



## 6. LA LODE A TARA IN 21 OMAGGI

Il tantra in cui Tara figura come deità centrale è il "Sarva-tathāgata-mātṛ-tārā-viśvakarma-bhava-tantra-nāma" ("Il tantra detto 'L'origine di tutti i riti di Tara, la madre di tutti i Tathāgata'")<sup>87</sup>: dei suoi 35 capitoli il 3° contiene la celebre "Lode in 21 omaggi alla venerabile dea Ārya Tārā, con [la spiegazione de]i suoi benefici" ("Bhagavatya-ārya-tārā-devyā namaskārā-ikaviṃśati stotraṃ guṇa-hita-sahitam"). L'originale testo sanscrito - come si è detto - venne portato dall'India in Tibet nella 2<sup>a</sup> metà dell'11° sec. ad opera di Dhar-ma-grags, il quale lo tradusse in tibetano col titolo "sGrol-ma-la phyag-ṭshal ñi-ṣu rtsa-gcig-gi bstod-pa"<sup>88</sup>.

Nel suddetto tantra, buddha Śākyamuni parla al bodhisattva Mañjuśrī e nel capitolo 3° gli dice: "Questa Madre è quella dei buddha dei 3 tempi ed è lodata da tutti i buddha. Io ti dirò ora questa lode e tu devi conservarla nella tua mente": e Śākyamuni gli recita allora quella preghiera.

### A) TESTO E TRADUZIONE DELLA LODE.

Il testo tibetano della Lode, in una pronuncia semplificata<sup>89</sup>, è il seguente:

“Om gezünma pagma d'ölma la c'agzel lo!

1) C'agzel d'ölma ñurma pamo  
cen ni kecig log dañ d'ama;  
gigten sum gön c'ukye žel g<sup>h</sup>yi  
g<sup>h</sup>esar gewa le ni g'unma.

2) C'agzel tönke dawa cüntu  
gañwa g<sup>h</sup>ya ni zegpe želma;  
carma toñt'ag zogpa nam kyi

<sup>87</sup> Il titolo viene tradotto anche così: "Il tantra detto all'origine di tutti i riti di Tara, la madre di tutti i athāgata" oppure "Il tantra fonte di tutte le attività di Tara, la madre di tutti i Tathāgata". In tib. è "De-ñin gsegs-pa thams-cad-kyi yum sGrol-ma las sna-tshogs 'byuñ ba zes-bya-ba'i rgyud".

<sup>88</sup> Oppure: "bCom-ldan 'das-ma sGrol-ma yañ-dag-par rdzogs-pa'i Sañs-rgyas bstod-pa gsuñs-pa".

<sup>89</sup> Per la pronuncia vanno osservate le seguenti regole:

c <sup>i</sup>	c dolce di "ceci"
d <sup>f</sup>	d pronunciata simultaneamente ad una r debole con la lingua rivolta all'indietro contro il palato
g <sup>h</sup>	g duro di "gatto"
g <sup>i</sup>	g dolce di "gelo"
h	h aspirata dell'ingl. "heart"
ñ	gn di "gnomo"
ñ	ng dell'ingl. "king"
ṣ	sc di "scena"
t <sup>f</sup>	t pronunciata simultaneamente ad una r debole con la lingua rivolta all'indietro contro il palato
w	u semivocalica di "quadro"
y	i semivocalica di "iena"
z	z aspra di "mazza"
z	z dolce di "zona"
ž	j francese di "jour".

rabtu cewe ö rab barma.

3) C'agzel serno c'u ne kye kyi  
peme c'ag ni nampar g<sup>h</sup>yen ma;  
ginpa zönd'ü catub žiwa  
zöpa samtän c'öyül ñima.

4) C'agzel dežin šegpe zugtor  
taye nampar g<sup>h</sup>yelwar c'öma;  
malü paröl cin pa tob pe  
g<sup>h</sup>yelwe se kyi šintu tenma.

5) C'agzel tuttara hum yig<sup>h</sup>e  
dö dan c'og dan nam ca gan ma;  
gigten dünpo žab kyi nente  
lüpa mepar gugpar nüma.

6) C'agzel g<sup>h</sup>yagin melha zaŋpa  
luŋlha nazog waŋ c'ug c'ö ma;  
g'uŋpo rolaŋ d'iža nam dan  
nögin zog kyi dün ne töma.

7) C'agzel tre ce g'a dan pe kyi  
paröl t'ülcor rabtu g'omma;  
yecum yönkyan žab kyi nente  
mebar t'ugpa šintu barma.

8) C'agzel ture gigpa cenpo  
dü kyi pawo nampar g'omma;  
c'ukye žel ni t'oŋer denže  
d'awo tamce malü söma.

9) C'agzel cönc'og sum zön c'ag g<sup>h</sup>ye  
sor mö tugcar nampar g<sup>h</sup>yenma;  
malü c'og kyi corlö g<sup>h</sup>yenpe  
raŋ g<sup>h</sup>i ö kyi zog nam t'ugma.

10) C'agzel rabtu gawa gipe  
ug<sup>h</sup>yen ö kyi t'eŋwa pelma;  
žepa rab že tuttara yi  
dü dan gigten waŋ du žema.

11) C'agzel sa ži kyoŋwe zog nam  
tamce gugpar nüma ñima;  
t'oŋer yowe yig<sup>h</sup>e hum g<sup>h</sup>i  
poŋpa tamce nampar d'ölma.

12) C'agzel dawé dumbü ug<sup>h</sup>yen  
g<sup>h</sup>yenpa tamce šintu barma;  
relpe t'ö na öpagme le

tagpar šintu ö rab zema.

13) C'agzel kelpe tame me tar  
barwe t'enwe ü na nema;  
yekyañ yöncum cün ne corg<sup>h</sup>e  
d'a yi puñ ni nampar g'omma.

14) C'agzel sa žii nõ la c'ag gi  
til g<sup>h</sup>yi nün ciñ žab kyi duñma;  
t'oñer cen ze yig<sup>h</sup>e hum g<sup>h</sup>i  
rimpa dünpo nam ni g<sup>h</sup>emma.

15) C'agzel dema g<sup>h</sup>ema žima  
ña nende ži c'öyül ñima;  
soha om dañ yañdag denpe  
digpa cenpo g'ompa ñima.

16) C'agzel cün ne cor rab gawe  
d'a yi lü ni nampar g<sup>h</sup>emma;  
yig<sup>h</sup>e c'upe ñag ni cöpe  
rigpa hum le d'ölma ñima.

17) C'agzel ture žab ni dab pe  
hum g<sup>h</sup>i nampe sabön ñima;  
rirab mandara dañ big ge  
gigten sum nam yowa ñima.

18) C'agzel lha yi zo yi nampe  
ridag tag cen c'ag na namma;  
tara ñi g<sup>l</sup>ö pe kyi yig<sup>h</sup>e  
dug nam malü pa ni selma.

19) C'agzel lha yi zog nam g<sup>h</sup>yelpo  
lha dañ mi am ci yi tenma;  
cün ne goc'a gawe gi g<sup>h</sup>yi  
zö dañ milam ñenpa selma.

20) C'agzel ñima dawa g<sup>h</sup>yepe  
cen ñi po la ö rab selma;  
hara ñi g<sup>l</sup>ö tuttara yi  
šintu d'agpö rimne selma.

21) C'agzel deñi sum nam cöpe  
žiwe tu dañ yañdag denma;  
dön dañ rolañ nögin zog nam  
g'ompa ture rabc'og ñima.

Za we ñag kyi tö pa di dañ  
c'agzel wani ñi šu za cig.

Ed ora, questa è la traduzione:

«« OṂ, omaggio alla venerabile, nobile Tara !

1. Omaggio  
alla Liberatrice pronta e coraggiosa, dallo sguardo rapido come il bagliore  
d'un lampo ;  
nata dalla dischiusa corolla del viso di loto del Signore dei tre mondi !
2. Omaggio a Te,  
il cui viso è (come) l'unione di cento lune d'autunno completamente piene ;  
che irradi una luce brillante come l'insieme di mille stelle !
3. Omaggio a Te,  
la cui mano è perfettamente ornata di un loto blu dorato, nato dall'acqua ;  
la cui sfera d'azione è generosità, perseveranza, ascetismo, serenità, pazienza  
e meditazione !
4. Omaggio a Te,  
corona dei Tathāgata, che ottieni infiniti trionfi ;  
in cui hanno piena fiducia i Figli dei Vincitori avendo realizzato tutte le  
perfezioni !
5. Omaggio a Te,  
che riempi il (Regno del) Desiderio, le direzioni e lo spazio con (i suoni)  
TUTTĀRA e HŪM ;  
che - calpestando i sette mondi - sei capace di attirare a te tutti (gli esseri) !
6. Omaggio a Te,  
che sei onorata dagli dèi Śakra, Agni, Brahmā e Marut ;  
alla cui presenza cantano lodi le moltitudini dei bhūta, vetāla, gandharva e  
yakṣa !
7. Omaggio a Te,  
che con (i suoni) TRAṬ e PHAṬ annienti i cerchi magici degli avversari ;  
che - premendo col piede sinistro proteso e il destro ripiegato - avvampi in  
un vortice di fuoco ardente !
8. Omaggio a Te,  
che incuti grande paura e annienti completamente i Māra più audaci ;  
che - corrugando il viso di loto - stermini tutti i nemici senza eccezione!
9. Omaggio a Te,  
che perfettamente ti adorni col gesto dei Tre Gioielli all'(altezza del) cuore;  
che sei ornata da ruote, da cui turbinano fasci di luce in ogni direzione !
10. Omaggio a Te,  
che splendi di intensa gioia e il cui diadema irradia ghirlande di luce ;  
che con la sonora risata di "TUTTĀRA!" sottometti i Māra e gli dèi del  
mondo !

11. Omaggio a Te,  
che hai il potere di convocare l'intera assemblea dei Guardiani del Mondo ;  
che - accigliata - vibrando la sillaba HŪM liberi da ogni miseria !
12. Omaggio a Te,  
che sei incoronata da una mezzaluna e i cui ornamenti brillano tutti  
intensamente;  
da Amitābha (seduto) sulla tua folta chioma si diffonde continuamente una  
pura luce !
13. Omaggio a Te,  
che stai in mezzo a una ghirlanda fiammeggiante come il fuoco della fine di  
un eone;  
che - con la (gamba) destra protesa e la sinistra ripiegata - sei circonfusa di  
gioia e distruggi le schiere dei nemici !
14. Omaggio a Te,  
che batti la superficie della terra col palmo della mano e la martelli col  
piede ;  
che - con lo sguardo accigliato - pronunciando la sillaba HŪM sottometti  
tutti i sette livelli!
15. Omaggio a Te,  
beata, virtuosa e pacifica, il cui ambito è la quiete del (Nirvāṇa,) aldilà della  
sofferenza;  
che - perfettamente dotata di SVĀHĀ e OM̐ - elimini le grandi negatività !
16. Omaggio a Te,  
che sei tutta circondata da seguaci gioiosi e annienti completamente il corpo  
dei nemici ;  
che liberi con la sillaba HŪM e col mantra in cui sono disposte le 10 sillabe !
17. Omaggio a Ture,  
che pesti i piedi e la cui (sillaba-)seme ha la forma della (lettera) HŪM̐;  
che scuoti il Meru, il Mandāra, il Vindhya e i tre mondi!
18. Omaggio a Te,  
che reggi in mano la (luna,) contrassegnata da una lepre e dalla forma di lago  
divino;  
che - recitando TĀRĀ due volte e PHAṬ - elimini tutti i veleni senza  
eccezione!
19. Omaggio a Te,  
in cui hanno piena fiducia i re della moltitudine dei deva, i deva e i kiṅṅara ;  
che - con la tua corazza che irradia gioia all'intorno - dissipi tutti i conflitti e  
gli incubi!
20. Omaggio a Te,  
i cui occhi risplendono del fulgore del sole e della luna piena ;

che - recitando HARA due volte e TUTTĀRA - elimini le terribili epidemie !

21. Omaggio a Te,  
che mediante l'ordinamento dei tre Principi hai il pieno potere di pacificare ;  
suprema, eccellente Ture, che sottometti le moltitudini dei graha, vetāla e  
yakṣa !

Tali (sono) la lode del mantra-radice e l'omaggio in 21 parti.»»

## B) IL COMMENTO ALLA LODE.

Esaminiamo ora il testo della Lode strofa per strofa.

A questo proposito, va detto che numerosi commentari sono stati compilati per chiarire il senso della Lode, che, senza di essi, rimarrebbe praticamente incomprensibile. Ponendosi da diversi punti di vista, essi possono dare interpretazioni molto differenti.

In estrema sintesi, la Lode rivolta a Tara si basa sul riconoscimento della sua grandezza: Tara è, in essenza, la *prajñāpāramitā*, la “Madre” o l'origine di tutti i buddha, di cui riunisce in sé l'attività. Poiché le qualità del suo corpo, parola e mente sono infinite, essa è degna di lode.

«« OM, omaggio alla venerabile, nobile Tara !
---

Questo verso rappresenta il modo breve di lodare od offrire omaggio a Tara (in contrapposizione al modo lungo od esteso che va dal verso successivo fino all'ultimo).

Questa frase non figura nel testo sanscrito delle “21 Lodi”, ma appare nella versione tibetana del Kangyur (senza la Om̐) come omaggio del traduttore che tradizionalmente precede ogni traduzione in tibetano di un testo sacro. Nella recitazione, la frase è trasformata in un mantra mediante l'aggiunta della Om̐.

Il solo ripetere questa frase - anche senza conoscerne tutto il profondo significato - è di grande valore e beneficio.

“OM” rappresenta le qualità divine del corpo, della parola e della mente di tutti i buddha : in questo caso, di Tara - che qui viene invocata e in cui si prende rifugio. Poiché anche noi siamo composti di corpo, parola e mente, tale sillaba esprime l'aspirazione di raggiungere l'unione di questi nostri fattori con quelli della dea.

“Omaggio” significa che le offriamo devozione, riverenza ed obbedienza ; questo omaggio può essere fisico (effettuando le prostrazioni davanti ad un suo simulacro), verbale (recitando le sue lodi) e mentale (nutrendo per lei fede e rispetto). In tal modo ci si sottomette completamente alla sua protezione.

“Venerabile” significa che Tara non è contaminata dalle negatività, ma che anzi possiede la saggezza e le qualità riunite di tutti i buddha e bodhisattva. Oppure vuol indicare che la dea dimora nell'etica dei 3 tipi di precetti (voti pratimokṣa, voti di bodhisattva, voti tantrici)<sup>90</sup>.

<sup>90</sup> Infatti, il termine tibetano qui tradotto "venerabile" è "rje-btsun-ma": persona dall'etica estremamente pura e dotata di grande disciplina. Nel termine “rje-btsun-ma” la 1ª sillaba significa

“Nobile” vuol dire “di nobile nascita spirituale”, cioè che Tara - essendo separata da ogni contaminazione mentale - è aldisopra del saṃsāra e del “nirvāṇa dell’hīnayāna”, e quindi è superiore a tutte le apparenze temporali e agli esseri samsarici ; ma, nonostante ciò, essa è sempre impegnata nello sforzo mahayanico di aiutare tutti gli esseri senzienti.

“Tara”, come sappiamo, significa “salvatrice”, cioè che libera dall’oceano della sofferenza samsarica aiutando tutti gli esseri senzienti con perfetta equanimità e ponendoli nella felicità.

Con la frase successiva, inizia ora il modo esteso di lodare Tara nelle sue 21 forme o manifestazioni. Esso si compone di 3 sezioni, in cui la dea viene elogiata

- attraverso la sua storia (§1) ;
- attraverso le caratteristiche della sua figura divina (§§2 a 15) ;
- attraverso le sue attività trascendenti (§§16 a 21).

1.

Omaggio  
alla Liberatrice pronta e coraggiosa, dallo sguardo rapido come il bagliore d’un lampo ;  
nata dalla dischiusa corolla del viso di loto del Signore dei tre mondi !

Qui - come si è appena detto - inizia la prima sezione della “lode estesa”, in cui la dea viene elogiata

-- perché possiede le 3 qualità di una mente illuminata (amore, potenza, saggezza), grazie alle quali essa libera gli esseri dalle sofferenze del saṃsāra e li pone nella felicità;

-- attraverso la storia della sua origine, ampiamente descritta nelle pagine precedenti.

A) L’aggettivo “pronta” si riferisce, come sappiamo, alla velocità con cui Tara viene in aiuto degli esseri senzienti. Il fatto che - nella sua compassione - essa compia il bene degli esseri senza esitazione né ritardo, è il segno del suo *amore*.

“Coraggiosa” indica che la dea è una vera eroina nell’affrontare e sottomettere l’esercito di Mara, cioè le illusioni, gli ostacoli e le interferenze sia fisiche che spirituali. Essa dunque nel proteggere gli esseri mostra assenza di paura e di debolezza: ciò testimonia la sua *potenza*.

“Dallo sguardo rapido come il bagliore d’un lampo” significa che i suoi occhi vedono tutti i fenomeni dei “tre mondi” samsarici istantaneamente, in un baleno; e nello stesso modo essa li comprende: questa è la sua *saggezza*. E come il lampo illumina di colpo l’oscurità della notte, così i suoi occhi - che risplendono in ogni direzione - rischiarano improvvisamente l’oscurità della nostra mente, ossia la sua saggezza illumina la nostra conoscenza, accendendola e facendola brillare.

Nella Lode 20 viene poi precisato che i suoi occhi sono luminosi come lo splendore del sole e della luna piena.

B) Secondo la leggenda, già riferita, dagli occhi di Avalokiteśvara cadde una lacrima, dalla quale sorse un fiore di loto (simbolo della bellezza): dalla sua dischiusa corolla nacque Tara. Il testo qui commentato la definisce - in maniera pregnante - come “nata dal...viso di loto” di Avalokiteśvara : è quindi logico che

---

“sovrana” (ossia ci si rivolge a Lei quale figura principale di tutti i luoghi di rifugio) e la 2<sup>a</sup> vuol dire “regina” (ossia Essa non è contaminata da alcun difetto); la 3<sup>a</sup> sillaba serve per rendere il termine di genere femminile.

anche Tara stessa abbia un “viso di loto”, come risulta dalla Lode 8. Il loto è qui simbolo di Avalokiteśvara.

“Signore dei tre mondi” è appunto Avalokiteśvara, che è il vero protettore degli esseri che abitano nel Regno del Desiderio, in quello della Forma e in quello del Senza-forma, richiamati nella Lode 5.

I tre mondi possono essere intesi anche come il reame sotterraneo (abitato ad es. dai nâga), quello terreno (abitato ad es. dagli uomini) e quello sopramondano (dove dimorano gli esseri celestiali, gli dèi e le dee).

Aldilà di questa spiegazione letterale, vi è anche un'interpretazione sul piano della verità ultima, secondo cui Avalokiteśvara è il Dharmakāya, mentre Tara è il Rūpakāya (che da quello proviene).

2.

Omaggio a Te, il cui viso è (come) l'unione di cento lune d'autunno completamente piene; che irradi una luce brillante come l'insieme di mille stelle !
---

Inizia qui la seconda sezione della “Lode estesa”, in cui Tara è lodata attraverso le sue caratteristiche di figura divina : figura che - come sappiamo - può essere pacifica, serena, sorridente (simbolo dell'armonia che deriva dalla virtù) oppure irata, aggressiva, furiosa (simbolo della forza necessaria per combattere il male).

A) La bellezza del suo volto divino, che è pieno e luminoso, è paragonata allo splendore di molte lune piene nel cielo d'autunno. In questa stagione infatti in India il cielo è completamente terso e limpido perchè libero da nubi, foschia o pulviscolo, per cui la luna è particolarmente brillante; mentre in estate (stagione delle piogge) esso è offuscato dalle nuvole o dall'umidità ed in inverno è leggermente velato dalla polvere che ondeggia nell'aria.

Nel buddhismo, la luna simboleggia la dispersione dell'oscurità dell'ignoranza spirituale ed è connessa alla Vacuità ed alla sua comprensione, alla verità assoluta, all'aspetto passivo, statico, immutabile, imperturbabile, ”negativo” della realtà. Per converso, il sole simboleggia la diffusione della luce della consapevolezza trascendente ed è connesso alla compassione, alla forma, alla verità fenomenica o relativa, all'aspetto attivo, dinamico, energico, volitivo, “positivo” della realtà.

B) Le altre qualità e caratteristiche di Tara adornano il suo viso divino così come moltissime stelle lucenti raccolte intorno alla luna piena l'abbelliscono e l'impreziosiscono circondandola col loro splendore.

Si può anche intendere che - mentre il verso precedente lodava la luminosità del viso di Tara - qui è al suo corpo che fa allusione la luce delle stelle.

3.

Omaggio a Te, la cui mano è perfettamente ornata di un loto blu dorato, nato dall'acqua; la cui sfera d'azione è generosità, perseveranza, ascetismo, serenità, pazienza e meditazione !
---



A) Questa Tara con la mano sinistra (tra il pollice e l'anulare) regge per lo stelo un utpala, il cui fiore sbocciato le arriva all'altezza dell'orecchio. L'utpala è il loto blu, che ha i pistilli dorati ed è un simbolo delle pāramitā, di cui al successivo punto B).

I commentatori tibetani attribuiscono entrambi i suddetti colori alla stessa dea, precisando che il suo corpo è dorato, mentre blu è la sfumatura della luce che irradia da essa. Questo color giallo con un alone blu è simile alla tinta del lapislazzuli, che è appunto una pietra preziosa azzurro-dorata, citata frequentemente nelle Scritture.

B) "Generosità, ecc." sono le 6 pāramitā (perfezioni trascendenti) che la dea ha praticato e portato a compimento (come dice la Lode successiva) : si tratta degli atti spirituali di un bodhisattva, cioè le azioni meritorie ed altruistiche che mettono in grado di raggiungere l'Illuminazione. Tali qualità sono contemporaneamente le cause che hanno prodotto Tara e gli oggetti che essa possiede.

"Perseveranza" è l'impegno entusiastico nel seguire il Dharma ; l'"ascetismo" è sinonimo di moralità: essa consiste nell'astenersi dalle 10 azioni negative (uccidere, rubare, condotta sessuale scorretta, ecc.); "serenità" o "tranquillità" indica la saggezza (la prajñāpāramitā), cioè la pacificazione delle illusioni, dell'ignoranza e delle afflizioni mentali ; "meditazione" è l'assorbimento meditativo (dhyāna).

Tara è dunque la personificazione delle 6 pāramitā o, meglio, della pāramitā della saggezza - perchè è la madre di tutti i buddha (che sono onniscienti) - e il suo campo d'azione sono le altre 5 pāramitā.

4.

Omaggio a Te,  
corona dei Tathāgata, che ottieni infiniti trionfi ;  
in cui hanno piena fiducia i Figli dei Vincitori avendo realizzato tutte le  
perfezioni !

A) "Corona" (in sanscrito, uṣṇīṣa) : ornamento per il capo e quindi "corona" ; e anche la protuberanza sulla cima della testa che viene ai bodhisattva dopo che hanno perseguito un giusto e virtuoso comportamento per milioni e milioni di anni : quindi è preziosa e perciò tutti i buddha le rendono omaggio perchè è causata da meriti grandissimi.

"Tathāgata" è sinonimo di "buddha". Letteralmente significa "Colui che è venuto (āgata) dalla Realtà (Tathatā)".

Dunque, tutti i buddha considerano Tara come la propria preziosa uṣṇīṣa.

Ricordiamo anche che la Lode a Tara fu enunciata dal buddha Vairocana non con la bocca ma con l'uṣṇīṣa. Quest'ultima indica, per metafora, la lode che ne proviene e colei che ne è l'oggetto (Tara).

"Infiniti trionfi" significa che l'attività di questa Tara consiste:

-- nel vincere innumerevoli interferenze ed ostacoli, sia esterni che interni (cattivi pensieri, parole e comportamenti). Essa trionfa sugli infiniti problemi di questa vita, sulle emozioni perturbatrici che ostacolano la Liberazione e l'Onniscienza;

-- nel portarci infiniti aiuti quando ci troviamo nella paura e nei pericoli.

E pertanto infinito è pure il beneficio che deriva da questa Lode.

B) “Figli dei Vincitori” sono i “figli” dei buddha, ossia sono i bodhisattva (qui la parola “figlio” non va intesa in senso generazionale, ma di “figlio spirituale”, cioè “di insegnamenti”). Essi detengono le 6 Perfezioni (pāramitā) e - come i buddha - rispettano ed onorano Tara (inchinando la corona della testa in segno di rispetto), poichè a sua volta anch’essa le ha completamente realizzate. E quindi essa personifica anche la natura dei 10 bodhisattva-bhūmi (i successivi gradi o livelli spirituali del Sentiero del bodhisattva verso la buddhitā), cosicchè tutti i buddha e bodhisattva dipendono da lei: è questa natura ciò che viene onorato dagli āryabodhisattva.

5.

Omaggio a Te,  
che riempi il (Regno del) Desiderio, le direzioni e lo spazio con (i suoni)  
TUTTĀRA e HŪM ;  
che - calpestando i sette mondi - sei capace di attirare a te tutti (gli  
esseri) !

A) Tara soggioga le negatività dei tre regni che costituiscono il saṃsāra, e che qui vengono indicati - in modo pregnante - con le parole “desiderio, direzioni e spazio”<sup>91</sup>. Si tratta dei reami

a) del Desiderio (Kāmadhātu) :

abitato dagli esseri infernali, dai preta, dagli asura, dagli animali, dagli uomini e dalle classi inferiori degli dèi (i 4 Guardiani dei punti cardinali, i 33 Dèi, gli Yama, i Tuṣita, i Nirmāṇarati e i Paranirmitavāśavārtin) ;

b) della Forma (Rūpadhātu) :

abitato dalle seguenti classi di dèi superiori (cioè, su livelli di esistenza più sottile): dèi Brahma, dèi della Luce, dèi dello Splendore, dèi Privi di Pensiero (o delle Pure Dimore) ;

c) del Senza-forma (Arūpadhātu) :

abitato dagli dèi (ancora più sottili) assorti nella contemplazione dell’idea

- dell’infinità dello spazio ;
- dell’infinità del pensiero o della coscienza ;
- del puro nulla ;
- di nè percezione nè non-percezione.

La vittoria di Tara sulle negatività avviene mediante i suoni di “tuttāra” e “hūm” (oppure, mediante i raggi di luce emanati da tali lettere), i quali pervadono i regni suddetti, per cui essa libera dalla sofferenza tutti gli esseri che vagano nel saṃsāra, come pure quelli che sono nello stato di bar-do (cioè, l’esistenza tra la morte e la rinascita successiva). Queste quattro sillabe - diffondendosi e riempiendo i tre regni - purificano le negatività degli esseri, mentre le loro positività, se maturate, si accrescono.

1. TUTTĀRA : il suo significato è già stato spiegato a proposito del mantra di Tara. Figura in tale mantra e ne è il simbolo: rappresenta la parola di Tara. Dunque, la dea riempie i tre regni samsarici col *suono* del suo potente mantra che essa proclama. Qui però “tuttāra” può anche indicare lo *splendore* lucente che adorna il

---

<sup>91</sup> Secondo un'altra interpretazione, "Desiderio" indica il Regno del Desiderio, "Spazio" comprende i Regni della Forma e del Senza Forma, "Direzioni" sono i 4 punti cardinali, i 4 punti intermedi, lo zenit e il nadir di ogni universo. Nello spazio infinito ruota un numero infinito di universi, comprendente ciascuno i 3 Regni suddetti.

mantra suddetto, per cui si tratterebbe della “luce radiante della parola (mantrica) di Tara” : questa luce pervade i tre regni mondani, liberandoli dalle negatività ;

2. HŪM : simbolizza la mente divina e, in particolare, l’unione di saggezza (cioè, comprensione della Vacuità) e amore-compassione. La mente per il buddhismo non è solo intelletto, dato che essa indica la totale psiche dell’uomo, ossia l’intera esperienza mentale emotiva (sia conscia che inconscia). Questa sillaba si trova nel cuore di Tara.

Hūm è anche una parola dal grande potere distruttivo, cioè che doma le passioni e annienta il pensiero dualistico, ossia tutti gli ostacoli nati dall’ego che si frappongono alla vera conoscenza.

I sette mondi samsarici sono:

quelli già citati sopra : inferni, animali, preta, uomini e i tre tipi di deva del Regno del Desiderio, di quello della Forma e del Senza-forma ; oppure

infernali, animali, preta, uomini, asura, deva ed esseri del bar-do; oppure

preta, uomini, asura, deva, nāga, vidyādhara<sup>92</sup> e kiṅṅara<sup>93</sup>.

Il saṃsāra rappresenta le forze ostili che Tara domina per aiutare gli esseri che lo abitano. Anche i suoi piedi, con cui calpesta il saṃsāra, sono in essenza Vacuità e Compassione : cosicchè essa è capace di attirare e chiamare a sè (e quindi alla beatitudine) tutti gli esseri senzienti. In altre parole, ha il potere di convocarli per diffondere su di loro l’azione della sua compassione: distoglierli dalle azioni negative, liberarli dalla sofferenza e stabilirli nella felicità.

6.

Omaggio a Te,  
che sei onorata dagli dèi Śakra, Agni, Brahmā e Marut ;  
alla cui presenza cantano lodi le moltitudini dei bhūta, vetāla, gandharva  
e yakṣa !

A) Tara - qui in forma adirata - merita di esser lodata perchè si deve riconoscere che perfino tutti gli dèi mondani la rispettano e la onorano ; e la rispettano perchè essa è più perfetta e saggia di loro. I principali di tali dèi sono :

- Śakra : il capo dei deva dei cieli inferiori del Regno del Desiderio (che abitano nell’immenso palazzo sulla cima del monte Meru), noto nella mitologia indù come Indra, che originariamente era il dio della pioggia ;

- Agni : il vedico dio del fuoco che regna sui ṛṣi<sup>94</sup>, guardiano della direzione sud-orientale ;

- Brahmā : il capo degli dèi del Regno della Forma. E’ il creatore indù dell’universo;

- Marut (Marudiva): il dio brahmanico del vento e delle tempeste.

B) Tara è pure onorata, per la stessa ragione, dai seguenti esseri, normalmente opposti al Dharma, che vivono sul piano degli asura o dei preta:

<sup>92</sup> Il termine indica qui degli individui che - dopo aver sviluppato i poteri psichici (yogici) - vivono su dei piani non-umani, senza peraltro aver raggiunto la Liberazione.

<sup>93</sup> Vedi la strofa 19.

<sup>94</sup> I ṛṣi sono saggi asceti brahmani, ispirati e veggenti, dotati di poteri magici e paranormali. Ve ne sono 10 tipi. Vestono di bianco, vivono isolati e si mantengono purissimi.

a) bhūta : termine generico per indicare dèmoni o spiriti per lo più malefici, ostili o dispettosi, della classe dei preta: provocano malattie o altre difficoltà. Ve ne sono ben 18 tipi diversi. Li ritroveremo nella Lode 21, dove sono detti “graha” ;

b) vetāla : i “cadaveri animati” o “cadaveri che risorgono” sono di due tipi :

--positivi : è il caso dei grandi Maestri e Santi che risuscitano dopo la morte (ad es. Gesù e alcuni grandi yogi tibetani) ;

--negativi : è la resurrezione che avviene per la potenza del demonio che entra nel cadavere e lo anima. Si tratta quindi di cadaveri di persone comuni che vengono rianimati per fare del male e che posson esser fermati solo da grandi yogi. Rappresentano il potere della magia nera.

I vetāla sono pure nominati nella Lode 21 ;

c) gandharva : musicisti celestiali. Sono i messaggeri del dio Indra, spiriti volanti dotati di talento musicale (infatti creano una musica celestiale), la cui principale qualità d’esistenza è il suono sotto forma di canto e musica. Vengono detti “spiriti delle montagne profumate”, perchè si nutrono solo d’incenso ed emanano profumi. Hanno poteri curativi, ma posson anche provocare - coi loro influssi - amnesia, pazzia ed altre infermità mentali e molte difficoltà (anche alla pratica del Dharma) ;

d) yakṣa : spiriti delle montagne. Sono esseri semi-divini (generalmente benevoli) che risiedono sulla terra (abitano gli alberi, le foreste e le montagne), nell’aria e nei cieli inferiori ; spesso sono miti e recano beneficio, ma possono anche esser malèfici (causando malattie per mezzo della possessione diabolica). Sono richiamati anche nella successiva Lode 21.

7.

Omaggio a Te,  
che con (i suoni) TRAṬ e PHAṬ annienti i cerchi magici degli avversari ;  
che - premendo col piede sinistro proteso e il destro ripiegato - avvampi in un  
vortice di fuoco ardente !

A) Questa Tara pronuncia le sillabe TRAṬ (da leggersi *trè*) e PHAṬ (da leggersi *phè*) : col potere di tali suoni sconfigge gli ostacoli alla felicità (sia mondana che suprema) creati dalle persone malvagie mediante i loro diagrammi e cerchi magici usati per incantesimi, sortilegi, fatture, magie e maledizioni: in senso lato, le loro trame, intrighi e macchinazioni. "Avversari" sono appunto coloro che cercano di nuocere alle persone o al Dharma ricorrendo a diversi metodi: armi, veleni, mantra, ecc.

La sillaba PHAṬ ricorre anche nella Lode 18 nel medesimo significato, mentre di solito, in altri contesti, essa è un’esclamazione usata per troncare i pensieri che distraggono e per ridestare la coscienza dal torpore che sopraggiunge nella meditazione.

B) Tara per vincere i nemici non solo usa i mantra traṭ e phaṭ, ma assume una posizione detta "irritata": *in piedi* sulla gamba sinistra distesa - che appoggia sugli spiriti malvagi per sottometterli - tiene la gamba destra ripiegata.

Un'altra interpretazione dice invece che questa dea *sta seduta*: ma non nella solita posizione, bensì - come si è detto - con la gamba destra piegata indietro e la sinistra distesa ed allungata in avanti per simboleggiare rispettivamente il potere del metodo (cioè della compassione) e della saggezza (cioè della comprensione della

Vacuità). Inoltre, la gamba sinistra qui simboleggia pure la vittoria sui fantasmi, sui dèmoni e sugli spiriti malvagi.

Ad ogni modo, qui Tara sta in mezzo ad un grandissimo cerchio divampante, risplendendo del fuoco ardente e violento della sua saggezza trascendente: il suo corpo è infuocato e produce un'immensità di fiamme spaventose. Esse, da un lato, mettono in fuga Yama (il dio della morte) e tutti coloro che potrebbero nuocere alla nostra vita, distruggendone i malefici; dall'altro, ci circondano con la loro protezione.

L'elemento del fuoco - che ricorre anche nella Lode 13 - è spesso simbolo dello stato *confuso* della mente che - appunto come la fiamma - non discrimina tra le cose che ghermisce, brucia e distrugge. Ma nella sua qualità *pura* simboleggia lo stato di risveglio spirituale, in cui l'incandescenza della passione si trasmuta nel calore dell'ispirazione e della compassione : ed è proprio per compassione che Tara brucia i diagrammi usati per i malefici.

8.

Omaggio a Ture, che incute grande paura e annienti completamente i Māra più audaci ; che - corrucciando il viso di loto - stermini tutti i nemici senza eccezione!
--

A) Questa Tara è Ture (epiteto che - come sappiamo - significa "rapida"); essa è detta "colei che incute grande paura" perchè siede in una posizione terrorizzante e spaventevole, ed ha il potere di distruggere i campioni e i paladini dei Māra e cioè i dèmoni (interni ed esterni) più agguerriti e quindi più difficili da debellare.

Māra sono le affezioni mentali di ignoranza, odio ed attaccamento che impediscono la liberazione dal saṃsāra e l'Illuminazione (sono cattive tendenze, pensieri contrari al Dharma, ecc.), propagando così la sofferenza presente e le cause di quella futura.

Distruggere i Māra non significa annientarli, ma vuol dire che - per compassione - la dea trasforma istantaneamente il loro stato mentale negativo nello stato di coscienza della Chiara Luce (Vacuità e Beatitudine) : questo modo di aiutare gli esseri senzienti (effettuato da un buddha nella sua manifestazione irata) è il più potente rispetto agli altri tre, che consistono nel pacificare, incrementare e sottomettere.

B) Abbiamo già visto, nelle pagine precedenti, che - benchè per sua natura Tara sia pacifica ed il suo viso sia attraente come un loto sbocciato (v. la Lode 1) - al fine di sottomettere e sconfiggere le forze malefiche di Māra essa assume un'espressione fiera, corrucciata ed accigliata per l'ira e lo sdegno contro le negatività.

Mentre i versetti sub A) indicavano che il corpo di Tara assumeva un atteggiamento irritato, qui si precisa che quell'espressione si estende anche al suo viso divino, al punto di renderle lo sguardo aggrottato: è con questa semplice espressione che Tara sottomette gli spiriti maligni e le interferenze negative.

"Stermina" significa che Essa priva i Māra - fisicamente o mentalmente - del loro potere di nuocere.<sup>95</sup>

---

<sup>95</sup> Taranatha dà la seguente interpretazione dell'intera strofa:

-Ture: chi percorre rapidamente i Sentieri spirituali superiori, raggiunge lo stato di buddha;

-Che incute grande paura: la coscienza primordiale, unione di beatitudine e vacuità, è spaventosa per gli esseri samsarici;

9.

Omaggio a Te,  
che perfettamente ti adorni col gesto dei Tre Gioielli all'(altezza del) cuore;  
che sei ornata da ruote, da cui turbinano fasci di luce in ogni direzione !

A) Questa Tara viene descritta attraverso il gesto simbolico della mano. Infatti, all'altezza del petto il mudrā della mano *sinistra* (l'anulare tocca il pollice, le altre dita sono stese) simboleggia i Tre Gioielli : l'indice il Buddha, il medio il Dharma ed il mignolo il Saṅgha.<sup>96</sup> Col pollice e con l'anulare la sinistra tiene un utpala, fiore rarissimo perchè nasce solo quando un buddha appare nel mondo: il pollice simboleggia il metodo, l'anulare la saggezza, dunque con la loro unione si raggiunge la buddhitā. L'utpala simboleggia la compassione; il suo stelo si suddivide in 3 rami, che portano ciascuno un fiore particolare: quello centrale è completamente sbocciato, quello a destra di Tara è già appassito (vi si vedono i frutti) e quello alla sua sinistra comincia appena a dischiudersi - per simboleggiare i buddha dei 3 tempi (presente, passato e futuro). I petali rappresentano invece i buddha delle 10 direzioni.

La mano *destra* poggia sul ginocchio corrispondente nel gesto di donare le realizzazioni (siddhi) ed esaudire così i desideri di chi ha fede nella dea; e regge anch'essa un utpala.

B) Sul palmo delle mani e sulla pianta dei piedi la dea è adornata da linee simili ai solchi trasversali e longitudinali tracciati naturalmente sul palmo delle nostre mani. Tali linee sono però luminose e disegnano delle ruote : si tratta delle *ruote a 8 raggi* (la ruota del Dharma) - in cui viene simboleggiato il Nobile Ottuplice Sentiero - oppure delle *ruote dai 1000 raggi*, il primo dei 32 segni di un Essere Illuminato. Da queste ruote promana una luce fulgidissima (che rappresenta la saggezza di Tara) : i fasci di tale luce non sono inerti, ma - facendo contrasto con le ruote da cui sono emessi - pervadono attivamente le 10 direzioni dello spazio, eliminano l'oscurità mentale di tutti gli esseri e li attirano fuori dal saṃsāra, verso la Triplice Gemma. Il fatto che quella luce si espanda in ogni parte (illuminando ed abbellendo tutti gli universi sparsi nell'immensità dello spazio) vuol significare che il Dharma è universale.

---

-I Māra più audaci: i difetti mentali (desiderio, odio, gelosia, ecc.) e i pensieri che ne derivano;

-Corrugando il viso: simboleggia qui la "fase di creazione" della meditazione sulle divinità, cioè il momento in cui il praticante s'immagina sotto l'aspetto della divinità e sviluppa l'"orgoglio divino". Questa fierezza divina vince i difetti mentali e consente infine d'ottenere il Corpo di Saggezza, vacuità-beatitudine (termine tantrico per indicare il Dharmakāya);

-I nemici: i veli della mente, vinti dalla saggezza primordiale. Essi sono:

a) il velo dei difetti mentali: scompare al raggiungimento del 1° bhūmi;

b) il velo della conoscenza duale: comincia a scomparire al 1° bhūmi per venire totalmente eliminato con l'ottenimento della buddhitā.

<sup>96</sup> Secondo Taranatha, il mudrā è del tutto diverso: le mani sono giunte a livello del cuore, con i medi appoggiati l'uno contro l'altro e con le altre dita - le cui punte si toccano - leggermente ripiegate. Tutto l'insieme, formando come un bocciolo di loto, ha la funzione di simboleggiare i Tre Gioielli, ma porta in realtà il nome di "mudrā del loto".

In tempi molto remoti Tara fece questo mudrā, dichiarando che chiunque l'avesse compiuto avrebbe invocato subito la sua presenza. La luce, di cui Tara riempie l'universo, rappresenta la sua venuta spontanea quando uno dei suoi fedeli la chiama mediante il mudrā.

a) Gli “8 raggi” del Nobile Ottuplice Sentiero sono :

- retta comprensione delle 4 Nobili Verità e della dottrina del Dharma ;
- retta e decisa intenzione di percorrere il Sentiero ;
- retta parola, evitando la falsità, la denigrazione, l’offesa e la chiacchiera futile ;
- retta azione, evitando l’egoismo, il furto, l’uccisione, ecc. ;
- retto modo di sostentamento, evitando mestieri immorali ;
- retto sforzo per superare ogni ostacolo sul Sentiero ;
- retta consapevolezza, presenza mentale ed autocontrollo ;
- retta concentrazione o meditazione.

b) I 32 “segni del corpo d’un Essere Illuminato” comprendono - tra l’altro - le ruote dai 1000 raggi che contraddistinguono le mani e i piedi di un buddha ; la loro causa è l’aver rispettato e lodato i guru ed ascoltato gli insegnamenti. Altri segni sono, ad esempio, le dita allungate delle mani, la pelle dal colore dorato, la protuberanza sulla sommità del capo (uṣṇīṣa), ecc., tutti dovuti ai corrispondenti atti meritori.

10.

Omaggio a Te,  
che splendi di intensa gioia e il cui diadema irradia ghirlande di luce;  
che con la sonora risata di “TUTTĀRA!” sottometti i Māra e gli dèi del mondo !

A) Qui Tara viene onorata attraverso la bellezza del suo corpo (che procura agli esseri una gioia perfetta) e attraverso l’ornamento del capo, che la rende ancora più bella : si tratta di un diadema o tiara tempestata di pietre preziose, da cui provengono splendidi e meravigliosi raggi multicolori di luce che offuscano ogni altra luce. Questi raggi emessi dal diadema assumono la forma di ghirlande che si moltiplicano e si propagano. Questo ornamento rappresenta - come sappiamo - il suo potere di aumentare la fede in chi ce l’ha e di farla sorgere in chi ne è privo, nonché il potere di esaudire ogni desiderio e speranza dei suoi discepoli.

B) La suddetta luce si manifesta, nella forma di suono, come TUTTĀRA ; con tale suono gioioso che questa Tara pronuncia, vengono sottomessi tutti i Māra, nonché “i potenti (o i signori) del mondo” (intendendosi le divinità temporali e le forze samsariche).

Essa ride vivacemente : il suo atteggiamento è infatti quello di gioire ed esser felice. E con la sonora risata di TUTTĀRA essa rimuove le contaminazioni mentali di tutti gli esseri senzienti. Anche quando Śākyamuni venne assalito da un’orda di demoni la sera precedente la sua Illuminazione, Tara li rese inoffensivi con 8 grandi scoppi di risa.

11.

Omaggio a Te,  
che hai il potere di convocare l’intera assemblea dei Guardiani del Mondo ;  
che - accigliata - vibrando la sillaba HŪM liberi da ogni miseria !

A) Ogni cosa e luogo di questo universo (monti, fiumi, terreno, ecc.) ha il proprio specifico Protettore mondano (lokapāla). Anche le 4 direzioni o punti cardinali hanno i loro Guardiani, i quali difendono le frontiere del buddhismo dagli attacchi dei demoni : sono pertanto dei dharmapāla (difensori del Dharma). Si tratta di :

- Vaiśravaṇa o Kubera, preposto al nord
- Dhṛtastra, preposto all'est
- Virūdhaka, preposto al sud
- Virūpākṣa, preposto all'ovest.

Vi sono inoltre i Guardiani delle altre 6 direzioni intermedie.

Un'altra interpretazione elenca nel modo seguente i 10 Protettori e le relative direzioni:

- Vaiśravaṇa, nord
- Indra, est
- Yama, sud
- Varuṇa, ovest
- Agni, sud-est
- Rakṣa, sud-ovest
- Vāyu, nord-ovest
- Bhūta, nord-est
- Brahmā, zenit
- Vanadevī, nadir.

Il testo che stiamo commentando dice che questi “Protettori delle 10 direzioni” sono a servizio di Tara ed esortati da questa a compiere quanto necessario per aiutare e proteggere i discepoli ad aver successo nella pratica spirituale mediante il compimento delle quattro azioni divine o buddhiche : pacificazione, incremento, sottomissione e distruzione.

B) Mostrandosi accigliata in viso e “mediante la sillaba HŪM”, Tara convoca i suddetti Guardiani e li comanda per esaudire i desideri dei discepoli e dei devoti, al fine di liberarli specialmente dalla povertà sia materiale che spirituale (mancanza di beni materiali o di felicità interiore). In particolare, se una persona è in miseria dal punto di vista materiale, deve usare il suo tempo per procurarsi i mezzi di sostentamento e quindi non può praticare adeguatamente il Dharma : Tara allora le viene in aiuto se lo scopo finale è appunto quello di dedicarsi alle pratiche religiose.

Essa è pervasa da rabbia divina, espressa mediante il movimento della sua fronte aggrottata e col proferire il suono Hūm: con questi segni di collera che simboleggiano la forza di Tara, essa libera dalla sofferenza chiunque è afflitto dalla sfortuna.

Analogamente a quanto detto nella Lode 5, il presente testo può intendersi anche diversamente e cioè : anziché con tale suono, Tara può agire mediante i raggi che escono dalla Hūm (che si trova nel suo cuore : v. la Lode 21) verso le 10 direzioni dello spazio.

12.

Omaggio a Te, che sei incoronata da una mezzaluna e i cui ornamenti brillano tutti intensamente;
--



da Amitābha (seduto) sulla tua folta chioma si diffonde continuamente una pura luce !

A) Il suddetto diadema (o tiara) ha la forma della mezzaluna, di cui conosciamo già il simbolismo.

Inoltre Tara è adorna di molti altri gioielli, pietre preziose, orecchini, collane, cinture, braccialetti e vesti di seta, che ne abbelliscono il corpo. Tutti questi ornamenti sfavillano di uno splendore che si propaga dovunque: la luce bianca che essi emanano ha il potere di eliminare le sofferenze, le miserie e la povertà, apportando prosperità e buona fortuna a chi l'invoca.

B) I capelli di Tara non sono come i nostri: sul suo capo c'è l'uṣṇīṣa (protuberanza cranica), in corrispondenza della quale - seduto sulla sua lucente chioma nera, a forma di chignon - c'è Buddha Amitābha: ciò significa che questa Tara è un'emanazione di quel Dhyānibuddha, che è il Signore della Famiglia del Loto e della Terra Pura Sukhāvati<sup>97</sup>. Da lui promana da sempre una fulgida luce ed infatti il suo nome significa "luce infinita od incommensurabile" e il suo elemento è il fuoco. Questa luce che egli diffonde incessantemente tutt'attorno a Tara e nelle 10 direzioni dello spazio ha il potere di liberare dalle sofferenze del saṃsāra e di raccogliere le positività degli esseri rimandandole loro aumentate (così come cresce la luna col passar del tempo).

L'uṣṇīṣa - come si è visto nella Lode 9 - è uno dei 32 segni maggiori che adornano il corpo d'un buddha: essa è di forma arrotondata ed orientata verso destra ed è causata dall'aver accumulato molto merito. In Tara quindi risplende la luce di una massa di meriti: e questa luce ha un potere salvifico.

13.

Omaggio a Te,  
che stai in mezzo a una ghirlanda fiammeggiante come il fuoco della fine d'un eone;  
che - con la (gamba) destra protesa e la sinistra ripiegata - sei circondata di gioia e distruggi le schiere dei nemici !

A) L'universo si contrae e si evolve ad intervalli regolari (kalpa, cioè eoni), che si succedono all'infinito nel seguente ordine:

- periodo di involuzione o distruzione
- periodo in cui esso rimane annientato
- periodo di evoluzione o creazione
- periodo di durata della sua esistenza.

La distruzione avviene mediante il successivo intervento del fuoco (provocato da 7 soli), dell'acqua (provocato da piogge e inondazioni di acqua caustica) e dell'aria (provocato da un vento cataclismico); dopodiché non resta nulla se non lo spazio in cui l'universo si trovava.

<sup>97</sup> Tara, quale paredra di Avalokiteśvara, appartiene alla Famiglia del Loto, di cui Amitābha è il capo e il signore. Amitābha è simbolo della devozione verso il Guru. Ciò significa che per raggiungere l'Illuminazione è essenziale la via della devozione verso il Maestro spirituale. Per questa ragione, non solo Tara ma anche Avalokiteśvara porta una raffigurazione di Amitābha sopra la testa.

In particolare, l'intervento del sole consiste nel diventare nove volte più caldo del normale, nello sdoppiarsi, triplicarsi, ecc. fino a suddividersi in 7 soli diversi : allora i laghi evaporano, i fiumi si prosciugano, gli oceani si seccano e la terra viene bruciata dai loro raggi roventi.

Come il fuoco distruggerà il nostro sistema solare alla fine dei tempi, così la saggezza di Tara brucia tutte le illusioni ed affezioni mentali. Questa Tara siede dunque - ostentando il suo aspetto feroce - in mezzo a questa ghirlanda del fuoco irresistibile e divampante della sua saggezza, simile a quello della fine del nostro kalpa. Al significato simbolico del fuoco si è già accennato nel commento della Lode 7.

B) Tara siede con la gamba destra stesa e la sinistra ripiegata, che - diversamente da quanto detto nella precedente Lode 7 - simboleggiano rispettivamente la generosità nell'insegnare il Dharma e la distruzione delle forze negative (sia fisiche che mentali) nemiche del Dharma stesso. Nel far questo, Tara è "circonfusa di gioia" : ora, poichè essa è irata, tale qualifica potrebbe forse andare intesa nel senso della Lode 16, ossia che è "circondata da coloro che gioiscono del Dharma".

Un'altra interpretazione ci dice che Tara non è seduta, ma sta in piedi, volteggiando in una danza dai movimenti rapidi e variati: la gamba destra tesa e la sinistra ripiegata non indicano una sua posizione stabile ed immobile, ma sono soltanto alcuni esempi del movimento delle sue gambe durante la danza. Il primo effetto di questa danza è di dar gioia agli esseri compassionevoli; il secondo effetto è di sottomettere le forze negative e gli esseri malintenzionati (umani o non umani).<sup>98</sup>

14.

Omaggio a Te,  
che batti la superficie della terra col palmo della mano e la martelli col piede;  
che - con lo sguardo accigliato - pronunciando la sillaba HŪM sottometti tutti i sette livelli!

A) Questa Tara ha la mano destra atteggiata nel "mudrā di minaccia", con cui soggioga e pacifica tutti gli esseri, mentre schiaccia la superficie della Terra col piede sinistro e la scuote furiosamente con la mano sinistra : il che significa che ha il potere di dominare il monte Meru, i 4 continenti, gli 8 sub-continenti e i 7 mari, che secondo la cosmologia tibetana costituiscono ciascun universo nel saṃsāra.

B) Assumendo un aspetto feroce, col viso aggrottato, dalle sillabe HŪM di color blu (poste sui palmi delle sue mani e sulle piante dei piedi<sup>99</sup>) essa emana e diffonde in tutti i mondi - aggiungono i commentatori tibetani - la luce della sua saggezza e una tempesta di vajra che distruggono le negatività. "Vajra" è uno

---

<sup>98</sup> Nelle versioni in cui il 3° verso - anziché terminare con dka' - finisce per dka'i, la traduzione è la seguente:

"che - con la gamba destra tesa e la sinistra ripiegata - sottomette totalmente le schiere dei nemici di coloro che gioiscono della messa in moto della Ruota del Dharma".

<sup>99</sup> O, secondo altri, emesse dal naso. Può trattarsi anche della sillaba che - come dice la Lode 5 - si trova nel cuore di Tara: ciò significa che la luce bruciante che proviene dal suo cuore annienta il saṃsāra per inaridimento.

strumento rituale tantrico, dalla forma di piccolo scettro e simbolo dell'indistruttibile realtà dello stato di buddha.

Con queste hūṃ soggioga e controlla così i 7 tipi di esseri nocivi o forze (a lei ostili) - come i nāga, gli asura e gli yama - che dimorano nei livelli o mondi sotterranei, cioè Pātāla, Mahātāla, Atala, Talātala, Rasātala, Sutala e Vitala<sup>100</sup>. Pertanto, il suo dominio si estende - oltre che sulla superficie terrestre - anche nel sottosuolo.

Mentre ai nāga e agli asura hanno già accennato le Lodi 1 e 5, per quanto riguarda gli yama va precisato che essi sono dei preta. I preta sono spiriti, la cui principale sofferenza è la fame; ve ne sono di vari tipi: alcuni abitano nel nostro mondo e sono normalmente invisibili agli uomini, ma possono essere visti dagli animali; altri risiedono nel mondo sotterraneo di Yama (il terribile giudice della morte, che ne è il re).

15.

Omaggio a Te,  
beata, virtuosa e pacifica, il cui ambito è la quiete del (Nirvāṇa,) aldilà della sofferenza;  
che - perfettamente dotata di SVĀHĀ e OM - elimini le grandi negatività!

La prima parte è una lode alle qualità della mente di Tara, la seconda è un elogio alla potenza della sua parola.

A) "Beata" significa che è gioiosa perchè libera dalla sofferenza.

"Virtuosa" significa che ha seguito il comportamento morale delle "10 azioni positive" (astendosi dall'uccidere, dal rubare, ecc.), che procura l'accumulazione di karma positivo.

"Pacifica" vuol dire tranquilla perchè - avendo abbandonato le contaminazioni mentali - ha eliminato tutti gli ostacoli alla Liberazione e all'Onniscienza, e quindi ha conseguito il Nirvāṇa del Mahāyāna. Quest'ultimo è l'estinzione dell'attaccamento, dell'odio e dell'ignoranza e quindi è completa libertà dal karma e dalle conseguenti rinascite (con le sofferenze connesse) ed ingresso nel regno trascendentale in cui si ha esperienza della Vacuità che travalica la contingenza dei fenomeni: è uno stato di serenità aldilà di tutti i concetti dualistici (che ora sono acquistati). Pertanto - dice questa lode - l'oggetto dell'attività di Tara consiste nella concentrazione meditativa sulla Vacuità.

In altre parole: beatitudine, virtù e pace sono qualità che Tara non solo possiede in permanenza, ma a cui fa anche accedere i suoi fedeli,

-concedendo loro la beatitudine in questa vita presente;

-facendo loro compiere degli atti virtuosi, che sono il fondamento della beatitudine delle vite future;

-mostrando ai discepoli fortunati il sentiero della pace (cioè, della Liberazione).

B) "Dotata di SVĀHĀ (pronunciato *sohā* in tibetano) e OM" allude al mantra supremo OM TĀRE TUTTĀRE TURE SVĀHĀ, il quale è costituito dalla parte

<sup>100</sup> I nomi di questi livelli o mondi sotterranei significano "la base, la base superiore, il senza base, la base in se stessa, la base dell'essenza vitale, la buona base, la base pura".

principale TĀRE TUTTĀRE TURE, a cui sono appunto aggiunti OM (l'inizio) e SVĀHĀ (la fine) : ciò significa che la sua potenza possiede l'inizio e la fine e quindi non ha limiti e può purificare ogni contaminazione. Tale mantra ha dunque il potere - se recitato con grande fede - di *distruggere* la più grave negatività che è quella di afferrarsi al concetto di un'esistenza intrinseca ed indipendente, nonché di *purificare* perfino i cd. "cinque crimini orrendi" (assassinare il padre o la madre, far del male o ferire un arhat, spargere il sangue di un buddha, provocare uno scisma nel saṅgha) e di *sradicarne* le cause (ignoranza, odio, attaccamento) e i loro risultati (consistenti nella sofferenza dei regni infernali).

Pronunciando quel mantra, puro e perfettamente autentico, Tara elimina gli atti nocivi, come pure le sofferenze che ne derivano.

Un'altra interpretazione, basata sulla verità ultima, si riferisce alle 5 saggezze trascendentali:

beatitudine: indica la "saggezza discriminante"

virtù: simboleggia la "saggezza simile allo specchio"

pace: significa la "saggezza dell'uguaglianza"

quiete del Nirvāṇa: è la "saggezza del dharmadhātu"

eliminazione delle grandi negatività: rappresenta la "saggezza che tutto adempie".

La mente di Tara che possiede le 5 saggezze è dotata d'una dinamica che si manifesta sotto la forma del "suono della vacuità", cioè del mantra. I mantra della divinità - qui simboleggiati da SVĀHĀ e OM - sono così l'espressione stessa del Dharmakāya. La deità e il suo mantra sono in verità indissolubili: il mantra OM TĀRE TUTTĀRE TURE SVĀHĀ non è altro che Tara.

16.

Omaggio a Te,  
che sei tutta circondata da seguaci gioiosi e annienti completamente il  
corpo dei nemici ;  
che liberi con la sillaba HŪM e col mantra in cui sono disposte le 10  
sillabe !

Qui inizia la 3ª sezione della "lode estesa", in cui Tara viene elogiata attraverso le sue attività trascendenti, che consistono :

-nell'agire mediante i suoi mantra (pacifico ed irato)

-nello scuotere i tre mondi

-nell'eliminare gli avvelenamenti

-nel rimuovere i conflitti e gli incubi

-nello scacciare le epidemie e i contagi

-nel sottomettere o distruggere gli spiriti maligni.

A) Essa, come qualsiasi altro buddha, ha il potere di impegnarsi spontaneamente nelle azioni trascendenti (quali l'insegnare il Dharma, portare e guidare gli esseri sul Sentiero spirituale, pacificare o allontanare i pericoli in cui si trovano i praticanti). Qui essa sgomina i nemici dei discepoli che godono nel girare la ruota del Dharma, ossia - in una parola - gli avversari della Dottrina, avversari

costituiti soprattutto dall'ignoranza (nel senso di non-conoscenza della Vacuità) e dall'attaccamento al "sè" e al "mio". Nel far ciò essa è gioiosa, come si è visto nella Lode 13; e l'effetto naturale della sua attività è di procurare gioia ai suoi fedeli.

B) Così essa libera dalle negatività mediante il suo mantra irato e quello pacifico :

-- il primo è il "mantra della sillaba hūṃ" :

"OM NAMAS TĀRE NAMO HARE HŪṂ HARE SVĀHĀ"<sup>101</sup>

al cui centro c'è la sillaba HŪṂ posta nel cuore di Tara. HŪṂ è la sillaba-germe da cui appare Tara nella sua forma irritata. La luce che emana da tale lettera ha una grande potenza perchè toglie immediatamente ogni ostacolo ed impurità, ed ha il potere di portare gli esseri sul Sentiero e di insegnare il Dharma ;

-- il secondo (già commentato nelle pagine precedenti) è il "mantra in cui sono disposte le 10 sillabe" :

"OM TĀRE TUTTĀRE TURE SVĀHĀ"

di cui ciascuna sillaba è scritta su ognuno dei 10 raggi di una ruota al cuore di Tara, al cui centro c'è la sillaba TĀṂ, che è la sillaba-germe da cui appare Tara nel suo aspetto pacifico. Da questa lettera nasce una luce molto forte che distrugge tutte le interferenze che impediscono l'accrescersi delle positività dovute alla recitazione di tale mantra.

In questo paragrafo, dunque, si offre omaggio alla manifestazione di entrambi gli aspetti (irato e pacifico) di Tara<sup>102</sup>.

17.

Omaggio a Ture, che pesti i piedi e la cui (sillaba-)seme ha la forma della (lettera) HŪṂ; che scuoti il Meru, il Mandāra, il Vindhya e i tre mondi!
--

Questa lode è rivolta alle attività irate di Tara.

A) Qui Tara è chiamata semplicemente "TURE" ("veloce"), appellativo che si ritrova nelle Lodi 1 e 8 e che è già stato spiegato illustrando il mantra principale della dea. La sua sillaba-seme (cioè la sua essenza dal punto di vista fonetico) è la lettera HŪṂ (a cui si è accennato nella Lode 5 e 16) e la sua attività è quella di pestare i piedi per eliminare ogni ostruzione. Quando li batte, il suono HŪṂ risuona attraverso i tre regni del saṃsāra. Tutto ciò indica che qui Tara assume un aspetto irritato.

Quel suono, dunque, rimbomba attraverso i tre regni mondani - e, in particolare, attraverso i tre monti - facendoli tremare e scuotendone tutti gli esseri che, terrorizzati, vengono a lei sottomessi.

B) I tre monti sono :

- Meru : nella cosmologia tibetana è una montagna quadrata (i cui quattro lati sono fatti di metalli - o pietre - preziosi) che costituisce l'asse centrale dell'universo.

<sup>101</sup> Si legge: om namastaré namoharé hum haré soha.

<sup>102</sup> I praticanti pertanto devono recitare i 2 mantra il maggior numero possibile di volte. A tale scopo, si può visualizzare una forma calma di Tara al mattino, e una forma irata alla sera o di notte; oppure si può sempre visualizzare la medesima forma.

E' circondata da 8 catene concentriche di montagne, fra le quali fluiscono 7 laghi circolari ; dopo la settima catena vi è il grande oceano - da cui emergono i 4 "continenti", tra i quali quello meridionale (Jambudvīpa), che corrisponde alla nostra Terra e, in particolare, alla penisola indiana.

Il Meru corrisponde al (ed è identificato col) monte Kailās, situato nel Tibet occidentale, sede del dio Śaṃvara ;

- Mandāra : è una collina presso Bansi nel Bihār (India) usata - secondo la tradizione - da Viṣṇu come zangola per agitare l'oceano di latte. Su di essa sorgono oggi molti templi indù, buddhisti e giainisti ;

- Vindhya : è una catena montuosa che si estende attraverso il Mādhyā Pradesh in India (culmina a 1400 m.).<sup>103</sup>

Il monte - nella simbologia buddhista - ha un significato particolare : infatti, come i vari crinali e percorsi che salgono verso l'alto in direzione del cielo si unificano, alla fine, nell'unico vertice costituito dalla vetta, così ogni pluralità e dicotomia che ancora esiste lungo il Sentiero spirituale (che ci porta alle "regioni celesti" fuori del saṃsāra) si annulla nell'unicità della Meta, che trascende tutte le differenziazioni.

I "tre regni mondani" cui si è accennato sopra sono il mondo sotterraneo, quello terrestre e quello celeste. Tara pertanto opera in tre differenti direzioni : come dea del Mondo Sotterraneo, come dea della Terra e come dea dei Cieli. E di ciò abbiamo ampiamente parlato in un apposito capitolo.

Un'altra interpretazione afferma che le montagne citate in questa Lode simboleggiano le false identificazioni concettuali, che stanno alla base dei difetti mentali, del karma negativo e della conseguente sofferenza. Si tratta di vedute erronee che derivano dall'attaccamento all'esistenza intrinseca sulla base dei 5 aggregati transitori (skandha)<sup>104</sup>.

Questi 5 skandha possono essere afferrati in 4 modi diversi. Così, per lo "skandha della forma",

-il 1° modo è di considerarlo come fosse la persona, l'«io»; cioè, ci si afferra a un «io» indipendente come fosse la forma stessa;

-il 2° modo è di aggrapparsi a un «io» come se questo possedesse una forma;

-il 3° modo è di aggrapparsi a un «io» come se questo fosse all'interno di una forma;

-il 4° modo è di aggrapparsi a un «io» come se questo fosse posseduto dalla forma.

Questi 4 modi di identificare l'«io» con lo "skandha della forma" valgono anche per tutti gli altri skandha: vi sono così 20 modi (4 volte 5) di afferrarvisi. A questi modi va poi aggiunta la veduta stessa degli skandha nel loro complesso e si ottengono le 21 "montagne". Su questi 21 modi di vedere - che, come si è detto, sono erronei - si basano i 3 mondi indicati nella Lode, cioè il saṃsāra. Quelle "montagne" devono dunque essere distrutte. Quando Tara si batte contro di esse, i 3 mondi (dunque, il saṃsāra) vengono fatti vacillare.

---

<sup>103</sup> Altre versioni traducono "Kailāś", montagna sacra del Tibet occidentale, dimora di Cakraśaṃvara per i buddhisti e di Śiva per gli induisti.

<sup>104</sup> Gli skandha sono : forma, sensazione, percezione/discriminazione, formazioni mentali, coscienza.

18.

Omaggio a Te,  
che reggi in mano la (luna,) contrassegnata da una lepre e dalla  
forma di lago divino;  
che - recitando TĀRĀ due volte e PHAṬ - elimini tutti i veleni senza  
eccezione!

E' questa una lode alle attività di Tara e in particolare a quella di eliminare i veleni.

A) Questa Tara tiene in mano “ciò che è contrassegnato da una lepre”, comune modo di dire indiano e tibetano per indicare la luna (a cui si è già accennato nella Lode 2) : infatti, i monti e le valli della luna piena sembrano disegnare la figura di una lepre (o di un coniglio), con due grandi orecchie rizzate, sulla superficie del disco lunare.

Secondo un Jātaka<sup>105</sup>, il bodhisattva Gautama, nato come una lepre, offrì il proprio corpo in dono a un mendicante per soddisfarne la fame. Il mendicante però si rivelò essere Śakra (il signore dei deva), che - commosso dal grande gesto di compassione del bodhisattva - ornò con l'immagine di una lepre il disco lunare.

Questo disco ha poi la forma di un lago dei deva, cioè è perfettamente rotondo e pieno di acqua bianca, chiara e fresca come un lago celestiale (che viene identificato col sacro Mānasa-sarovara ai piedi del monte Kailās, oggetto entrambi di circumambulazione rituale da parte dei devoti).

Tutto ciò simboleggia l'eliminazione delle sofferenze dei veleni di origine vegetale e minerale : in senso metaforico, si tratta delle contaminazioni mentali.

B) Inoltre Tara pronuncia il mantra che contiene due volte la parola “TĀRĀ” (che al vocativo diventa “TĀRE”) e una volta la parola “PHAṬ” :

“OM TĀRE TUTTĀRE TURE SVĀHĀ TĀRĀ TĀRĀ PHAṬ” oppure  
“OM TĀRE TUTTĀRE TURE PHAṬ”.

Con ciò essa disperde anche tutti gli altri veleni, quelli di origine animale (cioè, degli animali velenosi, come certi serpenti, o pericolosi, come i cani arrabbiati). Tutto ciò significa che - come il pavone divora radici e piante velenose senza danno, trasformando anzi questo cibo nella bellezza delle sue magnifiche piume - così essa elimina la potenza dei veleni, cioè guarisce dall'avvelenamento (sia materiale che spirituale), consentendoci di raggiungere l'Illuminazione.

Il rito per eliminare i veleni comprende cinque tipi di sostanze su cui devono esser recitati i mantra relativi, e consiste nel visualizzare Tara che regge un disco lunare e una luce che proviene da quest'ultimo e dal mantra.

19.

Omaggio a Te,  
in cui hanno piena fiducia i re della moltitudine dei deva, i deva e i  
kinṇara ;

<sup>105</sup> I racconti delle vite anteriori del Buddha.

che - con la tua corazza che irradia gioia all'intorno - elimini tutti i conflitti e gli incubi !

Questa lode riguarda le attività di Tara destinate ad eliminare le dispute e gli incubi.

A) Tara è qui indicata come colei che viene adorata dai deva e da altri esseri celesti. Infatti, i deva, i loro capi e i kiṇṇara venerano questa dea come una regina, si inchinano ai suoi piedi, la lodano in continuazione, fanno offerte e si rifugiano in essa, perchè ognuno di loro vuol eliminare la propria sofferenza.

I "sovrani dei deva" sono Śakra (cioè Indra), che è il capo dei deva del Regno del Desiderio, e Brahmā, che lo è di quelli del Regno della Forma - come abbiamo visto nella Lode 6.

I "deva" sono una vera moltitudine: basti pensare a tutte le divinità locali che abitano una montagna, un lago o una foresta.

I "kiṇṇara" sono musicisti celestiali (come i gandharva) dal corpo umano e dalla testa di cavallo (o viceversa) che suonano il liuto, al sèguito di Kuvera (il dio della ricchezza).

B) La "corazza (o armatura)" di Tara consiste nei suoi aspetti pacifico ed irato, nei suoi mantra pure pacifico ed irato, nonché nei suoi mudrā. Essi assicurano al praticante una protezione paragonata ad un'armatura, che procura gioia e beatitudine alla mente di chi la porta, un corpo radioso e una parola brillante, nonché mette al riparo da liti e sogni cattivi. Indossare la sua armatura significa meditare sui succitati aspetti, recitare i suoi mantra e compiere i suoi mudrā: se si fa ciò, essa col gioioso splendore dell'ispirazione disperde le contese e gl'incubi. La gioia deriva dal fatto che la sua "corazza" è magnifica e splendida e dà sicurezza incrollabile a chi con fede si rivolge a lei.

La corazza ci richiama alla mente la natura coraggiosa ed eroica di Tara (Lode 1) e i suoi innumerevoli trionfi (Lode 4).

20.

Omaggio a Te,  
i cui occhi risplendono del fulgore del sole e della luna piena ;  
che - recitando HARA due volte e TUTTĀRA - elimini le terribili epidemie !

Questa Lode è rivolta a Tara per la sua attività che elimina o riduce le epidemie e perfino le più gravi malattie.

A) Il suo sguardo è luminoso, perchè i suoi occhi risplendono della luce della saggezza che è simile al fulgore del sole allo zenit e della luna piena.

In particolare, la luce del suo occhio *destra* (precisa Tāranātha) è l'intenso e caldo splendore emesso dal sole e corrisponde alla Tara irata: con questa luce essa spaventa gli esseri violenti e brucia - come farebbe il sole - gli atti negativi e le sofferenze; la luce dell'occhio *sinistro* è invece il fresco splendore emesso dalla luna piena e corrisponde alla Tara pacifica: con questa luce essa concede la longevità, le ricchezze e la beatitudine.

Lo splendore del suo sguardo compassionevole è tale che placa e calma le affezioni mentali che bruciano i nostri meriti e le nostre virtù, ci libera dalle nostre sofferenze e ci pone nella beatitudine.



Per il simbolismo dei due astri ora citati, non resta che rinviare al commento della Lode 2.

B) La sua attività è quella di guarire o disperdere le epidemie virulente e le malattie infettive - comprese quelle in senso spirituale, cioè bramosia, invidia, ecc. - mediante la recitazione del mantra che contiene due volte HARA e una volta TUTTĀRA (che al vocativo diventa TUTTĀRE) :

“OM TĀRE TUTTĀRE TURE SVĀHĀ HARA HARA PHAṬ”.

21.

Omaggio a Te,  
che mediante l'ordinamento dei 3 Principi hai il pieno potere di pacificare ;  
suprema, eccellente Ture, che sottometti le moltitudini dei graha,  
vetāla e yakṣa !

Questa Lode riguarda l'attività di Tara che distrugge influenze ed esseri negativi.

A) L'ordinamento dei tre Principi (o delle tre Verità) è quello della Realtà del corpo divino, della parola divina e della mente divina - che sono i tre aspetti della natura sublime di un Essere Illuminato.

Quando, durante la meditazione, visualizziamo che Tara si dissolve in noi, dobbiamo contemplare le tre sillabe-seme che rappresentano questi tre aspetti della sua realtà. E nella visualizzazione queste sillabe vanno disposte e sistemate nel modo seguente :

-la OM al suo capo per simboleggiare il corpo divino (diversamente dalla OM posta in premessa alle “21 Lodi”, dove rappresenta - oltre al corpo - anche la parola e la mente divine) ;

-la ĀH alla sua gola per simboleggiare la parola divina ;

-la HŪM al suo cuore per simboleggiare la mente divina (come, del resto, abbiamo visto nella Lode 5).

Come è già stato spiegato, il *Corpo* divino o mistico è il nostro comportamento o atteggiamento quando ci rapportiamo col mondo fuori di noi in modo veramente significativo ed autentico ; la sacra *Parola* non consiste in discorsi banali, ma nel comunicare con gli altri in maniera del tutto precisa ed ispiratrice ; la *Mente* buddhica è quel modo di conoscere in cui si è svestiti da ogni prevenzione e pregiudizio, cosicchè si sanno affrontare, trattare e risolvere le varie situazioni della vita in modo appropriato ed efficace.

Ora, dalle suddette sillabe-seme OM, ĀH, HŪM di Tara escono potenti ed infiniti raggi di luce dai cinque colori (bianco, giallo, rosso, verde e blu) che vanno nelle 10 direzioni dello spazio a placare le negatività, i veleni e tutte le affezioni del corpo, della parola e della mente mediante la meditazione su quelle tre Verità.

B) Quelle stesse sillabe, di cui si è detto, oltre che il potere di purificare, hanno anche quello di vincere e trionfare in ogni direzione sulle folle degli esseri negativi : graha, vetāla e yakṣa, spiriti per i quali si rinvia al commento della Lode 6 (dove i graha compaiono sotto il sinonimo “bhūta”).

In altre parole, meditando sulla dissoluzione di questa Tara in noi e recitando il suo specifico mantra, si possono evitare o eliminare le malattie, i malesseri o i danni provocati da tali entità negative e vedere esauditi i nostri desideri.

La spiegazione data da Tāranātha è più complessa, in quanto egli applica a questa strofa i 4 modi d'interpretazione di un tantra:

1] senso letterale:

--"le 3 Verità o Principi": sono le 3 quiddità, che caratterizzano la realizzazione:

-la base: la vacuità

-il sentiero: la mancanza di credenza nella realtà dei fenomeni

-il risultato: la non-aspirazione, l'assenza di attendersi alcunché.

--"l'ordinamento": i suddetti 3 principi sono disposti, stabiliti, per portare gli esseri alla beatitudine autentica e perfetta del Risveglio;

--"hai il pieno potere di pacificare": grazie ai 3 principi suddetti, Tara libera gli esseri dal velo dei difetti mentali e da quello della conoscenza dualistica e li pone nella pace del Risveglio;

--"sottometti": Tara riporta la vittoria trionfando su tutto ciò che è causa di male;

2] senso comune:

--"le 3 Verità o Principi": come spiegato più sopra, sono le 3 sillabe OM̐, ĀH, HŪM̐ (essenza del corpo, della parola e della mente) poste ai 3 punti del corpo di Tara (fronte, gola, cuore);

3] senso segreto:

--"le 3 Verità o Principi": l'apparizione, l'espansione e l'ottenimento, che qui indicano 3 fasi della manifestazione della Chiara Luce nei "Sei yoga di Nāropa";

--"hai il pieno potere di pacificare": la completa vacuità, la Chiara Luce, che si raggiunge alla conclusione delle 3 fasi suddette;

--"graha": sono le nāḍī;

--"vetāla": sono i thig-le (bindu) che si trovano o circolano nelle nāḍī insieme ai rlun;

--"yakṣa": i pensieri che scompaiono nella Chiara Luce;

4] senso ultimo o definitivo:

--"le 3 Verità o Principi": il corpo-vajra, la parola-vajra e la mente-vajra (in cui "vajra" significa "stato di buddha"): questi 3 vajra sono la natura originaria e primordiale di tutti i fenomeni;

--"hai il pieno potere di pacificare": dato che i 3 vajra sono presenti in modo originario e sono fin da ora la pace della realizzazione, ci si pone con la meditazione nello stato in cui si è indifferenziati da essi;

--"graha": sono le sofferenze;

--"vetāla": sono il karma;

--"yakṣa": sono i difetti mentali;

--"suprema..... sottometti": una volta che si riporta la vittoria trionfando sulle sofferenze, sul karma e sui difetti mentali, rimane la suprema e sublime coscienza primordiale, che è grande felicità.

Tali (sono) la lode del mantra-radice e l'omaggio in 21 parti.»»»

La pratica tibetana è d'interrompere la recitazione della "Lode" a questo punto, perchè tutto ciò che segue riguarda l'esposizione dei benefici che ne conseguono e non fa parte dei 21 omaggi in senso stretto (cioè, delle 21 strofe, ciascuna delle quali comincia con la parola "omaggio").

“Mantra-radice” significa “mantra fondamentale, basilare”, cioè quello principale consistente di 10 sillabe, il cui significato è già stato spiegato nell’apposito paragrafo.

### C) VERSI RELATIVI AI BENEFICI DERIVANTI DALLA LODE

Questi versi seguono il testo delle Lodi, ma non ne fanno parte integrante.

«A colui che - assennato e dotato di puro rispetto per la Dea - recita questa (Lode) e la ricorda di sera o alzandosi all'alba, sarà concessa piena liberazione dalla paura, gli sarà purificato ogni atto negativo ed eliminata ogni (possibilità di) esistenza inferiore<sup>106</sup>.

70 milioni di Conquistatori<sup>107</sup> lo inizieranno rapidamente e crescerà in grandezza<sup>108</sup> fino a raggiungere lo stato di buddha.

Col (solo) ricordo di questa Lode porrà fine al veleno più temibile sia esso di natura animata o inanimata<sup>109</sup> - che egli abbia mangiato o bevuto.

Ogni tipo di sofferenza causata dai demoni<sup>110</sup>, dalle malattie contagiose e dai veleni sparirà anche per tutti gli altri esseri<sup>111</sup>.

Recitando questa Lode due, tre o sette volte, chi desidera un figlio lo otterrà, chi desidera le ricchezze le avrà. Tutti i desideri saranno esauditi ed ogni ostacolo verrà superato al suo sorgere.»

Anche i benefici derivanti da questa - come dalle altre pratiche di Tara - sono stati spiegati in precedenza, per cui non resta che rinviare all’apposito capitolo. Merita però di accennare alle diverse interpretazioni circa il numero di volte per cui si deve ripetere la Lode:

- 1) per avere un figlio si devono fare 2 recitazioni; per ottenere delle ricchezze, 3; e perché tutti i desideri siano esauditi, 7;
- 2) il 2 si riferisce al praticante, il 3 al momento della giornata, il 7 al numero di recitazioni, in questo senso:

---

<sup>106</sup> Ossia, di rinascere come essere infernale, animale o preta.

<sup>107</sup> Letteralmente, sette volte dieci milioni di Conquistatori, cioè di buddha: i quali gli concederanno delle benedizioni ed iniziazioni.

<sup>108</sup> Mediante le benedizioni e iniziazioni suddette egli otterrà non solo delle siddhi importanti (come quella di dominare i deva e gli esseri umani), ma addirittura la "siddhi suprema", cioè l'Illuminazione.

<sup>109</sup> I veleni possono essere di natura animata (cioè, di origine animale) o inanimata (cioè, vegetale e minerale). Nella seconda categoria rientrano metaforicamente i difetti mentali.

<sup>110</sup> Graha (spiriti maligni).

<sup>111</sup> Oltre che per il praticante.

"2 volte" significa che esistono due tipi di praticanti (quelli di intelligenza inferiore che seguono piuttosto la fede e quelli di intelligenza superiore che utilizzano la saggezza). Entrambi devono - con fede e devozione - fare la recitazione mattina e sera, almeno 3 volte al giorno. Ogni volta devono ripetere a 7 riprese, ossia 21 volte al giorno.

Praticando in tal modo e con questa attitudine, essi otterranno ogni sorta di sicurezza e tutti i desideri positivi saranno esauditi;

3) il 2 indica il giorno e la notte; 3 il numero delle sessioni di giorno e altrettante di notte (per un totale di 6): al mattino presto, durante la mattinata, a mezzogiorno, di sera, a mezzanotte e prima della fine della notte; 7 il numero delle recitazioni per sessione, quindi per un totale di 42 recitazioni.

## D) COME RECITARE LA LODE

Quando si recita la "Lode", si pensa di produrre un numero infinito di corpi simili al nostro che, tutti insieme, si prosternano e recitano il testo. La nostra mente - in un atteggiamento di grande riverenza e di profonda fiducia - prega la divinità perché ci protegga da tutte le sofferenze e le paure del saṃsāra e ci conceda quel che le domandiamo. La nostra parola recita il testo, mentre pensiamo che l'accompagnino tutti i suoni piacevoli dell'universo.

La recitazione della "Lode" richiede una devozione intensa e una fiducia totale in Tara, che noi preghiamo dal profondo del cuore chiedendole di proteggerci. Allora riceviamo la sua benedizione: essa ci purifica, ci fa accumulare del merito, ci protegge e ci aiuta ad ottenere quel che desideriamo.

## D) UNA LODE ESSENZIALE E CONDENSATA

'Brom-ston-pa (1005-1064), il principale discepolo tibetano di Atiṣa, aveva un allievo traduttore che soffriva di una gravissima malattia. Grazie alla sua elevata consapevolezza, 'Brom-ston-pa comprese che se l'uomo avesse recitato le "Lodi alle 21 Tara" per 10.000 volte sarebbe guarito. Tuttavia il malato non era in condizioni di compiere una così lunga ed impegnativa pratica, per cui 'Brom-ston-pa consultò Atiṣa sul da farsi. Questi a sua volta - che aveva un rapporto diretto con Tara - le chiese consiglio e la dea gli diede la "preghiera di 5 righe", la cui recitazione equivale a quella delle "21 Lodi", insieme col mantra-radice. Il traduttore ne effettuò le 10.000 ripetizioni con grande fede e poco tempo dopo guarì completamente dalla malattia.

Il testo è il seguente:

«OM, omaggio alla beata<sup>112</sup> nobile Tara!

Omaggio alla gloriosa Madre che libera con TĀRE<sup>113</sup>,

che elimina ogni paura con TUTTĀRE

e che concede ogni successo<sup>114</sup> con TURE.

<sup>112</sup> In tib. bcom-ldan-'das-ma (bhagavatī). Altre versioni hanno rje-btsun-ma = venerabile.

<sup>113</sup> Cioè, mediante il suono TARE del "mantra delle 10 sillabe".

<sup>114</sup> Ossia, esaudisce tutte le aspirazioni, concedendo ogni beneficio sia temporale che ultimo.

Alle sillabe SVĀ-HĀ io m'inchino.»

Oggi, questa lode essenziale e condensata, detta anche “Lode del mantra-radice” - che non figura nel Tantra di Tara - viene spesso premessa come introduzione alla recitazione delle “21 Lodi”.

Nelle pratiche di Tara si trovano spesso usati anche altri versi d'introduzione, che dicono:

«Dalla (tua) suprema dimora del Potāla,  
o Tara, nata dalla verde sillaba TĀṂ  
e il cui capo è adorno di Amitābha,  
attività illuminata dei buddha dei 3 tempi<sup>115</sup>,  
ti prego di venire col tuo sèguito.  
Gli dèi e i semi-dèi incoronati  
si prostrano ai tuoi piedi di loto;  
omaggio a te, madre Tara,  
che liberi da ogni miseria.»

“Potāla” - come si è visto - è la Terra Pura di Tara, dove essa dimora insieme ad Avalokiteśvara.

“TĀṂ” è una sillaba-seme (bīja-mantra), ossia la sillaba che - nella visualizzazione tantrica - scaturisce dalla Vacuità e dalla quale a sua volta emana successivamente l'immagine della ‘divinità di meditazione’ (yi-dam): ad es., da TĀṂ emerge Tara, da DHĪ Mañjuśrī, da BĀṂ Vajrayoginī, da HŪṂ Heruka. Ogni divinità possiede il proprio seme o essenza in una data vibrazione o suono: la pura energia sonora mantrica prende la forma di una sillaba o lettera ed è il germe o potenziale da cui sorge miracolosamente il frutto del corpo, parola, mente, qualità ed azione della divinità. TĀṂ è dunque la speciale sillaba che rappresenta foneticamente l'essenza di Tara.

“Dèi e semi-dèi” sono i deva e gli asura (secondo la terminologia sanscrita), esseri che appartengono al saṃsāra. Gli dèi sono nominati anche nelle “Lodi” n.6 e 19.

---

<sup>115</sup> In altre versioni, in luogo di questo verso e di quello precedente si dice: “la cui luce libera gli esseri che migrano (nel saṃsāra)”.

## 7. LE VARIE FORME DI TARA

L'aspetto principale di Tara è Tara Verde (che è già stata descritta brevemente all'inizio di questo studio), la cui attività principale è quella di proteggerci dalla paura e dai pericoli.

Tuttavia esistono numerosissime altre forme di Tara, che han dato luogo ad un'abbondante produzione iconografica. Così, oltre a Tara Bianca, abbiamo le 21 Tara (corrispondenti ad altrettante strofe della "Lode in 21 omaggi") e le 8 Tara (ciascuna delle quali protegge da una delle 8 grandi paure). Queste diverse forme non sono delle divinità diverse, ma differenti aspetti assunti dalla medesima divinità secondo le circostanze.

Altre divinità (come Sitātapatrā, Viśvamāta, Nairātmā, Śrī-devī, ecc.) sono talora considerate sue espressioni, cioè aspetti di Tara.

Innanzitutto, vediamo dunque in dettaglio la forma principale, quella di Tara Verde - fonte di tutti gli altri suoi aspetti.

### ŚYĀMA-TĀRĀ (sGrol-ma lJan-gu, sGrol-ljan)

"Tara Verde" - detta anche Ārya Tārā o Vasya Tārā - simboleggia un particolare aspetto della compassione, quello attivo ed energico per il superamento delle difficoltà. Essa protegge da tutti i pericoli, mentre le varie sottospecie sono specializzate nella protezione dai singoli pericoli. E' la dea protettrice del Tibet.

Appartiene alla Famiglia dell'Azione (Karma), presieduta da Amoghasiddhi, di cui porta un'immagine nella capigliatura.

E' rappresentata seduta su di un trono d'oro sopra un cuscino di loto, sole e luna (che simboleggia la rinuncia, la bodhicitta e la saggezza della vacuità)<sup>116</sup>: è una figura materna bellissima o un'incantevole fanciulla sedicenne<sup>117</sup> che ci sorride con amore. Il suo corpo aggraziato di luce verde-smeraldo è radioso, trasparente, diafano e traslucido, non è qualcosa di solido e concreto, sembra oscillare tra realtà e non-realtà; e profuma di fiori di loto. Il colore verde è simbolo dell'elemento aria (o vento) e quindi del movimento; perciò - dal punto di vista spirituale - indica l'attività illuminata, la compassione attiva ed operosa<sup>118</sup>: Tara agisce, per il bene di coloro che la pregano, senza indugi e con la rapidità del vento.

La sua gamba sinistra è ripiegata<sup>119</sup> (simbolo del controllo sul desiderio<sup>120</sup> o dell'indugiare nella meditazione sulla non-dualità delle apparizioni) e la destra è

---

<sup>116</sup> Spesso il loto è raffigurato emergere dalle acque di un lago, proprio come Tara è sorta dalle lacrime compassionevoli di Avalokiteśvara.

<sup>117</sup> Tara Verde è raffigurata di solito come una ragazza sedicenne, mentre Tara Bianca è più spesso una donna più matura.

<sup>118</sup> Come personificazione della purezza dell'elemento aria, Tara assume anche il ruolo di paredra di Amoghasiddhi, che regna sulla Famiglia dell'azione.

<sup>119</sup> In posizione dhyānāsana o posa di meditazione.

<sup>120</sup> O della rinuncia alle passioni mondane.

protesa col piede appoggiato su un piccolo loto più in basso<sup>121</sup> (per indicare che è sempre pronta ad alzarsi per venire in aiuto di tutti gli esseri)<sup>122</sup>. Il simbolismo delle gambe mostra così che Tara - pur essendo completamente liberata dalle imperfezioni del saṃsāra - vi dimora tuttavia per aiutare tutti coloro che soffrono.

La mano sinistra regge un utpala (il loto blu, simbolo della compassione) all'altezza della spalla ed ha il palmo rivolto verso l'esterno, all'altezza del cuore, col pollice e l'anulare che si toccano (a simboleggiare l'unione dei mezzi abili [o metodo] e della saggezza) e con le altre tre dita erette (a simboleggiare il Rifugio nei Tre Gioielli, di cui Tara è un'emanazione)<sup>123</sup>.

La mano destra poggia sul ginocchio destro e il suo palmo è pure proteso verso l'esterno, ma col pollice e l'indice che quasi si toccano a formare un cerchio, mentre le altre dita sono rivolte verso il basso in direzione del suolo: è questo il gesto simboleggiante il potere protettore e la suprema generosità (cioè quella di concedere agli esseri tutto ciò che desiderano ed in particolare le più alte realizzazioni o siddhi)<sup>124</sup>. Anche la mano destra talora tiene per lo stelo un loto blu (simbolo anch'esso della compassione oppure dello scioglimento dei suoi blocchi di energia negativa)<sup>125</sup>.

I due occhi sono grandi e a mandorla, di color nero, con bellissime ciglia. Con uno sguardo intenso e compassionevole osserva ogni essere senziente come una madre guarda al suo unico figlio. Tra le sopracciglia c'è un ricciolo girato verso destra per dimostrare che nessuna donna è come lei. Le sue labbra e la sua lingua sono di color rosso fragola e i suoi denti sono di un bianco perfetto. I capelli sono neri e profumati. I suoi seni nudi e prosperosi mostrano il suo potere di generare gioia e vacuità. La sua schiena eretta indica che la sua meditazione è simile al diamante che non vacilla mai.

I suoi indumenti sono preziose vesti di seta da regina per dimostrare l'abilità di conquistare il mondo. E i suoi ornamenti (orecchini, collane, braccialetti, cavigliere) sono di 6 tipi di gemme e gioielli stupendi, che simboleggiano le 6 pāramitā. Sul capo porta un diadema splendente, tempestato di pietre preziose<sup>126</sup>, da cui provengono meravigliosi raggi multicolori di luce che offuscano ogni altra sorgente luminosa. Questo ornamento rappresenta l'avvenuta trasformazione dei kleśa nella saggezza delle 5 Grandi Madri e mostra il suo potere di aumentare la fede in chi ce l'ha e di farla sorgere in chi ne è privo, nonché il potere di esaudire ogni desiderio e speranza nei suoi devoti. Talora il diadema ha la forma della mezzaluna: il disco lunare che - giorno dopo giorno - aumenta fino a diventare luna piena simboleggia la situazione di chi, progredendo spiritualmente, raggiunge infine la totale Illuminazione.

La figura di Tara è talora circondata da un'aureola, gialla o arancione, tutt'attorno al corpo: è una radianza di energia pura, intangibile e potente, che emana dalla sua figura ed indica il suo stato di perfetta consapevolezza o suprema saggezza.

La luna piena dietro di lei simboleggia la pienezza della felicità inesauribile.

---

<sup>121</sup> Cioè, in posizione lalitāsana.

<sup>122</sup> Oppure le due gambe simboleggiano il Metodo e la Saggezza.

<sup>123</sup> La mano sinistra è cioè in vitarka-mudrā.

<sup>124</sup> La mano destra è cioè in varada-mudrā.

<sup>125</sup> I lotti di cui essa tiene gli steli con le mani possono anche indicare che tutte le qualità della realizzazione sono pienamente fiorite in lei. Se il loto tenuto con la mano destra è semiaperto e quello di sinistra è completamente sbocciato, si tratta rispettivamente di un loto notturno e di uno diurno, ad indicare che Tara Verde adempie al suo compito di bodhisattva in ogni momento della notte e del giorno.

<sup>126</sup> Al centro vi è un rubino vermiglio, simbolo di Amitābha, suo padre spirituale.

Il suo mantra più comune è OM TĀRE TUTTĀRE TURE SVĀHĀ.

Nel maṇḍala del citato "Sarva-tathāgata-māṭṛ-tārā-viśvakarma-bhava-tantra-nāma" Tara Verde è circondata

--da altre 4 forme simili, ma di diversi colori: blu (est), giallo (sud), rosso (ovest), verde (nord);

--da altre 4 emanazioni guardiane delle porte: Tārā Aṅkuṣī bianca con l'uncino (est), Tārā Pāṣī gialla col laccio (sud), Tārā Sphoṭā rossa con la catena (ovest), Tārā Ghaṇṭā verde con la campanella (nord).

Quando Tara è accompagnata da Mārīcī (dorata come il sole splendente) alla sua destra e da Ekajaṭā (blu e irata) alla sua sinistra, viene chiamata "Khadiravaṇī Tārā" (Señ-ldeñ-nags-kyi sGrol-ma, Tara della foresta di acacia).

Quando essa ha 4 compagne - le due precedenti più Mahāmāyūrī e Āryajaṅgulī (tutte sue emanazioni) - viene chiamata "Varada Tārā" (Tara che concede le sue benedizioni).

Tara Verde si può anche trovare al centro del maṇḍala delle 21 Tara. Infatti, vi sono 20 differenti emanazioni (o manifestazioni) di Tara Verde con le stesse mudrā, ma dai colori diversi, sia pacifiche che irate e con azioni specifiche in vari settori (come procurare ricchezza per favorire il Dharma, placare le liti, soggiogare le negatività, ecc.).

A queste ipostasi si aggiungono altre varianti di Tara Verde:

Simhanada, Jāṅgulī, Dhanada, Khadiravaṇī, Mahāśrī.

Una forma di Tara Verde irata è quella ad 8 braccia (che simboleggiano le sue varie siddhi). Diffusa soprattutto nel buddhismo nepalese, ha per attributo principale un fiore di utpala azzurro chiaro: questo colore indica il potenziale che questa dea fondamentalmente pacifica può tramutare in ira, quando ricorre una situazione di pericolo. Le sue due mani principali sono atteggiare nel gesto di concedere aiuto ed impavidità. Il suo piede destro, fuori dei loti, indica che essa è sempre pronta ad interagire con ogni tipo di ostacolo karmico. E' una delle più popolari bodhisattva dell'elemento aria o della Famiglia Karma (buddha Amoghasiddhi). La sua principale funzione è quella di far evitare il karma negativo e liberare il più presto possibile dalla schiavitù del karma già esistente. La sillaba-seme è TĀM e il suo mantra breve è quello già visto detto "delle 10 sillabe".

Con Tara Verde è identificata Ye-ṣes rTso-rgyal, la principale partner di Guru Padmasambhava.

Passando ora agli aspetti di Tara derivati dalla sua forma principale, abbiamo

## A) LE 21 TARA

Le 21 Tara sono le forme di Tara Verde invocate nella "Lode a Tara in 21 omaggi", lode che - come si è detto sopra - fa parte del tantra "Sarva-tathāgata-māṭṛ-tārā-viśvakarma-bhava-tantra-nāma" ('Il tantra detto all'origine di tutti i riti di Tārā, la madre di tutti i Tathāgata').

Queste 21 emanazioni di Tara Verde compiono diverse attività illuminate ('phrin-las)<sup>127</sup>, a ciascuna delle quali corrisponde un determinato colore:

<sup>127</sup> Le 4 azioni illuminate sono le attività in cui i buddha sono impegnati al fine di alleviare le sofferenze degli esseri senzienti.



1) il bianco rappresenta la pacificazione, per es. sconfiggendo la malattia, le cause di morte prematura e gli ostacoli per avere successo nella vita o nella pratica del Dharma;

2) il giallo rappresenta l'accrescimento delle qualità positive che sono causa di longevità, pace, felicità e successo nella pratica del Dharma;

3) il rosso rappresenta il potere, o il dominio sulle forze esterne che non possono essere domate mediante le attività sub 1) e 2);

4) il nero (o blu) rappresenta l'ira, che presuppone l'uso di metodi energici per compiere attività illuminate che non possono essere eseguite in altro modo;

5) il verde è considerato il risultato della mescolanza dei suddetti colori, quindi l'attività nel suo complesso.

Della "Lode" suddetta esistono 3 tradizioni:

--quella indiana del paṇḍita Sūryagupta, che descrive delle divinità di forme e colori diversi, con varietà di visi e di braccia, di posizioni e di oggetti tenuti in mano;

--quella indiana di Nāgārjuna<sup>128</sup> e di Atīṣa, che descrive delle divinità di diversi colori a un viso e due braccia, alcune calme ed altre irate ma in identico atteggiamento, in cui varia il colore del vaso o kalaśa (piena di amṛta) retta con la mano destra (il suo colore è uguale a quello del corpo della dea);

--quella tibetana rñiñ-ma-pa (proveniente dai tantra antichi e da kLoñ-chen-pa), che descrive anche forme ad un viso e due braccia, alcune calme ed altre irritate, in cui il loto blu presso la spalla destra reca simboli differenti.

Queste 3 versioni conoscono a loro volta numerose varianti, per cui sembra impossibile far rientrare la descrizione delle 21 Tara in un quadro rigido, perché i loro nomi variano da una tradizione all'altra, come pure talora anche la loro funzione<sup>129</sup>. Pertanto, qui di seguito - oltre a riportare le suddette 3 tradizioni - si ritiene opportuno indicare (sotto la lettera d) anche i nomi delle 21 Tara secondo la Scuola dGe-lugs-pa:

1.

a) "Pravīra" (Myur-ma dpa'-mo, La veloce e coraggiosa o Veloce eroina; Rab-tu dPa'-ba, Perfetto coraggio o Perfetta eroina):

sta seduta nel mezzo dello spazio, su un loto giallo o dorato. E' rossa, a 8 braccia, di cui 2 - incrociate aldisopra della testa nel "mudrā della grande gioia" (cioè a mani giunte) - tengono rispettivamente una campanella e un vajra, mentre le altre reggono a destra una freccia, una ruota del Dharma e una spada, a sinistra un arco, una conchiglia e un laccio. Appartiene alla Famiglia di Vairocana. Essa permette di allontanare il potere (o la dominazione) imposto dagli altri.

b) "Myur-ma dpal-mo" (La veloce e gloriosa) o "Myur-ma dpa'-mo" (Veloce eroina):

di color rosso smagliante, è sia amorevole (calma) sia terrificante, per indicare che:

<sup>128</sup> Nāgārjuna il Mahāsiddha (vissuto intorno all'anno 800 d.C.).

<sup>129</sup> A seconda delle diverse tradizioni, le 21 Tara hanno tutte due braccia oppure alcune ne hanno due ed altre di più; sono tutte di colore verde oppure di colori diversi; hanno tutte la stessa forma oppure sono di forme differenti; hanno l'aspetto calmo o irato in numero variabile.

--essa ama tutti gli esseri in modo equanime (sia quelli che la venerano sia quelli che la disprezzano), ma ha il potere di salvare rapidamente chi ha fede in lei. Cercherà di salvare anche coloro che la odiano, ma per via dell'interdipendenza la salvezza di costoro non dipende solo da lei;

--ha la potenza di distruggere tutte le negatività (non gli esseri senzienti, ma solo i difetti mentali che sono dentro di essi).

Il mudrā della sua mano destra (col palmo verso il basso) significa proteggere; quello della sinistra (col palmo verso l'alto) significa dare. Il senso quindi è: "Non preoccuparti, io ti do tutto". Regge il "Vaso che tutto attira", che vince coraggiosamente ogni forma di ostacolo ed interferenza, così che si ottiene molto velocemente la buddhitā. Questa Tara permette di influenzare favorevolmente gli altri.

c) "Pravīra" (Myur-ma dpa'-mo, Veloce eroina):

rossa e passionale. La sua mano destra è nel "mudrā della generosità", la sinistra tiene un loto blu che regge una conchiglia bianca. Essa accresce la buona reputazione.

d) "Myur-ma dpa'-mo", Veloce eroina:

rossa smagliante; vince coraggiosamente ogni forma di ostacolo ed interferenza; tramite il suo potere si ottiene molto velocemente lo stato di buddha.

2.

a) "Candrakānti Tārā" (Zla-mdañs, Raggio di luna o Splendore lunare; sTon-ka'i žal-ma, Luna d'autunno; ):

bianca a 3 visi (blu a destra, bianco in centro, dorato a sinistra: simboleggiano i 3 Kāya) e 12 braccia simboleggianti i 12 fattori (nidāna) dell'Originazione interdipendente. Due braccia sono nel mudrā di meditazione, le altre tengono: a destra, khaṭvāṅga, ruota, gioiello, vajra e ghirlanda di fiori; a sinistra, acquamanile, utpala, campanella, vaso del tesoro e libro. Appartiene alla Famiglia di Amitābha. Essa allontana le malattie infettive e guarisce da esse.

b) "Ži-ba chen-mo" (La grande calma o La gran pacificatrice):

essa è Sarasvati, bianca e radiosa come la luna d'autunno, sorridente e pacifica, consente di placare le malattie e gli ostacoli, e dà la perfetta saggezza che libera gli esseri dalle sofferenze del saṃsāra. Regge il "Vaso che placa tutte le malattie ed influenze negative".

c) "Sarasvatī" (db.yañs-can-ma):

bianca, calma e sorridente, con un loto sul quale vi è uno specchio contrassegnato da una HRĪ. Essa accresce l'intelligenza.

d) "Sarasvatī" (db.yañs-can-ma):

bianca; essa dona la perfetta saggezza che libera tutti gli esseri dalla sofferenza del saṃsāra.

3.

a) "Kanaka-varṇa" (gSer-mdog-can, Splendore dorato):

sta in posizione vajra-paryaṅka, bellissima e splendente, seduta su un loto variegato e su un disco solare o lunare. Di colore giallo-dorato, ha un viso e 10 braccia che simboleggiano le pāramitā e reggono a destra: rosario, spada, freccia, vajra e tridente; a sinistra: sciarpa di seta, laccio, loto, campanella e arco. Appartiene alla Famiglia Ratnasambhava. Essa accresce la longevità.

b) "Kanaka-varṇa" (gSer-mdog-can, Splendore dorato):

di colore giallo-dorato, dona la longevità. Regge il "Vaso che arreca le attività d'accrescimento", che ha il potere di prolungare la vita, di aumentare la ricchezza e la fama e di accrescere il karma positivo.

c) "bSod-nams-mchog ster-ma" (Dispensatrice del merito supremo o della virtù suprema):

gialla, con un loto che reca un gioiello. Essa concede i 10 poteri di un bodhisattva.

d) "bSod-nams-mchog ster-ma" (Dispensatrice del merito supremo o della virtù suprema):

di color giallo oro; personifica le 6 pāramitā. Concede la 'suprema virtù', ossia la buddhitā.

4.

a) "Uṣṇīṣavijaya" (gTsug-gtor rNam-par rGyal-ba o gTsug-gtor rNam-rgyal o rNam-rgyal-ma, L'uṣṇīṣa vittoriosa dei Vincitori, Uṣṇīṣa perfettamente vittoriosa, Completamente vittoriosa):

sta in posizione sattva-paryaṅka seduta su un loto giallo e un disco lunare (simbolo della virtù incontaminata e del non-attaccamento). Dorata, ha un viso e 4 braccia, con la 1ª mano destra fa il mudrā di generosità e con la 2ª regge un rosario, con la 1ª sinistra tiene un acquamanile e con la 2ª un bastone (o asta). Appartiene alla Famiglia di Amoghasiddhi. La si invoca per accrescere la longevità e dissipare i veleni mortali.

b) "Uṣṇīṣavijaya" (gTsug-gtor rNam-rgyal, L'uṣṇīṣa vittoriosa dei Vincitori):

gialla, la si invoca per ottenere una vita di alto tenore. Regge il "Vaso relativo alle attività di aumento della vita", che ha il potere di dare la longevità a noi e agli altri (proteggendo dalla morte prematura<sup>130</sup>) e concede i più alti livelli d'esistenza con lo sviluppo dei 10 bhūmi (ossia le perfezioni dei 10 stadi del Sentiero dei Bodhisattva).

c) "Uṣṇīṣavijaya" (gTsug-gtor rNam-rgyal, L'uṣṇīṣa vittoriosa dei Vincitori):  
dorata, con un loto e l'acquamanile di lunga vita.

d) "Uṣṇīṣavijaya" (gTsug-gtor rNam-rgyal, L'uṣṇīṣa vittoriosa dei Vincitori):

di color giallo-oro. La sua forza è tale da vincere anche il Signore della morte: dà lunga vita e protegge dalla morte prematura, concedendo anche altri benefici temporali. Rappresenta anche le perfezioni dei 10 bhūmi del Sentiero dei Bodhisattva, cosicché tutti i buddha e bodhisattva dipendono da lei.

<sup>130</sup> Chi ha paura di morire prima del tempo e vuole allungare la vita, deve rivolgersi a questa Tara. Se non abbiamo accumulato molto karma positivo, non possiamo allungare questa vita; se invece nella vita precedente abbiamo creato del buon karma per vivere - ad es. - 100 anni, ma in questa vita ci è difficile vivere così a lungo perché ci sono moltissimi ostacoli, rivolgendoci a questa Tara è possibile che essa ci tolga dal nostro cammino tali interferenze. Certo, esaurita tutta l'energia vitale, dobbiamo morire. Ma anche una volta morti, la benedizione di Tara ci accompagnerà fino al momento dell'Illuminazione.

a) "Hūṃ svāra-nādinī" (Hūṃ sgra-sgrogs-pa, Che emette [o proclama] il suono Hūṃ):

sta in posizione vajra-paryāṅka seduta su una luna immacolata. Di color giallo-dorato, ha un viso e due braccia, la mano destra concede rifugio (fa il mudrā della protezione) e la sinistra compie il mudrā dei Tre Gioielli e regge il ramo di un loto dorato. Appartiene alla Famiglia Amitābha. La si invoca per magnetizzare, sottomettere e dominare.

b) "Hūṃ svaranādinī" (Hūṃ sgra-sgrogs-ma, Che emette [o proclama] il suono Hūṃ):

arancione, passionale e ridente, che attrae col mudrā della saggezza. Regge il "Vaso capace di attirare la mente", che ha il potere di attrarre, affascinare e convertire al Dharma, liberando tutti gli esseri dai 6 regni samsarici e dal bar-do.

c) "Kurukulle" (Rigs-byed-ma, Che dona l'intelligenza):

di color rosso papavero, tiene un arco teso e una freccia fatti di fiori. E' invocata per magnetizzare e controllare: infatti, ci rende attraenti agli altri, cosicché ci creiamo degli amici e possiamo influenzare le persone.

d) "Rig-byed-ma" (Che dona l'intelligenza):

di color giallo-dorato, libera dalla sofferenza tutti gli esseri che vagano nel saṃsāra e nel bar-do.

a) "Trailokya-vijaya" ('Jig-rten gsum-las nām-par rgyal-ba/-ma o 'Jig-rten gsum-[las] nām-rgyal, Vincitrice dei 3 mondi):

sta in posizione sattva-paryāṅka seduta su un loto rosso e un disco solare, contemplando gli esseri. Di color rosso rubino, ha un viso e 4 braccia: a destra tiene un vajra ed una spada, a sinistra regge un laccio e fa il mudrā di minaccia. Appartiene alla Famiglia di Amitābha. Essa purifica gli ostacoli, le oscurazioni mentali e gli atti negativi.

b) "Trailokya-vijaya" ('Jig-rten-gsum-las nām-rgyal, Vincitrice dei 3 mondi):

di color rosso scuro e leggermente irata. Regge il "Vaso della follia (o ebbrezza)": esso distrugge ogni nostro attaccamento a un'esistenza intrinseca dei fenomeni (che è, in verità, uno stato di follia o confusione) e ci fa vedere la realtà come in effetti è. Questa Tara ha la capacità di vincere i maligni spiriti locali e i fantasmi (così come le malattie da essi provocate).

c) " 'Jigs-byed chen-mo o 'Jigs-byed-ma" (Grande terrificante o Terrifica):

di color rosso scuro, irata, regge un loto su cui si erge un pugnale (kīla). Essa domina gli spiriti locali che ci possono causare problemi.

d) " 'Jigs-byed chen-mo o 'Jigs-byed-ma" (Grande terrificante o Terrifica):

di color rosso rubino, sconfigge tutti gli spiriti maligni e cura le malattie causate da essi.

a) "Vādi-pramardaka" (rGol-ba 'Joms-pa, Annientatrice dei nemici, Vincitrice dell'ostilità):

sta in posizione pratyāīḍha (gamba destra ripiegata e sinistra protesa) su un loto giallo o arancione e un disco solare. E' di color nero, con un viso irato (ma dallo sguardo aggraziato), e indossa una veste gialla o dorata. I capelli sono rizzati verso l'alto, ornati di serpenti e di una tiara ingioiellata. Ha 4 braccia: le due mani di destra tengono rispettivamente una ruota e una spada; delle due di sinistra una regge un laccio e l'altra fa il mudrā della minaccia. Appartiene alla Famiglia di Ratnasambhava. La si invoca per vincere i nemici della compassione. La si invoca per poter effettuare, al momento della morte, il "trasferimento di coscienza" ('pho-ba) verso la Terra Pura di Akaniṣṭha al fine di rinascervi.

b) "gZan 'joms-ma" (Che conquista gli altri):

nera, terribile, invocata per opporsi alle magie e allontanare le negatività. Regge il "Vaso dei mantra", dal quale si irradiano le armi che distruggono i sortilegi della magia nera e le influenze diaboliche.

c) "gTum-mo [gZan-gyis] mi thub-pa/-ma" (La feroce invincibile) o gZan-gyis mi thub-ma (Invincibile):

di color nero splendente, regge un loto che sostiene una spada. Protegge durante le tempeste, le operazioni di guerra e i disordini civili.

d) "gZan-gyis mi thub-ma" (Invincibile):

nera; niente può danneggiarla; schiaccia completamente le influenze negative esercitate dagli altri.

a) "[Mārā-sūdanā] vaṣitottamada" (bDud-dgra 'joms-ma, Che annienta i māra e i nemici; dBaṅ-mchog ster-ba, Che concede il potere o l'iniziazione sublime):

seduta nella posa ardhaparyāṅka su un makara (mostro marino) sostenuto da un loto rosso (o bianco) e un disco lunare (o solare), è dorata, col viso rugoso e corrucciato, ha 4 braccia che reggono a destra un ramo d'aśoka e un gioiello e a sinistra un acquamanile e un loto che sostiene un vajra. Appartiene alla Famiglia di Amoghasiddhi. Essa vince le oscurazioni cognitive e consente di compiere la "fase di completamento" (utpannakrama) nelle meditazioni dell'anuttarayogatantra.

b) "[Mārā-sūdanā] vaṣitottamada" (bDud-dgra 'joms-ma, Che annienta i māra e i nemici):

di color rosso scuro e dall'aspetto irato, è invocata per trionfare sui mali degli avversari. Regge il "Vaso distruttore del nemico", da cui cade una pioggia di armi in grado di distruggere tutte le influenze negative esercitate dagli altri.

c) "gZan-mi rgyal-ba'i dpa'-mo" (L'eroina che trionfa sugli altri), gZan-mi rgyal-ma (Che trionfa sugli altri):

di color rosso scuro, irata, porta un loto col vajra. Protegge da esseri e persone aggressive.

d) "gZan-las rnam-par rgyal-ma" (La conquistatrice degli altri):

di color gialla-oro, stermina tutti i nemici senza eccezione e distrugge completamente tutte le influenze negative esercitate dagli altri.

9.

a) "Khadiravaṇī" (Señ-ldeñ-nags-kyi, Della foresta di sandalo)<sup>131</sup>:

è seduta su di un trono d'oro sopra un cuscino di loto, sole e luna ; il suo corpo è di color verde-smeraldo, con la gamba sinistra ripiegata in posizione dhyānāsana e la destra protesa col piede appoggiato su un piccolo loto più in basso (cioè in posizione lalitāsana). La mano sinistra regge un utpala ed ha il palmo rivolto verso l'esterno, all'altezza del cuore, col pollice e l'anulare che si toccano; la mano destra poggia sul ginocchio destro e il suo palmo è pure proteso verso l'esterno, ma col pollice e l'indice che quasi si toccano a formare un cerchio, mentre le altre dita sono rivolte verso il basso in direzione del suolo (anche la mano destra talora tiene per lo stelo un loto blu). Appartiene alla Famiglia di Amoghasiddhi.

b) " 'Jigs-pa kun-skyob" (Che protegge da ogni paura):

è di color bianco e calma; regge il "Vaso che salva da tutti i timori del saṃsāra" attirando gli esseri verso la Triplice Gemma.

c) "Khadiravaṇī" (Señ-ldeñ-nags-kyi, Della foresta di sandalo):

verde smeraldo, regge un loto con una ruota.

d) "Khadiravaṇī" (Señ-ldeñ-nags-kyi, Della foresta di sandalo):

rossa rubino, la sua luce pervade le 10 direzioni dello spazio; salva tutti gli esseri dalle innumerevoli sofferenze samsariche, attirandoli verso i Tre Gioielli.

10.

a) "Varada" (mChog stsol-ba, Che concede il sublime o le sue benedizioni)<sup>132</sup>:

sta su un loto rosso ed un disco lunare; di color rosso rubino, ha un viso e 4 braccia, di cui due sono incrociate aldilà della testa nel "mudrā della grande gioia" unendo campanella e vajra per mostrare l'inseparabilità di metodo e saggezza. Con la 2ª mano destra essa compie il "mudrā della danza", mentre con la 2ª sinistra tiene un ramo d'aśoka col suo frutto. Appartiene alla Famiglia Amoghasiddhi. Concede la consacrazione (pratiṣṭhā).

b) "bDud-dañ 'jig-rten dbaṅ-du bsdus-ma" (Che controlla i māra e il mondo):

di color rosso e sorridente. Regge il "Vaso che distrugge le forze dei Māra", annientando le negatività temporali e spirituali.

c) " 'Jig-rten-gsum rgyal-mo" (La regina dei 3 mondi):

rossa, regge un loto e la bandiera della vittoria; controlla deva e spiriti.

d) " 'Jig-rten-gsum las rgyal-ma" (La regina dei 3 mondi):

<sup>131</sup> Per altri testi, invece, qui va posta Varada del punto 10.

<sup>132</sup> Nel caso della nota precedente, qui va posta Śoka-vinodhana del punto 11.

di color rosso corallo, col potere della gioia esaudisce tutti i desideri e rimuove tutti gli ostacoli temporali e spirituali.

11.

a) "Šoka-vinodhana" (Mya-ñan Sel-ba, Che allontana ogni sofferenza)<sup>133</sup>:

sta su di un loto rosso ed un disco lunare; è di color rosso corallo, ha un viso e 4 braccia, di cui 2 si congiungono aldilà sopra della testa nel "mudrā della grande gioia", le altre tengono una spada a destra e un ramo d'aśoka a sinistra. Appartiene alla Famiglia di Amoghasiddhi. Concede condizioni favorevoli per entrare nel maṇḍala.

b) "Phoṅs-pa sel-ma" (Che sradica ogni miseria):

di color arancione e affascinante, elimina la povertà; regge il "Vaso che scaccia la disperazione e le grandi sofferenze", che distrugge la sofferenza della miseria e tiene sotto controllo ovunque gli esseri, che sono tutti al comando di questa Tara.

c) "Nor-ster-ma" (Tesoro di ricchezza, o Che dona ricchezza):

di color arancione ed irritata, regge un loto che sostiene un vaso del tesoro. Corrisponde al nome sanscrito Basudarini (Nor-gyun-ma), variante di Vasudhara.

d) "Nor-ster-ma" (Tesoro di ricchezza, o Che dona ricchezza):

nera, libera dalla povertà, e tutti i deva sono al suo comando.

12.

a) "Kalyānada" (Che dona prosperità) o "Maṅgalāloka" (bKra-šis snañ-ba, Luce bene -augurante):

siede in vajraparyāṅka su un loto variegato ed un sedile di luna; dorata, con un viso e 8 braccia, regge tridente, uncino, vajra e spada a destra, gioiello, uncino, bastone (o asta) e acquamanile a sinistra. Appartiene alla Famiglia di Vairocana. Essa concede condizioni favorevoli al rito dell'olocausto (homa).<sup>134</sup>

b) "bKra-šis thams-cad sbyin-ma" (Dispensatrice di buona fortuna):

gialla ed affascinante, concede condizioni favorevoli: infatti, regge il "Vaso da cui proviene tutto ciò che è favorevole e di buon auspicio".

c) "bKra-šis don-byed" (Che concede condizioni favorevoli):

gialla, regge un loto e un nodo glorioso. Consente di avere molti figli e fa venire la pioggia per l'agricoltura.

d) "bKra-šis don-byed-[ma]" (Che concede condizioni favorevoli):

di color giallo oro; Amitābha orna la sommità del suo capo e per le sue sublimi qualità ha lo straordinario potere di salvare gli esseri dalla sofferenza del saṃsāra.

13.

<sup>133</sup> Nel caso della nota precedente, qui va posta "Jagad-vaṣī [vipannirbarhaṇa]" ('Gro-ba 'gugs-pa, Che convoca tutti gli esseri [e dissipa ogni sventura]), nera, col viso rugoso e corrucciato, che in ciascuna delle due mani brandisce un uncino da metà vajra. Accresce la felicità.

<sup>134</sup> E' il rito in cui le cose offerte alla divinità vengono bruciate col fuoco.

a) "Paripācaka" (Yōns-su smin-par-mdzad-pa, Che porta a maturazione o a compimento):

rossa, col viso rugoso e corruciato, circondata di fiamme, sta in piedi con le gambe divaricate su un loto rosso e un disco solare. Le sue labbra contratte e le sopracciglia aggrottate si agitano su e giù, in modo spaventoso e terribile. Ha 4 braccia che tengono spada e freccia a destra, ruota ed arco a sinistra. Appartiene alla Famiglia di Amitābha. Distrugge gli ostacoli e le difficoltà.

b) "Me-ltar 'bar-ma" (Che arde come il fuoco, Ardente nel fuoco):

rossa, irata, distrugge gli ostacoli e le difficoltà. Regge il "Vaso che distrugge le forze dei nemici (cioè, i demoni e gli ostacoli) e che protegge dalle interferenze", specialmente nei riguardi della pratica del Dharma.

c) "Me-'bar dbus-nas rje-btsun-ma" (La venerabile nata dal centro del braciore):

rossa, ha 3 occhi e regge un loto che reca un vajra. Protegge con la tenda adamantina (rdo-rje'i gur)<sup>135</sup>.

d) dGra-dpuñ som-mdzad-ma (Distruttrice delle forze ostili):

rossa, è circondata da una ghirlanda di fuoco divampante e distrugge le moltitudini di esseri malvagi e di nemici.

14.
-----

a) "Bhṛkuṭī" ('Khro-ñer-can o 'Khro-ñer k.yo-ba [o: go-ba], Accigliata):

sta seduta su un disco solare sorretto da un loto rosso (o arancione), calpestando un cadavere mentre danza col piede destro teso in avanti. Il suo corpo è nero e di aspetto terribile, con 3 visi adirati, ciascuno con 3 occhi rossi, sbarrati per la rabbia, accigliata e con le labbra contratte. Ornata di una collana di crani, ha 3 teste (bianca a destra, nera al centro, rossa a sinistra) e 6 braccia che reggono spada, uncino e bastone (o asta) a destra, kapāla (contenente viscere umane, che essa aspira con una cannucchia di luce), ruota<sup>136</sup> e laccio a sinistra. Appartiene alla Famiglia di Amoghasiddhi. Il suo rito consiste in un cerchio di protezione<sup>137</sup>.

b) "Bhṛkuṭī" ('Khro-ñer-can, Accigliata):

nera con riflessi marrone, irata e rugosa, compie il "mudrā della minaccia" (con cui soggioga tutti gli esseri e li rende pacifici) e regge il "Vaso che annienta tutte le forze delle interferenze", con cui distrugge qualsiasi demone che provoca ostacoli e procura disgrazie.

c) "Bhṛkuṭī" ('Khro-ñer-can, Accigliata):

nera, irata e rugosa, regge un loto che porta un pestello che sottomette i demoni.

d) "Bhṛkuṭī" ('Khro-ñer-can, Accigliata):

nera, con la mano destra nel "mudrā della minaccia", soggioga tutti gli esseri e li rende pacifici.

<sup>135</sup> Recinto impenetrabile fatto di tanti vajra che viene visualizzato attorno ad un maṇḍala al fine di preservare all'interno tutte le benedizioni prodotte nel corso della pratica e di proteggersi da ogni interferenza esterna.

<sup>136</sup> Oppure, la testa di Brahmā.

<sup>137</sup> Il cerchio protettivo (rakṣā-cakra) è un cerchio magico che il devoto traccia per protezione. Esso è rappresentato da una ruota ad 8 raggi: negli spazi tra i raggi vengono scritti dei mantra. Vi è un cerchio protettivo per pacificare, uno per soggiogare, uno per incrementare, uno che rimuove gli ostacoli e libera da tutti i danni, uno per compiere tutte le attività.



15.

a) "Mahāśānti" (Āi-ba chen-mo/a, Grande pace, La grande pacifica):

siede in posizione vajra-paryaṅka su un loto bianco ed un disco lunare; bianca come la luna e calma, ha un viso e 6 braccia che mostrano un rosario, il mudrā della generosità e un bastone (o asta) a destra, un loto, un acquamanile e un libro posto su un loto blu (oppure una coppa piena di frutti) a sinistra. Appartiene alla Famiglia di Amitābha. La sua funzione è di calmare la mente oppure di consentire il rituale della purificazione esteriore (mediante libagione).

b) "Mahāśānti" (Āi-ba chen-mo, Grande pace; o Rab-āi-ma, La completamente pacifica):

di color bianco-gelsomino, calma, regge il "Vaso che placa tutti i karma negativi": infatti, essa purifica tutte le negatività e le oscurazioni del karma, nonché la sofferenza che ne deriva.

c) "Rab-tu āi-ba, Rab-[tu]-āi-ma" (La completamente pacifica):

bianca, regge un loto e un acquamanile purificatore.

d) "Rab-tu āi-ba, Rab-[tu]-āi-ma" (La completamente pacifica):

bianca; rappresenta lo stato aldilà della sofferenza e pacifica tutte le azioni negative e la sofferenza che ne deriva.

16.

a) "Rāga-niśūdāna" (Chags-pa 'joms-pa, Vincitrice dell'attaccamento):

sta in posizione sattva-paryaṅka su un loto rosso (o arancione) e un disco solare; di color rosso corallo, ha un viso con 3 occhi, e 2 braccia, regge con la destra un tridente e con la sinistra un ramo con dei frutti, tenendo l'indice in posizione minacciosa. Appartiene alla Famiglia di Akṣobhya. La si invoca per accrescere la forza spirituale o l'intelligenza.

b) "Rig-pa hūṃ-las " (Sorta dalla HŪM della coscienza):

rossa ed affascinante, regge il "Vaso che consente l'accrescimento dei mantra": è il vaso della saggezza che distrugge la magia nera, aumenta l'intelligenza e libera gli esseri dal saṃsāra.

c) " 'Bar-ba'i 'od-can-ma" (La luminosa ardente, Luce risplendente):

di color rosso, ha un loto che reca una svastikā, viene invocata per annullare le maledizioni e rafforzare il potere spirituale.

d) " 'Bar-ba'i 'od-can-ma" (La luminosa ardente, Luce risplendente):

rossa; al suo cuore c'è una ruota a 10 raggi, il cui centro è contrassegnato dalla "sillaba di conoscenza" HŪM, con la quale libera gli esseri dal saṃsāra.

17.

a) "Sukha-sādhana" (bDe-sgrub-ma, Che realizza [o apporta] la felicità):

sta seduta in posizione sattva-paryaṅka su un loto bianco, sopra un disco lunare e solare; è di color arancione, ha un viso calmo. Le due mani tengono un disco

lunare davanti al cuore. Appartiene alla Famiglia di Amoghasiddhi. Protegge dai ladri.

b) " 'Jig-rten-gsum g.yo-ba" (Che scuote i 3 mondi):

di color arancione, è affascinante (è pacifica, leggermente irata). Regge il “Vaso che sottomette la potenza dei mantra” pronunciati dai maghi contro di noi: con esso rimanda indietro i sortilegi a chi li aveva compiuti. Viene invocata per eliminare gli ostacoli e cacciare i māra.

c) "dPag-med gnon-ma" (La soggiogatrice senza limiti, cioè di infinite negatività):

di color zafferano, regge un loto e uno stūpa, viene invocata per allontanare i ladri.

d) "dPag-med gnon-ma" (La soggiogatrice senza limiti, cioè di infinite negatività):

di color arancione; quando batte col piede, fa risuonare il suono HŪM attraverso i 3 regni samsarici, facendoli tremare.

18.

a) "[Sita]vijaya" ([Bianca] vittoriosa), rNam-rgyal-ma, Completamente vittoriosa:

sta in posizione sattva-paryaṅka sopra un loto bianco, un disco lunare e un’oca dalle belle ali; bianca, ha un viso e 4 braccia, di cui 2 si incrociano aldisopra della testa nel “mudrā della grande gioia” e reggono due uncini, con l'altra mano destra compie il “mudrā della generosità” e con l'altra sinistra tiene un loto blu (recante un libro). Appartiene alla Famiglia di Amitābha. Ha la funzione di guarire dalla lebbra e dalle altre malattie causate dai nāga.

b) "gDug-sel-ma" (Dissipatrice del veleno):

bianca, ha la funzione di eliminare il veleno dei nāga e infatti regge il “Vaso che elimina i veleni”: come il pavone divora radici e piante velenose senza danno (che si trasformano nei suoi splendidi colori), così questa Tara purifica e neutralizza gli effetti di qualsiasi forma di veleno, mutando in positiva qualsiasi situazione negativa.

c) "Mayūrī" (rMa-bya-ma, Pavona), “Mahāmayūrī” (rMa-bya chen-mo, Grande pavona):

bianca, porta un loto che reca il disco di una luna piena, sul quale è raffigurata una lepre. Ha la funzione di eliminare il veleno dei nāga.

d) “Mayūrī” (rMa-bya-ma, Pavona):

bianca, purifica e neutralizza gli effetti di qualsiasi forma di veleno, mutando in positiva qualsiasi situazione negativa.

19.

a) "Duḥkha-dahana" (sDug-bsñal thams-cad sel-ba, Che distrugge ogni sofferenza; sDug-bsñal bsregs-ma, Che brucia la sofferenza):

sta in posizione sattva-paryaṅka su un loto bianco e un disco solare o lunare; bianca, ha un viso e due mani, e regge davanti al cuore un triangolo (simbolo del

fuoco che consuma le sofferenze). Appartiene alla Famiglia di Vairocana. E' invocata per liberare dalla prigionia.

b) "Duḥkha-dahana" (sDug-bsñal thams-cad sel-ba, Che distrugge ogni sofferenza):

bianca e calma, è invocata per eliminare liti ed incubi: infatti regge il "Vaso che elimina tutte le controversie e i brutti sogni".

c) "Mi-pham rgyal-mo/a" (La regina invincibile):

bianca, regge un loto e un ombrello, elimina liti ed incubi.

d) "Mi-pham rgyal-mo/a" (La regina invincibile):

bianca; la sua magnifica armatura dà sicurezza incrollabile e fa cessare tutte le controversie e i sogni spaventosi.

20.

a) "Siddhi-sambhava" (dÑos-grub 'byuñ-ma, Fonte di tutte le siddhi o realizzazioni):

sta in posizione sattva-paryāṅka su un loto rosso (o bianco) e un disco lunare; di color arancione (o rame dorato), ha un viso e 2 mani che reggono un vaso d'oro che contiene le realizzazioni (siddhi), cioè i poteri soprannaturali e la realizzazione della natura della mente. Appartiene alla Famiglia di Amoghasiddhi. E' invocata per diventare invisibili ed allontanare le malattie.

b) "Rims-nad sel-ba" (Che blocca [o allontana] epidemie e malattie):

di colore arancione e calma, regge il "Vaso che scaccia o elimina le malattie", che contiene appunto le medicine che sconfiggono il cancro, la lebbra, le febbri, le pestilenze e le malattie epidemiche più pericolose, e che dissolve l'ignoranza.

c) "[Lha-mo] ri-khrod-ma" ([Dea] eremita delle montagne" o "mendicante [che abita] sulle montagne")<sup>138</sup> :

di color arancione, porta un loto e un cesto. E' invocata contro le malattie.

d) "[Lha-mo] ri-khrod-ma" (v. sopra):

di color arancione; come il sole e la luna disperdono tutta l'oscurità, così questa Tara disperde l'ignoranza degli esseri ed annienta le malattie epidemiche.

21.

a) "Paripūraṇa" (Perfetta realizzatrice), Yoñs-rdzogs byed-ma (Che porta a compimento, Che realizza la perfezione):

sta in posizione ardha-paryāṅka su un toro nato miracolosamente e posto su un loto e un disco lunare; di color bianco brillante, irata, ha un viso con 3 occhi. Porta una gonna di pelle di tigre, regge una collana di perle con la mano destra nel "mudrā della protezione" e un tridente con la sinistra. Appartiene alla Famiglia di Ratnasambhava. La si invoca per purificare l'odio e raggiungere il cielo Akaniṣṭha in questa stessa vita.

b) "Phrin-las thams-cad yoñs-rdzogs byed" o "Phrin-las thams-cad yoñs-su rdzogs-par byed-pa" (Che porta a completamento tutte le attività):

<sup>138</sup> Altro nome di Parṇa-śabarī o Parṇaśavarī (Lo-ma gyon-ma, Lo-gyon-ma).

bianca e calma, è invocata per far sì che ogni nostra attività sia completa e perfetta; regge il “Vaso che produce ogni sorta di siddhi”: esso esaudisce tutti i desideri, distrugge i demoni e risuscita dalla morte.

c) "Mārīcī" (Ma-ri-tse; 'Od-zer can-ma, 'Od-gsal can-ma, Splendente di luce o Raggio di luce):

bianca, regge un loto e un pesce d'oro. E' invocata per proteggere i viaggiatori, per difendeci dai ladri e per ripristinare la vitalità che ci è stata sottratta dai demoni.

d) "Mārīcī" ('Od-zer can-ma):

bianca; mediante i raggi di luce che irradiano dalle 3 sillabe-seme OM̐, ĀH, HŪM ha il potere di distruggere tutti gli spiriti malvagi e persino di risuscitare i morti.

## B) LE 8 TARA

Si tratta delle Tara che proteggono dalle 8 grandi paure (o calamità). Queste dee vengono visualizzate nella “pratica interiore” di Tara: sono sedute nella stessa posizione di Tara Verde, hanno vari colori, compiono con la mano destra il “mudrā del dono (o della generosità)” e tengono con la sinistra un loto su cui si trovano gli oggetti qui di seguito indicati.

1) “Mani-simha-bhaya-trana” (Ña-rgyal seṅ-ge'i 'jigs-skyob rje-btsun-ma),  
“Regina che protegge dal pericolo dell’orgoglio e dei leoni”:

blu, vajra;

2) “Moha-hasti-bhaya-tarini-devi” (gTi-mug glaṅ-po'i 'jigs-sgrol lha-mo),  
“Dea che protegge dal pericolo dell’ottusità mentale e dagli elefanti”:

gialla, uncino;

3) “Dves-agni-praśamani” (Še-staṅ me-dpuṅ tsogs-rnams rab-ḥi-ma),  
“Colei che placa perfettamente la collera ed i bracieri”:

bianca, cristallo d’acqua<sup>139</sup>;

4) “Irsya-sarpa-visapaharani” (Phrag-tog sbrul-gyi dug-rnams yoṅs sel-ma),  
“Colei che allontana completamente la gelosia e il veleno dei serpenti”:

verde, mirobolano;

5) “Kudristi-cora-upadravana-nivarani” (lTa-ṅan rkun-po'i ñer-‘tso las bzlog-ma),

“Colei che respinge la violenza delle false vedute e dei ladri”:

bianca, arco e freccia;

6) “Ghora-matsarya-śrinkhala-mocani” (Mi-bzad ser-sna'i lcags-sgrog 'grol-mzad-ma),

<sup>139</sup> Vi sono due tipi di cristallo: il “cristallo d’acqua”, che dà una sensazione di freschezza quando viene toccato dai raggi del sole; e il “cristallo di fuoco” che, al contrario, dà una sensazione di calore.

“Coei che libera dall’avarizia insaziabile e dalla prigione”:  
verde, spada;

7) “Rag-augha-vega-varta-šosani” (‘Dod-chags chu-bo’i rba-kloñ skems mdzed-ma),

“Coei che prosciuga l’attaccamento e le acque”:  
rossa, cristallo di fuoco;

8) “Samšaya-pišaca-bhaya-trana-tara” (The-tshom ša-za’i ‘jigs-skyob sgrol-ma),  
“Coei che protegge e libera dai dubbi e dai demoni”:  
nera, bastone.

## LE 16 PROTEZIONI DI TARA

Oltre alle 8 “grandi paure (o calamità)” più sopra elencate (divise in interne ed esterne), vi sono anche 16 “paure minori”<sup>140</sup>.

Il “Rosario d’oro” di Tārānātha ci riferisce alcuni episodi in cui Tara è intervenuta per proteggere da questi ultimi tipi di paure.

1) Protezione dalla paura dei nemici o della guerra:

Una volta in Oḍiviśa (Orissa) uno kṣatriya<sup>141</sup> si addormentò nel parco, e quando si svegliò, si trovò circondato da mille soldati nemici armati. Non aveva alcun riparo, ma aveva udito che esisteva comunque una fonte di rifugio da tutte le sedici forme di terrore chiamata Tara. Col pensiero di cercare rifugio in lei gridò: “TARA!”. Immediatamente, al risuonare di questo nome, la nostra Signora apparve nello spazio di fronte a lui. Col vento tremendo che scaturì da sotto i suoi piedi essa disperse i soldati nelle dieci direzioni dello spazio, e si dice che essi così se ne tornarono al loro paese.

2) Protezione dalla paura dei leoni:

C'era una volta un taglialegna che, andando nella foresta, incontrò una leonessa<sup>142</sup> affamata che voleva divorarlo. Afferratolo con le fauci, la leonessa se ne ritornò nelle vicinanze della sua tana. Per la paura e il terrore, il taglialegna pregò Tara con fervore. Subito apparve di fronte a lui una donna con la gonna di foglie<sup>143</sup>, lo tirò fuori dalla bocca della leonessa e lo condusse in salvo nella piazza del mercato del paese.

3) Protezione dalla paura degli elefanti:

C'era una volta una ragazza di campagna, di dodici anni, che andò nella foresta a raccogliere i fiori. Lì incontrò un elefante infuriato chiamato Khuni. Questi l'afferrò con la proboscide e cominciò a schiacciarla contro le zanne. Quando essa ricordò il nome sacro di Tara, pregò dal profondo del cuore la nostra Signora. Così l'elefante cadde in suo potere e la depose senza danno sul piano alto di un masso. Le rese omaggio con la proboscide, poi fattala salire sul dorso, la condusse alla piazza del

<sup>140</sup> Talora peraltro le 8 “paure esterne” sono comprese nelle “paure minori”.

<sup>141</sup> Un appartenente alla casta dei nobili o guerrieri.

<sup>142</sup> Sembra che ci siano stati dei leoni in India fino ad una certa epoca.

<sup>143</sup> Forma di Tara nota come Parnaśavarī.

mercato del villaggio e fece lo stesso presso la sala delle assemblee, presso il tempio e al cancello del palazzo del re. Il re pensò: “Questa ragazza possiede una grande quantità di meriti” e decise di farne sua regina.

4) Protezione dalla paura del fuoco o dell'incendio:

C'era una volta un capofamiglia coinvolto in una disputa. Una notte, il suo nemico diede fuoco alla sua casa. Quando questi fuggì, l'altro si trovò prigioniero nelle fiamme. Allora gridò invocando: “Tara! Ohimè, Tara!”. Immediatamente sopra la sua casa apparve una bella nube scura e, grazie alla pioggia che cadde, alta due braccia, il fuoco si spense completamente.

5) Protezione dalla paura dei banditi o dei ladri:

Nella regione del Gujiratha<sup>144</sup> in un luogo chiamato Bharukaccha, viveva un mercante molto ricco. Avendo caricato molti pesanti pacchi di mercanzia su mille cammelli e cinquecento buoi, si mise in marcia verso la regione di Maru. lungo il cammino giunse in un luogo solitario e selvaggio dove si trovavano quasi mille banditi. I due lati della strada erano ricoperti dalla carne, il sangue e le ossa dei mercanti uccisi in precedenza. Centinaia di migliaia di mercanti erano stati impalati su lunghi bastoni. Quei banditi erano come rākṣasa<sup>145</sup> che si nutrono di carne umana. Il mercante era molto spaventato e, non avendo alcun rifugio o protezione, pregò Tara ad alta voce. In quell'istante apparvero miracolosamente innumerevoli schiere di soldati in ranghi serrati, che in realtà erano emanazioni di Tara.

6) Protezione dalla paura dei serpenti velenosi:

C'era una volta una prostituta che viveva in città, a cui un ricco mercante aveva donato una collana di cinquecento perle. A mezzanotte, volendo recarsi a casa del mercante, lasciò il suo appartamento. Camminando lungo la strada, le capitò di urtare un ramo di un albero di acacia: al che, un serpente velenoso, che se ne stava arrotolato all'albero, l'afferrò e si avvolse attorno al suo corpo. Al solo richiamo della Signora Tara, il serpente velenoso si trasformò in una ghirlanda di fiori. Per sette giorni questa le adornò il corpo, poi il serpente, diventato bianco e senza veleno, la lasciò e si tuffò nel fiume.

7) Protezione dalla paura della prigionia:

C'era una volta un ladro che si introdusse attraverso un piccolo foro, nella stanza del re. Scoperta una botte piena di vino, bevve fino ad ubriacarsi e si addormentò. Gli attendenti del re lo trovarono e lo catturarono. Chiuso in una cella segregata, legato con corde, dovette sopportare grossi tormenti. Era davvero senza rifugio né protezione. Ma avendo egli pregato Tara con fervore, un uccello dalle piume dei cinque colori scese dal cielo e lo liberò dalle corde. La porta della cella si aprì da sé e il ladro, trovandosi libero, se ne tornò al suo paese.

In seguito, in sogno, gli apparve una donna con molti ornamenti. “Ricordando la benevolenza che ti ho mostrato, tu, assieme ai tuoi compagni, abbandona le tue azioni di ladro”. Poiché essa così gli parlò, egli e la sua banda di cinquecento uomini rinunciarono a rubare e si dedicarono ad azioni positive.

8) Protezione dalla paura delle onde dell'oceano o delle alluvioni:

---

<sup>144</sup> L'attuale Gujarat.

<sup>145</sup> Spiriti maligni, demoni.

C'erano una volta cinquecento mercanti che si misero in cammino per il sud. Noleggiarono tre navi di grande stazza e, salitivi, salparono verso un'isola di pietre preziose. Colmarono la prima nave di gemme e proseguirono. Raggiunta un'isola coperta di alberi di sandalo, caricarono la seconda nave di questo legno prezioso. Poi vollero far ritorno al proprio paese. Ma i signori della ricchezza<sup>146</sup> del mare si infuriarono e scatenarono un forte vento che dirottò la nave. L'oceano assunse vari colori e si sollevarono onde turbolente.

Per quanto i mercanti pregassero ogni giorno Brahmā, Viṣṇu, Iṣvara, Candra, Surya, Kubera e altri, non giunse alcun aiuto. Le funi delle vele si ruppero e le due navi, con i carichi di gemme e di legno di sandalo, andarono perdute. Anche la nave più grande cominciò ad affondare. Ma a bordo si trovava un upāsaka buddhista<sup>147</sup> che ricordò Tara e, ad alta voce, recitò il mantra di dieci lettere<sup>148</sup>. Subito il mare si calmò e la nave, tornata a galla, ritornò a Jambudvīpa<sup>149</sup> navigando una sola notte. Anche le navi cariche di gemme e di legno di sandalo furono ricondotte dai venti e s'incontrarono con l'altra nello stesso momento.

#### 9) Protezione dalla paura dei cannibali:

C'erano una volta alcuni śrāvaka<sup>150</sup> mendicanti che vivevano in un tempio nella regione orientale. Ogni bhikṣu che usciva di notte nei pressi del tempio veniva ucciso. Così la comunità del tempio gradualmente si riduceva. Poi, una notte, uno śramaṇera andò a fare due passi nelle vicinanze del tempio. Un orribile cannibale<sup>151</sup>, mostrando le fauci, apparve e lo afferrò per il capo. I seguaci del Mahāyāna gridarono: “Coei che porta il nome di Tara ci protegga dalle otto forme di terrore!”. Pensando con disperazione di prendere rifugio in lei, lo śramaṇera urlò ad alta voce: “Tara!”. Subito, una divinità nera<sup>152</sup> apparve, brandendo una spada. Quando minacciò il cannibale, questi chiese scusa allo śramaṇera, estrasse da sottoterra un vaso di ferro colmo di perle e glielo offrì. Con ciò i danni che il tempio aveva subito furono parzialmente riparati.

#### 10) Protezione dalla paura della malattia della lebbra:

C'era una volta un ācārya<sup>153</sup>, tra i brahmani nel paese di Kamarakṣetra, che, per il suo karma, si ammalò di lebbra. Siccome era entrato in contatto con molte persone, cinquecento brahmani furono contagiati dal terribile male. Persino i loro parenti e i medici locali li avevano abbandonati. Trasgredendo alle regole di purezza rituale in voga tra i brahmani, vivevano di cibo avanzato e andavano in giro mendicando. Un giorno, lungo la strada, videro l'immagine in pietra della nostra Signora Ārya Tārā ed ebbero fede in lei. Dal momento che cinquecento brahmani cominciarono a pregarla, un flusso di medicina sgorgò dall'immagine di Tara, e, grazie al suo potere che purificava i loro corpi, furono curati dalla lebbra. In seguito i loro corpi divennero belli come quelli dei deva.

#### 11) Protezione dalla paura dei malefici inflitti dai messaggeri di Indra:

---

<sup>146</sup> Nor-bdag, vāsupati.

<sup>147</sup> Un praticante laico.

<sup>148</sup> Om Tāre Tuttāre Ture svāhā.

<sup>149</sup> L'attuale India.

<sup>150</sup> Śrāvaka è un discepolo hinayanista, bhikṣu è un monaco completamente ordinato, śramaṇera è un novizio.

<sup>151</sup> Piśaka.

<sup>152</sup> Lha-mo nag-po, Kālī Devī.

<sup>153</sup> Maestro, insegnante, dotto.

Per quanto riguarda il dio Indra, guardiano delle direzioni del settore orientale [dell'universo], è noto che i suoi messaggeri, i gandharva, creano molte difficoltà con i loro influssi: essi creano molti ostacoli al Dharma svilendo e causando pazzia. Questa storia racconta come è possibile proteggersi.

C'erano una volta cinquecento bhikṣu śrāvaka che meditavano in una foresta della regione Mathura. Così facendo perseveravano nella buona condotta. Nonostante ciò, un messaggero di Indra apparve tra loro. Ad alcuni appariva sotto forma di brahmano, ad altri come donna, ad altri ancora come bhikṣu. A volte pareva possedere molti volti, quali l'aspetto di uno yakṣa<sup>154</sup>, di un leone feroce, di un elefante o di uno śarabha<sup>155</sup>, spargendo terrore. Cercò di confonderli, a volte minacciandoli, a volte lodandoli. Alcuni bhikṣu non erano in grado di ricordare nulla, altri divennero totalmente pazzi. Altri cambiarono idea e andarono in giro cantando e ballando.

Fortunatamente c'era tra loro un bhikṣu che riconobbe il danno che può derivare dal fatto di essere posseduti dai bhūta<sup>156</sup> e gridò ad alta voce: “Tara! Proteggici da tutte le forme di terrore!”. Era certo che da ciò venisse la salvezza. Poi scrisse: questa foresta appartiene a Tārā Devī e affisse la scritta all'aperto. Ciò vinse il terrore e tutti quanti, con devozione per Tārā Devī, entrarono nel Mahāyāna.

#### 12) Protezione dalla paura della povertà o carestia:

C'era una volta un brahmano molto povero. Lungo una strada stretta s'imbattè in un'immagine di pietra di Tara e le raccontò la storia delle sue disgrazie. Avendo chiesto cosa fare, essa indicò il terreno vicino allo stūpa. “E' tuo destino trovare un tesoro”, disse. “Quindi, poiché questo è il tuo destino, troverai molti vasi d'oro colmi di perle e molti vasi d'argento colmi di gemme preziose. Questi allevieranno le pene della povertà per sette generazioni”. Quel pover'uomo, che era diventato contadino, pregava con fervore e ripeteva il nome di nostra Signora Tara. Una donna vestita di foglie<sup>157</sup> gli apparve e gli disse in tono profetico: “Va' verso oriente”. Così egli andò verso oriente e, dopo essersi sdraiato sulla sabbia, fu risvegliato dal tintinnio di campane. Vide un cavallo verde adorno di piccole campane che scavava la sabbia con lo zoccolo. Poi il cavallo rapidamente si allontanò. Egli seguì le impronte lasciate dagli zoccoli e scoprì prima un cancello d'argento e poi un altro cancello fatto di sette materiali preziosi, quali oro, cristallo, lapislazzuli e così via. Questi si aprirono davanti a lui. In seguito, in una regione appartenente a Pātāla<sup>158</sup>, divenne principe tra molti asura e nāga che lì risiedevano e sperimentò infinite delizie tra i piaceri dei sensi. Alla fine, attraverso una galleria nella terra, fece ritorno nel suo paese. Si dice che i suoi discendenti, per tre generazioni, furono re.

#### 13) Protezione dalla paura di separarsi dagli amici:

C'era una volta un brahmano che possedeva grandi ricchezze e molti amici. Ma, una notte, venne una febbre e tutti i suoi cari morirono, inclusa sua moglie, suo figlio e i parenti più stretti. Tutto il suo essere cadde in preda a un grande dolore ed egli decise di andare in pellegrinaggio a Vārāṇasī. Poiché gli upāsaka buddhisti erano pure convenuti nello stesso luogo per una grande celebrazione in onore di

<sup>154</sup> Spiriti generalmente nocivi.

<sup>155</sup> Mitico animale, simile ad un leone con 4 ali.

<sup>156</sup> Spiriti maligni o demoni.

<sup>157</sup> Tara come Parnaśavarī.

<sup>158</sup> In tib. sa-'og: il mondo aldisotto della superficie terrestre, abitato dagli asura e dai nāga che possiedono i tesori della terra.



Tara, egli udì della grandezza di lei. Le rivolse preghiere e sparse grandi manciate di fiori. Così quando lasciò le celebrazioni, gli accadde di ricevere in moglie la figlia del re Jayacandra e, di conseguenza, divenne signore di quella terra. Eresse centootto templi di Tara e, in ognuno di essi, diede inizio a grandi celebrazioni buddhiste.

#### 14) Protezione dalla paura della punizione del re:

Nel paese di Ayodhyā, c'era una volta un capofamiglia che possedeva grande ricchezza e potere. Poi, una volta, a causa di certe circostanze, il re della regione venne in cattivi rapporti con lui. Quando chiese udienza al re ed entrò nel salone, le favorite del sovrano lo attrassero ingannandolo e lo condussero via. Così fuggì a Tirahuti.

Un'altra volta mentre stava viaggiando nel distretto di Campurna, il re di Ayodhyā inviò quattro uomini forti sulle sue tracce. Questi lo legarono, poi lo ricondussero ad Ayodhyā. Tuttavia, avendo ricordata nostra Signora Tara e rivolte ferventi preghiere, quale conseguenza delle sue benedizioni, appena egli ebbe messo piede sulla soglia della prigione, questa si trasformò in oro. Quando lo gettarono in una cella isolata, cadde una pioggia di collane di perle. Infine, mentre si preparavano a impalarlo su un lungo bastone, questo si trasformò in un albero di mango con fiori e frutti. Tutti, incluso il re, furono profondamente meravigliati. “Se costui è uomo di tanti meriti, cosa accadrà se lo puniamo?”, si chiesero. Così fu lasciato libero e divenne ministro del re.

#### 15) Protezione dalla paura della pioggia di meteoriti:

C'era una volta, nella regione di Bhangala, un upāsaka che andò, un giorno, a controllare i confini dei suoi campi. Su un lato della strada c'era un'immagine di uno yakṣa. Dopo averla calpestata, proseguì per la sua strada. Lo yakṣa s'infuriò con lui per questo. La notte, mentre l'upāsaka se ne stava in casa, ventuno meteoriti fiammeggianti caddero dal cielo. Ma non appena egli ebbe ricordato Ārya Tārā, le lingue fiammeggianti di metallo meteoritico si trasformarono in fiori. L'upāsaka stesso, sua moglie, suo figlio e le sue proprietà, non subirono alcun danno e i meteoriti tornarono al luogo da cui provenivano. Si dice che, poiché egli aveva fatto in precedenza generose donazioni ai cinquecento praticanti dei Vidyāmantra<sup>159</sup>, l'essenza della realizzazione si manifestò per lui molto rapidamente.

#### 16) Protezione dalla paura delle disgrazie:

C'era una volta un capofamiglia che, trasportando i suoi beni, se ne andò in un altro paese, dove voleva acquistare dei terreni dal re. Così affidò le sue proprietà ad un amico e si imbarcò su una grande nave. Per molti anni viaggiò sul mare, tra le isole, ma non fu in grado di arricchirsi. Una volta, però, la nave, trasportata dalla forza di un gran vento, approdò all'isola di Malakha. Su quest'isola c'erano alberi di sandalo e tutti potevano prenderne a volontà. Avendone presi una grande quantità, egli caricò la nave e salpò. Durante la navigazione, un grosso makara<sup>160</sup> appartenente al clan dei pesci, chiamato Macchi, perforò la chiglia della nave col suo rostro di ferro. Saltato su una tavola di legno buttata in mare per salvarsi, egli fu trasportato dalle onde e, dopo un lungo viaggio, finalmente fece ritorno a Jambudvīpa.

---

<sup>159</sup> Praticanti tantrici.

<sup>160</sup> Coccodrillo.

In seguito, un amico tentò di eliminarlo, ma mentre questi si trovava per strada, fu divorato da una tigre e si seppe che era morto. Comunque, non avendo avuto successo in nessun campo, il capofamiglia si sentiva profondamente esaurito. Proprio in quel periodo, quando era profondamente depresso, un amico gli consigliò di avere fede in Tara e di pregarla.

Poi, in sogno, gli dissero: “Và sulle rive del fiume Sindhu<sup>161</sup>. Là avrai il successo che desideri”. Così fece e, vicino al fiume, ritrovò il ricco carico di legno di sandalo della sua nave, che era in precedenza affondata. Recandosi nel luogo dove era morto il suo amico dei tempi passati, chiese: “Mi siano ridati i beni che, un tempo, affidai a qualcuno!” e questi tornarono in suo possesso. Alla fine, tornato al suo paese, offrì al re una piccola quantità di legno di sandalo e questi, di ritorno, gli donò cinque tra le principali città del regno.

### C) LE ALTRE MANIFESTAZIONI DI TARA

Qui di seguito vengono ora elencate in ordine alfabetico altre tra le principali manifestazioni di Tara:

#### 1) ĀRYAJĀṄGULĪ

E' un aspetto di Tara Bianca. Ha una testa e due braccia; le mani originarie tengono il vīṇā (liuto); delle altre mani, quella di destra è in abhayamudrā e quella di sinistra tiene un nāga.

#### 2) BHR̥KUṬĪ

(Khro-gñer Can-ma)

Il suo nome significa "Colei che aggrota le sopracciglia" o "La corruciata" o "Accigliata".

Bhr̥kuṭī - pur essendo nata contemporaneamente a Tara - è spesso considerata un aspetto o manifestazione di Tara stessa. Infatti, è apparsa - durante il nostro kalpa (il Bhadrakalpa) - su un loto spuntato dalle lacrime cadute dall'occhio sinistro di Avalokiteśvara (mentre da quello destro è apparsa Tara), quando costui si accorse che - nonostante il suo strenuo e prolungato lavoro - il saṃsāra perdurava con indicibili sofferenze per gli esseri senzienti (che peraltro continuavano a creare le cause della loro sofferenza); ebbe allora un profondo sconforto e la sua misericordia fece sgorgare dai suoi occhi due lacrime: da quella dell'occhio destro si manifestò Tara, mentre da quella dell'occhio sinistro si manifestò Bhr̥kuṭī (un'ipostasi irata della stessa Tara) - che gli dissero di non piangere più, perché l'avrebbero aiutato a liberare tutti gli esseri il più rapidamente possibile.

In rapporto a questo episodio, mentre Tara personifica la compassione di questo Bodhisattva, Bhr̥kuṭī ne simboleggia la saggezza. Solitamente le due dee sono

---

<sup>161</sup> L'Indo.

identificate come Tara Verde e Tara Bianca, delle quali le mogli di re Sroṅ-btsan sGam-po erano le manifestazioni: la cinese Wen-ch'eng e la nepalese Bhṛkuṭī<sup>162</sup>.

Pertanto Bhṛkuṭī, come personaggio nirmāṇakāya, è la principessa nepalese, figlia del re Aṃśuvarman, che andò sposa al re tibetano Sroṅ-btsan sGam-po intorno al 639; incarnazione vivente della dea Tara, fu lei a portare alla corte tibetana i primi elementi della fede buddhista (libri ed immagini). Viene spesso rappresentata insieme al re e all'altra sposa, più sopra indicata.

Appartiene alla Famiglia di Amitābha.

Viene raffigurata sotto differenti aspetti: di color giallo o blu-scuro (nero), in piedi o seduta, dotata di attributi vari.

In una sua forma a una testa e 4 braccia, dall'aspetto irato, è seduta e tiene nella mano destra alzata un rosario, mentre l'altra destra (abbassata) è atteggiata nel mudrā del dono (varadamudrā); la mano di sinistra alzata regge un bastone o mazza (daṇḍa) e quella abbassata una kalaśa o un loto.

Per un suo aspetto a 3 teste e 6 braccia (appartenente alla Famiglia di Amoghasiddhi), si rimanda al commento della strofa 14 delle "Lodi a Tara in 21 omaggi".

Sue varianti sono: Vajratārā e Jaṅgulī.

### 3) CATURBHUJA:

E' una variante di Ekajaṭā: ha una testa (tricolata) e - come dice il suo nome - 4 braccia, in pratyālīḍhāsana.

### 4) CINTAMATRA CAKRA o CINTACAKRA

(Yid-bḥin 'khor-lo)

"La Ruota che esaudisce i desideri" è un aspetto di Tara Bianca. Essa si trova nel gter-ma di 'Jam-dbyaṅs mKhyen-brtse dBaṅ-po (1820-1892) intitolato " 'Chi-med 'phag-ma sñin-thig", dove figura come la deità principale che abbraccia il suo sposo Amitāyus.<sup>163</sup>

Il suo nome le proviene dal modo in cui il mantra-radice (Om Tāre Tuttāre Ture Svāhā) è disposto nel suo cuore: le 10 lettere sono infatti poste verticalmente sui 10 raggi di una ruota collocata orizzontalmente, di cui 8 vanno dal mozzo al cerchio (come i raggi di una comune ruota), mentre gli altri 2 escono perpendicolarmente dai due lati del mozzo. Sul raggio superiore sta la sillaba iniziale OM, sotto il raggio inferiore la sillaba finale HĀ, sugli altri raggi le 8 sillabe TĀ RE TUT TĀ RE TU RE SO.

### 5) DHANADA

<sup>162</sup> Sotto l'influenza di queste due principesse il re divenne un fervente sostenitore del buddhismo.

<sup>163</sup> Caso unico nell'iconografia tantrica, dove abitualmente è lo yab che abbraccia la yum.

E' un aspetto di Śyāmatārā. Ha una testa e 4 braccia. Alcune sue mani sono in vitarka ed in varada-mudrā; altre reggono il pāśa (cappio o laccio) e l'aṅkuṣa (pungolo per elefanti).

6) EKAJAṬĀ o EKAJAṬĪ  
(Ral-gcig-ma o E-ka-dza-ṭī)

"(Colei che ha) una sola ciocca di capelli" è un'importante "dharmapālī trascendente" di tutte le 4 Scuole tibetane.

Viene chiamata anche sṅags-bdag o sṅags-sruṅ-ma ("Protettrice dei mantra"), avendo la funzione di impedire che i mantra vengano ricevuti da chi non ne è degno o che vengano usati in modo errato (cioè con una motivazione diversa dalla compassione) o che il loro potere degeneri. Più in generale, rimuove gli ostacoli alla vita e alla realizzazione dei praticanti del sentiero tantrico.

E' ritenuta una diretta emanazione della saggezza primordiale di Samantabhadrī e anche una manifestazione tantrica di Mahākālī o una variante di Tara.

Nel sistema delle 5 Famiglie di Buddha, essa appartiene a quella di Akṣobhya.

A) Per i rñiṅ-ma-pa è la principale protettrice della tradizione rdzogs-chen: come tale, possiede l'onniscienza nei confronti di tutti gli insegnamenti e tantra relativi e può entrare in contatto con un gter-ston o con un maestro rdzogs-chen quando è giunto il momento di rivelare un gter-ma o un insegnamento particolare.

Nei testi della tradizione "Tesoro rivelato" (della quale è custode), essa viene descritta con un viso semi-irato ed una sola ciocca di capelli, ed in numerose forme - spesso apparendo con un solo occhio ed un solo dente, talora con una sola gamba (come nella manifestazione rossa appartenente alla tradizione Longchen Nyinthig di Jigme Lingpa). Appartiene alla categoria delle ma-mo (una classe di esseri molto potenti e di natura malvagia), di cui essa è il capo.

B) Per le Scuole Sa-skyā, bKa'-brgyud e dGe-lugs, è la madre di Śrī Devī ed ha un viso semi-irato, 3 occhi e due seni, e sempre con una sola ciocca di capelli. I diversi tipi della dea sono descritti nei tantra di Mahākāla (appartenenti all'anuttarayogatantra e originari dell'India), nonché nei testi del kriyātantra.

In quanto yi-dam, è una forma irata di Tara Verde ed è nota come Tara Nera. E' raffigurata seduta, tenendo il kartī (coltello ricurvo) e la kapāla. Si trova spesso in triade con Avalokiteśvara e Tara Verde (alla sua sinistra) oppure con Tara che tiene Bhṛkṣṭī alla propria destra.

Una delle raffigurazioni più comuni la rappresenta come una divinità femminile a una testa, 2 braccia e 2 gambe, dall'aspetto irato e normalmente di colore blu<sup>164</sup>. Essa assume una forma terrificata ed irata allo scopo di soggiogare le Ma-mo

- E' caratterizzata da attributi fisici unitari, cioè
- un solo occhio (al centro della fronte),
- un solo dente (appoggiato al labbro inferiore),
- un solo seno (al centro del petto),
- una sola ciocca di capelli (eretta verso l'alto) e
- talora una sola gamba

---

<sup>164</sup> Vi sono anche rappresentazioni di color rosso scuro.

per simboleggiare la consapevolezza non-duale, o la natura essenzialmente non-duale dell'energia primordiale. In particolare, il singolo occhio della saggezza aperto sulla sua fronte simboleggia l'unità dell'innata natura di buddha (in contrasto coi due occhi ordinari che rappresentano la distorta percezione dualistica); l'unico ciuffo o crocchia, dritta verso l'alto, simboleggia il singolo sentiero unificato dell'Ati dello rDzogs-chen; l'unico dente simboleggia la realizzazione della natura singola delle cose che azzanna le dualistiche forze demoniache; l'unico seno simboleggia l'unico nutrimento per il praticante che voglia realizzare la singola essenza dell'ultima verità.

Ha il viso stravolto in un ghigno furente. I baffi gialli aumentano il senso di stranezza della sua figura.

E' quasi nuda e minacciosa perché sta eretta in mezzo ad un cerchio di fiamme (il fuoco della saggezza).

Può essere in piedi o seduta.

Nel 1° caso, danza sul corpo di un uomo (il cadavere dell'ego, ormai vinto), porta una corona di 5 teschi (che rappresentano i 5 difetti mentali che, una volta superati, possono essere portati come ornamenti) e indossa una collana di crani umani; infine, porta a mo' di mantello una pelle umana e una pelle di tigre.

Con la mano destra impugna come scettro un uomo impalato (il cadavere di chi ha corrotto il senso dell'insegnamento), mentre con la sinistra afferra un demone ridotto in suo potere, insieme al cuore strappato ad un nemico: tutto ciò per simboleggiare la morte dell'ego e dei difetti mentali e la vittoria sui nemici del Dharma. Certe raffigurazioni la rappresentano che emana un lupo (o delle lupe) di turchese dalla mano sinistra, pronte a combattere questi stessi nemici del Dharma.

Talora nella mano destra tiene un kartṛ (coltello ricurvo) e nella sinistra una kapāla piena di sangue.

Anche quando è seduta in rājalilāsana (talora sopra una persona) regge gli oggetti appena nominati, nonché a destra il cuore e a sinistra il lupo.

Varianti di Ekajaṭī sono Caturbhujā e Mahācīna o Ugratārā.

## 7) JĀṄGULĪ

La "Conoscitrice di veleni" è un aspetto di Śyāmatārā che protegge dal morso dei serpenti e dagli avvelenamenti.

E' raffigurata seduta in ardhaparyāṅka su un pavone che fa la ruota dietro di lei: questo animale è ritenuto capace di tollerare qualunque veleno senza riportare danno. Porta la corona a 5 punte e i gioielli che caratterizzano tutti i Bodhisattva.

Nella raffigurazione ad *una testa e 2 braccia*, la mano destra è atteggiata in varadamudrā, mentre la sinistra le riposa in grembo; ciascuna di esse regge per il gambo un fiore di loto (uno è aperto, l'altro è in boccio) ad indicare l'incessante disponibilità della dea ad intervenire in aiuto degli esseri senzienti.

Come variante di Śyāmatārā e in aspetto tantrico, ha *una testa e 4 braccia*. Una mano è in abhayamudrā, le altre reggono il triśūla (tridente), un nāga e le mayūrapiccha (penne di pavone).

Sempre in aspetto tantrico, ma come variante di Bhṛkuṭī, ha *3 teste e 6 braccia* ed ha per supporto un serpente.

## 8) KHADIRAVANĪ (Sen-lden-nags)

Tara “della fragrante foresta degli alberi khadira” è un aspetto di Śyāmatārā. “Khadira” è l’acacia catechu”, albero dal legno duro usato per le punte dei vomeri, i mozzi dei carri, gli amuleti, gli strumenti musicali, ecc.; la sua resina aromatica è usata in medicina.

Trae il suo nome da una foresta in cui Nāgārjuna il Mahāsiddha meditava e dove vide Tara in questa forma. Questo bosco - identificato nell’Orissa (India) - divenne un luogo di pellegrinaggio dove questa variante della dea era particolarmente venerata.<sup>165</sup>

E’ raffigurata ad una testa e due braccia, seduta come Tara Verde (di cui ha lo stesso colore), ma il suo piede destro - pur essendo abbassato - non poggia su uno zoccolo di loto a se stante. Le mani sono in varada ed in abhaya-mudrā; regge gli steli di un padma e di un utpala, i cui fiori sono all’altezza delle sue spalle. Essa porta fiori di loto nei capelli in luogo del diadema ingioiellato.

E’ soprannominata “la Tara che assicura protezione dagli 8 pericoli” (aṣṭabhayatrāṇatārā).

A questa dea si riferisce la strofa 9 della “Lode a Tara in 21 omaggi”, dove peraltro è di colore bianco.

## 9) KURUKULLĀ o KURUKULLĪ (Ku-ru-kul[l]e, Rigs-byed-ma)

E’ una manifestazione semi-irata di Tara, che trae il suo nome dalla montagna ove risiede, nel Gujarat (India occ.). Il nome tibetano significa “Che dona l’intelligenza”, intesa come potere buddhico che domina la percezione dualistica, obbligandola a risolversi nell’unità della pura percezione ed esperienza illuminata. Talora è nota come Tara Rossa. E’ la dea cui si riferisce la strofa 5 della “Lode a Tara in 21 omaggi”.

Questo yi-dam è una ḍākinī illuminata che viene raffigurata a 2, 4, 6 o 8 braccia<sup>166</sup> e in 5 aspetti diversi :

-Sukla-kurukullā (bianca, a 3 occhi, a 4 braccia)

-Tārodbhava-kurukullā (rossa, ad una testa, seduta su un loto)

-Oḍḍiyāna-kurukullā (descritta qui sotto)

-Aṣṭabhuja-kurukullā (rossa, ad una testa e 8 braccia)

-Māyājālakrama-kurukullā (rossa, a 6 braccia, emanazione dei 5 Dhyānibuddha).

Il tipo più comune è quello di “Kurukullā proveniente da Uḍḍiyāna”, che ha il viso di strega ammaliatrice, una chioma cespugliosa, il 3° occhio, la gonna di pelle di tigre (per indicare che ha superato l’ira) ed è in piedi, danzante con le gambe atteggiata nella “posizione dell’arco”, di cui la sinistra calpesta un nemico disteso, cioè il cadavere dell’ignoranza (per esprimere il superamento dell’ego sempre confuso che male interpreta tutte le situazioni della vita)<sup>167</sup>; è circondata dal fuoco della saggezza.

<sup>165</sup> Anche nel Potāla, la Terra Pura di Tara, ai piedi di una montagna si trova una foresta di questi alberi.

<sup>166</sup> La forma a 2 braccia è bianca, le altre sono rosse.

<sup>167</sup> In alcuni casi, danza su 3 corpi umani che si dibattono.

Ha 4 braccia : con le mani della prima coppia (a partire dall'alto) regge un arco<sup>168</sup> con cui sta per scoccare una freccia, entrambi fatti di boccioli (i due strumenti rappresentano l'arma della meditazione e della saggezza dirette contro il nemico che è l'auto-attaccamento; oppure il fatto che la percezione ordinaria penetra nell'esperienza dell'unità della pura natura primordiale); la mano destra della seconda coppia brandisce un pungolo per elefanti (aṅkuṣa) pure fatto di fiori, che adopera per guidare gli esseri che ammalia coi suoi incantesimi ; nella mano sinistra della seconda coppia ha un laccio (pāṣa), anch'esso di fiori<sup>169</sup>. Ha 5 teschi come diadema e porta una collana di 50 teste umane ed indossa una pelle di tigre.

Il suo color rosso e i suddetti attributi composti di fiori attestano la sua natura appassionata ed il suo potere seducente ed attraente di controllare e soggiogare varie forze ed energie, trasformando le passioni in qualità illuminate. Ha infatti il compito di sedurre ed ammaliare dèi, demoni ed uomini per ridurli ai suoi voleri pacificamente ; viene invocata quando si vuol ottenere energia e potere per far cambiare idea ad un avversario o addirittura per convincerlo a condividere la propria ; è particolarmente benefica per migliorare le proprie relazioni ed amicizie, e mantenerle in modo stabile e duraturo, cosicchè le chiedono aiuto soprattutto gli innamorati infelici; disperde ostacoli ed interferenze (così, viene invocata quando si vuol costruire un monastero o all'inizio di un progetto al fine di soggiogare le forze umane o demoniache che potrebbero nuocere all'iniziativa).

Essa appartiene alla Famiglia del buddha Amitābha.

Kurukullā, con Gaṇapati e Kāmarāja, forma la "trilogia delle grandi deità rosse" (dmar-chen skor-gsum) nella tradizione tsar-pa della Scuola Sa-skyapa.

Il suo mantra è “OM KURUKULLE HRĪḤ HŪM SVĀHĀ !”.

## 10) MAHĀCĪNA O UGRATĀRĀ

E' una variante di Ekajaṭī. Il nome Ugratārā significa “la terribile Tara”. Essa è colei che salva dal saṃsāra i devoti che desiderano tale liberazione, e che distrugge le sventure terrene e naturali di quei fedeli che hanno in mente solo fini mondani.

Ha 3 forme:

-ad una testa (con 3 occhi rossi e rotondi), a 4 braccia, del colore del loto azzurro; è adirata;

-ad una testa e 8 braccia; adirata;

-a 12 teste e 24 braccia, feroce; è di color blu con una crocchia rossa.

## 11) [MAHĀ]MĀYŪRĪ (rMa-bya [Chen-mo])

"[Grande] Pavona" è una Bodhisattva Celestiale verde o gialla, a 3 teste trioculate, a 6 braccia, in posizione rājālīāsana, appartenente alla Famiglia di Amoghasiddhi. E' un'emanazione di Tara Verde, che talora accompagna con altre 4 dee (Āryajaṅgulī, Mārīcī e Ekajaṭā).

Ha due forme speciali.

<sup>168</sup> Talora omesso nelle raffigurazioni.

<sup>169</sup> Oppure: le mani di destra reggono rispettivamente un bastone di fiori e una freccia di fiori, quelle di sinistra un arco e un laccio di loti rossi.

Ad essa si riferisce la strofa 18 della “Lode a Tara in 21 omaggi”.

## 12) MAHĀŚRĪ-TĀRĀ

"Tara dalla grande gloria" è una variante di Śyāmatārā. Porta la corona a 5 punte e tutti i gioielli che caratterizzano i Bodhisattva. Può essere raffigurata seduta o in piedi.

Nel 1° caso sta in posizione ardhaparyāṅka, con il piede destro abbassato, le cui dita poggiano su uno zoccolo a se stante costituito da un loto (kaṇṇikāpīṭha); le mani sono atteggiate nel gesto di girare la ruota del Dharma (dharmacakrapravartana). I due fiori di loto che la fiancheggiano sono diversi fra loro e non sono recisi, ma hanno ancora le radici (per indicare che essa è la protettrice delle piante).

Quando è in piedi, le sue mani reggono i suddetti fiori di loto, e ha una folta crocchia di capelli, lo sguardo allettante, i seni ben sviluppati, le anche pronunciate e il piede destro in avanti in una posa che rappresenta un ideale di bellezza femminile.

## 13) MĀRĪCĪ

('Od-zer Can-ma, Ma-ri-tse)

"Raggio brillante" o "Raggio di luce" è una Bodhisattva Celestiale che è la personificazione dell'aurora, cioè del sole che sorge e della luce<sup>170</sup>, soprattutto di quei raggi luminosi che emanano dagli stūpa ogni qual volta un fatto miracoloso (ad es., il parinirvāṇa di un santo) sta per compiersi e pervadono l'universo, proiettando ciascuno di essi infinite immagini di Bodhisattva.

Questo yi-dam appartiene alla Famiglia di Vairocana.

E' la dea cui si riferisce la strofa 21 della “Lode a Tara in 21 omaggi”.

E' raffigurata con 6 braccia e 3 teste, di cui due umane trioculate (quella di sinistra, blu; e quella centrale, gialla) e una (quella di destra, rossa) di scrofa o cinghiale (vārāha), per cui la dea è anche chiamata 'vārāhamukhī' o 'vārāhī' (dea col muso di scrofa). Sta seduta in posizione ardhaparyāṅka su un tale animale oppure su un carro trainato da un suino (o da 7 o 9 maiali o cinghiali). Questo carro è talora guidato da Rahu.

E' di color giallo (oppure rosso o bianco). Le mani hanno l'indice e il mignolo estesi nel gesto di esorcizzazione (karaṇamudrā). Partendo dall'alto,

--la 1<sup>a</sup> coppia di mani regge a destra il vajra (simbolo dell'assoluto) e a sinistra un laccio (pāśa) che serve a legare gli spiriti maligni;

--la 2<sup>a</sup> coppia reca a destra un ago (per cucire occhi e bocca ai malvagi) e a sinistra il ramo (o il fiore rosso) di un albero aśoka. "Aśoka" significa 'senza preoccupazione' e quindi questa pianta simboleggia l'assenza del dolore. Pertanto la dea è soprannominata Aśokakāntā, cioè 'la bella dal [ramo di] aśoka';

--la 3<sup>a</sup> coppia tiene una freccia (śara) a destra e un arco (dhanu) a sinistra per tenere lontani i demoni.

Questa dea è venerata allo scopo di superare varie specie di paure ed allontanare vari tipi di pericoli esterni ed interni, gli incidenti e le circostanze avverse: così,

---

<sup>170</sup> E infatti viene invocata abitualmente all'alba.



protegge dalle malattie e tutela i viaggiatori dai rischi della strada<sup>171</sup>, tra cui i predoni e i banditi. In questo è veloce come la luce, intervenendo rapidamente in aiuto come una madre.

Talora è raffigurata a fianco di Tara Verde (alla sua destra), mentre alla sinistra di quest'ultima vi è Ekajaṭā.

Sue varianti sono, tra le altre:

Aśokakāntā (di color giallo), Āryamārīcī, Mārīcīpicuvā, Ubhayavarāhānana-Mārīcī, Daśabhujā-sita-Mārīcī, Vajradhātviśvari-Mārīcī.

Tra le varie forme è nota soprattutto quella a 2 braccia, con la mano destra atteggiata nel mudrā del dono e con la sinistra che regge un ramo d'albero aśoka.

In altri casi le mani sono in varada e vitarka mudrā, e reggono il ramo (o il fiore rosso) di un albero aśoka la sinistra e talora un vajra la destra.

Il suo mantra è Om̐ Marizeye svāhā.

#### 14) PARṆA-ŚABARĪ o PARṆAŚAVARĪ (Lo-ma gyon-ma, Lo-gyon-ma)

La “Vestita di foglie” è così chiamata perché indossa un gonnellino di foglie. In tibetano è anche detta Ri-tro-ma, cioè Eremita delle montagne. E' infatti la dea eremita delle montagne capace di dissipare l'ignoranza e di proteggere dalle malattie: è una manifestazione di Tara specializzata nella prevenzione delle infezioni e nel neutralizzare le epidemie. Storicamente, è ricordata come una yoginī indiana che spese la vita meditando in solitudine nella foresta.

Vari lignaggi della sua pratica si trovano nelle 4 Scuole tibetane: ad es. il lignaggio Segyu. E' menzionata sia nei sūtra che nelle 4 classi di tantra.

Tradizionalmente, la sua iniziazione veniva conferita a Drigung (Tibet centrale) durante i 10 giorni degli Insegnamenti dell'Anno del Serpente del lignaggio Drigung Kagyu, che sono impartiti ogni 12 anni.

Il suo mantra è pronunciato “Om pishatsi Parnashāvāri sarvā marā prashamanayā soha”.

E' raffigurata di color giallo (le mani sono in tarjanīmudrā e suo simbolo è il pāśa o laccio) oppure verde (a 3 teste e 6 braccia, inginocchiata sul ginocchio destro). In una mano stringe delle erbe officinali. E' al contempo pacifica ed irata.

Nel sistema delle 5 Famiglie di Buddha, questa Bodhisattva Celestiale appartiene a quella di Akṣobhya o di Amoghasiddhi.

Una delle sue raffigurazioni la rappresenta di color giallo, con 3 visi e 6 braccia. Il viso principale è leggermente pacifico ed irato, con 3 occhi; ha i capelli legati a ciuffo sulla corona della testa mediante un serpente. Il viso rosso di sinistra è in atteggiamento di desiderio e il viso bianco di destra è pacifico.

La prima coppia di mani tiene un vajra d'oro e un laccio all'altezza del cuore; la seconda coppia un'ascia alzata e un ventaglio di foglie fresche; la terza coppia una freccia ed un arco. In una mano regge anche il ramo d'una pianta medicinale.

Adorna di ornamenti d'oro e di gioielli, di un cerchietto di foglie fresche attorno al collo e di un serpente a mo' di collana, porta una sciarpa di seta di color grigio. La parte inferiore del corpo è coperta da una gonna di foglie fresche legata con un nastro di seta gialla.

---

<sup>171</sup> Questa sua funzione deriva forse dal fatto di essere solitamente raffigurata sopra un carro.

Sta in posizione genuflessa col ginocchio destro appoggiato su un seggio fatto di un disco solare e di un loto.

Questa figura centrale è “Parnaśavarī del Corpo”. Alla sua sinistra vi è la rossa “Parnaśavarī della Parola”, con un viso nero e bianco a ciascun lato; e a destra vi è la nera “Parnaśavarī della Mente”, con un viso rosso e bianco a ciascun lato. Entrambe queste dee tengono in mano gli stessi oggetti della figura centrale.

#### 15) ŚAD-BHUJA-SITA-TĀRĀ o ŚUKLA-TĀRĀ

E' una manifestazione di Sita-Tārā; ha 3 volti trioculati e 6 braccia.

Quando è un'emanazione dei 5 Dhyānibuddha nel loro complesso e non presi individualmente, è ad un solo volto trioculato e 4 braccia, con una corona ornata delle immagini di tali Buddha.

#### 16) SAMAYA - TĀRĀ (Dam-tshig sGrol-ma)

Il termine significa "Salvatrice dalla parola sacra" o "Tara [garante] dei voti tantrici": samaya è infatti il sacro voto che Tara ha fatto di salvare tutti gli esseri e anche quello che lega lo yogi tantrico alla sua pratica. Questa Tara è l'essenza della devozione che è alla base di ogni pratica religiosa.

Si tratta di un buddha, essendo una delle 5 Sublimi Madri (yum [mchog]) e precisamente la Prajñā del dhyānibuddha Amoghasiddhi. Come tale, è la manifestazione pura dell'elemento aria (rluṅ). In altre parole, personifica l'elemento "aria" di tutti i buddha, cioè l'"aria" nella sua essenza purificata, nella sua fondamentale purezza: ossia, lo stato originariamente puro dell'elemento "aria". Questo elemento:

--a livello esteriore, è lo stato gassoso della materia;

--a livello interiore, è l'aria normalmente intesa, quale quella che viene respirata dal nostro corpo;

--a livello segreto (cioè mentale), è la natura mutevole della mente, cioè il fatto che possa passare da un pensiero (o da un sentimento) all'altro, così come il vento (qui assimilato all'aria) varia di forza e di direzione.

E' raffigurata di color verde. Occupa la direzione del nord; nel Guhyasamājantra è ubicata a nord-est.

Regge la kapāla ed il doppio vajra (viśva-vajra).

Quando è da sola, regge con ciascuna mano un fiore di loto: su quello di destra è posato il doppio vajra.

#### 17) SARASVATĪ (dbYañs-can-ma)

La "Signora dalla voce melodiosa" era la dea vedica della musica e moglie di Brahmā che divenne nel buddhismo la Bodhisattva Celestiale dell'apprendimento,

del sapere e delle arti<sup>172</sup>: è protettrice della scienza, della poesia, della musica e di tutte le arti creative.

E' uno yi-dam pacifico di color bianco, a una testa e due braccia, con le mani in varadamudrā, ha per simbolo il vīṇa (pi-vam: uno strumento a sette corde con due percussori, simile al liuto). Talvolta ai suoi piedi è raffigurata un'oca, che volge la testa per ascoltarne la musica.

Ha i nomi di:

--Vākīśvarī ("Signora della parola") come consorte di Mañjuśrī: è la dea della parola che esprime il Dharma, della memoria, del genio musicale, dell'ispirazione poetica, delle arti. Nei tantra inferiori, è di colore blu o bianco, seduta ai piedi o ai lati di Mañjuśrī, regge il vīṇa o porta su dei loti la spada e il libro; nei tantra superiori, le due divinità sono in yab-yum;

--Dhātīśvarī (dByiṅs-kyi dBaṅ-phyug-ma) come consorte di Akṣobhya: è la purezza primordiale della coscienza, dell'elemento spazio e dell'ira;

--Pāṇḍaravāsīnī (Gos-dkar-mo) come consorte di Amitābha.

Variante di Sarasvatī sono:

Mahāsarvasvatī, Vajravīṇāsarvasvatī, Vajraśāradā, Āryasarvasvatī, Vajrasarvasvatī.

E' la dea cui si riferisce la strofa 2 della "Lode a Tara in 21 omaggi".

## 18) SIMHA-NĀDA

(Seṅ-ge sgra)

E' un aspetto di Śyāmatārā ad una testa e due braccia. Il trono di loto su cui si trova è sostenuto - come dice il nome - da un leone ruggente.

## 19) SITĀTAPATRĀ

(gDugs-dkar-can-ma, [Phyag-ma] gDugs-dkar)

Il termine - che significa "Bianco parasole" - è abbreviazione di

a) "Uṣṇīṣa-sitātapatrā";

b) "Sitātapatrā Aparājītā (cioè 'invincibile')": a 3 volti trioculati e 6 braccia.

## 20) SITA-TĀRĀ

(sGrol-ma dKar-mo, sGrol-dkar)

"Tara Bianca" simboleggia un particolare aspetto della compassione, quello che assicura la longevità e l'eliminazione degli ostacoli che minacciano l'esistenza.

Non è però una divinità diversa da Tara: non esiste una storia distinta circa la sua origine, e la sua attività non è che un aspetto particolare della protezione accordata dalla divinità.

Appartiene alla Famiglia del Loto, presieduta da Amitābha<sup>173</sup>; o, anche, alla Famiglia di Buddha.

<sup>172</sup> Le 5 arti maggiori sono: grammatica, medicina, pittura e artigianato, logica, scienza interiore (Dharma); le 5 minori sono: poesia, semantica, lessicografia, astrologia, danza e arte drammatica.

<sup>173</sup> Talvolta nel suo chignon a forma di tiara vi è una figurina di Amitābha; oppure di Amitayus (che è un aspetto di Amitābha).

Il suo corpo è bianco come la luna d'autunno, chiaro come un cristallo e luminoso come un arcobaleno che irradii un'abbagliante luce dai 5 colori. Il colore bianco indica l'assenza dei due tipi di veli: quello dei kleśa e quello della conoscenza dualistica. Indica anche la purezza, nonché la verità completa ed indifferenziata.

Dall'aspetto di una vivace ragazza di 16 anni<sup>174</sup> o, spesso, di una donna dallo sguardo materno, pacifica, bellissima e sorridente, è dotata di 7 occhi: 3 sul volto, 2 sui palmi delle mani e altrettanti sulle piante dei piedi, a simboleggiare la costante vigilanza della compassione verso gli esseri di tutti i regni samsarici; o, più dettagliatamente, a significare che essa vede la realtà con le "3 porte della liberazione" (vacuità, mancanza di caratteristiche, assenza di desideri) e mette in movimento la compassione con le "4 attività illimitate" tipiche dei bodhisattva (amore, compassione, gioia, equanimità). Secondo un'altra interpretazione, i 7 occhi indicano la sua percezione della sofferenza

--che è apparente (i 2 occhi che corrispondono a quelli degli esseri umani);

--che è psicologico/spirituale (il 3° occhio nella fronte);

--che è inerente all'attività, all'operare (quelli nei palmi delle sue mani);

--che è relativa a ciò che di solito è considerato come progresso (quelli nelle sue piante dei suoi piedi).

Sono grandi occhi da cerbiatta, in cui bianco e nero di iride e pupilla sono chiaramente differenziati, con lunghe ciglia e sopracciglia lievemente arcuate.

Le orecchie sono perfettamente proporzionate, con i lobi allungati. Il naso e la bocca sono di disegno perfetto. I capelli sembrano seta al tatto: sono nerissimi e raccolti in cima al capo, con lunghe ciocche che scendono ai lati sulle spalle e sulla schiena. Il lungo collo sembra quello di un cigno.

Quando ha l'atteggiamento sorridente e passionale di una ragazza sedicenne, il suo portamento è così sensuale da dare un piacere inesauribile solo a guardarla (e non si smetterebbe mai di guardarla): ha il seno sodo, la vita stretta e il monte di venere pronunciato.

Eretta, sta seduta nella posizione del loto completo (padmāsana o vajrāsana) sui dischi della luna e del sole poggiati su un fiore di loto bianco a mille petali. La schiena eretta indica che la sua meditazione è simile al diamante che non vacilla mai. La luna dietro di lei (a mo' di schienale) indica l'accrescimento di una felicità inesauribile.

Il braccio destro è steso col dorso della mano appoggiato al ginocchio, il palmo in avanti nel mudrā del dono supremo, mentre quello sinistro è piegato vicino al corpo con la mano all'altezza del cuore, sempre a palmo in fuori, nel mudrā che dona rifugio e protezione, il pollice e l'anulare uniti nel tenere il gambo di un loto bianco con sfumature azzurre<sup>175</sup> - che si apre vicino all'orecchio sinistro. Questo loto porta 3 fiori: quello aperto simboleggia i buddha del passato, quello socchiuso rappresenta i buddha del presente (e in particolare Śākyamuni) e quello ancora in boccio raffigura i buddha del futuro (e in particolare Maitreya) - buddha dei quali Tara è "la madre".

Ornata di gioielli preziosi, al capo ha una tiara di gemme splendenti, incastonate in una ghirlanda di lotti d'oro aperti fra i capelli; le orecchie sono abbellite da tondi orecchini di metalli preziosi, mentre la gola è ornata sia da una fila di perle che dalla curva sinuosa del collo giunge ai seni eretti sia da una collana che le arriva al ventre girando attorno all'ombelico; porta anche ricchi braccialetti e deliziose cavigliere, e

---

<sup>174</sup> Cioè, nel fiore della giovinezza.

<sup>175</sup> Nell'iconografia, si trova anche il colore blu oppure rosa.

una cintura d'oro. Questa cintura cinge un gonnellino di seta trasparente dai cangianti colori d'arcobaleno e le spalle sono coperte da un esile corpetto di seta bianca intessuta di fili d'oro. E' ornata dovunque con ghirlande di fiori divini.

I suoi ornamenti (vesti di seta e gioielli) simboleggiano padronanza di qualità e di azioni.

Essendo una divinità della longevità (tshe-lha), viene invocata allo scopo di ottenere una lunga vita sia per goderne samsaricamente sia per poter praticare il Dharma più a lungo sia (nel caso di un lama) per poterlo insegnare per maggior tempo. Viene invocata anche quando si è gravemente ammalati.

E' la dea protettrice della Mongolia.

Con Tara Bianca è identificata Mandāravā, una partner mistica di Padmasambhava e yi-dam di lunga vita.

Altre varianti di Tara Bianca sono:

Āryajāṅgulī, Cintamatra Cakra o Cintacakra (Yid-b'zin 'khor-lo), Ṣaḍbhuja-sita-tārā (o Śukla-tārā), Sitātapatrā (Aparājitā), Uṣṇīṣa-sitātapatrā, Uṣṇīṣa-vijayā.

A proposito dell'attività specifica di Tara Bianca, viene riferito questo episodio. Un ghesce<sup>176</sup> della Scuola bKa'-gdams-pa fece una volta un sogno in cui vedeva il sole sorgere ad ovest e tramontare ad est. Interpellò un lama, che gli disse che si trattava di un sogno di cattivi presagi, essendo un segno di morte. Preoccupato, il ghesce andò a consultare un chiromante, che - in base alle linee della sua mano - gli dichiarò che gli restavano solo 3 anni di vita. Spaventato da questa prospettiva, andò quindi da un lama e gli spiegò che avrebbe voluto consacrare quel poco tempo che gli restava da vivere ad una pratica che lo portasse rapidamente all'Illuminazione.

“Tu ti preoccupi inutilmente - gli rispose il lama. - Esiste una pratica di Tara Bianca che permette di prolungare la vita. Falla, e tutto andrà bene”. Il ghesce seguì così bene il consiglio che ebbe subito una visione della divinità, che gli dichiarò che avrebbe vissuto fino a 60 anni.

Quando si avvicinò il 60° anno, egli volse di nuovo la mente verso Tara, che gli apparve ancora, dicendogli che - se avesse realizzato una Sua statua - avrebbe guadagnato altri 10 anni di vita. E così avvenne.

A 70 anni d'età si ripeté la stessa cosa: invitato a realizzare una nuova statua, ottenne altri 10 anni supplementari. Giunto così all'80° compleanno, furono ben 15 gli anni che poté ottenere in più: morì a 95 anni.

Il suo mantra è OM TĀRE TUTTĀRE TURE MAMA ĀYUR PUṆYE ṢṆĀNA PUṢṬIṀ KURU[YE] SVĀHĀ<sup>177</sup>:

esso è composto da quello delle “10 sillabe” nel quale sono intercalate altre parole che significano:

--Mama = io, me stesso<sup>178</sup>;

--Āyur o āyuh = durata della vita;

--Puṇye = virtù, merito;

<sup>176</sup> dGe-bśes: titolo accademico del livello culturale più alto attribuito a chi ha completato gli studi accademici nelle università monastiche ed è stato qualificato idoneo per l'insegnamento del buddhismo.

<sup>177</sup> Traslitterazione tibetana del sanscr. OM TĀRE TUTTĀRE TURE MAMA ĀYUḤ-PUṆYA-JṆĀNA PUṢṬIṀ KURU SVĀHĀ. In tib. si trova anche ĀYUḤ in luogo di ĀYUR; SVĀHĀ si pronuncia “soha”.

<sup>178</sup> Al posto di “mama” si userà il termine “dana” o “guru” se la pratica è fatta a vantaggio rispettivamente di un nostro benefattore o del nostro Lama - anziché a nostro vantaggio personale.

--Zñāna = intelligenza superiore, saggezza;

--Puṣṭim kuru[ye] = possano aumentare.

Pertanto, il senso dell'intero mantra è:

“Corpo, parola e mente di Tara, liberatrice, completa e veloce liberatrice, che la durata della mia vita, la mia virtù e la mia saggezza possano aumentare! Così sia.”

## 21) SITA-VIJAYA

(rNam-rgyal-ma)

La “Bianca vittoriosa” (o, in tibetano, “La completamente vittoriosa”) è quell'aspetto di Tara a cui - come abbiamo visto - si riferisce la strofa 18 della “Lode a Tara in 21 omaggi”.

## 22) ŚRĪ-DEVĪ

(dPal-ldan Lha-mo)

"La Dea gloriosa" è una "dharmapālī trascendente il saṃsāra", venerata da tutte le Scuole tibetane. In particolare, è la protettrice della Tradizione dGe-lugs-pa e divinità tutelare dei Dalai Lama e Pancen Lama, di Lha-sa, di bKra-śis-lhun-po e dello Stato tibetano.

Talora considerata manifestazione irata di Tara<sup>179</sup>, è di color nero o blu, dall'aspetto feroce di un'orribile megera, nuda, con una testa trioculata dai capelli fiammeggianti e pieni di serpenti, con due o quattro braccia e due gambe. Siede lateralmente in groppa a una mula bianca lanciata al galoppo sopra il mare di sangue dei nemici uccisi; essa ha un occhio sulla coscia sinistra. A questo proposito, va detto che la dea, in una delle sue vite passate, fu la moglie del re dei rākṣasa, specie di orchi che abitavano l'isola di Śrī Laṅka. Desiderosa di convertire il suo popolo al buddhismo, fece la promessa di sacrificare suo figlio nel caso in cui non fosse riuscita a convincere il re. Avendo sfortunatamente fallito nei suoi tentativi, dovette uccidere il figlio e fece una sella con la sua pelle<sup>180</sup>. Suo marito, mentre lei fuggiva, le scoccò una freccia, che raggiunse la parte posteriore della sua cavalcatura: la ferita si trasformò in occhio.

La dea porta numerosi attributi, di cui 8 sono dei doni degli dèi dell'India vedica, desiderosi di renderle omaggio:

--il parasole di piume di pavone aldisopra della sua testa le fu regalato da Brahmā;

--il sole e la luna (all'ombelico e tra i capelli) da Viṣṇu;

--il leone nell'orecchia destra da Kubera;

--il vajra da Indra;

--l'ornamento fatto di più teste di cobra dal re-serpente Nanda;

--il parasole di pelle di leone da Vaiśravaṇa;

--la campana da divinità del cielo;

--il parasole di pelle di tigre da divinità del suolo.

---

<sup>179</sup> Nell'induismo è considerata emanazione di Sarasvatī.

<sup>180</sup> La copertura della sella è invece costituita dalla pelle di un malvagio yakṣa da lei sconfitto.

A seconda delle forme che essa adotta, Śrī Devī presenta i seguenti attributi e relativi simbolismi:

- l'ombrello di penne di pavone sopra il suo capo sta a significare che Devī è insensibile ai veleni come il pavone (capace di tollerare qualsiasi tipo di veleno);
- essa porta un mantello fatto con la pelle di una capra nera: mancanza di attaccamento ai beni materiali;
- un collier di teste umane: vittoria sui demoni e sulle forze del male;
- un leone nel suo orecchio destro: grande potenza;
- un serpente nel suo orecchio sinistro: dominio sui nāga;
- un tridente: la vittoria sulle forze del male sotto terra, sulla terra e in cielo;
- uno specchio: la verifica del mantenimento dei suoi impegni;
- una kapāla piena di sangue: la conquista del mondo intero;
- una tavoletta (terminante a punta e posta davanti alla copertura della sella) su cui sono incise 3 croci: forse segni di morte;
- due nodi della corda dietro la copertura della sella: servono alla dea per bloccare i nemici del Dharma per poi ucciderli; oppure indicano la lunghezza della corda, che simboleggia la lunghezza della vita.

La mula che la dea cavalca, proveniente dall'accoppiamento di un asino e di una cavalla, non è né l'uno né l'altra: simboleggia il Mādhyamika, la via di mezzo, che non propende né per l'eternalismo né per il nichilismo. Inoltre, come una mula è sempre sterile, così la Via di mezzo non dà luogo ad alcuna produzione nel saṃsāra.

La dea possiede poi 5 oggetti magici, attaccati ai fianchi di questa mula:

--il bastone dei demoni (un bastone squadrato sui cui lati sono incise delle linee che s'incrociano) le permette di annientare gli spiriti demoniaci;

--la borsa delle maledizioni rosse con cui essa getta il malocchio sui nemici del Dharma;

--un dado nero ed uno rosso le permettono di determinare il karma legato ad un individuo o ad una situazione, o servono a tirare a sorte il tempo di vita rimasto;<sup>181</sup>

--il sacchetto delle malattie, fatto di pelle umana malata (ad es., di un lebbroso): la dea ha inghiottito per compassione tutte le malattie e ha messo l'eccedenza in questo sacco, di cui si serve talvolta trasmettendone le malattie ai nemici del Dharma;

--il gomitolino di filo, fatto da una treccia di 5 fili di altrettanti colori, che essa utilizza per legare i nemici del Dharma.

Quando la dea è raffigurata a *2 braccia*, con la mano destra brandisce un bastone la cui impugnatura è un vajra, oppure una bacchetta di legno di sandalo (daṇḍa) con in cima il teschio e i gioielli, simbolo della sua funzione di giudice dei nemici del Dharma; con la sinistra - atteggiata nel gesto di esorcizzazione (karaṇamudrā) - tiene una kapāla. Un altro suo nome è Rematī (Re-ma-ti)<sup>182</sup>;

--quando ha *4 braccia*, regge un coltello ricurvo, una kapāla, un tridente ed un'arma detta "shagti" (una specie di lancia); oppure: un tridente, un pugnale rituale, uno specchio e un laccio; oppure ancora: una kapāla, una spada (la cui impugnatura è uno scorpione), un tridente e un khaṭvāṅga. Quest'ultimo aspetto - particolarmente venerato dai bKa'-brgyud-pa - è detto Vetālī (Dud-sol-ma, "Fumo di carbone")<sup>2</sup>.

<sup>181</sup> Dei dadi - ma in numero di 3 - sono pure utilizzati dai lama per fare delle divinazioni nelle quali viene interrogata Śrī Devī.

<sup>182</sup> Secondo alcune tradizioni, Rematī e Vetālī non sono due aspetti della stessa divinità, ma due sorelle, qualificate entrambe come "Śrī Devī".

Talora davanti a lei danza la ḍākinī Makaravaktrā (o Makaramukha), che conduce la mula di Devī tenendola per la briglia costituita da un serpente velenoso, mentre aggrappata alla coda del quadrupede vi è la ḍākinī Siṃhavaktrā (o Siṃhamukha), che regge una mannaia e una kapāla. Entrambe le ḍākinī indossano fluttuanti pelli di yakṣa antropomorfi.

Sue compagne sono le dee bsTan-ma bCu-gñis.

### 23) ŠUKLA-TĀRĀ

Vedi Ṣaḍ-bhuja-sita-tārā.

### 24) TĀRĀ CITTAMAṆI

Il nome significa “Gioiello della mente”.

Alcuni secoli fa, Tara apparve in una visione a un grande yogi tibetano, il 1° Tag-phu rDo-rje-‘chaṅ (Kedrup Cempo Tagpu Rinpoce), che era un’incarnazione di Vajradhara e che era nato sotto la benedizione di Tara (da cui fu sempre protetto). Essendo un realizzato, aveva il potere di vedere la dea e di riceverne le istruzioni; pertanto Tara gli trasmise 13 insegnamenti (“Le 13 apparenze incontaminate”), che servono a raggiungere lo stato illuminato di Tara stessa: tra cui una particolare meditazione basata sull’anuttarayogatantra, nella quale si visualizza il “maṅḍala del corpo” della dea. La pratica di Tara Cittamaṇi è quindi unica rispetto alle altre sādhana di Tara, che invece si collocano a livello del krīyatantra.

Il “maṅḍala del corpo” suddetto raffigura la dea, di color verde, ad un volto e due braccia, nei cui 5 cakra risiedono vari suoi duplicati (o emanazioni) di diversi colori:

al centro del cakra della sommità del capo (composto di 32 raggi) c’è un duplicato bianco di Tara, come pure ad ogni estremità superiore dei raggi;

al centro del cakra della gola (composto di 16 raggi) risiede un duplicato rosso di Tara, come pure ad ogni estremità superiore dei raggi;

al centro del cakra del cuore (composto di 8 raggi) si trova un duplicato blu di Tara, come pure ad ogni estremità superiore dei raggi;

al centro del cakra dell’ombelico (composto di 64 raggi) c’è un duplicato giallo di Tara, come pure ad ogni estremità superiore dei raggi;

al centro del cakra del “luogo segreto” (composto di 32 raggi) c’è un duplicato verde di Tara, come pure ad ogni estremità superiore dei raggi.

I colori suddetti corrispondono rispettivamente a quelli di Vairocana (“Saggezza simile allo specchio”), Amitābha (“Saggezza discriminante”), Akṣobhya (“Saggezza della conoscenza del Dharmadhātu”), Ratnasambhava (“Saggezza dell’uguaglianza”) e Amoghasiddhi (“Saggezza che tutto realizza”).

### 25) UGRA-TĀRĀ

Vedi Mahācīna.

### 26) UṢṆĪṢA- SITĀTAPATRĀ



(gDugs-dkar-can-ma, [Phyag-ma] gDugs-dkar)

la dea "dal parasole bianco" è una Bodhisattva Celestiale, di color bianco, dalla testa trioculata e due braccia, con la mano destra in abhayamudrā (gesto di incoraggiamento) o in śramanamudrā (gesto di rinuncia), mentre con la sinistra regge l'ātapatra (parasole). E' seduta in dhyānāsana o padmāsana.

Il parasole è simbolo di buon augurio: come esso ripara dai raggi ardenti del sole, così la funzione di questa dea è di proteggere dai danni, dalle ingiustizie e dalle energie negative della magia nera, degli incantesimi, delle guerre ed altre sventure.

E' una manifestazione di Tara Bianca (Sitātārā).

Ha varie forme, di cui le principali sono:

a) Sitātapatrā Aparājitā (cioè 'invincibile'): a 3 volti trioculati e 6 braccia;

b) Sitātapatrā a 1000 braccia, 1000 visi, 1000 gambe: esprime le infinite capacità di azione compassionevole incarnate in un'apparenza femminile (che è l'equivalente di "Avalokiteśvara dalle 1000 braccia", cioè la sua controparte femminile). I visi trioculati di questo yi-dam si dispongono in 4 colonne di altrettanti colori: bianco (al centro), giallo (a destra), verde (a sinistra) e rosso (nella parte posteriore del corpo); vi è inoltre una fila di visi blu sopra la sua testa centrale. Vi sono 3 occhi nel palmo di ogni mano e sotto la pianta di ciascun piede. Le mani possono essere prive di attributi oppure tenere degli oggetti che variano a seconda delle rappresentazioni: ruota del Dharma, freccia, gioielli, spade, lacci, asce, bastoni, ecc. (ad es., le mani di destra reggono delle ruote del Dharma e quelle di sinistra delle frecce). Alla sua spalla sinistra è appoggiato il fusto di un parasole bianco, che simboleggia la sua attività di protezione. Essa calpesta una folla di uomini, demoni e asura, simboli dell'esistenza egocentrica e del saṃsāra pieno di confusione e di sofferenze.

Il suo mantra breve è "Hum mama hum ni svaha!"

Quello lungo è "Om sarva tathagata anika Sitatapatra hum phat! hum mama hum ni svaha!".

## 27) UṢṆĪṢA-VIJAYĀ

(gTsug-tor [rNam-par-rgyal-ma], rNam-rgyal-ma)

"L'uṣṇīṣa vittoriosa" (o "La vittoriosa tramite l'uṣṇīṣa") - detta anche semplicemente Vijayā (rNam-rgyal-ma) - è una divinità femminile indiana adottata dal Vajrayāna, una Bodhisattva Celestiale che fa parte dei 5 Buddha Uṣṇīṣa.

Il termine "uṣṇīṣa" non si riferisce al suo aspetto fisico, ma al modo in cui il suo mantra venne enunciato. In certi casi infatti i mantra non erano enunciati dalla bocca del Buddha, ma uscivano miracolosamente dalla sua protuberanza cranica. Le divinità, il cui mantra fu enunciato in tale modo, hanno - per ricordare l'avvenimento - il termine "uṣṇīṣa" nel loro nome.

E' simbolo della suprema consapevolezza buddhica, dato che l'uṣṇīṣa è la sede della saggezza illuminata. Pertanto, viene spesso denominata "madre di tutti i buddha".

Questo yi-dam è un'emanazione di Vairocana (e quindi appartiene alla sua Famiglia) o di Tara Bianca (Sitātārā).

A) La sua pratica concede la longevità (tshe-lha) e la dea viene spesso raffigurata insieme ad Amitāyus e a Tara Bianca<sup>183</sup>. Essa inoltre purifica il cattivo karma, cioè le negatività di corpo, parola e mente.

Viene raffigurata seduta in padmāsana (o vajrāsana) su un trono di loto, spesso all'interno della cupola centrale di uno stūpa (per indicare che essa è l'emanazione della mente di tutti gli esseri illuminati<sup>184</sup>), d'aspetto pacifico, di color bianco, con 3 teste trioculate e 8 braccia. Il volto centrale è bianco, quello di destra è giallo, il sinistro è blu. I 3 occhi indicano che essa è dotata della visione derivante dalla saggezza trascendente (di cui è custode).

Partendo dall'alto, la 1<sup>a</sup> mano destra regge un doppio vajra all'altezza del cuore (per indicare l'indistruttibile assoluto che permea di sé ogni cosa); la sinistra corrispondente è nel mudrā della minaccia e tiene un laccio-vajra (per trascinare i deboli che da soli non hanno la forza di seguire il Dharma);

-la 2<sup>a</sup> sostiene (all'altezza della spalla) un loto su cui siede una piccola immagine di Amitābha (oppure regge la sillaba-seme HRĪ); la sinistra corrispondente è nel mudrā di concedere protezione dalla paura;

-la 3<sup>a</sup> tiene una freccia e la sinistra corrispondente regge un arco. Entrambe le mani sono nel gesto di esorcizzazione (karaṇamudrā). Freccia ed arco impediscono agli spiriti maligni di avvicinarsi;

-la 4<sup>a</sup> compie il mudrā della suprema generosità (varadamudrā); la sinistra corrispondente è nel mudrā della meditazione e regge un vaso colmo di amṛta o di pietre preziose. Il contenuto del vaso indica che la dea è disposta a dare aiuto spirituale e anche materiale.

Raffigurati generalmente aldisopra di essa vi sono due personaggi denominati Devapūtra ('figlio di deva'), che reggono vasi di amṛta;

B) Uṣṇīṣa-vijayā è anche la dea cui si riferisce la strofa 4 della “Lode a Tara in 21 omaggi”, che - come abbiamo visto - ha un viso, 4 braccia ed è di color giallodorato.

Il maestro indiano Vasubandhu - che aveva una particolare connessione con Uṣṇīṣavijayā - desiderava ottenere la visione diretta di Maitreya, così come aveva fatto il proprio fratellastro Aśaṅga. Tuttavia, poiché da giovane aveva criticato gli insegnamenti mahāyāna, Aśaṅga - che era in comunicazione diretta con Maitreya - gli disse che non avrebbe potuto percepire direttamente questo buddha sino alla vita successiva, salvo affidarsi ad Uṣṇīṣavijayā. Vasubandhu fece così e da quel momento ottenne la visione diretta del futuro buddha.

Il mantra breve è:

“Om drum soha, om amrita ahyur daday soha  
om ah hung tam hri/  
ang ah rakya rakya mam sarwa satam tsa soha”  
o semplicemente “Om̐ bhrum svāhā”.

Questi mantra hanno una grande forza purificatrice e quindi si possono tenere scritti in casa, in ufficio, in automobile o sul proprio corpo.

---

<sup>183</sup> Essa fa parte così di una triade, che viene spesso offerta a lama o a personaggi importanti come augurio di lunga vita.

<sup>184</sup> Lo stūpa è qui considerato come una struttura geometrica che rappresenta l'Illuminazione e come un modello da seguire al fine d'ottenerla. All'interno di esso o attorno ad esso vi sono talora altre divinità, come Avalokiteśvara (bianco) e Vajrapāṇi (blu); e anche Acala, Takkirājā, Nīladaṇḍa e Mahābalā (tutti di color blu).

Per purificare una persona deceduta, si recita il mantra (meglio, quello lungo) 21 volte, poi si soffia su acqua, profumo o talco in polvere, che si benedice col mantra e quindi si sparge tale sostanza sul cadavere.

Questi mantra possono anche essere usati come bandiere di preghiera o negli stūpa. Scritti su una stoffa e posti in cima ad una montagna o su un tetto, quando soffi il vento chiunque è toccato da questo riceverà benedizioni e il suo karma sarà purificato.

## IL DHĀRAṆĪ DI UṢṆĪṢA-VIJAYĀ.

L'”Uṣṇīṣa-vijayā dhāraṇī sūtra” riferisce che quando buddha Śākyamuni risiedeva a Śrāvastī nel giardino di Ananthapindada, nel Cielo Trāyastriṃṣā vi era un deva di nome Susthita che conduceva - come gli altri - un'allegria vita di piacere e di beatitudine, cantando e danzando.

Ma un giorno sentì una voce nello spazio<sup>185</sup> che gli diceva di avere solo 7 giorni di vita, dopo di che sarebbe rinato sulla Terra come animale per 7 vite successive e quindi sarebbe caduto negli inferni; quindi, esaurito il suo debito karmico, sarebbe rinato come essere umano, ma in una famiglia umile e povera, e per di più cieco.

Atterrito da una simile prospettiva, andò da Indra per chiedergli aiuto. Ma costui, non sapendo come soccorrerlo, pensò di rivolgersi al Buddha, a cui riferì il fatto. Improvvisamente, l'uṣṇīṣa del Buddha emanò molteplici raggi di luce, illuminando il mondo in ogni direzione, poi la luce ritornò indietro, circondando il Buddha per 3 volte prima di entrare nella sua bocca. Allora egli sorrise e disse a Indra che vi è un dhāraṇī (mantra lungo), la cui recitazione, visione o ascolto può sradicare tutto il cattivo karma accumulato e le sue conseguenze nefaste e che può porre gli esseri senzienti - di cui allunga la durata della vita per un tempo incommensurabile - sul Sentiero virtuoso, donde rinascono in qualche Terra Pura e da qui ottengono l'Illuminazione. Quindi proclamò il dhāraṇī detto “Dhāraṇī di Uṣṇīṣa-vijayā che può purificare tutti i cattivi sentieri”:

"Namo bhagavate trailokya prativisistaya buddhaya bhagavate.

Tadyatha, om, visuddhaya-visuddhaya, asama-sama samantavabhasa-spharana gati gahana svabhava visuddhe, abhinsincatu mam. Sugata vara vacana amṛta abhisekai maha mantra-pada. Ahara-ahara ayuh sam-dharani. Sodhaya-sodhaya, gagana visuddhe. Usnisa vijaya visuddhe. Sahasra-rasmi, samcodite, sarva tathagata avalokani, sat-paramita, paripurani, sarva tathagata mati dasa-bhumi, prati-sthite, sarva tathagata hrdaya adhisthanadhisthita maha-mudre. Vajra kaya, sam-hatana visuddhe. Sarvavarana apaya durgati, pari-visuddhe, prati-nivartaya ayuh suddhe. Samaya adhisthite. Mani-mani maha mani. Tathata bhutakoti parisuddhe. Visphuta buddhi suddhe. Jaya-jaya, vijaya-vijaya, smara-smara. Sarva buddha adhisthita suddhe. Vajri vajragarbhe, vajram bhavatu mama sariram. Sarva sattvanam ca kaya pari visuddhe. Sarva gati parisuddhe. Sarva tathagata sinca me samasvasayantu. Sarva tathagata samasvasa adhisthite, buddhya-buddhya, vibuddhya-vibuddhya, bodhaya-bodhaya, vibodhaya-vibodhaya. Samanta parisuddhe. Sarva tathagata hrdaya adhisthanadhisthita maha-mudre svaha." <sup>186</sup>

<sup>185</sup> E' l'effetto della propria chiaroveggenza.

<sup>186</sup> Il mantra lungo viene riportato anche nel seguente testo:

“Om namo bhagavatay sarva taylokya parti bishik taya/  
buddha yatay nama/  
tayatha om drum drum drum shodaya shodaya bishodaya bishodaya ahsama samenta/  
awabhasa pranagati gagana sabawa bishuday/  
abikintsen tumam/  
sarva tathagata sugata barabatsana amrita abhikaykara mahamudra mentra paday/  
ahara ahara mama ahyu sam darani/  
shodaya shodaya bishodaya bishodaya gagana sobawa bishuday/  
ushnisha vijaya parishuday sahaya/  
remi sentso ditay/  
sarva tathagata ahwalokini katha paramita paripurani/  
sarva tathagata matay dasa bumi partititay/

Affidò quindi il suddetto dhāraṇī a Indra per il beneficio di tutti gli esseri, dicendogli di trasmetterlo a sua volta a Susthita, che avrebbe dovuto presentarsi al Buddha dopo 6 giorni di recitazione. E così, al 7° giorno, il deva si recò dal Buddha, che non solo gli espose il Dharma, ma gli predisse che avrebbe raggiunto l'Illuminazione.

## 28) VAJRA-TĀRĀ

E' una variante di Bhṛkuṭī. Di color giallo-oro, a 4 volti con 3 occhi ciascuno, dotata di 8 braccia, dimorante al centro di un loto le cui 4 foglie portano altrettante divinità.

Portando una corona con le immagini dei 5 Dhyānibuddha, indica che è un'emanazione di questi, presi insieme e non individualmente.

Difende i suoi fedeli dalle bestie feroci e dai nemici.

## 29) VARADA-TĀRĀ

“Tara che concede le sue benedizioni” è la denominazione di Tara Verde quando viene raffigurata con 4 compagne: Māricī, Ekajaṭā, Mahāmāyūrī e Āryajaṅgulī - che sono tutte sue emanazioni.

## 30) VASUDHARA

---

sarwa tathagata hridaya ahditana ahdititay/  
mudray mudray maha mudray bendza kaya samhatana parishuday/  
sarwa karma ahwarana bishuday partiniwartaya mama ahyur bishuday/  
sarwa tathagata samaya ahditana ahdititay/  
om muni muni maha muni/  
bimuni bimuni maha bimuni/  
mati mati maha mati/  
mamati sumati tataya/  
batakoti parishuday/  
bipta budi shuday/  
hay hay dzaya dzaya bidzaya bidzaya/  
mara mara para para paraya paraya sarwa buddha ahditana ahdititay/  
shuday shuday budday budday bendzay bendzay maha bendzay/  
subendzay bendza garba dzaya garbay bidzaya garbay/  
bendza dzola garbay/  
bendzobaway bendza sambhaway/  
bendza bendzerni/  
bendza mabawatu mama shariram/  
sarwa sato nentsa kaya pari shudir bawatu/  
me sada sarwa gati parishudi tsa/  
sarwa tathagata tsa/  
mam sama shasayentu/  
buddhaya buddhaya siddhaya siddhaya bodaya bodaya bibodaya bibodaya/  
motsaya motsaya bimotsaya bimotsaya/  
shodaya shodaya bishodaya bishodaya/  
samentana motsaya motsaya/  
samenta ramipari shuday/  
sarwa tathagata hridaya ahditana ahdititay/  
muday muday maha muday/  
mahamudra menta paday soha.”

(Nor-gyun-[ma])

Vasudhara, Vasundhara o Basundhara (di cui Basudarinī è una variante) è dea della ricchezza e consorte di Vaiśravaṇa (cioè Kubera o Jambhala). E' la Tara Gialla (sGrol-ma ser-mo).

A) Viene raffigurata come seduta in lalitāsana su un doppio trono di loto, col piede destro appoggiato su un piccolo fiore di loto. E' adorna di braccialetti, orecchini, collane ed altri ornamenti. I capelli sono raccolti in due crocchie a ciascun lato della sua tiara a 3 foglie con un grande diadema centrale.

Ha 6 braccia. La mano destra inferiore è nel “varada-mudrā” (gesto della generosità); quella destra superiore fa il “gesto del saluto” (detto anche “buddhaśramaṇa-mudrā”)<sup>187</sup>, mentre l'altra tiene un covone di grano.

Le sue 3 mani di sinistra tengono una kalaśa (contenente amṛta), un covone di grano e un libro (simbolo della saggezza trascendente).

I suoi mudrā e attributi indicano il suo ruolo di donatrice di ricchezza e di fecondità.

Il suo mantra è:

“Om Tare tuttare ture pushtim kuru om” oppure “Om shri Vasudhara ratna nidhana kashetri svaha”.

Il suo dhāraṇī - che la cita come un'emanazione di Avalokiteśvara - è il seguente:

“Nama Aryavalokiteśvaraya bodhisattvaya mahasattvaya mahakarunikaya tadyatha: Om Tare tuttare ture, sarva dusta pradustan mama krte jambhaya sthambhaya mohaya bandhaya hum hum hum phat phat phat sarva dusta stambhani Tare, svaha.”

Il mantra di Basudarini è: “Om Basudarini soha”.

B) E' la dea cui si riferisce la strofa 11 della “Lode a Tara in 21 omaggi”.

La raffigurazione appartenente al lignaggio di Atiṣa la rappresenta anche di color giallo, con un viso e 2 braccia, pacifica, sorridente e giovane. La mano destra è nel mudrā della suprema generosità e regge un vaso giallo all'altezza del ginocchio; quella sinistra tiene col pollice e l'indice, all'altezza del cuore, lo stelo di un utpala rosso e blu, il cui fiore le arriva all'orecchio sinistro.

E' adorna di sete di vari colori, di ornamenti d'oro e di gioielli, e di una tiara d'oro. E' seduta su un disco lunare e su un loto variopinto, con la gamba destra leggermente protesa in maniera rilassata.

31) VIJAYA

(rNam-par-rgyal-ma, rNam-rgyal-ma)

Il termine - che significa “Vittoriosa” o, in tibetano, “Completamente vittoriosa” è abbreviazione di

- a) Sita-vijaya;
- b) Uṣṇīṣa-vijaya.

<sup>187</sup> La mano è alzata all'altezza della spalla, il polso è rovesciato indietro, il palmo è rivolto verso l'alto e le dita sono voltate verso l'esterno.

