

# अनुभवनिवेदनम्

## Anubhavanivedanam

Abhinavagupta  
Cachemira, s. X-XI



**Taller de traducci3n · Translation atelier**  
www.qcentro.org/Espiritualidad/Sanskrit.html

***Anubhavanivedanam.*** Abhinavagupta  
1ª versi3n : 26 enero, 26-27 julio, 24-31 diciembre 2018  
© Neus Buira Ferr3

Q *Centro de Experimentaci3n*  
Molinos (Teruel, Espa1a)  
www.qcentro.org info@qcentro.org

*Sigui benvinguda tota correcci3 per millorar aquesta traducci3.*  
*Sea bienvenida toda correcci3n para mejorar esta traducci3n.*  
*Soit bienvenue toute correction pour am3liorer cette traduction.*  
*Be welcome any corrections to improve this translation.*

## Índice

Versos en S nskrito, transliteraci n y traducción a 4 lenguas .... p. 5-13

Otras Traducciones ..... p. 14-17

1970 : Lilian Silburn (Sanskrit-Français)

2016 : Prof. Satya Prakash Singh and Sw. Maheshvarananda (Sanskrit-English)

Nota del traductor: He traduït ‘mudr ’ com a presència,  
i no segell, postura o actitud, donat el grau metaf sic dels versos.

Nota del traductor : He traducido ‘mudr ’ como presencia,  
y no sello, postura o actitud, dado el grado metaf sico de los versos.

Note du traducteur: J'ai traduit ‘mudr ’ par présence,  
et non par sceau, posture ou attitude, étant donné le degré métaphysique des versets.

Translator's note: I have translated ‘mudr ’ as presence,  
and not seal, posture or attitude, due the metaphysical degree of the verses.

# अनुभवनिवेदनाम्

anubhavanivedanam

La percepció interior de Śiva.  
(Proclamació de la percepció directa)

La percepción interior de Śiva.  
(Proclamación de la percepción directa)

La perception intérieure de Śiva.  
(Proclamation de la perception directe)

The inner perception of Śiva.  
(Proclamation of direct perception)

अन्तर्लक्ष्यविलीनचित्तपवनो योगी यदा वर्तते  
दृष्ट्या निश्चलतारया बहिरसौ पश्यन्नपश्यन्नपि ।  
मुद्रेयं खलु शाम्भवी भवति सा युष्मत्प्रसादाद् गुरो  
शून्याशून्यविवर्जितं भवति यत् तत्त्वं पदं शाम्भवम् ॥ १ ॥

antarlakṣyavilīnacittapavano yogī yadā vartate  
dṛṣṭyā niścalatārayā bahirasau paśyannapaśyannapi |  
mudreyaṃ khalu śāmbhavī bhavati sā yuṣmatprasādāt guro  
śūnyāśūnyavivarjitaṃ bhavati yat tattvaṃ padaṃ śāmbhavam ॥

El iogui esdevé aquell que ni veu ni no veu  
 quand mirant enfora amb la pupil·la inmòvil,  
 ha disolt el vent de la ment en el focus interior.  
 Oh Guru! certament aquesta és la presència de Śambhavī  
 que sorgeix de la vostra gràcia, i que lliure del buit i del no buit,  
 esdevé el veritable estat de Śāmbhu.

El yogui deviene aquel que ni ve ni no ve  
 cuando mirando afuera con la pupila inmóvil,  
 ha disuelto el viento de la mente en el foco interior.  
 ¡Oh Guru! sin duda esta es la presencia de Śambhavī  
 que surge de tu gracia, y que libre del vacío y del no vacío,  
 deviene el verdadero estado de Śāmbhu.

Le yogi devient celui qui ni voit ni ne voit pas  
 quand en regardant dehors avec la pupille immobile,  
 a dissous le vent de l'esprit dans le foyer intérieur.  
 Oh Gourou! celle est certainement la présence de Śambhavī  
 née de votre grâce, et qui libre du vide et du non vide,  
 devient le véritable état de Śāmbhu.

The yogi becomes the one who nor sees nor does not see  
 when looking outside with the immobile pupil,  
 has dissolved the wind of the mind in the inner focus.  
 Oh Guru! certainly this is the presence of Śambhavī that arises  
 from your grace, and that free from emptiness and not emptiness,  
 becomes the true state of Śāmbhu.

अर्धोद्धाटितलोचनः स्थिरमना नासाग्रदत्तेक्षण-  
श्चन्द्रार्कावपि लीनतामुपगतौ त्रिस्पन्दभावान्तरे ।  
ज्योतीरूपमशेषबाह्यरहितं चैकं पुमांसं परं  
तत्त्वं तत्पदमेति वस्तु परमं वाच्यं किमत्राधिकम् ॥ २ ॥

ardhoddhātitalocanaḥ sthīramanā nāsāgradattekṣanaś-  
candrārkāvapi līnatāmupagatau trispandabhāvāntare |  
jyotīrūpamaśeṣabāhyarahitaṃ caikam pumāṃsaṃ paraṃ  
tattvaṃ tatpadameti vastu paramaṃ vācyaṃ kimatrādhikam ||



Ulls entreoberts, ment quieta, mirada entregada a la punta del nas,  
inhalació i exhalació ambdós portats a disoldre's a l'interior  
en l'estat de la triple vibració.

Plena lluminositat sense afora i idèntica a l'esperit suprem.

Aquest és el veritable estat de la naturalesa primordial.

Què més hom pot dir aquí?

Ojos entreabiertos, mente quieta, mirada dada en la punta de la nariz,  
inhalación y exhalación ambos llevados a disolverse en el interior,  
en el estado de la triple vibración.

Plena luminosidad sin afuera e idéntica al espíritu supremo.

Este es el verdadero estado de la naturaleza primordial.

¿Qué más se puede decir aquí?

Yeux entr'ouverts, pensée immuable, regard donné au bout du nez,  
inhalation et exhalation les deux parvenus à se dissoudre à l'intérieur,  
dans l'état de la triple vibration.

Pleine luminosité sans extériorité et identique à l'esprit suprême.

C'est le véritable état de la nature primordiale.

Qu'on peut plus dire ici?

Eyes half-open, still mind, look given at the tip of the nose,  
inhalation and exhalation both brought to dissolve in the interior,  
in the state of triple vibration.

Full luminosity without outside and identical to the supreme spirit.

This is the true state of primordial nature.

What else can be said here?

शब्दः कश्चन यो मुखादुदयते मन्त्रः स लोकोत्तरः  
संस्थानं सुखदुःखजन्मवपुषो यत्कापि मुद्रैव सा ।  
प्राणस्य स्वरसेन यत्प्रवहणं योगः स एवादभुतः  
शाक्तं धाम परं ममानुभवतः किन्नाम न भ्राजते ॥ ३ ॥

śabdaḥ kaścana yo mukhādudyate mantraḥ sa lokottaraḥ  
saṁsthānaṁ sukhaduḥkhajanmavapuṣo yatkāpi mudraiva sā |  
prāṇasya svarasena yatpravahaṇaṁ yogaḥ sa evādbhutaḥ  
śāktaṁ dhāma paraṁ mamānubhavataḥ kinnāma na brājate ||

Qualsevol so que surt de la boca és un mantra extraordinari,  
 qualsevol forma plaent o irritant que neix del cos, és presència.  
 Ioga és sens dubte allò meravellós que porta a unir-se amb  
 la pròpia essència de l'alè.  
 Més enllà de mi, oh seu de l'energia, que no brilla conforme a vos!

Cualquier sonido que sale de la boca es un mantra extraordinario,  
 cualquier forma placentera o irritante nacida del cuerpo, es presencia.  
 Yoga es sin duda aquello maravilloso que conduce a unirse  
 con la propia esencia del aliento.  
 Más allá de mí ¡oh sede de la energía, que no brilla conforme a vos!

N'importe quel son sort de la bouche est un mantra extraordinaire,  
 n'importe quelle forme plaisante ou genante née du corps, est présence.  
 Yoga est sans doute cela merveilleux qui conduit à s'unir avec  
 l'essence propre du souffle.  
 Au-delà de moi, oh siège d'énergie, que ne rayonne pas selon vous!

Any sound that comes out of the mouth is an extraordinary mantra,  
 any pleasant or irritating form born of the body, is presence.  
 Yoga is undoubtedly that wonderful that leads to join with  
 the own essence of the breath.  
 Beyond me, oh seat of energy, what does not shine according to you!

मन्त्रः स प्रतिभाति वर्णरचना यस्मिन्न संलक्ष्यते  
मुद्रा सा समुदेति यत्र गलिता कृत्स्ना क्रिया कायिकी ।  
योगः स प्रथते यतः प्रवहणं प्राणस्य संक्षीयते  
त्वद्दामाधिगमोत्सवेषु सुधियां किं किं न नामाद्भुतम् ॥ ४ ॥

mantraḥ sa pratibhāti varṇaracanā yasminna saṃlakṣyate  
mudrā sā samudeti yatra galitā kṛtsnā kriyā kāyikī |  
yogaḥ sa prathate yataḥ pravahaṇaṃ prāṇasya saṃkṣīyate  
tvaddhāmādhigamotsaveṣu sudhiyāṃ kiṃ kiṃ na nāmādbhutam ||

El mantra ocorre quand hom no veu els arranjaments dels sons.  
La presència es troba quand hom ha esvaït tota acció corporal.  
El ioga és allò que s'expandeix exhaurint el fluxe de l'alè.  
Què no és certament extraordinari en les celebracions dels savis,  
degut a l'adquisició del teu poder!

El mantra ocurre cuando no se repara en los arreglos de los sonidos.  
La presencia se halla cuando ha desvanecido toda acción corporal.  
El yoga es lo que se expande consumiendo el flujo del aliento.  
¡En verdad, qué no es extraordinario en las celebraciones de sabios,  
debido a la adquisición de tu poder!

Le mantra arrive lorsque les arrangements des sons ne sont pas vus.  
La présence est trouvée quand toute action corporelle a disparu.  
Le yoga est ce qui s'étend en éteignant le flux du souffle.  
Certainement, qu'est-ce que n'est pas extraordinaire dans les  
célébrations des sages, dû à l'acquisition de ton pouvoir!

The mantra occurs when the arrangements of the sounds are not seen.  
The presence is found when all corporal action has vanished.  
Yoga is what expands by consuming the flow of breath.  
Truly, what is not extraordinary in the celebrations of sages,  
due to the acquisition of your power!



Otras Traducciones · Other translations

1970 : Lilian Silburn (Sanskrit-Français)

2016 : Prof. Satya Prakash Singh and Sw. Maheshvarananda (Sanskrit-English)

## Offrande de l'Expérience Intime

1.

Lorsqu'un yogin, souffle et esprit dissouts dans (l'objet) perçu intérieurement, regarde fixement, la pupille immobile et, bien que voyant le (monde) extérieur, ne le voit pas, tel est en vérité le sceau de Śiva produit par votre grâce, ô Maître !  
Ce domaine libre de vide et de non-vide, voilà la Réalité śivaïte.

2.

Yeux entr'ouverts, pensée immobile, regard fixé sur la pointe du nez, soleil et lune parvenus à se fondre dans l'intime spontanéité du triple mouvement, il atteint la Réalité, ce domaine essentiellement lumineux, dépourvu de toute extériorité, Être unique, éminent, Essence suprême; que dire ici de plus ?

3.

(Alors) toute parole sortie de sa bouche est formule surnaturelle.  
L'existence du corps dont procèdent plaisir et douleur, voilà l'attitude indicible.  
Le flux spontané du souffle, voilà le prodigieux yoga.  
Ayant éprouvé l'absolue Splendeur de l'énergie divine, en vérité, qu'est-ce qui pour moi ne resplendirait pas ?

4.

La formule qui s'impose à l'esprit est celle où l'on ne distingue plus l'agencement des phonèmes. L'attitude (*mudrā*) surgit (spontanément), toute activité corporelle ayant cessé.  
Le yoga se révèle lorsque le flot du souffle s'arrête.  
Dans les fêtes éclatantes qui mènent à Ta Splendeur, en vérité, qu'y a-t-il pour les êtres avisés qui ne soit prodige !



## Tribute to the Inner Experience

1.

When a yogin reaches the state in which owing to withdrawal of the attention inward *citta* and *prāṇa* get merged into it, due to focus of the attention having been settled on one point, he seems to see outward but (really) does not see at all. This is the *Śāmbhavī mudrā* assumed your grace, O Gurudeva, shorn of the sense of being and non-being both and coinciding with your state of oneness with Śiva amounting to merger of individuality into the Absolute.

2.

My eyes are only half-open, my *manas* has become settled at one point, eyesight has got concentrated on the tip of the nose, *prāṇa* and *apāna* both have disappeared into the threefold vibration (of the individual, universal and Transcendent). Rid of the entire external form of the world one being in the form of a Person as the Light has emerged representing the state of oneness of the individual and the Absolute. As such, what else remains to speak of!

3.

Whatever word emerges from the mouth, becomes a *mantra* of transcendent nature, whatever posture this body as the seat of sheer pleasure and pain assumes, becomes a *mudrā*. The flow of the *prāṇa* in howsoever spontaneous a way, becomes an unprecedented form of yoga. This is the highest state of experience of my oneness with Śakti, Power, as the Supreme Being. What else, then, remains to be manifested!

4.

The Mantra becomes so much attenuated in sound as to lose distinction of letters from one another involved in its composition.

*Mudrā* gets assumed which becomes entire shorn of the physical effort.

That state of yoga becomes spontaneous in which the flow of breath becomes subtilised to the extreme. What remains without becoming surprising on entry of wise people into your abode, O Lord!



*Oṃ Auṃ Śāmbhu*