

Los cincuenta y un procesos mentales en la psicología budista

Los cinco procesos mentales omnipresentes (Tib. ཀུན་འགོ་མེད་, *kun 'gro lnga*)

1. Sensación / Feeling (Skt. *vedanā*; Tib. ཚོར་བ་, Wyl. *tshor ba*)
2. Reconocimiento / Recognition (Skt. *saṃjñā*; Tib. འདུ་ཤེས་, Wyl. *'du shes*)
3. Intencionalidad / Intentionality (Skt. *cetanā*; Tib. རེམས་པ་, Wyl. *sems pa*)
4. Contacto / Contact (Skt. *sparsā*; Tib. རེག་པ་ or རེག་བྱ་, Wyl. *reg pa, reg bya*)
5. Atención / Attention (Skt. *manaskāra*; Tib. ཡིད་འདུག་, Wyl. *yid byed*)

Los cinco procesos mentales de objetivación (Tib. ལུས་ངེས་ཀྱི་, *yul nges lnga*)

1. Aspiración / Aspiration (Skt. *chanda*; Tib. འདུན་པ་, Wyl. *'dun pa*)
2. Admiración / Admiration (Skt. *adhimokṣa*; Tib. མོས་པ་, Wyl. *mos pa*)
3. Atención plena / Mindfulness (Skt. *smṛti*; Tib. དྲན་པ་, Wyl. *dran pa*)
4. Concentración / Concentration (Skt. *samādhi*; Tib. ཏིང་ངེ་འཛིན་, Wyl. *ting nge 'dzin*)
5. Inteligencia / Intelligence (Skt. *prajñā*; Tib. ཤེས་རབ་, Wyl. *shes rab*)

Los once procesos mentales saludables (Tib. དགེ་བའི་སེམས་བྱུང་བཅུ་གཅིག་, *dge ba'i sems byung bcu gcig*)

1. Fe / Faith (Skt. *śraddhā*; Tib. དད་པ་, Wyl. *dad pa*)
2. Pudor / Sense of shame (Skt. *hrī*; Tib. རྩོམ་ཤེས་པ་, Wyl. *ngo tsha shes pa*)
3. Decoro / Propriety (Skt. *apatrāpya*; Tib. སྒེལ་ཡོད་པ་, Wyl. *khrel yod pa*)
4. Ausencia de apego / Nonattachment (Skt. *alobha*; Tib. མ་ཆགས་པ་, Wyl. *ma chags pa*)
5. Ausencia de odio / Nonhatred (Skt. *adveṣa*; Tib. ཞེས་ཕྱང་མེད་པ་, Wyl. *zhes sdang med pa*)
6. Ausencia de ignorancia / Nondelusion (Skt. *amoha*; Tib. གཏི་མྱུག་མེད་པ་, Wyl. *gti mug med pa*)
7. Perseverancia entusiasta / Enthusiastic perseverance (Skt. *vīrya*; Tib. བརྩོན་འགྲུས་, Wyl. *brtson 'grus*)
8. Flexibilidad o maleabilidad / Pliancy or flexibility (Skt. *praśrabdhi*; Tib. ཤེན་ཏུ་སྤྱང་བ་, Wyl. *shin tu sbyang ba*)
9. Escrupulosidad o concienciación / Conscientiousness (Skt. *apramāda*; Tib. བག་ཡོད་པ་, Wyl. *bag yod pa*)
10. Imparcialidad / Impartiality (Skt. *upekṣā*; Tib. བྟངས་སྐྱོམས་, Wyl. *btang snyoms*)
11. No violencia / Nonviolence (Skt. *avihiṃsā*; Tib. རྣམ་པར་མི་འཚོ་བ་, Wyl. *nam par mi 'tshé ba*)

Las seis aflicciones mentales primarias (Tib. རྩ་མཉན་རྩུག་, *rtsa nyon drug*)

1. Ignorancia / Ignorance (Skt. *avidyā*; Tib. མ་རིག་པ་, Wyl. *ma rig pa*)
2. Apego / Attachment (Skt. *rāga*; Tib. འདྲིང་ཆགས་, Wyl. *'dod chags*)
3. Enfado u hostilidad / Anger (Skt. *pratigha*; Tib. རྩོད་ཆོ, Wyl. *khong khro*)
4. Orgullo / Pride (Skt. *māna*; Tib. ང་རྩལ་, Wyl. *nga rgyal*)
5. Duda / Doubt (Skt. *vicikitsā*; Tib. ཐེ་ཚོམ་, Wyl. *the tshom*)
6. Visiones falsas / False views (Skt. *drṣṭi*; Tib. ལྟ་བ་, Wyl. *lta ba*)

Cuando el último proceso mental se divide en las cinco visiones, se contabilizan en total cincuenta y cinco procesos mentales. Estas cinco son: la visión de los compuestos transitorios (*satkāyadrṣṭi*), las visiones extremistas (*antagrāhadrṣṭi*, concretamente, el eternalismo y el nihilismo), el considerar la propia visión como suprema (*drṣṭiparāmarśa*), el considerar los propios principios éticos y disciplinas como supremos (*śīlavrataparāmarśa*) y las visiones erróneas (*mithyādrṣṭi*).

Las veinte aflicciones mentales derivadas (Tib. ཉེ་ཉན་ཉི་ཤུ་, *nye nyon nyi shu*)

1. Rabia / Rage (Skt. *krodha*; Tib. རྩོད་པ་, Wyl. *khro ba*)
2. Resentimiento / Resentment (Skt. *upanāha*; Wyl. Tib. འཛིན་དུ་འཛིན་པ་, *'khon du 'dzin pa*)
3. Rencor / Spitefulness (Skt. *pradāśa*; Wyl. Tib. འཚིག་པ་, *'tshig pa*)
4. Crueldad / Cruelty (Skt. *vihiṃsā*; Tib. རྣམ་པར་འཚོབ་, Wyl. *rnam par 'tshe ba*)
5. Envidia / Envy (Skt. *īrśya*; Tib. ཕྲག་དོག་, Wyl. *phrag dog*)
6. Engaño / Deception (Skt. *śāṭhya*; Tib. གཡོ་, Wyl. *g.yo*)
7. Pretensión / Pretension (Skt. *māyā*; Tib. ལྟུ་, Wyl. *sgyu*)
8. Desvergüenza / Lack of shame (Skt. *āhrikyā*; Tib. རྩ་ཚེད་པ་, Wyl. *ngo tsha med pa*)
9. Desidia / Disregard (Skt. *anapatatrāpya*; Tib. ཁྲེལ་མེད་པ་, Wyl. *khrel med pa*)
10. Encubrimiento / Concealment (Skt. *mrakśa*; Tib. འཚབ་པ་, Wyl. *'chab pa*)
11. Tacañería / Miserliness (Skt. *mātsarya*; Tib. ལེར་སྒྲུ་, Wyl. *ser sna*)
12. Engreimiento / Pomposity (Skt. *mada*; Tib. རྩུགས་པ་, Wyl. *rgyags pa*)
13. Falta de fe / Lack of faith (Skt. *āśraddhya*; Tib. མ་དད་པ་, Wyl. *ma dad pa*)
14. Pereza / Laziness (Skt. *kausīdya*; Tib. ལེ་ལོ་, Wyl. *le lo*)
15. Dejadéz / Carelessness (Skt. *pramāda*; Tib. བག་མེད་པ་, Wyl. *bag med pa*)
16. Olvido / Forgetfulness (Skt. *muṣitasmr̥titā*; Tib. བརྗེད་ངས་, Wyl. *brjed ngas*)
17. Ausencia de introspección / Lack of introspection (Skt. *asamprajanya*; Tib. ཤེས་བཞིན་མེན་པ་, Wyl. *shes bzhin minpa*)
18. Letargo / Lethargy (Skt. *styāna*; Tib. ལྷག་པ་, Wyl. *rmug pa*)
19. Excitación / Excitation (Skt. *auddhatya*; Tib. རྩོད་པ་, Wyl. *rgod pa*)
20. Distracción / Distraction (Skt. *vikṣepa*; Tib. རྣམ་པར་གཤེད་པ་, Wyl. *rnam par g.yeng ba*)

Los cuatro procesos mentales variables (Tib. གཞན་འགྱུར་བཞི་, *gzhan 'gyur bzhi*)

1. Sueño / Sleep (Skt. *middha*; Tib. གཉིང་, Wyl. *gnyid*)
2. Arrepentimiento / Regret (Skt. *kaukr̥tya*; Tib. འཇོད་པ་, Wyl. 'gyod pa)
3. Investigación rudimentaria / Coarse investigation (Skt. *vitarka*; Tib. རྟག་པ་, Wyl. rtog pa)
4. Análisis sutil / Subtle analysis (Skt. *vicāra*; Tib. དཔྱལ་པ་, Wyl. dpyod pa)