

Vijñāna Bhairava

Selección de fragmentos extraídos del libro de Swami Lakshman Joo y Jaideva Singh, traducidos al español.

Vijñāna Bhairava es una de las principales Āgamas que contiene la práctica espiritual del Śivaísmo de Cachemira no-dual. Considerada una autoridad por todos los maestros de la Tradición Śivaíta de Cachemira, como Somānanda, Abhinavagupta, Kṣemarāja y Jayaratha. Denominada como la esencia del *Rudrayāmala Tantra*, actualmente perdido en su totalidad. (...) Abhinavagupta muestra su gran respeto por el *Vijñāna Bhairava* llamándole *Śivavijñānopaniṣad*, 'la Enseñanza Secreta (del conocimiento místico) de Śiva'. Como sugiere el título, este Tantra pertenece a las Bhairavāgamas y junto con *Mālinīvijaya* y *Parātrīśikā* está entre los textos Tántricos más reverenciados de la tradición. El título ha sido descrito como 'el conocimiento (místico) de la Realidad Última (nombrada Bhairava en esta tradición)'. *Vijñāna* significa aquí conocimiento experiencial, conocimiento puro, conciencia, en vez de conocimiento analítico. Refiere al propósito del texto, es decir, conducir al estado de Conciencia Divina.¹ (...) La naturaleza de *Bhairava* es Yo Soy (*aham*) la cual resuena en cada ser consciente. Bhairava penetra, sostiene y absorbe el universo. Libera a los seres del miedo (*bhaya*) del *saṃsāra* e ilumina todo con su luz (*bhā*).² (...) En palabras de Lilian Silburn: "Lo que las Āgamas nos ofrecen de la expresión más profunda y original de la experiencia mística se halla de forma condensada en el *Vijñāna Bhairava*".³ (...)

Una Śaivāgama completa consiste en cuatro secciones o partes (*pāda*), que conciernen a ritual (*kriyā*), forma de vida (*caryā*), filosofía (*vidyā*) y práctica espiritual (*yoga*). El *Vijñāna Bhairava* sólo concierne al yoga, el antecedente filosófico se presupone pero no está explicado, y tiene que complementarse con otros Tantras y textos básicos de la tradición Śivaíta de Cachemira. Como la mayoría de las Śaivāgamas, el *Vijñāna Bhairava* es presentado también en forma de diálogo entre Śiva y Śakti, o Bhairava y Bhairavi.⁴ (...)

El *Vijñāna Bhairava* enseña 112 métodos o medios de concentración de unión con lo Divino, tradicionalmente llamados *dhāraṇās*. Sin embargo, el texto en sí mismo no habla de *dhāraṇās*. Los llama 'nistarāṅga upadeśa' (verso 139) o instrucciones espirituales conduciendo la mente a un estado 'sin ondas'.⁵ (...) Las *dhāraṇās* pueden practicarse individualmente, ya que cada una conduce al mismo fin. Cada método o práctica es completo en sí mismo, y al mismo tiempo hay un cierto orden y agrupación de *dhāraṇās* en una progresión mística. (...) Un grupo de *dhāraṇās* muy prominente en el *Vijñāna Bhairava* [es] la meditación en el Vacío o vacuidad: *sūnya*. Muchas experiencias y prácticas tienden a vaciar la mente de sus pensamientos oscilantes (*vikalpa*), dejándola libre (*nirādhāra*), ganando de esta manera acceso a un estado de conciencia pura. Una forma de entrar en el vacío es centrar la propia conciencia en el vacío entre dos estados, movimientos, respiraciones o pensamientos. Es una práctica respecto al "centro" (*madhya*), la cual puede considerarse el tema fundamental del *Vijñāna Bhairava*.⁶ (...) Pero hay otras varias maneras de entrar en el Vacío, relacionadas con el cuerpo, los sentidos y el universo. Incluso experiencias ordinarias pueden conducir a un estado transcendental, si suceden en un estado de conciencia. (...) Este texto es único en cuanto a que todo, desde la experiencia más cotidiana a la contemplación más sublime, puede ser usado para alcanzar la Conciencia de Dios. Ofrece una aplicación práctica de la máxima Trika "todo está contenido en todo" (*sarvaṃ sarvātmakam*), y que todo es una manifestación de la suprema Conciencia Divina.⁷

En el actual estado de nuestro conocimiento, es imposible dar una fecha exacta del *Vijñāna Bhairava*.

¹ **Vijñāna Bhairava. The Practice of Centring Awareness.** Commentary by Swami Lakshman Joo.

Published by Indica Books, 2nd edition, Vanarasi 2007. p. 13

² Íbidem p. 15

³ Íbidem p. 16

⁴ Íbidem p. 18

⁵ Íbidem p. 21

⁶ Íbidem p. 22-23

⁷ Íbidem p. 24-25

La referencia más temprana es encontrada en el Advayasampatti-vārttika de Vāmananāth. Parece ser que Vāmananātha sea el mismo que Vāmana, el célebre escritor de Poesía que floreció durante el reinado del rey Jayāpīda de Cachemira (779-813 d.C.). Si es así, entonces se puede decir fácilmente que el *Vijñāna Bhairava* era muy bien conocido en el siglo VIII d.C. Tal vez pudo ser compilado un siglo antes.⁸ La Tradición que encarna retrocede al origen del Tantrismo en India, pero su forma escrita apenas fue recibida antes del siglo VI d.C.⁹

Bases importantes de las dhāraṇās recomendadas¹⁰

1. Prāṇa

Según la Filosofía India, entre el cuerpo y *manas* o mente, está el *prāṇa* que hace de puente entre ambos. El *prāṇa* no es la mente; es inanimada, pero no es como la energía física burda. Es una energía biológica sutil que capta las vibraciones de la mente y las transmite a los nervios y plexos, y [es] también vibración física de la mente. Controlando la mente uno puede controlar el *prāṇa*, y controlando el *prāṇa* uno puede controlar la mente.

Según las Śaivāgama, *prāṇa* no es algo ajeno a *saṁvit* o conciencia [pura], sino el primer proceso evolutivo de *saṁvit* (*Prāk saṁvit prāṇe pariṇatā*). En el proceso de creación *saṁvit* o conciencia [pura] se transforma primero en *prāṇa*. De este modo el *prāṇa* es una fase de la conciencia en sí misma. (...) La palabra *prāṇa* se usa en tres sentidos – (1) en un sentido general de *prāṇa-śakti* o fuerza vital, (2) en un sentido específico según las diferentes funciones biológicas, y (3) en el sentido de respiración. (...) *Uccāra* es la característica natural del *prāṇa*. *Uccāra* significa expresión en la forma de *nāda* o sonido sutil, inarticulado, o no manifestado, moviéndose hacia arriba. El sonido de *nāda* no manifestado, inarticulado, es conocido como *varṇa*. (...) Abhinavagupta da la siguiente descripción:

एको नादात्मको वर्णः सर्ववर्णविभागवान् ।
सोऽनस्तमितरूपत्वाद्नाहत इहोदितः ॥ Tantrāloka VI, 217

“Hay un *varṇa* en la forma de *nāda* (vibración del sonido) donde se hallan todos los *varṇas* (fonemas) latentes en forma indivisible. Como es incesante, es llamado *anāhata*, es decir, sin contacto, natural, espontáneo, no causado.” Como todos los *varṇas* (fonemas) se originan de este *nāda*, por eso es llamado anticipadamente *varṇa*. (...)

सृष्टिसंहारबीज च तस्य मुख्यं वपुर्विदुः ॥ Tantrāloka V, 132

“El *sr̥ṣṭi bija* [semilla de la creación] y *saṁhāra bija* [semilla de la reabsorción] son sus formas principales”. (...) *sa* es el *sr̥ṣṭi bija* o fonema místico denotando expiración y *ha* es el *saṁhāra bija* o fonema místico denotando inspiración. En los versos 155 y 156 del *VijñānaBhairava* es dado el proceso mediante el cual este *nāda* se expresa en la respiración de cada criatura viviente. (...) De esta manera el individuo empírico recita siempre este *mantra haṁsaḥ*. (...) Como la repetición es automática, se le conoce como *ajapā japa*, es decir, una repetición del mantra que fluye espontáneamente sin esfuerzo alguno. Este *haṁsaḥ* (Yo soy Él, es decir, Yo soy Śiva o lo Divino) es el *ādi prāṇa*, es decir, el *prāṇa* inicial el cual es la primera transformación de la conciencia [pura]. (...)

2. Japa

Japa no es murmurar alguna fórmula sagrada, *Japa*, en su real sentido, es *bhāvanā* o la contemplación en el Sí mismo esencial. Kṣemarāja en su comentario III, 27 de los Śiva-sūtras fija bellamente la idea

⁸ *VijñānaBhairava or Divine Consciousness* by Jaideva Singh.

Published by Motilal Banarsidass, 5th reprint, Delhi 1999. p. x

⁹ *Vijñāna Bhairava. Das göttliche Bewußtsein*, Aus dem Sanskrit übersetzt, Kommentiert und herausgegeben von Bettina Bäumer. Verlag der Weltreligionen, Frankfurt am Mein und Leipzig 2008, 3. Auflage 2013. p. 12 [Traducido al Español: Q]

¹⁰ Text Jaideva Singh: Íbidem p. xiv-xxiii

de *japa*: “स्वात्मदेवताविमर्शानवरतावर्तनात्मा जपो जायते ।” “*Japa* surge en la repetición de la constante contemplación en la deidad que es el propio Sí mismo esencial”. (...) Abhinavagupta también da expresión a la misma idea sobre *japa* en el *Tantrāloka* (I, 90). “तत्स्वरूपं जपः प्रोक्तो भावाभावपदच्युतः ।” “*Japa* libre de todas las ideas de entes y no entes, es la contemplación constante de la naturaleza de Śiva.”¹¹

3. *Bhāvanā*

La mente humana se manifiesta en todo tipo de *vikalpas* o constructos mentales. *Vikalpa* es la naturaleza propia de la mente. Si es así, el aspirante debe asir mentalmente un *Śuddha* o puro *vikalpa*, de la más elevada conciencia del Yo, del Sí mismo real siendo Śiva. Tiene que practicar la *bhāvanā* de este puro *vikalpa*. *Bhāvanā* es contemplación creativa. Para ello, la imaginación es de gran importancia. Uno tiene que imaginarse a sí mismo con toda fe y fervor que es Śiva. Este *śuddha vikalpa* elimina todos los otros *vikalpas* o pensamientos, y llega un momento en el que el *śuddha vikalpa* también cesa. Entonces se disuelve el sí mismo psicológico, empírico, y uno alcanza el Sí mismo metafísico, meta-empírico. (...) *Bhāvanā* es el poder de la atención espiritual, la dedicación total de la mente a un pensamiento central, la nostalgia del alma, un impulso espiritual hacia la fuente del propio ser.¹²

4. *Śūnya*

La contemplación de *śūnya* o vacío es otra base de *dhāraṇā*.¹³ La palabra *śūnya* significa vacío, un estado en el que ningún objeto es experimentado. Sin embargo, en este sistema ha sido usado en varios sentidos. (...) El sentido filosófico principal de *śūnya*, ... es dado en el siguiente verso citado por Śivopādhyāya en su comentario sobre el verso 127 del *Vijñānabhairava*:

सर्वालम्बनधर्मैश्च सर्वतत्त्वैरशेषतः ।
सर्वक्लेशशयैः शून्यं न शून्यं परमार्थतः ॥

“Lo libre de todo soporte, sea externo como una jarra o una flor, o interno como el placer, el dolor o el pensamiento; lo libre de todos los *tattvas* o principios constitutivos, o de las huellas residuales de todas las *kleśas*, eso es *śūnya*. En el sentido más elevado, no es *śūnya* como tal (es decir, como no-existencia)”. *Avidyā, asmitā, rāga, dveṣa* y *abhiniveśa*, es decir, ignorancia primordial, sentido del yo, atracción, repulsión y miedo a la muerte son considerados *kleśas*. (...) ... Śiva es pleno y libre y base fundamental de todo lo que es conocido como vacío, del cual surgen todos los *tattvas* y en el cual todos se disuelven. Ya que *Śiva* o la conciencia fundacional no puede ser descrito en palabras o cualquier pensamiento determinado, es llamado *śūnya*. (...) “Es el Ser absoluto, ese estado inmutable de transcendencia y paz absoluta.” *Svacchanda Tantra* IV, 293¹⁴

5. *La experiencia de la Inmensidad o Espacio Extenso*¹⁵

La experiencia de un inmenso o extenso espacio sin árboles, etc. no tiene definido un objeto concreto como *ālambana* o soporte de la mente. En tal condición, los *vikalpas* o constructos mentales llegan a su fin, y la Realidad supersensorial hace sentir su presencia.

6. *La intensidad de la experiencia*

Incluso en la intensidad de experiencias sensoriales, uno puede tener la experiencia de lo Divino, siempre que sea cuidadoso al seguir la huella hacia el origen de la alegría sentida. El texto da varios ejemplos de la intensidad de la experiencia. El primero es la alegría sentida en la relación sexual mencionada en los versos 69-70. (...) El sexo es un ejemplo de experiencia intensa de alegría derivada de *sparsā* o contacto. El verso 71 que describe la experiencia intensa de alegría al ver un amigo o familiar, es un ejemplo de alegría de *rūpa* o percepción visual. El verso 72 da un ejemplo de alegría de *rasa* o gusto y el verso 73 da un ejemplo de alegría de *śabda* o sonido.

¹¹ Íbidem p. 133-4, nota 2 del verso 145.

¹² Íbidem p. xviii-xix

¹³ Idem p. xix

¹⁴ Íbidem p. xxv

¹⁵ Íbidem p. xxv

7. *Mudrās y Āsanās*

Varios *mudrās* son recomendados de utilidad en las *dhāraṇās*. *Mudrā* es un término técnico que significa una disposición particular y control de los órganos del cuerpo como ayuda a la concentración. (...) *Āsana* significa postura. Varias *āsanās* son útiles en la *dhāraṇā*.

Los siguientes conceptos han de ser bien captados para poder comprender las *dhāraṇās* recomendadas en el *Vijñānabhairava*.

Kṣobha

La palabra *kṣobha* significa agitación mental, desasosiego, trastorno. El verso 74 dice que dondequiera que haya *tuṣṭi* o satisfacción mental o alegría, ahí debe fijarse la mente. En todas estas alegrías o experiencias intensas, está implícito que la fijación de la mente debe ser sin *kṣobha* o agitación mental. Cuando alguien es profundamente movido por algún objeto bello ..., la actitud debe ser “Este bello tabernáculo de Śiva es mi propio Sí mismo esencial”. Es esta actitud la que conduce a la correcta *dhāraṇā* basada en la experiencia estética. Si la mente está agitada por tal experiencia y se deja uno llevar por el placer sensorial, no puede hacer la *dhāraṇā* adecuada. Será incapaz de usar dicha experiencia con fines yóguicos. Como se expone en el *Spandakārikā*:

यदा क्षोभः प्रलीयेत तदा स्यात् परमं पदम् (I, 9)

“Cuando desaparece el trastorno mental, sólo entonces es alcanzado el estado más elevado.”

Vikalpa

Un *vikalpa* es un constructo mental. (...) *Vikalpa* puede referirse a varias cosas del mundo exterior como un árbol, una flor, un río, etc. o a varias imágenes, fantasías, etc. de la mente. ... ; la mente construye un ‘particular’ mediante el pensamiento que lo separa del resto del mundo o de otras ideas. (...) Los *vikalpas* conciernen con particulares. En segundo lugar, los *vikalpas* son relacionales, es decir, siempre hay una relación sujeto-objeto en los *vikalpas*. La Realidad es no-relacional, no hay objeto fuera de la Realidad. Por lo tanto los *vikalpas* son incapaces de captar la Realidad.

Sin embargo, hay un *śuddha* o *vikalpa* puro, a saber, el pensamiento ‘Yo soy Śiva’. Mediante la *bhāvanā* o contemplación creativa de este *vikalpa*, son eliminados todos los otros *vikalpas*. Finalmente este *vikalpa* también desaparece y se alcanza *nirvikalpa* o el estado libre de pensamiento el cual denota la conciencia de la Realidad.

Madhyavikāsa (La expansión del centro/interior)¹⁶

Cuando el *prāṇa* o exhalación surgiendo del centro del cuerpo no regresa por un instante del *dvādaśānta* (distancia de 12 dedos en el espacio exterior), y el *apāna* o inhalación surgiendo del *dvādaśānta* no regresa del centro por un instante, ello es conocido como *madhyadaśā*. Gracias a la conciencia intensiva de *madhyadaśā*, se da *madhya vikāsa* o la expansión del centro. (...) El Sūtra 17 del *Pratyabhijñāhṛdayam* dice: “मध्यविकासाच्चिदानन्दलाभः” que significa “La obtención del gozo de Cit es debida a la expansión del centro”.

¿Qué es *madhya* (medio o centro)? *Kṣemarāja* lo explica de la siguiente manera en su comentario sobre el sūtra mencionado. “*Samvit* o la Conciencia Universal es el centro de todo, pues todo depende de ella para su existencia. En el orden empírico *samvit* al principio es transformado en *prāṇa*. Asumiendo el rol de *prāṇaśakti*, reposando en los planos de *buddhi*, cuerpo, etc., reside principalmente en el *madhya nāḍī*, el canal central más interior del *prāṇa* en la columna vertebral. Cuando el *prāṇaśakti* se expande en el canal central o cuando se desarrolla la Conciencia Universal de cualquier otra forma, uno adquiere el gozo de la conciencia universal y deviene liberado en vida”.

Así *madhya-vikāsa* significa la expansión o desarrollo de la conciencia universal o meta-empírica. En tal estado *citta* o la conciencia empírica individual es transformada en *citi* o conciencia meta-empírica.

¹⁶ *Pratyabhijñāhṛdayam*, sūtra 17.

Índice de dhāraṇās según objetos de atención, meditación o contemplación y (+) temas de los versos finales

- . Del aliento, prāṇāyāma, haṁsa: 24, 25, 26, 27, 64 + 155, 156
- . Los cakras y śakti: 28, 29, 30, 31
- . El vacío, vacuidad: 32, 33, 39, 40, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 50, 58, 59, 122, 134
- . La luz o fuego interior, el corazón hṛdya: 34, 49
- . El nāḍi central o suṣumnā: 35
- . Bindu y Nāda: 36, 37 y 38
- . Los cinco sentidos: 67, 117, 136
 - _ oído: 41, 73, 90
 - _ vista: 60, 71, 76, 84, 115, 119, 120
 - _ tacto: 69
 - _ gusto: 72
- . Uccāra, mantras y japa: 42, 81, 90, 91, 130 + 145, 155
- . Dvādaśānta superior, interior y exterior. 51, 55
- . El cuerpo, el mundo, el universo: 52, 53, 63, 65, 82, 83, 92, 93, 102, 107, 110, 111, 112, 118, 133
- . Fusión, reabsorción y disolución: 54, 56, 138
- . Naturaleza esencial de Śiva: 57, 85, 86, 87, 97, 100, 109, 132 + 152
- . El intersticio, en medio de, no dualidad: 61, 62, 68, 75, 103, 123, 125, 126, 135, 137
- . Percepciones mentales: 66, 70, 74, 88, 89, 94, 99, 104, 105, 106, 108, 116, 121, 124, 127, 128, 129, 131
- . Mudrās: 77, 80, 113
- . Posturas corporales: 78, 79, 114
- . Māyā y sus envolturas: 95, 96, 98, 101
- . + Meditación, culto, oblación y sacrificio: 146, 147, 149, 150, 153, 154
- . + Discípulos, maestros y enseñanza: 157, 158, 159, 161