

Yoga Vishaya

A presente tradução foi realizada em setembro de 2010 por Christian Rocha, do Templo do Yoga de Ilhabela, sob orientação do Shankarnath Maharaj, do Templo do Yoga de Santos, com base na tradução do sânscrito para o inglês realizada por Lokanath Maharaj (Mike Magee).

O texto em inglês pode ser encontrado aqui:
<http://www.shivashakti.com/vishaya.htm>

O texto original em sânscrito pode ser encontrado aqui:
http://sanskritdocuments.org/all_sa/yogavishaya_sa.html
http://sanskritdocuments.org/all_txt/yogavishaya.txt (ITRANS)

O leitor também poderá ter interesse nas palavras do prof. Carlos Eduardo Gonçalves Barbosa sobre o *Yoga Vishaya* (conforme publicadas em seu blog: <http://carledug.blogspot.com/2008/04/literatura-tantrica.html>)

Esta obra surpreendente, de autoria atribuída a Minanatha fundador mítico da linhagem tântrica Kaula, se propõe a elucidar a visão Natha sobre o Yoga em apenas 33 linhas de texto. Longe de decepcionar o leitor atento, no entanto, seu autor usa a linguagem cifrada do Tantra para desafiá-lo a fazer a descoberta de uma vida. Seu título sânscrito, "Yogavishaya", significa "o objeto do Yoga", ou seja, é uma obra que tem a pretensão de revelar o caminho secreto que os Nathas deveriam trilhar para realizar essa prática. É esse segredo dos criadores do Hatha Yoga que o autor sugere estar oculto por trás de cada palavra desse documento. Para que ele apareça, sua leitura precisa mergulhar para muito além das enigmáticas palavras que enxergamos em sua superfície.

Minanatha, ou Matsyendranatha, teria sido supostamente o guru de Gorakshanatha, mas também foi o inspirador da escola tântrica Pratyabhijña, da qual fazia parte Abhinavagupta, criada na Cachemira décadas antes do surgimento do Hatha Yoga.



Prostro-me aos pés do Guru, diante do filho do Guru e de seus outros familiares, e diante de sua guia Shakti e diante de outros, em seqüência. [1]

Curvo-me diante do Guru que representa a realidade mais alta; ele percorre o mundo em peregrinação, enquanto internamente ele permanece imóvel, tendo adquirido o conhecimento perfeito. [2]

Obtêm êxito nisto aqueles que nasceram em uma boa família *Kula*, com os atributos do bom comportamento, constantes na devoção ao supremo ser Adinatha! [3]

Tem sido dito por Akula Minatha, que habita a plenitude da bem-aventurança, que o discípulo devotado ao seu Guru é um homem sábio. [4]

Pela graça, eu, Minanath, tornei-me consciente da suprema realidade. Minanath então disse tudo isto a um verdadeiro discípulo. [5]

Quando não há distinção entre Guru e discípulo, então Guru e discípulo tornam-se um na realização. [6]

Eu, Minanath, filho de Uma e Shankar, o senhor dos santos, proclamo a suprema realidade, o desdobramento de *Kulakula*. [7]

Os seis Kaula Chakras auspiciosos são *Adhara*, *Svadisthana*, *Manipura*, *Anahata*, *Vishuddhi* e *Ajna*. [8]

Adhara situa-se perto do ânus, *Svadisthana* perto dos genitais, *Manipura* situa-se no umbigo e no coração está *Anahata*. [9]

Vishuddhi está na região da garganta, e *Ajna Chakra* está na testa. Ao passar através dos Chakras, o mais alto e puro Chakra é atingido. [10]

Ida segue à esquerda, e *Pingala* à direita. No centro de *Ida* e *Pingala* está *Sushumna*, que tem a natureza da bem-aventurança. [11]

No Chakra da base estão as quatro pétalas, nos genitais seis, no umbigo dez, no coração doze, na base do palato dezesseis e na testa duas pétalas. No disco situado no centro da testa [estão as letras] Da, Pha, Ka e Tha juntas. Na área da garganta estão as vogais. *Ham Ksham*, curvo-me àquele ser de letras ligadas aos *tattvas* que estão em todas as flores de lótus! [12]

Prana, *Upana*, *Samana*, *Udana* e *Vyana* junto com os [cinco] poderes de ação constituem o conjunto de *Kriya Shakti*. [13]

Naga, *Kurma*, *Krikara*, *Devadetta* e *Dhananjaya* e os cinco significados do conhecimento constituem o conjunto de *Jnana Shakti*. [14]

No centro está o Fogo de Shakti. No chakra do umbigo está situado o sol. Tendo realizado *Bandhamudra*, tudo se desloca para o majestoso olho situado na testa. [15]

A letra A está na região do fogo (*Brahmagranthi*), e U no coração (*Vishnugranthi*). M está no centro da testa (*Rudragranthi*), e este é o mantra que se deve conhecer. [16]

O nó de Brahma está no lugar mais baixo, o nó de Vishnu está no coração, e o nó de Rudra está no centro da testa – estes três nós liberam o indivíduo. [17]

A letra A é Brahma, U é Vishnu, M é Shiva, foi dito. Não há dúvidas de que [este mantra, OM] é o senhor da paz suprema, o mantra definitivo. [18]

Tendo feito a contração da garganta, deve-se pressionar o néctar que está no(s) dezesseis acima. [19]

Trikuta, Trihatha, Golhatha, Shikhara, Trishikha, Vajra, Om-kara, Urdhvanakham e Bhruvornukham [estão acima]. [20]

Deve-se contrair o sol, ou unir-se com *Trihatha*. Em ambos os casos obtém-se a esfera da Lua. [21]

Pranava, Gudanala, Nalini, Sarpini, Vankali, Kshaya, Sauri e Kundali são as oito espirais de *Kundalini*. [22]

Deve-se agitar a *Kundalini*, atravessando [os chakras], e conduzindo o sopro vital até à esfera da Lua. Isto causa o entrelaçamento dos vajras, e fecha as nove portas. [23]

O indivíduo torna-se poderoso, com aspecto agradável, livre dos gunas, abençoado. Quando o som *nada* alcança o lugar de Brahma, Shankhini derrama seu néctar. [24]

Deve-se acender a luz do conhecimento, que retira o indivíduo da esfera dos seis chakras. Banhando o corpo no néctar, deve-se render culto à divindade. [25]

O devoto deve banhar o senhor, da forma da consciência, com néctar da Lua, deve dar-lhe flores mentais e deve adorar o Shiva supremo. [26]

O eu iludido, que exclui o indivíduo da felicidade, torna-se um corpo de conhecimento, íntegro, uma forma pura e indivisível. [27]

Hamsa Hamsa é o mantra do qual dependem os corpos dos seres vivos. Ele é entoado [meditado] como a forma coletiva do sopro vital nos nós. [28]

21600 vezes ao dia a palavra *Hamsa* está sendo pronunciada – desta forma o indivíduo constantemente medita *So-aham*. [29]

Na parte frontal está o *lingam* pulsante, atrás está Shankhini. No centro da testa está o *lingam* de luz, o Eu profundo de Shiva, vermelho e branco. [30]

Vajra Danda está situado no centro de tudo. Este lugar supremo é ao mesmo tempo frio e quente, preenchido com *Meda* (gordura) e *Majja* (medula). [31]

O néctar flui desde o lugar do absoluto, e banha os três mundos. [32]

Foi dito por Minanath que através disto pode-se livrar de todas as doenças e *karma* e dos dezoito (tipos de doenças) causados pelo excesso de Vata e Pitta. [33]