

Hamsa-Upanishad

Doctrina Secreta del Cisne Místico

Introducción

Esta *Upanishad* trata del conocido término sánscrito “*hamsa*”. Forma parte del *Sukla Yajur Veda* y consta de veintiuna secciones cortas donde se expone de forma muy condensada la teoría y práctica del *mantra hamsa*.

Escrito en forma de diálogo entre el sabio *Sanatkumara* y su discípulo *Gautama*, la enseñanza propuesta se puede encuadrar dentro del *Kundalini Yoga*. La *Upanishad* aconseja practicar la recitación silenciosa de *hamsa* a quienes son incapaces de contemplar directamente el si-mismo-trascendental. Esto implica la observación consciente de la “plegaria” espontánea de la respiración. De esta forma, afirma el texto, se generan todo tipo de sonidos internos (*nada*). Afirma que *hamsa* penetra en el cuerpo como el fuego penetra la madera o el aceite impregnan la semilla de sésamo.

El texto menciona ocho funciones principales de *hamsa* pero realmente describe doce relacionadas con el “loto del corazón” (*hrit padma*). También da una descripción de los diez niveles de manifestación del sonido interno, asociándolos con distintos fenómenos, los cuales resultan significativos a partir del cuarto: temblor en la cabeza, profusión del nectar de la inmortalidad (*amrita*), disfrute del fluido de ambrosía, adquisición del conocimiento secreto, perfección del discurso (*para-vak*), habilidad para volverse invisible y contemplar lo infinito y, finalmente, identificación con lo Absoluto. Se pide al practicante que se concentre en el décimo nivel, el del sonido mas sutil semejante al trueno (*megha nâda*).

Todo este proceso conduce a la identificación con el si-mismo-trascendental, a la realización de *Sada-Shiva*, el “*Shiva* Eterno”, que es el resplandeciente y pacífico sostén de toda existencia.

Texto

Om! Este (*Brahman*) es infinito, y este (universo) es infinito.
Lo infinito procede de lo infinito.
(Incluso) extrayendo la infinitud del infinito (universo),
lo único que permanece es lo infinito (*Brahman*).
¡Om! ¡Penetre en mi la paz!
¡Haya paz a mi alrededor!
¡Haya paz en las fuerzas que actúan en mi!

1. *Gautama* se dirigió a *Sanatkumara* de la siguiente forma: “sabio Señor, que conoces todos los *Dharmas* y eres experto en todos los *Shastras*, te ruego me indiques el camino que tengo que adoptar para comprender *Brahma-Vidya* (conocimiento de lo Absoluto)”.
2. *Sanatkumara* respondió: “te enseñaré, *Gautama*, la doctrina fundamental (*tattva*) tal como la expuso *Parvati* (esposa de *Shiva*) después de comprender todas las enseñanzas de *Shiva* y analizar completamente todos los *Shastras*”.
3. *Sanatkumara* continua: “esta enseñanza es muy secreta y el yogui debe preservarla cuidadosamente como un gran tesoro; la enseñanza permite

comprender la naturaleza de hamsa; el practicante alcanzará así la liberación y el conocimiento puro (de *Brahman*); por tanto, no debe mostrarse en detalle a quien no este lo suficientemente cualificado como para asimilar tales resultados”.

4. *Sanatkumara* sigue a continuación: “ahora voy a explicarte detalladamente la auténtica naturaleza de *hamsa* para beneficio del *brahmacharin* (estudiante de yoga), que ha dominado sus sentidos y venera a su *guru*.
5. Quien comprenda la Esencia Suprema que reside en todo ser como la inherente presencia del fuego en las brasas o del aceite en las semillas de sésamo, nunca se encontrará con la muerte.
6. Efectuar la contracción anal (*asvinimudra*) con el talón contra el perineo; elevar *vayu* (*prana* o *kundalini*) a partir del *chakra* raíz (*muladharachakra*) y dar tres vueltas al *chakra svadhithana*, atravesar *manipurachakra*, cruzar *anahatachakra* y controlar *prana* en *visuddhichakra*; después alcanzar *ajñachakra* y meditar en *brahmarandhra* (en la cabeza); de esta forma se comprende que la auténtica naturaleza del si mismo carece de forma.
7. El *sisna* (pene) tiene dos lados (izquierda y derecha, según se mira hacia abajo). (Realmente) es *paramahamsa* (el supremo *hamsa*, o supremo si-mismo) con el resplandor de miriadas de estrellas y gracias al cual surge (se fertiliza) todo el universo.
8. (Este *hamsa* que tiene *buddhi* como vehículo) tiene ocho *vritti* (pétalos, en el loto del corazón).
9. (Cuando se contempla *hamsa*) en el pétalo oriental, (la persona) se inclina hacia una gran actividad; en el pétalo sur-oriental, surge sueño, pereza, etc; en el del sur, hay inclinación hacia la crueldad; en el sur-occidental, hay inclinación hacia los pecados; en el occidental, hay inclinación hacia la actividad sensual; en el nor-occidental, se despierta el deseo de caminar, entre otros; en el del norte, aparece el deseo de lujuria; en el nor-oriental, se despierta el deseo de amasar riqueza; en el medio (en los espacios entre los pétalos), hay indiferencia ante los placeres materiales.
10. (Cuando se contempla *hamsa*) en el tallo (del loto del corazón), surge el estado de vigilia; en el pericarpio aparece *svapna* (sueño ligero, con ensoñaciones); en el *bija* (semilla del pericarpio), surge *sushupti* (sueño profundo, sin ensueños); al dejar el loto, aparece *turiya* (cuarto estado).
11. Cuando *hamsa* está absorto en *nada* (sonido místico), se alcanza un estado más allá del cuarto. *Nada* (qué está en el límite del sonido y más allá de la palabra y la mente) permanece como el cristal puro (y) se extiende desde *muladhara* a *brahmarandhra*. Esto es (realmente) *Brahma* o *Paramatman*.
12. (A continuación se trata el *ajapa gayatri*): ahora *hamsa* es el *rishi*; la medida es *avyakta gayatri* (lo inmanifestado); *paramahamsa* (lo absoluto) es *devata* (deidad que preside), “*ham*” es *bija*; “*sa*” es *Shakti*; *so'ham* (el sonido del aire al respirar) es *kilaka* (la unión). Se compone (por tanto) de seis formas.
13. Se producen 21,600 *hamsa* (o respiraciones) durante un día completo. (Saludo a *Surya*, *Soma*, *Niranjana* (el puro) y *Nirabhasa* (el ilimitado)).

14. *Ajapa mantra*. (Que) el sutil y carente de forma sea una guía (e ilumine mi comprensión). Ahora se debe practicar (la contemplación) *anganyasas* y *karanyasas* (debe efectuarse recitando el mantra) en el corazón y otros (lugares).
15. Habiendo hecho esto así, se debe contemplar *hamsa* (el cisne místico) como *atman* en el corazón; *agni* y *soma* son sus alas (lados derecho e izquierdo); *omkara* es su cabeza; *ukara* y *bindu* son los tres ojos y la cara, respectivamente; *Rudra* y *Rudrani* (*Shiva* y *Shakti*) son los pies.
16. *Kanthata* (la comprensión de la unidad entre *jivatma* o *hamsa*, el ser individualizado, y *paramatman* o *paramahamsa*, el ser absoluto) se realiza de dos maneras (*samprajñata* y *asamprajñata*).
17. Después de esto, *unmani* (estado de realización, mas allá de lo mental) se halla al final del *ajapa* (*mantra*). Habiendose reflejado así en *manas* por medio de este (*hamsa*), se escucha *nada* como fruto de una larga recitación de este *ajapa* (*mantra*). *Nada* tiene diez formas (niveles) de manifestación.
18. La primera es *chini* (como el sonido de esa palabra); la segunda es *chini-chini*; la tercera es el sonido de la campanilla; la cuarta es el de la concha; la quinta es el del *tantiri* (laúd); la sexta es el sonido del *tala* (címbalos); la séptima es el de la flauta; la octava es el del *bheri* (tambor); la novena es el del *mridanga* (tambor doble); y la décima es el de las nubes (es decir, el del trueno).
19. Se puede experimentar el décimo sin (experimentar) los nueve primeros sonidos (a través de la iniciación con un *guru*).
20. En la primera fase, el cuerpo se vuelve *chini-chini*; en la segunda, hay estremecimiento (*bhanjana*) en el cuerpo; en la tercera, hay penetración (*bhedana*); en la cuarta, la cabeza tiembla; en la quinta, el paladar produce nectar (*amrita*); en la sexta, se disfruta del néctar de la inmortalidad; en la séptima, surge el conocimiento de lo oculto (en el mundo); en la octava, se perfecciona el discurso (*para-vak*); en la novena, el cuerpo se vuelve invisible y se desarrolla la visión divina; en la décima, se logra la identificación de *para-brahman* con *atman*, que es *brahman* (identificación con lo absoluto).
21. Después de esto, una vez destruido o disuelto *manas*, el cual es la fuente de *sankalpa* y *vikalpa*, y debido a la destrucción de estos dos, cuando se han destruido las virtudes y los pecados, entonces se resplandece como *Sadashiva* con la naturaleza de *Shakti* que lo invade todo, siendo reluciente en su auténtica esencia, inmaculado, eterno, puro y el *om* más puro. Así es la enseñanza de los *Vedas*; y así es el *Upanishad*'.