



WWW.YOGANIDRA.COM.MX

Khecarividya de Adinatha

Contenido

Introducción	3
El libro de la ciencia del Khecari	3
Nota sobre la Traducción:	4
Khecarividya	5
Capítulo I	5
[El mantra Khecari]	7
[La práctica física]	7
[Batido]	8
[Beber amrta y sus recompensas]	9
Capitulo dos.....	10
[Los kalas en la puerta de entrada de Brahma]	10
[Los kalas en Kedara]	11
[Los kalas en el Orbe de Soma]	11
[Los kalas en el Bulbo de Diamante]	11
[Los kalas en el Diente Real]	12
[Los kalas en la Base y Kundalini]	12
[Los kalas en el Svadhisthana]	13
[Los kalas en el Bastón de Bambú]	13
[Los canales de Ida y Pingala]	13
[El lugar del último amrta]	13
[Masajear el cuerpo con amr.ta]	15
[Khecarimudra]	15
[Los problemas de bhata y nata]	15
[Las etapas de la práctica]	17
[Los cinco constituyentes innatos]	18
Capítulo 3	18
[Kundalini y la inundación del cuerpo con amrta]	18
[Victoria sobre la muerte]	19
[Dejar el cuerpo y engañar a la muerte.]	21
[Abandonando el cuerpo]	22
[Alabanza de Khecari y devoción a Siva]	22
Capítulo 4	23

Introducción

Si has leído el Hatha Yoga Pradipika (Hathapradipika) seguramente habrás escuchado hablar del Khecarimudra, una técnica con la que se busca alcanzar la inmortalidad doblando la lengua, por dentro de la boca, hasta lograr tapar el orificio que conecta el paladar con las fosas nasales, mientras se lleva la mirada entre las cejas. Pero la mayoría de personas, si no es que todas, no tenemos una lengua tan larga como para lograr esa proeza, es por eso que, el manual medieval explica que esta se debe de alargar, cortando un milímetro del frenillo durante tres meses.

Si has leído el Pradipika, o si este es tu primer acercamiento al Hatha Yoga Medieval, seguramente te estarás preguntando cómo es que esta técnica nos puede conducir a la inmortalidad... ¿Qué relación tiene la lengua con la vida infinita? Y, si ya tienes tiempo acercándote a la filosofía medieval del yoga, es probable que te hayas realizado estas preguntas y nunca hayas encontrado una respuesta; por lo menos, en mi caso, decidí entenderla como un acto de fe que se realizaba en aquella época, y que realmente no necesitaba una justificación.

Khecari es un término sánscrito que se puede traducir como "aquella que se mueve entre el eter" y se usa comúnmente para referirse a un tipo particular de deidad femenina, conocidas como yoginis, o a ciertas variaciones de las prácticas conocidas como mudras dentro del hatha yoga tántrico. Por ende, podríamos llegar a pensar que el Khecarimudra es una especie de sello o práctica que se realiza para poder despertar a la deidad femenina que nos brindará la vida eterna. Pero debes saber que, el Khecarimudra es solo la práctica física del Khecari, una ciencia o técnica con la que se busca alcanzar o saborear la Amrita o Amṛta (amṛta).

¿La qué? Amrita es una palabra sánscrita que se traduce como inmortalidad, y se refiere a una especie de néctar o elixir, mismo que se menciona desde el Rigveda como uno de los tantos sinónimos del soma, que sirve como el brebaje de los devas o divinidades. Para este punto, debes saber que, de acuerdo al yoga medieval, dentro de la cabeza se encuentra el brahmadvara, una especie de puerta a Brahma, donde el yoguis y yoguinis pueden alcanzar el amrita y, por ende, la inmortalidad. Este portal se encuentra justo en la faringe y, es por eso que el Khecarimudra era tan importante dentro de la práctica descrita en el Hatha Yoga Pradipika, el Hatha Ratnavali y demás manuales medievales de yoga tántrico.

El libro de la ciencia del Khecari

Para poder explicar la ciencia (Vidya se traduce como ciencia) que se encuentra detrás del Khecari, Adinatha, el primer gurú de la orden Nath o Natha (quien suele ser considerado como un avatar o reencarnación de Siva), escribió el Khecarividya poco antes del siglo XV de nuestra era. Un texto tan importante, que fue la fuente de cuatro versos del Hatha Yoga Pradipika y de todos los slokas (versos) del segundo adhyaya (capítulo o sección) del Yogakundaalyupanisad (Yoga Kundalini Upanishad). Narayana también lo cita en sus comentarios sobre el Atharvan Upanisads y, también es mencionado en el Goraksasiddhanta samgraha, una antología del siglo XVII con pasajes relacionados a Goraksanatha, de quien se dice que es el maestro original de hathayoga.

Por otro lado, el Matsyendrasamhita, una colección de tradición hathayogui y tántrica de la India oriental asociada con Matsyendranatha, tiene entre sus 55 patalas (capítulos/versos) cuatro del

Khecarividya. Y, a pesar de ser una autoridad en la práctica tántrica de los Nath, el Khecarividaya es un libro poco conocido y divulgado en el mundo Occidental, y prácticamente desconocido en la escena del Yoga Contemporáneo.

El Khecarividaya es un texto que se autodenomina Tantra (verso 1.16) y se divide en cuatro patalas o capítulos, condiferente número de versos. Este texto se presenta a manera de diálogo entre el dios Siva o Shiva y su consorte Devi, en la que el dios explica la ciencia del Khecarí a su Shakti.

El primer patala (de 77 versos) inicia describiendo, de forma codificada, el khecarimantra y da instrucciones detalladas para la práctica física de la misma, el khecarimudra. Esta práctica implica el alargamiento y liberación de la lengua, para permitir que esta se gire hasta alcanzar el brahmadyara, con la finalidad de que el yogui (o la yoguini) pueda beber el amrta. El segundo patala describe los diferentes kalas del cuerpo, es decir, los lugares donde se almacena el amrta, así como las recompensas que se obtienen al acceder al amrta en estos kalas y cómo curar los problemas que pueden surgir en el curso de la práctica.

El tercer patala describe prácticas que involucran la inserción de la lengua en la morada de Brahma y la elevación de Kundalini, para inundar el cuerpo con amrta y derrotar a la muerte al abandonar el cuerpo temporal o permanentemente. Por último, el cuarto patala, describe las preparaciones a base de hierbas que pueden producir varios resultados mágicos (siddhis) para el yogui.

A pesar de ser un texto indispensable dentro de la práctica de Hatha Yoga Medieval, el Khecarividaya ha sido poco analizado en el mundo occidental, y se encuentra prácticamente olvidado por la escena del yoga angloparlante¹. Por suerte, el Dr. James Mallison decidió traducir el texto y realizar un análisis crítico del mismo para su tesis doctoral, mismo que puede adquirirse en Amazon en Inglés como: [The Khecarividya of Adinatha: A Critical Edition and Annotated Translation of an Early Text of Hathayoga](#).

A continuación, podrás encontrar una sencilla traducción al Khecarividaya, basada en la traducción al inglés que realizó James Mallison. Esta traducción incluye únicamente el texto de Adinatha, dejando a un lado las anotaciones y comentarios del sansritólogo inglés; por lo mismo, si quieres realizar un análisis exhaustivo del Khecarividaya, te recomiendo leer la tesis del Dr. Mallison, pues incluye muchísima información de interés. Por lo pronto, espero que esta breve traducción te ayude a comprender y profundizar más tu conocimiento del Yoga.

Nota sobre la Traducción:

La traducción de Mallison respeta los términos sánscritos usando el Alfabeto Internacional de Transliteración Sánscrita o AITS (IAST en inglés); sin embargo, no todas las computadoras son capaces de mostrar todos los caracteres que utiliza, por lo que decidí reemplazarlas por equivalentes latinos.

¹ Refiriéndome, tal como lo explica Mark Singleton, al Yoga Postural Contemporáneo, pues el cuerpo filosófico y práctico del yoga que practicamos actualmente, está basado en textos y traducciones de textos clásicos al inglés.

Khecarividya

Capítulo I

1. Ahora (atha), oh diosa, enseñaré la ciencia mágica (vidyam) llamada Khecari (khecarisam. jnitam) por medio de la cual, cuando se comprende, uno se vuelve eterno e inmortal en este mundo.
2. Al ver este universo, querida mía, azotado por la muerte, la enfermedad y la decrepitud, uno debe fortalecer su determinación y refugiarse en Khecari.
- 3a–4b. A él se debe rendir homenaje y volverse como gurú con todo el corazón (sarvabhavena), oh diosa, que en la tierra conoce a Khecari, el destructor de la decrepitud, la muerte y la enfermedad, en letra y espíritu (granthatas carthataht) y práctica (tadabhyasaprayogatah).
- 4 cd. El mantra de Khecari es difícil de obtener y también lo es su práctica.
- 5ab. La práctica (abhyasah) y melaka no se perfeccionan al mismo tiempo.
- 5 cd. [El yogin] con la intención de solo practicar podría no alcanzar melaka en esta vida (iha).
- 6ab. Al [llevar a cabo] la práctica, oh diosa, obtiene [melaka] en algún momento de una vida posterior (janmajanmantare kva cit).
- 6 cd. Melaka, sin embargo, no se logra incluso después de cien vidas [sin llevar a cabo la práctica].
7. Llevando a cabo la práctica, que se ha obtenido por medio de la actitud emocional correcta (sadbhavasadhitam), después de muchas vidas, el yogui alcanza melaka, oh diosa, en algún momento de una vida posterior.
8. Ahora bien, cuando, oh diosa suprema, el deseo [yogin] alcanza melaka, entonces alcanza el siddhi que se describe en la tradición textual.
9. Cuando [el yogui] alcanza melaka, tanto en letra como en espíritu (granthatas carthats), entonces, liberado del terror de la transmigración, se convierte en Siva.
10. Sin [este] texto, incluso los gurús no pueden entender [el mantra de Khecari].
Entonces, querida, este texto muy, muy precioso debe ser obtenido.
11. Mientras uno no tenga este texto, andará errante por la tierra. Cuando se obtiene, oh diosa, entonces el siddhi está en la mano [de uno].
- 12ab. Sin [este] texto no hay siddhi ni siquiera para quien vaga por los tres mundos.
- 12c–13b. Entonces [el yogin], oh diosa, siempre debe adorar a Siva, reconociéndole [a él] como el dador de melaka, el dador del texto, y el dador de su práctica.
- 13c–14b. He enseñado muchos tantras, oh diosa, [pero], oh tú que eres adorada por los dioses, en ellos no se enseña el Khecari siddhi, que destruye la muerte.
- 14c–16b. Mahakala y Vivekamartanda y Sabara y Visuddhesvara y Jalasamvara: en estos excelentes tantras se proclama la práctica de [Khecari].

Melaka y los otros [resultados obtenidos] por medio de Khecari [se proclaman en estos tantras] a veces con claridad, a veces con poca claridad.

16 cd. En este divino mejor de los tantras se proclaman melaka y los otros [resultados].

17. Por cariño a ti, he enseñado aquí todo lo que hay que saber (jneyam) en la doctrina Khecari (khecarimate) que puede ser difícil de saber (durjneyam).

18. Por lo tanto, [el yogui] debería procurar este asombroso texto dicho por mí; no se ha hecho público y debe mantenerse en secreto, oh gran diosa.

19a–20b. Sólo él es un gurú que habla el néctar de la enseñanza nacida del loto de mi boca; además, el que conoce su significado implícito (arthatah) se dice que es el mejor [gurú]. No hay mejor gurú que él.

20 cd. Después de obtener este texto secreto, uno no debe proclamarlo a otros.

21ab. Después de la debida consideración, debe enseñarse a aquellos que viven en este camino.

21c–22b. Aquel que haga público este texto supremo a todos y cada uno (yatra tatra) será devorado rápidamente por los yoginīs, oh diosa, por orden de Siva.

22 cd. Uno no debe desatar (nodgranthayet) su nudo (granthim), oh diosa, sin [realizar] una libación kaulika.

23. [Después de haber sido] adorado, colocado sobre una tela auspiciosa y bien perfumado con incienso divino (divyadhupasudhupitam), uno debe recitarlo, en un lugar libre de gente, a un yogui experto en yoga.

24. La angustia [que surge] del fuego, la enfermedad, la influencia astrológica maligna y los enemigos sin duda surge en una casa donde este texto se encuentra sin adoración.

25. Las deidades familiares (kuladevatah) que otorgan todas las riquezas están presentes en la casa donde se adora este libro, oh Parvati.

26ab. Por lo tanto, el hombre sabio debe proteger [este libro] con todo esfuerzo.

26c–27b. El yogin que quiera estos siddhis descritos por mí debe guardar este libro con todo [su] ser.

27 cd. Yo mismo soy el gurú de aquel en cuya posesión se encuentra el libro, oh diosa.

28abc. Las ventajas y desventajas [resultantes] de la protección de [este] libro han sido claramente descritas por mí, oh gran diosa.

28d. Ahora escucha [el mantra y la práctica de] Khecari.

29a–30b. Y uno debe ir, oh diosa, donde hay un gurú que ha perfeccionado el yoga divino y, después de recibir el vidya llamado Khecari pronunciado por él, uno debe comenzar escrupulosamente e incansablemente llevando a cabo la práctica descrita por él.

[El mantra Khecari]

30c–31b. [Ahora] proclamaré el mantra Khecari (vidya) que otorga el éxito en el yoga, oh diosa. Sin ella, un yogui no puede disfrutar de Khecari siddhi.

31c–32b. Practicando el yoga de Khecari (khecarim yunjan) por medio del mantra Khecari (khecarya) precedido por la sílaba semilla de Khecari (khecaribijapurvaya), [el yogin] se convierte en señor de los seres aéreos (khecaradhipatih) y mora entre ellos (khecaresu) para siempre.

32c–33b. La morada de los seres etéreos (khecaravasatham=ha) [y] el fuego (vahnim=ra), adornada con la madre (amba=i) y el círculo (mandala=m), se llama la sílaba semilla Khecari (hrim). Por medio de él, el yoga tiene éxito.

33c–34b. El gran Canda (mahacanda), conocido como el pico (mastakakhya), que lleva el rayo llameante y ardiente (sikhivahnikavajrabhrt), junto con la sílaba semilla descrita anteriormente, se llama Vidya [y] es extremadamente difícil de obtener.

34c–35b. [Ahora] enseñaré el mantra de seis ramas (sadangavidyam) [El yogui] debe realizar correctamente (yathanyayam) [la repetición del mantra] con él.

38ab. Se obtiene de la enseñanza de un gurú y otorga fama en todos los mundos.

38c–39b. La ilusión, nacida del cuerpo, con muchas formas (virupa) [y] residiendo en las facultades (karanasraya), no surge ni siquiera durante el sueño para el [yogin] controlado, como resultado de la repetición continua de doce veces [de este mantra].

39c–40b. El glorioso Khecarī siddhi surge automáticamente para aquel que, totalmente autocontrolado, recita este [mantra] quinientas mil veces.

40c–41b. Todos los obstáculos son destruidos, los dioses están complacidos y, sin duda, las arrugas y las canas desaparecerán.

41c–42b. Después de obtener así el gran mantra (mahavidyam) [el yogui] debe llevar a cabo la práctica; de lo contrario, oh diosa, él sufre y [no hay para él] ningún siddhi en la esfera de Khecari (khecaripade).

42c–43b. Si [el yogui] no obtiene [este] mantra (vidyam) nectáreo (sudhamayim) durante la observancia de la práctica, entonces debe recitarlo habiéndolo obtenido al comienzo de melaka.

43 cd. Sin este [mantra], oh diosa, [el yogui] nunca podrá disfrutar del éxito.

44ab. Cuando se obtiene este texto, entonces [el yogui] debe recurrir al mantra (vidya).

44 cd. Entonces, querida mía, rápidamente obtiene el siddhi descrito allí.

[La práctica física]

45. De la manera descrita por su gurú, [todos los días] durante siete días, el concedor de atman debe frotar la base del paladar y limpiar toda la impureza.

46. Debe tomar una hoja muy afilada, bien engrasada y limpia que se asemeje a una hoja de la planta Snuhi y luego cortar el ancho de un cabello [del frenillo linguae] con ella.

47. Después de cortar, debe frotar [el corte] con un polvo de sal de roca y pathya.

Después de siete días, debe volver a cortar el ancho de un cabello.

48ab. [El yogin], aplicándose constantemente, debe practicar gradualmente durante seis meses.

48 cd. Después de seis meses, se destruye el tendón de unión en la base de la lengua (rasanamulasirabandhah).

49. Entonces, conociendo las reglas del tiempo y del límite (kalavel ṅ avidh ṅ anavit),

el yogui debe tirar gradualmente hacia arriba de la punta de la lengua (vagisvaridhama sirah) habiéndola envuelto en una tela.

50a–51b. Luego, en seis meses, después de sacar regularmente (nityasam. karsanat) [de la lengua], querida, llega [hacia arriba] entre las cejas, oblicuamente a las orejas, y hacia abajo se hace gradualmente hasta llegar a la base de la lengua. barbilla.

51c–52c. Luego, solo después de tres años, hacia arriba alcanza fácilmente la línea del cabello (kesa), hacia los lados las sienas (sankha), querida, [y] hacia abajo la nuez de Adán (kanthakupa).

52d–53d. Después de tres años más, cubre el final de susumna (brahmarandhrantam), oh diosa; oblicuamente alcanza la región sobre la nuca (culitalam) [y] hacia abajo el hueco [en la base] de la garganta.

54ab. La práctica solo debe llevarse a cabo gradualmente, no de una vez (yugapan nahi).

54c–55b. El cuerpo de quien trata de hacerlo todo a la vez (yugapat) es destruido; por eso la práctica se ha de hacer muy poco a poco, oh bella dama.

55c–56d. Cuando la lengua llega a la abertura de Brahma (brahmabilam) por el camino externo, entonces [el yogui], oh diosa, debe frotar con la punta de su dedo el cerrojo [de la entrada] de Brahma (brahmargalam), [que es] difícil incluso para los dioses perforar, [e] insertar [su] lengua allí.

57ab. Practicando así durante tres años, la lengua entra por la puerta de Brahma (brahmadvaram).

[Batido]

57 cd. Cuando la puerta de Brahma i ṅ s entró [el yogin] debería comenzar a batir (mathana) debidamente.

58. Algunos [yoguis] sabios logran siddhi sin agitarse. Para [el yogui] que ha perfeccionado el mantra Khecari, el éxito se logra sin agitación.

59ab. Al hacer tanto la recitación del mantra como la agitación [sin embargo, el yogui] obtiene rápidamente el resultado.

59c–60b. Por medio de un hilo fuerte y suave, [el yogui] debe insertar una pequeña sonda (salakikam) de oro, plata o hierro en la cavidad nasal.

60c–61b. Fijando la respiración en el corazón [y] sentado en una postura firme, debe realizar suavemente la agitación, con los ojos enfocados entre las cejas.

61 cd. Al hacer esto, el estado de agitación surge después de seis meses.

62. Para el yogin que ha restringido completamente su jiva [y] que se ha vuelto idéntico al objeto de contemplación (tanmayatmanah), el estado [de agitación] surge tan [fácilmente como lo hace] el sueño profundo de los niños.

63ab. Batir no está destinado [a hacerse] constantemente; [el yogin] debe practicarlo todos los meses.

63 cd. Pero [el yogin] siempre debe mover su lengua alrededor del camino (margam), oh diosa.

64ab. [Practicando] de esta manera el éxito completo (sam. siddhih.) [surge] al final de doce años, oh gran diosa.

64 cd. En [su] cuerpo ve el universo entero como no diferente de él mismo (atmavibhedatah).

[Beber amrta y sus recompensas]

65a–66b. [El yogui] debe conocer el gran camino (mahamargam) en el cráneo (brahmande) en la región por encima de la úvula (rajadantordhvamandale) entre las cejas [que es] la montaña de tres picos (trikutam), [que es] honrada por el perfeccionados (siddhasevitam) [y] se parece a un brote de garbanzo. Debería fijar su mente allí.

66c–67b. Lamiendo con su lengua el amr.ta supremo que fluye allí [y progresando] gradualmente en el camino de la práctica, [el yogui] debe beber [amr.ta] durante cuatro años, querida.

67c–68b. Se destruyen las canas y las arrugas, surge el éxito supremo (paramasiddhih) y, como conocedor del significado de todas las escrituras, [el yogin] vive durante mil años.

68c–69b. El éxito en ciencias como encontrar tesoros enterrados (khanya), entrar en reinos subterráneos (bila), controlar la Tierra (mahivada) y la alquimia (rasavada), surge para el yogui después de cinco años, oh Parvati.

69c–70b. Bebiendo debidamente el fluido amr.ta líquido con [su] lengua, el yogui resuelto (svasthah.) debe frenar su dieta durante doce años, [viviendo] como un asceta (vratasthah).

70c–71b. Mediante esta aplicación de la práctica, el gran yogui, libre de canas y arrugas [y] con un cuerpo tan incorruptible como el diamante (vajrakayah), vive cien mil años.

71c–72d. Con la fuerza de diez mil elefantes, querida, tiene vista y oído a larga distancia. Capaz de castigar y recompensar [a las personas], se vuelve poderoso con respecto a todo.

73ab. Estos siddhis, oh diosa, sólo surgen entre las cejas.

73c–74b. Colocando la lengua en el éter (akase), [el yogui] debe apretar [sus] dientes; haciendo la boca [como] el hueco del pico de un cuervo (kakacancuputam), él debe beber el amr.ta en el mismo.

74c–75b. Al beber [el amr.ta], se libera verdaderamente de la vejez y la muerte después de un año; se convierte en un Ser Etéreo (khecaratvam avapnoti) y vive tanto como la luna y las estrellas.

75c–77b. El mejor adepto alcanza rápidamente absolutamente todos los poderes mágicos (siddhi+samayam†) que se encuentran en los tres mundos, como los de las sandalias mágicas

(paduka), la espada mágica (khadga), poder sobre zombis (vetala), elixires mágicos (siddhidravva), rejalar, invisibilidad (anjanam), acceso a los tesoros de los reinos subterráneos (vivaram) y poder sobre genios masculinos (cet.akam) y femeninos (yaksini).

Capítulo dos

[Los kalas en la puerta de entrada de Brahma]

1. Oh, gran diosa, en la puerta con cerrojo apenas perceptible de Brahma hay una gran tétrada de kalas (kalacatuskam), que consta de los cuatro objetivos del hombre (caturvargatmakam).

2. En el lado oriental está [el kala] llamado Krta, en el sur Gupta, en el lado occidental Siva, [y] en el norte Parapasiva.

3. Cuando el yogui atraviesa ese portal con la punta de la lengua y bebe el amrta del kala oriental, se convierte en un maestro del dharma (dharmadhipah) después de un mes.

4. Cuando el yogin lame con su lengua el amrta en [el kala llamado] Gupta en el sur, no hay duda de que después de solo un mes se convierte en el señor de la riqueza (arthesvarah) en forma corporal.

5. Cuando bebe con [su] lengua el amrta creado en el kala occidental de [la tétrada], entonces, después de un mes, el gran yogui se convierte en el señor del deseo (kamesvarah).

6. Cuando bebe el amrta creado en el kala del norte, obtiene el dominio sobre los dioses más elevados.

7. Cuando el señor entre los yoguis bebe el gran amrta que se encuentra en la región por encima de [los cuatro kals] (tadurdhvamandale), en la apertura de Brahma, se convierte en Siva, liberado mientras vive (jivanmuktah).

8a–9b. Cuando practica todos los meses durante doce años (dvadasabdham), el yogui, libre de toda enfermedad, omnisciente y adorado por los sabios, se vuelve como Siva, eterno e inmortal en este mundo.

9c–10d. Después de que el yogui haya bebido repetidamente el amrta de los cuatro kalas, oh gran diosa, entonces debe insertar [su] lengua en el lugar de Brahma y beber el amrta [que es] muy dulce, fresco, placentero, de color lechoso y libre de espuma.

11ab. Después de solo un mes de práctica, [el yogin] mismo se vuelve como un dios.

11 cd. En dos meses conoce completamente el significado de todos los textos sagrados, oh Parvati.

12ab. Después de tres meses, oh diosa, verdaderamente se vuelve libre [y] como Siva.

12 cd. Después de cuatro meses, surge la gran diosa, la omnisciencia.

13ab. En cinco meses, como gran adepto (mahasiddhah), puede ver los tres mundos.

13c–14b. En seis meses, lleno de la bondad de la cualidad de la dicha suprema, [el yogui] se libera mientras vive; en esto no hay duda, oh Parapara.

14c–15b. En el séptimo mes, con una mente feliz, se asocia constantemente a voluntad con grandes demonios, fantasmas, serpientes y demonios.

15 cd. En el transcurso del octavo mes surge la comunión con los dioses (devaihsam melanam).

16ab. En el noveno mes surgen los poderes de volverse invisible e infinitesimal.

16 cd. En el décimo [mes], [surge] la capacidad de asumir cualquier forma a voluntad (kamarupatvam), [que es] manifiesta en todos los mundos.

17. En el undécimo [mes], oh diosa, el yogui se convierte en señor del universo, conociendo el pasado, el presente y el futuro, un maestro, como Siva. Esto que he dicho es la verdad.

[Los kalas en Kedara]

18. Se enseña (prahuh) que Kedara es donde se ha declarado que está el culitala, oh diosa. Allí se describen ocho kalas de Soma, oh tú que eres adorado por los adeptos extremos (viravandite).

19a–20b. La primera es Amrta, oh diosa, la segunda se llama Manada; [luego están] Pusa y Tusti y Pusti y Rati y Dhrti, y el octavo es Sasini; todos son océanos del gran amrta.

20c–21b. Y cuando el yogin apunta [su] lengua hacia ese lugar, entonces fluye allí una corriente óctuple de líquido helado.

21 cd. A través del contacto con el flujo de ese [líquido], se destruyen las enfermedades del cuerpo.

22ab. Después de ocho meses [de esta práctica] el yogui se convierte en un Ser Etéreo (khecaratvam prajayate).

[Los kalas en el Orbe de Soma]

22c–23b. En verdad, el lugar entre las cejas se llama el Orbe de Soma (somamandalam).

Se enseña a un grupo de cuatro kalas [a estar] allí, un asiento del gran amrta.

23 cd. [Son], por nombre, [los kala] llamados Candrika, y Kanti y Jyotsna y Sri.

24ab. [El yogui] debe insertar su lengua allí y beber [el amrta] una y otra vez (pitva pitva samapibet).

24c–25b. En cuatro meses el yogui se libera del peligro; verdaderamente su cuerpo se vuelve tan duro como el diamante al beber el flujo de [amrta].

[Los kalas en el Bulbo de Diamante]

25c–26d. Encima de eso hay una roca (sila), el Orbe de los Seres Etéreos (khecaramandalam), conocido como el Bulbo de Diamante (vajrakandakhyam).

[El yogui] debe reconocer [que esté] en la parte superior de la frente (lalatante); allí, oh diosa, hay una tríada de kalas: Priti, Angada y Purna. Debería insertar su lengua allí.

27ab. Debe beber con la lengua el fresco amr.ta que fluye de esa corriente lechosa.

27c–28d. En tres meses, oh diosa, [el yogin] se vuelve libre de toda enfermedad, impermeable al ataque de todas las armas cortantes, inflexible a todos los métodos [de magia hostil] (sarvasadhanaih), [e] inconcebible por medio de todas las ciencias mundanas (sarvavijnanaih) con sus objetos feos.

29ab. Por el poder del Bulbo de Diamante, realmente se vuelve como Bhairava.

[Los kalas en el Diente Real]

29 cd. Debajo de las fosas nasales y arriba de los labios (nasikadho dharosthordhvam) está el gran lugar [llamado] el Diente Real (rajadantam).

30 ab. [Hay], oh diosa, un par de kalas allí, Purnamrta y Sitala.

30 cd. Conteniendo la respiración, [el yogin] debe tocar [ellos] con la punta de [su] lengua.

31ab. Allí se produce un fluido fresco y dulce, oh diosa.

31 cd. Enfocando su mente allí, el asceta (vrati) debe beber [el líquido] durante tres meses.

32ab. Se vuelve eterno e inmortal, libre de toda enfermedad.

[Los kalas en la Base y Kundalini]

32c–33b. El lugar entre el ano y los testículos se llama la Base (adharam).

Allí se habla de cinco kalas, de los cuales gotea el amrta supremo.

33c–34b. Sudha, Sudhamayi, Prajna, Kalaghni, Jnanadayini; [estos] cinco kalas son elogiados como corrientes de néctar, otorgando todos los siddhis.

34 cd. Allí se sitúa la suprema divinidad femenina (paramasaktih), oh diosa, la primordial (adya) Kundalini.

35. Al contraer esa región (tatrakuncanayogena) [y] contener la respiración, oh tú que eres adorado por los dioses (surarcite), [el yogui] debe unir la energía fría amrta situado allí con la diosa de la Base (mulasaktya).

36. Dirigiéndolos a través del canal central [hacia arriba] desde el Svadhithana y otros lotos, debe pensar en [sí mismo] como siendo rociado por la lluvia de ese néctar hasta su cráneo (brahmandakavadhi).

37a–38b. Tomando el amrta situado allí, la gran diosa Srikundali va por el canal central hasta la cima de la morada de Brahma, bañada en un exceso de el néctar producido a partir de los cinco kalas de la Base.

38 cd. [El yogin] debería imaginar [ella] impregnando [su] cuerpo desde los pies hasta la cabeza.

39. En cinco meses de usar [esta técnica], surge la absorción en los cinco elementos; a través de practicar [esto] en la mañana, en la tarde y en la medianoche (trikalabhyasayogatah) él verdaderamente se vuelve igual a Siva.

[Los kalas en el Svadhithana]

40. Aquello que es el lugar del pene (lingasthanam), oh diosa, se llama Svadhithana; se dice [que hay] una tríada de kalas allí, repletos del divino amrta.

41ab. Se llaman Susuksma, Paramahlada y Vidya.

41c–42b. Conteniendo la respiración y despertando a la diosa como antes, debe conducirla [hacia arriba] hasta [su] cráneo e inundar su cuerpo [con amrta].

42 cd. En el transcurso de tres meses, el yogin obtiene la recompensa que ya se ha descrito.

[Los kalas en el Bastón de Bambú]

43. Lo que está entre el ano y el pene se llama el bastón de bambú (venudandam). Una tétrada de kalas se enseña [a estar] allí, que consiste en la esencia del gran amrita.

44ab. [Ellos son] Susita, Mahatrpti, Palitaghni y Valiksaya.

44c–45b. [El yogui] debe despertar a la diosa allí e inundar [su] cuerpo [con amrta] como antes; después de cuatro meses de [esta] práctica obtendrá la recompensa antes descrita.

[Los canales de Ida y Pingala]

45c–46b. Pingala es el canal del sol; Ida es el canal de la luna. El sol es llamado el portador del veneno (visavahah), la luna es la portadora del néctar (sudhavahah).

46c–47b. La práctica se ordena en lo que se llama el canal del sol y en el canal de la luna; y concentración (dharana) [se ordena] en el canal de

la luna. El yogui debe practicar la retención de la respiración.

47c–48b. Debe llenar su cuerpo de aire a través del canal de la luna; se ordena la expulsión [de aire] a través del canal del sol para mejorar el cuerpo (dehavrdhaye).

48 cd. Te he enseñado este lugar cuádruple de kalas, oh diosa.

[El lugar del último amrta]

49ab. Ahora enseñaré el gran lugar del último amrta.

49c–50b. El bulbo de diamante (vajrakandam) en la frente brilla como la luna brillante; en su centro está la sílaba lam y es cuadrado. La deidad allí es el gran Siva (parahsivah).

50 cd. Los dioses [y] los yoguis [lo] adoran junto con su consorte.

51–52. En la culitala, oh gran diosa, hay un mandala triangular, tan brillante como cien mil soles; en el medio [el yogin] debe visualizar (bhavayet) al gran (param) dios Siva, que consiste en un linga, oh diosa, con la sílaba ram en el centro, abrazado por su consorte [y] rodeado por una tropa de deidades, oh suprema diosa.

53a–54b. En la sien derecha, oh diosa afortunada (mahabhage), está la que está rodeada por seis puntos, que contienen la sílaba yam. y color humo; allí [el yogui] debería visualizar (smaret), oh diosa, al dios Mahesvara en forma de linga junto con [su] consorte y rodeado por su tropa de asistentes.

54c–56b. En el templo de la izquierda, oh diosa, hay un [semi-] círculo, que parece una media luna, junto con un loto. Contiene la sílaba vam, y en el medio hay un linga sólido lleno de néctar (sudhamayam), tan blanco como la leche de vaca, [y] con el resplandor de la luna de otoño. Está junto con su consorte y es servido por toda la hueste de dioses y diosas.

56 cd. Así he descrito estaciones en las cuatro direcciones, oh diosa.

57. En medio de ellos hay un gran círculo (mahavrttam) que contiene la sílaba ham. Allí, oh Parvati, está situado el Señor Supremo (paramesah), el gran Sambhu (parahsambhuh), junto con su consorte.

58ab. Tiene la forma de un linga, junto con [su] anfitrión, y es tan brillante como diez millones de soles.

58c–59c. En la frente está el Señor de la Tierra, en la nuca está el Señor del Fuego, en la sien derecha está el Señor del Aire, en la izquierda está el Señor del Agua, oh diosa, [y] en el medio está el Señor del Éter.

59d. He descrito las cinco estaciones de Sambhu.

60a–61d. Sobre la cabeza del dios [que es] el señor del éter hay una vasija (bhandam) llena del divino amr.ta, de cuatro dedos de ancho, con una puerta que la cierra en su base (mulabandhakapatakam), una gran roca (mahasailam) con la luna sobre ella (urdhvacandram) en medio de un orbe de luz, tan brillante como diez millones de lunas, impenetrable, el asiento de amra.

62a–63b. Inmerso en el fresco amr.ta hay un linga, oh diosa, como una mota de polvo, tan brillante como diez millones de lunas, perfecta (heyopadeyarahitam), [y] destruyendo la oscuridad de la ignorancia.

63c–64d. Yendo más allá de las cinco [amr.ta-]estaciones, para obtener la sustancia última (paratattvopalabhaye), [el yogui], conteniendo la respiración, debe extender la Diosa del Habla (vagisam), con la boca hacia arriba (urdhvavaktram), junto con [su] atención, a la entrada en la base de la vasija del último amrta (paramrtaghatadharakapatakam).

65. Habiendo llegado [allí] junto con [su] mente, verdaderamente el yogin, restringiendo el flujo de su respiración, debe abrir el cerrojo juguetonamente con [su] lengua.

66. Allí, el yogui debe beber la bebida del yoga (yogapanam), [que es] difícil de obtener incluso para los dioses: el amrta lechoso y helado, dulce [como] jugo fresco de caña de azúcar.

67a–68b. Saciado por un exceso de ese néctar y habiendo entrado en el estado supremo, el yogin debe lograr allí en el cráneo la unión con el estado supramental (unmanyasamyogam), y comer, por medio del yoga, la carne que consiste en nada y bindu (nadabindumayam) .

68c–69d. Este raro secreto ha sido proclamado, oh diosa. Verdaderamente, después de seis meses [el yogin] obtiene la recompensa que el omnisciente Siva ha enseñado en la transmisión de las escrituras; en esto no hay duda.

70. El que desea [Khecari] siddhi no debe decirle nada a nadie que, [aunque] haya alcanzado todos los [otros] siddhis, no conozca este yoga, oh diosa.

71. No se debe hacer que este texto se entregue a aquellos que se deleitan en el engaño y la deshonestidad, que no reconocen al gurú como un dios y que no conocen las observancias (samayan) que se enseñan en las escrituras.

[Masajear el cuerpo con amr.ta]

72ab. En la raíz de la lengua está situado, oh diosa, el todo glorioso (sarvatejomayah) fuego.

72c–73b. En su punta está el sol; la luna está situada en el medio de la frente (bhalamadhye). Siddhi surge para aquel que realmente (tattvena) conoce así.

73c–74d. Habiendo batido (mathitva) y despertado celosamente el orbe de fuego, [el yogui] debe volver [su] lengua, en la punta de la cual está situado el sol, hacia el orbe de la luna en la frente, que se ha licuado por el calor de ese [fuego].

75–76. [El yogui] debe reunir en un recipiente (patrena) ese amrta supremo fresco [cuando ha] goteado de la luna y emergido de las fosas nasales (nasikarandhraniryatam), oh diosa.

76ab. Al frotar el cuerpo con eso [amrta], verdaderamente los canales del cuerpo se purifican (nadisuddhih prajayate).

76c–77b. [El yogui] debe despertar la esencia de la inmortalidad (amarirasam) que se produce en el ano y el pene y ha emergido en un vaso, con el amrta de las axilas (kaksamr tam), embellecido con líquido del labio inferior (cadhararasaih).

77c–78b. Frotando el cuerpo con eso, el yogin verdaderamente se libera de la enfermedad en esta vida, poderoso [y] libre de arrugas y canas.

78c–79d. Frotando (samudghrsya) la raíz de la lengua, [el yogui] debe masajear su cuerpo con el gran fluido que allí se produce; dentro de medio año la lengua se alarga cuatro dedos; en esto no hay duda.

[Khecarimudra]

80. Empujando la lengua hacia arriba con los dedos de la mano derecha, oh diosa, [la yogin] debe empujar a un lado (sphotayet) la úvula (ghantikam) con los dedos de la mano izquierda.

81. Batiendo (mathitva) el lugar del fuego, [el yogui] debe girar suavemente la lengua por encima de la úvula (urdhvavaktram) hacia el lugar de Siva (sivasthanam) en los kalas (candramse) sobre la montaña de tres picos (trikutordhve).

82ab. Este khecarimudra que les he enseñado destruye la muerte.

[Los problemas de bhata y nata]

82c–83b. Cuatro tipos de bhat.a y asimismo [cuatro] tipos de nata surgen para obstruir el práctica de aquel que así practica.

83c–84b. Sequedad del cuerpo (angasosah), pereza inducida por el hambre (ksudhalasyam), picazón y palidez: estos son los signos de bhata. Escucha su remedio.

84c–85d. Habiendo vaciado la mente [el yogui] debe frotar [su] cuerpo con la esencia de la inmortalidad (amarirasam) durante tres meses; por medio de este el cuerpo se nutre. Debe frotar [el cuerpo] tres veces en el día y tres veces en la noche.

86. Al señalar con la lengua hacia arriba, hacia el lugar del bulbo de diamante (vajrakand), y lamer el néctar [producido] allí, la pereza inducida por el hambre realmente desaparece.

87. Al tomar el néctar [producido] allí [y] el amrta [del ano y el pene] (amarim) y frotar el cuerpo [con ellos], tanto la palidez como la picazón realmente desaparecen.

88ab. Las cuatro variedades de nat.a tienen muchas manifestaciones, querida.

88c–89b. Enfermedad de los ojos, temblor del cuerpo (angavepah), fiebre y mareos (bhrantih): [así] les he dicho [a ustedes] un tipo [de nata].

89 cd. Ahora escuche el segundo: enfermedad de los dientes, falta de fuerza y pérdida de flexibilidad del cuerpo.

90a–90c. Ahora escucha el tercer tipo [de nata], oh diosa: fiebre alta (mahajvarah), dolor de cabeza y desequilibrio del humor flemático.

90d–91c. [Ahora] que se determine el cuarto [tipo de nata]: vómitos, dificultad para respirar, ceguera y sueño que no se puede superar.

91d. Escucha la cura de esos [cuatro tipos de nata].

92. [El yogin] debe conducir a Kundalini desde la Base hasta Susumna. Dejando la lengua inmóvil y apuntándola hacia arriba, debe contener la respiración.

93. De la perturbación de Kundalini (saktiksobhat), oh gran diosa, surge un gran sonido (mahanadah). Cuando [el yogui] escucha ese sonido, se dice que está liberado [de los problemas de nata].

94. Debe visualizar su cuerpo como rociado con amrta, oh diosa suprema.

Por esta [práctica], oh diosa, se libera de los primeros problemas [de nata] en un mes.

95. Cuando practica con este método durante dos meses, entonces oye en sus oídos (karnabhyam) el sonido del rugido de un gran elefante (mahagajaravadhvanim).

96ab. Debe visualizar [su] cuerpo como antes; está libre del segundo [tipo de] problemas [de nata].

96c–97b. Después de tres meses, después de haber escuchado el sonido de Brahma (brahmanadam), debe visualizar [su cuerpo rociado con amrta] como antes; está libre de las faltas de la tercera categoría. En esto no hay duda.

97c–98b. En el cuarto mes, al escuchar el sonido del trueno llamado Aghora y practicar como antes, [el yogui] se libera de los problemas del mareo.

98c–99b. Así, con mente firme [el yogui] debe llevar a cabo la meditación y la práctica tres veces al día; en verdad, después de tres años se vuelve eterno e inmortal.

99c–100b. Les he dicho el remedio para las cuatro faltas de bhat.a y para el problema(s) de nata. [Ahora] escucha más, oh reina de los dioses (suradhipe).

100c–101b. Me inclino a los pies de ese yogui que, conociendo todas las categorías de la realidad (sarvatattvajnah), ha entrado en esta pacífica realidad suprema (sante pare tattve), el dichoso yoga (yoge sukhatmake), oh diosa

[Las etapas de la práctica]

101c–102b. La primera [etapa] es el aflojamiento (calanam), oh diosa; el segundo es penetrante (bhedanam); batir (mathanam) se dice que es el tercero; el cuarto es inserción (pravesanam).

102c–103a. Después de frotar la base del paladar, [el yogui] debe sacar (utkarsayet) la lengua; él debe saber que como aflojamiento (calanam).

103 a.C. La hendidura del rayo de Brahma se llama perforación (bhedanam).

103d–104d. Cuando [el yogin] practica batir por medio de un hilo y batir al insertar un alfiler de hierro debe entender que estar batiendo (mathanam), lo cual trae progreso en el yoga, querida.

105. Habiendo abierto la puerta de entrada, [el yogin] debe extender su lengua hacia arriba en el éter (akase); [esto] se llama inserción (pravesam), oh diosa; trae consigo éxito en yoga.

106. Rompiendo el cerrojo de Brahma (brahmargalaprabhedena) e insertando la lengua (jihvasamkramanena), la verdadera evidencia del éxito surge instantáneamente, oh diosa suprema.

107. Al principio [surgen] una condición de bienaventuranza (anandabhavatvam) y una disminución en el sueño (nidrahanih); las relaciones sociales (sagamam) y el consumo de alimentos (bhajanam) disminuyen.

108a–109b. Surge el bienestar y aumenta el brillo [del cuerpo], querida mía; [no hay] envejecimiento ni muerte ni enfermedades ni canas. Con su semilla vuelta hacia arriba (urdhvaretah), oh gran diosa, [el yogui] está dotado de los [ocho] poderes cuyo primero es la minuciosidad (animadigunanvitah).

109c–110b. Si, con mente fija (niscalabhavena), [el yogin] domina el yoga de esta manera, entonces, oh Parvati, obtiene debidamente estas recompensas que se han descrito.

110c–111b. En la punta de la lengua están situados Sri y Vagisa, oh tú que eres honrado por los heroicos adeptos (viravandita); en el área en la base de la raíz de la lengua se encuentra el grillete de la muerte (bandhamrtyuh).

111 cd. ¡Erradica por completo el lugar del grillete de la muerte, oh señora de la hueste (ganambike)!

112ab. Con la punta de la lengua [el yogui] debe entrar en el lugar de Soma llamado Bendito Sambhu.

112c–113b. Mediante este yoga, oh diosa, y con una mente controlada, el yogin entra en el estado transmental [y] logra absorberse en él (tallayam).

113 cd. Seguramente, la evidencia de absorción surge inmediatamente.

114ab. Aplicando su mente a la punta de la lengua, debe enfocarse en ese lugar con visión [interna] (drsa).

114c–115d. El yogui debe conducir [su] respiración hacia arriba desde la Base a través de el Susumna; habiendo llegado a la morada de Brahma, debe colocar [su] mente en el vacío. Debe meditar así en la perfecta (heyopadeyavarjitam) realidad suprema (paramtattvam).

116ab. El Ganga etéreo muy fresco (akasaganga) fluye desde el lugar de Brahma.

116c–117b. Al beber [el Ganges etéreo], [el yogui] seguramente se convierte en alguien cuyo cuerpo es tan duro como el diamante en solo un mes; en verdad, se vuelve de cuerpo divino, palabra divina [y] vista divina.

117 cd. Obtiene intelecto divino, oh diosa, y, de hecho, oído divino.

118. En la punta de la lengua [el yogui] debe visualizar a la Reina del Habla (vagisam) brillando como diez millones de lunas [y] saciado por los kalas del gran amrta; instantáneamente se convierte en un maestro poeta (kavitvamlabhate).

119. Meditar en Laksmi como situado en la punta de la lengua [y] encantado por el gran amrta, el yogui, oh gran diosa, se convierte en rey del yoga.

[Los cinco constituyentes innatos]

120ab. Se dice que hay cinco constituyentes innatos (sahajah) en este cuerpo †que encarna el supremo (paramatmake)†.

120c–121b. Cuando el cuerpo [del feto] se produce en el cuerpo de la madre a través de la pérdida del padre (pitrksayat), todos [los sahas] surgen allí cuando el cuerpo [del feto] ha alcanzado la madurez.

121c–122d. El primer constituyente innato es la diosa primordial Kundalini, la el segundo es el Susumna y el tercero es la lengua. El cuarto es el lugar del paladar, el quinto es el lugar de Brahma.

123. [El yogui] debe elevar el primer constituyente innato y colocarlo en el segundo constituyente innato. [Luego] debe insertar (viset) el tercer constituyente innato hacia arriba en el cuarto constituyente innato.

124ab. Después de perforar el cuarto constituyente innato, [el tercer constituyente innato] debe entrar en el quinto innato Constitución.

123 cd. Esta es la perforación secreta (bhedam) enseñada por mí, oh Señora del Kula (kulesvari).

Capítulo 3

[Kundalini y la inundación del cuerpo con amrta]

1a–2a. Cuando ha alcanzado el camino del Susumna desde la Base, el yogui debe insertar (pravisya) en el pasaje uvular la diosa Kundalini, que tiene la aparición de un solo hilo de tela de araña [y] el esplendor de diez millones de soles.

2b-3b. Habiendo roto el cerrojo de la puerta de Siva (sivadvarargalam) con la lengua,

oh gran diosa, debe, al contener la respiración (kumbhakena), insertar (praviset)

[Kundalini] en la morada de Brahma (dhamasvayambhuvam) que tiene el esplendor de diez millones de soles, querida.

3c–4d. Allí, en el gran océano de amrta, rebosante de frescas olas, [el yogui] debe beber el flujo de néctar y descansar, con la mente llena de dicha última; debe visualizar su cuerpo como saciado por el néctar de ese [océano].

5a–6b. Por medio de este yoga divino surge la visión divina; verdaderamente se convierte en un ser etéreo (khecaratvamprajayate), y surge la destrucción de toda enfermedad [y] los [poderes de] engañar a la Muerte (vancanamkalamrtyoh) y de vagar por los tres mundos (trailokyabhramanam).

6c–7b. Dotado de los [ocho] poderes cuyo primero es la minuciosidad (animadigunopetah) [el yogui] seguramente se vuelve completamente perfecto (samsiddhah); se convierte en un gobernante de los yoguis [y su] movimiento no se ve obstaculizado.

7c–8b. Con la fuerza de nueve mil elefantes [el yogui] mismo se vuelve como Siva, oh diosa. De hecho, he enseñado la verdad.

8 cd. Entre Ida y Pingala está el luminoso (jyotirupini) Susumna.

9ab. Allí hay una luz que no se desvanece, libre de las cualidades de color y forma. (varnarupagunais tyaktam).

9. cd. La que tiene forma de serpiente dormida es la gran Kundalini.

10ab. Ganga y Yamuna se llaman Ida y Pingala.

10c–11b. [El yogui] debe insertar a esa diosa, que tiene la forma del supremo amrta, entre Ganga y Yamuna, hasta la morada de Brahma, oh diosa.

11 cd. Verdaderamente se vuelve idéntico a Brahma (tanmayah); el mismo tiene un cuerpo inmortal para siempre (sadamrtatanuh).

12a–14b. La diosa, habiendo llegado a la morada de Siva, el lugar más allá del Señor Supremo (paramesat param padam), saciado por el placer de disfrutar ese lugar y lleno de dicha suprema, rociando el cuerpo del yogui desde las plantas de los pies hasta la cabeza con el néctar húmedo, untuoso y fresco, oh diosa suprema, procede de nuevo por el mismo camino a su propio hogar, oh diosa.

14 cd. Este es el yoga secreto enseñado [por mí], oh vosotros que sois honrados por los maestros yoguis.

[Victoria sobre la muerte]

15. Desechando todos los textos sagrados y acciones [rituales] como la repetición de mantra y la oblación de fuego, [y] liberado de las nociones de lo correcto y lo incorrecto, el yogui debe practicar yoga.

16ab. Girando la lengua hacia arriba, debe insertarla en los tres picos montaña (trikute).

16c–17d. Él debe saber que la montaña de tres picos está en el cráneo, debajo la frente y en la región por encima de la úvula; hay un linga resplandeciente allí, libre del proceso del tiempo (kalakramavinirmuktam) [y] difícil de percibir incluso para los inmortales.

18. Se dice que la noche está en Id. a, día en Pingala; la luna y el sol, oh diosa, se establecen para siempre como la noche y el día.

19. [El yogin] no debe adorar el linga ni de día ni de noche, oh diosa; él debe adorar el linga constantemente en el lugar donde se suprimen el día y la noche (divaratrinirodhatah).

20. Esta [existencia] (idam) consta de día y noche, el proceso del tiempo es su verdadera naturaleza; por la supresión del proceso del tiempo, la Muerte es derrotada (kalamrtyujayo bhavet).

21. [El yogui] debe imaginar su cuerpo como libre del proceso del tiempo; debe adorarlo con la flor del pensamiento (bhavapuspena) [y] debe ofrecerle una libación de los amr.tas de los lotos.

22. Aplicándose así durante seis meses, seguramente se vuelve eterno e inmortal. Verdaderamente, se vuelve omnisciente, igual a Siva [y] libre de enfermedades.

23a–24a. Insertando la lengua en la base del paladar, apuntando hacia la parte superior de la boca (urdhvavaktragam), el yogui debe beber el néctar producido allí y aspirar suavemente el aire con un silbido (sitkarena), oh diosa.

24bcd. Uniendo la mente con el estado transmental (unmanya), en el espacio sin apoyo (niralambe pade), oh diosa, debe practicar yoga natural (sahajam).

25ab. [Practicando] de esta manera, el yogui se vuelve eterno e inmortal después de seis meses.

25c–26b. Colocando [su] mentón en el círculo de dieciséis vocales (sodasasvaramandale) y fijando [sus] ojos entre [sus] cejas, oh diosa, [el yogui] debe extender [su] lengua hacia arriba.

26c–27b. Conteniendo la respiración deteniendo Ida y Pingala, [el yogui] debería despierta Kundalini y traspasa los seis lotos.

27c–28b. Insertando [Kundalini], que tiene la apariencia de mil relámpagos, en el centro mismo del cráneo en el lugar que es un océano de fresco amrta, debe permanecer allí durante mucho tiempo.

28c–29b. Cuando el yogui reside cómodamente en la morada de Brahma, entonces [con él] en ese lugar (tatpadam) el cuerpo parece sin vida (nirjivavat).

29c–30d. Si él debe practicar este yoga durante una semana, oh diosa, entonces se vuelve sin edad y sin muerte. Con solo un mes de práctica, vive tanto como la luna y las estrellas.

31. Cuando el yogui se rompe fácilmente y entra en la ciudad de Brahma, entonces alcanza el estado de Siva, que consiste en un cuerpo eterno (nityadehamayam), oh diosa.

32ab. Nunca más bebe del pecho de una madre en la rueda del renacimiento.

[Dejar el cuerpo y engañar a la muerte.]

32c–33d. Cuando el yogui decide dejar este cuerpo [temporalmente], entonces, sentándose derecho [y] conociendo el yo, debe visualizar durante mucho tiempo a la diosa de la Base brillando como diez millones de soles.

34. Contrayendo su jiva, que se ha extendido hasta las plantas de sus pies, debe conducir[lo] gradualmente al lugar del soporte de la Base (muladharapadam).

35. Allí debe imaginarse a la diosa Kundalini como el fuego destructor del mundo devorando la jiva, el aliento y los órganos de los sentidos.

36. Conteniendo la respiración, oh diosa, el yogui debe elevar [Kundalini que es] radiante como una bola de relámpagos desde la Base y condúcela al lugar de Svadhithana.

37ab. El asceta (vrati) debe imaginar a la diosa devorando toda la jiva situado allí.

37c–38b. [El yogin] debería criar rápidamente [a la diosa] que se parece a diez millones relámpagos desde allí, [y] habiendo llegado al lugar de Manipura practicar allí como antes.

38c–39b. Entonces, elev[ándola] de allí, [la] debe conducir [a ella] al lugar de Anahata. Quedándose allí por un momento, oh diosa, debería visualizarla devorando [la jiva] como antes.

39c–40b. Levantándola de nuevo, debe insertarla en el loto de dieciséis brazos.

Allí también el que conoce el camino del yoga debe visualizar [el Kundalini devorador] como antes, oh diosa.

40c–41b. Levantando de allí a la gran diosa que ha devorado la jiva [y

quien] tiene un resplandor igual al de diez millones de soles y llevándola al entrecejo [el yogui] debería [por medio de Kundalini] consumir nuevamente la jiva.

41c–42b. La lengua (vagisi), junto con la mente, debe romper el cerrojo de Brahma y ven a descansar (visramam) de inmediato en el gran océano del supremo amrta.

42c–43b. Unirse a Siva, [que está] situado allí [y que es a la vez] el supremo (paramam) [y] la causa suprema (paramakaranam), con la diosa, [el yogui] debe visualizar su unión.

43c–44b. Si [el yogui] desea engañar a la Muerte (kalam), [entonces], conociendo la distribución de [los lugares de] la muerte (kalavibhagavit), mientras que la Muerte (kalam) se acerca a él, felizmente debería permanecer allí.

44c–45b. Debajo del cerrojo de la puerta de entrada de Brahma está la causa de la muerte corporal; en la región de arriba allí, oh diosa, no hay oportunidad para la muerte.

45c–46b. Cuando [el yogui] ve que [el tiempo de] su muerte ha pasado, oh diosa, luego debe romper el cerrojo [de la puerta de entrada] de Brahma y llevar a la diosa [de vuelta] al centro de la Base.

46c–47b. [Re-]reemplazando su jiva, que ha sido [re-]producida del cuerpo de la diosa [Kundalini], junto con los sentidos, en sus respectivos [lugares de] acción, debe vivir feliz y saludable.

47 cd. Por este yoga, oh diosa, [el yogin] puede engañar a una muerte inminente.

[Abandonando el cuerpo]

48a–49b. Si desea abandonar [su] cuerpo mortal, entonces el contenido supremo

(paramasamtustah) [yogin] debe unirse Siva, que está en el lugar de Brahma, con la diosa, perfora el vacío y entra en la roca de Brahma (brahmasilam).

49c–51b. Debe colocar el elemento éter en el gran éter, el elemento aire en el gran viento, el elemento fuego en el gran fuego, el elemento agua en el gran océano, el elemento tierra en la Tierra, la mente en el espacio sin apoyo [y] sus órganos de los sentidos en los elementos desde el éter hasta prakrti.

51c–52d. Así, abandonando [la existencia transmigratoria y] dependiente sólo de la realidad última, intacta (asprstah) por los cinco elementos, la mente y los órganos de los sentidos (pancabhutadyaih), [el yogui] rompe el orbe del sol (suryasya mandalam) y, absorbo en Siva (sive linah), [que es] la morada serena de la realidad última, se vuelve como Siva.

53ab. Ni en diez mil millones de eones volverá de nuevo.

53c–54b. Si, por el bien del universo, no abandona [su] cuerpo, entonces, abandonándolo al final, cuando el mundo se disuelve, permanece sólo en sí mismo.

54c–55b. Este es Khecarimudra, que otorga dominio sobre los seres etéreos [y] destruye el nacimiento, la muerte, la vejez, la enfermedad, las arrugas y las canas.

[Alabanza de Khecarī y devoción a Siva]

55 cd. No hay vidya como este en ningún otro texto.

56. [El yogin] no debe hacer público el secreto Khecarīmelana, o diosa, y, por afecto a ti, he proclamado este método de la práctica (abhyasayogah) de [la vidya].

57. Oh diosa, el que no conoce a Khecarī, quien es adorado por todos los grandes yoguis, se llama un alma atada (pasuh) en este mundo, oh diosa.

58–59. El gran yoga no puede ser perfeccionado sin mi adoración, incluso por [el yogin] quien, mientras vaga por los tres mundos, está constantemente dedicado a la práctica y practica la vidya obtenida de la boca de [su] guru, con su mente siempre enfocada. en Khecarimelaka y cosas por el estilo.

60. Para aquellas almas atadas atrapadas en cautiverio [que] no tienen mi gracia [y] que tienen la intención de despreciarme, el yoga es una fuente [únicamente] de sufrimiento.

61. Para aquel que abandona mi adoración, la cual [Yo], el Siva que todo lo sabe, he enseñado, [incluso si] practica yoga constantemente, el yoga conduce a la destrucción.

62ab. [El yogui] debe adorar al Siva universal (sarvalokamayam) con devoción (bhaktya).

62 cd. Todos los dioses y diosas están complacidos con aquel cuya mente está enfocada solo en mí.

63. Por lo tanto [el yogui] debe adorarme y practicar el yoga de Khecari con mi gracia. De lo contrario, solo habrá problemas y ningún siddhi [incluso] en diez millones nacimientos

64. Para aquel que está interesado en adorarme [y] cuya mente está atenta a mí solo todos los mantras y yogas tienen éxito, oh diosa suprema.

65. Por lo tanto, para avanzar en todos los tipos de yoga (sarvayogabhivr ddhaye), el yogin debe adorarme, oh diosa, [y], deleitándose en Khecari, debe practicar su (tanmayam) yoga.

66–67. En [un lugar] libre de personas, animales y toda perturbación, [el yogui], dotado de todo lo necesario para la práctica (sarvasadhanasamyuktah)

[y] libre de toda ansiedad, debe, de la manera descrita por su gurú, sentarse en un asiento cómodo y hacer cada práctica una por una (ekaikam abhyasam), confiando en las enseñanzas de su gurú.

68. He enseñado este yoga, el mejor de todos los yogas, por cariño a ti, oh gran diosa. ¿Qué más quieres escuchar?

La diosa dijo:

69. Oh Sambhu, cuya diadema es la luna creciente (candrardhasekhara) [y] que puede ser alcanzado [sólo] por la verdadera devoción (sadbhaktisam. labhya), que seas victorioso. Has descrito bien el secreto [y] glorioso Khecarividya.

Capítulo 4

1. Y ahora te enseñaré algunas drogas muy sagradas. Sin drogas, un yogui nunca puede alcanzar el siddhi.

2. [Habiendo preparado] un polvo de hojas, flores, frutos y tallo, junto con la raíz, de la planta cuyo nombre consiste en la rama más alta del mendicante (bhiksuttamangaparikalpitanamadheyam) con suero de leche y agua (takra), gachas de arroz fermentado (aranala) y leche, junto con miel (madhu), azúcar (sarkara) y el como, uno debe dar (dadyat) [al yogui] en bocados separados (prthakkavalitam) píldoras esenciales redondas (rasamandalani) [de la mezcla]. †[El yogin alcanza]† todo junto (samyag eva) la pérdida de canas, gran bienestar, gran vigor (udaraviryam) y la eliminación de enfermedades debilitantes.

3. [Sus] oídos [se vuelven como los de] un jabalí, [sus] ojos [se vuelven como los de] un ave de rapiña, y [sus] uñas [y] dientes [se vuelven] como diamantes; [se vuelve] joven, tan rápido como el viento, y vive tanto como la tierra, la luna y las estrellas.

4. [Si el yogin] debe comer bulbo de varahi en polvo, con ghee y sin refinar caña de azúcar, [surgen] salud y crecimiento; [si debe comer ese polvo] en suero de leche y agua (takre), las pilas se destruyen; [si la come] en leche de vaca, la lepra se destruye; uno debe hacer que [el yogin] beba ese polvo con azúcar y similares (sarkaradyaih) y agua dulce dos veces al día durante dos años; [el yogui se volverá] de cabello negro, sin canas ni arrugas, †[y] se deshace de la negrura en el cuerpo (krsnabhedi sarire)†.

5. Para deshacerse de la vejez y la debilidad, el [yogui] sabio debe comer guggulu con aceite de ricino y azufre con triphala.

6. Con solo un mes de uso de svagandha, semillas de sésamo, frijol mungo, azúcar y visvasarpika, no hay enfermedad ni muerte.

7ab. Con [estos] cinco, la inmortalidad se obtiene en cinco meses, querida.

7c–8b. [El yogin], después de haberse levantado al amanecer, debe comer azufre, triphala y kustha, mezclado con los tres edulcorantes; después de seis meses está libre de arrugas y Pelo gris.

8c–9d. Oh diosa, tomando mercurio, azufre, oropimente, rejalgá, lo que se llama Rudra, es decir, el tallo y el polen de kunasti, y el polen de mundika empapado en los tres edulcorantes, [el yogui] se fortalece después de un año.

10. Al comer regularmente bhrnga en polvo y seco con su raíz, semillas de sésamo negro y un fruto de amalaca en media medida, con los tres endulzantes, en un año ni enfermedades ni vejez ni muerte [surgen].

11. [El yogui] debe comer una hoja de nirgundi tres veces al día; en doce años, oh diosa, se libera de la vejez y de la muerte.

12. [El yogin] debe usar cantidades iguales de polen de nirgundi, amala y mundi, untado con azúcar, ghee y miel; después de un año destruye las canas y las arrugas.

13. En seis meses, las semillas de azufre, oro, oropimente y rudraksa se mezclaron con el tres edulcorantes otorgan la libertad de la vejez y la muerte.

14. Al levantarse al amanecer, [el yogin] debe comer mercurio, la savia de la seda-algodón árbol (salmali), azufre y los tres edulcorantes; después de seis meses se libera de la vejez y la muerte.