los arroyos. Cuando fluyen, pueden viajar a lo largo de ellos. Cuando hay vasos sanguíneos, hay seres en ellos. A veces hay un choque entre ellos. Es por eso que tenemos dolores en nuestras piernas y brazos y a lo largo de nuestros canales de aliento. Así que adelante: continúen frotándose y masajeándose—eso es todo un asunto de las consciencias que habitan nuestros cuerpos. Algunas de ellos viven en nuestras órbitas oculares, algunas viven en nuestras orejas, algunas en nuestras narices, algunas en nuestra boca, en nuestra garganta y en nuestras encías. Son como personas, sólo que no podemos entender su idioma. Tienen trabajos y carreras, familias y hogares y lugares de vacaciones por todo nuestro cuerpo. Estas consciencias en nuestros cuerpos a veces entran en batallas y guerras, al igual que las hormigas

rojas y las hormigas negras. A veces lagartos y sapos entran en batallas—lo he visto pasar. Es lo mismo en nuestro cuerpo, así que, ¿a donde vamos a escapar de todo eso? Los seres en nuestros ojos reclaman a nuestros ojos como su hogar. Los que están en nuestros oídos reclaman nuestros oídos como su hogar. Los de nuestros vasos sanguíneos reclaman esos como su hogar. A veces sus reclamos coinciden, por lo que se enemistan y pelean. Como dicen los textos, hay sentimientos que surgen de las conciencias. Por eso hay tantas cosas que le pueden suceder al cuerpo. Algunos tipos de conciencia dan lugar a enfermedades, algunas están esperando su oportunidad. Por ejemplo, algunos tipos de conciencia sin cuerpos andan en nuestros vasos sanguíneos esperando las heridas y rabiando para desarrollarse. Esa es su oportunidad para habitar en cuerpos como los gusanos y gérmenes. En cuanto aquellos que aún no tienen cuerpos, viajan por todo el nuestro como escalofríos, emociones, picazones y dolores. Es todo un asunto de conciencias. En definitiva, hay tres clases en total: tres clanes y todos ellos muy grandes. Los primeros son los seres vivientes con cuerpos que viven en el nuestro. Luego están los que no tiene cuerpos propios, pero habitan en el nuestro. Entonces está nuestra propia conciencia. Así que en total son tres. Estos tres tipos de conciencia se mezclan juntos, por lo que no sabemos qué tipo de conciencia pertenece a los animales con cuerpos, a los seres que todavía no tienen cuerpos, y qué tipo de conciencia es la nuestra propia. No sabemos. Cuando no sabemos esto, ¿cómo podemos distinguir los cinco agregados? "**Viññanakkhandho, Viññanakkhandho**" eso es lo que cantamos cada mañana— ¿cómo podemos saberlo? Todo lo que sabemos es "conciencia, conciencia," pero nuestra propia conciencia está tan inerte, tan floja y tan coja, que es como una cuerda que se arrastra sobre la tierra. Es lo mismo con la frase "la conciencia no es el 'yo'". Todo lo que sabemos es las palabras que ellos dicen.

Sólo cuando desarrollamos el discernimiento—concentrando la mente—seremos capaces de comprender la conciencia. Ahí es cuando podremos comprender las 18 propiedades, comenzando con: "**Cakkhu-dhatu, rupa-dhatu, cakkhu-viññana-dhatu**" —la propiedad de ojo, la propiedad de la forma, la propiedad de la conciencia del ojo. Para comprender estas tres cosas es necesario el tipo de conocimiento que proviene de la concentración. Por ejemplo, cuántos tipos de conciencia existen en nuestros ojos. Cuando aparece una forma a la vista y hay conciencia de la forma— ¿es realmente nuestra conciencia, o es la conciencia de algún otro ser sin un cuerpo que está la que está actuando? ¿O es la conciencia de un ser con un



cuerpo que se ha interpuesto en nuestro camino, haciéndonos dudosos e inseguros? ¿En cuantas maneras diferentes reaccionan los tres tipos de consciencia que surgen en el ojo y que ven formas? ¿Y son esas reacciones realmente el resultado de nuestra propia consciencia, o de la consciencia de los seres con organismos que habitan nuestro cuerpo? O son el resultado de consciencias sin cuerpos. No sabemos. No tenemos la menor idea. Cuando no sabemos ni siquiera este poco, ¿cómo vamos a saber o conocer, "**Cakkhu-dhatu, rupa-dhatu, cakkhu-viññana-dhatu**"? No es posible. No tenemos ni idea, ningún discernimiento, ningún conocimiento, no discernimos en absoluto.

**"Sota-dhatu"**: nuestra oreja, que es la base para que surja la consciencia del oído. ¿Qué tipo de consciencia-auditiva surge primero? ¿Sabemos? No, no, en absoluto. ¿Es nuestra propia consciencia la que va escuchando los sonidos? ¿Es la consciencia de algunos animales al acecho en nuestros oídos? ¿O es la consciencia de algún ser que ni siquiera tiene un cuerpo? ¿O es realmente nuestra propia consciencia? Examinen cuidadosamente las cosas para que sepan esto antes que nada. Pueden saber o conocer esto de los resultados: hay algunos tipos de sonidos que les gusta oír, pero ustedes saben que no son adecuados, y aún así desean escucharlos. Deberían darse cuenta o comprender cuando esto, que no es vuestra consciencia la que está escuchando, porque no es leal a ustedes. Existen otros tipos de sonidos que son buenos y correctos, pero a ustedes no les gusta. Este es otro caso en el que no es vuestra consciencia. Probablemente algo se ha infiltrado y metido en el camino. Tienen que estar atentos a esto con mucho cuidado, porque hay un montón de diferentes grupos de consciencias con sus propios programas y agendas. A veces ustedes escuchan a otras personas que hablan: Lo que dicen es cierto y correcto, pero no les gusta. Por lo que asumen que este negocio de gusto y disgusto es vuestro. Nunca se detienen a pensar que la consciencia no es el 'yo'. El hecho de que no se detengan a pensar por eso es porque vuestros oídos están sordos. No están escuchando. Algún fantasma hambriento está escuchando en vuestro lugar, sin ustedes siquiera darse cuenta. Entonces, ¿cómo van a recordar algo? Vuestra mente no está ahí con el cuerpo en el presente, por lo cual, no está escuchando. Los Fantasmas hambrientos están escuchando, los espíritus muertos están escuchando, los demonios enojados se están interponiendo en el camino, así que como resultado, ustedes no saben, no entienden lo que se está diciendo. Fantasmas y demonios están haciendo toda la función de escuchar y pensar, pero ustedes asumen que todo lo están haciendo ustedes. Por eso, el Buda dijo que la

ignorancia ciega nuestros ojos y ensordece nuestros oídos. Es todo un asunto de conciencias.

**"Cakkhu-dhatu, rupa-dhatu, cakkhu-viññana-dhatu"**: Hay estas tres cosas. En el instante en que el ojo ve una forma, ¿cuál es la conciencia que sale a mirarla/buscarla? ¿Alguna vez se han detenido a prestarle atención a esto? **No. Nunca.** Así que no saben si es realmente vuestra propia conciencia o la conciencia de un animal al acecho en vuestro ojo, ya sea si es un animal con cuerpo o uno sin cuerpo. **Ni siquiera sabes si realmente existen estas cosas.** Si no saben esto, ¿qué pueden esperar saber? **"Sota-dhatu, sadda-dhatu, sota-viññana-dhatu"**: Tampoco saben esto; y así sucesivamente una por una en la 'lista': **"Ghana-dhatu"**: La nariz es por donde se conocen olores y por donde surge de la conciencia-olfatoria. A veces nuestra consciencia le gusta cierto tipo de olores, olores que son adecuados en consonancia con el Dharma. Por lo tanto buscamos y encontramos esos olores para hacer méritos. Otras veces nos damos por vencidos. Nos gustan los olores, pero no los seguimos o buscamos. No seguimos nuestros propios pensamientos. Entonces, hay ciertos tipos de olores que no nos gustan, pero de todas formas vamos tras ellos. Algunas clases de ellos nos gustan, pero no los seguimos. Hay todo tipo de cuestiones en torno a los olores. Los olores aparecen en nuestra nariz y la conciencia también aparece en nuestra nariz. ¿Quién sabe cuántos cientos de tipos de conciencias están viviendo allí? A veces ellos saben las cosas antes que nosotros y nos mandan todo tipo de informes falsos para engañarnos. Nos murmuran mentiras para mantenernos mal informados y así les creamos y aceptemos. Como resultado, cerramos los ojos y les seguimos, como un oso que quiere obtener miel de un nido de abeja, simplemente cierra los ojos y se mantiene sorbiendo la miel. No puede abrir sus ojos porque las abejas le van a picar sus ojos. Lo mismo pasa con nosotros: cuando la conciencia nos trata de susurrar, "Sigue, sigue", y nos vamos con ella, pensando que somos los que sentimos la necesidad de continuar. De hecho, no sabemos qué es lo que se está deslizando y nos empuja, como un médium poseído por un espíritu.

**Jivha-dhatu: La lengua.** En la lengua es donde surgen los sabores. Los sabores llegan y hacen contacto con la lengua y una cognición surge, llamada conciencia. Sin embargo, ¿cuál es la conciencia que surge exactamente primero? ¿Sabían que hay seres vivos que residen en nuestras papilas gustativas y que también tienen conciencia? Ellos pueden que sepan más que nosotros. Por ejemplo, digamos que hay alimentos que sabemos que son malos para nosotros comer, pero



tenemos el deseo de comerlos. ¿Por qué existe ese deseo? A veces no queremos comerlos, pero la conciencia de algunos seres vivientes quiere comérselos. Si nos lo comemos, sabemos que nos enfermará, pero todavía tenemos el deseo de comérselo. A esto se le llama estar engañados por los sabores. Las consciencias nos engañan, 'nos toman el pelo'. Como ya hemos mencionado, existen tres tipos de conciencia, así que ¿cuál es la conciencia que está actuando? ¿Es nuestra conciencia o no? Nunca nos hemos detenido a comprobar. ¿Es el tipo de conciencia que aún no tiene un cuerpo? ¿O es la que ya tiene un cuerpo que aparece en nuestra boca? No lo sabemos. Cuando no sabemos, esa es la razón por la que todo lo que decimos sale erróneo y mal. Esos espíritus son los que nos hacen hablar, hablar de todas las formas posibles que nos ponen en problemas. De hecho, no queremos decir esas cosas, pero continuamos y las decimos. Eso es una señal de que nos hemos asociados con tontos, con las consciencias de los demonios enojados, sin siquiera, incluso, darnos cuenta. Sólo después que nos damos cuenta de lo que ha sucedido es cuando terminamos sufriendo. Por eso nos seguimos perdiendo en ellos. No sabemos/conocemos las consciencias en los cinco agregados. Nosotros seguimos tarareando cada día, "**Viññanam anātman, anātman, ta, ta,**" pero no sabemos nada. Esto es lo que llama el Buda **avijja** o desconocimiento/ignorancia.

**Kaya-dhatu:** Lo mismo sucede con el **cuerpo**. El cuerpo es donde las sensaciones táctiles se sienten. Las sensaciones táctiles hacer contacto y así podemos conocerlas todas: duro, suave, caliente y fría. Así lo sabemos. Este conocimiento de sensaciones táctiles se llama **conciencia**. Pero cuál conciencia es, nunca hemos hecho una encuesta. Así que pensamos que somos quienes están fríos, somos quienes están calientes, y sin embargo no somos nosotros en absoluto. Al igual que una persona poseída por un espíritu. ¿Qué sucede cuando una persona es poseída por un espíritu? Supongamos que hay alguien que nunca ha bebido licor. Cuando un espíritu le posee, bebe dos o tres vasos—realmente disfrutando, pero cuando el espíritu se va o sale de su cuerpo, la persona que nunca ha bebido licor está completamente borracha. ¿Por qué? Porque había una conciencia de afuera que lo poseyó. Él—el verdadero él—nunca bebió licor, pero él bebió cuando un espíritu lo tenía poseído. Lo mismo sucede con nuestra mente. Cuando estas consciencias comienzan a ponerse hostiles, empezamos haciendo las cosas a pesar de que no queremos hacerlas. Algunas formas de conciencia son como el frío, y algunas como el calor. Al igual que los animales en el mundo: Algunos, les gusta el clima caliente, otros el frío, algunos les gusta comer cosas

duras, otros como comer cosas suaves. Los gusanos y orugas, por ejemplo: les gusta comer cosas duras. Es lo mismo con los seres vivos en nuestros cuerpos: Algunos les gusta comer cosas duras, por lo que muerden nuestros huesos, o nuestra carne hasta que los despedazan. Algunos beben las partes líquidas. Algunos les gustan las cosas calientes, otros las cosas frías. Así que cuando se enfrían, nos sentimos que estamos realmente fríos, pero nunca hemos pensado en lo que nos ha producido el frío. Cuando se ponen calientes, no sabemos lo que nos ha producido el calor. Sólo pensamos que se trata de nosotros: se trata de nosotros: eso es nosotros. Cuando eso sucede nos convertimos en un espíritu-consciencia junto con ellos y nunca lo notamos.

Por eso, el Buda ha dicho que no tenemos discernimiento. Creemos en esas formas de consciencia, olvidando su enseñanza de que la consciencia no es autónoma/**no tiene un 'yo'**. **En realidad, sólo hay uno de nosotros, y no es todo tan complicado como esto.** En cuanto a nuestra mente: **mano dhatu**—se puede decir lo mismo. Está poseída por espíritus así que adolece de todo tipo de síntomas. Las ideas que se idean en la mente, las ideas que provocan pensamientos en la mente: provienen de una causa. A veces la causa puede ser las ondas de choque de otras consciencias que se topan con nosotros. Los pensamientos de los seres vivos con cuerpos pueden que sean dirigidos a nosotros. Las consciencias de los seres sin cuerpos pueden tener algunos asuntos pendientes relacionados con nosotros y pueden causar que nuestras propias mentes le sigan. Cuando esto sucede, ustedes deben saber: **"Oh, ha habido una infiltración."** Lo que se ha infiltrado es el estado de ánimo de otro ser vivo. Puede que sea el estado de ánimo de un animal, o el estado de ánimo de un Deva. El estado de ánimo de un demonio furioso. Tenemos que descifrarlos para así conocer/saber. Hay una sola consciencia, no un montón de ellas. **Cuando uno es uno, debe permanecer como uno.** El problema es que uno se convierte en dos y luego en tres y así sucesivamente sin fin. Esto es lo que bloquea u obstruye nuestros sentidos.

**El desconocimiento/la ignorancia** bloquea los ojos, por lo que no sabemos las consciencias que han construido sus casas en nuestros ojos. **La ignorancia** bloquea nuestros oídos: las consciencias de todos los animales que han llegado y construido sus casas llenando nuestras orejas. **La ignorancia** bloquea nuestra nariz: las consciencias de todos los animales que han llegado y construyeron sus casas en nuestras narices. Ella bloquea nuestra lengua: las consciencias de todos los



animales que han llegado y construyeron sus casas y ciudades en nuestra lengua. Ella bloquea nuestro cuerpo: las conciencias de todos los animales que han llegado y construyeron sus casas en cada poro. En cuanto a nuestra propia consciencia, no coincide con ellos. Por eso el esfuerzo de nuestra meditación es tan flojo y laxo: no comprendemos lo que están haciendo estas cosas con nosotros. Ellas cierran nuestros ojos, oídos, nariz, lengua, cuerpo y mente por lo que no podemos ver nuestra salida y desarrollo. Como resultado, las cualidades que intentamos desarrollar simplemente no crecen.

Ahora bien, cuando podemos aniquilar a los hogares de la ignorancia, que es cuando entendemos lo que está sucediendo:

**Aneka-jati samsaram, sandhavissam anibbisam.  
Gaha-karam gavesanto...**

**A través de la ronda de muchos nacimientos, deambulo sin encontrar el constructor de casa que estaba buscando... Aneka-jati samsaram...**

Cuando contemplamos al punto donde entendemos estas cosas, llegamos a ver los asuntos interminables de todos los seres vivos que han establecido su residencia en nuestra casa. **Aneka-jati samsaram...** Ellos han venido a pelearse y peleamos y crear un montón de problemas. Les gusta manejar nuestra mente con todo tipo de daños.

Cuando contemplamos y vemos las cosas de esta manera, **llega el desapego**<sup>6</sup>. **Cakkhusmimpi nibbindati**. Sentimos el desapego por el ojo. **Rupesupi nibbindati**. El desapego por las formas. **Cakkhu-viññanepi nibbindati**. El desapego por la consciencia. Realmente nos cansamos de ellos. Es una verdadera molestia a nuestro corazón. **Nibbindam virajjati, viraga vimuccati**. Los escupimos. El ojo escupe la forma, escupe las conciencias. Los escupe... ya ha tenido suficiente.

**Sotasmimpi nibbindati**. Sentimos desapego por el oído. **Saddesupi nibbindati**. El desapego por los sonidos. **Sota-viññanepi nibbindati**.

---

<sup>6</sup> **Nota de la traductora:** El desapego a la forma, el desapego a la no-forma. el desapego a todo lo que signifique deseo o aversión: el poder, el amor, las cosas materiales, los sentimientos de toda clase, etc.





El desapego por las consciencias. **Viraga vimuccati**. Las escupimos todas. Cuando el ojo escupe las formas, ellas—las formas—no se quedan atascadas en el ojo, por lo que el ojo puede penetrar y ver por millas. Cuando se escupen los sonidos, los oídos pueden penetrar: Podemos escuchar los **devas** tarareando. Cuando la nariz escupe los aromas, el mundo entero huele dulce. Nuestra bondad, cuando dejamos ir, huele dulce en cada dirección. La lengua escupe los sabores, no se los traga, escupe la consciencia. El cuerpo se escupe las sensaciones táctiles. El calor no se queda atascado en el corazón. Ni el frío bloquea el corazón. Lo duro, lo suave o lo que sea, no bloquea, ni se filtra en el cuerpo. Todo se escupe o deja ir hasta llegar a la consciencia mental. La mente deja ir su bondad. No se aferrar a los puntos de vista o a la presunción o mentira de que su bondad le pertenece a ella. Escupe los estados malos y torpes, por lo que mal no se filtra y la cala. Ella escupe a las variadas cosas que sabe o conoce, como, "esa es la consciencia de los seres vivos con cuerpos... esa es la consciencia de los seres vivos sin cuerpos... esa es realmente mi consciencia." Todo eso se escupe. Eso es lo que se llama **viññanasmimpi nibbindati**. Falta de pasión—desapego por la consciencia, desapego por los objetos mentales—**Viraga vimuccati**. Todo se escupe; nada se puede tragar/tolerar, de forma que nada se queda en la garganta. El ojo no se traga/tolera las formas, el oído no se traga/tolera los sonidos, la nariz no se traga/tolera los olores, la lengua no se traga/tolera los sabores, el cuerpo no se traga/tolera las sensaciones táctiles, la mente no se traga/tolera las ideas. **Vimuccati: Liberación**. No más confusión ni enredo. Ahí es cuando ustedes dicen estar en la presencia del **Nibbana—Vimuttasmim vimuttamiti ñanam hoti, khina jati, vusitam brahma-cariyam**—En la liberación está el conocimiento, 'la Liberación'. "Se termina el nacimiento, la vida santa ha sido alcanzada". Cuando podemos practicar en esta forma, sabremos cuál es la consciencia de los animales, cuál es la nuestra, y podemos desprendernos de todas ellas. **Ahí es cuando sabremos que hemos ganado la liberación de todas esas clases de consciencias.**

La consciencia de los seres vivientes con cuerpos no es nuestra consciencia. La consciencia de los seres vivientes sin cuerpos no es nuestra consciencia. Nuestra consciencia, que es la 'atención' a esas cosas, no es nosotros. Esas cosas se tienen que dejar ir con su naturaleza. **Ahí es cuando podremos decir que conocemos los cinco agregados, los seis sentidos mediáticos.** Nos liberamos del mundo y podemos abrir nuestros ojos. Nuestros ojos serán capaces de ver a distancia, como cuando quitamos las paredes de nuestra casa y



podemos ver a cientos de millas. Cuando nuestros ojos no están atascados en las formas, podemos alcanzar los poderes de la clarividencia y ver lejos. Cuando nuestros oídos no están atascados en los sonidos, podemos escuchar los sonidos lejanos. Cuando nuestras narices no están atascadas en olores, podemos oler el aroma de los devas, en lugar de irritar nuestra nariz con el olor de los seres humanos. Cuando los sabores no se quedan pegados en la lengua, podemos gustar de la comida y la medicina celestial. Cuando la mente no está atascada/obstruida por las sensaciones táctiles, podemos vivir con comodidad. Cada vez que nos sentemos, podremos estar a nuestro gusto: a gusto cuando hace frío, a gusto cuando está caliente, a gusto en un asiento suave y cómodo, y a gusto en un asiento duro. Aunque el sol nos queme, podremos estar a nuestro gusto. El cuerpo puede desintegrarse, y así todo podremos estar a nuestro gusto. A esto se le denomina escupir las sensaciones táctiles. En cuanto al corazón, él escupe/expele las ideas. Es un corazón liberado: liberado de los cinco agregados, liberados de los tres tipos de consciencia. Esos corazones no pueden nunca ser engañados de nuevo. El corazón se libera del estrés y el sufrimiento y alcanzará la felicidad más alta, la más definitiva: el Nibbana.

Aquí he estado hablando sobre el tema de la consciencia. Llénenlo al corazón y entrénense ustedes mismos, para así dar lugar al conocimiento interno. **Ahí es cuando se puede decir que se conocen los mundos.** Las consciencias que tienen cuerpos habitan los mundos de la sensualidad, desde los niveles del infierno hasta el cielo. Las consciencias sin cuerpos habitan en el mundo de la no-forma de los Brahmas. Nuestra propia consciencia es la que nos llevará al Nibbana. Cuando conozcan estos tres tipos de consciencia podrán decir que están: **vijja-carana-sampanno**: consumados en conocimiento y conducta. Sugato: Irán bien y vendrán bien y donde quiera que se queden, permanecerán bien. Todos los seres del mundo podrán entonces obtener algo de alivio. ¿En qué forma? Les entregaremos todo. Los animales que quieran comer nuestro cuerpo, podrán seguir adelante y hacerlo. Ya no seremos posesivos. Lo que quieran, lo que les gusta comer, pueden seguir adelante y tenerlo: “nos importa un pepino”/nos da lo mismo. Así es cómo nos sentimos realmente. No estamos apegados. Si quieren comer nuestros intestinos, puede seguir adelante. Si quieren comer nuestros excrementos, puede tenerlos. Si quieren tomar nuestra sangre, pueden tomarla, todo lo que les guste. No somos posesivos. Lo quiera cualquier tipo de consciencia, son bienvenidos a eso. Les damos su independencia, por lo que pueden gobernarse a sí mismas, sin nosotros hurtarles nada. Como resultado,



## La Consciencia – Por Ajaan Lee Dhammadharo

compartimos con ellos una parte de nuestra honestidad. Lo mismo para las conciencias incorpóreas en nuestro cuerpo: Ellas obtienen su independencia y nosotros también la nuestra. Todo el mundo llega a vivir en su propia casa, comer su propia comida, dormir en su propia cama. Todo el mundo vive por separado, por lo que todo el mundo puede estar a su propio gusto.

A esto se le denomina "**bhagava**": el ojo se separa de las formas, las formas se separan del ojo y las conciencias se separan de sí mismas.

La oreja se separa de los sonidos, los sonidos se separan de la oreja y conciencias se separan de sí mismas.

La nariz se separa de los olores, los olores se separan de la nariz y las conciencias se separan de sí mismas.

La lengua se separa de los sabores, los sabores se separan de la lengua y las conciencias se separan de sí mismas.

El cuerpo se separa de las sensaciones táctiles, las sensaciones táctiles se separan del cuerpo y las conciencias se separan del cuerpo.

La mente se separa de las ideas, las ideas se separan de la mente y las conciencias se separan de la mente.

No tiene ningún sentido que este sea nuestro 'yo' o que es nuestro 'yo'. A esto se le denomina "**Sabbe Dharma anātman**", ningún fenómeno es el 'yo'. **No reclamo derechos sobre nada en absoluto**. Quien puede hacer esto ganará la liberación del mundo, del ciclo de la muerte y el renacimiento. Esto es **asavakkhaya**—el conocimiento del final de la fermentación mental—que surge en el corazón.

Así que, ahora que ustedes han escuchado esto, deben tomarlo para meditar y contemplar, a fin de obtener una comprensión clara dentro de ustedes mismos. De este modo estarán en el camino a la liberación del estrés y el sufrimiento, usando la persistencia y el esfuerzo en todo momento, para limpiar vuestra propia consciencia y así saberlo y conocerlo claramente. Eso es lo que les llevará a la pureza.

Así que por hoy, a petición mía, la discusión/debate de las conciencias, se termina aquí.



## Provenance/Procedencia:

©1997 Metta Forest Monastery. Transcribed from a file provided by the translator. This Access to Insight edition is ©1997–2011.

**Terms of use:** You may copy, reformat, reprint, republish, and redistribute this work in any medium whatsoever, provided that: (1) you only make such copies, etc. available free of charge; (2) you clearly indicate that any derivatives of this work (including translations) are derived from this source document; and (3) you include the full text of this license in any copies or derivatives of this work. Otherwise, all rights reserved. For additional information about this license, see the FAQ.

**Condiciones de Uso:** Este trabajo, **no** se le puede copiar, cambiar el formato, reimprimir, volver a publicar y/o redistribuir en cualquier medio alguno; pero si se copiara sería a condición de que: (1) sólo se haga esas copias, etc. disponibles de forma gratuita; (2) se indique claramente que cualquier derivados de esta obra (**incluyendo traducciones**) se derivan o proceden de este documento de origen; y (3) que se incluya el texto completo de esta licencia en **todas** las copias o derivados de este trabajo. De lo contrario, todos los derechos quedan reservados. Para obtener información adicional acerca de esta licencia, diríjase a:

<http://www.accesstoinsight.org/faq.html#copyright>

<http://www.accesstoinsight.org/lib/thai/lee/consciousnesses.html>

How to cite this document (one suggested style): "Consciousnesses", by Ajaan Lee Dhammadharo, translated from the Thai by Thanissaro Bhikkhu. Access to Insight, 7 June 2010,

<http://www.accesstoinsight.org/lib/thai/lee/consciousnesses.html>

Retrieved on 26 August 2011 from:

<http://www.accesstoinsight.org/lib/thai/lee/consciousnesses.html>

**Traducido al español Por Yin Zhi Shakya, de la Orden Hsu Yun del Budismo Chan con sede en [Honolulu, Hawai](#)  
Revisión gramatical por la Maestra del Dharma Teresa Kübber Román - Zhèng gǒng Shakya**

**Nota de la correctora** Teresa Kübber Román/ Zhèng gǒng Shakya: De la lectura en la Pág. 9 nació: estamos habitados por un enjambre de conciencias (y tal vez Mega-conciencias) buenas-malas..., etc. que nos pueden manejar. El tris de una Navaja, que puede escurrirse y dar en el corazón. Hay que estar siempre atentos: atención correcta todo el tiempo.