

José Paredes Vera

त्रिशिकाविज्ञप्तिमात्रताकारिका

Triṃśikā-vijñaptimātratā-kārikā

*Lectura analítica de los 11 primeros versos
sobre la “Solo-Mente” compuestos por
Vasubandhu*

todos los derechos reservados

editado por Asociación Vedanta Pi
www.vedantapi.es

INTRODUCCIÓN

El *Triṃśikā* de Vasubandhu (siglo V d.C.) es una obra cumbre del budismo Yogācāra y un tratado clave para la filosofía de la mente. En solo treinta versos, el autor indio —reconocido por su transición del análisis escolástico a la metafísica Mahāyāna— desarrolla una fenomenología crítica radical: sostiene que no accedemos a una realidad externa independiente, sino a proyecciones estructuradas por nuestro propio aparato cognitivo (*vijñānamātra*).

El texto deconstruye el dualismo entre sujeto y objeto mediante un innovador modelo tripartito de la psique.

El análisis de la proyección desde el *ālaya-vijñāna* (Almacén de la Mente) explica cómo el inconsciente construye nuestra realidad mediante un ciclo dinámico de semillas (*bījas*) e impregnaciones (*vāsanās*). Cada experiencia deja una huella psíquica que, al madurar, germina y se proyecta simultáneamente en dos polos: el aspecto percibido (*grāhya*) y el sujeto perceptor (*grāhaka*). Así, el dualismo entre mente y mundo externo es

una ilusión: ambos nacen de la misma raíz cognitiva. Para justificar la experiencia de un entorno compartido sin caer en el solipsismo, el análisis distingue dos tipos de semillas: colectivas e individuales. La realidad, pues, no es un entorno estático e independiente, sino el despliegue interactivo de nuestras historias mentales. Comprender este engranaje fenomenológico permite al practicante purificar las semillas de las aflicciones psicológicas, desactivar las proyecciones alienantes y lograr la "revolución de la base", accediendo a la auténtica naturaleza de las cosas.

La escuela es llamada **Yogācāra** (योगाचार) porque su nombre significa literalmente "Los practicantes del Yoga" o "Aquellos cuyo modo de vida es la disciplina mental". En este contexto de la India clásica, el término "Yoga" no aludía a posturas físicas, sino a su sentido original: la unión, el entrenamiento de la atención y la meditación profunda a través de la calma y la visión penetrante. Su nombre delata que, antes de ser un sistema de filosofía teórica, este movimiento nació de una comunidad de monjes enfocados en la psicología experimental de la meditación. A esta escuela también se la conoce en los círculos académicos con el nombre filosófico de

Vijñānavāda ("La doctrina de la conciencia") o **Cittamātra** ("Solo mente"). Sin embargo, el término *Yogācāra* es el preferido históricamente porque recuerda que la sofisticada filosofía de Vasubandhu es, en última instancia, una guía práctica para la transformación a través de la meditación.

Verso 1

आत्मधर्मुपचारो हि विविधो यः प्रवर्तते ।
विज्ञानपरिणामेऽसौ परिणामः स च त्रिधा ॥ १ ॥

Transliteración:

ātmadharmopacāro hi vividho yaḥ pravartate |
vijñānapariṇāme'sau pariṇāmaḥ sa ca tridhā || 1 ||

Traducción:

“Las metáforas del “yo” y de los “fenómenos” que se presentan en una multiplicidad de formas, ocurren en la transformación de la conciencia. Esta transformación es de tres tipos.”

LECTURA ANALITICA:

En su estudio Thomas Kochumuttom explica que Vasubandhu no defiende un idealismo subjetivo extremo (donde nada existe), sino un “experencialismo”. Lo que llamamos “objeto externo” o “sujeto interno” son solo construcciones lingüísticas y conceptuales construidas sobre el flujo puro de la experiencia. Los indólogos Fernando Tola y Carmen Dragonetti señalan que la palabra *upacāra* (metáfora/designación lógica) es

crucial: el "yo" no es una entidad sustancial sino un recurso del lenguaje para etiquetar procesos mentales en constante cambio.

Desde el punto de vista espiritual el "yo" es un compuesto de la inteligencia y del "alma", entendida el alma como la precursora de las emociones humanas, positivas y negativas. Es la pugna entre una y otra, inteligencia queriendo lo justo y alma queriendo sus deseos, donde se dirime la personalidad del individuo. Vasubandhu describe al alma como un almacén de las semillas de nuestras acciones, estructuralmente eterno pero cambiante en cuanto a su contenido, ya que sus contenidos son producto de las diversas acciones de la persona. Va más allá Vasubandhu, y postula que el mundo material es producto de las proyecciones de estos almacenes mentales que todos los seres poseen, no solo los humanos.

Verso 2

विपाको मननाख्या च विज्ञप्तिर्विषयस्य च ।
तत्रालयाख्यं विज्ञानं विपाकः सर्वबीजकम् ॥ २ ॥

Transliteración:

vipāko mananākhyā ca vijñaptirviṣayasya ca |
tatrālayākhyam vijñānam vipākaḥ sarvabījakam ||
2 ||

Traducción:

[Estas tres transformaciones son:] la conciencia de retribución o almacén (*ālaya-vijñāna*), la conciencia mental deliberativa o egoica (*manas*), y la conciencia de los objetos de percepción [las seis conciencias sensoriales]

LECTURA ANALITICA:

Juan Arnau destaca que Vasubandhu revolucionó la psicología de su época al dividir la mente en tres estratos dinámicos. No se trata de tres mentes separadas, sino de tres modos en que la experiencia se procesa. La primera es el sustrato inconsciente, la segunda es la identidad que se apropia de la experiencia, y la tercera es el

contacto directo con el entorno a través de los sentidos.

Se equipara el almacén de la mente al inconsciente, se establece pues un puente entre esta escuela y el psicoanálisis. De tal manera que en ambas disciplinas la clave del comportamiento (y destino) del sujeto está determinada por el inconsciente o “almacén del alma”. Estas semillas son descritas por Ibn Arabi, y también por Jacques Lacan, como “letras”, notas musicales que quedan almacenadas en el inconsciente hasta que son expresadas y se manifiestan a la conciencia deliberativa “manas”, la que mide y razona, y la que, según Lacan, alberga la explicación de la personalidad del sujeto al producir el “fantasma estructural del sujeto”, un guión escénico en el que el sujeto da un sentido a su existencia.

Verso 3

असंविदितसंस्थानविज्ञप्तिस्थानभाजनम् ।
सदा स्पर्शमनस्कारवित्प्रतिक्षिविषेशितम् ॥ ३ ॥

Transliteración:

asaṃviditasamsthānavijñaptisthānabhājanam |
sadā sparśamanaskāravitpratikhiviseṣitam || 3 ||

Traducción:

“Entre ellas, la conciencia llamada Almacén (*ālaya*) posee todas las semillas y madura [los frutos del karma]. Su percepción de los objetos y su localización no están claramente delimitados; siempre está asociada con la atención, la sensación, la conceptualización, la volición y el contacto.”

LECTURA ANALITICA:

Francis H. Cook aclara que el hecho de que su percepción sea “no delimitada” (*aparicchinna*) significa que el *ālaya* opera a un nivel sub-personal y holístico. No discrimina entre “esto me gusta” o “esto no”; simplemente sostiene el trasfondo de nuestra realidad. Es una corriente de energía psíquica continua que sostiene la vida biológica incluso durante el sueño profundo o el desmayo.

Vasubandhu relaciona directamente aquí al inconsciente con la conceptualización, esto es, con la inteligencia del sujeto, que bien puede estar subyugada por los deseos del inconsciente o, por el contrario, y mejor, puede estar dirigiendo y purificando los deseos y tendencias del inconsciente.

Verso 4

उपेक्षा वेदना तत्रानिवृताख्यातं च तत्सदा ।
स्पर्शश्यादिभिश्चैवं प्रवर्ततोघबन्नदी ॥ ४ ॥

Transliteración:

upekṣā vedanā tatrānivr̥tākhyātaṃ ca tatsadā |
sparśaśyādibhiścaivaṃ pravartatoghavannadī || 4
||

Traducción:

“En ella, la sensación es únicamente neutra [ni placentera ni dolorosa]. Ella misma es impermanente e inafectada por las aflicciones. Del mismo modo son sus factores asociados. Fluye continuamente como la corriente de un río.”

LECTURA ANALITICA:

Lambert Schmithausen explica que la neutralidad de la conciencia almacén es lógicamente necesaria. Si el *ālaya* fuera inherentemente “malo” o “bueno”, no podría almacenar semillas de la naturaleza opuesta. Fluye como un río (*srotasoghavaṭ*): cambia a cada milisegundo debido a las nuevas semillas que entran y las viejas que germinan, no es un “Alma” estática.

Al estar radicado en el inconsciente este almacén de semillas pareciera que fuera neutro pero no lo es, ya que las latencias de placer o dolor ya están plantadas en el inconsciente y emiten sus valores. Pasa que el sujeto está experimentando otras fructificaciones de otras acciones, sus placeres y sus dolores, por lo que las latencias de las semillas son inapreciables para él.

Es impermanente en el sentido de continuo cambio, pero es eterno como estructura, es la base sobre la que el sujeto edifica su, también impermanente, personalidad. Esta estructura no es afectada por aflicciones o placeres, ya que es ella la que guarda sus semillas; como a las raíces de un árbol, no le afectan que los frutos sean comidos por pájaros o arrancados por el hombre. Del mismo modo, el sujeto puede experimentar dolor extremo pero su almacén de semillas en el inconsciente es inmune a ello, su almacenamiento sigue funcionando, y únicamente almacenará las semillas que ha generado ese dolor en el sujeto.

La estructura es equiparable a una acequia por donde circula el agua para regar los huertos, lo que cambia constantemente es el agua pero no el canal en sí.

Verso 5

तस्य व्यावृत्तिरर्हत्वे तदाश्रित्य प्रवर्तते ।
तदालम्बं मनोनाम विज्ञानं मननात्मकम् ॥ ५ ॥

Transliteración:

tasya vyāvṛttirarhatve tadāśritya pravartate |
tadālambaṃ manonāma vijñānaṃ
mananātmakam || 5 ||

Traducción:

“Se extingue [o se transforma radicalmente] al
alcanzar el estado de Arhat [la
liberación/iluminación]. Con el *ālaya* como apoyo,
y teniendo al *ālaya* como su objeto, se origina la
conciencia llamada *Manas* (mente deliberativa).”

LECTURA ANALITICA:

Dan Lusthaus analiza el quiebre del verso 5: el *ālaya-vijñāna* deja de operar como un “almacén contaminado” cuando el practicante desarraiga la ignorancia. En ese instante, el río de hábitos se detiene y se convierte en la “Gran Sabiduría del Espejo”. El verso introduce de inmediato el segundo nivel de transformación: *manas*, el cual nace parasitando al propio almacén.

El Verso 5 del *Triṃśikā* es un eje conceptual: detalla cuándo se transforma la Conciencia Almacén (*ālaya-vijñāna*) e introduce el Ego mental (*manas*). Dada su densidad sánscrita, los especialistas ofrecen lecturas matizadas según su enfoque analítico.

En español, Fernando Tola y Carmen Dragonetti traducen de forma técnica y tradicional: *"La cesación de ella tiene lugar en el estado de Arhat. Apoyándose en ella y teniendo a ella por objeto, actúa la conciencia llamada 'mente' (manas), que tiene por naturaleza la deliberación"*.

Por su parte, el filósofo Juan Arnau prefiere un enfoque contemporáneo, traduciendo *mananātmakam* como *"reflexión"*, aludiendo a una mente que se espejea y sustancializa a sí misma.

En inglés, Thomas Kochumuttom aporta una visión fenomenológica, definiendo la naturaleza del *manas* puramente como *"el acto del pensar"*. En contraste, Francis H. Cook traduce *vyāvṛtti* como *"revolución"* (*revulsion*), alineándose con la *"mutación de la base"* (*āśraya-parāvṛtti*): el inconsciente no se extingue en el vacío, sino que sufre un vuelco radical, transmutando el flujo

kármico contaminado en la sabiduría prístina de la iluminación.

En el contexto del *Trimśikā* de Vasubandhu y la filosofía budista, el término **Arhat** (en sánscrito: अर्हत्) funciona como el umbral definitivo de la evolución psicológica: representa el estado de un ser que ha erradicado por completo las aflicciones mentales (*kleśas*) y ha desactivado el ciclo automático de las proyecciones del inconsciente.

Este verso 5 dice: *"Su cese/revolución (vyāvṛtti) ocurre en el estado de Arhat"*. Aquí, el Arhat representa el momento en que el *ālaya-vijñāna* deja de funcionar como un almacén de traumas y tendencias kármicas (*bījas*). Al destruir la ignorancia básica, el Arhat ya no "perfuma" la mente con nuevas fijaciones de agrado o desagrado. El río de hábitos automáticos se detiene y la Conciencia Almacén se purifica por completo, transformándose en pura sabiduría (*jñāna*).

En el verso 7 se afirmará que la mente deliberativa u egocéntrica (*manas*), junto con sus cuatro aflicciones (orgullo, apego, autoengaño y visión del yo), *"no existe en el Arhat"*. En este sentido, el Arhat es aquel que ha roto el espejo del narcisismo

existencial. La función mental ordinaria que mira hacia el inconsciente y dice "*Este soy yo*" queda permanentemente desactivada. Para el Arhat, la experiencia fluye de manera directa, abierta y no-dual, libre de la necesidad de poseer o defender una identidad rígida.

En resumen el **Arhat** es el estado de emancipación cognitiva absoluta: el sujeto que ha "matado" sus sesgos mentales y es "digno" de la realidad tal como es, al haber apagado la máquina de proyecciones e ilusiones que genera el sufrimiento.

La **mente reflexiva**, que **delibera** y que **piensa**, toma como referencia de sus reflexiones los objetos del almacén del inconsciente, una vez que estos ya se han manifestado en el plano consciente, y entonces el sujeto únicamente tiene el poder de reacción frente a ellos, es como un jardinero que solo puede ver la fase final de la cosecha ¡A su vez los juicios de valor que promulga sobre los objetos del almacén del inconsciente se basan en los mismos objetos del almacén del inconsciente! ¡Es un juicio de los objetos sobre los objetos!

Ahora bien la conciencia penetrante del Arhat se dirige hacia el almacén del inconsciente y

comienza el proceso de liberación del sujeto, ahora es un jardinero que ve la maleza del jardín y empieza a actuar sobre ella, ya no es simplemente un reaccionario frente a los frutos de la acción, sino que puede elegir qué plantar y que eliminar, que cuidar y que erradicar.

Verso 6

क्लेशैश्चतुर्भिः सहितं निवृताव्याकृतैः सदा ।
आत्मदृष्ट्यात्ममोहात्ममानात्मस्नेहसंज्ञितैः ॥ ६ ॥

Transliteración:

kleśaiścaturbhiḥ sahitaṁ nivṛtāvyākṛtaiḥ sadā |
ātmadṛṣṭyātmamohātmamānātmasnehasamjñitaiḥ
॥ 6 ॥

Traducción:

“La naturaleza de *Manas* es la deliberación. Está siempre acompañada por cuatro aflicciones básicas (*kleśas*), que están ocultas pero activas: la falsa visión del yo, el autoengaño, el orgullo del yo y el apego al yo.”

LECTURA ANALITICA:

El erudito budista Walpola Rahula resalta que este verso define la raíz psicológica del egoísmo humano. *Manas* no descansa; incluso mientras dormimos, está secretamente activa operando bajo cuatro sesgos cognitivos automáticos. Es la creadora del dualismo “yo-otro”, transformando la experiencia pura en posesión personal.

Este verso **6** del *Triṃśikā* es la piedra angular de la psicología del ego en la escuela Yogācāra. Si el verso 5 presentaba formalmente a *Manas* (la mente egoica/deliberativa) y su dependencia del *ālaya-vijñāna*, el verso 6 disecciona su anatomía interna, revelando los **cuatro venenos o aflicciones latentes** (*kleśas*) que constituyen la personalidad egocéntrica.

Antes de listar las aflicciones, Vasubandhu define la naturaleza ontológica de *Manas* con un término técnico sánscrito crucial ***nivṛta-avyākṛta***:

Nivṛta (Oscurecido / Velado): Significa que esta capa de la mente actúa como una niebla o un velo que impide la visión directa de la realidad (la no-dualidad). Obstruye la iluminación (*bodhi*).

Avyākṛta (Indeterminado / Moralmente neutro): Significa que no es intrínsecamente "malo" o "nocivo" en sus intenciones, ni tampoco virtuoso.

Vasubandhu ofrece un diagnóstico clínico de la condición humana. Demuestra que el ego no es una entidad, sino un síntoma crónico compuesto por cuatro funciones sesgadas. Mientras *Manas* siga activo operando bajo esta estructura de autoengaño, visión dual, orgullo y apego, la tercera

transformación de la conciencia (nuestra vida cotidiana, el verso 8) seguirá proyectando un mundo fragmentado, conflictivo y doloroso.

Desmantelar estos **cuatro kleśas** es el objetivo central de la psicoterapia meditativa del Yogācāra.

1. Ātma-moha (Autoengaño o ignorancia respecto al yo)

Es la falta de claridad fundamental, la ceguera cognitiva. Consiste en no darse cuenta de que la corriente de la experiencia es impermanente, interdependiente y carente de un núcleo sólido. Es la raíz de las otras tres aflicciones.

Sentido profundo: La mente confunde el flujo dinámico de datos del *ālaya* con una sustancia fija e inmortal.

2. Ātma-dṛṣṭi (La visión o teoría del yo)

Es la racionalización e intelectualización del autoengaño. A partir de la ceguera de *ātma-moha*, la mente formula la teoría o la certeza interna de que *"Yo existo de forma independiente a los demás"*. Es la creación de la frontera entre el "yo" y el "mundo".

Sentido profundo: Es el nacimiento del dualismo epistemológico rígido.

3. Ātma-māna (El orgullo o arrogancia del yo)

Es la respuesta emocional y valorativa de la visión del yo. Una vez que la mente ha fabricado la idea de un "Yo", inmediatamente empieza a compararse con los demás, generando sentimientos de superioridad, inferioridad o competitividad.

Sentido profundo: El orgullo herido, la necesidad de estatus y la autoafirmación constante nacen de este mecanismo inconsciente.

4. Ātma-sneha (El apego o amor al yo)

Es el deseo ansioso de proteger, nutrir y expandir ese yo imaginario. Se traduce en el egoísmo visceral, el miedo a la muerte, la avaricia existencial y la búsqueda insaciable de gratificación para satisfacer a la identidad fabricada.

Sentido profundo: Es el combustible del *saṃsāra* (el ciclo de sufrimiento).

Verso 7

यत्रजस्तन्मयैरन्यैः स्पर्शाद्यैश्चारहतो न तत् ।
न निरोधसमापत्तौ न मार्गे लोकलोत्तरे ॥ ७ ॥

Transliteración:

yatrajastanmayairanyaiḥ sparśādyaiścārhato na
tat |
na nirodhasamāpattou na māрге lokottare || 7 ||

Traducción:

“Está también asociada con otros factores como el contacto y demás [los del verso 3]. Cesará en el estado de Arhat, en la meditación de la extinción (*nirodhasamāpatti*), y en el camino supramundano.”

LECTURA ANALITICA:

Chong Bong Ryu señala que este verso marca los hitos de la práctica meditativa budista. *Manas* puede “apagarse” temporalmente en estados de absorción profunda (*samādhi*) donde el sentido del “yo” se desvanece por completo, y se elimina definitivamente cuando el apego existencial es destruido por la sabiduría no-dual.

Este verso **7** del *Triṃśikā* es la conclusión lógica y el desenlace de la anatomía de *Manas* (la mente egoica) descrita en el verso anterior. Tras haber desnudado los componentes del ego (los cuatro *kleśas* del verso 6), Vasubandhu explica en esta estrofa cómo opera *Manas* con respecto a otras funciones psíquicas y, lo más importante para la academia y la terapéutica budista, **cuándo y cómo se desactiva** este mecanismo de alienación.

En la primera línea, Vasubandhu utiliza la expresión técnica *sparsādyaiḥ* ("el contacto y los demás"), haciendo una referencia directa a los cinco factores mentales universales: **Contacto, Atención Sensación, Conceptualización y Volición.**

Los comentaradores de la escuela Yogācāra (como Sthiramati) aclaran que cuando estos cinco factores se asocian a *Manas*, quedan instantáneamente "impregnados" o tiñen su naturaleza de *nivṛta-avyākṛta* (oscurecida pero neutra). Es decir, la atención de *Manas* es una atención narcisista; su conceptualización está siempre preconditionada a favor del "yo". El ego parasita las funciones psicológicas básicas para sostener su propia ilusión de existencia.

La segunda línea del verso es de un valor extraordinario para la filosofía comparada y la psicología transpersonal, ya que enumera los **tres** escenarios específicos donde la maquinaria del ego se detiene por completo:

1. El Estado de Arhat (**Arhatva**)

Es la desactivación **definitiva e irreversible**. Cuando un practicante destruye las raíces de la ignorancia metafísica, el sentido del ego (*manas*) se disuelve permanentemente. Al no haber un ego que distorsiona la realidad, la corriente del *ālaya-vijñāna* deja de acumular residuos neuróticos y se transmuta en la Sabiduría del Espejo.

2. La Absorción de la Extinción (**Nirodhasamāpatti**)

Es una desactivación **temporal de carácter yóguico**. Se trata de un estado meditativo cumbre (heredado del Abhidharma tradicional) donde cesan por completo tanto la actividad conceptual como la sensopercepción voluntaria.

Sentido psicológico: Es el equivalente a un "reinicio del sistema". Durante esta absorción profunda, la mente ordinaria y la mente egoica entran en una

suspensión total. Al salir de la meditación, *Manas* vuelve a activarse, pero el meditador ha experimentado de primera mano que el "yo" no es una sustancia continua.

3. El Camino Supramundano (***Lokottaramārga***)

Es una desactivación **dinámica basada en la sabiduría no-dual** (*prajñā*). Se refiere a los momentos de insight puro o iluminación directa (*nirvikalpa-jñāna*), donde el practicante experimenta la realidad tal como es (*tathatā*), sin la división artificial entre un sujeto interno y un objeto externo. Mientras la mente habita en este espacio supramundano (más allá de los conceptos del mundo ordinario), el ego es incapaz de operar.

Vasubandhu demuestra que *Manas* no es una condena ontológica irreversible, sino un engranaje procesal. Al establecer que el ego cesa en la alta meditación (*nirodhasamāpatti*), en la cognición no-dual (*lokottaramārga*) y en la liberación final (*arhatva*), el *Triṃśikā* valida su estatus como un **manual de deconstrucción fenomenológica**: el ego es impermanente y, mediante el entrenamiento de la conciencia, puede ser completamente disuelto para dar paso a una experiencia de la realidad abierta, transparente y libre de proyecciones.

Desde el punto de vista espiritual, el estado de “Arhat” equivale al estado de “Imam”, que se describe como aquel sujeto que ha disuelto su ego en lo Real, renaciendo en vida, esto es lo mismo que expone Vasubandhu, con la adición clave de que lo Real no es solamente la ausencia de solidez de los seres que pueblan el universo, sino que **el corazón de lo Real es la ausencia misma**, ya que de lo contrario el universo colapsaría. Esta ausencia, este vacío estructural del cosmos, es el que, por pura lógica, debe mantener todas las expresiones cósmicas, seres, fenómenos, conceptos son codependientes y se mantienen unos a otros, siendo la unidad cósmica mantenida por el mismo vacío, que no es otro que Dios. Entonces la vacuidad, como expone Vasubandhu, es luz y gozo, pero además es pura inteligencia, siendo el gozo y la luz sus primeras “transpiraciones”.

La liberación es pues el atravesamiento del fantasma estructural de la mente reflexiva, las identificaciones egoicas del sujeto, que lo hacen protagonista de una película con tintes neuróticos, perversos y psicóticos. Para ello existe el camino supramundano que es la disciplina de vida, el código a cumplir, que incluye dieta, oraciones, meditación, y ética. Este camino es el que conduce

a la extinción de las identificaciones egoicas
contaminadas, y finalmente transforma al sujeto
en Arhat.

Verso 8

द्वितीयह परिणामोऽयं तृतीयेः षड्विधस्य या ।
विषयस्योपलब्धिः सा कुशलाकुशलाद्वया ॥ ८ ॥

Transliteración:

dvitīyaḥ pariṇāmo'yaṁ tṛtīyaḥ ṣadvidhasya yā |
viśayasyopalabdhiḥ sā kuśalākuśalādvayā || 8 ||

Traducción:

“Esta es la segunda transformación de la conciencia. La tercera es la percepción de los seis tipos de objetos del entorno. Es de naturaleza virtuosa, no virtuosa y neutra.”

LECTURA ANALITICA:

Beniamino Natola describe que tras analizar las capas profundas (*ālaya*) y subjetivas (*manas*), Vasubandhu emerge a la superficie: las seis conciencias ordinarias (vista, oído, olfato, gusto, tacto y los pensamientos de la mente despierta). A diferencia de los niveles anteriores, esta tercera transformación sí tiñe activamente nuestra moralidad diaria, produciendo karma positivo, negativo o neutro a través de nuestras elecciones voluntarias.

Estas tres transformaciones de la conciencia que Vasubandhu describe están relacionadas con los tres registros del psicoanálisis estructural de Lacan. La conciencia almacén sería el registro de lo Real, la conciencia egoica sería el registro de lo simbólico, y la conciencia ordinaria sería el registro de lo imaginario.

Verso 9

सर्वत्रगैर्विशेषैश्च कुशलैश्चैतसैरपि ।
क्लेशैरुपक्लेशैस्त्रिविधा वेधना च सा ॥ ९ ॥

Transliteración:

sarvatragairvīṣeṣaiśca kuśalaiścaitasairapi |
kleśairupakleśais-trividhā vedanā ca sā || 9 ||

Traducción:

“Esta tercera conciencia está asociada con los factores mentales universales, los factores específicos, los virtuosos, las aflicciones primarias y las aflicciones secundarias. Se experimenta en tres tipos de sensaciones [placer, dolor y neutra].”

LECTURA ANALITICA:

Jonathan C. Gold explica que las seis conciencias superficiales no operan solas, sino “escoltadas” por una constelación de factores mentales (*caittas*). Vasubandhu utiliza aquí la taxonomía del *Abhidharma* para demostrar que lo que llamamos “ver un objeto” es en realidad una compleja mezcla de emociones, recuerdos, atención y juicios de valor instantáneos.

En la psicología cognitiva que Vasubandhu detalla en el verso 9 del *Triṃśikā*, la mente no se considera un bloque monolítico, sino un flujo dinámico empañado por patologías que distorsionan nuestra percepción. Estas distorsiones se clasifican clínicamente en dos grandes niveles: las aflicciones primarias o raíces (*mūla-kleśas*) y las aflicciones secundarias o derivadas (*upakleśas*).

Las **aflicciones primarias** son las seis fuerzas fundamentales que sabotean nuestra estabilidad emocional desde la raíz: el apego ansioso (*rāga*), que nos encadena a la búsqueda de gratificación; la aversión u odio (*pratigha*), que nos empuja a rechazar violentamente lo desagradable; y la ignorancia (*moha*), que actúa como el punto ciego original al impedirnos ver la naturaleza interdependiente de las cosas. Sobre esta base brota el orgullo (*māna*), que infla el ego mediante la comparación; la duda paralizante (*vicikitsā*); y el dogmatismo (*drṣṭi*), que nos aferra a teorías rígidas sobre el mundo y sobre nosotros mismos.

A partir de estas seis raíces se ramifican **veinte aflicciones secundarias**, vicios psicológicos derivados que nublan nuestra conciencia cotidiana. Entre ellas encontramos reacciones explosivas de la personalidad como la ira, el rencor, la envidia o

la crueldad, así como mecanismos de defensa neuróticos como la hipocresía, la vanidad o el engaño. A un nivel más profundo, estas aflicciones se manifiestan como una falta de escrúpulos éticos e indiferencia hacia el impacto de nuestros actos, o como vicios sistémicos que sabotean nuestra atención diaria: la pereza, la negligencia, el letargo que adormece el intelecto y la agitación existencial que nos mantiene ansiosos. El cuadro clínico se completa con el cinismo, la pérdida de memoria interna, la falta de auto-monitoreo y la distracción constante, esa tendencia de la mente a saltar caóticamente de un estímulo a otro.

Para Vasubandhu, este catálogo no es un juicio moral, sino un mapa de diagnóstico. Al advertirnos que nuestra percepción diaria opera entrelazada con estos virus mentales, el *Triṃśikā* nos invita a usar la atención plena como un bisturí clínico: identificar estas aflicciones en el instante en que emergen es la única manera de desactivarlas antes de que sigan contaminando nuestro inconsciente.

Verso 10

स्पर्शदयश्छन्दोऽधिमोक्षस्मृतिसमाधयः ।
प्रज्ञा च कुशलाः श्रद्धा ह्रीरपत्रपामलोभता ॥ १० ॥

Transliteración:

sparsādayacchando'dhimokṣasmṛtisamādhayaḥ |
prajñā ca kuśalāḥ śraddhā hrīrapatrapāmaloḥbhata
|| 10 ||

Traducción:

Los factores universales son el contacto y los demás. Los específicos son el deseo, la resolución, la memoria, la concentración y la sabiduría. Los virtuosos son la fe, la vergüenza moral, el temor a obrar mal... [el verso continúa en el 11 con la lista].

LECTURA ANALITICA:

En las anotaciones analíticas de Fernando Tola y Carmen Dragonetti en su traducción directa del sánscrito del *Triṃśikā*, detallan que Vasubandhu abre el catálogo de la mente para dismantelar la idea de un bloque cognitivo monolítico. Al listar los factores específicos (*vinīyata*) como el deseo (*chanda*) o la sabiduría (*prajñā*), el texto demuestra que la percepción ordinaria está pre-condicionada y estructurada por intenciones. No percibimos el

mundo como "es", sino como nuestros factores mentales lo moldean y proyectan.

El verso 10 del *Triṃśikā* marca un giro fundamental en el texto. Tras haber desnudado las dinámicas del inconsciente (*ālaya*) y del ego (*manas*), Vasubandhu aterriza por completo en la **tercera transformación de la conciencia**: nuestra mente consciente y perceptiva cotidiana.

Si en el verso 9 nos advertía que esta conciencia ordinaria opera rodeada de virus mentales, en el verso 10 abre el catálogo de los **factores mentales (*caittas*) positivos y estructurales** que la acompañan. Este verso funciona como una lista técnica que divide los componentes de la mente en tres categorías: los universales, los específicos y el inicio de los virtuosos.

Tras haber desnudado las dinámicas del inconsciente y las trampas del ego, Vasubandhu cambia de rumbo: deja atrás el catálogo de virus mentales y abre el mapa de las herramientas estructurales y positivas que poseemos para transformar nuestra mente. Para ello, organiza los componentes de la psique en tres categorías progresivas.

En primer lugar, el verso despacha la base estructural aludiendo a los factores universales, esos ladrillos anatómicos e inevitables —como el contacto, la atención o la sensación— que operan en absolutamente cualquier acto de conciencia, sin importar su cualidad moral.

Inmediatamente después, el texto se adentra en los cinco factores específicos u objetivos, que son las verdaderas herramientas de la cognición dirigida. Estos potenciales no se activan de forma automática, sino cuando la mente se enfoca en una tarea concreta. Aquí encontramos la intención clara (*chanda*), que actúa como motor del esfuerzo; la resolución (*adhimokṣa*), que nos asienta con firmeza en una certeza superando la duda; la atención plena (*smṛti*), esa capacidad capital de retener el objeto presente sin distraerse; la concentración (*samādhī*), que unifica la mente en un solo punto; y, finalmente, la sabiduría (*prajñā*), la función suprema capaz de analizar y discernir la realidad tal como es.

El verso culmina introduciendo el amanecer de las virtudes, aquellos factores que detienen la proyección de karma negativo y pacifican nuestra mente. Como un anticipo de la transformación, Vasubandhu nos entrega los primeros cuatro: la fe

(*śraddhā*), entendida como una confianza lúcida y libre de cinismo; la vergüenza moral interna (*hrī*), que es nuestro sentido de dignidad personal frente al error; el decoro social (*apatrapā*), que frena el daño por respeto e impacto en la comunidad; y la ausencia de codicia (*alobhata*), que abre la puerta a la generosidad y al desapego.

Con esta brillante transición, Vasubandhu nos demuestra que la claridad y la iluminación no son milagros distantes, sino capacidades cognitivas ordinarias que, al ser orientadas hacia la ética y la introspección, tienen el poder de sanar nuestra mente desde la raíz.

Verso 11

अद्वेषोऽमोहवीर्यं च प्रश्रब्धः साप्रमादिका ।
उपेक्षाऽविहिंसा च सर्व एते तदुद्भवा ॥ ११ ॥

Transliteración:

adveṣo'mohavīryaṃ ca praśrabdhiḥ sāpramādikā |
upekṣā'vihimsā ca sarva ete tadudbhavā || 11 ||

Traducción:

“... la ausencia de codicia, la ausencia de odio, la ausencia de ignorancia, la energía, la flexibilidad mental, la vigilancia, la ecuanimidad y la no-violencia.”

LECTURA ANALITICA:

Juan Arnau explica que en este punto Vasubandhu no solo hace psicología descriptiva, sino que establece una terapia ética. Los once factores virtuosos (*kuśala*) detallados entre el verso 10 y 11 son antídotos directos contra las aflicciones. Por ejemplo, la terna de la "no-codicia" (*alobha*), "no-odio" (*adveṣa*) y "no-ignorancia" (*amoha*) desarraiga las raíces del sufrimiento, permitiendo que la tercera transformación de la conciencia (nuestra mente cotidiana) deje de proyectar un mundo de conflicto y empiece a percibir la realidad de manera clara y pacífica.

Por su parte, Francis H. Cook señala la importancia de términos como la "flexibilidad mental" (*praśrabdhī*) y la "ecuanimidad" (*upekṣā*). Estos factores no son meras virtudes morales pasivas, sino estados de alta plasticidad cognitiva y estabilidad que se refinan mediante la meditación (*yoguita*). Son los que permiten al practicante flexibilizar la mente para romper con el hábito automático de dividir el mundo entre "sujeto" y "objeto".

El verso **11** del *Triṃśikā* es la culminación directa del sistema inmune de la mente humana. Si en la estrofa anterior Vasubandhu sembraba los primeros pilares éticos de nuestra conciencia ordinaria, aquí despliega las siete virtudes restantes, completando un catálogo de once antídotos sistémicos diseñados para contrarrestar de raíz la neurosis y el sufrimiento diario.

El texto abre completando las llamadas "tres raíces virtuosas", indispensables para desmontar los venenos de la mente. Tras haber introducido el desapego, el verso presenta la ausencia de odio (*adveṣa*), que no es una mera pasividad sino una buena voluntad activa, amable y paciente hacia los demás. A su lado emerge la ausencia de ignorancia (*amoha*), la disposición natural de la psique a mirar

la realidad con lucidez, desprovista de distorsiones ideológicas o egocéntricas.

Inmediatamente después, Vasubandhu introduce los dinamizadores operativos de la transformación. Primero, el esfuerzo alegre (*vīrya*), esa energía resiliente y entusiasta que sostiene el compromiso ético y barre con la apatía. Luego, la flexibilidad mental y física (*praśrabdhi*), un estado de ligereza sutil y bienestar que disuelve las tensiones ordinarias, volviendo la mente dócil y apta para la contemplación profunda. A esto se suma la vigilancia (*apramāda*), el factor guardián que nos mantiene despiertos y atentos al impacto de cada pensamiento, protegiendo activamente nuestra ecología interna. El ciclo de virtudes se cierra con la no-crueldad (*ahiṃsā*), una actitud de inofensividad y empatía visceral que honra la vulnerabilidad ajena.