

La divina rivoluzione interiore

IL TANTRA È L'APPLICAZIONE
PRATICA ED ENERGETICA DI TUTTA
LA SAGGEZZA YOGICA
DELLA VITA, DEL TEMPO, DELLO
SPAZIO E DELL'ENERGIA

di Maya Swati Devi

Nel Tantrismo il corpo umano non perde mai la sua fisicità, anzi, attraverso un'efficace disciplina esso si dilata all'infinito e una parte della sua sostanza viene trasmutata in energia. Ha luogo così il superamento e l'abolizione della condizione comune limitata, fisica e fisiologica; le attività sensoriali raggiungono gradi e proporzioni di raffinamento sorprendenti. Il Tantrismo rivaluta il corpo, amplifica le sue possibilità latenti e lo considera una condizione necessaria per ottenere la liberazione. L'essere umano contemporaneo deve dunque cominciare ad elevarsi a partire dalla materia stessa, senza allontanarsi mai dalla sua fonte vitale. In questa comprensione risiede il mistero più profondo del Tantrismo. L'aspetto autenticamente esoterico e spirituale della via tantrica può condurre a realizzazioni inimmaginabili. È una via di vita ma di distacco. **È una via pratica, non idealistica, che presuppone la sperimentazione, il coraggio di affrontare le difficoltà reali e vitali, di vincere, raggiungendo la potenza dell'universo.**



MAYA SWATI DEVI

Maestra di Tantrismo tradizionale, Yogini, danzatrice di danze indiane e Sufi, autrice del libro "La danzatrice tantrica" (MIR).

Diffonde gli insegnamenti del Tantra dell'antica tradizione secondo il testo sacro "Mahanirvana Tantra" e l'unione di "Siva e Sakti" della scuola Kaula, la venerazione delle Dasha Mahavidya (Le dieci dee tantriche della saggezza) e della grande Madre del Tantrismo Sakta.

www.devitantrayoga.com

CAVALCARE LA TIGRE

Significa rendere sacra la vita quotidiana, trasformare la coscienza, partendo dal corpo, suo veicolo, per immergerla nello Spirito. Trascendere l'illusione della realtà, per padroneggiare tutti gli aspetti della nostra totalità, quelli materiali come quelli più sottili, significa andare oltre gli istinti e l'Ego, senza condannarli né abbandonarli ma sublimandoli, incanalandoli e dirigendoli verso l'alto, usandoli come mezzi per arrivare a comprendere lo Spirito, poiché sono anch'essi una sua manifestazione.

LE TRE VIE del TANTRA TRADIZIONALE

SAMAYA

Nel Samayachara le pratiche sono "interne", basate su tecniche di concentrazione e visualizzazioni. Il samayachara è diffuso tra molti dei Dashnami Sannyasi (quelli istituiti da Shankaracharya), anche se alcuni utilizzano anche rituali tipici del Kaula.

KAULA

Nel Kaulachara le tecniche sono per lo più "esterne" utilizzando yantra, complicati rituali, Nyasa, anche se il processo viene interiorizzato dal praticante che conosce le correlazioni. Il Kaulachara a sua volta viene diviso in due principali correnti: Dakshina marg e Vama marg. La differenza sta che nel Vama marg spesso il corpo fisico di una persona diventa lo yantra su cui operare.

MISHRA

Mishra occupa una posizione intermedia tra le due vie. Il sistema dello shaktopasana, o

adorazione della Shakti, può essere descritto in queste tre "vie", che evolvono l'una verso l'altra. Dalle tre vie principali prendono vita i vari lignaggi tantrici che si sono sviluppati in India.

La pratica del Vama marga e Dakshina marga, comunemente noti come mano sinistra e mano destra, sono parte del Kaula.

Vama marga si occupa di pratiche per risvegliare e bilanciare le energie in Ida nadi. Dakshina marga si occupa di pratiche per risvegliare e bilanciare le energie in Pingala nadi.

Nei paesi occidentali, Vama marg è il concetto che è stato frainteso dando vita a tutti gli equivoci sul Tantra: viene chiamato "tantra rosso" o "tantra della mano sinistra". Queste definizioni sono totalmente incorrette e vanno contro i principi del Tantrismo. I tantrika, infatti, rifiutano ogni etichetta, ogni definizione e sono sempre stati dei "fuori casta".

Shakti è la creatrice e Shiva è uno strumento.

Quindi gli Hindu hanno accettato l'unione dell'uomo e della donna in maniera tale da facilitare il processo evolutivo attraverso il Tantra. La donna viene quindi chiamata "Vama". In lingua sanscrita, significa "che è al lato sinistro".

Quando la consapevolezza si evolve anche la percezione si evolve: c'è un graduale cambio nel sistema di pratiche designate per il praticante (*sadbhava*) che il Maestro trasmette al momento opportuno. La crescita della consapevolezza è un processo evolutivo e mai statico.

Il Tantra contiene pratiche per differenti aspiranti a differenti livelli di consapevolezza, dal sensuale materialista allo yogi evoluto. Per ogni individuo c'è una strada, un percorso.

Ma il vero tantrika trascende l'illusoria realtà per innalzarsi verso il più alto Sè.

Tantra: LE ORIGINI DI UN NOME

Dal significato di Tantra (radice tan) «trattato», «esposizione» si ricava per estensione «ciò che ha proceduto», «ciò che è venuto giù». Il Tantrismo è infatti un'estensione o sviluppo ulteriore degli insegnamenti tradizionali originariamente racchiusi nei Veda, i Brâhmana, le Upanishad e i Purâna fino a rivendicare la dignità di un «quinto Veda». Si dichiara inoltre che solo le tecniche basate sulla Sakti (sakti-sâdhana) sono adatte ed efficaci durante l'odierna «età del ferro». La traduzione del termine Tantra è: "dualità nell'unità".

LA VISIONE OCCIDENTALE

Negli ultimi anni, nel mondo occidentale, il Tantra è diventato quasi esclusivamente associato al sesso: in realtà questo è un aspetto di ciò che è un modo di vivere.

In Occidente abbiamo una visione troppo ristretta dell'umanità, e quindi, abbiamo anche una limitata visione della sessualità. Noi **non possiamo vivere l'eroticismo senza prima recuperare la sua profondità spirituale.**

La nostra energia sessuale è la forza più potente del nostro essere ed è per questo che gli insegnamenti tantrici si preoccupano anche dei modi migliori per incanalare questa immensa risorsa dentro di noi - imparando ad essere più sensibili ed essere in grado di trasformarla, sublimarla e investirla in qualunque aspetto della nostra vita. La continua espansione del nostro piacere e sentimento di connessione contiene il potere di trasformarci non solo ad un livello sottile, ma può ristrutturare in modo tangibile l'esperienza di noi stessi, il modo in cui doniamo e riceviamo, la nostra capacità di offrirci completamente riconoscendo la presenza Divina dentro di noi.

La sessualità ci aiuta a riprendere contatto con tale profondità ed è la porta d'accesso alla dimensione spirituale. Il Tantra non si limita ad aumentare la nostra libido o i nostri livelli di piacere e l'obiettivo non è quello di diventare il miglior amante dell'universo, ma **mira a sviluppare la consapevolezza in ogni aspetto** della nostra vita.

L'unione sessuale non si riduce all'incontro fisico di due amanti, ma consiste in una vera e propria unione mistica, una fusione sacra tra due esseri che trasfigurano se stessi e l'altro in modo sublime, divino; entrambi infatti si percepiscono come due divinità, e diventano delle porte d'accesso per raggiungere l'assoluto attraverso vissuti estatici di infinita beatitudine.

TANTRA come RIVOLUZIONE INTERIORE

Il Tantra è quindi un'autentica rivoluzione interna, è spogliarsi di tutte le fedi religiose, le morali, i vincoli, i pregiudizi, l'ego. È creare lo spazio interno che è necessario per concepire l'infinito e la verità senza tempo. Per questo esso prevede una ribellione contro la morale sociale e le credenze religiose. È l'osservazione dell'essere umano con tutte le loro contraddizioni, l'ammissione che il corpo è tanto divino quanto l'anima, perché



“ La sessualità è la porta d'accesso alla dimensione spirituale ”

tutto proviene dalla stessa fonte.

Il Tantrismo mira all'unione e alla non dualità in ogni aspetto della vita e nella sessualità ciò viene esaltato per poter trascendere il sesso stesso raggiungendo l'unione mistica.

Il Tantrismo parla della stessa essenza fuggitiva, del cosmo, dei centri che irraggiano il divino, dell'astrologia, delle genesi e delle apocalissi, dello spirito, dell'anima e del corpo; della magia e dell'alchimia. Il passaggio allo yoga diretto dipenderà dalle circostanze, ma anche dal dharma e dalle qualificazioni che l'interessato porterà nell'inconscio.

La tradizione tantrica considera Sakti una forza che è Potenza e forza dinamica, pura manifestazione dell'azione dell'Assoluto. Le tecniche di espansione sessuale sono tese alla liberazione, e a imparare a guidare Sakti dentro e fuori di noi, per poter uscire dalla limitatezza dell'esperienza. Il Tantrismo pone la donna come centro metafisico del rapporto erotico. L'atto sessuale scatena una potenza che va ben al di là del piacere fisico, amplificandolo e allargando la sfera del piacere erotico, sfruttando appieno questa potenza dell'amore sessuale.

La sessualità è l'unico mezzo per catturare, magnificare ed interagire con i processi del Cosmo.

TANTRIC SADHANA

Con la parola Sadhana, si indica la pratica spirituale che ogni adepto deve applicare alla vita quotidiana interiorizzando gli insegnamenti ricevuti.

IL MANTRA

Nella via tantrica tradizionale la prima iniziazione è un Mantra. Uno dei più importanti per il Sadhaka (adepto tantrico) che inizia a percorrere la via è il Maha Mantra di GANESHA o GANAPATI, Il dio che rimuove gli ostacoli dalla nostra pratica spirituale (sadhana) e dalla nostra vita. Per ricevere il Mantra direttamente da Maya Swati vai su: [LINK](#) (mettere video online).