



## SESSUALITÀ, DESIDERIO E PIACERE

### L'ORIGINE DEI SESSI.

Secondo un famoso mito buddhista<sup>1</sup>, all'inizio del ciclo cosmico gli esseri non avevano un corpo fisico sessuale, ma erano eterei, esseri di luce. Piano piano, sviluppando attrazione verso il cibo eterico grossolano invece che verso quello sottile, anche i loro corpi divennero più grossolani. Quindi cominciarono ad apparire anche gli organi sessuali e alcuni esseri ebbero rapporti sessuali tra loro in pubblico. Gli altri lo trovarono disgustoso e mantennero riservata questa attività. In seguito la degenerazione continuò ad aumentare fino al punto in cui ci troviamo oggi, in preda a tutti i 10 tipi della più grave immoralità. Così la sessualità è il risultato, ma anche una delle maggiori cause, della degenerazione cosmica. Senza la caduta degli esseri eterei non ci sarebbe la sessualità.

Generalmente, la tradizione buddhista considera la sessualità una forza - spesso priva di controllo - causata dal desiderio, che è uno dei più importanti fattori della rinascita e quindi della sofferenza. Ma è anche vero che con la meditazione è possibile trascendere completamente il desiderio sessuale, anzi utilizzarlo come mezzo per raggiungere l'Illuminazione, come illustrato nel capitolo sul tantrismo<sup>2</sup>.

### POLARITÀ MASCHILE E FEMMINILE

Lo stereotipo prevalente è quello che vede i due poli maschile-femminile esemplificati come segue:

--la *donna* come cedevole e tenera, sensibile ed intuitiva, dipendente e passiva, dolce e accogliente, debole ed accomodante;

--l' *uomo* come forte, protettivo, aggressivo, autoritario, invadente, analitico, razionale, attivo ed indipendente.<sup>3</sup>

In realtà, però, ciascuno di noi è fatto sia del principio femminile sia di quello maschile: è impensabile una donna con caratteristiche solamente femminili, o un uomo unicamente con quelle maschili. Per essere un individuo intero, ricco e completo dobbiamo poter accedere all'intero spettro delle energie maschili e femminili che si muovono dentro di noi.

Ora, nel buddhismo si trovano alcuni archetipi che - senza scindere gli aspetti apparentemente opposti dei principi maschile e femminile - li integra. E' il caso di alcune divinità (come le *ḍākinī*) che rappresentano il massimo della compassione e della gentilezza amorevole [aspetto femminile], ma contemporaneamente - se

<sup>1</sup> Riportato nel capitolo "Evoluzione ed involuzione degli universi".

<sup>2</sup> Si dice che un buddha abbia tra i suoi requisiti un pene retrattile, cioè che si ritira in una guaina, "come quello di un cavallo". Ciò indica che - pur essendo maschio - egli non possiede tuttavia una fisicità maschile; o meglio, pur possedendola (dopotutto Śākyamuni ebbe un figlio), egli la trascende.

<sup>3</sup> Alcuni studi hanno attribuito ai due emisferi cerebrali le caratteristiche che di solito diamo al maschio e alla femmina:

a.- la parte destra del cervello, che controlla la parte sinistra del corpo, è la sede dell'intuizione e dell'emotività, dell'immaginazione, della fantasia, del sogno;

b.- l'emisfero sinistro, che controlla la parte destra del corpo, è la sede della razionalità, della capacità di analisi e di calcolo.

Così, il cervello è un simbolo di integrazione nel nostro stesso corpo.

occorre - sono anche temibili, energiche e adirate contro le situazioni di apatia e insensibilità spirituale [aspetto maschile].

## UOMINI E DONNE DI FRONTE ALL' ILLUMINAZIONE.

Il Vinaya (cioè la regola monastica) garantisce uguali possibilità di accesso ai vari livelli di ordinazione tanto agli uomini quanto alle donne. Abbiamo praticanti laici e praticanti laiche, novizi e novizie, monaci e monache completamente ordinati. Uomini e donne hanno dunque pari opportunità di accedere ai voti monastici; tuttavia, il monaco che abbia ricevuto la piena ordinazione (bhikṣu) è considerato oggetto di rispetto e venerazione più della monaca di pari grado. Da questo punto di vista si può dire che esiste una discriminazione.

Potrebbe sembrare un segno di discriminazione fra uomo e donna anche il fatto che un bhikṣu deve osservare 253 voti, mentre una bhikṣuṇī 340. Ma va osservato che, da un certo aspetto, il numero di impegni che vengono assunti dipende dalle nostre maggiori o minori capacità di mantenerli: per es., nell'ordinazione minore di śramaṇera ci si impegna a rispettare solo 36 voti, mentre l'ordinazione superiore di bhikṣu - come si è detto - ne prescrive 253. Forse le donne hanno maggiori capacità di mantenere un numero più grande di voti. Inoltre può darsi che all'epoca di Śākyamuni si richiedesse un'etica più rigida per le donne che non per gli uomini.

Inoltre, nelle scritture hīnayāna si trovano passi in cui si afferma che il bodhisattva che raggiungerà la piena Illuminazione nel corso della vita, può essere unicamente un uomo.<sup>1</sup> Affermazioni simili si trovano in certi sūtra del Mahāyāna, come pure nella letteratura appartenente alle 3 classi inferiori del Tantra.

Si trovano altri esempi di questa mentalità:

--nella storia di Tārā, vediamo che i monaci sinceramente non esitavano, per il suo bene, a consigliarle di pregare per ottenere un'esistenza maschile nella sua futura rinascita;

--Śāntideva, nel suo "Sentiero verso l'Illuminazione", scrive questo auspicio: "Che tutti gli individui femminili arrivino ad essere di sesso maschile!".

Per comprendere tali affermazioni, va ricordato che nell'India antica la situazione della donna era socialmente assai inferiore; dipendendo interamente dall'uomo, non aveva né libertà né potere di decisione; ma soprattutto era dedicata ai doveri pratici della famiglia e della casa, per cui non le rimaneva molto tempo da dedicare al Dharma: in quest'ultimo senso, essere nata donna era una condizione meno fortunata di quella dell'uomo, ma non implicava una discriminazione tra uomo e donna quanto a capacità di sviluppo spirituale. In queste condizioni, era effettivamente preferibile essere uomo piuttosto che donna: a causa di quelle circostanze, la posizione femminile era poco favorevole alla pratica spirituale.

Infatti, al di fuori di quelle circostanze, il buddhismo non fa differenze tra uomini e donne, riconoscendo ad entrambi lo stesso potenziale spirituale e le stesse capacità per renderlo attuale ed effettivo. Gli esseri umani - come pure tutti gli altri esseri - hanno la possibilità di uscire dall'ignoranza e di raggiungere l'Illuminazione in quanto possiedono la "mente in sé" o la "natura di buddha", ossia quel potenziale che permette uno sviluppo spirituale. Questo potenziale ha 3 aspetti:

---

<sup>1</sup> Secondo l'Hīnayāna è necessario rinascere come uomo per poter realizzare l'Illuminazione; e prima di ciò, comunque, si deve diventare bhikṣu. E nel Sūtra del Loto si sostiene che tutti i Bodhisattva nelle Terre Pure sono maschili.

- 1.) la sua essenza è vacuità, il che implica che esso abbraccia la totalità degli esseri;
- 2.) ha la qualità del dharmatā o tathāgata, il che significa che esso non è una semplice vacuità, ma che ha il potere di divenire illuminato, così come il seme d'un fiore racchiude - allo stato virtuale - il colore, il profumo e le altre caratteristiche del futuro fiore. Questa virtualità è dunque comune a tutti gli esseri;
- 3.) ha la capacità di passare dallo stato latente al risultato effettivo (l'Illuminazione), così come un seme di garofano può dare effettivamente un garofano, mentre il seme d'un altro fiore, di specie diversa, non potrebbe produrre un garofano.

E infatti, molte sono le donne famose che apparvero nel buddhismo sia indiano che tibetano:

a] al primo appartengono Sukyegu Dangmo e le 500 monache che l'accompagnavano (citate nel Vinaya); e più tardi dGe-slon-ma dPal-mo, Mandarava, Niguma e Sukhasiddhi;

b] al secondo appartengono Wen-ch'eng Kong-jo e Bhṛkutī (moglie del re Sroṅ-btsan sGam-po), Ye-śes mTsho-rgyal, Ma-gcig Lab-sgron, Peta (sorella di Lilarepa), le "4 sorelle" (Peldar Bum, Sale Ö, Lekse Bum, Rechungma). In epoca recente (20° sec.):

- Ugyen Tsomo, moglie del 15° Karma-pa, chiamata Khandro Rinpoce ("la preziosa ḍākinī"): dopo la sua morte, si è nuovamente manifestata sotto forma di un sprul-sku femminile, che dà attualmente insegnamenti ed iniziazioni;
- Drikung Khandro: non era né monaca né sposata, era un lama appartenente all'ordine 'Bri-guñ bKa'-brgyud, che pure dava insegnamenti ed iniziazioni;
- Ani Yesang (abbrev. di Yeshe Sangmo ['eccellente saggezza]): monaca della regione di Bokar (Tibet occ.), vissuta in ritiro in una grotta presso il monte Kailaś, persona di grande realizzazione.

Del resto, diversa dalla letteratura appartenente alle 3 classi inferiori del Tantra è la posizione dell'anuttarayoga-tantra. Qui, fin dall'inizio, si può ricevere un'iniziazione solo sulla base di una profonda esperienza di unione sessuale: ciò significa che nel maṇḍala visualizzato devono coesistere sia i dhyānibuddha sia le loro consorti, ossia che devono essere presenti divinità sia maschili che femminili.

Inoltre, nel contesto dei voti e degli impegni che si devono mantenere a seguito di un'iniziazione, nell'anuttarayoga-tantra assume particolare rilievo la natura del proprio rapporto con la donna<sup>1</sup>: per es., il disprezzo nei confronti della donna (che va onorata quale 'sorgente della saggezza') costituisce un'infrazione di uno dei voti fondamentali del tantra, ma i tantra non dicono altrettanto nei confronti dell'uomo (il quale potrà avere qualche difficoltà a comprendere questa evidente discriminazione...).

Va anche ricordato che, nella pratica meditativa (sādhana) delle divinità del maṇḍala, in molti tantra-madre (per es., nel Vajrayoginī-tantra) la principale divinità del maṇḍala stesso è in aspetto femminile. Mentre in altri casi abbiamo le due divinità (maschile e femminile) congiunte sessualmente fra loro per simboleggiare il superamento delle dicotomie (positivo e negativo, bene e male, ecc.) della realtà.

Ai praticanti che raggiungono i livelli più elevati del sentiero tantrico si consiglia di cercare un partner o una partner come spinta ad un ulteriore progresso nella via.

---

<sup>1</sup> Già Śākyamuni aveva detto che quando un monaco incontra una donna la deve considerare come sua madre, se è più vecchia di lui; come sua sorella, se è sua coetanea; come sua figlia, se è più giovane di lui.

Quando ha luogo tale unione, se *il* praticante si trova a uno stadio spiritualmente più avanzato, potrà aiutare la sua partner nel processo di realizzazione dei vari stati risultanti. Questo vale anche se è *la* praticante ad essere ad uno stadio più avanzato : anche lei è in grado di assistere il partner nel conseguimento degli stati più elevati. Gli effetti sono dunque complementari, indipendentemente dal sesso del praticante.

Nell'anuttarayoga-tantra dunque - per es. nel Tantra-radice del Guhyasamāja - viene affermata esplicitamente la possibilità che la praticante raggiunga la piena Illuminazione nel corso della sua esistenza in forma femminile. Ciò è possibile perché essa s'impegna in un metodo che sviluppa le potenzialità che si trovano latenti in lei, in particolare la fondamentale mente innata di Chiara Luce (che è posseduta indifferentemente dagli uomini e dalle donne). Dunque, dalla prospettiva definitiva del buddhismo, ossia quella dell'anuttarayoga-tantra, non c'è alcuna differenza fra i sessi.

D'altronde, lo stesso Mahāyāna afferma che tutti gli esseri senzienti sono parimenti dotati del seme della buddhitā (tathāgatagarbha) e il grande maestro Guru Padmasambhava diceva che la base per realizzare l'Illuminazione è il corpo umano : maschile o femminile poco importa. Sta di fatto comunque che le Scritture ci tramandano il nome di una donna (Tārā) quale primo essere che, da un punto di vista storico, seppe generare la motivazione di bodhicitta e portarla a compimento con un aspetto femminile, ottenendo l'Illuminazione.

## DESIDERIO E PIACERE

Normalmente, prima di essere iniziato all'anuttarayoga-tantra<sup>1</sup>, un praticante dovrebbe aver raggiunto una profonda comprensione della Vacuità, che si raggiunge con la meditazione di concentrazione univoca.

Ma di solito, quando pratichiamo tale meditazione, utilizziamo i livelli grossolani della mente, come i processi consci di pensiero (che facilmente ci distraggono dall'oggetto di meditazione - che è la Vacuità). Perciò, per mantenere la concentrazione su tale oggetto ed impedire che la mente venga fuorviata dalle distrazioni abbiamo bisogno di esercitare grande consapevolezza ed attenzione, mantenendoci costantemente consapevoli e vigili. Tuttavia, se potessimo eliminare i livelli grossolani della mente non avremmo più bisogno di consapevolezza e vigilanza salda e costante. Insomma, è più efficace comprendere la Vacuità con un livello di mente sottile che grossolano.

Il più sottile livello della mente (o stato mentale non-concettuale) è quello detto "mente fondamentale innata della Chiara Luce" o, tout court, "Chiara Luce".

Nella vita ordinaria, vi sono occasioni in cui - in modo del tutto naturale - sperimentiamo spontaneamente in forma lieve e fugace la Chiara Luce : nel sonno, nello starnuto<sup>2</sup>, nello svenimento e nel momento dell'orgasmo durante l'atto sessuale. Tra questi 4 stati quello che ci offre la migliore opportunità di generare l'esperienza della Chiara Luce è il momento dell'orgasmo.

Ora, nell'anuttarayoga-tantra viene spiegata una speciale tecnica avanzata di unione sessuale, attraverso la quale possiamo dissolvere e far sparire i livelli grossolani della mente e i rluṅ che li azionano, conducendo così la mente a livelli più sottili, acuti e penetranti (in particolare, realizzando la mente innata fondamentale di Chiara Luce), dove non c'è possibilità che insorgano distrazioni.

---

<sup>1</sup> E pertanto la saggezza che realizza la Vacuità viene normalmente conseguita prima dell'esperienza della beatitudine.

<sup>2</sup> Alcuni testi aggiungono anche lo sbadiglio e il sonno profondo.

Questa pratica di unione sessuale non ordinaria, ma tantrica, consiste nell'unirsi ad un partner del sesso opposto in modo tale che i thig-le (bodhicitta) localizzati al centro della testa vengano disciolti e quindi - anziché essere emessi dall'organo sessuale, come accade ordinariamente - col potere della meditazione, il loro flusso venga invertito verso l'alto<sup>1</sup>. Questa pratica deve avere 3 caratteristiche :

- \* la propria immagine e quella degli altri dev'essere quella della divinità : dobbiamo sentire di essere quella divinità ;
- \* la propria mente dev'essere inseparabile dalla saggezza della non-dualità : ogni fenomeno va visto come privo di concretezza e come se sorgesse dalla Vacuità e fosse della stessa natura della Vacuità ;
- \* ogni esperienza dev'essere accompagnata da grande gioia e beatitudine : cioè, ogni esperienza della natura vuota e illusoria dei fenomeni deve avere una natura ricca di beatitudine. Ciò si ottiene nello Stadio di Completamento, rivolgendo all'interno l'attenzione in modo da diventare consapevoli della kuṇḍalinī (energia di beatitudine latente nel nostro corpo sottile).

Affinchè si verifichi l'esperienza del disciogliersi del thig-le, è necessario che il meditatore faccia sorgere dentro di sé le sensazioni di desiderio che di solito si provano nei confronti di una persona che ci attrae sessualmente.<sup>2</sup>

A questo proposito il Vajrayāna utilizza le "64 arti dell'amore" già trattate nel Kāmasūtra indiano allo scopo di favorire il desiderio e di indurre lo stato dell'orgasmo estatico che si accompagna alla manifestazione di un livello di coscienza più sottile e potente.

Divenuti esperti nello 'Stadio di Completamento' e ottenuto il controllo sui rluṅ, è necessario abbracciare fisicamente un ḍāka o una ḍākinī per portare tutti i rluṅ nell'avadhūti e per aprire completamente il cakra del cuore onde sperimentare il livello più profondo di Chiara Luce (saggezza di beatitudine). Ḍāka e ḍākinī sono rispettivamente il consorte e la consorte tantrici (cioè un uomo e una donna esperti nel tantra) che - con la loro unione - aiutano e favoriscono il sorgere e l'aumento dell'energia della beatitudine in una persona pratica dello 'Stadio di Completamento' che ha ottenuto il controllo sui rluṅ ; e quindi la guidano e la consigliano, incrementandone lo sviluppo mentale.

Grazie alla forza del desiderio nei confronti del proprio partner sessuale, il meditatore è in grado di far sciogliere il thig-le all'interno del proprio corpo.

Il contatto sessuale col partner attiva la spinta verso l'emissione del fluido rigenerativo (thig-le), ma grazie a speciali tecniche meditative (mantra, visualizzazioni e pozioni da usare nello 'Stadio di Completamento') se ne impedisce l'ejaculazione<sup>3</sup> riassorbendo nelle nāḍī il thig-le stesso - arrivato quasi all'orifizio del glande. Il piacere supremo è causato dal trattenere il thig-le nell'atto sessuale e nella sua risalita lungo l'avadhūti fino a raggiungere la cima della testa.

Il praticante, durante la sessione di meditazione sul 'sé' o 'io', utilizza i metodi per far sorgere il 'gtum-mo', praticare lo 'yoga della divinità' o penetrare i punti vitali del corpo attraverso la manipolazione dei rluṅ (prāṇayoga), ecc. : con queste

---

<sup>1</sup> Il praticante o la praticante dovrebbe essere in grado di evitare l'emissione dei fluidi genitali anche durante il sogno (e perciò i tantra descrivono varie tecniche per impedirla). Questo divieto si discosta dalle regole monastiche del Vinaya, in cui si fa eccezione per l'emissione durante gli stati di sogno in quanto è considerata al di fuori del controllo cosciente del praticante.

<sup>2</sup> Per illustrare questo punto, il Buddha - quando insegnò i vari anuttarayoga-tantra - si manifestò nella forma della principale divinità del maṇḍala corrispondente in unione con la consorte. Perciò anche il praticante tantrico deve, nell'immaginazione, visualizzare se stesso nell'aspetto divino di una divinità in unione con la consorte.

<sup>3</sup> Da non confondere con le normali tecniche che si limitano a ritardare l'ejaculazione stessa. L'atto sessuale senza emissione seminale o con emissione seguita dal riassorbimento del seme è ben noto al haṭhayoga.

tecniche egli scioglie i thig-le all'interno del corpo, e attraverso la forza del desiderio generato in origine, sperimenta uno stato di grande beatitudine - raggiungendo alla fine lo stato in cui si è in grado di dissolvere i livelli grossolani della mente e i rluṅ corrispondenti.<sup>1</sup>

Facendo sciogliere il thig-le all'interno del corpo, si provoca l'esperienza di uno stato non-concettuale colmo di beatitudine.<sup>2</sup> Cioè, si prova una sensazione molto particolare, che ha origine all'interno dell'avadhūti. Questa fa sorgere una possente esperienza di beatitudine fisica che, a sua volta, porta la mente a un livello di esperienza estremamente sottile, che è infuso di beatitudine mentale.

Il Tantra non afferma che non si deve provare piacere<sup>3</sup>; anzi, dice di provare piacere e dona l'abilità di gestire le situazioni per far sì che il piacere diventi il Sentiero per l'Illuminazione: l'esperienza del piacere si trasforma in beatitudine trascendentale grazie alla sua capacità di risvegliare la consapevolezza (o saggezza)<sup>4</sup>. Sentirsi in colpa nel provar piacere sarebbe altrettanto sbagliato quanto attaccarsi ai piaceri transitori aspettandoci una soddisfazione definitiva. Quando sperimentiamo qualcosa di piacevole, lo dovremmo accettare tranquillamente, approfittando di qualsiasi gioia possa darci, senza domandare od aspettarci niente di più (come fosse un regalo o un colpo di fortuna); e senza perdere la consapevolezza e il controllo, evitando di cader preda dell'ignoranza e dell'illusione. Dovremmo lasciar fluire le esperienze di piacere senza attaccarci ad esse come a qualcosa di "mio": il che si ottiene unificando la mente con la Vacuità, con la non-dualità, cioè estendendo l'esperienza piacevole fuori di noi nella vastità dello spazio (anziché richiudendola nel nostro angusto io): come se l'oggetto del nostro piacere si dissolvesse improvvisamente in luce, radiante e trasparente come un arcobaleno, cioè in qualcosa di più spazioso ed universale - di fronte a cui non sperimentiamo più le opprimenti sensazioni di desiderio e possessività.

Quando la mente è soddisfatta e contenta, allora la concentrazione e la penetrazione mentali sono migliori e la mente è acuta e penetrante ed è in grado di comprendere la realtà, la totalità, la Vacuità. Di solito, ogni volta che godiamo di qualsiasi piacere ed abbiamo un'esperienza di felicità, lo facciamo in modo dualistico, senza consapevolezza: diventiamo inconsapevoli, cioè perdiamo la comprensione della realtà. Ma il metodo tantrico riconosce la natura non-duale ed

---

<sup>1</sup> Per ottenere tale dissoluzione si può ricorrere a una qualsiasi delle seguenti 3 tecniche:

- utilizzando i rluṅ in certi punti specifici all'interno dell'avadhūti (yoga dei rluṅ o prāṇayoga): è adoperata ad es. dal Guhyasamāja-tantra per attuare l'esperienza della Chiara Luce;

- generando l'esperienza dei 4 tipi di beatitudine: è adoperata dai tantra-madre (quale il Cakrasaṃvara-tantra);

- coltivando la meditazione sullo stato di non-concettualità: è la pratica meditativa dello rDzogs-chen.

<sup>2</sup> Generalmente si distinguono 3 tipi distinti di beatitudine:

- quella causata dall'emissione dei fluidi rigenerativi e sperimentata nel corso dell'ordinario rapporto sessuale;

- quella derivata dal fluire dei thig-le all'interno delle nāḍī;

- quella detta nel Tantra 'beatitudine immutabile'.

Nella pratica tantrica, i tipi utilizzati per realizzare la Vacuità sono gli ultimi due. Data l'importanza che assume l'utilizzazione della beatitudine allo scopo di realizzare la Vacuità, nell'anuttarayoga-tantra molte divinità sono raffigurate in unione sessuale.

<sup>3</sup> E' giusto che gli esseri umani provino piacere, gioia, beatitudine; ma se il piacere si porta dietro segni di sofferenza, frustrazione e confusione, allora a questo tipo di piacere si deve rinunciare: si deve rinunciare all'oggetto del piacere che provoca maggiore infelicità e una mente più incontrollata.

<sup>4</sup> 'Mahāsukha (bde-ba chen-po)' è lo stato di 'grande beatitudine' del praticante che percepisce direttamente la Vacuità durante lo 'yoga della divinità'. Al fine di sviluppare tale esperienza di totale piacere, si lavora dunque con le forti sensazioni fisiche che sorgono durante l'unione sessuale col partner adatto, mentre si percepisce direttamente la Vacuità.

assoluta di tutti gli oggetti del piacere, constata che ogni esperienza piacevole ha la natura della Vacuità, così quel piacere si trasforma in saggezza : per cui ne deriva che non si verificheranno reazioni di nessun tipo. Così l'esperienza del piacere non può generare nessuna specie di attaccamento, di coinvolgimento, di ossessione. Insomma, il Tantra ci insegna a godere di ogni piacere sensoriale non solo senza avere risultati negativi, ma quale esperienza che diventa un aiuto per scoprire la qualità pura della nostra mente.

Occorre dunque integrare l'intelletto con le emozioni e precisamente bisogna unificare in un'unica esperienza questi due fattori : la saggezza della Vacuità (o conoscenza che vede chiaramente la reale natura delle cose) e la sensazione di gioiosa beatitudine.<sup>1</sup> Dunque, è l'anuttarayoga-tantra che insegna il metodo per condurre la mente ad un livello estremamente sottile, detto "il fondamentale e primordiale stato mentale di Chiara Luce" - che è poi la mente della grande beatitudine.<sup>2</sup>

Se quando sorge la beatitudine mentale (provocata dallo scioglimento del thig-le) si riflette sulla propria esperienza della Vacuità, tale beatitudine viene automaticamente unificata con essa. Questo è il metodo per unificare beatitudine e Vacuità. In altre parole, il meditante ri-conosce la precedente esperienza della Vacuità e unifica questa realizzazione con l'esperienza della grande beatitudine. Con una completa comprensione della Vacuità, il praticante percepisce che ogni fenomeno è pura attribuzione mentale, una semplice designazione attribuita ad una base. L'esperienza della grande beatitudine può aiutare il praticante a percepire tutte le cose e gli eventi come semplici manifestazioni della beatitudine, o 'gioco' dei rluñ.

Infatti, se si è in grado di generare questo stato di beatitudine all'interno dell'esperienza della Vacuità, si è riusciti a trasformare un kleśa nella saggezza che realizza la Vacuità, dal momento che tale saggezza in precedenza era un'emozione afflittiva, cioè il desiderio. Quando si riesce ad utilizzare lo stato non-concettuale - cioè la mente di beatitudine - per realizzare la Vacuità, la saggezza così generata diventa straordinariamente potente e serve da antidoto per contrastare tutti i kleśa emotivi e cognitivi. Perciò in un certo senso possiamo dire che è il kleśa stesso - nella forma di saggezza derivata da esso - che di fatto distrugge le negatività, poiché è l'esperienza di beatitudine della Vacuità indotta dal desiderio sessuale che dissolve la forza degli impulsi sessuali. In altre parole, si favorisce il desiderio e il piacere, arrivando infine ad una liberazione dal desiderio stesso<sup>3</sup> : attraverso atti bramosi (come guardare la persona amata, sorriderle, tenerle le mani, abbracciarla o unirsi sessualmente) viene generata una coscienza piacevole (o coscienza di beatitudine) che comprende la verità della Vacuità, scardinando il desiderio stesso.

La stessa energia del desiderio - che abitualmente ci spinge da un'insoddisfazione ad un'altra - può essere usata per approfondire la nostra consapevolezza e accelerare il nostro progresso spirituale, venendo trasformata (grazie all'alchimia del Tantra) in un'esperienza trascendentale di beatitudine e saggezza : così il desiderio genera la saggezza penetrativa, che a sua volta distrugge tutte le negatività mentali (compreso il desiderio da cui essa ha avuto origine).

---

<sup>1</sup> Ciò è rappresentato nell'iconografia dallo yab-yum : la figura maschile personifica l'esperienza della grande beatitudine, mentre quella femminile è il simbolo della saggezza non-duale (cioè della conoscenza della Vacuità). La loro unione indica l'esperienza della buddhità.

<sup>2</sup> Questo stato mentale, nell'anuttarayoga-tantra, è identificato con la "potenzialità dell'Illuminazione", la cui presenza è intrinseca a tutti gli esseri.

<sup>3</sup> Il procedimento viene paragonato a un verme che - nato dal legno putrido - mangia lo stesso legno : la coscienza di beatitudine - nata dal desiderio - distrugge il desiderio stesso mediante la comprensione della Vacuità.

La ‘coscienza piacevole’ viene generata simultaneamente alla ‘coscienza di saggezza’, perciò le due coscienze sono indivisibilmente unite. Per “unione di beatitudine e Vacuità” si intende l’indivisibile unione della saggezza che realizza la Vacuità e di una profonda esperienza di beatitudine. In tale unione, la saggezza che realizza la Vacuità precedentemente ottenuta viene generata all’interno di uno stato mentale colmo di beatitudine ; così entrambe - saggezza e beatitudine - vengono esperite all’interno di una singola entità di coscienza. Questa unione di beatitudine e comprensione della Vacuità è aldilà di ogni dualismo.<sup>1</sup>

Pertanto, nell’anuttarayoga-tantra si usa il piacere dell’orgasmo per manifestare la mente della Chiara Luce che ci farà comprendere la verità della vacuità di esistenza intrinseca. Il piacere dell’orgasmo è tanto intenso che sia la comune mente concettuale sia le apparenze che la accompagnano si sciolgono, lasciando il posto alla realtà fondamentale : sperimentando consciamente questo processo, si comprende come le concezioni e le apparenze ordinarie siano eccessivamente caricate di concretezza. Il sesso può quindi diventare, se usato in modo positivo e costruttivo, una pratica per riconoscere e ridimensionare l’importanza esagerata attribuita alle apparenze e alla mente. Quindi, utilizzando quel livello sottile della mente, si accresce il potere della coscienza di saggezza che comprende la Vacuità.

Nel Tantra, la beatitudine che sorge dal desiderio *espande* la mente e ci dà la possibilità di superare tutti i nostri limiti ; mentre il piacere ordinario *limita* la nostra attenzione e ci conduce ad un’angusta ossessione, avida di ulteriori e migliori esperienze di piacere, rafforzando l’ignoranza e la frustrazione. Familiarizzandoci sempre più con la beatitudine della Chiara Luce all’interno del nostro avadhūti, potremo trascendere le ordinarie e limitate esperienze del mondo dei sensi : saremo in grado di unificare qualsiasi cosa accada durante la vita quotidiana con questa consapevolezza colma di beatitudine, cosicchè ogni piacere sensoriale (derivato dal contatto con gli oggetti di desiderio) si fonderà spontaneamente con la saggezza della beatitudine. La nostra chiarezza interiore ci libererà dalla dipendenza nelle circostanze esteriori : se nel mondo al di fuori di noi le cose non vanno bene, non sarà più un problema per noi.

Pertanto il Tantra ci dice di utilizzare il potere dell’energia che sorge dai nostri desideri quale risorsa per il Sentiero spirituale : *qualsiasi* desiderio - non importa quanto irreligioso possa sembrare - può trasformare *qualunque* esperienza o situazione nel Sentiero della piena realizzazione che trascende i nostri ordinari limiti. Il desiderio diventa il combustibile che ci spinge verso la nostra più alta destinazione. Si deve trasformare *ogni* piacere nell’esperienza trascendentale di una profonda e sottile consapevolezza (saggezza) penetrativa. Del resto, qualsiasi cosa facciamo (camminare, mangiare, urinare, dormire) può venir trasformata nel Sentiero spirituale : ogni azione motivata dal desiderio - anche bere un frullato - può essere trasformata nell’esperienza della saggezza colma di felicità. Mentre di solito non siamo direttamente consapevoli di ciò che sta succedendo nella lingua, nello stomaco, nel sistema nervoso e in generale nel corpo e nella mente, uno yogi può seguire con esattezza ciò che avviene in lui quando assaggia un frullato.

L’essenza del Tantra consiste nel fare un uso intelligente del piacere, nel senso di farlo diventare una situazione conduttiva e catalizzatrice all’ottenimento della Liberazione.

---

<sup>1</sup> Anche se concettualmente viene spiegata in termini di soggetto ed oggetto : la coscienza di beatitudine è il soggetto che conosce la Vacuità come suo oggetto (cioè, è rivolta alla comprensione della Vacuità).



Centro Buddhista Giang Chub  
Via Del Colletto, 7 24030 Paladina (Bergamo)  
Tel/fax 035.637.060; [www.jang-chub.it](http://www.jang-chub.it) ; [centrojangchub@gmail.com](mailto:centrojangchub@gmail.com)