



Ardhânarîsvara:

L'unione divina di Shiva e Shakti nel Tantrismo tradizionale indiano.

Articolo di Maya Swati Devi

“Devi, lo stesso corpo è il tempio;

lo stesso jiva è Sadhashiva.

Liberati dei fiori appassiti dell'ignoranza e adora con la conoscenza.

So Ham, “Io sono lui”

Kularnava Tantra, Ullasa 9

La traduzione del termine Tantra è: *“dualità nell'unità”*. Il Tantrismo può anche manifestarsi nel corpo terreno dell'uomo e della donna, se questo essere umano ha realizzato in sé l'androgino. In questa comprensione risiede il mistero più profondo del tantrismo.

Esiste in India una raffigurazione che rappresenta Shiva e Shakti sotto forma di mezzo uomo e mezza donna, con il nome di *Ardhânarîsvara*.

Ardhanariswara è il simbolo del Tantrismo ed è meta' Shiva e meta' Shakti.

Questo Shiva androgino è uomo a destra e donna a sinistra. Non è ermafrodito, e non riflette decadenza etnica come nel mondo moderno. Nel tantrismo non si parla mai di preferenze sessuali ma di energie *Prana* (polo positivo) e *Apana* (polo negativo) che si alternano all'interno del nostro corpo sottile.

Le etichette sono una separazione che la società crea per incasellare ognuno di noi e per controllare le nostre vite con stereotipi e programmi

I tantrika rifiutano ogni etichetta, ogni definizione e spesso sono dei fuori casta.

Il tantrismo mira all'unione e alla non dualità in ogni aspetto della vita e nella sessualità viene esaltata per poter

trascendere il sesso stesso raggiungendo l'unione mistica.

In ogni essere umano se Siva e Sakti danzano insieme e sono in equilibrio non vi è alcuna differenza tra uomo e donna poiché i principi si uniscono e si intrecciano naturalmente.

Uno dei tantra più importanti che rappresenta l'unione di Shiva e Shakti è Il kularnava tantra ,letteralmente “oceano – di beatitudine del kaula”, (*Kaula* significa clan o famiglia) è uno dei testi più importanti della tradizione tantrica Kaula e Nath, ed è stato scritto tra il 10° e 15° sec.d.C. , che riporta un dialogo tra Siva, il signore dello yoga, e Sakti, la madre dell'universo, in cui si enunciano i principi e la pratica della via tantrica, sempre con il linguaggio ermetico ed iniziatico che caratterizza la maggior parte dei testi sacri tantrici.

L'Immutabile Mascolino e l'Eterno Femminino

l'androgina mistica di Ardhânarîsvara è il simbolo di un bilanciamento cosmico, dove il polo maschile prevale talvolta sul polo femminile e viceversa. Sul piano metafisico questo gioco di polarità imprimerebbe la sua oscillazione ai destini del mondo. Vi sarebbero quindi nell'universo dei periodi di assenza o di concentrazione maschile, seguiti da periodi di presenza o di espansione femminile. L'assenza cosmica, concentrazione maschile in cui nessuna fecondazione si opera, coinciderebbe con una decadenza delle civiltà dominanti .

Siva, il seme divino, avrebbe fecondato l'intero pianeta nell'età dell'Oro, durante il quale regnarono la pace e l'unità, è a un tempo l'assoluto e il protettore di ciò che è spiritualmente vivo, pur nel rispetto della sua funzione, che è quella del distruttore. È il diamante-folgore (*Vajra*) che discende dal cosmo.

Siva è il *Bhairava* che crea, protegge, distrugge, nasconde, e la sua natura si rivela attraverso il ciclo del mondo. Il Signore Siva, del tutto libero (*Svatantra*), possiede la diversità delle forme della creazione e della distruzione, per sua stessa natura.

L'universo nel suo insieme è Sakti, l'energia che ha il fine ultimo di riconoscere la natura di Siva.

Sakti è personificazione dell'universo, e la sua attività è amare, poiché condivide lo stato di coscienza suprema. Sakti è perfettamente completa e piena in ogni manifestazione.

Sakti, femmina, suscita nuove fonti di ispirazione e Shiva sparge il suo seme attraverso di lei.

Il fulgore del luminoso Essere sovrano non svanisce nella luce o nelle tenebre, perché tutta la luce e le tenebre sono illuminate dalla Coscienza Suprema.

Siva e Sakti non hanno coscienza di essere separati. Essi sono legati fra loro come il fuoco e il calore.

Siva e Sakti nello Yoga

Lo yoga è prima l'unità di tutte le dualità e i contrari che costituiscono le energie della vita e ci insegna a comprendere e trascendere la dualità, ma ciò si basa sull'armonizzazione delle dualità dentro di noi in uno stato di equilibrio trasformativo.

Shiva e Shakti come i principi duali cosmici sono una parte intrinseca di tutto lo Yoga, che costituisce un processo naturale di integrazione e trasformazione. Il riconoscimento della dualità cosmica ci conduce alla pratica dello Yoga, che è la loro unione. Tutto lo Yoga è uno sviluppo della consapevolezza di Shiva e dell'energia di Shakti, lo stato del veggente e la sua energia di vedere, attingendo le due forze dalle loro manifestazioni inferiori nel regno della divisione alla loro realtà superiore nella pura Unità.

Shiva è puro Essere e Shakti è il suo potere di diventare a tutti i livelli.

Ogni mondo ha la sua natura di Shiva, il suo Sé o Spirito, e il suo potere Shakti o movimento di energia.

Ogni creatura ha la sua natura di Shiva o il Sé interiore e la sua Shakti o manifestazione diversa.

Shiva e Shakti formano l'Essere e il potere dell'anima individuale.

Shiva è Essere o la realtà intrinseca che è sempre ciò che è. Shakti è il potere dell'azione o del fare sorgere da esso.

Shiva è al di là di ogni azione, mentre Shakti è il suo potere d'azione a tutti i livelli. L'essere o la presenza divina ha un tremendo potere di agire quando il momento è appropriato, che è l'espressione della sua Shakti. Shiva è la sottostante realtà non manifesta e Shakti genera il suo aspetto esteriore.

Questa dualità di Shiva e Shakti, o essere e azione, avviene anche nel regno manifesto. Shiva è la realtà, ciò che è

sempre duraturo, mentre Shakti è la relatività, ciò che è sempre fluttuante, che sorge e che ritorna al reale. Shiva è realtà unitaria o terreno comune dell'essere mentre Shakti è la rete di molteplicità, relatività, relazioni o interdipendenza che sorge dalla sua manifestazione. Ogni aspetto dell'universo ha una dualità complementare di Essere e il suo potere di diventare.

Tutte le pratiche dello yoga servono a coltivare una calma consapevolezza di Shiva e una corrispondente forza dinamica di Shakti. Shiva si riflette nella quiete dell'asana, Shakti è il potere di eseguirlo e l'energia che ne deriva. Shiva è la natura del Prana nel suo stato di controllo o equilibrio, con Shakti come il potere di svilupparlo. Eppure il pranayama è più una pratica shakti o energizzante. Shiva è il principio del ritiro o pratyahara, Shakti l'azione di interiorizzare la nostra energia. Shiva si riflette nella mente concentrata e Shakti è il potere diretto della concentrazione. Shiva è la mente meditativa e Shakti è il potere della meditazione. Shiva è lo stato di assorbimento o samadhi e Shakti è il suo potere di beatitudine. L'allineamento è l'equilibrio e l'unione delle energie Shiva e Shakti dentro di noi a tutti i livelli. Più ci atteniamo a Shiva o ci fermiamo dentro, più forte, più alto e più sottile diventa la nostra Shakti o livello di energia. Shiva è lo stato di equilibrio; e Shakti è l'energia di trasformazione che nasce spontaneamente da essa. Nella nostra natura interiore, siamo Shiva e Shakti senza limiti, con una comprensione illimitata e una capacità illimitata per l'azione creativa.

Mentre l'energia della Shakti si dispiega, ci porterà allo stato di totale trasformazione che è la quiete di Shiva. Shiva è il Signore dello Yoga e Shakti è il suo potere nella pratica dello Yoga. Tutto lo Yoga è in definitiva Shiva-Shakti Yoga.

Shiva e Shakti sono presenti insieme in ogni aspetto dell'esistenza, pervadendosi e riflettendosi a vicenda ad ogni livello. Una volta riconosciuto questo, tutta la vita diventa Yoga.

L'unione mistica di Siva e Sakti nel Tantrismo tradizionale

Questa coppia, dove via via è sparito ogni differenziato sapere, questa coppia è la coscienza stessa, l'emissione unitiva, la dimora stabile, senza superiore, naturata di nobile, cosmica beatitudine da ambedue essenziata, il supremo segreto del Kula, non quiescente, non emergente, causa fontale d'emergenza e quiescienza." Tantraloka

Il Tantra è l'applicazione pratica ed energetica di tutta la saggezza yogica della vita, del tempo, dello spazio e dell'energia. Se ti avvicini con la giusta intenzione, può offrirti molto di più della realizzazione dei tuoi desideri, può aiutarti a raggiungere l'obiettivo supremo della vita di realizzazione dell'intero universo nella tua consapevolezza!

"Dal significato di tantra (radice tan)« trattato», «esposizione» si ricava per estensione «ciò che ha proceduto», «ciò che è venuto giù», e si è voluto con ciò esprimere che il tantrismo sia 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 Shakti (shakti-sâdhana) sono adatte ed efficaci durante l'odierna «età del ferro»; tutte le altre sarebbero impotenti quanto una serpe privata del suo veleno".

La dualità, che trae origine nella coppia divina di Shiva e Shakti, si imprime quindi nel tantrismo, prima di esprimersi nella coppia umana dei tantrika. L'uomo e la sua sposa o compagna vivranno il mito di Siva e Sakti.

Per l'uomo iniziato al Tantrismo (*sadhaka*) la donna rappresenta la Sakti; egli vede in ogni donna l'incarnazione della Devi, le cui feconde energie possono rendere possibile la sperimentazione dell'Assoluto.

In ambito tantrico l'amplesso rimanda al ricongiungimento della diade metafisica, l'unione di Siva e Sakti che annulla la dualità svelando l'Uno nella Sua pienezza.

Il maschio e la femmina sono due polarità opposte e complementari, il polo "positivo" (*Prana*) ed il polo "negativo" (*Apana*). Durante l'unione mistica del *Maithuna* queste due forze vengono fatte convergere verso un unico centro dove si crea l'esperienza di *Samadhi* nell'espressione del loto dai mille petali.

Nell'amplesso tantrico viene data molta rilevanza al dirigere l'energia verso il punto situato sulla sommità della testa chiamato *Bindu*; che letteralmente significa "punto", "goccia" ed è il nucleo da cui tutta la creazione diventa manifesta.

Il *Maithuna*, rituale sacro di unione mistica, potrebbe essere la via più semplice per il risveglio di Kundalini, ma ben pochi sono adeguatamente preparati per questa strada; il sesso ordinario non è unione mistica. La coppia deve essere

prima purificata ,sia internamente che esternamente, e deve essere capace di avere la mente libera da emozioni e passioni. Per questo motivo secondo la Tradizione, la pratica del *Dakshina marg* ,la via dei bhakta, deve essere seguita per molti anni , prima di giungere a al *Vama Marg*, in modo da preparare il *sadhaka* ad acquisire *bhakti* (devozione-amore) verso la donna, e dunque verso Sakti.

In sanscrito vama significa "che è al lato sinistro" e a livello yogico il riferimento va a *Ida*, la nadi che secondo la fisiologia occulta è situata alla sinistra del *Sushumna* Nadi (canale centrale) ed ha carattere "lunare", "femminile", "acquosa" (*kapha*), e ritualmente in ambito tantrico è la donna che siede "alla sinistra" dell'uomo, dunque è la donna che è "vama" ed in tale contesto assume il ruolo di rilievo di "Iniziatrice".

Panchamakara , il rituale delle cinque M, praticato nella sacra cerimonia del *Maithuna* è stato reinterpretato e applicato dall'uomo occidentale alla lettera, ma la vera segretezza di questo rituale può solo essere compreso dagli iniziati che ne percepiscono tutto il suo valore simbolico:

- *Madya* – bere vino: rappresenta l'ebbrezza divina
- *Mamsa* – mangiare carne: rappresenta la fisicità, le asana (posizioni che si assumono con il corpo durante la pratica dello yoga)
- *Matsya* – mangiare pesce: rappresenta il pranayama (il controllo del respiro)
- *Mudra* – mangiare cereali tostati: rappresenta le mudra (gesto simbolico, sigillo che consente al praticante di yoga di sviluppare la consapevolezza delle correnti di energia vitale entro il corpo).
- *Maithuna* – l'unione sessuale: rappresenta l'unione mistica (che non ha niente a che vedere con un amplesso ordinario).

In questa espansione della coscienza l'essere femminile viene trasfigurato in un simbolo vivente e in una manifestazione terrena della Madre Divina dell'Universo (Para Sakti), mentre l'uomo incarna il Principio Maschile o Siva.

Questa visione puo' essere compresa meglio conoscendo la via tantrica tradizionale.

Il Tantrismo parla della stessa essenza fuggitiva, del cosmo, dei centri che irradiano il divino (il paradiso), 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 (vocazione) 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, sfruttano appieno questa potenza dell'amore sessuale. La sessualità è l'unico mezzo per catturare, magnificare ed interagire con i processi del Cosmo.

TANTRA COME RIVOLUZIONE INTERNA

Il tantra è e rimarrà una forza dominante non solo nella spiritualità indiana ma mondiale. Mentre possiamo riconoscere il posto delle forme popolari e New Age del Tantra come punto di entrata in questi insegnamenti, è importante riconoscere l'ambito più ampio e più profondo del Tantra autentico e tradizionale che è più di questo e può essere molto diverso.

il Tantra è un'autentica rivoluzione interna, è spogliarsi di tutte le fedi religiose, le morali, i vincoli, i pregiudizi.

E' creare lo spazio interno che è necessario per concepire l'infinito e la verità senza tempo.

Dal momento in cui la mente si svuota e si adatta a ciò che realmente accade, quanto apprendiamo dal nostro interno

più profondo, tutto diventa unione, il tessuto, la base della vita e che magicamente assume molte forme diverse di creatività infinita. I

I Tantra spezza i tabù, le credenze e i dogmi imposti da qualunque religione.

Se per grazia di Shiva, attraverso l'insegnamento o la vibrazione del Guru o attraverso la comprensione delle Scritture e la Sadhana, si realizza la vera conoscenza della realtà, che è lo stato permanente del Signore Shiva, si consegue la liberazione finale. Questa piena realizzazione è accordata alle anime elevate e si chiama liberazione in vita (*Jivanmukti*).

*****Note dell'autrice:** Alcuni termini in sanscrito sono stati riscritti per la facilità di lettura del lettore. I termini Shiva e Shakti sono scritti in sanscrito Siva e Sakti ma per l'articolo sono stati scritti con la "H".



MAYA SWATI DEVI

Maestra di Tantrismo tradizionale, Yogini, danzatrice e autrice del libro "La danzatrice tantrica", MIR 2016, 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 e i principi di VERITA', SEMPLICITA' e AMORE, il messaggio che ha lasciato Babaji Shiva Mahavatar al mondo.

Maya è stata iniziata al TANTRISMO KAULA nel 2000 da *Swami Shri Anand Guptananda*, durante il lungo soggiorno sulle montagne himalayane, in India. Nel 2007 è stata riconosciuta TANTRA TEACHER e allieva del Maestro Indiano *Swami Shri Param Eswaran* che l'ha iniziata alla tradizione del tantrismo SAKTA, "Living goddess tradition" e nel 2014 TANTRIC YOGA TEACHER certificata Yoga Alliance.

Nel 2007, fonda a Milano la prima scuola di Tantrismo indiano tradizionale DEVI TANTRA YOGA che oggi ha anche sedi a Palermo, Ancona e Parma. Da anni insegna anche la via del DIVINO FEMMINILE alle donne, aiutandole a comprendere la propria femminilità attraverso le segrete pratiche delle yogini tantriche, e danze indiane, Sufi e meditative.

Attualmente Maya è impegnata a trasmettere la tradizione del TANTRISMO INDIANO in tutta Italia e all'Estero, attraverso corsi e percorsi annuali di formazione. Organizza spiritual retreat e tour in India e Indonesia ed è una delle poche insegnanti di Tantra occidentali invitate a tenere seminari in India. Maya è vegana dall'età di 20 anni e fa uso di metodi ed erbe naturali per mantenere corpo e mente in salute secondo i principi della natura e dell'ayurveda.

LINGUE CONOSCIUTE: INGLESE, FRANCESE, SPAGNOLO, SANSKRITO (yoga knowledge), HINDI (speaking knowledge).

PER INFO su Maya Swati Devi e i corsi della sua scuola DEVI TANTRA YOGA visitare il sito www.devitantrayoga.com