

El Conocimiento
By Ajaan Lee Dhammadharo
Traducido del tailandés por
Thanissaro Bhikkhu

© 1997–2011

Traducido del inglés al español por Rev. Yin Zhi Shakya de la
Orden Hsu Yun del Budismo Chan con sede en [Hawai](#)

Nota del traductor al inglés

Esta es una de las pocas conversaciones en cinta grabada de Ajaan Lee, que data del 04 de octubre de 1960, apenas seis meses antes de su fallecimiento. En la charla, cubre las ocho formas clásicas de conocimientos teóricos y prácticos (*vijja*) que provienen de la práctica de la concentración, discutiendo cómo se relacionan los métodos de la ciencia y otras formas de conocimiento mundano. Tres de los conocimientos hacia el final de la lista son apenas discutidos, y el final de la charla es bastante abrupto. Esto puede haber sido debido a que la cinta se agotó, ya que tenía mucho que decir sobre estos conocimientos en sus otras conversaciones y escritos. Sin embargo, el corazón de la charla—el papel del pensamiento y no-pensamiento en el desarrollo de la concentración y la visión/discernimiento liberado—se explica con todo detalle, haciendo de esta una guía muy útil para “cómo” hacer la práctica de la concentración y el discernimiento.

Vijja-carana-sampanno:
Consumado en conocimiento y conducta.

Voy a hablar del conocimiento—el más alto nivel de conocimiento, un conocimiento no común. El conocimiento común u ordinario está adulterado con muchas corrupciones y fermentaciones mentales y por lo tanto, se le llama '**hethima vijja**', conocimiento inferior. El conocimiento inferior es algo que todo el mundo tiene, budistas y no budistas por igual: las distintas ramas del conocimiento mundano que las personas estudian de libros de texto para establecer sus sociedades y administrar sus naciones. Y entonces, tenemos las ramas especiales de conocimiento, las formas científicas de pensar que las personas usan para inventar todo tipo de artilugios/mecanismos increíbles para la raza humana—cosas como la clarividencia (la televisión), clariaudiencia (los teléfonos) y poderes de levitación (los aviones). Ha llegado el punto donde estos artilugios pueden trabajar en lugar de las personas. Durante la última guerra, por ejemplo, he oído que fueron capaces de lanzar bombas sobre otros países sin



enviar personas junto con ellas. Con sólo presionar un botón ellos podían decirle al misil dónde ir y qué hacer; y cuando había terminado el trabajo para su satisfacción, que regresara a casa. A esto se le ha llamado progreso en el conocimiento mundano—o **lokiya vijja**. Esta clase de conocimiento es común alrededor del mundo, y cae en las dos categorías que he mencionado: la clase que llega de estudiar los libros (**sutamaya-pañña**), y la clase que llega de pensar en las cosas o **cintamaya-pañña**.

La **segunda** clase de conocimiento surge en la mente misma. Las personas con mucha educación en las ciencias teóricas trabajan con su pensamiento. Ellos piensan hasta el punto donde una idea aparece como un dibujo en la mente, como un **uggaha-nimitta** (una imagen espontánea). Cuando la imagen aparece en la mente, ellos la pueden dibujar en papel, y entonces experimentar con objetos físicos para ver si trabaja. Si no trabaja, ellos hacen ajustes, creando una idea nueva de su vieja idea—ajustándola un poco por aquí, expandiéndola un poco por allá—y continuando así hasta que encuentran lo que trabaja de acuerdo a lo que buscan o a su meta.

Si pensamos acerca de esto en un nivel superficial, es realmente increíble. Ellos tienen su punto de partida con algo muy simple: por ejemplo, cómo hacer de una persona pequeña, una grande, o una persona grande, pequeña; algo verdaderamente muy simple. Entonces, toman un espejo y lo doblan, de manera que una persona alta se convertirá/verá como una persona pequeña. Lo doblan, por lo que una persona pequeña se convertirá en alta. Y eso es para empezar. Entonces siguen pensando de la misma forma, hasta que pueden tomar un objeto lejano y hacerlo parecer que está cerca. Las personas que hacen estas cosas tienen la tendencia a ser estrategas o tácticos militares. Son los que suelen obtener primero estas ideas. Otra rama importante de la ciencia es la medicina. Las personas en ambas de estas ramas tienen un pensar más profundo que la población en general.

Por ejemplo, las personas en los barcos en alta mar pensaron que les gustaría ver los barcos que se les acercaran a ellos desde la distancia. "¿Cómo los podemos verlos? ¿Cómo podemos ver la imagen que aparezca en nuestro barco?" Ellos trabajaron en esa idea hasta que lo lograron. Primero empezaron realmente con una mente simple o ingenua, al igual que nosotros. ¿Ingenua de qué manera? Pensaron como un espejo, eso es todo, nada especial. Pusieron un espejo en lo alto de un poste y luego tenían una serie de espejos para recoger la

imagen de primer espejo y enviarla abajo al buque. No tenían que mirar al primer espejo en lo alto. Podrían observar el barco o los barcos venir desde lejos, en un pequeño espejo diminuto abajo en el barco. Eso es todo lo que utilizaron al principio. Después de un tiempo hicieron un solo espejo en ondas/curvas. Cuando una imagen llega a la primera curva, la próxima la recogía y la enviaba hacia abajo a las demás curvas hasta llegar al buque. Ellos se mantuvieron pensando esto hasta ahora, no más: Ahora tienen un radar, una pequeña caja que no utiliza una serie de espejos y no utiliza un espejo con curvas, pero puede todavía extraer la imagen de un barco lejano y hacerla que aparezca en su barco. Así es como el conocimiento se desarrolla a un alto nivel en las ciencias.

En cuanto a la medicina, los médicos de estos días están investigando cómo pueden mantener las personas sin morir. Mucha gente está haciendo esta investigación, pero nadie ha encontrado la solución. No importa cuánto investigación hacen, los seres/las personas siguen muriendo. No han logrado hacer que las personas duren más que el tiempo común. Esta es otra rama del conocimiento que proviene del pensamiento y no de los libros de texto.

Y hay aún otra rama que se está incrementando todavía más, pero cuánto más es difícil de decir. Éstas son las personas que quieren ir a vivir en Marte. Debe ser muy agradable allí. Pero las posibilidades de su éxito son pequeñas. ¿Por qué son pequeñas? Porque la gente no es realmente sincera. Y ¿por qué no son sinceros? Porque están todavía inseguros e inciertos. La idea no está muy clara en sus cabezas. Esta incertidumbre es lo que se interpone en el camino del éxito.

Así que este es el segundo nivel del conocimiento mundano, el nivel que viene del pensamiento e ideas o **cintamaya-pañña**.

Pero en el análisis final, ninguno de estos dos niveles de conocimiento puede llevarnos más allá del sufrimiento y el estrés. Son el tipo de conocimiento que crea mal kamma alrededor del 70 por ciento del tiempo. De hecho, sólo benefician la raza humana el 30 por ciento del tiempo. ¿Por qué sólo el 30 por ciento? Si otra guerra comenzara: un total desastre. Los tipos de conocimientos que son realmente útiles, esos que dan mayor comodidad al transporte y a las comunicaciones humanas, son pocas y distantes. En su mayor parte, los conocimientos mundanos pretenden la matanza masiva, y la acumulación de poder e influencia. Esta es la razón por la que no nos lleva más allá del



sufrimiento y el estrés, y no nos guía más allá del nacimiento, el envejecimiento, la enfermedad y la muerte.

Tomemos, por ejemplo, los países en la actualidad que son inteligentes en la construcción de todo tipo de armas. Ellos venden sus armas a otros países, y a veces esos otros países usan las armas para matar a personas en los países que las construyeron. Hay países que no pueden construir sus propias armas, pero declaran la guerra a los países que les han dado ayuda militar. Esos son los resultados extremos **a los que el conocimiento mundano nos puede llevar.**

Por eso, el Buda nos enseñó un nivel mayor de conocimiento: el conocimiento del **Dhamma**. El conocimiento del Dhamma surge de dos maneras, a través del pensar y del no-pensar. Al primer nivel de pensamiento se le llama '**atención adecuada**' (**yoniso manasikara**). Cuando oímos el Dhamma, tenemos que usar una atención adecuada para examinar las cosas antes de que se nos pida que las consideremos o creamos en ellas. Por ejemplo, supongamos que queremos hacer mérito. Simplemente escuchamos la palabra "mérito" y queremos algunos, pero sin detenernos a pensar qué tipo de cosas es apropiado para dar como donaciones, y qué tipo de personas son apropiadas para recibir nuestras ofertas de servicios meritorios. Tienen que considerar cuidadosamente las cosas: considérense ustedes mismos y después examinen el objeto que desean dar, y entonces consideren el destinatario del objeto, para ver si todas estas cosas van de la mano. Incluso si no lo hacen, aún pueden seguir adelante y dar el objeto, por supuesto, pero es mejor que sepan lo que están haciendo, que no está actuando engañosamente, ni simplemente actuando por el deseo. Si quieren mérito y simplemente actúan sin darle la debida atención a las cosas, carecen del tipo de discernimiento que proviene del pensamiento, **cintamaya-pañña**. Tienen que reflexionar sobre las cosas en muchos niveles, si desean que vuestra acción para hacer méritos les guíe a la pureza. A esto se le denomina hacer el bien basándose en el discernimiento. Esto es lo que significa o lo que se entiende por **kusala dhamma**, la calidad de destreza. **Kusala dhamma** es un nombre para el discernimiento, pero normalmente no traducimos esa forma en tailandés. Pensamos que kusala es simplemente otra palabra para '**mérito**'. De hecho, kusala puede ser un sustantivo/nombre, y también puede ser un adjetivo. Como sustantivo, significa la conducta o manera por la cual una persona actúa en buenas maneras, en habla, cuerpo y mente. Como adjetivo, se refiere a 'este y aquel' tipo de acto que conduce a 'este y aquel' tipo de pureza. Cuando lo aplicamos al discernimiento, significa

kusalopaya, una estrategia hábil. **Cuando hacemos cualquier cosa, tenemos que utilizar nuestro discernimiento para considerar las cosas desde todos los ángulos antes de actuar, para que nuestras acciones den resultados completos. A esto se le llama usar una estrategia hábil para dar lugar a la bondad en de nosotros mismos en una pureza amplia/completa.**

Por eso, el Buda nos enseñó a comenzar nuestras acciones con una atención adecuada y considerar/meditar las cosas una y otra vez, en una aproximación constante o repetitiva. **Sólo entonces**, cuando las cosas estén **muy claras en la mente**, debemos actuar. Es la naturaleza de las cosas que mientras más camines hacia adelante y hacia atrás en un pasaje, más suave se hace por su desgaste. Cuando la ruta se desgasta y realmente se hace suave, puedes ver la puerta al final. Si caminan hacia adelante y hacia atrás muchas veces, toda la hierba y la maleza en el camino morirán. Y surgirá el conocimiento: aprenderán cuales son las plantas que crecen a la orilla del camino que se pueden comer y cuáles no. A medida que el camino se desgasta se hace más suave, y pueden ganar toda clase de beneficio. Diríamos, **uno**, no les duelen los pies al caminar sobre él. **Dos**, se aprende lo que está creciendo en la orilla del camino, qué plantas se pueden comer, y cuál es el uso que se le puede dar a las plantas que no se pueden comer. Es posible que puedan convertirlas en abono. En cuanto a las plantas que se pueden comer, si hay más que lo suficiente para poder comer, pueden tomar lo que queda y venderlo en el mercado. A esto se le llama **beneficios secundarios**. Además, cuando están apurados, pueden correr fácilmente a lo largo del camino. Si necesitan descansar, no importa sentarse un rato. Si estás soñolienta y el camino es realmente suave, pueden descansar sobre él. Si una serpiente o un enemigo se cruzan en vuestro camino, pueden correr rápidamente en la otra dirección. Así que hay todo tipo de beneficios buenos. De la misma manera, cuando planeamos hacer mérito o hacer cualquier cosa con habilidad, tenemos que pensar las cosas, una y otra vez, muchas, muchas veces antes de actuar, y obtendremos buenos resultados. Este es el primer nivel de pensamiento, llamado **cintamaya-pañña**.

El siguiente nivel es más profundo. Se llama **'pensamiento dirigido'** (**vitakka**) y **'evaluación'** (**vicara**). Este nivel no se dice que sea una parte de **cintamaya-pañña**, pero es una clase de tipo similar, sólo con una diferencia. Es por eso que se le tiene que dar otro nombre: **bhavanamaya-pañña**, el discernimiento que viene con la meditación. Cuando meditan, tienen que pensar. Si no piensan, no pueden meditar,



porque el pensamiento constituye una parte necesaria de la meditación. Tomemos **jhana**, por ejemplo. Utilicen sus poderes de pensamiento dirigido para traer a la mente el objeto y vuestra capacidad o poderes de evaluación para discriminar en vuestra elección del objeto. Examinen el objeto de vuestra meditación hasta que vean que es justo para usted. Puede elegir la respiración lenta, respiración rápida, respiración corta, larga respiración, la respiración restringida, la respiración amplia, la respiración caliente, fría o tibia; un aliento que va sólo tan lejos como la nariz, una respiración que va sólo tan lejos como la base de la garganta, o una respiración que va hasta el corazón. Cuando hayan encontrado un objeto que se adapte a vuestro gusto, sosténganlo y manténganse en él y unifiquen la mente, centrándola en ese solo objeto. Una vez que haya hecho esto, evalúen su objeto. Dirijan sus pensamientos para hacer lo destacar. No dejen que la mente deje el objeto. No dejen que el objeto se vaya de la mente. Díganse que es como comer: poner la comida en relación con vuestra boca, poner la boca en relación con la comida. No se equivoquen. Si se equivocan y ponen la comida en la oreja, bajo la barbilla, en el ojo, o en su frente, nunca llegaran a nada con la comida.

Lo mismo ocurre con la meditación. A veces el 'ese' objeto en vuestra mente toma un repentino viraje al pasado, cientos de años hacia atrás. A veces vuela hacia el futuro y vuelve con todo tipo de cosas para desordenar vuestra mente. Esto es como comer vuestros alimentos, poniéndolos encima de vuestras cabezas y dejándolos caer detrás de ustedes—los perros seguro se los comerán; o como llevar la comida a la boca y luego lanzarla/escupirla fuera delante de ustedes. Cuando encuentren que esto sucede, es una señal de que vuestra mente no está cómoda con su objeto. Vuestros poderes de pensamiento dirigido no son lo suficientemente firmes. Tienes que traer la mente al objeto y, a después, mantenerla en él para asegurarse de que se mantiene ahí. Como cuando comes: Asegurándose de que la comida está en línea con la boca y así introducirla en ella. Esto es **pensamiento dirigido**: Asegurarse de que la comida está en línea con la boca e introducirla directamente. Esto es pensamiento dirigido: la comida está en línea con la boca, la boca está en línea con la comida. Ustedes pueden estar seguro de que es comida y saben de qué clase es—el plato principal o el postre, crudo o cocinado.

Una vez que saben que es lo que es, y está en vuestra boca, a masticar se ha dicho. Esto es evaluación: examinar y revisar vuestra meditación. A veces esto viene bajo el umbral de la concentración: examinar un objeto burdo para hacerlo más refinado. Si encuentran

que la respiración es larga, examinen la respiración larga. Si encuentran que la respiración es corta, examinen la respiración corta. Si es lenta, examinar la respiración lenta, para ver si la mente se queda con ese tipo de respiración, para ver si ese tipo de respiración se queda con la mente, para ver si es o no si la respiración es suave y sin trabas. Esto es evaluación.

Cuando la mente da lugar al **pensamiento dirigido** y la evaluación, ustedes tienen ambos, concentración y discernimiento. El pensamiento dirigido y la atención completa sin preocupación (**ekaggatarammana**) entra en el camino de concentración; la evaluación, bajo la dirección del discernimiento. Cuando ya tienen la concentración y el discernimiento, la mente está en quietud y el conocimiento puede surgir. Si hay demasiada evaluación, sin embargo, eso puede destruir la quietud de la mente. Si hay demasiada quietud, puede apagar/expirar el pensamiento. Tienen que observar la quietud de vuestra mente para asegurarse que todo está en proporciones adecuadas. Si no tienes la sensación de que todo está 'justo', están en problemas. Si la mente está muy quieta, vuestro progreso será lento. Si piensan demasiado, vuestra concentración se perderá.

Por lo tanto observen detenidamente las cosas. De nuevo les digo, es como comer. Si van apilando la comida en la boca, podría acabar atragantados y asfixiados hasta la muerte. Deben preguntarse a ustedes mismos: ¿Es esto bueno para mí? ¿Me lo puedo tragar? ¿Son mis dientes suficientemente fuertes? Algunas personas no tienen nada sino solamente las encías vacías, y todavía quieren masticar caña de azúcar: Eso no es normal. Algunas personas, a pesar de que les duelen sus dientes y se les están cayendo, todavía quieren comer alimentos crujientes o que necesitan ser masticados. Así que eso es con la mente: tan pronto estamos un poco quietos, queremos ver esto, saber lo otro—queremos hacer más cosas de las que podemos. Primero tienen que asegurarse de que su concentración tiene una base sólida y que su discernimiento y concentración están equilibrados correctamente. Este punto es muy importante. Vuestros poderes de evaluación tienen que estar maduros/desarrollados, y vuestro pensamiento dirigido tiene que estar firme.

Digamos que tienen un búfalo de agua atado a una estaca, y la estaca clavada profundamente en la tierra. Si vuestro Búfalo es fuerte, puede que camine o corra y se lleve la estaca, y entonces se irá por todos los lugares. Tienen que conocer la fuerza de vuestro búfalo. Si es realmente fuerte, tienen que clavar la estaca para que se mantenga



firmemente en el suelo y conservar la vigilancia sobre él. En otras palabras, si encuentran que la obsesión de su pensamiento se les va de las manos, y va más allá de los límites de la quietud mental, fijen la mente en su lugar y háganla aún más aquietada—pero no tan quieta que pierdan el sentido de las cosas. Si la mente está demasiado tranquila, es como estar aturdidos. No saben lo qué está pasando en absoluto. Todo está oscuro y emborronado. O bien tienes hechizos buenos y malos, hundiendo a la vista y luego haciéndola saltar de nuevo. Esto es la concentración sin pensamiento dirigido o evaluación, sin ningún sentido de juicio o conclusión: Una Mala Concentración.

Así que hay que estar atentos. Utilicen vuestro juicio—pero no dejen que la mente se deje llevar por sus pensamientos. Vuestro pensamiento es algo separado. La mente se mantiene con/en el objeto de meditación. Donde vuestros pensamientos puedan ir girando, vuestra mente está firmemente quieta—como sostenida a una estaca, y girando una y otra vez alrededor de ella. Pueden seguir girando, y todavía no están cansados. Pero si dejan ir la estaca y giran alrededor tres veces, llegan a marearse y: ¡Bang!—se caen de caras al piso. Lo mismo ocurre con la mente: Si se mantiene en la unicidad o fijeza de su preocupación, puede mantener el pensamiento y no se cansa ni se perjudica. Vuestro pensamiento es **cintamaya-pañña**; vuestra quietud, **bhavanamaya-pañña**: ellos están ahí juntos. Esta es la estrategia de destreza, discernimiento en el nivel de la práctica de concentración. Manteniendo el pensamiento y la quietud juntos, o haciéndolos permanecer así. Cuando practicamos la generosidad, eso viene en el nivel de atención adecuada/apropiada; cuando practicamos la virtud, eso llega bajo el nivel de atención adecuada/apropiada; y cuando ponemos en práctica concentración, no perdemos el ritmo—eso llega bajo la misma clase de principio, sólo que más avanzado: pensamiento dirigido y evaluación. Cuando la mente está a cargo del pensamiento dirigido y la evaluación, entonces, mientras más piensan, más sólida y segura está la mente. Mientras más se sientan a meditar, más piensan. La mente deviene cada vez más firme hasta que todos los obstáculos (**nivarana**) desaparecen o se van. La mente ya no va buscando conceptos. Ahora puede dar lugar o hacer surgir el conocimiento.

Aquí el conocimiento **no es** el conocimiento ordinario o común. Sino que es el conocimiento que borra vuestro conocimiento antiguo. Ustedes no desean el conocimiento que viene del razonamiento y el pensamiento ordinario: **déjenlo ir/despréndanse de él**. No deben desear el conocimiento que proviene del pensamiento dirigido y

evaluación: deténganse. Hagan que la mente se tranquilice; se aquiete. Cuando la mente está fija y sin trabas, esta es la esencia de todo lo que es meritorio y diestro/virtuoso. Cuando vuestra mente se encuentra en ese nivel, no se apega a los conceptos en absoluto. Todos los conceptos que has conocido—que tratan con el mundo o el Dhamma, ya sean muchos o pocos—se borran/se limpian. Sólo cuando esos conocimientos se hayan borrados es que los nuevos—conocimientos—pueden surgir.

Esa es la razón por la que nos han enseñados a no aferrarnos a los conceptos: a todas las etiquetas y nombres que tenemos para las cosas. Tienen que ser pobres. Es cuando las personas son pobres que se convierten en ingeniosos e avispados. Si rehúsan ser pobres, nunca obtendrán el discernimiento. En otras palabras, no tienen que tener miedo de ser estúpidos o carente de cosas. No tienen que tener miedo de haber llegado a un callejón sin salida. No deben desear ninguno de los conocimientos que han adquirido de escuchar a los demás o de las lecturas de libros, porque esos son conceptos y por lo tanto, inconstantes/variables. No deben desear ninguno de los conocimientos que ha adquirido por el razonamiento y el pensamiento, porque son conceptos y por lo tanto no tienen sustancia verdadera. Dejen que todas estas ideas desaparezcan, dejando sólo la mente, **intentando firmemente**, no inclinarse ni a la izquierda, hacia el tormento-propio o el disgusto; ni a la derecha, hacia la indulgencia sensual o la gratificación. Mantengan la mente calmada, en quietud, silenciosa, neutral, impasible/inalterable—a una altura determinada. Y ahí llegaron: la Concentración Correcta.

Cuando la Concentración Correcta surge en la mente, tiene una sombra. Cuando ustedes pueden ver la sombra que aparece, esa es **vipassana**: la meditación de discernimiento. **Vipassana-ñana** es la **primera** rama de conocimiento y adiestramiento/destreza en la enseñanza de Buda. La **segunda** rama es **iddhividhi**, el poder de la mente sobre la materia. La **tercera** es **manomayiddhi**, el poder de las imágenes de la mente o imágenes mentales. El cuarto es **dibba-cakkhu**, la clarividencia. El quinto es **dibba-sota**, la clariaudiencia. El sexto es **cetopariya-ñana**, la habilidad de leer mentes. El séptimo es **pubbenivasanusatti-ñana**, el conocimiento de vidas anteriores. Y el octavo es **asavakkhaya-ñana**, conocimiento del final de las fermentaciones mentales. Todas estas ocho ramas son formas de conocimiento y habilidades que surgen de la concentración. Las personas sin concentración **no** pueden obtenerlas o hacerlas surgir: eso es de una garantía absoluta. No importa cuán inteligentes o



perspicaces puedan ser, esas personas que no desarrollan la concentración, no pueden lograr obtener estas formas de conocimiento. Ellas tendrán que caer bajo el poder de la ignorancia.

Estas ocho ramas del conocimiento provienen de la Concentración Correcta. Cuando ellas surgen no se llaman pensamientos o ideas. Ellas se llaman Puntos de Vista Correctos. Lo que les parece mal a ustedes está realmente mal. Lo que les parece correcto es realmente justo. Si lo que parece bien, es realmente erróneo, eso es un Punto de Vista Erróneo o Incorrecto. Si lo que parece mal es realmente correcto, de nuevo, eso es un Punto de Vista erróneo. Con los Puntos de Vista Correctos, lo que luce correcto es correcto y lo que luce incorrecto es incorrecto.

Para decirlo en términos de causa y efecto, ustedes ven las cuatro nobles verdades. Ven el estrés, y es realmente estresante. Ven la causa de estrés surgiendo, y que realmente está causando estrés. Estas son las Nobles Verdades: una verdad absoluta, innegable e indiscutible. Verán que el estrés tiene una causa, y una vez que surge la causa, tiene que haber tensión. En cuanto a la forma de la disolución del estrés, verán que el camino que están siguiendo, sin duda, conducirá a la liberación. Ya sea o no si llegas al final, lo que ven es correcto. **Esto es el Punto de Vista Correcto.** Y en cuanto a la disolución del estrés, ven que realmente existe tal cosa. Verán que mientras estén en el camino, el estrés en realidad se disuelve. Cuando lleguen a darse cuenta de la verdad de esas cosas en vuestro corazón, eso es **vipassana-ñana**.

Poniéndolo aún más simple: verán que todas las cosas, dentro y fuera, son poco confiables. El cuerpo es poco confiables, el envejecimiento es poco confiables, la muerte es poco confiables—no se puede confiar en ellos. Son resbaladizos, cambiando constantemente en ustedes. Ver esto, es ver la inconstancia/la veleidad. No se permitan complacerse con la inconstancia. No se permitan molestarse. Mantengan la mente neutral, estable, en equilibrio. Eso es lo que se entiende por **vipassana**.

A veces la inconstancia nos hace felices, a veces nos entristece. Digamos que nos enteramos que una persona que nos disgusta va a ser degradado, o está enfermo o moribundo. Nos hace felices, y no podemos esperar para que él o ella mueran. Su cuerpo es impermanente, su vida es incierta—eso puede cambiar—pero nos alegra. **Eso es una corrupción.** Digamos que oímos que un hijo o hija

ha vuelto rico, influyente y famoso, y somos felices. Una vez más, nuestra mente se ha desviado de la ruta del Noble Camino. No está firme en la Concentración Correcta. Debemos tener/desarrollar/hacer que la mente sea neutral: ni muy entusiasmada con las cosas, ni molesta con ellas, ni muy emocionada con el éxito de nuestros planes, ni molesta cuando no lo han tenido. Cuando podemos hacer la mente neutral así, esa es la neutralidad de los Puntos de Vista Correctos. **Vemos lo que está mal, vemos lo que es correcto y tratamos de dirigir la mente fuera de lo erróneo y hacia lo correcto.** Esto se denomina Resolución Correcta y es parte de **vipassana-ñana**.

Lo mismo sucede con el estrés, ya sea nuestro estrés y dolor o el de otra persona. Digamos que oímos decir que un enemigo está sufriendo. 'Es un gusto escucharlo,' pensamos. "Esperamos que muera rápidamente". El corazón se ha inclinado [partidarista]. Digamos que oímos que un amigo se ha convertido en rico, y nos sentimos felices; o un hijo o hija está enferma, y nos sentimos en tristes. Nuestra mente ha caído en el sufrimiento y el estrés. ¿Por qué? Porque no tenemos ningún conocimiento. No estamos calificados, somos inhábiles. La mente no está centrada. En otras palabras, no tiene la Concentración Correcta. Tenemos que observar y cuidar la mente. No la dejen caer con el estrés. Cualquier cosa que sufra, dejen que sufra, pero no dejen que la mente sufra con ella. Las personas en el mundo puede que se angustien, pero la mente no está angustiada con ellas. El dolor puede surgir en el cuerpo, pero la mente no está dolida junto con él. Dejen que el cuerpo siga adelante y sufra, pero no que la mente sufra. Mantengan la mente neutral. No se complazcan tampoco con los placeres—sepan que el placer es una forma de estrés. ¿Cómo es eso? Puede cambiar. Puede surgir y desaparecer. Puede ser grande y pequeño. No puede durar. Eso es el estrés. El dolor también es estrés: doble estrés. Cuando obtienen esa clase de discernimiento del estrés: cuando realmente vean el estrés: es que **vipassana** ha surgido en la mente.

En cuanto a **anatta**, el no-yo: una vez que hemos examinado las cosas y visto como realmente son, **no** hacemos afirmaciones o pretendemos argumentar, **no** exhibimos influencia, **no** intentamos mostrar que tenemos el derecho o el poder traer las cosas que no son 'yo' o no tienen sustancia verdadera bajo nuestro control. No importa lo mucho que tratemos, no podemos evitar el nacimiento, el envejecimiento, la enfermedad y la muerte. Si el cuerpo va a ser viejo, que sea viejo. Si va a doler, déjenlo doler. Si tiene que morir, déjenlo morir. No se complazcan con la muerte, ya sea la vuestra o la de los



demás. Mantengan la mente neutral. Serena. Inmutable. Esto es **sankharupekkha-ñana**: dejen que los sankharas—todas las cosas de moda y fabricadas—sigan su propia naturaleza inherente. Una mente así está en vipassana.

Esta es la primera rama de conocimiento—Vipassana—en breve: verán que todas las cosas fabricadas son estresantes, inconstantes y no tiene un 'yo'. Pueden soltarlas de su agarre—desapegarse de ellas. Pueden dejarlas ir. Aquí es donde viene lo bueno. ¿Cómo es eso? No tienen que agotarse llevando constantemente con ustedes los sankharas de un lugar a otro.

Apegarse significa llevar una carga, y hay **cinco** cargas (khandas /agregados) que llevamos:

Rupupadanakkhandho: los fenómenos físicos son la primera carga;

Vedanupadanakkhandho: los sentimientos a los que estamos apegados es otra;

Saññupadanakkhandho: los conceptos y etiquetas que reclamamos son nuestros, son una tabla de sostén para llevar una carga sobre nuestros hombros;

Sankharupadanakkhandho: los modelos mentales a los que nos apegamos y pensamos que son los nuestros;

Viññanupadanakkhandho: nuestro apego a las conciencias sensoriales.

¡Adelante!: llévenlas a rastro con ustedes. Cuelguen una carga de su pierna izquierda y otra de la derecha. Pongan una en su hombro izquierdo y otra en su derecho. Pongan la última carga sobre su cabeza. Y ahora: llévenlas a donde quiera que vayan—torpes, agobiados y cómicamente.

bhara have pancakkhandha

Anímate a llevarlas. Los cinco khandas (agregados) son una carga pesada,

bharaharo ca puggalo



y como individuos nos cargamos nosotros mismos con ellos.

bharadanam dukkham loka

Llévenlas dondequiera que vayan, y perderán vuestro tiempo sufriendo en el mundo.

El Buda enseñó que quien carece de discernimiento, quien no está calificado, quien no practica la concentración que conduce al discernimiento/conocimiento que libera, tendrá que tener la carga del estrés, siempre estará cargado con eso. Es patético.

Eso es una pena. Nunca podrán quitársela. Cuando están cargados así, es realmente patético. Sus piernas están cargadas, sus hombros cargados— ¿y a donde van? Tres pasos adelante y dos hacia atrás. Pronto se desalentarán, y luego después de un tiempo se reanimarán y se pondrán en marcha nuevamente.

Ahora bien, cuando vemos la inconstancia—que todas esas cargas, ya estén dentro de nosotros o no, son poco confiables; Cuando vemos que son estresantes; Cuando vemos que no son **nuestro 'yo'**, que simplemente son un remolino en nosotros, alrededor de nosotros y en sí mismos: Cuando obtenemos estos discernimientos, podemos soltar nuestras cargas, es decir, dejar ir nuestros apegos. Podemos dejar ir el pasado—es decir, dejar de vivir en él. Bien podemos dejar ir el futuro—es decir, no anhelar por él. Podemos dejar ir el presente—es decir, detenernos en afirmar o alegar que es el 'yo'. Una vez que estas tres grandes cargas se han caído de nuestros hombros, podemos caminar con un paso más ligero. Incluso podemos bailar. Somos hermosos. Dondequiera que vamos, gente estará encantado de conocernos. ¿Por qué? Porque no estorbamos, no estamos cargados de cosas. Hagamos lo que hagamos, podemos hacerlo con facilidad. Podemos caminar, correr, bailar y cantar, todo con un corazón ligero. Somos la belleza del budismo, un alivio para los ojos irritados, grácil dondequiera que vayamos. Ya no llevamos una carga, ni estorbamos, podemos estar a nuestro gusto. Esto es **vipassana-ñana**: la primera rama de conocimiento. Así que, ahora que hemos eliminado de nosotros esas astillas y espinas y todo está suave y nivelado, nos podemos relajar. Ya ahora estamos listos para el conocimiento que podemos usar como arma. ¿Cuál es el conocimiento que utilizamos como arma? **Iddhividhi**¹. Podemos mostrar poderes en una forma u otra y dar lugar a cosas milagrosas por medio del cuerpo, por medio de voz o de la mente. Tenemos poderes que podemos utilizar en el

¹ El poder de la mente sobre la material.



trabajo de la religión. Eso se llama **Iddhividhi**. Pero en el Canon ellos se describen como diferentes tipos de caminar: caminar por el agua sin mojarse, caminar por el fuego sin quemarse, exponerse afuera bajo la lluvia sin conseguir resfriarse, exponerse afuera al viento sin tener frío, lo suficientemente resistente como para resistir el viento, la lluvia y el sol. Si eres joven, puedes hacerte viejo; si viejo, puedes hacerte joven. Si eres alto, puedes hacerte a ti mismo pequeño; si eres pequeño, puedes hacerte alto. Puedes cambiar su cuerpo de todas las formas posibles. Por eso, el Buda fue capaz de enseñar a toda clase de personas. Si enseñaba a ancianos, él hacía que su cuerpo luciera más viejo. Ancianos hablando con ancianos pueden pasar un buen rato, porque no existe desconfianza o sospechas. Si el Buda se reunía con mujeres muy jóvenes, podría hacerse lucir con un aspecto más joven y así poder intercambiar hablando mutuamente sin aburrirse. Por eso el **Dhamma** que el Buda enseñó era un llamado a toda clase de personas. Podría adaptar su cuerpo para ajustarse a cualquier tipo de sociedad con la que se encontrara. Por ejemplo, si se reunía con niños, hablaba de asuntos de niños y actuaba de manera infantil. Si él se reunía con ancianos, hablaba sobre los asuntos de los ancianos. Si se reunía con hombres y mujeres jóvenes, hablaba sobre los asuntos de hombres y mujeres jóvenes. Todos ellos disfrutaban escuchando lo que tenía que decir, desarrollaban un sentido de la fe, devenían budistas e incluso se ordenaban. A eso se le denomina **Iddhividhi**.

El poder siguiente es '**manomayiddhi**', poder en el área de la mente. La mente adquiere poder. ¿Qué tipo de poder? Pueden ir donde quieran. Si desean ir a visitar el infierno, pueden hacerlo. Si desean alejarse de los seres humanos, pueden ir a visitar el infierno. Es agradable y relajante. Pueden jugar con los habitantes del infierno y hacerse el tonto o entretenerse con ellos. Cualquiera de ellos que tenga sólo un poco de mal karma puede charlar con ustedes, para comunicarse verbalmente con sus familiares. Una vez que vuelvan o regresen de esa gira por el infierno, les pueden dar el mensaje a los familiares y hacer mérito en nombre de la persona muerta.

O, si lo desean, pueden viajar al mundo de los animales y charlar con la grácula religiosa [**Hill Myna**], las lechuzas—cualquier tipo de ave, o con animales, de dos o cuatro patas. Puede ir a los bosques, a las selvas y conversar allí os animales. Es muy divertido, no es como hablar con las personas. Hablar con las personas es difícil; pero es mucho más fácil hablar con los animales. No tienen que decir mucho, simplemente pensar con la mente: cuéntenles historias, háganles

preguntas como, "¿ahora que eres un animal, qué es lo que comes? ¿Tienes lo suficiente para estar lleno y contento?" Encontrarás que tienes un montón de compañeros, quienes solían ser tus amigos y familiares.

O, si lo desean, pueden viajar en el mundo de las sombras hambrientas. El mundo de las fantasmas/sombras hambrientas es incluso más divertido. Las sombras hambrientas vienen en todos los tamaños y formas diferentes—las sombras hambrientas son realmente entretenidas. Algunas de ellas tienen la cabeza tan grande como jarras de agua grandes, pero sus bocas son como el ojo de una aguja: ¡eso es todo, no más grande que el ojo de una aguja! Algunos de ellas tienen patas de seis yardas de largos, pero las manos son solamente la mitad de un pie. Es increíble verlas, como si fueran una caricatura. Algunas de ellas tienen labios inferiores sin labios superiores, a otras les faltan sus labios por completo, con sus dientes expuestos todo el tiempo. Hay todo tipo de sombras hambrientas. Algunas de ellas tienen ojos grandes, saltones, del tamaño de cocos, otras tienen las uñas tan largas como hojas de palmera. Realmente deberían verlas. Algunas de ellas son tan gordas que no se pueden mover, otras tan delgadas que son nada más que huesos. Y a veces los diferentes grupos entran en batallas, se muerden mutuamente, golpeándose entre sí. Esto es todo sobre las sombras hambrientas para comunicarles a ustedes. Es realmente entretenido.

A esto se le denomina **manomayiddhi**. Cuando la mente está firmemente establecida, ustedes pueden ir y ver estas cosas. O pueden ir a la tierra de los **nagas**, las diferentes tierras en el plano humano—a veces, cuando se cansan de los seres humanos, pueden ir a visitar los cielos: el cielo de los Cuatro Grandes Reyes, el cielo de los Guardianes de las Horas, los Treinta y Tres dioses, todo el camino de ascenso hacia los mundos de Brahma. La mente puede ir sin ningún problema. A esto se le denomina **manomayiddhi**. Es muy divertido. Vuestras corrupciones se han ido, vuestro trabajo ya está realizado y terminado, tienen suficiente arroz para comer y dinero para gastar, por lo que pueden ir viajando a ver los lugares de interés y absorber o embelezarse con las brisas. Eso es **manomayiddhi**.

Dibba-cakkhu: clarividencia. Ustedes alcanzan la vista/los ojos en dos niveles. El nivel exterior se denomina **mansa-cakkhu**, el ojo de la carne, que le permite mirar los seres humanos en el mundo y las devas en el mundo. El ojo del discernimiento les permite examinar las corrupciones de los seres humanos: las corrupciones vulgares, esos



seres humanos con corrupciones vulgares; a los que tienen fe en las enseñanzas del Buda y a esos que no la tienen; esos que tienen el potencial de poderse enseñar y esos sin ningún potencial en absoluto. Pueden considerarlos con vuestro discernimiento interno. A esto se le llama **pañña-cakkhu**—el ojo de discernimiento. De esta manera tienen los ojos o la vista en dos niveles.

La mayoría de nosotros tenemos los ojos en un único nivel, el ojo de la carne, mientras que el ojo interior no haya surgido. Y ¿cómo puede surgir? Ustedes no ven la paja en vuestros ojos. ¿Cuáles son las pajas de vuestros ojos? El **deseo sensual**, un obstáculo enorme, el **rencor**, otro gran obstáculo. La pereza y el letargo, un fragmento de obstáculo, un estado de soñolencia del tamaño de una cabeza de martillo. Vuestra mente se calma y empieza a crecer en tranquilidad, pero este gran obstáculo, esta soñolencia, ese sopor en los ojos es tan pesado les hace cabecear. Esto se llama pereza y letargo. Todo lo que pueden pensar es en acostarse y dormir. Entonces hay inquietud y ansiedad; otro obstáculo inmenso es el sueño, y la incertidumbre es aún otro más. Cuando estas cosas se atascan en el corazón, ¿cómo éste puede ser brillante? Es oscuro por todos lados. Ahora bien, al desarrollar vuestra meditación y llevar la mente a la quietud, a eso se le llama dormir fuera de vuestros ojos. El pensamiento dirigido lo suelta/asciende y la evaluación lo aclara. Una vez que vuestros ojos se han aclarado y están limpios de esta manera, pueden ver claramente. El ojo de vuestra mente se convierte en el ojo del discernimiento. A esto se le denomina **dibba-cakkhu**.

Dibba sota: la clariaudiencia. También hay dos niveles de oídos. El oído exterior son las orejas que están hechas de piel. El oído interno es el oído del corazón. El oído del corazón no emerge por el mismo tipo de razón: está lleno de cerumen. Nunca lo limpian. Nunca acumulan alguna bondad en el área de la mente. La mente no está centrada en la concentración. Cuando no está en concentración y oye un sonido atractivo, no puede quedarse tranquila. Vuestros oídos están llenos de cera. Oyen a las personas cotilleando o maldiciendo mutuamente, y les encantaría escucharlas. Esto es un gran trozo de cera/cerumen en vuestro oído. En cuanto al Dhamma, no están realmente interesado en escucharlo, por eso no hay nada sino cerumen: cerumen metido en vuestra mente, cerumen fuera de ella. Por eso vuestros poderes de clariaudiencia no surgen.

La clariaudiencia es realmente refrescante. No tienen que perder su tiempo escuchando. Si te apetece escuchar, pueden escucharlo todo.

Lo que las sombras o fantasmas hambrientos están hablando, lo que los animales comunes están hablando, lo que los devas están hablando—qué fantástico es estar en el cielo—se oye todo, a menos que no deseen escuchar. Como un radio: si lo encienden, se oye fuerte y claro. Si se convierte en una molestia, pueden apagarlo, no tienen que mantenerlo encendido. Si tienen esta habilidad, pueden activar la radio por sólo diversión. Si no quieren escucharlo, puede desactivarlo en un instante. Esto se denomina clariaudiencia, una de las habilidades de la práctica de la concentración.

Otra habilidad es la **cetopariya-ñana**, la habilidad de leer mentes, para ver si personas están pensando en buenos o malos pensamientos, crueles, bajos, supremos, malos: pueden utilizar esta información para saber. A esto se llama **cetopariya-ñana**, una habilidad muy importante.

Entonces está la **pubbenivasanussati-ñana**, la capacidad de recordar vidas anteriores y **asavakkhaya-ñana**, la capacidad para limpiar la mente, evadiendo la ignorancia, el ansia o anhelo y los apegos, apetencias y aferraciones en su interior. Pueden evitar que surja la ignorancia en el corazón. Pueden mantener el ansia de hacerse cargo del corazón. Pueden asegurarse de que no hay aferramiento o apegos. Cuando pueden dejar ir sus corrupciones: **kama-jaho**, cuando no se quedan atrapados en objetos o deseos sensuales; **ditthi-jaho**, cuando no se quedan atrapados en las ideas y opiniones; **avijja-jaho**, cuando no confunden la ignorancia por el conocimiento y puede dejarla ir sin ningún apego—cuando no se acoplan al mal, cuando no se acoplan en vuestra propia bondad, cuando pueden soltar la maldad y la bondad, sin sostenerlas como propias, dejándolas ir en consonancia con su naturaleza: A eso se le llama **asavakkhaya-ñana**, el conocimiento del final de las fermentaciones en la mente. Esta es la tercera noble verdad: la verdad de la cesación, lograda a través de las prácticas que dan lugar o hacen surgir el conocimiento y las habilidades.

Estas son las habilidades que surgen de la práctica de la meditación. Son **uparima-vijja**, la educación superior en el área de la religión. Cuando las hayan adquirido, pueden estar a su gusto: a gusto si mueren, a gusto si no. No tienen que construir un cohete para ir a Marte. Pueden vivir aquí en el mundo, y nada será capaz de dañarlos. En otras palabras, sabrán qué cosas son peligrosas, qué cosas son perjudiciales, y de esa forma las dejarán en paz sin tocarlas. De esta



manera pueden vivir en paz y seguros y el corazón puede seguir floreciendo y brillando así, en todo momento.

Por eso debemos ser sinceros y estrictos con nosotros mismos en la práctica, y así podremos lograr los objetivos que todos queremos. Aquí he explicado brevemente los ocho conocimientos. Si entráramos en detalles, habría mucho más que decir. Para simplificar las cosas o “**al cuajo**” como dice Ajaan Lee: todas estas formas de conocimiento proceden de la quietud. Si la mente no está quieta, no surgen. En el mejor de los casos, cuando la mente no está quieta, solamente pueden obtener el conocimiento escuchando, leyendo o pensando las cosas una y otra vez. Pero la persona que puede dejar de pensar, dejar de reflexionar y aún puede todavía ser inteligente: eso es algo realmente increíble, algo que va en contra de las corrientes mundanas—del mundo. Normalmente, las personas en el mundo tienen que estudiar y leer, pensar y meditar, si quieren ser inteligentes. Pero con el Dhamma, tienen que dejar de pensar, dejar de escribir, dejar de memorizar, dejar de hacer, a fin de obtener el mayor nivel de conocimiento. Esto es algo que va en contra de las corrientes del mundo, y que los seres humanos encuentran difíciles de hacer.

Pero cuando lleguen a tener la intención en la práctica, ese propósito que da lugar al conocimiento, tendrán éxito en consonancia con sus aspiraciones.

Habiendo hablado sobre el tema de **vijja-carana-sampanno**, termino aquí mismo. —**Ajaan Lee Dhammadharo**

Final del Documento

©Procedencia: © 1997 Metta Forest Monastery. Transcripción de un archivo proporcionado por el traductor. Esta edición de Acceso al Discernimiento es © 1997–2011.

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

Condiciones de uso: Se puede copiar, cambiar el formato, reimprimir, publicar y redistribuir este trabajo en cualquier medio que fuere, **siempre que:** (1) hagan solamente esas copias, etc. disponibles de **forma gratuita**; (2) se indique claramente que cualquier derivado de este trabajo (**incluyendo traducciones**) se derivan de este documento de origen; y (3) que incluyan el texto completo de esta licencia en cualquiera de las copias o derivados de este trabajo. De lo contrario, todos los derechos quedan reservados. Para obtener información adicional acerca de esta licencia, consulte las preguntas más frecuentes.

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.

How to cite this document (one suggested style): "Knowledge", by Ajaan Lee Dhammadharo, translated from the Thai by Thanissaro Bhikkhu. Access to Insight, 7 June 2010, <http://www.accesstoinsight.org/lib/thai/lee/knowledge.html>

Retrieved on 29 October 2011.

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

