

Lo Yoga Tantrico, la yoga della felicità

di Selene Calloni M. Williams

www.nonterapia.ch

www.voyagesillumination.com



Tramonto sul Dochula pass (3080m)

*Raggiungi il lago del puro piacere,
dove i pesci dagli occhi dorati dell'acuta percezione si moltiplicano,
dove gli uccellini apprendono a volare,
e tutto è imperturbabile rilassamento, al di là di ogni limite.* Yeshe Tsogyel, poetessa tantrica.

In Bhutan, nei pressi di una roccia che, leggenda vuole, un mago tantrico venuto dall'India avrebbe spezzato a metà per estrarre dall'Inferno la propria madre, sorge un tempio dove risiede un alto lama che ha il dono del vaticinio. Il lama non riceve se non chi, secondo le sue stesse predizioni, è destinato ad incontrarlo.

Nel tempio dove il lama vive campeggiano le statue di Guru Rimpoche e delle sue due compagne tantriche, di cui una è Yeshe Tsogyel, straordinaria figura del tantrismo himalaiano. I versi sopra citati sono stati da me liberamente tratti e tradotti da una antica versione inglese dei suoi canti.

Nessuna meraviglia, dunque, se, in un discorso del 21 Giugno 2005 del primo ministro bhutanesi Jigmi Y. Thinley si legge: “La felicità può essere realizzata come un traguardo sociale, essa non può



venire conseguita come obiettivo personale, come fosse una merce, parimenti non può essere perseguita come uno scopo della competizione individuale. La felicità non può venir distribuita agli individui come una merce o un servizio. Tuttavia essa è troppo importante perché venga lasciata al puro sforzo e alla ricerca individuale, senza un impegno collettivo o di governo. (...). Nelle società comuni, a mezzo dell'apprendimento culturale, dell'educazione, dell'insegnamento psicologico, molti sforzi vengono profusi per far sì che le persone cerchino la libertà partendo da una attitudine che nega loro la felicità. Portare alla luce ciò che

La roccia spezzata

assilla l'uomo, scoprire ciò che inganna la sua vera natura e rivelare il suo Sé interiore, è un compito assai più elevato che domare la natura e conquistare il mondo esterno.”

Il Bhutan è il solo luogo al mondo che ha per religione ufficiale il buddhismo tantrico Drupa Kagyu. Non solo il tantrismo buddista conserva molti dei tratti fondamentali dell'antica religione sciamanica primitiva, ma, in particolare, il Drupa Kagyu, la forma di tantrismo buddista del Bhutan, è rispetto al Buddhismo Mahayana in generale, il più vicino alla antica religione primitiva, ai culti mitico-simbolici dello sciamanismo ed enfatizza la pratica della disciplina dello yoga tantrico e della meditazione solitaria, secondo l'insegnamento dei grandi yogin tantrici che da Naropa arrivò a Marpa e al famoso poeta mistico Milarepa.



Yeshe Tsogyel

Il sistema Drupa Kagyu pone in primo piano la pratica dello yoga tantrico, delle tecniche della respirazione e delle posizioni. Secondo questa scuola è possibile raggiungere la liberazione in una sola vita per mezzo della pratica dello yoga tantrico e, in particolare dei Sei Yoga di Naropa: lo Yoga del Calore, lo Yoga del Corpo Illusorio, lo Yoga del Sogno, lo Yoga della Luce, lo Yoga della Trasferenza del Principio Cosciente e lo Yoga del Bardo.

La divinità protettrice del Bhutan è niente di meno che Mahakali, la Grande Kali, detta anche la Grande Nera, si tratta della divinità tantrica per eccellenza, la quale rappresenta la forma femminile, o l'inscindibile sposa del dio Shiva, essa è la forza esecutrice di Shiva, il dio dei culti primitivi, il prototipo dello yogin e dello sciamano tantrico, che è poi divenuto una divinità centrale dell'Hinduismo. I tratti salienti di questa divinità si ritrovano nelle rappresentazioni delle divinità centrali nelle religioni animiste: Dioniso, Pan, Bacco, Osiride.

In Bhutan vi sono molti *bey-yul*, ovvero *valli sperdute* che appaiono fuori dal tempo e conservano tradizioni e culture remote, tanto da poter essere descritte come gli ultimi baluardi della saggezza umana.

La leggenda vuole che alcune di queste valli, come la valle di Tang, siano state isolate dal resto del mondo da Yeshe Tsogyel, la Danzatrice del Cielo.

Come la dea Kali rappresenta l'energia del dio Shiva, così Yeshe Tsogyel è la forza esecutrice, cioè la memoria vivente dell'insegnamento di Guru Rimpoche, il mitico yogin che portò gli insegnamenti del tantrismo dall'odierno Pakistan, sua terra di origine, alle regioni del Bhutan e del Tibet.

Uno dei santi più venerati in Bhutan è il lama Drukpa Kunliley detto il "Folle Divino".

Egli era uno yogin tantrico che, convinto che le istituzioni religiose e profane fossero il grave ostacolo al risveglio dell'uomo, predicava la dissacrazione, a mezzo dell'erotismo e dell'ebbrezza, quale metodo più efficace per il risveglio spirituale. Ma il cuore del metodo tantrico, che molti avrebbero corso il rischio di fraintendere deridendolo, era da conservare segretissimo e da tramandare ai pochi che, a costo di qualsiasi prezzo, sarebbero giunti a richiederlo.



Il "Folle Divino"

Il "Folle Divino" è venerato oggi in Bhutan come uno dei santi buddhisti più importanti, a lui è attribuita la creazione di uno strano animale che vive nelle regioni del Bhutan: il takin, che pare essere un miscuglio tra una capra e una mucca, e suoi sono i falli volanti che la gente dipinge sui muri e appende ai tetti delle proprie case.

È possibile oggi in Bhutan incontrare alti lama in grado di trasmettere i principi del Tantra Madre, i quali vengono tramandati dall'insegnamento originario della stessa Yeshe Tsogyel, la dea compagna di Guru Rimpoche che affermò: "la realizzazione della meta è il desiderio come puro piacere. Mantenete costantemente la conoscenza della purezza originaria di tutte le cose. Unificate l'energia maschile (solare) con quella femminile (lunare). Sviluppate il metodo di fondere le energie superiori con quelle inferiori, assistendovi reciprocamente maschi e femmine. Praticando ciascuno indistintamente secondo i propri principi, intensificate e migliorate la vostra pratica, ampliando gli orizzonti del piacere". (1)

“La convinzione che lo stesso piacere che cerchiamo nei godimenti terreni sia quello che, *mutatis mutandis*, informa il principio divino,” (2) è la convinzione alla base non solo dell’esperienza tantrica, ma della tradizione naturale in genere, basti volgere il pensiero anche solo per un attimo alle tradizioni animistiche greche e romane.

Il piacere inteso come riflesso nella materia della beatitudine spirituale è dunque lo scopo nobile da contemplare per i mistici e i poeti della tradizione di natura.

Ma che cosa impedisce all’uomo il raggiungimento del piacere e della beatitudine? Se leggiamo attentamente la dichiarazione del Primo Ministro Bhutanese vi troviamo implicita una risposta:

“Portare alla luce ciò che assilla l’uomo, scoprire ciò che inganna la sua vera natura e rivelare il suo Sé interiore, è un compito assai più elevato che domare la natura e conquistare il mondo esterno.”

In occidente è diventato famoso il ciclo di film intitolato “Matrix”, nel quale la realtà appare come una sorta di “Matrice” creata da esperti programmatori di cervelli. È compito dei protagonisti del film liberarsi da Matrix provocandone la fine.

Matrix è leggibile come la *grande Maya*, l’*illusione* che imprigiona l’individuo.

Matrix ci rende prigionieri dall’interno di noi stessi, essa è nei nostri nervi, nel nostro modo di percepire la realtà.

Il mondo è un atto di fede.

Provare piacere o dolore è, come sentirsi belli o brutti, un fatto di adesione a certi valori percettivi.

Sentire, vedere, toccare, gustare..., i sensi sono attività di pensiero.

Quando sento, vedo, tocco... scelgo tra molteplici stimoli e interpreto la realtà creando le mie esperienze. Le scelte percettive sono svolte sulla base di criteri socialmente condivisi.

La forza inconscia dell’uomo è ciò che fa paura alla società. Quando la forza si risveglia in un uomo egli non appartiene più a Matrix e costituisce un pericolo per la continuazione della Matrice stessa.

A salvaguardia della Matrice, il sistema percettivo dell’individuo è dunque “programmato” per percepire la forza in termini di male, dolore, disagio.

La scintilla della forza rimane perennemente accesa proprio là dove l’individuo non vuole mai andare: nel cuore del disagio.



Giovane monaco a Trongsa

Nel voler invertire l'ordine delle cose, nell'essere disposti a contattare la propria forza accettando di ascoltare la sofferenza provocata da un disagio, è preferibile non dimenticare che tutto, in questo universo, è definito dal proprio opposto. Se una cosa è vera, dunque, anche il suo contrario sarà ugualmente vero nello stesso istante.

Se da un lato il mondo è un atto di fede, dall'altro esso è oggettività, se da una parte il corpo è un simbolo, dall'altra è organismo, perciò c'è dolore e dolore e non tutti i disagi hanno la medesima origine. La mente che non è in grado di accettare la contraddizione come principio della natura delle cose è destinata a perdurare nella Matrice.

L'impossibilità logica e il mito, che di tale impossibilità è l'esemplificazione, sono l'interfaccia tra la dimensione immaginale e quella concreta; infatti, pensando in modo non logico, è possibile uscire dalla dimensione razionale e avvicinarsi a quella immaginale. Nelle tradizioni naturali, quali il tantrismo, lo zen, il sufismo, il maestro spesso utilizza l'impossibilità logica come mezzo per interrompere i processi mentali del discepolo e aiutarlo a liberarsi.

Le filosofie e psicologie naturali non sono logiche, i loro rappresentanti, non importa a quale epoca storica appartengano o se siano orientali o occidentali, hanno uno stile che sovente appare vaneggiante e visionario.

A questo proposito, per quanto riguarda l'Occidente e la modernità, è impossibile non ricordare l'opera di Nietzsche e per quanto riguarda l'Oriente e l'antichità, ascoltiamo, per esempio, cosa suggerisce la Dea Tripura (la Grande Madre) al Re suo sposo:

“Il figlio di una donna sterile salì sul riflesso di un carro da guerra, indossando ornamenti d'argento fatti con l'oro, cingendo armi fatte di corno d'uomo. Nelle foreste del cielo sconfisse il re del futuro e conquistò una città di musicisti celesti. Nell'acqua di un miraggio si unì carnalmente a fanciulle Vedute in sogno” (3).



Vallate e risaie nella zona di Punaka

In Occidente, la visione freudiana dell'inconscio, la quale interpretava il sentimento di una certa classe borghese di fine ottocento e primi novecento, ha contribuito ad ancorare l'attività percettiva al senso dell'oggetto, portando quasi completamente a dimenticare il ricordo del corpo inteso quale simbolo e della psiche intesa quale potenza immaginale.

Non sono in pochi oggi a ritenere che “l'inconscio e la psicodinamica sono fantasie che potrebbero essere sostituite da altre migliori.” (4)

Lo Yoga Tantrico è parte di quella tradizione di natura che un tempo raggruppava in sé le spiritualità, le psicologie e filosofie della felicità.

La tradizione della felicità, nella società dei consumi, è sostituita dalla logica della normalità e, in epoca post-moderna, dal livellamento televisivo che fissa stereotipi di salute, benessere, serenità... Le spiritualità della felicità, le psicologie della felicità, le filosofie della felicità orientali e occidentali (meditazione, yoga, zen, tantrismo, sciamanismo, alchimia) hanno tutte origine in una medesima tradizione naturale, storica e universale, la conoscenza della quale non si contrappone alle tradizioni sociali e storiche, ma fa di queste uno strumento dell'individuo, anziché un mezzo per renderlo prevedibile e governabile.

In conclusione non mi resta che citare l'insegnamento che il celebre yogin e poeta tantrico Milarepa volle lasciare al discepolo prediletto prima di morire:

“Mantieniti sul fermo suolo della non-oggettività delle cose!” (5)

Note:

(1) Keith Dowman, *La Danzatrice del Cielo*, Ubaldini Editore, Roma, 1985.

(2) A. Pellissero (a cura di), *Il segreto della Dea Tripura*, Torino, 1995, ed. Ananke, p. 35.

(3) A. Pellissero (a cura di) op. cit., p. 35.

(4) James Hillman, *Il Mito dell'Analisi*, ed. Adelphi

(5) Jacques Bacot (a cura di), *Vita di Milarepa*, Milano, 1971, Adelphi. p. 226.

This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.
This page will not be added after purchasing Win2PDF.