

El Yoga No Común de lo Inconcebible

LA INSTRUCCIÓN ESPECIAL DE CÓMO
ALCANZAR LA TIERRA PURA DE KEAJ-
RA CON ESTE CUERPO HUMANO

Compilada por el Venerable Geshe Kel-
sang Gyatso Rinpoche.

Introducción. Esta sadhana u oración ritual para la consecución de la Tierra Pura de Keajra está basada en la sadhana escrita por Je Phabongkhapa. Yo la he presentado en una manera sencilla para hacer que sea fácil de entender y practicar.

La instrucción tiene dos etapas: (1) las prácticas preparatorias, y (2) la práctica en sí del yoga no común de lo inconcebible.

A menudo las prácticas preparatorias parecen más difíciles que la práctica en sí. Esto es muy común. Cocinar, por ejemplo, es más difícil que comer, y preparar una fiesta les más difícil que la fiesta en sí!

Esta práctica del yoga no común es superior a la práctica de powa, la práctica de transferencia de consciencia a una Tierra Pura. Para la efectividad de esta profunda práctica deberíamos recibir las iniciaciones del mandala del Cuerpo de Heruka y Vajrayogini, y la instrucción especial del yoga no común de lo inconcebible de un Guía Espiritual cualificado. Después necesitamos aplicar esfuerzo en practicar esta instrucción continuamente, pensando, 'Con esfuerzo puedo conseguir cualquier cosa.' De esta manera deberíamos llevarnos a no-

sotros mismos al estado de Heruka Padre y Madre.

LAS PRÁCTICAS PREPARATORIAS

Ir por refugio. Yo y todos los seres sintientes, los migradores extensos como el espacio, desde ahora hasta que alcancemos la esencia de la iluminación / Vamos por refugio a los gloriosos, sagrados Gurus / Vamos por refugio a los Buddhas completos, los Seres Bienaventurados / Vamos por refugio a los Dharmas sagrados / Vamos por refugio a la Sangha superior. (3x)

Generar bodhichitta. Una vez que haya alcanzado el estado completo de un Buddha voy a liberar a todos los seres sintientes del océano de sufrimiento del samsara, y a conducirles al gozo de la iluminación total. Con este propósito voy a practicar las etapas del camino de Vajrayogini. (3x)

Generar una motivación especial. No hay ninguna garantía de que no moriré hoy. La muerte destruye la preciosa oportunidad que tengo ahora de alcanzar la meta última de la iluminación, y ser de beneficio a todos los seres sintientes. Por lo tanto, he de transformar mi cuerpo en el cuerpo sin muerte, inmortal, por medio de alcanzar la Tierra de las Dakinis, la Tierra Pura de Keajra.

Meditamos en esta determinación brevemente.

Purificar la apariencia ordinaria de mí mismo. Cuando me busco, o busco a mí

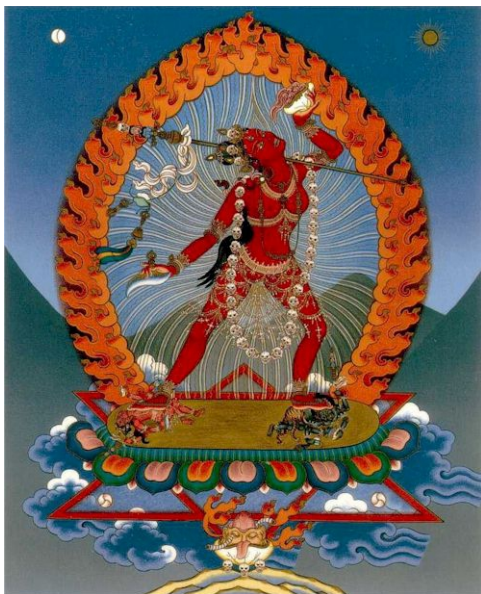
yo, con sabiduría, en vez de encontrarme desaparezo. Esta es una indicación clara de que el yo que normalmente veo no existe en absoluto.

Meditamos en la mera ausencia del yo que normalmente vemos.

Generarnos como la Vajrayogini externa.

En el vasto espacio de la vacuidad aparece como la Venerable Vajrayogini, con las características usuales pero sin la fuente de fenómenos y el asiento solar. Tengo un cuerpo de color rojo de luz, y asumo la forma de una joven de dieciséis años en la plenitud de mi juventud.

Meditamos en esta creencia.



Visualizar los canales. En el centro mismo de mi cuerpo, que es de la naturaleza de

luz, está mi canal central. Fino como un hilo, es muy recto, de color rojo aceitoso, y claro y transparente. El extremo inferior del canal central está al nivel de mi ombligo, desde donde asciende en línea recta con su extremo superior tocando la coronilla de mi cabeza. A cada lado del canal central, sin espacio intermedio, están los canales derecho e izquierdo. El canal derecho es de color rojo y el izquierdo de color blanco. El canal derecho empieza en la punta del orificio nasal derecho y el izquierdo en la punta del orificio nasal izquierdo. Desde allí ascienden los dos en un arco hasta la coronilla de mi cabeza, y desde la coronilla descienden los dos hasta tres centímetros debajo del ombligo, con sus extremos vueltos hacia arriba.

Generar nuestra mente Vajrayogini. En mi ombligo, entre el extremo inferior del canal central y los extremos inferiores de los canales derecho e izquierdo, que están vueltos hacia arriba, hay un pequeño espacio vacío. En este espacio está mi mente en el aspecto de Vajrayogini, del tamaño de un pulgar, con las características usuales pero sin la fuente de fenómenos y el asiento solar. Sus dos piernas están sobre los extremos inferiores de los canales derecho e izquierdo, que están vueltos hacia arriba, y su coronilla tocando el extremo inferior del canal central. Esta Vajrayogini interna es mi mente. Yo soy mi mente Vajrayogini.

Meditamos en esta creencia.

Purificar y transformar el mundo y lo seres

que lo habitan. Desde el corazón de mi mente Vajrayogini en el ombligo irradian innumerables rayos de luz de cinco colores, la naturaleza de las cinco sabidurías omniscientes. Purifican el mundo entero y a todos los seres que lo habitan. El mundo se transforma en la Tierra Pura de Keajra y todos los seres se transforman en Vajrayogini. Se funden todos en luz y se convierten en una única bola de luz. Ésta se disuelve en el corazón de mi mente Vajrayogini en el ombligo.

Aquí deberíamos practicar la siguiente meditación. Inhalamos suavemente e imaginamos que todos los aires de la parte superior del cuerpo se reúnen, fluyen hacia abajo y llegan al punto justo encima de nuestra mente Vajrayogini en el ombligo. Tensamos ligeramente los músculos de la parte inferior del cuerpo y llevamos hacia arriba todos los aires inferiores. Estos suben hasta llegar al punto justo debajo de la mente Vajrayogini en el ombligo. Ahora los aires superiores e inferiores se mantienen unidos en el ombligo. A esto se le llama 'respiración del vaso' porque la forma de los aires superiores e inferiores unidos tiene la forma de un vaso. Mientras sostenemos la respiración del vaso en el ombligo nos concentramos en nuestra mente Vajrayogini, y pensamos con fuerza 'Yo soy mi mente Vajrayogini'. Meditamos en esta creencia. Justo antes de empezar a sentir incomodidad exhalamos el aire lentamente y suavemente por los orificios nasales. Sostener la respiración del vaso ayuda a evitar distracciones y hace la concentración clara. Debido a que inicialmente

no seremos capaces de sostener la respiración durante mucho tiempo, necesitamos repetir esta práctica una y otra vez.

LA PRÁCTICA EN SÍ DEL YOGA NO COMÚN DE LO INCONCEBIBLE

Habiendo conseguido una profunda familiaridad con el pensamiento 'Yo soy mi mente Vajrayogini', a través del cual hemos cambiado la base de designación de nuestro yo, nos aplicamos ahora a la siguiente contemplación y meditación:

Quando alcance la Tierra Pura de Keajra seré libre permanentemente de enfermedades, vejez, muerte, y renacimiento samsárico, y podré beneficiar a innumerables seres vivos por medio de mis emanaciones. He de ir allí ahora.

Las dos piernas y dos brazos de la Vajrayogini externa se disuelven en su cuerpo principal. La parte inferior de su cuerpo principal se disuelve en mi mente Vajrayogini en el ombligo. Mi mente Vajrayogini asciende hasta el corazón de la Vajrayogini externa. El cuerpo principal de la Vajrayogini externa de debajo del corazón se disuelve en mi mente Vajrayogini en el corazón. Mi mente Vajrayogini asciende hasta la coronilla de la Vajrayogini externa. El cuerpo principal de la Vajrayogini externa de debajo de la coronilla se disuelve en mi mente Vajrayogini en la coronilla. Después, la coronilla de la Vajrayogini externa se disuelve en mi mente Vajrayogini. Mi mente Vajrayogini instantáneamente vuela a través del cielo superior del Dhar-

makaya y alcanza la Tierra Pura de Keajra.

Meditamos en esta creencia con concentración unipuntual sin distracciones.

El cuerpo de mi mente Vajrayogini se vuelve más y más pequeño y se disuelve en la vacuidad, que es inseparable del gran gozo.

Meditamos en la unión de gran gozo y vacuidad, que es la cualidad real de lo inconcebible. Deberíamos repetir esta práctica del yoga no común de lo inconcebible tres o siete veces en cada sesión.

A través de conseguir una profunda familiaridad con las prácticas preparatorias y con la práctica en sí de este yoga no común por medio de aplicar continuo esfuerzo y de recibir las poderosas bendiciones de Heruka y Vajrayogini, los practicantes alcanzarán la Tierra Pura de Keajra con este cuerpo humano. Esto no será de acuerdo con la apariencia común, sino de acuerdo con la apariencia no común y la experiencia de los practicantes afortunados. Si un practicante de unos ochenta años de edad alcanza la Tierra Pura de Keajra, el cuerpo de él o ella se transformará en el cuerpo de un o una joven de dieciséis años en la plenitud de su juventud, y se convertirá en un cuerpo no contaminado. De esta manera, él o ella será libre permanentemente de enfermedades, vejez, muerte, y de renacimiento en el samsara, y por medio de practicar continuamente el Alto Yoga Tantra alcanzará la iluminación completa en esta vida.

Dedicación. A través de la práctica de este yoga de lo inconcebible / Que la puerta del cielo de Keajra se abra para todos / De manera que todos los seres vivos puedan alcanzar / El estado de Heruka Padre y Madre.

Por las virtudes que he acumulado aquí / Que la doctrina del Vencedor Losang Dragpa / Que es la esencia misma del Buddhadharma / Florezca para siempre.

*Incluimos aquí las **Oraciones Para la Tradición Virtuosa** y la **Oración de Migtsema de Nueve Líneas**, que se encuentran en todas las sadhanas.*

--- ---

Esta sadhana, u oración ritual para el logro de realizaciones espirituales, fue compilada por el Venerable Geshe Kelsang Gyatso Rinpoche, basada en fuentes tradicionales, en 2012.

Traducida del libro de **The Oral Instructions of Mahamudra** por k.jfm@telefonica.net (alpasardeltiempo.blogspot.com.es) en Enero 2016, en el Día de Vajrayogini.