

## Sobre la Ilustración de Portada

Esta imagen es un mapa visual del viaje que propone el *Lankavatara Sutra*. La *isla rocosa* emergiendo del océano representa la consciencia individual (*Cittamatra*) surgiendo del vasto flujo kármico del *Alaya-vijnana*, simbolizado por las aguas profundas y cambiantes.

En el centro, el *gran espejo ovalado* no refleja el mundo exterior, sino la verdad interior: un rostro de Buda sereno y un loto dorado radiante. Esto ilustra la enseñanza central del sutra: la Naturaleza Búdica (*Tathagatagarbha*) no se encuentra fuera, sino que brilla inherentemente dentro de nuestra propia mente, esperando ser reconocida.

Las *farolas encendidas* en el sendero de piedra simbolizan la práctica diligente y la sabiduría que guía al buscador a través de la oscuridad de la ignorancia, mientras que el *cielo crepuscular*, donde se funden el día y la noche, evoca el estado de no-dualidad más allá de las distinciones conceptuales.

La isla no es un lugar geográfico, sino el corazón mismo del practicante que despierta.



# Lankavatara

**Despertar en la isla de la consciencia**



Marga Busqui y Shifu Cruz

Copyright © 2026 Marga Busqui y Shifu Cruz

Todos los derechos reservados.

Ninguna parte de esta obra puede ser reproducida, almacenada en un sistema de recuperación o transmitida de ninguna forma o por ningún medio, electrónico, mecánico, fotocopia, grabación, o de otro tipo, sin el permiso previo por escrito del editor.

ISBN: 9798199450799

Primera edición: Junio de 2026

Este libro es una obra de no ficción creativa. Si bien se basa en registros históricos y enseñanzas budistas tradicionales, ciertos diálogos y elementos narrativos se han adaptado para lograr mayor claridad e impacto literario.

## Dedicatoria

A quienes miran hacia dentro  
y descubren que el camino  
no se recorre con los pies,  
sino con el silencio de la mente.

# Sumario

|                                                                          |     |
|--------------------------------------------------------------------------|-----|
| El espejo olvidado del zen.....                                          | 1   |
| Parte I- El contexto y la clave.....                                     | 6   |
| A. Introducción histórica y filosófica.....                              | 7   |
| El enigma de la escuela Lankavatara, entre la leyenda y la historia..... | 8   |
| De la India a China, el viaje del pensamiento Yogacara.....              | 11  |
| B. Diccionario conceptual del Lankavatara (el corazón técnico).....      | 15  |
| La mente como arquitecto (Cittamatra).....                               | 16  |
| El mapa de la consciencia (las 8 conciencias).....                       | 18  |
| La Naturaleza Búdica (Tathagatagarbha).....                              | 22  |
| Las tres naturalezas (Trisvabhava).....                                  | 25  |
| C. La práctica según el Lankavatara.....                                 | 27  |
| Más allá de las palabras, el dedo que señala la luna.....                | 28  |
| La iluminación súbita vs. Gradual.....                                   | 30  |
| Ética y vegetarianismo, la compasión como base de la Iluminación.....    | 31  |
| Parte II- Lankavatara Sutra.....                                         | 32  |
| 1 La entrada en Lanka y las cien preguntas de Mahamati.....              | 33  |
| 2 La refutación de las vistas erróneas.....                              | 58  |
| 3 La colección sobre la Impermanencia.....                               | 76  |
| 4 La perfección de la sabiduría (Prajnaparamita).....                    | 84  |
| 5 La conciencia almacén (Alaya-vijnana) y la transformación.....         | 91  |
| 6 La iluminación súbita vs. gradual.....                                 | 98  |
| 7 Los alimentos y la compasión (el no-consumo de carne).....             | 104 |
| 8 Los hechizos (Dharanis) y la protección.....                           | 110 |
| 9 Las profecías y la duración del Dharma.....                            | 115 |
| 10 La conclusión y la transmisión final.....                             | 120 |
| Apéndice.....                                                            | 122 |
| Notas.....                                                               | 129 |

# El espejo olvidado del zen

## Una ventana a los orígenes profundos del Ch'an

Nos encontramos ante uno de los proyectos más fascinantes —y a la vez más desafiantes— de todo el canon Mahayana. El *Sutra Lankavatara* ocupa un lugar singular, casi paradójico, en la historia del budismo: es un texto enormemente influyente, citado constantemente por maestros Ch'an, Zen y filósofos de la escuela Yogacara, pero paradójicamente, es poco leído en su totalidad por los practicantes modernos.

Muchos autores se inspiran en él, pero cuando uno se sienta finalmente a leerlo completo, se encuentra con una obra sorprendentemente compleja. Es un texto denso, a veces repetitivo, técnicamente filosófico en algunos pasajes y casi críptico en otros. No es un libro de lecturas ligeras; es un manual de profundidad psicológica y espiritual que requiere paciencia, atención y, sobre todo, una guía clara para no perderse en su laberinto conceptual.

Para entender verdaderamente este Sutra, debemos viajar atrás en el tiempo, a esa zona difusa entre la historia documentada y la reconstrucción académica de los siglos V, VI y VII d.C. en China. Debemos sumergirnos en los orígenes de lo que hoy llamamos Zen.

## La misteriosa "Escuela Lankavatara"

Cuando los estudiosos modernos hablan de una "Escuela Lankavatara" (*linaje Lankavatara*), no se refieren a una institución formal comparable a las grandes escuelas budistas posteriores como Tiantai o Huayan, con sus propios monasterios, reglas monásticas estrictas y una sucesión patriarcal claramente definida. Más bien, utilizan este término para describir una corriente temprana de practicantes de meditación que consideraban al *Lankavatara Sutra* su texto principal y autoridad doctrinal suprema.

En aquella época, China estaba recibiendo una avalancha de literatura budista procedente de India y Asia Central. El budismo chino era un crisol efervescente. Todavía no existía el Ch'an clásico tal como lo conocemos después de la época de Huineng. En aquel paisaje espiritual,

coexistían numerosos grupos de meditadores interesados en cuestiones fundamentales: la naturaleza de la mente, la posibilidad de una iluminación directa, la crítica del apego a las palabras y la primacía de la experiencia interior sobre la erudición textual.

El *Lankavatara Sutra* encajaba perfectamente con esas preocupaciones. Y así surgieron los llamados "Maestros del Lankavatara" (*Lengqie shi*, 楞伽師). "Lengqie" es la transliteración china de *Lanka*. Estas figuras, mencionadas en fuentes de la dinastía Tang, enseñaban el Sutra, practicaban meditación intensiva y utilizaban conceptos complejos como la "mente única" y el "almacén de conciencia" (*ālaya-vijñāna*).

Los historiadores debaten hoy si existió realmente una "escuela" identificable o si este término es una construcción retrospectiva para etiquetar a ciertos grupos de meditadores tempranos que luego fueron absorbidos por el Ch'an emergente. Lo que sí parece claro es que estos maestros representaron una fase histórica crucial: el eslabón perdido entre el Mahayana indio tardío y el nacimiento del Ch'an chino. Eran practicantes que buscaban una vía directa, apoyándose en un texto que les ofrecía tanto una psicología detallada de la mente como una ruta hacia la liberación inmediata.

## **Bodhidharma y el sello de la mente**

La tradición Ch'an posterior afirma rotundamente que Bodhidharma, el legendario primer patriarca, transmitió el *Lankavatara Sutra* a sus discípulos como la esencia misma de su enseñanza. La historia más famosa cuenta que Bodhidharma entregó una copia del Sutra a su sucesor, Huike, diciéndole: "*Confío en ti la esencia de mi mente. Usa este Sutra para sellar tu realización*".

Aunque los historiadores no pueden confirmar la literalidad de este episodio, sí parece cierto que los primeros círculos asociados a Bodhidharma tenían una afinidad especial con este texto. De hecho, algunos investigadores sugieren que el "Ch'an" primitivo no se definía a sí mismo como una escuela separada, sino como una comunidad de practicantes centrada en la meditación (*dhyaana*) y guiada por la psicología profunda del *Lankavatara*. Para ellos, este Sutra no era solo un libro, era un mapa de la consciencia.

## ¿Qué enseñaban estos maestros? La psicología del Despertar

A juzgar por los textos conservados y por el propio Sutra, varios temas eran centrales para esta corriente temprana. Entenderlos es clave para no perderse durante la lectura:

La mente como fundamento (Cittamatra): El *Lankavatara* afirma repetidamente que el mundo percibido es una manifestación de la mente. Esto no significa necesariamente un idealismo filosófico extremo que niegue la realidad externa, sino que nuestra *experiencia* del mundo está condicionada por nuestras construcciones mentales. Vemos lo que nuestra mente proyecta. Esta idea fue la semilla de la introspección radical del Ch'an: si el problema está en la mente, la solución también debe estar allí.

La realización más allá de las palabras: Una frase recurrente en el Sutra es que la verdad última (*paramārtha*) no puede capturarse mediante conceptos lingüísticos. Las palabras son dedos señalando la luna, no la luna misma. Esto armonizaba perfectamente con el ideal Ch'an posterior de una "*transmisión especial fuera de las escrituras*". Aunque irónicamente, el Ch'an siguió usando escrituras abundantemente, la advertencia del *Lankavatara* contra el fetichismo textual quedó grabada en su ADN.

El conocimiento personal (*pratyātma-jñāna*): El Despertar no es algo que se aprende de memoria o que se acepta por fe. Es un conocimiento interno, realizado personalmente (*pratyātma*). El *Lankavatara* insiste en que cada individuo debe experimentar la verdad por sí mismo, sin depender de la autoridad externa.

La doctrina de la conciencia (Yogacara): Gran parte del Sutra se dedica a explicar la teoría de las ocho conciencias y el *ālaya-vijñāna* (conciencia almacén), ese depósito subconsciente donde se guardan las "semillas" de nuestras acciones pasadas. Esto es fascinante porque el Ch'an posterior se alejaría parcialmente de este lenguaje técnico y psicológico para adoptar un estilo más directo, pero sin el *Lankavatara*, el Ch'an carecería de su base psicológica sólida.

## **La absorción y el cambio de paradigma**

¿Por qué desapareció esta "Escuela Lankavatara"? Probablemente nunca desapareció del todo, sino que fue absorbida. A medida que el Ch'an se desarrolló y cristalizó entre los siglos VII y VIII, otros textos fueron ganando importancia. El *Sutra del Diamante (Vajracchedika)*, con su énfasis en la vacuidad y la no-acción, y más tarde el *Sutra de la Plataforma* de Huineng, desplazaron al *Lankavatara* del centro absoluto.

El Ch'an clásico que hoy conocemos, con sus koans, sus diálogos extravagantes y su estética de la espontaneidad, nació de esta evolución. El *Lankavatara*, con su estructura densa y su terminología técnica, pasó a ser un texto de referencia respetado, pero ya no era la guía diaria.

Existe una ironía histórica preciosa en todo esto: el Ch'an terminó siendo famoso por su lema "*no depender de palabras ni letras*", pero una de sus raíces más profundas fue precisamente un Sutra extraordinariamente largo, complejo y lleno de filosofía india como el *Lankavatara*. Leer este Sutra hoy es descubrir que el Ch'an temprano estaba mucho más cerca de la sofisticada psicología budista india de lo que solemos imaginar. Es ver al Zen antes de que se simplificara, cuando aún cargaba con todo el peso y la riqueza de la tradición Mahayana.

## **Sobre esta traducción, un puente hacia el origen**

Esta versión que tienes en tus manos nace de la necesidad de acercar este texto fundamental al lector hispanohablante. Hasta ahora, las opciones en español eran escasas, indirectas o inaccesibles.

Para esta traducción, hemos trabajado utilizando la versión china de Gunabhadra (443 d.C.) como fuente principal, la misma que históricamente se asocia con Bodhidharma y los primeros maestros Ch'an. Hemos contrastado esta base con otras versiones y estudios académicos para garantizar la máxima fidelidad doctrinal, buscando siempre un equilibrio difícil: mantener la precisión técnica y la solemnidad del texto original, pero expresándolo en un español claro, fluido y accesible para el lector contemporáneo.

No hemos buscado una traducción académica fría, llena de notas al pie ininteligibles, ni una adaptación excesivamente libre que traicione el sentido original. Hemos intentado crear un puente. Un puente que te

permita cruzar desde tu mente cotidiana hasta esas cumbres de la psicología budista que Bodhidharma quiso señalar hace quince siglos. Te invitamos a leer este Sutra no como una novela, sino como un mapa. Un mapa para explorar tu propia mente. Porque, al final, el *Lankavatara* no habla de tierras lejanas ni de dioses distantes. Habla de ti. De cómo tu mente proyecta el mundo, de cómo te atrapas en tus propias redes conceptuales y de cómo puedes despertar de ese sueño.

### **Nota sobre esta edición, Fidelidad y Legibilidad**

*\*\*Nota editorial: Aunque seguimos la estructura original de 4 fascículos de la versión de Gunabhadra, hemos dividido el texto en 10 capítulos temáticos para facilitar su lectura y estudio en español.*

El *Sutra Lankavatara* es un texto antiguo, nacido de una tradición oral donde la repetición servía como herramienta mnemotécnica para los monjes recitadores. En su forma original, el Sutra contiene numerosas fórmulas rituales, listas extensas de términos técnicos y versos que reiteran en poesía lo ya explicado en prosa.

Para esta edición en español, hemos adoptado un criterio de legibilidad activa:

- Respeto total al contenido: No se ha omitido ninguna enseñanza doctrinal ni ningún concepto filosófico.
- Fluidez narrativa: Hemos suavizado las fórmulas introductorias repetitivas para evitar la fatiga del lector moderno, manteniendo siempre la solemnidad del momento.
- Claridad visual: Las listas técnicas y los versos poéticos se presentan con un formato claro que facilita la lectura y el estudio.

Nuestro objetivo no es ofrecerte una transcripción arqueológica, sino una puerta abierta. Queremos que puedas sumergirte en la profundidad del pensamiento de Bodhidharma sin perderte en la densidad de un lenguaje excesivamente arcaico.

Bienvenido a Lanka. Bienvenido al espejo de tu propia consciencia.

## **Parte I- El contexto y la clave**

## A. Introducción histórica y filosófica



# El enigma de la escuela Lankavatara, entre la leyenda y la historia

Para adentrarnos en el *Sutra Lankavatara* con rigor, es necesario despojarse primero de la imagen romántica y simplificada que la tradición posterior ha construido sobre los orígenes del Ch'an (Zen). Durante siglos, se nos ha contado una historia lineal y limpia: Bodhidharma, el primer patriarca, llega de la India, transmite la enseñanza a Huike, y así sucesivamente hasta Huineng. Sin embargo, los estudios históricos modernos —liderados por eruditos como John McRae, Heinrich Dumoulin o Bernard Faure— nos revelan un panorama mucho más complejo, fascinante y humano.

Lo que llamamos "Escuela Lankavatara" no fue una institución monástica formal con reglas escritas, templos propios y una jerarquía centralizada, como lo fueron posteriormente las escuelas Tiantai o Huayan. Más bien, fue una red difusa de practicantes de meditación que operó en China entre los siglos V y VII d.C. Estos maestros, conocidos en los textos de la dinastía Tang como *Lengqie shi* ("Maestros del Lanka"), compartían una devoción exclusiva por el *Lankavatara Sutra*, al que consideraban la expresión máxima de la verdad Búdica.

## ¿Quiénes eran realmente estos "Maestros del Lanka"?

A diferencia de la leyenda de los "Seis Patriarcas", que es una construcción retrospectiva diseñada para dar legitimidad institucional al Ch'an clásico, los "Maestros del Lanka" fueron figuras históricas reales, aunque a menudo olvidadas. No seguían un dogma uniforme, pero sí una metodología común:

1. Práctica de la meditación intensiva: Priorizaban el *dhyanā* (meditación sentada) sobre el estudio escolástico de otros Suttas.
2. Uso del Lankavatara como "Sello": Utilizaban este Sutra no solo como lectura, sino como una herramienta de validación. Se dice que la transmisión de la enseñanza se "sellaba" con la comprensión de este texto.

3. Enfoque en la mente: Su enseñanza central giraba en torno a la psicología Yogacara: la idea de que el sufrimiento proviene de la discriminación mental y de la proyección de un mundo exterior independiente.

Figuras como Huike (el supuesto segundo patriarca), Sengcan y Daoxin no se autodenominaban "patriarcas del Ch'an" en su tiempo. Eran, ante todo, maestros del *Lankavatara*. Daoxin, por ejemplo, estableció comunidades de meditadores que vivían bajo reglas estrictas, sentando las bases institucionales que luego Hongren y Huineng expandirían.

### **Bodhidharma, ¿persona o símbolo?**

La figura de Bodhidharma ocupa un lugar central en esta narrativa, pero su historicidad es objeto de intenso debate. ¿Fue un individuo único, un monje de ojos azules y barba espesa que llegó desde el sur de la India? ¿O es una síntesis mítica de varios maestros indios que trajeron enseñanzas de meditación a China?

Los historiadores tienden a ver a Bodhidharma menos como un fundador singular y más como la personificación de una corriente de pensamiento. La tradición le atribuye la llegada a China alrededor del año 520 d.C. y su estancia en el monasterio de Shaolin. Sin embargo, los registros más antiguos sugieren que su influencia no fue inmediata ni masiva. Fue solo generaciones después, cuando sus discípulos y los discípulos de sus discípulos comenzaron a ganar prominencia, que la figura de Bodhidharma se consolidó como el "Primer Patriarca".

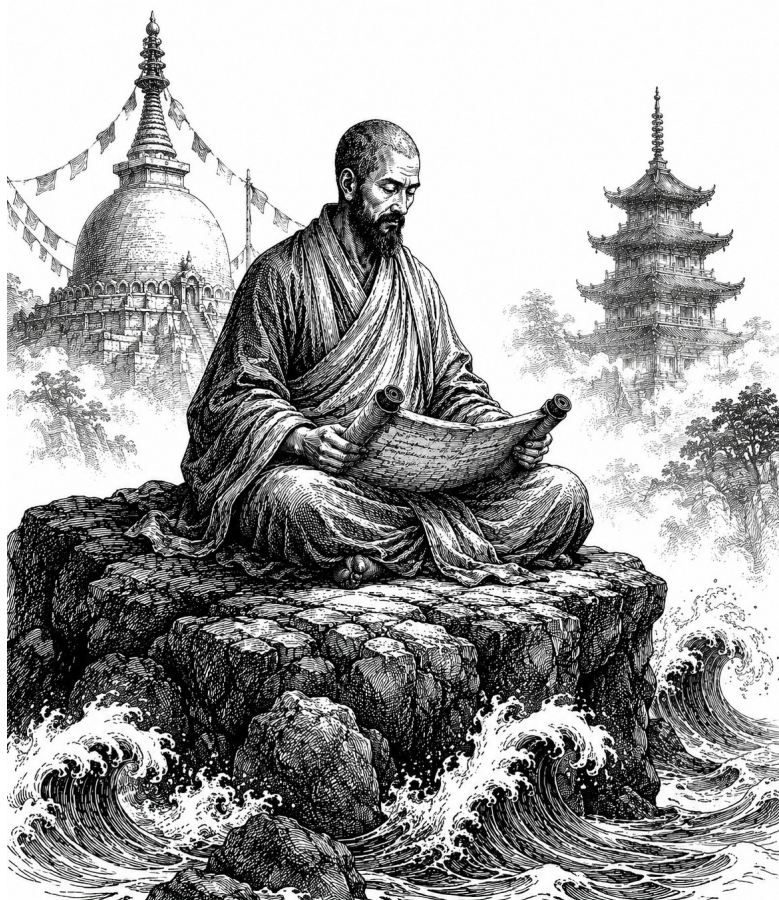
El relato famoso de que Bodhidharma entregó el *Lankavatara Sutra* a Huike diciéndole "*Usa este Sutra para sellar tu mente*" es probablemente una elaboración posterior destinada a vincular autoridad espiritual con autoridad textual. Pero incluso si es una leyenda, revela una verdad histórica fundamental: los primeros círculos Ch'an estaban indisolublemente unidos al estudio de este Sutra.

### **La disolución de la escuela y el nacimiento del Ch'an clásico**

¿Por qué desapareció la "Escuela Lankavatara"? No desapareció, sino que evolucionó y fue absorbida. A medida que el movimiento de meditación crecía en los siglos VII y VIII, bajo figuras como Hongren y Huineng, el enfoque comenzó a cambiar.

El *Lankavatara* es un texto denso, técnico y psicológico. Con el tiempo, los maestros Ch'an encontraron en el *Sutra del Diamante* (*Vajracchedika*) y en el *Sutra de la Plataforma* una expresión más directa, espontánea y menos dependiente de la terminología compleja del Yogacara. El Ch'an clásico, con sus koans y su énfasis en la iluminación súbita, nació de esta simplificación y estilización.

Sin embargo, la huella de los "Maestros del Lanka" permaneció indeleble. El énfasis en la mirada interior, la desconfianza hacia el lenguaje conceptual y la comprensión de que "la mente es el Buda" son herencias directas de aquella fase primitiva. Entender esta transición es crucial: el Zen no surgió de la nada como un movimiento puramente chino anti-intelectual, sino que es el fruto maduro de una semilla india (el Yogacara del *Lankavatara*) plantada en suelo chino y regada con la pragmatismo del Taoísmo.



# De la India a China, el viaje del pensamiento Yogacara

El *Sutra Lankavatara* no apareció en China por generación espontánea. Fue el resultado de un esfuerzo titánico de traducción, interpretación y adaptación cultural que duró siglos. Para comprender su impacto, debemos analizar no solo *qué* se tradujo, sino *cómo* y *por quién* se hizo, y qué transformaciones sufrió el texto al cruzar la frontera cultural más importante del Asia antigua.

## La cuna India, la sofisticación del Yogacara

En la India de los siglos IV y V d.C., el budismo Mahayana había alcanzado una cumbre de sofisticación filosófica. Dos grandes corrientes dominaban el panorama intelectual de universidades monásticas como Nalanda o Vikramashila:

1. Madhyamaka (la vía media): Liderada por la figura monumental de Nagarjuna (siglo II d.C.), esta escuela utilizaba la lógica dialéctica para deconstruir cualquier concepto fijo, demostrando la "vacuidad" (*shunyata*) inherente a todos los fenómenos. Su enfoque era principalmente negativo: liberar la mente de las vistas erróneas mediante la refutación lógica.
2. Yogacara (la escuela de la práctica yoga): Fundada por los hermanos Asanga y Vasubandhu (siglo IV-V d.C.), esta escuela tomó un camino complementario pero distinto. Se preguntaron: "*Si todo es vacío, ¿por qué experimentamos un mundo sólido? ¿Quién está experimentando? ¿Cómo funciona el karma si no hay un yo permanente?*".

El *Lankavatara Sutra* nace en este contexto Yogacara, probablemente entre los años 350 y 450 d.C. Es un texto de síntesis que toma la vacuidad de Nagarjuna y la combina con un análisis psicológico minucioso de la consciencia. En la India, este tipo de pensamiento era altamente especulativo, lógico y académico. Se debatía en salas de discusión donde la precisión terminológica era vital. El texto original (hoy perdido en su mayoría, pero reconstruido a partir de fragmentos y versiones tibetanas/chinas) estaba lleno de términos técnicos sánscritos,

listas interminables de estados mentales y argumentos lógicos complejos.

## **El choque con la mentalidad china**

Cuando estos textos comenzaron a llegar a China, aterrizaron en un suelo intelectual radicalmente diferente. La mentalidad china, moldeada por el Confucianismo (enfocado en la ética social, la jerarquía familiar y el orden estatal) y el Taoísmo (enfocado en la naturaleza, la espontaneidad, lo inefable y la armonía con el *Dao*), tenía poca paciencia para las disquisiciones metafísicas abstractas al estilo indio.

Los eruditos chinos se enfrentaron a varios obstáculos importantes:

- La barrera lingüística: El sánscrito es una lengua flexiva, rica en matices gramaticales y conceptos abstractos. El chino clásico es una lengua aislante, concisa, basada en caracteres ideográficos y muy contextual. Traducir conceptos como *Alaya-vijnana* (conciencia almacén) o *Tathagatagarbha* (matriz Búdica) era casi imposible sin crear neologismos o adaptar términos existentes.
- La estructura textual: La literatura india tendía a la repetición infinita, a la enumeración exhaustiva y a la redundancia mnemotécnica (propia de la tradición oral). Los lectores chinos, acostumbrados a la elegancia concisa de la poesía y la prosa clásica, consideraban a menudo estos textos indios "pesados", "redundantes" y "difíciles de digerir".
- El enfoque filosófico: Mientras que los indios disfrutaban debatiendo sobre la naturaleza última de la realidad, los chinos querían saber: "*¿Cómo puedo vivir mejor? ¿Cómo puedo gobernarme a mí mismo y a mi familia? ¿Cómo puedo alcanzar la paz interior aquí y ahora?*".

## **Los grandes traductores, Gunabhadra y la versión de los cuatro fascículos**

Aquí es donde entra la figura clave para nuestra historia: *Gunabhadra* (394–468 d.C.). Monje indio de la casta brahmánica, llegó a China en 435 d.C., durante la dinastía Liu Song. Gunabhadra no era solo un lingüista; era un maestro de meditación y un experto en el Yogacara.

En el año 443 d.C., bajo el patrocinio imperial, Gunabhadra completó

su traducción del *Lankavatara Sutra* en cuatro fascículos (volúmenes). Esta versión, conocida como el *Lengqie Jing*, es la más importante para la historia del Zen por varias razones:

1. Fidelidad al espíritu yogacara: Gunabhadra mantuvo la complejidad psicológica del texto original, sin simplificarlo excesivamente. Introdujo términos técnicos que luego se convertirían en estándar en el vocabulario budista chino.
2. Estilo directo: A diferencia de traducciones posteriores que pulieron el estilo literario, la versión de Gunabhadra es conocida por ser algo críptica, directa y a veces gramaticalmente áspera. Paradójicamente, esto la hacía perfecta para la meditación: obligaba al lector a no quedarse en la superficie literaria, sino a profundizar en el significado.
3. Influencia en Bodhidharma: Como mencionamos, esta fue la versión que circulaba en los círculos de los "Maestros del Lanka" y que la tradición asocia con Bodhidharma.

Posteriormente, hubo otras dos traducciones importantes: la de *Bodhiruci* (513 d.C., en diez fascículos), que introdujo influencias de la escuela *Mahayana-sraddhotpada* y fue más fluida literariamente, y la de *Shikshananda* (700-704 d.C., en siete fascículos), que es considerada la más completa y equilibrada, integrando correcciones de las versiones anteriores. Sin embargo, fue la versión de Gunabhadra la que caló hondo en los primeros practicantes Ch'an.

### **La adaptación cultural, del Dhyana al Ch'an**

La llegada del *Lankavatara* no fue solo una importación de libros, sino la importación de una práctica: el *dhyana* (meditación). En India, el *dhyana* era una técnica entre muchas, a menudo subordinada al estudio filosófico o a los rituales. En China, gracias al impulso de los maestros del *Lankavatara*, el *dhyana* se convirtió en el centro de la vida religiosa.

Este cambio fue posible gracias a un proceso de sincretismo cultural:

- Uso del Taoísmo como puente: Los primeros traductores utilizaron términos taoístas para explicar conceptos budistas. Por ejemplo, usaron la palabra *Wu* (No-ser/Vacío) para traducir *Shunyata* (Vacuidad), y *Dao* (Camino) para *Dharma* o *Bodhi*. Esto permitió a los intelectuales chinos conectar el budismo con sus

propias raíces filosóficas, aunque a veces esto generara malentendidos (el llamado método *Geyi* o "emparejamiento de significados").

- Pragmatismo chino: Los maestros chinos tomaron la compleja psicología Yogacara del *Lankavatara* (las ocho conciencias, las tres naturalezas) y la simplificaron en instrucciones prácticas de meditación. No les importaba tanto la lógica formal de por qué la mente proyecta el mundo, sino *cómo* dejar de proyectarlo para experimentar la paz.

Así, el *Lankavatara* dejó de ser un tratado indio denso para convertirse en la espina dorsal de una práctica contemplativa china. El viaje de la India a China fue una transformación de la especulación intelectual en experiencia directa. El texto no cambió sustancialmente en su contenido, pero sí cambió radicalmente en su *función*: pasó de ser un objeto de estudio académico a ser un espejo para la introspección radical.

**B. Diccionario conceptual del Lankavatara (el  
corazón técnico)**



# La mente como arquitecto (Cittamatra)

Cuando el *Sutra Lankavatara* afirma que "*todo es solo mente*" (*cittamatra*), está lanzando una de las proposiciones más radicales y malinterpretadas de toda la filosofía budista. Para el lector moderno, acostumbrado al realismo científico (la idea de que el mundo está "ahí fuera" y es sólido e independiente de nosotros), esta afirmación puede sonar a idealismo mágico o a negación de la realidad. Nada más lejos de la intención del Sutra.

## Más allá del idealismo, una psicología profunda

En la India, durante el periodo en que se compiló el *Lankavatara*, los filósofos Yogacara no estaban intentando negar la existencia del mundo físico por capricho metafísico. Estaban actuando como *psicólogos pioneros*. Se dieron cuenta de un hecho fundamental: dos personas pueden estar en la misma habitación, viendo el mismo objeto, y experimentar realidades completamente diferentes. Uno puede sentir alegría, otro miedo, otro indiferencia.

Si el objeto tuviera una esencia fija e inherente ("miedo" o "alegría"), todos deberían experimentarlo igual. El hecho de que no sea así demuestra que lo que experimentamos no es el objeto en sí, sino nuestra proyección mental sobre el objeto.

El *Lankavatara* utiliza la metáfora del arquitecto o del pintor. La mente no es un espejo pasivo que refleja la realidad tal cual es. La mente es activa. Construye, colorea, etiqueta y da forma a la experiencia. Como dice el Sutra: "*La mente es como un pintor que crea diversas formas; el mundo es su lienzo*".

## La trampa de la dualidad sujeto-objeto

El concepto de *Cittamatra* busca romper la dualidad básica de nuestra percepción: la división entre "yo" (el sujeto que observa) y "mundo" (el objeto observado).

El Sutra argumenta que esta división es una ilusión cognitiva. No hay un "yo" separado que mira un "mundo" separado. Hay solo un flujo continuo de consciencia que se escinde a sí mismo para poder

experimentarse. Es como un actor que se divide en dos personajes para poder tener una conversación consigo mismo.

Para los "Maestros del Lanka", entender esto no era un ejercicio intelectual, sino la clave de la liberación. Si el sufrimiento proviene de aferrarse a objetos externos (dinero, fama, relaciones) o de rechazarlos (miedo, odio), darse cuenta de que esos objetos son proyecciones mentales rompe el poder que tienen sobre nosotros. Dejas de luchar contra "fantasmas" proyectados por tu propia mente.

### **La influencia en el Ch'an temprano**

Esta visión de la mente como arquitecto fue la base sobre la que Bodhidharma y sus sucesores construyeron la práctica del Ch'an. Cuando Bodhidharma le dijo a Huike "*Muéstrame tu mente y te la pacificaré*", no estaba hablando de un órgano físico ni de una entidad abstracta. Se refería a este flujo constructor de realidad.

En el Ch'an temprano, la meditación no consistía en "vaciar la mente" en el sentido de dejarla en blanco, sino en observar el proceso de construcción. Ver cómo la mente etiqueta, cómo juzga, cómo crea historias. Al observar al arquitecto trabajando, el edificio de la ilusión pierde su solidez.

### **¿Significa esto que el mundo no existe?**

Esta es la pregunta clásica. El *Lankavatara* ofrece una respuesta matizada: el mundo existe como experiencia, pero no existe como entidad independiente. Es como un sueño. Mientras sueñas, el dragón que te persigue es real en tu experiencia (tu corazón late, sudas, sientes miedo). Pero al despertar, te das cuenta de que el dragón no tenía existencia fuera de tu mente.

El objetivo del practicante del *Lankavatara* es "Despertar" dentro del sueño de la vida diaria, reconociendo que, aunque los fenómenos aparecen, carecen de la sustancia sólida que les atribuimos. Esta realización trae consigo una profunda libertad: la libertad de no ser esclavo de las propias proyecciones.

# El mapa de la consciencia (las 8 consciencias)

Si la idea de que "todo es mente" (*Cittamatra*) es el techo filosófico del *Lankavatara*, la teoría de las Ocho Conciencias (*Aṣṭa-vijñāna*) es su maquinaria interna. Los maestros Yogacara, y por extensión los del *Lankavatara*, no se conformaron con decir que la mente crea la realidad; quisieron explicar *cómo* lo hace, diseccionando la psique humana con una precisión quirúrgica que no tendría parangón en Occidente hasta la llegada del psicoanálisis freudiano, mil quinientos años después.

Para el lector moderno, acostumbrado a pensar en la "mente" como una unidad singular (el "yo" que piensa), esta división puede resultar extraña. Pero para los practicantes del Ch'an temprano, este mapa era esencial. No se trataba de teoría abstracta, sino de una guía para la meditación: si quieres liberarte del sufrimiento, debes saber exactamente en qué nivel de tu consciencia se origina.

## Las cinco consciencias sensoriales: Las ventanas al mundo

En la base de nuestra experiencia encontramos las cinco consciencias asociadas a los sentidos físicos:

1. Conciencia visual: La capacidad de percibir formas y colores.
2. Conciencia auditiva: La capacidad de percibir sonidos.
3. Conciencia olfativa: La percepción de olores.
4. Conciencia gustativa: La percepción de sabores.
5. Conciencia táctil: La percepción de texturas, temperaturas y contacto físico.

Estas cinco consciencias son, en sí mismas, neutras. Simplemente registran datos brutos: "rojo", "ruido fuerte", "dulce". No juzgan, no etiquetan, no sufren. Son como lentes de cámara que capturan la luz sin opinar sobre la foto. El problema no reside aquí, sino en lo que ocurre inmediatamente después, cuando esos datos brutos son procesados por niveles superiores de la mente.

## La sexta consciencia, la mente discriminadora (*Manovijñāna*)

Aquí es donde empieza la "acción" psicológica. La sexta conciencia es lo que solemos llamar comúnmente "mente" o "intelecto". Su función principal es recibir, integrar y discriminar la información que llega de los cinco sentidos.

La sexta conciencia es la gran etiquetadora. Toma el dato "rojo" de la vista y lo convierte en "manzana". Toma el dato "dulce" del gusto y lo convierte en "me gusta" o "no me gusta". Es la sede del pensamiento lógico, del lenguaje, de la memoria inmediata y del razonamiento.

En el *Lankavatara*, esta conciencia es vista como una herramienta de doble filo. Por un lado, nos permite navegar por el mundo cotidiano. Por otro, es la fuente principal de nuestra confusión porque discrimina constantemente: divide el mundo en bueno/malo, yo/otro, permanente/impermanente. Esta actividad incesante de etiquetar y juzgar es lo que mantiene la rueda del Samsara (el ciclo de sufrimiento) en movimiento. Para los maestros del Lanka, calmar la sexta conciencia era el primer paso hacia la meditación profunda.

### **La séptima conciencia, el ego que se aferra (*Manas*)**

Este es quizás el concepto más revolucionario y difícil de comprender para quien se acerca al budismo por primera vez. La séptima conciencia, llamada *Manas*, no tiene relación directa con el mundo exterior. Su objeto de atención es interno: se alimenta de la octava conciencia.

La función de *Manas* es crear y mantener la ilusión de un "Yo" sólido, permanente e independiente. Es la raíz del egoísmo, del orgullo, del amor propio y, fundamentalmente, de la visión dualista. *Manas* mira al flujo cambiante de la octava conciencia y dice: "*Esto soy yo. Esto es mío. Esto debe ser protegido*".

Es importante distinguir *Manas* (7ª) de *Manovijñāna* (6ª):

- La 6ª piensa, razona y etiqueta objetos externos.
- La 7ª se aferra subjetivamente a la noción de un 'yo' (o self) inherente.

El *Lankavatara* señala que mientras esta séptima conciencia esté activa, la iluminación es imposible. Por mucho que medites o estudies, si en el fondo hay un "yo" que quiere iluminarse, ese mismo "yo" es el obstáculo. La transformación de *Manas* en sabiduría es uno de los

objetivos centrales de la práctica descrita en el Sutra.

### **La octava conciencia, el gran almacén (*Ālaya-vijñāna*)**

Llegamos ahora al corazón del sistema Yogacara y al concepto más denso del *Lankavatara*: el Ālaya-vijñāna, o Conciencia Almacén.

Imagina un vasto océano subterráneo, invisible desde la superficie, pero que sostiene toda la vida. El *Ālaya* es ese depósito profundo de la psique donde se guardan todas las "semillas" (*bīja*) de nuestras experiencias pasadas. Cada pensamiento, cada acción, cada palabra y cada intención deja una huella kármica en este almacén.

### **¿Cómo funciona?**

1. Perfume y semilla: Cuando actuamos (por ejemplo, con ira), esa acción "perfuma" el Alaya, depositando una semilla de ira.
2. Maduración: Esa semilla permanece latente hasta que las condiciones externas la activan.
3. Proyección: Cuando la semilla madura, "exhala" una nueva experiencia. Si hemos almacenado muchas semillas de ira, el Alaya proyectará un mundo que percibimos como hostil, generando más ira. Es un ciclo de retroalimentación constante.

El *Ālaya* no es un "alma" eterna (como en el hinduismo o el cristianismo). Es un flujo continuo, cambiante a cada instante, como una cascada que parece sólida desde lejos pero que está compuesta de gotas de agua en constante movimiento. Contiene tanto las semillas puras (la potencialidad para la Budeidad, o *Tathagatagarbha*) como las semillas impuras (nuestros hábitos kármicos negativos).

### **La transformación de las conciencias en sabiduría**

El objetivo final de la práctica del *Lankavatara* no es "destruir" estas conciencias, sino transformarlas. El Sutra describe un proceso de alquimia mental:

- Cuando las 5 conciencias sensoriales se purifican, se convierten en la sabiduría que realiza la perfección de la acción.
- Cuando la 6ª conciencia deja de discriminar, se transforma en la sabiduría que observa profundamente.
- Cuando la 7ª conciencia (Manas) deja de aferrarse al ego, se

convierte en la sabiduría de la igualdad (viendo a todos los seres como iguales en Naturaleza Búdica).

- Y finalmente, cuando el Alaya se limpia de sus semillas kármicas impuras, se transforma en el gran espejo sabio, que refleja la realidad tal cual es, sin distorsión ni proyección.

Entender este mapa es crucial para leer el resto del Sutra. Cada vez que el texto hable de "purificar la mente" o "volver a la fuente", estará refiriéndose a este complejo mecanismo de limpieza del Alaya y de silenciamiento del Manas. Sin este conocimiento técnico, el *Lankavatara* sería solo poesía; con él, se convierte en un manual de ingeniería espiritual.

## Más allá de las palabras: El camino continúa

El *Sutra Lankavatara* nos recuerda que las enseñanzas son como un dedo que señala la luna; no debemos confundir el dedo con la luz que ilumina la noche. Esta muestra es solo una pequeña ventana abierta hacia esa luz, un primer paso para reconocer que la isla del despertar no está en un lugar lejano, sino en el corazón mismo de quien lee.

Si estas páginas han resonado en tu silencio interior y deseas explorar más profundamente los mapas de la consciencia, la práctica del Zen, o simplemente compartir la calma de la meditación en tu día a día, te invitamos a continuar este viaje con nosotros.

En **cuencolleno.es** no solo encontrarás la edición completa de esta obra, sino también un espacio dedicado a la cultura oriental, las artes marciales como vía espiritual, la poesía y recursos prácticos para integrar la sabiduría budista en la vida cotidiana.

Es un lugar creado con la misma intención que este libro: ofrecer herramientas claras y honestas para quienes buscan mirar hacia dentro. Te esperamos allí, para seguir descubriendo juntos que el camino no se recorre con los pies, sino con el silencio de la mente.

**Visita nuestra web:** [www.cuencolleno.es](http://www.cuencolleno.es)

*Shanti*