

Vigjana Bhairava Tantra

Devi je upitala Shivu*:

O Shiva, sta je tvoja stvarnost?

Sta je ovaj cudetni univerzum?

Sta je izvor svega?

Ko okreće točak univerzuma?

Sto j ovaj život izvan oblika sto prozima oblike?

Kako da udjemo u njega potpuno, transcendenirajući vreme i prostor, imena i forme?

Molim te, otkloni sve moje sumnje!

*(Iako je već probudjena, Devi je postavila ova pitanja kako bi i ostali u univerzumu dobili Shivine instrukcije. Sledi Shivin odgovor u kojim on objašnjava 112 metoda do probudjenja.)

Shiva je odgovorio:

1. Blistava, to iskustvo se može otkriti između dva daha. Odmah nakon udaha pre nego što izdahnes - oseti **blagodet**.
2. Kada udah prolazi odozdo nagore i kad se vraća odozgo nadole - u trenutcima ovih zaokreta **realizuj**.
3. Ili, kad god se udah i izdah stope, u tom času dodirni energijom ispunjen - ispraznjen **centar**.
4. Ili, kada je dah potpuno spolja i zaustavljen sam od sebe, ili potpuno unutra i zasutavljen - u ovoj univerzalnoj pauzi, nase malo jastvo **nestaje**. Ovo je tesko samo neprociscenima.
5. Dozivi svoju sustinu kao svjetlosne zrake koje bude **Zivotnost** u tebi, podizuci se uz kicmu od centra do centra.
6. Ili je između centara oseti kao **bljesak**.
7. Devi, u tim blazenim centrima svesnosti zamisli sanskritska slova, prvo kao slova, zatim kao zvuke, a onda kao najsuptilnije osjecaje. Na kraju, napustivsi ovo, budi **slobodna**.
8. S pažnjom između obrva budi pre misli. Dopusti da sustina daha ispuni tvoje tijelo do tjemena, a zatim da se prelijeva odatle kao **mlaz svetlosti**.
9. Ili, zamisli svojih pet čula kao petbojne krugove na paunovom repu u bezgranicnom prostoru. Neka se njihova lepota istopi iznutra. Na isti način posmatraj bilo koju tačku u prostoru ili na zidu sve dok tačka ne **iscezne**. Tada se sve sto pozelis drugome obestinja.

10. Zatvorenih očiju vidi svoje unutrašnje bice do detalja. Tako sagledaj svoju **prirodu**.
11. Usmeri svoju cjelokupnu pažnju na nerv, tanan kao stabljika lotosa, u centru tvog kicmenog stuba. Na taj način **budi transformisana**.
12. Zatvori rukama sedam otvora na glavi i prostor između tvojih očiju postaje **sveobuhvatan**.
13. Dodirujući očne jabučice lako kao perom, svjetlost između njih **siri se ka srcu** i prozima kosmos.
14. Okupaj se u središtu zvuka kao u neprekidnom sumu vodopada ili zatvorivši usi prstima, čuj **zvuk zvukova**.
15. Intoniraj lagano zvuk AUM. Kako zvuk ulazi u zvučnost, **udji i ti**.
16. Postepeno profinjaj zvuk bilo kog glasa, **probudi se**.
17. Dok slušas zicane instrumente obrati pažnju na njihov složen zajednički zvuk i tako doživi **sveprisutnost**.
18. Intoniraj neki zvuk glasno, a zatim sve tiše i tiše dok ti se osjećaj ne stopi sa **harmonijom tisine**.
19. Zamisli da je duh istovremeno i unutar i izvan tebe dok ceo univerzum ne postane **duhovan**.
20. Nezna Devi, udji u eteričko **prisustvo** koje prozima sve daleko iznad i ispod tvoje forme.
21. Učini svoj um neizrecivo profinjenim, iznad, ispod i **u svom srcu**.
22. Predstavi sebi bilo koji dio svog svakidasnjeg oblika kao **beskrajno velik**.
23. Oseti da su tvoje kosti, meso i krv ispunjene **kosmičkom sustinom**.
24. Zamisli svoju pasivnu formu kao praznu sobu sa zidovima od kože - **potpuno praznu**.
25. Blazena, sa čulima apsorbovanim u srcu, dosegni **centar** lotosa.
26. Ne obazirajući se na um ostani nepomična - **dok najednom**.
27. Dok radiš nešto zadrži pažnju između dva daha i kroz nekoliko dana ovakve prakse bices **ponovo rođena**.
28. Usredsredi se na vatru koja se rasplamsava u tebi od stopala na gore, sve dok ti telo ne sagori u pepeo, **ali ne i ti**.
29. Meditiraj na to kako prividni svet sagoreva u pepeo i postani **bice iznad ljudskog**.
30. Oseti kako suptilni kvaliteti kreacije prozimaju tvoje grudi i poprimaju **delikatne forme**.

31. Neopipivim dahom iz cela, koji u trenutku uranjanja u san silazi u srce, ovladaj snovima i **samom smrću**.
32. Dok slova prelaze u reci, a reci u recenice i dok krugovi prelaze u svetove, a svetovi u principe, otkrij na kraju kako se sve ovo stapa **u nasem bicu**.
33. Bozanstvena, igraj se. Univerzum je prazna školjka u kojoj se tvoj um **vecno** zabavlja.
34. Posmatraj prazan prostor unutar cinije ne obracaj paznju na njene stranice ili materijal. Kroz nekoliko trenutaka **postani svesna**.
35. Provedi odredjeno vrijeme na nekom **beskrajnom prostranom mestu** gdje nema drveca, planina i naselja. Tako nesaju sve dusevne tegobe.
36. Mila, meditiraj na znanje i neznanje, postojanje i nepostojanje, a zatim opusti oba i **samo budi**.
37. Posmatraj sa ljubavlju neki objekat. Ne obaziri se na druge objekte. Tu, u njegovom sredistu - **blagoslov**.
38. Osjeti kosmos kao **prozracno, vecno - zivo prisustvo**.
39. Sa krajnjom predanoscu usredsredi se na spoj dva daha i spoznaj **spoznavaoca**.
40. Dozivi sveukupnost kao svoje **telo blazenstva**.
41. Dok te neko miluje, predivna, udji u **milovanje** kao u vecni zivot.
42. Zatvorivsi vrata cula, oseti zmarce. **Tada**.
43. **Na pocetku** ljubavnog cina usmjeri paznju na vatru koja se javlja i tako nastavljacuci, izbjegni njeno gasenje na kraju.
44. Kada u tom sjedinjavanju tvoja cula zatrepere kao lisce, **udji u to treperenje**.
45. Cak i samo sjecajuci se tog cina bez sjedinjavanja - **preobrazaj**.
46. Kada osjetis radost zbog susreta sa prijateljem kojeg dugo nisi vidjela, **prozmi se tom radoscu**.
47. Kada jedes ili pijes, postani ukus hrane ili pica i **budi ispunjena**.
48. O ti, lotosovih ociju, neznog dodira, dok pevas, gledas ili kusas, budi svesna da jesi i otkrij ono **vecno - zivo**.
49. Gdje god nalazis zadovoljstvo, u bilo kojem cinu, **aktualizuj to**.

50. U trenutku pre nego sto se san pojavi, a budnost nestane, otkriva se **bivanje**.
51. Leti, kada pogledas u beskrajno cisto nebo **udji u tu bistrinu**.
52. Lezi kao da si mrtva. Ili kada si ljuta, ostani takva. Ili zuri te trepcuci. Ili sisajuci nesto, **postani samo sisanje**.
53. Sedi ne oslanjajuci se na stopala ili dlanove. Odjednom **usredistavanje**.
54. U udobnom poloazaju postepeno prozmi prostor izmedju dva pazuha **velikim mirom**.
55. Gledaj **kao da ih prvi put vidis**, lepog covjeka ili nekuobicnu stvar.
56. Blago otvorenih usta zadrzi svoj um na sredini jezika. Ili dok lagano udises osjeti zvuk **HH**.
57. Kada lezis ili sedis na necemu mekanom dozivi **bestezinsko stanje**, izvan uma.
58. u vozilu koje se krece, ljuljajuci se u ritmu, **dozivi**. Ili u vozilu koje stoji, dopusti svome tijelu spontano da kruzi nevidljivim krugovima.
59. Jednostavno gledajuci u plavo nebo izmedju oblaka, **vedrina**.
60. Shakti, vidi sav prostor kao da je vec apsorbovan u tvojoj sopstvenoj glavi, **u sjaju**.
61. Kada si budna, kada sanjas ili spavas, spoznaj sebe kao **svetlost**.
62. Na kisi, u tamnoj noci, udji u tu **tamu** kao oblik oblika.
63. Kada nema kisne noci bez mesecine, zatvori oci i otkrij tamu pred sobom. Otvorivsi oci, **vidi tamu**. Tako zauvek nestaju nesavršenosti.
64. U trenutku kada osjetis poriv da nesto ucinis, **stani**.
65. Usredsredi se na zvuk **AUM** bez **A ili M**.
66. Tiho ozvuci rec koja se završava sa **AH**. Tada u tom **HH**, bez napora, **spontanost**.
67. Oseti kako se **siris** u svim pravcima, daleko, blizu.
68. Probodi iglom neki dio svoje nektarom ispunjene forme i nezno udji u to **probadanje**.
69. Oseti svoju misao, ja-stvo, unutrašnje organe - **sebe**.
70. Iluzije obmanjuju. Boje ogranicavaju. Cak su i deljivosti **nedeljive**.
71. Kada ti se javi neka zelja, osmotri je. A onda, odjednom, **odbaci je**.
72. Pre zelje i pre znanja, kako mozes reci "ja sam"? Osmotri. Rastopi se u lepoti.

73. Potpuno svesna samnom u zacetku zelje ili znanja, znaj.
74. O Shakti, svaka pojedinačna percepcija je ogranična i nistavna pred svemogućnošću.
75. U sustini, forme su neodvojive. Neodvojivi su sveprisutno postojanje i tvoja forma. Uvidi da su sačinjeni od **iste svesti**.
76. U raspoloženjima izazivanim jakim željama, budi **neuznemirena**.
77. Ovaj takozvani univerzum je varka, igra senki. Da bi bila srećna gledaj na njega **tako**.
78. O ljubljena, ne obracaj pažnju ni na zadovoljstvo ni na bol, već na ono što je **između njih**.
79. odbaci vezanost za tijelo uvidjajući: **Ja sam svuda**. Onaj koji je svuda, radostan je.
80. Objekti i želje postoje u tebi kao i u drugima. Prihvatajući to, **prevaziđi ih**.
81. I probudjeni kao i neprobudjeni opaza subjekt i objekt, ali sa jednom razlikom: prvi ostaje **u svom stanju** ne gubeći se u stvarima.
82. Oseti svest svake osobe kao svoju sopstvenu svest. Tako, napustajući brigu o sebi, **postani svako bice**.
83. Ne misleći ni o čemu, izgubi sva **ograničenja**.
84. Veruj u **sveznajuće, svemoguće, sveprozimajuće**.
85. Kao što se talasi pojavljuju iz vode, plamenovi iz vatre, tako se i talasi univerzuma pojavljuju iz **nas**.
86. Lutaj unaokolo dok se ne iscrpiš, a onda padni na zemlju i u tom padanju budi **totalna**.
87. Pretpostavi da ti posetepeno nestaju snage ili znanja. U trenutku njihovog nestajanja, **transcedentiraj**.
88. Slusaj dok ti se vrhovno, mistično učenje prenosi: ociju nepomicnih, ne treptuci, odjednom postani **apsolutno slobodna**.
89. Zapusenih usiju i kontraktovanog rektuma, udji u **zvuk zvukova**.
90. Na ivici dubokog bunara zagledaj se u dubinu dok najednom - **cudesnost**.
91. Ma gdje da ti um luta, unutra ili spolja, upravo tu, **to**.
92. Dok si živo svesna kroz neko od čula, zadrži tu **svesnost**.
93. Pre nego što ćeš kihnuti, kada se plasiš, dok isčekuješ sa zešnjom, nad provalijom, usred

- bitke, u krajnjoj znatizelji, kada osjetis glad, kada glad prestane, budi neprekidno **svesna**.
94. Vrati se na mesto nekog proslog dogadjaja u tvoja forma, izgubivsi sadasnje karakteritike, bice **transformisana**.
95. Gledaj neki objekat, zatim polako odvoji pogled od njega, a onda i misao. **Tada**.
96. Predanost **oslobadja**.
97. Oseti prisustvo nekog objekta ispred sebe. Oseti odsustvo svih ostalih objekata osim tog jednog, a onda napustajuci taj osjecaj prisustva i odsustva, **ostvari**.
98. Cistoca drugih ucenja je za nas necistoca, ali znaj da u stvarnosti **nista** nije cisto, niti necisto.
99. Ova svest postoji kao svako bice i **nista drugo ne postoji**.
100. Budi **ne-isto** ista sa prijateljem kao i sa strancem, i u dobru i u zlu.
101. Kada ti se javi osjecanje privlacnosti ili odbojnosti prema nekome, ne povezuju to sa njim, vec **ostani usredsredjena**.
102. Kontempliraj o onome sto je izvan domasaja, izvan poimanja, izvan ne-bica, izvan **tebe**.
103. Udji u prostor, **bez oslonca, bekonacan, miran**.
104. Na cemu god da i se paznja zaustavi, upravo tu, **dozivi**.
105. Udji u svuk svog imena i kroz taj zvuk u **sve zvukove**.
106. Ja postojim. To je moje, To je to. O voljena, znaj da je **bezgranicno** cak i u tome.
107. Ova svest je svima vodilja. **Budi ta svest**.
108. Ovo je sfera promjene, promjene, promjene. Kroz promjenu **iscrpi promenu**.
109. Kao sto kvocka cuva svoje pilice, tako i ti cuvaj odredjena znanja i dela, **zaista**.
110. Posto su uistinu ropstvo i oslobodjenje relativni, te reci su samo za one koji su prestravljeni ovim univerzumom. Ovaj univerzum je projekcija uma. Ropstvo i oslobodjenje su nestvarni kao **odraz** sunca u vodi.
111. Svaka stvar se opaza pomocu znanja. Jastvo sjaji u prostoru kroz znanje. Sagledaj znalca i znano kao **jedno bice**.
112. Voljena, u ovom trenutku neka tvoj um, spoznaja, dah, forma, **budu jedno**.