

O caminho do tantra

Série de pequenas notas sobre Tantra, arte, ciência e ritual

por: FERNANDO CARDOSO

“O que existe aqui existe noutra lugar.
O que aqui não existe, não existe noutra lugar”
(*Visvasára Tantra*)

SUTRA I

Mas afinal o que é isto de Tantra? Derivado da raiz tan, esticar, tecer, expandir, livro, tratado, sistema, método, são alguns dos significados. E também, segundo o Kalika Purana, o mais importante texto do Assam do século dez, tantra tem o significado mais prosaico de qualquer rito ou forma de devoção a uma divindade.

Conhecimento sistemático e específico de um método que permite expandir a consciência e as faculdades para realizar o poder espiritual individual, pode ser uma razoável definição de Tantra. Os textos tântricos datam dos princípios da era comum E.C. e são, na quase totalidade, anónimos e escritos em forma de diálogo instrutivo. São de vários tipos como por exemplo Ágama, Nigama, Yámala. Ágama quando Xiva interpela Parvati e Nigama o inverso. Podemos agrupar os tantras originais em 3 partes: os Xiva Ágamas, (relativos a Xiva), os Vaisnava Ágamas ou Pancharátra (relativos a Vixnu) e os Sákti Ágamas (relativos a Sákti energia feminina), além dos Ágama budistas compostos, mais tardiamente, no Tibet.

Os Ágama dividem-se em 4 partes: conhecimento e questões metafísicas aproximando-se, assim, dos Upanishad; Yoga constitui a segunda parte; uma terceira parte que trata do ritual e uma quarta parte relativa à conduta social.

A literatura tântrica desenvolveu-se ao longo de muitos séculos. Há vários textos escritos com ca-

racteres sânscritos do período Gupta o que os remete para E.C. 400-600 ou do xivaísmo de Caxemira dos séculos 9 e 10 E.C e ainda outros até ao século XVIII.

De acordo com a mitologia os lugares sagrados do tântrismo surgiram após o desmembramento, por Vixnu, do corpo de Parvati, a mulher de Xiva. Diz o mito que Xiva ficou muito ofendido porque o seu sogro não o convidou para uma festa e, por isso, queria impedir Parvati de participar. Estalou a discussão conjugal e Parvati, irredutível, assumiu dez formas de dez deusas diferentes, qual delas a mais poderosa, assustando Xiva que a deixou ir. A festa foi muito animada mas os deuses muito criticaram Xiva pela sua soberba e orgulho o que ofendeu mortalmente Parvati que se auto-aniquilou pelo poder do Yoga. Xiva transtornado, transportou o corpo da mulher pelo Mundo fora destruindo tudo à sua passagem. Os deuses nomearam Vixnu para por cobro aquela destruição. Perseguido Xiva, Visnu, com o seu disco, cortou o corpo de Parvati em 51 pedaços que se espalharam na Índia e que se transformaram em centros de peregrinação tântrica, os Sákti Phitas, locais de culto da energia feminina. Em Kamakhya, no Assam caiu a vagina de Parvati (yoni) transformando Kamakhya ou Kamarupa, ainda hoje, num centro vivo do poder imenso de Sakti.

Fim do primeiro Sutra.

Bibliografia:

Ajit Mookerjee, Madhu Khanna. The tantric way. Thames and Hudson, London 1989
Hugh B. Urban. The power of tantra. IB Tauris, New York 2010

“A primavera é um botão de rosa a abrir”

Primavera,
Momento de renovar,
De expirar para fora novos começos,
De inspirar novo alento,
Nova força,
Novo sol,
Novos cheiros, cores e sabores.
Primavera que se sente no corpo,
Primavera que nos acorda de dentro para fora,
Uma energia vital que sobe e ascende,
Uma coluna vertebral que se erige como um girassol,
Alto, amarelo-alegria, em direção ao sol,
À ação,
À regeneração,
Aos campos verdejantes,
Aos céus azuis,
Ao som de água dos rios que recomeçam,
L-e-n-t-a-m-e-n-t-e a correr.
Desponta um botão de rosa no centro do peito,
Cor de rosa,
Suave,
Breve,
Como uma página em branco,
Para escrever um novo capítulo da tua,
da minha,
da inevitável nossa História.

Daniela Ferreira

Associação de Yoga Integral não pára de evoluir

por: DIANA SAMORENO



Primeiro dia de Maio de 2021. Já se tornou lugar-comum brincar e dizer que é igual ao primeiro dia de Maio de 2020. Há pouco mais de um ano o mundo tal como o conhecíamos mudou! Surgindo uma pandemia nós, Humanos, fomos gradualmente sofrendo adaptações e privações que talvez nos estejam a mudar para sempre. Mas em contexto de mudança é importante não ficarmos estagnados e ir evoluindo da melhor forma que nos for possível. O ideal será podermos dizer que não estamos iguais ao que estávamos em 2020. E é isso que está a acontecer na Associação de Yoga Integral de Portugal - AYIP. A nossa Associação não está igual e foi progressivamente reinventando-se para acompanhar toda a instabilidade que se vive e que é transversal a toda a sociedade.

Do presencial passou-se para o online, os abraços físicos passaram a ser olhares virtuais e sorridentes, aproveitando o que a tecnologia nos proporciona. **Nada é permanente e estagnar nunca poderá ser o caminho.**

Também a newsletter da AYIP mudou. Trabalhamos em harmonia e em conjunto para que o resultado seja uma magazine de notícias feito com carinho para que juntos continuemos esta jornada de evolução e transformação. Pretendemos divulgar o que o Yoga tanto pode contribuir para que esta viagem nos possa trazer a tão ambicionada paz em todas as nossas dimensões.

Na AYIP estamos a trabalhar e a evoluir para que vá ficar tudo bem.



Purificações na Primavera

Por estarmos na primavera vimos lembrar a importância de fazer as purificações matinais:

O Jala Neti (limpeza das fossas nasais por irrigação feita com água morna à qual se adiciona um pouco de sal) e limpar língua com um raspador próprio. Também devemos fazer mais **torções e ante flexões** nas nossas práticas diárias.