

Aldo Franzoni

T A R A

LA DIVINA MADRE NEL BUDDHISMO

TIBETANO

I N D I C E

Presentazione
Bibliografia

1. Chi è Tara

- a) L'aspetto esteriore di Tara
- b) L'aspetto interiore di Tara
- c) L'aspetto segreto di Tara
- d) L'aspetto ultimo o assoluto di Tara

2. Le Terre Pure di Tara

- a) Il concetto di Terra Pura
- b) Le Terre Pure di Tara

3. Come agisce Tara

- a) Le tre direzioni in cui opera Tara
 - Dea del Mondo Sotterraneo
 - Dea della Terra
 - Dea dei Cieli
- b) Tara e la Grande Madre
 - La compassione

--La saggezza

4. Tara e noi.

- a) Il culto di Tara
- b) Tara come divinità tutelare
 - La devozione
 - La recitazione del mantra
 - La visualizzazione
 - I benefici della pratica
- c) Il rituale di Tara nella tradizione bKa'-brgyud-pa

5. I Tantra di Tara

- a) I Tantra
- b) Il testo attuale

6. “La lode a Tara in 21 omaggi”

- a) Testo e traduzione della Lode
- b) Il commento alla Lode
- c) Versi relativi ai benefici derivanti dalla Lode
- d) Come recitare la Lode
- e) Una Lode essenziale e condensata

7. Le varie forme di Tara

- a) Le 21 Tara
- b) Le 8 Tara
- c) Le altre manifestazioni di Tara

APPENDICE

1. “Il diadema dei saggi”
2. “Le lodi di Matisāra alle 21 Tara”
3. Breve sādhana di Tara Bianca
4. Una preghiera alla Nobile Tara.

PRESENTAZIONE

Fare uno studio su Arya Tara - dopo le opere che lungo i secoli sono state scritte da studiosi illustri e personaggi famosi - potrebbe sembrare presuntuoso.

Ma l'affetto e la riconoscenza per Tara da un lato e la gioia provata nell'avvicinarmi ai testi sacri dall'altro, mi hanno spinto a scrivere questo lavoro - pur nella consapevolezza d'aver aggiunto ben poco a quanto già detto dagli autori citati nella bibliografia e ai quali sono incondizionatamente debitore.

Bergamo, marzo 2004

BIBLIOGRAFIA in ordine cronologico

1. "Le lodi a Tara : commentario" di ghesce Jampel Senghe Ati - ed. Istituto Lama Tzong Khapa - Pomaia, s.d.
2. "Commentario sulla pratica di Tara Tzittamani" di ghesce Ciampa Lodro - ed. Centro Ghe-pel-ling - Milano, s.d.
3. "The cult of Tara : magic and ritual in Tibet" di S.Beyer - ed. University of California Press - Berkeley, 1973
4. "Le 21 lodi a Tara" a cura di Tubten Donio - ed. Istituto Lama Tzong Khapa - Pomaia, 1977
5. "La sādhana di Tara Cittamani : il particolare guru-yoga di Tara Cittamani chiamato 'La scala che conduce alla Liberazione'" a cura dell'Istituto Lama Tzong Khapa - Pomaia, 1978
6. "Lodi a Tara" (comprendente il testo 'Come praticare la preghiera a Tara' composto da lama Zopa Rinpoce a Dharamsala nel 1982)
7. "Le 21 lodi a Tara : commentario" di ghesce Tenzin Gonpo - ed. Centro Ghe-pel-ling - Milano, 1983
8. "Breve sādhana di Tara Bianca, Yiscin Korlo, la ruota che esaudisce i desideri per la lunga vita" a cura di Chodrup Tsering e Carlo Brigandi - ed. Centro Ghe-pel-ling - Milano, 1985
9. "Il rosario d'oro di Tara' di Taranatha" a cura di Vajranatha - ed. Shangshung - Arcidosso, 1985
10. "In praise of Tara" di M.Willson - ed. Wisdom Publications - Londra, 1986
11. "Offerta dello tzog ad Arya Tara Cittamani" a cura di Chodrup Tsering - ed. Centro Rabten Ghe-pel-ling - Milano, 1987
12. "Sādhana di Tara Bianca dai sette occhi" del ven. Ganchen Tulku Rinpoce - Milano, 1988
13. "Il rituale del maṇḍala, essenza delle due accumulazioni" estratto da "La profonda essenza della Liberatrice (Tara)" a cura di M.Blanchietti - ed. Centro Milarepa - Val della Torre, 1988
14. "Tara, l'energia illuminata" di lama Thubten Yeshe - ed. Chiara Luce - Pomaia, 1988
15. "Immagini buddhiste" di H.W.Schumann - ed. Mediterranee - Roma, 1989

16. "Le 21 lodi a Tara", estratto da "Canti rituali buddhisti" a cura del ven. Thamthog Rinpoce - ed. Ghe-pel-ling - Milano, 1994
17. "La notte a Tara" a cura dell'Istituto Lama Tzong Khapa - Pomaia, 1996
18. "Tara, le divin au féminin" di Bokar Rinpoce - ed. Claire Lumière - Vernègues, 1997
19. "Louange et méditation des 21 Tara" di Gonsar Rinpoce - ed. Rabten - Le Mont-Pèlerin, 2000
20. "Dictionnaire encyclopédique du bouddhisme" di Ph.Cornu - ed. Seuil - Parigi, 2001

Inoltre sono stati utilizzati i dattiloscritti, redatti dall'autore, relativi

- al corso su Tara, tenuto dal ven. Gonsar Rinpoce a Milano nel 1982 ;
- all'iniziazione di Tara Bianca, conferita da ghesce Ciampa Lodro a Milano nel 1982 ;
- all'iniziazione di Tara Cittamani, conferita dal ven. Thamthog Rinpoce a Milano nel 1987.

T A R A

LA DIVINA MADRE NEL BUDDHISMO

TIBETANO

1. CHI E' TARA

Tara (in sanscrito : Tārā ; in tibetano : sGrol-ma) è una delle dee più amate e venerate dagli appartenenti al "Veicolo di Diamante", la forma tantrica del buddhismo tuttora praticata in Tibet, in Mongolia e in tutta la regione himalayana.

Divinità femminile di origine indiana, è un Bodhisattva Celestiale che personifica la materna ed amorevole sollecitudine dei buddha nel suo aspetto di intervento rapido ed efficiente per proteggere e salvare tutti gli esseri senzienti.

Nella sua raffigurazione più comune - denominata Tara Verde - è rappresentata seduta su di un trono di loto : la sua gamba sinistra è ripiegata (simbolo del controllo sul desiderio e sull'energia sessuale) e la destra è protesa col piede

appoggiato su un piccolo loto più in basso (per indicare che è pronta ad alzarsi per venire in aiuto di tutti gli esseri).

La mano sinistra regge un utpala (loto blu) ed ha il palmo rivolto verso l'esterno, all'altezza del cuore, col pollice e l'anulare uniti e con le altre tre dita erette (a simboleggiare il Rifugio nei Tre Gioielli¹, di cui Tara è un'emanazione).

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 le più alte realizzazioni o siddhi). Anche la mano destra talora tiene per lo stelo un loto blu (simbolo dello scioglimento dei suoi blocchi di energia negativa).

E' straordinariamente bella e ci sorride con amore. Il suo corpo di luce verde smeraldo (che simbolizza la sua capacità di agire) è radioso e trasparente, non è qualcosa di solido e concreto. I suoi indumenti sono di seta celestiale e i suoi ornamenti sono gemme e gioielli stupendi: orecchini, collane, braccialetti, cavigliere... Sul capo porta un diadema splendente, tempestato di pietre preziose, da cui provengono meravigliosi raggi multicolori di luce che offuscano ogni altra sorgente luminosa. Questo ornamento rappresenta 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.

Tutti questi ornamenti emanano una luce che ha il potere di eliminare le sofferenze e le miserie (anche spirituali), apportando prosperità e buona fortuna a chi invoca la dea.

Sul suo capo c'è l'uṣṇīṣa, che è la protuberanza cranica che viene a chi ha perseguito un giusto e virtuoso comportamento per milioni e milioni di anni: si tratta pertanto di uno dei 32 contrassegni principali che adornano il corpo d'un buddha, risultato dell'accumulazione di grandissimi meriti.

Tara dunque è una figura divina e, in particolare, è un Bodhisattva Celestiale o Trascendente (come Avalokiteśvara, Mañjuśrī, Vajrapāṇi). Questi Bodhisattva non sono i comuni seguaci del buddhismo Mahāyāna (o "Grande Veicolo") che - avendo sviluppato "bodhicitta"² - si sforzano di raggiungere la completa Illuminazione per poter essere poi di beneficio a tutti gli altri esseri senzienti, guidandoli alla stessa meta. I Bodhisattva Trascendenti sono invece già dei buddha veri e propri, ma si manifestano come bodhisattva. Si tratta dunque di esseri perfetti che dentro di sé hanno annientato l'attaccamento, l'odio e l'ignoranza e sviluppato la saggezza e quindi hanno raggiunto il nirvāṇa (cioè la liberazione dal ciclo delle reincarnazioni o saṃsāra), ma che - essendo pieni di compassione - non si privano della possibilità di operare nel mondo per prestare il proprio aiuto finché non saranno salvati tutti gli esseri. Essi ottennero la buddhità innumerevoli eoni prima del nostro universo e fecero il voto di manifestarsi come discepoli di tutti i buddha in tutti i sistemi cosmici al fine di essere mediatori tra quei buddha e la popolazione umana di quei mondi. Il loro inesauribile patrimonio di meriti karmici ed energia positiva li mette

¹ Cioè, il Buddha, il Dharma (la sua dottrina) e il Saṅgha (la comunità dei praticanti).

² "Bodhicitta" è l'intenzione risoluta di realizzare lo stato di buddha, non solo a proprio vantaggio, ma allo scopo di liberare tutti gli esseri dal saṃsāra. In virtù del bodhicitta si diventa "bodhisattva", cioè un essere proteso verso l'Illuminazione.

in grado di liberare l'aspirante alla salvezza dal peso delle sue negatività e di trasmettergli un karma salvifico per rendergli possibile un'Illuminazione più rapida.

I Bodhisattva Trascendenti non sono più soggetti alle leggi naturali. A seconda dell'aiuto che intendono dare, possono assumere qualunque forma fenomenica, moltiplicarsi, apparire contemporaneamente in più luoghi e raggiungere ogni punto della Terra³.

Non ci si deve dunque meravigliare del fatto che Tara sia contemporaneamente un Bodhisattva ed un Buddha. Essa è nel nirvāṇa, ma a causa della sua perfetta compassione non vi scompare in una beata estinzione né cessa di manifestarsi per il beneficio degli esseri senzienti. Illuminata, essa continua a compiere le azioni di un bodhisattva per il bene altrui, usando il potere di un buddha per far sì che ciò effettivamente avvenga ; in tal modo essa è la più perfetta dei bodhisattva.

Ma qual è l'origine di Tara ? qual è la sua natura profonda ? Per cercare di rispondere a queste domande, esaminiamo la sua figura sotto quattro aspetti : esteriore, interiore, segreto ed ultimo⁴.

A) L'ASPETTO ESTERIORE DI TARA.

Il mondo in cui viviamo non è l'unico posto abitato dell'universo, perché vi è un numero infinito di differenti sistemi-di-mondi che ospitano vari tipi di esseri : ci sono esseri senzienti ovunque ci sia spazio e siccome lo spazio è infinito, il numero degli esseri è infinito. Anche il tempo non ha inizio, ma ogni eone (kalpa) è preceduto da un altro eone, all'infinito.

a) Ora, in tempi remoti, in un sistema solare chiamato Viśvaprabha (in tib. sNats-hogs-pa'i 'Od, "Luci Variegate"), di molto precedente il nostro attuale universo, viveva il buddha Dundubhi-svara (rñNa-sgra, "Suono di Tamburo")⁵. Un suo discepolo era il sovrano di quel pianeta ; e la figlia di costui era la principessa Jñāna-candra (Ye-śes zla-ba, "Luna di Saggezza"), che nutriva profonda e particolare devozione per la dottrina di quel buddha. Per centinaia di migliaia di miriadi di anni⁶ - lungo una sconfinata serie di successive rinascite - essa si applicò ai suoi insegnamenti e per lo stesso periodo⁷ offrì ogni giorno un'enorme quantità di gioielli e stoffe preziose⁸ al Buddha ed alla sua Comunità, formata da un incommensurabile numero di monaci e di praticanti hīnayāna (śrāvaka) e mahāyāna (bodhisattva).

Alla fine, sorse in lei la determinazione di diventare un buddha: decise quindi di prendere i voti di bodhisattva alla presenza di Suono di Tamburo (cioè, generò bodhicitta, promettendo di raggiungere l'Illuminazione per il beneficio degli esseri). Riconoscendo il suo grande potenziale spirituale, i monaci si rallegrarono assai di

³ Per visualizzare queste proprietà, l'arte himalayana li rappresenta di solito con la corona a 5 punte, che caratterizza le entità non soggette alle leggi di natura, e in alcuni casi con più volti, più braccia e più aspetti.

⁴ Infatti, come per tutti gli altri yi-dam, Tara esiste a vari livelli e possiede i suddetti 4 diversi aspetti.

⁵ "Suono di Tamburo" è un epiteto del dhyānibuddha Amoghasiddhi. In altre fonti il buddha Dundubhi-svara è chiamato Bhagavan Tathāgata Turya o Tūryya.

⁶ I dati sono diversi a seconda dei testi: uno di essi parla di 10.100.000 anni, altri citano un numero formato da 1 seguito da 12 zeri. A quell'epoca la gente viveva in media almeno 80.000 anni.

⁷ Per altri testi, la raccolta e l'offerta di grandi ricchezze durarono solo 500 anni.

⁸ Le offerte che essa preparava ogni giorno erano come valore paragonabili a tutte le cose preziose che riempiono una distanza di 2 (o, per altre fonti, 12) yojana in ognuna delle 10 direzioni. Uno yojana misura circa km. 3,280 oppure 7,400 a seconda delle tradizioni.

questa decisione e - considerando che stava per accumulare molto merito con quest'azione - le consigliarono di pregare per ottenere in una vita futura un corpo maschile (divenendo così un grande maestro) che le permettesse di servire gli esseri - come pure il Dharma - molto meglio che in un'esistenza femminile⁹. In tal modo, dedicandosi al massimo delle sue possibilità al compimento di azioni meritorie, avrebbe potuto procedere verso il raggiungimento dell'Illuminazione.

Si dice che essi le parlarono molte volte in tal modo, per cui ne nacque una discussione. Alla fine, la principessa - un po' rattristata per la loro ristrettezza mentale e dando prova di profonda intuizione della realtà ultima dei fenomeni - rispose: "In questa vostra affermazione non c'è saggezza. A livello di verità assoluta non esiste rinascita, perché non c'è in realtà alcun individuo auto-esistente che possa rinascere. E anche queste definizioni e concetti dualistici di "maschio" e "femmina" sono erronei: solo gli stolti legati alle cose del mondo cadono in questa illusione perché la natura ultima dei fenomeni è la Vacuità¹⁰." Detto ciò, formulò un ulteriore voto: "In verità, molti sono coloro che desiderano l'Illuminazione puntando sulla rinascita come uomini ed in passato ci sono stati molti buddha che divennero tali sotto forma di uomo, mentre nessuno lo fu finora sotto forma di donna e nessuno operò per il bene degli esseri senzienti sotto un aspetto femminile; per cui prendo l'impegno di diventare io stessa un buddha dall'aspetto femminile: senza sosta lavorerò come donna per il beneficio di tutti gli esseri senzienti sino alla fine del saṃsāra."

In seguito, per milioni di anni essa rimase al palazzo reale di suo padre, dove visse correttamente, sottomettendo le emozioni perturbatrici (quali l'odio e l'attaccamento) e godendo dei beni e delle situazioni della vita, ma senza esserne coinvolta¹¹. Meditando in uno stato di profonda concentrazione e presenza mentale focalizzata sulla Vacuità, giunse al riconoscimento che tutte le cose, le persone e gli eventi sono non-prodotti¹²; grazie poi a tale realizzazione raggiunse la chiarezza, il potere di guarire e la capacità di porre centinaia di migliaia di miriadi di esseri sul Sentiero spirituale, liberandoli dalla loro mentalità mondana e dai pensieri samsarici. In altre parole, la sua pratica le permise di realizzare la verità ultima e di raggiungere uno stato di concentrazione particolare detto "Viśvāntara samādhi" ("Che libera tutti gli esseri"). Essa assumeva ogni giorno l'impegno seguente: "Al mattino, prima di colazione condurrò due milioni¹³ di esseri senzienti alla comprensione che i fenomeni sono non-prodotti¹⁴, altrimenti non farò colazione; e prima di pranzo condurrò due milioni di esseri senzienti a quel riconoscimento, altrimenti non pranzerò; e prima di cena condurrò due milioni di esseri senzienti a quel riconoscimento, altrimenti non cenerò." E in effetti, finché non si verificava quanto si era proposto, essa si asteneva ogni volta dal cibo¹⁵.

Il Tathāgata Suono di Tamburo allora - vedendo tutto ciò - fece una profezia secondo la quale, nei tempi a venire, quella principessa sarebbe diventata un buddha

⁹ E' convinzione dell'Hīnayāna che per arrivare all'Illuminazione sarebbe necessaria l'ordinazione monastica e la rinascita in un corpo maschile.

¹⁰ Sulla Vacuità, v. a pag. 13.

¹¹ Non è male fruire delle cose o delle situazioni ed essere felici: il guaio è l'attaccamento a ciò che ci procura la felicità.

¹² Se la natura ultima di ciò che esiste è la Vacuità, ne deriva che ogni distinzione che noi facciamo nella nostra realtà empirica e relativa, è illusoria a livello di verità assoluta: per cui ogni fenomeno non nasce (non è prodotto) né muore (non si estingue).

¹³ Per altri testi, il numero è pari a 1 seguito da 12 zeri.

¹⁴ Cioè, li portava allo stato di ārya.

¹⁵ Ogni impegno dev'essere rafforzato da una sanzione qualora esso venga trasgredito: in questo caso, dal digiuno. Il digiuno riveste anche un'importanza purificatrice e rituale.

perfettamente illuminato in forma di donna, e il suo nome sarebbe stato cambiato in TARA. E così avvenne : essa continuò in quelle pratiche per vite e vite, coltivando gradualmente una stretta connessione con Avalokiteśvara¹⁶ - che divenne il suo “guru-radice”¹⁷ - finchè, ottenuta l’Illuminazione sulla base di un corpo umano femminile, fu conosciuta come “Tārā Devī” (‘La divina liberatrice’).

b) Poi, in un’altra era cosmica (il kalpa Vibuddha-vistāra, in tib. rNam-par Saṅgyas rgyas-pa)¹⁸, Tara rinacque nel reame del buddha Amoghasiddhi e davanti a lui fece un altro voto: non solo di manifestarsi come liberatrice, ma anche di distruggere le interferenze di ogni genere. In altri termini, si impegnò a proteggere dai pericoli, dalle paure e dai demoni tutti gli esseri che popolano gli infiniti mondi nelle 10 direzioni dello spazio: per cui entrò in un altro stato di concentrazione speciale, detto “il samādhi che vince completamente i māra (demoni)”.

In tal modo, per 95 kalpa, ogni giorno essa ha potuto indurre nello stato meditativo (dhyāna) centinaia di migliaia di miriadi¹⁹ di capi e guide degli esseri senzienti, liberandoli dalle varie paure interiori ed esteriori; allo stesso modo, ogni notte ha convertito una uguale quantità²⁰ di māra, capi dei deva Paranirmitavāśavartin²¹. In questo senso ha “annientato” un gran numero di māra²² e ha liberato molti esseri dalla loro sofferenza e dalle cause della loro sofferenza. Fece così, di nuovo, il bene di numerosissimi esseri, accorrendo in loro aiuto appena invocata: a causa della rapidità della sua attività, essa fu allora nota col nome di “Turā” (Myur-ma, Pronta o veloce) e “Vīrā” (dPa’-mo, Eroina o coraggiosa).

c) Più tardi, nel corso del kalpa chiamato Asaṅga (in tib. Thogs-pa med-pa, Senza ostruzioni o Assenza di ostacoli), visse un monaco di nome Vimalaprābha o Vimalaprābhāśa (Luce immacolata)²³, che ricevette - da tutti i buddha delle 10 direzioni dello spazio - delle iniziazioni mediante raggi di luce: dapprima, raggi di luce di grande compassione (mahākaruṇā) sono entrati nel cuore di questo bodhisattva, gli hanno conferito la relativa iniziazione ed egli è diventato Avalokiteśvara; in seguito, altri raggi di luce d’una grande saggezza (mahājñāna) sono pure entrati nel suo cuore e gli hanno conferito la relativa iniziazione.

Quindi, per il potere di tali iniziazioni, dal suo cuore si emanarono due tipi di luce (compassione e saggezza) e dal loro compenetrarsi - alla maniera di un padre e di una madre in unione - si è manifestata la forma di Tara: cioè, per effetto di queste due energie iniziatrici, dal cuore di Avalokiteśvara è apparsa Tara, come un germoglio spunta dal loto. Generata dal suo cuore, essa è dunque la sua paredra. Essa ha poi fatto la promessa e assunto l’impegno di assisterlo ed aiutarlo a compiere il bene degli esseri senzienti nel corso di quel kalpa, proteggendoli dalle 8 grandi paure e dalle 16 paure minori.

¹⁶ E’ il Bodhisattva che personifica la compassione infinita, cioè rivolta imparzialmente a tutti gli esseri senzienti.

¹⁷ “Guru-radice” o “Lama-radice” è - in generale - il nostro principale Maestro spirituale, col quale si ha una connessione particolare, anche perché il suo insegnamento risulta particolarmente efficace nel disciplinare la nostra mente.

¹⁸ I nomi variano a seconda dei testi: secondo alcuni, qui il kalpa è denominato Apratibaddha o Apratigha.

¹⁹ Alcuni testi indicano un numero pari a 10¹⁷.

²⁰ Alcuni testi indicano un numero pari a 10¹².

²¹ Questi deva abitano il livello più alto del Kāmadhātu (Mondo del desiderio).

²² Tara è pertanto nota anche col nome di “Colei che ha ottenuto la vittoria sui māra”.

²³ Il suo nome è anche riportato come Vimala-jyotis-prābha (Bagliore di luce immacolata).

d) Durante il kalpa detto Mahābhadrā (bZaṅ-po chen-po, Molto fortunato) Tara predicò il tantra, insegnando come essa appare nello stadio di “incoraggiamento” chiamato “Immobile”²⁴.

e) Poi, durante il kalpa detto Asaṅka, avendo ricevuto l’iniziazione da tutti i Tathāgata delle 10 direzioni dello spazio (cioè, avendo raggiunto l’apice della perfezione spirituale), divenne la “Madre che dà vita a tutti i buddha”. Essa è infatti la saggezza che produce l’illuminata consapevolezza di un buddha, eliminando l’ottusità emotiva ed intellettuale. Sotto questo aspetto quindi, Tara è identificata con la Prajñāpāramitā.²⁵

f) Tutto quanto riportato si riferisce ad avvenimenti accaduti in kalpa precedenti all’attuale, in un passato senza inizio. Vediamo ora le manifestazioni di Tara nel nostro kalpa in cui appariranno 1000 supremi nirmānakāya di Buddha - di cui 4 sono già apparse, mentre ora si è in attesa di Maitreya.

Nel Bhadrakalpa, la sua manifestazione è legata ad Avalokiteśvara,

--sia perché questi rivelò il suo tantra sul monte Potala, tantra che venne poi rinunciato da buddha Śākyamuni²⁶;

--sia perché, quando Avalokiteśvara pianse nel vedere che non riusciva a liberare tutti gli esseri dalla sofferenza del saṃsāra, dalle lacrime sgorgate dal suo occhio destro nacque su un loto Tārā, mentre da quelle dell’occhio sinistro nacque Bhṛkuṭī.

Quel Bodhisattva infatti - secondo il “Maṅi bka’-’bum” - aveva preso il voto di liberare tutti gli esseri dal saṃsāra. Un giorno pensò che il saṃsāra fosse finalmente finito, ma poi si accorse che in realtà esso continuava e gli esseri soffrivano: scoraggiato, per la compassione dai suoi occhi caddero in terra due lacrime. Da quella dell’occhio destro spuntò un fiore di loto da cui nacque Tara, da quello del sinistro un fiore di loto da cui sorse Bhṛkuṭī (che è un aspetto irato di Tara)²⁷: le due dee gli dissero che l’avrebbero aiutato a portare a compimento il suo desiderio di sollievo e di salvezza degli esseri senzienti. Così Tara continua, di tanto in tanto, a manifestarsi per il bene degli esseri: per aiutarli e proteggerli, per suscitare ed alimentare la fede nei devoti, essa manifesta varie forme differenti.

Così, nella “Lode a Tara in 21 omaggi” si dice che essa è stata prodotta dalle lacrime di Avalokiteśvara per aiutarlo nella liberazione degli esseri. Per questa ragione Tara porta anche il nome di “Figlia del Sovrano del mondo”, cioè “Figlia di Avalokiteśvara”²⁸.

²⁴ L’Herukatantra fa una divisione cronologica degli insegnamenti tantrici, distinguendoli in 6 “incoraggiamenti”.

²⁵ Dell’argomento se ne riparerà nel paragrafo sull’aspetto ultimo o assoluto di Tara.

²⁶ Come verrà spiegato nel capitolo “I tantra di Tara”.

²⁷ Secondo un’altra versione, dalle due lacrime nacquero Tara Bianca e Tara Verde. La prima immagine di Tara - datata del 6° sec. - la mostra come componente di una triade: Avalokiteśvara è al centro, con Tara alla sua destra (rappresentante la sua compassione) e la sorella di lei, la dea Bhṛkuṭī, alla sua sinistra (rappresentante la sua saggezza). Poiché la compassione è il principale attributo di Avalokiteśvara, Tara fu di gran lunga la più importante delle due dee.

²⁸ Secondo un’altra versione contenuta nel Maṅi bKa’-’bum, un giorno buddha Amitābha decise che - per aiutare gli esseri - occorreva che si manifestasse una divinità avente l’aspetto di un giovanotto. Il suo occhio destro emise allora un raggio di luce bianca (o azzurra), che prese la forma di Avalokiteśvara. Vide anche che era necessaria una dea con l’apparenza di una ragazza e dal suo occhio sinistro sprizzò un raggio di luce verde, da cui nacque Tārā. Entrambi, sotto l’apparenza di Bodhisattva, manifestano la compassione di Amitābha, l’uno sotto una forma maschile, l’altra sotto una forma femminile.

Inoltre, sempre durante il Bhadrakalpa, Tara è intervenuta spesso nella storia del Tibet:

a) uno dei primitivi miti pre-buddhisti racconta che il popolo tibetano deriva dall'unione di una scimmia maschio (di nome Trehu) con un'orchessa (chiamata Tag Sen-mo). Mentre la scimmia era un bodhisattva che venne poi dai buddhisti identificato con un'incarnazione di Avalokiteśvara, l'orchessa venne identificata con una personificazione di Tara. Questo dimostra quanto il culto di Tara fosse diffuso, al punto che i tibetani riferirono ad essa la propria origine, quale loro "madre";

b) una tradizione storicamente importante riferisce che il culto di Tara fu introdotto in Tibet nel 7° sec.. Infatti, il re tibetano Sron-btsan sGam-po (617 - 649 d.C.) - emanazione di Avalokiteśvara -, sposò due principesse straniere, la cinese Kong-j'o (in cin. Wen-ch'en ku-chu) e la nepalese Khri-btsun o Bhṛkuṭī, le quali non solo convertirono il re alla dottrina di Buddha, ma propagarono attivamente il Dharma nel paese d'adozione. Esse furono onorate come incarnazioni della Bodhisattva Tara e successivamente distinte in Tara Bianca e Tara Verde;

c) nell'11° sec., come vedremo in un capitolo successivo, Tara è apparsa varie volte ad Atiṣa, invitandolo anche a recarsi in Tibet;

d) in varie occasioni, come riferito nel paragrafo "Le 8 Tara"²⁹, la dea è intervenuta attivamente nella vita quotidiana dei tibetani. E continua a farlo tutt'oggi, come dimostra questo episodio, avvenuto in tempi relativamente recenti.

Un viaggiatore solitario stava compiendo un pericoloso viaggio attraverso l'altipiano tibetano: esausto e senza cibo, rischiava di morire, quando incontrò una ragazza che pascolava un branco di yak. Essa lo portò nella sua tenda, si prese cura di lui e lo nutrì fino a quando egli non ebbe recuperato le forze. Alla sua partenza, la ragazza gli donò una borsa di provviste. Il viaggio fu molto lungo, ma il cibo ricevuto non si esauriva mai: durò sino a quando l'uomo giunse nella propria vallata. Meravigliandosi di ciò che era successo, pensò che forse quella ragazza era Tara. Quando raccontò la storia al proprio lama, questi lo rimproverò dicendogli: "Certo che era Tara, zuccone! che stupido sei stato a non riconoscerla. Tu devi avere una forte connessione con lei, ma se vuoi rivederla ancora farai meglio a purificare i tuoi difetti mentali, praticando con maggiore intensità."

Va anche osservato che Tara non si limita ad apparire in un unico aspetto, ma - come tutti gli esseri illuminati - ha l'abilità di manifestarsi nel modo più opportuno a seconda di una particolare situazione, assumendo una grande varietà di aspetti per soddisfare le innumerevoli necessità di coloro che devono essere aiutati. Così essa si presenta sotto molte forme, tra cui le seguenti rappresentazioni miracolose:

A) In Tibet si trovano statue o dipinti di Tara che hanno parlato miracolosamente. Uno dei più famosi è un affresco che rappresenta Tara Bianca sul muro del tempio principale di bKra-śis-lhun-po, residenza dei Pancen Lama. A seguito della morte di un Pancen Lama, i monaci compivano dei rituali in suo onore: con la gola stretta per la tristezza, essi facevano fatica a pronunciare il suo nome quando questo si presentava nel testo d'una lode che lo riguardava. Avvenne allora che l'affresco di Tara, sostituendoli ed incoraggiandoli, pronunciò ad alta voce quel nome ogni volta che il testo lo richiedeva.

Un altro caso è quello del grande filosofo e poeta Candragomin (7° sec.). Quando egli compose la sua "Lode alla nobile dea Tara", un'immagine lignea della divinità alzò il proprio dito indice; allora il poeta le chiese perché avesse fatto ciò e

²⁹ Nel capitolo "Le varie forme di Tara".

lei rispose: “Questa tua lode è ben detta”. Da allora essa fu nota come la “Tara dall’indice alzato”.

B) Un altro fenomeno straordinario è la comparsa di "sculture spontanee", cioè raffigurazioni di Tara che - senza intervento umano - appaiono da sole su una parete rocciosa.

A sud della valle di Kathmaṇḍu (Nepāl), non lontano dalla gola in cui Mañjuśrī drenò le acque del lago, si trova il luogo di pellegrinaggio di Parping: sul fianco di una collina, in cui si trova una grotta utilizzata da Padmasambhava per meditare ed accanto al famoso tempio di Vajrayoginī, si trova una roccia levigata da cui gradualmente sta affiorando un'immagine di Tara. Nel 1972 la formazione della dea non era ancora iniziata; nel 1996 la forma di Tara appariva sempre più chiaramente, emanando dalla roccia con un'altezza di circa 30 cm. Sul posto è stato eretto un tempietto per proteggerla e venerarla.

Inoltre, nel centro di Kathmaṇḍu un tempio ospita tre immagini di Tara, di differenti colori: secondo l'officiante che si occupa del tempio, una delle immagini è giunta in volo dal Tibet sino in Nepāl, mentre un'altra gli ha parlato alcune volte.

Infine, non scolpita da mano umana, ma caduta dal cielo, è la statua di Tara, ricavata in una meteorite, che Bokar Rinpoce ricevette in eredità dalla sua precedente reincarnazione e che proveniva dall'Università buddhista di Nālandā (India), risalendo così a più di 1500 anni fa. Oggi si trova a Mirik, in India, nel monastero del suddetto Lama.

Così Tara, la “Pronta e coraggiosa”, la “Figlia del Sovrano del mondo” ha compiuto - nel corso di numerosissimi kalpa - il bene degli esseri manifestandosi in maniere diverse e compiendo varie attività tramite stati di concentrazione particolari.

Tale è - nel regno della manifestazione - la storia di Tara; e da quei tempi lontanissimi essa si dedica senza sosta alla salvezza e alla liberazione di tutti gli esseri samsarici apparendo sempre come un Bodhisattva femminile.

Vi è una duplice etimologia del nome “Tārā” : una, filologicamente più corretta, vede in esso il significato di “stella”, l'altra trae invece simbolicamente da un verbo sanscrito il senso di “traghettatrice, colei che conduce all'altra sponda” e quindi - in senso lato - di “salvatrice, liberatrice” per eccellenza. Salvare è il processo che fa attraversare l'oceano del saṃsāra verso un rifugio sicuro sull'altra sponda, quella del nirvāṇa.

Come abbiamo visto, essa acquisì quel nome come effetto dell'aver liberato innumerevoli esseri senzienti dal saṃsāra, ponendoli nella condizione di puri bodhisattva. Infatti, se è vero che in India la grande popolarità della dea stava piuttosto - a decorrere dal 6° sec. - nel salvare dalle otto grandi paure esterne (dovute a leoni, elefanti, incendi, serpenti, ladri, imprigionamenti, alluvioni, demoni), è anche vero che a queste corrispondono interiormente - come vedremo - altrettante paure connesse con i nostri difetti mentali (orgoglio, illusione, rabbia, invidia, opinioni erronee, avarizia, attaccamento, dubbio), la cui eliminazione ci conduce alla buddhitā.

Dai testi sacri si deduce che Tara non è un'astrazione personificata, ma un buddha perfetto. E poiché il continuum mentale di un buddha non può sorgere improvvisamente dal nulla, ma deve risultare dal precedente continuum di un essere non-illuminato, Tara deve essere stata un tempo una persona ordinaria come noi stessi, che col praticare il Sentiero del Bodhisattva per inconcepibili periodi di

tempo, di nascita in nascita, alla fine arrivò ad ottenere la Perfetta Illuminazione, sotto la guida spirituale di Avalokiteśvara. Come si è visto, in un momento cruciale di tale processo, davanti a un buddha di un remotissimo passato essa prese il voto di bodhisattva di operare per il beneficio degli esseri fino a che il saṃsāra non fosse stato vuoto di questi. Come altri bodhisattva, essa aggiunse a questo voto generico un suo voto personale : che è particolarmente singolare e provocatorio (rispetto all'insegnamento tradizionale secondo cui avrebbe dovuto rinascere solo come maschio) perché essa si consacrò a lavorare spiritualmente per gli altri nell'aspetto di una donna. Fu una scelta deliberata al fine di dimostrare che la persona femminile è almeno valida quanto quella di un uomo per beneficiare gli esseri senzienti ed ottenere l'Illuminazione.

Vi era bisogno di un tale esempio. Infatti, benchè molte donne virtuose (laiche e monache) avessero ottenuto lo stato di arhat³⁰, le rappresentanti del sesso femminile avevano sempre avuto generalmente una condizione inferiore a quella dell'uomo. Così, in molte Scritture si afferma che i più alti stadi non possono esser raggiunti in forma di donna (salvo un paio di casi di elevati Bodhisattva femminili) ; e nel Sūtra del Loto si sostiene che tutti i Bodhisattva nelle Terre Pure sono maschili. Secondo la teoria Hīnayāna, è necessario rinascere come uomini prima di realizzare l'Illuminazione ; e prima di ciò, comunque, è necessario diventare monaco celibe (bhikṣu).

Tara confuta questo punto di vista, che è incompatibile sia con il Mahāyāna - che asserisce che tutti gli esseri viventi sono parimenti dotati del seme della buddhitā - sia col Vajrayāna, cioè col tantrismo - nel quale la donna è onorata come la sorgente della saggezza. Del resto, il grande maestro Guru Padmasambhava ha detto che la base per realizzare l'Illuminazione è il corpo umano : maschile o femminile poco importa. Infine, non si deve dimenticare che le divinità tantriche maschili hanno delle consorti femminili, con le quali sono in unione (yab-yum).

Da un punto di vista storico dunque, Tara fu il primo essere a generare la motivazione di "bodhicitta" e a portarla a compimento con un aspetto femminile, fu la prima donna a realizzare le 6 "pāramitā"³¹ ed infine la prima ad ottenere l'Illuminazione.

B) L'ASPETTO INTERIORE DI TARA.

Benchè tutte le deità tantriche siano dei buddha, con identici poteri e qualità, ciascuna tende peraltro a "specializzarsi" in un settore particolare ; ciò può esser attribuito all'effetto dei voti fatti prima della loro Illuminazione. Così, ad esempio, mentre Mañjuśrī rappresenta la saggezza dei buddha, Tara è la Karma-devī, la Dea dell'Azione perfetta.

La sua natura interiore è dunque l'azione illuminata, l'attività trascendente di tutti i buddha : in altre parole, quando l'attività trascendente dei buddha del passato, del presente e del futuro si manifesta in forma di divinità, appare nella forma di

³⁰ Cioè, la Liberazione dal saṃsāra secondo la visione individualista del Hīnayāna (o Piccolo Veicolo).

³¹ Le virtù trascendenti della generosità, dell'etica, della pazienza, dell'impegno entusiastico, della meditazione e della saggezza.

Tara, la cui qualità specifica è di agire con rapidità per aiutare amorevolmente chi ha bisogno.

E questo suo agire assume due aspetti (che riprenderemo anche in seguito) : la compassione e la saggezza.

a) In qualsiasi difficoltà o circostanza pericolosa, anche in quelle in cui non c'è neppure il tempo di recitare il suo mantra, il devoto deve solo pensare a lei, e lei sarà lì a soccorrerlo tempestivamente con compassione ;

b) nel testo della “Lode a Tara in 21 omaggi” essa è definita anche come “la madre di tutti i buddha”, e ciò ovviamente non in senso fisico ma in quanto saggezza che genera negli esseri samsarici l'illuminata consapevolezza, facendoli diventare dei buddha. Essa cioè rappresenta l'energia femminile che simboleggia la perfetta attività universale dei buddha diretta a risvegliare gli esseri dalla confusione e dall'ignoranza.

In sintesi, si può dire che essa - “la salvatrice” - personifica la rapidità dell'azione divina : azione che consiste nel potere salvifico della saggezza e della compassione. Tara è quindi la forma divina femminile in cui tutti i buddha si manifestano per aiutare gli esseri senzienti a realizzare bodhicitta e ad eliminare le loro interferenze alla pratica del Dharma.

Ecco perché è spesso raffigurata in stretta connessione con il Bodhisattva Avalokiteśvara (il quale è simbolo di compassione) : per cui Tara è l'azione della compassione - infatti, una compassione che non si traducesse in attività non avrebbe molto senso. Il colore verde-smeraldo con cui essa è raffigurata indica tutti i tipi di attività dei buddha : Tara è azione efficace e veloce (compassione attiva) nel portarci il suo sostegno.

Dovunque c'è bisogno di aiuto (anche dove non ci sono buddhisti), Tara è presente. Essa infatti non è legata ad una particolare religione o filosofia : la sua natura è senza confini, onnipervadente ed è presente in tutte le tradizioni ³².

Essa è pertanto una manifestazione dei buddha. Quando si prende Rifugio nei Tre Gioielli, lo si prende anche in Tara - appunto perché è una manifestazione del Buddha. Effettuando il Rifugio in Buddha, non lo si deve prendere solo in Gautama Śākyamuni (che è il buddha storico, un singolo e particolare personaggio storico : anche se a lui va il nostro massimo rispetto e venerazione), ma in tutti i buddha. Buddha è uno ed infinito allo stesso tempo : la natura di buddha è una, ma le sue manifestazioni sono moltissime.

Come le manifestazioni dei buddha possono essere diverse (apparendo talora anche come una persona ordinaria o come un pazzo od un animale - che sono tutti difficili da riconoscere in realtà come buddha), così anche Tara si può manifestare in modi differenti (ad esempio, come uomo od animale) là dove è necessario. Così, ad esempio, accadde in India che un mercante che dal Gujarat si recava nel Rajasthan, arrivò in un deserto infestato dai banditi che uccidevano chiunque passasse di lì ; in preda alla paura, invocò Tara e questa si manifestò come un intero esercito di soldati, il cui solo apparire - senza necessità di alcuna battaglia - spaventò e mise in fuga i predoni.

Dunque, a sua volta, esistono molti livelli o gradi in cui Tara si manifesta. Infatti, essa non è una persona, un individuo, non è una cosa unica : Tara è dovunque (anche un piccolo cerchio di luce può essere la manifestazione di Tara), ma il fatto che siamo privi delle realizzazioni (ottenibili con la meditazione e con la pratica del Dharma e delle azioni positive) ci impedisce di vederla. Pertanto, vi sono in questo mondo miriadi di sue manifestazioni.

³² Così, anche la Madonna dei Cristiani è considerata dai buddhisti una manifestazione di Tara.

Abbiamo detto che la natura interiore di Tara è l'azione illuminata. Ora, le attività dei buddha sono di 27 tipi, che possono classificarsi in 4 categorie: di pacificazione, di accrescimento, di attrazione (o dominio) e di eliminazione (o distruzione). Queste attività raggiungono tutti gli esseri e mostrano loro il sentiero della Liberazione. E così la natura di Tara è tale che può apparire sotto i suddetti 4 diversi aspetti. E poiché a questi tipi di attività corrispondono altrettanti colori (rispettivamente il bianco, il giallo, il rosso, il blu o nero), il corpo di Tara viene raffigurato con queste tinte differenti.

La convinzione che Tara - come tutti i Bodhisattva Trascendenti - può assumere diversi aspetti permise ai buddhisti di individuare numerose varianti della dea. Così, nelle "Lodi a Tara" se ne trovano menzionate 21 (di vari colori, atteggiate in diversi mudrā e ciascuna con un mantra diverso), che sono le principali emanazioni della dea : la forma di colore verde è peraltro quella in cui essa appare più di frequente. Il verde sta a significare che essa è la personificazione in forma femminile dell'attiva compassione di tutti i buddha, cioè della completa e perfetta attività buddhica : esso è il colore che evoca l'energia di crescita delle piante ; in senso più profondo, è il colore che deriva dalla combinazione del giallo del sole interiore dell'Illuminazione con l'azzurro dello spazio infinito della Vacuità.

Quando invece la dea si manifesta come attività buddhica che procura ricchezza (anche interiore), si ha Tara Gialla ; come attività che allunga la vita del devoto, si ha Tara Bianca ; come strumento di saggezza (nel senso che la conferisce a chi ne ha poca), si ha Sarasvatī, mentre Kurukulla è una manifestazione rossa di Tara per concedere potere a chi è debole.

Due di esse, la Tara Verde e la Tara Bianca, figurano anche come le divinità protettrici rispettivamente del Tibet e della Mongolia.

Ciascuna delle suddette 21 emanazioni ha una sua specifica funzione, cioè un'energia particolare per risolvere i vari problemi dei devoti. Infatti Tara ha diverse qualità fisiche, verbali e mentali, corrispondenti a quelle dei buddha e dei bodhisattva. Per cui è dotata anche della saggezza che percepisce la realtà ; e ne è dotata così tanto da potersi manifestare in molti aspetti - a volte pacifici, talvolta irati, talora in diversi colori - per poter aiutare ogni essere senziente.

Così essa può anche apparire come un "protettore del Dharma" (dharmapāla) : ad esempio, come Rematī (raffigurata a cavallo di un mulo). Yaśodhara (a livello ordinario, moglie di Buddha Śākyamuni) era - a livello più sottile - una manifestazione di Tara ; invece Māyā (madre di Śākyamuni) era una manifestazione di Avalokiteśvara : ma in realtà, Avalokiteśvara e Tara sono due aspetti della stessa cosa.

Come variano i colori, varia anche l'espressione di Tara, che può essere pacifica o terrificata. Infatti, essa non è sempre verde, con due braccia e pacifica, ma a seconda del rito può essere irata, con più braccia e di vari colori.

Benchè per sua natura Tara sia pacifica ed il suo viso (attraente come un loto sbocciato) esprima dolcezza e serenità, al fine di sottomettere e sconfiggere le forze del male assume un'espressione fiera, corrucciata ed accigliata per l'ira e lo sdegno contro le negatività. Il nemico da debellare sono tutte le avversità esterne nonché quelle interiori, ossia le contaminazioni mentali che ostacolano l'ottenimento della Liberazione (kleśāvaraṇa) e quelle che impediscono il raggiungimento dell'Onniscienza (jñeyāvaraṇa).

Distruggere un nemico non significa annientarlo, ma vuol dire che la dea trasforma il suo stato negativo, ponendolo - con compassione - nella condizione della Chiara Luce (Vuoto e Beatitudine) : questo trasferimento (che è immediato) da

uno stato di coscienza ad un altro è uno dei modi di aiutare gli esseri senzienti, anzi il più potente.

La dea nel suo aspetto radioso, sereno, beatifico e sorridente rappresenta la saggezza, la compassione, l'armonia e l'equilibrio; quando appare nella sua manifestazione aggressiva, furiosa, terribile, impressionante, spaventosa e minacciosa è ancora la stessa dea ma sotto un nuovo aspetto perché per vincere il male bisogna parlare un linguaggio battagliero e combattivo e scuotere l'individuo dalle fondamenta. Costui, d'altra parte, ha paura di quell'assoluta serenità ed armonia della dea pacifica perché - a causa delle sue negatività - teme che la dimensione nirvanica che essa incarna gli faccia perdere la sua identità personale, dissolvendola: e così vede la dea come minacciosa.

In realtà, le apparizioni pacifiche e furiose di una medesima divinità non sono che due aspetti di una sola ed identica realtà: pace e furore non si escludono a vicenda, ma sono debitori l'un dell'altro, perché se ci si aggrappasse solo alla bellezza e si escludesse il terrore dalla propria mente non si potrebbe pervenire alla non-dualità.

Abbiamo dunque vari aspetti della dea. Tutte queste forme sono usate come basi per la meditazione, ognuna delle quali ha delle diverse corrispondenze con realtà psichiche.

Come vedremo nell'apposito capitolo, le Tara possono esser scelte anche come yi-dam (sia la Bianca, la Verde, la Rossa); anzi, Ārya Tārā è la più popolare divinità di meditazione: e secondo le necessità degli individui, è variamente raffigurata come un'incantevole fanciulla o come una figura materna, bellissima.

Nell'ambito dei tantra, Tara appartiene a quelli delle tre classi inferiori; ma troviamo questa dea anche nell'anuttarayogatantra (che è il tantra supremo) sotto l'aspetto di Tara Cittamaṇi ("gioiello della mente"). Date le qualità di Tara, chi si dedica alla sua pratica può realizzare velocemente l'Illuminazione e, durante la propria vita, può evitare ogni paura e vedere esauditi i propri desideri. In particolare, la profonda pratica di Cittamaṇi facilita la realizzazione del "siddhi supremo" (cioè, l'Illuminazione).

Poco più sopra è stato detto che Avalokiteśvara e Tara sono due aspetti della stessa cosa e ora sembra giunto il momento di chiarire questa asserzione. La connessione tra queste due divinità maschile e femminile è talmente stretta che esse si manifestano rispettivamente talora come marito e moglie oppure come padre e figlia: nel primo caso Tara si trova in posizione paritetica (quale coniuge), mentre nel secondo è in posizione derivata (quale discendente) rispetto al Bodhisattva della compassione. A proposito di quest'ultima situazione, una tradizione ci informa (come abbiamo già visto) che Avalokiteśvara aveva fatto il voto di liberare tutti gli esseri senzienti dalle sofferenze del saṃsāra; ma dopo un tempo lunghissimo - essendosi nuovamente rivolto a considerare la loro situazione - non aveva constatato molti cambiamenti: le sofferenze e le perturbazioni erano sempre le stesse. Profondamente colpito, si scoraggiò e per la compassione dai suoi occhi caddero a terra due lacrime: da quella dell'occhio destro spuntò uno splendido fiore di loto, al centro del quale stava seduta Tara Bianca; da quella del sinistro uscì un analogo fiore, da cui sorse Tara Verde. Le due dee gli dissero di non piangere e l'assicurarono che l'avrebbero aiutato a portare a compimento il suo desiderio di sollievo e di salvezza degli esseri senzienti.

Ciò significa che un aspetto della compassione di Avalokiteśvara viene a specificarsi e ad evidenziarsi, personificandosi in Tara: infatti, mentre Avalokiteśvara rappresenta la compassione di tutti i buddha in generale, Tara - in

quanto derivata da una sua lacrima - ne ipostatizza una funzione particolare e precisamente quella femminile, che consiste nell'aspetto protettivo e materno di tale compassione illuminata ; aspetto che a sua volta - come vedremo - si traduce poi in un'azione di "pronto intervento".

Dunque, l'origine di Tara sembra porsi su due posizioni antitetiche : in una - come abbiamo visto nel paragrafo precedente - essa è figlia di un re, nell'altra essa deriva da Avalokiteśvara. Ma la contraddizione è solo apparente, perché al suo livello (di verità assoluta) non esiste alcun dualismo o contrasto : è solo sul piano della verità relativa del saṃsāra che si fanno tali distinzioni. Infatti, come un medesimo buddha - la cui vera essenza è una sola ed immutabile, la "vacuità" - si manifesta a noi in vari aspetti contemporaneamente, così esso ci appare come avente origini diverse.

Gli esseri illuminati che noi definiamo Bodhisattva Trascendenti, in passato - cioè, *prima di diventarlo* - sono vissuti storicamente in qualche universo come ordinari esseri umani, seguendo per molti eoni il Sentiero spirituale ; ma *in quanto Bodhisattva Trascendenti* - cioè come buddha nel loro aspetto saṃbhogakāya³³ - non sono connessi ad alcun sistema cosmico perché essi risiedono su altri livelli e precisamente nelle Terre Pure. Come tali, non possiedono una forma esterna o un'esistenza oggettiva, tangibile e materiale, ma sono simboli o archetipi o rappresentazioni ideali della buddhità, che è anche la nostra natura più profonda.

Così, da un punto di vista umano (seppure in un'epoca e in un universo diversi dal nostro) Tara nasce come una principessa, mentre se la riguardiamo dal punto di vista divino (che è una dimensione senza tempo e aldilà dello spazio) essa trae origine da un altro Bodhisattva, cioè da Avalokiteśvara. Del resto, la forma (o aspetto) di una divinità non può essere determinata in modo definitivo ed aprioristico, perché è solo la forza del "karma collettivo" degli esseri senzienti (āryabodhisattva o esseri ordinari, a seconda dei casi) che ne stabilisce le caratteristiche. Una stessa quantità di acqua ci può apparire allo stato liquido, solido (come ghiaccio) o aeriforme (come vapore), senza per questo perdere la sua natura di H₂O.

C) L'ASPETTO SEGRETO DI TARA.

Sotto questo aspetto Tara è l'energia sottile dello stato di Illuminazione, cioè l'energia pura di tutti i buddha.

Per comprendere ciò, è opportuno ricordare che noi siamo composti di corpo e mente ; più in particolare, siamo costituiti da 5 skandha o aggregati psico/fisici, di

³³ Vi sono due aspetti principali della condizione di un buddha : il dharmakāya (corpo della verità) e il rūpakāya (corpo della forma). Il primo è la mente di un essere illuminato, priva di forma e libera da ogni difetto, che rimane assorbita nella meditazione sulla diretta percezione della Vacuità e contemporaneamente conosce ogni tipo di fenomeni. Il rūpakāya comprende il saṃbhogakāya (corpo di fruizione) e il nirmāṇakāya (corpo di emanazione) - che sono la forma (o livello) in cui la mente illuminata si manifesta allo scopo di aiutare rispettivamente i bodhisattva altamente realizzati (āryabodhisattva) e gli ordinari esseri samsarici.

Saṃbhogakāya è quindi l'aspetto in cui un buddha si rende percepibile nel regno della sua Terra Pura, rivelandosi (soltanto agli āryabodhisattva) sotto forma di visione divina e sotto forma di comunicazione degli insegnamenti del Dharma : e questa percezione procura beatitudine e godimento.

A livello saṃbhogakāya le principali forme divine sono i 5 Dhyānibuddha e le rispettive Consorti (yum), come vedremo più oltre nel testo.

cui quello della “forma” comprende il corpo e tutte le forme materiali e quindi tutto il mondo visibile e fenomenico, mentre gli altri quattro si riferiscono alla mente. Questi ultimi sono gli skandha :

- della “sensazione” : consiste nelle esperienze del piacere, del dolore e dell’indifferenza ;
- della “discriminazione” : è la qualità mentale che percepisce, distingue e identifica gli oggetti ;
- delle “formazioni mentali” : sono processi e stati psicologici quali l’impulso, la volizione, la fede, la compassione, la saggezza, l’attaccamento, l’odio, l’ignoranza, ecc. ;
- della “coscienza” : che comprende, combina e coordina tutti i fattori precedenti.

Tutto il nostro essere dipende dai 5 skandha, dalla loro interdipendenza : l’io non è qualcosa che sta al di sopra e controlla gli skandha - come normalmente riteniamo per colpa dell’avidyā (ignoranza), che ci fa attribuire alle cose e alle persone un’esistenza indipendente, inerente, a sé stante (che in realtà non è mai esistita).

Il corpo - che, come abbiamo visto, rientra nell’ “aggregato della forma” - esiste a diversi livelli : grossolano e sottile.

a) Per quanto riguarda il corpo *grossolano*, esso è quel composto di carne, ossa, nervi, muscoli, ecc. che formano una struttura statica, anatomica, materiale e visibile.

La sua base materiale - come del resto quella di tutti gli oggetti e fenomeni fisici esistenti - è costituita da 5 “elementi”, chiamati convenzionalmente “terra, acqua, fuoco, aria e spazio”. Essi non vanno intesi nel loro significato letterale, ma simbolizzano le qualità proprie della materia (che alla fin fine è energia), cioè le rispettive funzioni di solidità e stabilità, di fluidità e coesione, di temperatura e irradiazione, di movimento e trasformazione, di non-ostruibilità e potenzialità.

In particolare,

- la “terra” è responsabile della carne, delle ossa, ecc.
- l’ “acqua” lo è del sangue, della linfa, ecc.
- il “fuoco” lo è del calore vitale, della digestione, ecc.
- l’ “aria” lo è del respiro, del battito cardiaco, ecc.
- lo “spazio” lo è degli orifizi e delle cavità fisiche.

Le caratteristiche dei 5 elementi sono presenti anche nella nostra mente :

- la “terra” è la capacità della mente di far da base per tutte le esperienze ;
- l’ “acqua” è la sua continuità ed adattabilità ;
- il “fuoco” è la sua chiarezza e capacità di percepire ;
- l’ “aria” è il suo movimento continuo ;
- lo “spazio” è la sua vacuità illimitata.

b) Per quanto concerne il corpo *sottile*, esso consiste in una struttura dinamica ed energetica, sia con le sue varie funzioni organiche vitali (respirazione, digestione, ecc.) sia con il suo comportamento di azione, parola e pensiero. Questa struttura è composta dalle “nāḍī” (invisibili percorsi strutturali o circuiti obbligati), lungo le quali scorre continuamente il prāṇa, che è chiamato rluṅ in tibetano. Letteralmente questa parola significa “aria”, termine che con riferimento al “corpo sottile” si potrebbe tradurre in senso tecnico con “aria sottile”, la quale in realtà è un’energia :

un'energia che non è statica, ma dotata di movimento, cosicchè spira e soffia come l'aria, cioè si comporta come una corrente o flusso d'aria.

Questa energia sottile è la forza vitale che sostiene le varie funzioni fisiologiche sopra accennate : è a causa del suo movimento che avvengono tali funzioni e da esso dipende completamente la nostra esistenza.

Inoltre, dal punto di vista psichico, essa funge da supporto o base per la coscienza, nel senso che i vari livelli di coscienza (stati mentali grossolani o sottili) dipendono dal rluñ come un cavaliere dal suo cavallo. Il rluñ è inseparabile ed interdipendente rispetto alla coscienza o mente, è l'energia attiva che fa da sostegno e veicolo alla coscienza, la fa muovere e le permette di manifestarsi. Il rluñ quindi è come un ponte che congiunge il corpo grossolano e la mente : è una sostanza intermedia che - partecipando della natura dello spirito e della materia - crea un'interdipendenza fra questi ultimi. Infatti, è tramite il rluñ che la mente sperimenta ciò che accade al corpo, e quindi si può dire che esso è la radice di tutta la realtà samsarica.

Vi sono 10 tipi di rluñ, 5 principali e 5 secondari. Essi sorgono e crescono insieme al nostro corpo fisico nel grembo della madre, fino a diventare tutti completi al momento della nascita. Quando si muore, ciò accade invece perché essi si dissolvono l'uno dopo l'altro : dissolti tutti i rluñ grossolani e le coscienze grossolane, si manifestano il rluñ sottile e la coscienza sottile contemporaneamente alle apparizioni delle visioni bianca, rossa e nera, finchè - cessato l'ultimo respiro - si verifica l'esperienza della Chiara Luce della morte : in quel momento potremo integrare questa Chiara Luce con quella ottenuta mediante la meditazione fatta in vita e pertanto può essere un'esperienza favorevole per ottenere la buddhità ; altrimenti, è un'occasione perduta. Dopo la percezione della Chiara Luce, si ha la separazione della coscienza dal corpo (che è il momento della morte vera e propria) ed inizia l'esistenza nel bar-do ; una volta che quest'ultima è cessata, ciò che entrerà nel ventre della nuova madre saranno ancora il rluñ sottile e la coscienza sottile (che sono sempre congiunti fra loro).

Del rluñ si occupa il tantrismo - che insegna come controllarlo con le meditazioni dell'anuttarayogatantra ; controllando il rluñ, si arriva a controllare la mente (che su di esso si appoggia) fino a raggiungere l'Illuminazione. Infatti, gli skandha e gli elementi - che sono la base dell'esistenza umana - sono anche la base della Realizzazione finale, perché la loro natura è fundamentalmente pura. Essi non vanno considerati come qualcosa a cui si deve rinunciare, bensì - mediante il metodo tantrico della trasformazione - i loro aspetti sottili di rluñ e mente diventano la base stessa della Realizzazione. Questa consapevolezza - che i vari aspetti della realtà samsarica hanno la medesima ed identica natura dei corrispondenti aspetti della realtà nirvanica - dissolve ogni forma di dualità.

Quando si raggiunge l'Illuminazione praticando il tantra, il nostro rluñ grossolano viene lasciato indietro ed il nostro rluñ sottile si trasforma in Tara³⁴ : per cui la natura segreta di Tara è quella del rluñ sottile dell'Illuminazione. Infatti, con l'Illuminazione

--i nostri 5 skandha si purificano trasformandosi nei 5 Dhyānibuddha, cioè lo stato puro dei 5 skandha si rivela e si manifesta come Vairocana, Ratnasambhava, Amitābha, Amoghasiddhi e Akṣobhya ;

--i nostri 5 elementi (terra, acqua, fuoco, spazio, aria) si purificano trasformandosi nelle 5 consorti o partner (yum) dei Dhyānibuddha , ossia la

³⁴ E siccome tale rluñ è di aspetto verdastro, il colore più generale di Tara è il verde.

condizione pura dei 5 elementi si rivela e si manifesta come 5 dee : Pāṇḍarā, Māmakī, Locanā, Vajradhātveśvarī e Tara Verde (che è appunto la trasformazione dell'elemento aria, cioè del nostro rluṅ). In tale contesto, Tara è la partner del Dhyānibuddha Amoghasiddhi, che rappresenta lo skandha puro delle "formazioni mentali".

Tara appartiene dunque alla Famiglia di Amoghasiddhi, ma - quale espressione della grande compassione (simboleggiata da Avalokiteśvara) - essa appartiene anche alla Famiglia del Loto. E' per questo che viene generalmente rappresentata come incoronata da Amitābha, il signore di tale Famiglia. Possiamo dire che in rapporto alla compassione, Tara è un *Bodhisattva*, così come Avalokiteśvara: essa è indivisibile da costui - che rappresenta la compassione di tutti i buddha - perché ne è la parte complementare femminile, simboleggiando l'aspetto attivo e dinamico di quella compassione.

Ma poiché Tara ha anche raggiunto la completa padronanza della pāramitā della saggezza³⁵, è pure un *Buddha*, e precisamente la controparte femminile (yum) del buddha che rappresenta la "saggezza che tutto compie", cioè di Amoghasiddhi (con cui dunque Essa viene messa in relazione).

Dunque, Tara è la manifestazione dello stato puro dell'elemento aria, dalla cui natura (che è movimento) sorge l'energia. Poiché quindi la manifestazione dell'energia degli elementi dipende dalla natura dell'elemento aria, nelle Scritture esso è il più importante degli elementi. L'aria rappresenta la funzione (il principio e la qualità) attiva e dinamica del movimento, del ritmo e del respiro (prāṇa) che dà la vita : tutti i movimenti e cambiamenti del mondo sono creati dalla motilità, cioè dalla capacità di movimento. Tara rappresenta la funzione della compassione, che è l'energia, l'aspetto attivo, di tutti gli Illuminati.

Come tale Essa è di color verde. Ogni colore rappresenta un particolare tipo di attività mediante cui un buddha opera la sua missione salvifica: sono le attività ('phrin-las) di pacificazione, di accrescimento, di dominio e di distruzione, simboleggiate rispettivamente dai colori bianco, giallo, rosso e blu. Il verde rappresenta l'intera gamma delle attività virtuose ed illuminate di tutti i buddha.

Tara, in senso segreto, è quindi la trasformazione, la perfezione ultima, del rluṅ che oggi ci fa agire: in altre parole, è l'elemento sottile "aria" dello stato di Illuminazione.

D) L'ASPETTO ULTIMO O ASSOLUTO DI TARA.

Tutto quanto esposto nei punti precedenti è il significato relativo di Tara : ora vediamo il suo aspetto assoluto.

La natura assoluta di Tara è rappresentata dalla Saggezza Trascendentale (prajñāpāramitā) di tutti i buddha ³⁶ : tale saggezza consiste nel comprendere la Vacuità (śūnyatā) di ogni fenomeno. Infatti, ogni fenomeno (cosa, persona, evento) possiede due distinti modi di essere : quello ultimo o definitivo e quello convenzionale, empirico o apparente ; la Vacuità è il suo modo ultimo ed assoluto di esistere, è il modo in cui i fenomeni esistono realmente.

³⁵ Tutte le divinità femminili rappresentano la prajñāpāramitā.

³⁶ Tara è la rappresentazione o manifestazione della prajñāpāramitā di tutti i buddha e bodhisattva. Infatti, tutti costoro - in quanto manifestazioni della saggezza (prajñā) - appaiono in aspetto femminile (yum), mentre - in quanto manifestazioni della compassione (karuṇā) - appaiono in forma maschile (yab).

Tutto ciò che esiste, ogni cosa o fatto, ha una qualità essenziale : quella d'essere un evento che sorge ed esiste in modo dipendente da qualcos'altro, cioè di essere il prodotto dell'interdipendenza. Questa qualità è la Vacuità : che quindi significa "assenza di esistenza in sé, autonoma ed inerente". La Vacuità non è una negazione del concetto di esistenza (nichilismo), ma suggerisce l'idea che l'esistenza non è auto-sufficiente bensì è dipendente da cause e condizioni. Inoltre i fenomeni dipendono anche dalla designazione della mente : un tavolo, ad esempio, in realtà esiste in relazione al nome con cui lo chiamiamo e questo nome (che è un'imputazione mentale) è attribuito ad un aggregato dipendente da varie parti, cause e circostanze (quattro gambe di legno, un ripiano, un falegname che li ha messi insieme, ecc.)

Quindi, nella sua natura autentica Tara non si differenzia dalla Prajñāpāramitā, la Sacra Perfezione della Saggezza.

La Saggezza può essere solo femminile, perché è la comprensione dell'ultima vera natura o Vacuità, una ed indivisibile, l'eterna ed immutabile sorgente e matrice di tutto ciò che è. Tutte le pāramitā o virtù che portano alla buddhitā devono essere praticate con saggezza, cosicché è nell'utero della Perfezione della Saggezza che viene allevato l'embrione della buddhitā, il bodhicitta concepito al momento di prendere il voto del bodhisattva.

Tutti i buddha e i bodhisattva sono "nati" dalla saggezza (prajñā) di Tara (e anche la nostra crescita spirituale dipende dalla saggezza), in quanto essa risveglia ed aiuta a sviluppare completamente il nostro potenziale di ottenere l'Illuminazione, cioè produce l'illuminata consapevolezza di un buddha liberando dai veli dell'illusione emotiva ed intellettuale ³⁷ : ecco perché Tara è detta "madre di tutti i buddha"³⁸ - un attributo, questo, che è rappresentato dal frutto rosso, dal fiore blu e dal bocciolo giallo dell'utpala che essa tiene nella mano sinistra (simboli rispettivamente dei buddha del passato, del presente e del futuro). E poiché alla fine anche noi diventeremo dei buddha, Tara - che è madre di tutti i buddha - è anche la nostra propria madre.

Tara pertanto è la forma buddhista della Grande Dea Madre (Yum chen-mo), che è fiorita in India da tempo memorabile sotto l'aspetto di varie divinità femminili. La Dea Madre è l'espressione dell'archetipo femminile impresso nelle menti di tutti noi ; esso comprende due aspetti : la funzione materna di contenere e quella di sviluppare e trasformare (la madre contiene in sé l'embrione, che si sviluppa nel suo seno). Come dea della trasformazione spirituale, Tara rappresenta il potere femminile dell'inconscio, il potere materno che genera ed alleva, protegge e trasforma e in cui opera una sapienza ben superiore a quella conscia dell'uomo (astratta e concettuale, con le sue dannose illusioni di auto-sufficienza). Nel tantrismo buddhista la Saggezza femminile è simboleggiata dalla luna (c'è connessione tra la luna e il ciclo mestruale mensile) : vi è una Tara "bianca come una luna d'autunno" e di solito Tara è raffigurata seduta su un disco lunare oppure è appoggiata con la schiena ad una luna piena.

Nell'anuttarayogatantra, l'aspetto ultimo di Tara è l'unione di Beatitudine e Vacuità. In tale tantra infatti ci si serve del desiderio per generare una beatitudine che viene impiegata come mezzo per sviluppare uno stato mentale contrassegnato da un'estrema sottigliezza capace di cogliere la Vacuità. La beatitudine quindi è ciò che sostiene e rafforza la consapevolezza della Vacuità. Il risultato è che si fondono

³⁷ E conseguentemente liberando dalla sofferenza del saṃsāra. In effetti, il solo modo per liberarsi da questa è attraverso la percezione corretta della Realtà com'essa veramente è.

³⁸ Ovviamente, non in senso fisico, ma spirituale.

insieme l'esperienza della beatitudine e la comprensione della Vacuità : e quando lo stato mentale che sperimenta la beatitudine (cioè la consapevolezza-beatitudine) realizza la Vacuità come suo oggetto, si ottiene la non-dualità.

Dentro di noi abbiamo la potenzialità di Tara, come pure quella di tutti i buddha. Per attuare tale potenzialità, dobbiamo seguire il Sentiero (rinuncia del saṃsāra, generazione di bodhicitta, comprensione della vacuità, pratica delle pāramitā, ecc.), così da perfezionare corpo, parola e mente secondo la pratica dettata dai sūtra e dai tantra, le Scritture buddhiste. Infatti Tara è una potenzialità latente dentro la mente di ogni essere senziente, il quale con la pratica può svilupparla e imparare ad identificarsi con essa e alla fine raggiungere la Perfezione suprema, lo stato pienamente realizzato.

2. LE TERRE PURE DI TARA

A) IL CONCETTO DI TERRA PURA

Vi è un numero inconcepibile di buddha che dimorano nei vari universi ed ognuno di essi presiede ad una "Pura Terra". E' questa un regno o sfera dello spirito, creata dal potere di un buddha, dove gli esseri senzienti possono rinascere, fruire delle cose essenziali della vita, godere della bellezza del luogo, ascoltare il Dharma e metterlo in pratica facilmente e senza ostacoli o distrazioni. Lì infatti tutto è perfetto e si è liberi dalle normali ostruzioni e difficoltà, per cui - rinascendovi - è possibile ottenere la buddhità molto velocemente.³⁹

Vi sono molti modi in cui i buddha aiutano gli esseri viventi: uno di questi modi è la Terra Pura, che non è come questo mondo coi suoi fenomeni che sono frutto del karma negativo degli esseri; la Terra Pura è la manifestazione della mente e dei meriti puri di un buddha ed è un metodo, un modo, con cui egli aiuta gli esseri viventi, appunto manifestando queste Terre Pure dove essi possono rinascere se hanno determinati meriti e da cui possono ottenere rapidamente la buddhità: qui infatti essi non commettono più azioni negative né sono soggetti a qualsiasi sofferenza.

Vi sono vari tipi di Terre Pure: così, alcune sono solo per gli āryabodhisattva, mentre in altre (come Tuṣita e Sukhavatī) vi possono invece rinascere anche le persone ordinarie, dopo la morte.

B) LE TERRE PURE DI TARA

La Terra Pura dove Tara risiede insieme ad Avalokiteśvara si chiama Potāla e si manifesta sulla nostra Terra come una montagna nell'India meridionale.

Tuttavia, si attribuisce a Tara anche una Terra Pura che è il suo dominio particolare, detta g.Yu-lo-bkod ("Armonia di foglie di turchese"), da dove manifesta

³⁹ Ciò vale per i sūtra; invece, secondo i tantra, una persona per divenire buddha non ha bisogno di andare in una Terra Pura, ma lo diventa in questa stessa vita e con questo stesso corpo.

innumerevoli azioni per il beneficio degli esseri. In questo secondo “paradiso” gli individui hanno l’aspetto di sedicenni, sono felici (non sperimentano le miserie della nascita, malattia, vecchiaia e morte), sono impegnati nella danza e nel canto - ma la musica di queste danze (che è creata dai gandharva) e i canti sono suoni di Dharma, cioè portano l’Illuminazione a chi li ascolta. E non vi sono altri suoni in questa Terra Pura.

Tornando al Potāla, esso deve essere considerato contemporaneamente:

--come sfera (o dimensione) simbolica, magica e spirituale trascendente il mondo, cioè fonte d’ispirazione ed esperienza mistica quale terreno di crescita per realizzare l’Illuminazione;

--come luogo effettivamente situato sulla Terra e quindi avente una collocazione geografica nel saṃsāra, anche se attualmente ci è sconosciuta.

Sotto questo secondo aspetto (ri Po-tā-la; Gru-‘dzin ri), esso è la montagna in cui hanno la residenza il bodhisattva Avalokiteśvara e la sua consorte Tara, che lì vivono circondati da una moltitudine di esseri spirituali quali deva, yakṣa, nāga, ecc.^{40 41} Questa montagna è coperta da molti alberi e piante rampicanti e risuona del canto degli uccelli; vi è il rumoreggiare di cascate e un gran numero di bestie feroci; e molte specie di fiori crescono dovunque. Essa si trova in un’isola paradisiaca al largo della costa meridionale dell’India (presso il centro buddhista di Dhānyakaṭaka), ma - analogamente a Śambhala⁴² - ad un livello di percezione diverso da quello ordinario. Del resto, anche qui vicino a noi vi sono altri esseri che ordinariamente non possiamo percepire (come ad es. gli esseri del bar-do) a causa di ostruzioni karmiche per alcuni di noi, mentre per altri sono manifestazioni troppo elevate o troppo sottili. Se togliessimo tali ostruzioni, li potremmo vedere.

Ci furono alcuni Lama che scomparivano alla vista per un paio d’ore, tutti i giorni: “andavano” a Śambhala; altri invece si recavano a Potāla: a seconda della loro preparazione, vedono le cose in modo diverso.

Sulla cima del Potāla Avalokiteśvara insegnò i tantra di Tara, come più ampiamente detto in un apposito capitolo.

Ma vi sono altri diversi resoconti di visite fatte a quest’isola. Oltre al viaggio dell’eroe dei Gaṇḍavyūha Sūtra, il grande studioso e pellegrino Hsüan Tsang ci ha descritto i pericolosi valichi e le scoscese scogliere del ritiro di montagna; in cima c’è un lago le cui acque sono terse come uno specchio e vicino ad esso c’è la dimora di Avalokiteśvara; dal lago esce un grande fiume che fa 20 volte il giro dell’isola scendendo al mare.

Le genti dell’isola sulla quale si trova la montagna non hanno alcuna religione in particolare, però usano la magia per proteggere le loro case. Nell’isola vi sono parecchie piccole montagne con picchi di cristallo di rocca e grotte di diamante con alti soffitti.

Le barriere al Potāla non sono solo geografiche; anche le pratiche religiose giocano un ruolo nel riuscire ad accedervi. Quando nel 7° sec. il grande filosofo-poeta e grammatico Candragomin salpò dall’India diretto alla magica isola, un enorme nāga marino (l’invidioso grammatico Patañjali) fece in modo che una

⁴⁰ E’ dal Potāla che - quando il Tibet non era ancora stato abitato dall’uomo - Avalokiteśvara e Tara mandarono nel sud del territorio tibetano le loro incarnazioni, rispettivamente una scimmia maschio e un’orchessa, dalla cui unione nacquero 6 figli, che furono i primi tibetani.

⁴¹ Il fatto che vivano in quella “sfera spirituale pura” che è il Potāla, non impedisce che essi siano dovunque davanti ad ogni essere senziente.

⁴² Che peraltro è circondata da montagne innestate, è civilizzata, urbanizzata e tecnologicamente avanzata. Mentre Potāla è una regione selvaggia senza alcun tipo d’industrie, dove alla sua scarsa popolazione di meditatori basta cogliere il proprio cibo dagli alberi.

grande burrasca minacciasse la nave. Dalle profondità del mare egli ruggì al capitano: "Getta in mare Candragomin!". Ma Candragomin pregò Tara, che arrivò con un seguito, tutti a cavallo di uccelli garuḍa, e fece fuggire via spaventati i serpenti marini.

In un altro racconto due yogi (Buddhaśānti e Buddhaguhya), verso l'800 d.C., si recano insieme al Potāla. Ai piedi della montagna c'è Tara seduta che insegna ad alcuni nāga; ma gli yogi vedono solamente una vecchia che pascola le vacche. Su di una pendice della montagna sta insegnando a degli asura e yakṣa; essi però vedono una ragazza che pascola capre e pecore. In cima non trovano nulla salvo un'immagine in pietra di Avalokiteśvara. Un yogi pensa: "Questo dev'essere dovuto alle deficienze della mia percezione." Evocando le divinità con la meditazione, le incontra e ne riceve degli insegnamenti. L'altro yogi medita con poca convinzione e consegue solamente il potere della levitazione. Perde poi anche questo, quando sulla via del ritorno si arrabbia col suo compagno.

Avalokiteśvara e Tara sono i bodhisattva patroni del Tibet, il primo dei quali è incarnato nella linea tradizionale dei Dalai Lama. E' per questo che il palazzo che era la loro residenza a Lha-sa si chiama Potāla. Questo palazzo simboleggia la residenza di Avalokiteśvara.

3. COME AGISCE TARA

A) LE TRE DIREZIONI IN CUI OPERA TARA.

Dalla "Lode a Tara in 21 omaggi" si deduce che essa opera in tre differenti direzioni : come Dea del Mondo Sotterraneo, come Dea della Terra e come Dea dei Cieli. In ciascuna di tali vesti essa agisce altresì su tre diversi livelli : esterno, interno e segreto. Quello esterno è costituito dai sei regni di esistenza samsarica ⁴³, quello interno è rappresentato dai difetti mentali che provocano le rinascite in quei regni, e quello segreto è dato dal sentiero tantrico e dal relativo frutto della buddhità.

1. Dea del Mondo Sotterraneo.

a) Il Mondo Sotterraneo è costituito dal regno degli esseri infernali, da quello dei preta e dalla dimora di creature come i nāga.

Gli esseri infernali soffrono i dolori più atroci e il loro re è Yama, il terribile giudice dei morti ; i preta sono spiriti, la cui principale sofferenza è la fame ; i nāga sono esseri serpentiformi che risiedono in posti dove il mondo ipogeo è in contatto col nostro - come sorgenti, pozzi, corsi d'acqua - e sono guardiani di tesori e di alcuni segreti esoterici. Così, a livello esterno, Tara è la dea del Mondo Sotterraneo perché ha la capacità di controllare tutti questi esseri.

⁴³ I 6 tipi di esistenza samsarica sono : quella infernale, quella dei preta (spiriti affamati), degli uomini, degli animali, degli asura (titani) e dei deva (dèi), tutti caratterizzati dalla sofferenza e dall'impermanenza.

b) A livello *interno*, essa controlla invece le cause di rinascita in questi stati sotterranei : le emozioni perturbatrici di odio, rabbia, avidità ed avarizia.

c) A livello *segreto*, Tara è la base da cui inizia la pratica spirituale, base che è paragonata al fango del saṃsāra con tutte le sue contaminazioni ed impurità, in cui nasce il loto della consapevolezza spirituale. Questa base è costituita dal nostro essere, formato - come si è detto in precedenza - dai 5 aggregati psico/fisici e dai 5 elementi, che verranno purificati gradualmente lungo il Sentiero.

2. Dea della Terra.

a) Tara è strettamente connessa, ad un livello *esterno*, con la terra, il mondo delle piante, degli animali e degli uomini. Essa di solito abita in luoghi selvaggi come la Foresta Khadira⁴⁴, in cui abbondano alberi rigogliosi e fiori dal dolce profumo e in cui vivono animali felici. Come Khadiravaṇi Tārā, il suo simbolo principale è un fiore di loto blu (utpala), tenuto nella mano sinistra (e talora ne regge un altro nella destra) ; porta dei fiori nei capelli e il suo corpo è verde, il colore delle piante. E' famosa per sottomettere le bestie feroci quali leoni, elefanti e serpenti, oltre agli esseri umani dannosi quali i ladri : essa li domina non violentemente, senza combattere.

b) A livello *interno*, Tara controlla i difetti mentali che provocano la rinascita umana o animale (soprattutto il desiderio e l'ignoranza) e quelli simboleggiati dagli animali (orgoglio, illusione, rabbia, invidia, opinioni errate, avarizia, attaccamento e dubbio).

c) Identificandosi con Tara nella pratica tantrica una persona progredisce spiritualmente, così a livello *segreto* la dea è il Sentiero spirituale, tradizionalmente simboleggiato dal loto che cresce sulla superficie dell'acqua in direzione della luce.

3. Dea dei Cieli.

a) I cieli - le regioni dello spazio "aldilà" di noi - comprendono tutti gli stati sovrumani di esistenza : vari tipi di "dèi", nobili e maestosi esseri più puri e più sottili degli uomini, con corpi radianti o anche semplicemente mentali, senza corpi ; ed "esseri semi-divini", come vidyādhara, yakṣa e asura, dotati di poteri soprannaturali. Tara è la loro dea, come risulta dal significato etimologico del suo nome ("stella"), dalla piccola mezzaluna che essa porta talora come una tiara e dal fatto che prima di ottenere la buddhitā essa si chiamava "Luna di Saggezza" ; ciò significa, ad un livello *esterno* che essa domina questi esseri e può trattenerli dal danneggiare le persone a lei devote.

b) A livello *interno*, essa può controllare nella nostra mente tutti i difetti ai quali gli esseri celesti sono ancora inclini (come l'orgoglio, l'invidia, la voglia di vivere e più sottili ostruzioni) e può aiutarci a realizzare l'abilità di meditazioni di grado avanzato attraverso cui si raggiungono molti stati divini.

c) Tuttavia possiamo anche considerare lo spazio celeste come estensione aldilà del saṃsāra, cioè come condizione non più saṃsarica ma protesa verso le Terre Pure (come Sukhāvātī) e verso la Perfetta Buddhitā. Tara è la dea della trasformazione spirituale : non solo essa ci può aiutare a rinascere in una Terra Pura, ma a livello *segreto* essa è il pieno Risveglio o l'Illuminazione stessa, il risultato

⁴⁴ Khadira-vaṇa è una foresta di alberi " khadira" : questa pianta è l' "acacia catechu", il cui legno duro è usato per fare attrezzi, mentre la sua fragrante resina è impiegata in medicina. In questa foresta Tara apparve nell'8° sec. al mahāsiddha Nāgārjuna che vi stava meditando, e da allora questa località (che forse si trova nell'Orissa, in India) diventò meta di pellegrinaggi, dove tale manifestazione della dea venne particolarmente venerata.

dell'aver seguito il Sentiero spirituale - risultato simboleggiato dal dischiudersi del fiore di loto alla luce del sole dopo essere cresciuto sulla superficie dell'acqua. Questo aspetto si riallaccia così al concetto di "Madre di tutti i buddha", che abbiamo esaminato precedentemente.

Ma lo spazio ha ulteriori, profonde implicazioni.

Questo elemento infatti viene simbolicamente concepito come femminile per le sue caratteristiche simili all'utero : lo spazio è in effetti una vacuità essenzialmente creativa perché in esso si genera continuamente il mondo fenomenico. Lo spazio viene spesso chiamato "la Grande Madre" : è il grembo materno della potenzialità (e difatti la vastità dello spazio racchiude ogni polarità e possibilità). E' nello spazio che gli altri quattro elementi agiscono ed interagiscono, mettendo in atto il gioco primordiale della realtà : lo spazio è il fondamento dal quale nascono e nel quale si dissolvono le apparizioni del mondo fenomenico. Quindi, per "spazio" - oltre a quello matematico o fisico - s'intende quello vitale e fondamentale della fertilità da cui sorge il gioco del saṃsāra e del nirvāṇa ; ma può essere anche inteso - in senso psicologico - quale sfera o ambito della conoscenza, ossia come dimensione nella quale si muove l'attività delle potenzialità della nostra mente. Quando quest'ultima arriva a percepire le cose come realmente sono, abbiamo la vera saggezza (prajñā). Infatti, come lo spazio (che è non-ostruzione) comprende - nel senso di "contiene" - tutte le cose e le potenzialità dell'esperienza, così la saggezza comprende - nel senso di "capisce" - la vera natura di tutte le cose o Vacuità. Allora lo "skandha della coscienza (vijñāna)" - che nel suo aspetto saṃsarico o negativo indicava lo spazio limitato dell'ego, l'isolamento e la desolazione che derivano da ogni concezione egocentrica e dualista - brilla nella sua qualità pura e permea tutto e tutto abbraccia, diventando onnipervadente spaziosità e pienezza autentica.

B) TARA E LA GRANDE MADRE.

Da quanto è stato detto nel capitolo precedente si può dedurre che Tara non personifica soltanto una deità esclusiva del Tibet, straniera ed avulsa dalla nostra civiltà, ma è un'immagine collettiva dell'umanità intera, quella della Grande Madre, che percorre anche tutta la mitologia e la cultura occidentali.

E' la Terra che viene rappresentata come Grande Madre perché vi è un parallelismo tra la funzione fecondante del suolo (la capacità di dare frutto) e la funzione generatrice e materna della donna. Vi è infatti un rapporto fra il ritmo agricolo delle stagioni e la fecondità e prosperità umana, con uno scambio di significati fra la potenza generativa propria dell'essere umano e la forza germinativa della terra.

La Terra entra così nell'ambito della vita religiosa, mitica e rituale, in forma personificata come Madre-Terra o Dea Terra. Essa è l'origine delle piante utili, la custode del ritmo di produzione agricola e l'alimentatrice degli uomini e degli animali : quindi, per estensione, anche madre di tutte le creature e dunque principio di vita universale.

Questa analogia tra la Terra e la Donna deriva anche dalla corrispondenza tra l'utero che contiene una nuova vita e il grembo del suolo che nasconde un mondo non visibile, talora carico di ricchezze (si pensi ai giacimenti di metalli preziosi). Questa similitudine spiega anche altre situazioni :

a) perché nelle divinità della Terra prevale talvolta un aspetto fortemente sessualizzato, quale simbolo dell'energia femminile che sta alla base della fecondità umana, animale e vegetale ;

b) perché vi è un frequente rapporto fra la Terra e la Luna, dato il nesso fra quest'ultima e il ciclo mestruale e data la sua influenza sui cicli di produzione di tutte le forme vitali ;

c) perché il simbolismo terrestre è spesso ambivalente, nel senso che mentre la superficie della terra raffigura la positiva e solare potenza vegetativa, il sottosuolo rappresenta (oltre ai tesori che elargisce) anche l'oscurità sotterranea e dunque un misterioso regno di ombre, di morte e di distruzione.

Il culto della Terra-Madre nell'antichità era diffuso in moltissime culture, tra cui quelle fiorite nell'ambito indiano-mesopotamico-mediterraneo.

Così, nell'induismo le paretre dei singoli dèi possono esser viste come varie forme dell'energia femminile cosmica, che è dotata di una forte ambivalenza e polarità, ossia come matrice generante e come distruzione e disfacimento, vale a dire - da un lato - come benevola datrice di vita, di gioia, di fecondità (estesa a tutta la serie delle esperienze vitali e sociali, dalla fertilità agricola, alla ricchezza, al potere sessuale e al godimento fisico) e - dall'altro lato - come impeto di morte e distruzione.

Incarnano il potere benefico e fecondante, ad esempio, le dee Umā e Gaurī, mentre sono personificazioni orrifiche e distruttrici Durgā (sposa di Śiva) e la sua manifestazione Kālī.

Tralasciando, per brevità, la religione mesopotamica e passando direttamente alla cultura greca, va detto che questa eredita molti elementi della religione cretese e minoico-micenea per quanto concerne il motivo ctonico-materno, che viene rappresentato a differenti livelli nelle figure di Gaia o Gea (la Terra), Athena (originariamente, la casa e il focolare domestico), Afrodite (energia sessuale e riproduttrice), Artemide (signoria sugli animali), Ecate (la forza ipoctonica nel duplice aspetto di fertilità e di morte), Demetra, Cibele.

Ma è la fusione sincretistica con i culti e i miti specialmente frigi che porta alla grande diffusione del culto della Magna Mater, che riassume in sé la notevole varietà di motivi sessuali, fecondanti, agricoli, cosmici. Cibele era appunto originaria della Frigia, dove non portava alcun nome proprio, ma si chiamava semplicemente "la Grande Madre" o "la Madre". A Roma essa era venerata come "Magna Mater deum Idaea" - anche se lì (come in Grecia) varie furono le figure divine femminili che riflettevano il tipo mediterraneo della Madre : ad esempio, Cerere, dea del suolo coltivato, identificata con Tellus o Terra Mater, era venerata come la misteriosa forza generativa della terra feconda, mentre Flora rappresentava l'energia vitale che fa fiorire gli alberi.

Questo tema materno-ctonio, che fin qui è stato sintetizzato nel suo originario significato culturale e storico, quando si spoglia del suo valore naturalistico assume a valore emblematico, diventando oggetto di un profondo significato mistico, simbolico e salvifico. Ora la Grande Madre è l'epifania femminile del divino, è un aspetto spirituale del più vasto archetipo della femminilità : archetipo non è un'immagine concreta esistente nello spazio e nel tempo, ma è un'immagine interiore che opera nella psiche umana, cioè è l'espressione simbolica di questo fenomeno psichico.

Quell'aspetto spirituale non può che essere positivo : la natura femminile si esplica per eccellenza nelle funzioni di generare, nutrire, accogliere e proteggere,

che presuppongono l'amore e la compassione in tutte le loro poliedriche sfaccettature per adeguarsi alla realtà delle varie situazioni.

a) La compassione.

Nel buddhismo, l'amore (maitri) è il desiderio che l'altro sia felice, è la nostra capacità di offrirgli gioia e felicità senza desiderare nulla per noi stessi. A questo fine gli facciamo dono di ciò che gli necessita veramente : il cibo per sfamarsi ; la protezione da un pericolo che lo minaccia ; una buona parola per confortarlo ; l'insegnamento del Dharma (che è il dono più elevato ed importante) per istruirlo spiritualmente.

Ma poiché viviamo nel saṃsāra (che è soprattutto sofferenza), l'amore viene spesso in contatto col dolore altrui ; quando ciò accade, l'amore diventa compassione (karuṇā) : essa è quell'aspetto dell'amore che consiste nel desiderio e nella capacità di togliere la sofferenza dell'altro. Essa è più nobile della pietà, che tradisce un atteggiamento altezzoso, o della commiserazione, che spesso si basa su un sentimento del tipo "meno male che non è toccato a me" : è invece la compartecipazione totale alla sofferenza altrui, per cui questa ci diventa intollerabile al punto da desiderarne vivamente una rimozione tempestiva. La corretta compassione non si basa sul comportamento (gentile o antipatico) della persona che soffre, ma tiene in considerazione soltanto la sua natura e quella del suo dolore : natura e dolore che devono comunque essere ben compresi.

Infatti, la buona volontà non basta all'amore, perché l'amore senza la comprensione è impossibile. Se non capiamo l'altra persona, anche se cerchiamo di offrirle gioia può succedere che la rendiamo più infelice in nome del nostro stesso amore.

Ecco perché l'azione deve sempre essere accompagnata dalla conoscenza : un comportamento appropriato dev'essere congiunto ad una giusta consapevolezza, cioè alla saggezza (prajñā). Ora, Tara è il simbolo di tutto questo.

b) La saggezza.

La saggezza che contraddistingue Tara ⁴⁵ (e che dovremmo attuare anche noi) è una conoscenza che vede le cose e le situazioni così come realmente sono, cioè nella loro giusta prospettiva, con le loro proprie caratteristiche e qualità : è la consapevolezza analitica dei dettagli senza perder di vista le più ampie correlazioni, è la visione in cui divengono evidenti le singole diversità delle varie e concrete situazioni della vita e le loro relazioni generali su uno sfondo di unità. Questa saggezza non significa discriminare in termini di accettazione o di rifiuto, ma semplicemente vedere ogni cosa per se stessa e tutte le cose come uno.

A questo punto, non ardiamo più dal bisogno di afferrare e possedere solo per noi, ma ci apriamo a tutti gli esseri, divenendo coscienti di che cosa essi richiedono e come e quando. Allorchè una persona ci presenta i suoi problemi, non ne approfittiamo per sentirci desiderati, alimentando la nostra autogratificazione : non abbiamo più bisogno che gli altri dipendano da noi, ma sappiamo aiutarli con abilità a scoprire se stessi e le loro esigenze. La nostra passione di avere diventa così "compassione" e la nostra attività - di solito motivata dall'ego - si trasforma in altruismo, in amore disinteressato.

Si tratta, in altre parole, della saggezza dell'azione efficiente, che vede e conosce tutti i modi possibili di affrontare le situazioni ed automaticamente imbecca la direzione giusta, cosicché l'azione realizza il suo scopo al momento giusto e fino in

⁴⁵ Ricordiamo che Tara, già prima d'ottenere la buddhità, si chiamava "Luna di Saggezza".

fondo. Questa attività illuminata è pura adeguatezza ed intraprenderla comporta implicitamente e sicuramente il suo successo nel compimento.

Essa si concretizza in quattro modalità, provvedendo a :

- pacificare (ad esempio, le sofferenze fisiche e morali),
- aumentare o sviluppare (ad esempio, una qualità utile alla crescita spirituale) ;
- controllare (ad esempio, una situazione negativa) ;
- distruggere (ad esempio, un difetto mentale).

E' unicamente a questi principi che si ispira l'attività saggia e spontanea di tutti i buddha e bodhisattva, protesa al beneficio di tutti gli esseri senzienti senza eccezione alcuna.

4. T A R A E N O I

A) IL CULTO DI TARA

In India, le testimonianze più antiche del culto di Tara possono essere rintracciate fin dal 5° sec. d.C. Ma la sua immagine - come noi la conosciamo oggi - si è pienamente evoluta, forse a Nalanda (India orientale), dal 6° sec.⁴⁶, epoca a partire dalla quale essa fu popolare soprattutto fra i mercanti (soggetti ai lunghi viaggi ed ai pericoli conseguenti).

Invece, per quanto riguarda il Tibet, uno dei primitivi miti pre-buddhisti racconta che il popolo tibetano deriva dall'unione di una scimmia maschio (di nome Trehu) con un'orchessa (chiamata Tag Sen-mo). Mentre la scimmia era un bodhisattva che venne poi dai buddhisti identificato con un'incarnazione di Avalokiteśvara, l'orchessa venne identificata con una personificazione di Tara. Questo dimostra quanto il culto di Tara fosse diffuso, al punto che i tibetani riferirono ad essa la propria origine, quale loro "madre".

Una tradizione storicamente importante riferisce che il culto di Tara fu introdotto in Tibet da una principessa nepalese. Infatti, il re tibetano Sroñ-btsan sGam-po (617 - 649 d.C.) - emanazione di Avalokiteśvara -, già sposato con quattro donne, tornò dalle sue campagne di guerra con altre due mogli :

- una cinese, nipote dell'imperatore della Cina, la principessa Kong-j'o (in cin. Wen-ch'ei kuñ-chu), che egli sposò nel 641. Essa portò con sé, in dote, il Jo-bo Rin-po-ce (una statua raffigurante Śākyamuni quale principe dodicenne, risalente all'epoca del Buddha stesso), che alla morte del re venne posto a Lhasa nel tempio chiamato Jo-khañ ;

⁴⁶ In questo periodo sono emerse anche altre divinità femminili (es., le Prajñā dei 5 Dhyānibuddha) nel contesto delle pratiche di visualizzazione del Mahāyāna.

- una nepalese, figlia del re newari Amṣuvarman, la principessa Khri-btsun o Bhṛkutī. Essa portò con sé, tra le varie immagini, anche una statua di Tara in legno di sandalo, che fu posta nel Tempio della Manifestazione Miracolosa costruito a Lhasa nel 642 per ordine della principessa.

Erano entrambe devote buddhiste : non solo convertirono il re alla dottrina di Buddha, ma propagarono attivamente il Dharma nel paese d'adozione. Per le buone azioni che compivano e per il fatto che - quali esseri soprannaturali - non ebbero figli, furono onorate come incarnazioni della Bodhisattva Tara e successivamente distinte in Tara Bianca e Tara Verde.

Oggi il culto della dea si articola in diverse pratiche e preghiere, di cui quella più comune consiste nella recitazione della "Lode a Tara in 21 omaggi", riportata nell'apposito capitolo.

Questa lode, che appartiene alla grande tradizione del buddhismo indiano, è riportata in sanscrito nel 3° capitolo del Tantra di Tara che fa parte del Kangyur⁴⁷.

Il titolo originale della lode è ""Bhagavaty-ārya-tārā-devyā namaskārā-ikaviṃṣati-stotraṃ guṇa-hita-sahitam"", cioè "La lode in 21 omaggi alla nostra Signora, la dea Ārya-Tārā, con i suoi benefici⁴⁸".

Altrove nel Kangyur, tuttavia, ne è data una traduzione tibetana : fu Dhar-magrags (gÑan Lo-tsa-ba) a portare quella lode dall'India nella seconda metà dell'11° sec. e a tradurla nella lingua del Paese delle Nevi.

I "21 omaggi a Tara" sono una delle pratiche più diffuse quale atto di devozione alla dea, che qui viene lodata nelle sue 21 manifestazioni principali. Pochi sono i tibetani che non conoscono a memoria per intero questo inno - che viene sempre inserito in ogni rituale riservato alla dea e alla cui recitazione sono connessi molti benefici e miracoli. Nei monasteri tibetani di tutto il mondo viene cantato varie volte al giorno da tutti i monaci ed in occasioni particolari⁴⁹, e quando si desidera ottenere l'aiuto della Madre per qualche motivo speciale è questa lode che viene recitata più e più volte sia dai monaci che dai laici.

Il verso metrico tibetano, qui costituito da otto sillabe, ben si adatta ad una recitazione cantata a voce bassa o mormorata, un borbottio che s'innalza e s'abbassa per tutta la lunghezza d'un respiro. Recitando la lode, s'immagina che essa sia pronunciata non solo dai presenti, ma da tutti gli esseri senzienti.

Va infine ricordato che - benché tutte le altre scritture canoniche su Tara siano incluse nella sezione Kriyāntara del Kangyur - questo testo è considerato un anuttarayogatantra, soprattutto perché i relativi commentari l'hanno interpretato secondo tale tipo di tantra ed usano una terminologia di quel tipo.

B) TARA COME DIVINITA' TUTELARE.

Poiché la nostra mente è basata sul dualismo "io - tu" ed è sempre indaffarata e spesso frenetica, le azioni che ne derivano sono sovente nevrotiche e comunque inadeguate alle situazioni. Penso così che tutti quanti - maschi o femmine che siamo - avremmo bisogno d'ottenere le illuminate qualità di Tara . Ciò è possibile perché anche noi possiamo addirittura diventare Tara, in quanto la natura di buddha ci

⁴⁷ Kangyur (bKa'-gyur) è il canone tibetano delle sacre Scritture comprendente il Vinaya, alcune raccolte di Sūtra e i Tantra, tutti attribuiti direttamente allo stesso Buddha Śākyamuni.

⁴⁸ Cioè con la spiegazione dei benefici che derivano dalla sua recitazione.

⁴⁹ Ad es., nel giorno consacrato a Tara, che è l'8° del mese tibetano.

appartiene, è già presente in noi (sia pure in potenza e ad uno stato latente) : se fosse altrimenti, non potremmo mai ottenere l'Illuminazione - così come un lavaggio non riuscirebbe in alcun modo a render bianco un pezzo di carbone, mentre ben potrebbe pulire un diamante sporco. Per pulire questo diamante (che è il nostro essere), cominciamo a scegliere Tara come divinità tutelare, come nostra divinità personale di meditazione (yi-dam).

In generale, l'yi-dam è una figura od immagine che simboleggia ed esprime l'idea di ciò che l'uomo vuol raggiungere e divenire, è cioè un modello spirituale che gli serve da principio-guida e da cui egli si sente irresistibilmente attratto. E' dunque una creazione interna a noi stessi, un'espressione simbolica della nostra natura più profonda ed illuminata : questa viene visualizzata come forma divina (maschile o femminile) per permettere di relazionarci ad essa e di esprimere tutta la nostra potenzialità.

Gli yi-dam sono perciò simboli delle forze della saggezza, della compassione e dell'azione liberatrice che ci appaiono sotto l'aspetto di forme, dimensioni, colori e strutture : cosicché per i devoti meno progrediti - per i quali è difficile comprendere il sottile concetto della non/dualità - lo yi-dam avrà la caratteristica di una divinità esterna, cioè di una divinità reale che è venuta graziosamente a risiedere nel loro cuore e che va adorata. In realtà, a livello di verità assoluta, gli yi-dam non hanno caratteristiche inerenti perché sono emanazioni, creazioni, proiezioni della singola mente del praticante, per cui personificano la natura della buddhità sotto i suoi molteplici aspetti : ad esempio, Mañjuśrī personifica la saggezza, Tara l'azione salvatrice e liberatrice.

E' attraverso la devozione, la recitazione del mantra e la concentrazione mentale che il praticante crea l'immagine dello yi-dam e la fonde in se stesso, rimanendone trasfigurato : il proprio io sparisce e si entra nella "natura di buddha" o "Vacuità", ossia comprendiamo - mediante questa identificazione - che noi stessi siamo buddha.

1. La devozione.

Dunque, affidandosi alla guida spirituale di Tara e offrendole con fede la recitazione delle sue preghiere, memori della sua amorevole gentilezza, riceviamo le sue benedizioni e l'aiuto delle sue azioni trascendenti : infatti essa si preoccupa di tutti gli esseri (e quindi anche di noi) come una madre si cura del proprio unico figlio.

Per meditare su Tara, occorre avere devozione verso di lei, cioè riporre in lei piena confidenza e fiducia, perché conosciamo le qualità che incarna. Occorre aprirsi a lei senza alcuna riluttanza in un fiducioso abbandono (così come si fa con la propria madre) : è un darci completamente, senza pretendere niente e senza portarci dietro i nostri preconcetti, svuotandoci dei nostri principi mondani in modo da creare spazio aperto e ricettività.

Se si è praticanti devoti di Tara, si dovrebbe vedere la nostra persona come il suo corpo e la casa in cui viviamo come la sua dimora celestiale. E ogni nostra azione dovrebbe essere compiuta in connessione con lei : così,

- respirando, pensiamo che ogni molecola d'aria inalata sia la sua divina energia ;
- qualunque parola o canto venga da noi emesso od ascoltato, lo consideriamo come la vera voce di Tara, voce che possiede qualità divine ;

-tutti i pensieri e concetti che sorgono nella nostra mente, li vediamo come l'emanazione della saggezza trascendentale della mente di Tara ;

-quando si va a dormire, dopo aver generato bodhicitta ci si sdraia visualizzando di appoggiare la testa in grembo a Tara seduta dietro di noi ;

-quando ci si veste, ci si visualizza come Tara, alla quale - recitando il mantra di benedizione Om̐ Āh Hūm̐ - pensiamo di offrire stoffe preziose di varie qualità e colori ;

-quando mangiamo, dopo aver benedetto il cibo col mantra suddetto, lo si immagina come una pioggia di nettare offerto a Tara.

2. la recitazione del mantra.

Mentre l'immagine o la statua di una divinità ne è la rappresentazione dal punto di vista visivo, il mantra è una formula sacra che la rappresenta in modo fonetico : è l'espressione - attraverso il suono - dell'essenza di una particolare divinità, di cui racchiude le qualità e i poteri. Ogni divinità ha uno o più mantra specifici, che sono composti di una o più sillabe o parole in lingua sanscrita.

Il mantra più comune di Tara è quello detto "delle 10 sillabe" e cioè

OM̐ TĀRE TUTTĀRE TURE SVĀHĀ⁵⁰

che letteralmente significa "Om̐, oh liberatrice, completa e veloce liberatrice, così sia !". Ma ha anche un significato più profondo, che ora vediamo :

1. OM̐ :

è, in genere, la sillaba iniziale (ed intraducibile) di molti mantra : è un simbolo fonetico che indica l'infinita santità del corpo, parola e mente di tutti i buddha, cioè i 3 aspetti della buddhità : Nirmāṇakāya, Sambhogakāya e Dharmakāya (che qui sono riferiti a Tara). Questi 3 fattori sono rappresentati singolarmente dalle lettere A, U, M (che sono i suoni che compongono la Om̐).

Con riferimento al Sentiero spirituale, Om̐ è dunque la meta a cui tendiamo : purificando il nostro corpo, parola e mente, li trasformiamo nel santo corpo, parola e mente di Tara. Da questo punto di vista, se Om̐ è la meta, Tāre Tuttāre Ture è il Sentiero che conduce ad essa ;

2. TĀRE:

è il vocativo di "Tārā", cioè 'salvatrice, colei che libera'. Indica colei che protegge gli esseri senzienti dai pericoli *esteriori* di questa vita e delle esistenze future. Questi pericoli sono di 8 tipi: il fuoco, l'acqua, i leoni, i serpenti, gli elefanti, i ladri, la prigione, gli spiriti maligni. Inoltre Tara mette al riparo dalla povertà, dalle malattie e dalle sofferenze.

Questa liberazione è la meta dei praticanti di capacità inferiore;

3. TUTTĀRE:

è un rafforzativo di "Tāre" e quindi significa 'completa liberatrice'. Vuol dire che Tara ci protegge dal ciclo delle esistenze (saṃsāra) e dalle sue cause: queste ultime sono all'interno di noi stessi e sono gli 8 pericoli *interiori*, ossia le 8 perturbazioni mentali principali:

- il fuoco della collera
- l'acqua dell'attaccamento⁵¹
- il leone dell'orgoglio
- il serpente della gelosia

⁵⁰ "Svāhā" va pronunciato "sohā".

⁵¹ L'attaccamento è simile all'acqua perché ci può trascinare analogamente a come fa un fiume in cui si sia caduti.

- l'elefante dell'ignoranza
- il ladro delle opinioni errate⁵²
- l'avarizia che ci incatena come in una prigione
- gli spiriti malefici dei dubbi negativi.

Questa liberazione è la meta dei praticanti di capacità media;

4. TURE:

significa “svelta, rapida, pronta” : cioè, la sua azione salvatrice è estremamente veloce nel liberarci - oltre che dai pericoli esteriori ed interiori - anche dalla schiavitù del “nirvāṇa del hīnayāna” (cioè dal fatto di afferrarci alla liberazione puramente individuale ed egocentrica). Tara ci aiuta invece a raggiungere lo stato dell'Illuminazione Perfetta, ossia la buddhità per il beneficio di tutti gli esseri senzienti. Questo stato lo si ottiene eliminando l'ostacolo sottile delle impronte lasciate nella mente dai kleṣa; ed è la meta dei praticanti di capacità superiore.

5. SVĀHĀ :

formula di chiusura di molti mantra, etimologicamente significa che quanto precede è stato “ben detto” ; in senso più profondo, ha il significato di un voto ed impegno solenne (“così avvenga, così sia !”) : esprime cioè l'augurio che la nostra mente possa ricevere, assorbire e mantenere le benedizioni di Tara contenute nel mantra OM TĀRE TUTTĀRE TURE e che queste possano rafforzarsi e radicarsi nella mente stessa, apportando la suprema felicità.

Vi è anche un'interpretazione, secondo la quale OM e SVĀHĀ hanno il significato suddetto, mentre le altre parole hanno un senso diverso:

1. TĀRE :

qui “Tārā” - in quanto “liberatrice” - indica colei che libera gli esseri di minore capacità dalle rinascite sfortunate dei tre regni inferiori (cioè come animali, preta ed esseri infernali), gli esseri di capacità media dalle sofferenze di tutta l'esistenza ciclica (saṃsāra) e gli esseri di capacità superiore dalla sottile trappola del “nirvāṇa del hīnayāna” (cioè, solo per se stessi) ;

2. TUTTĀRE :

Tara - in quanto “completa liberatrice” - ci protegge non solo dagli 8 tipi di pericoli esterni (come incidenti, incendi, furti, alluvioni, ecc.), ma anche dalle sofferenze interne delle 8 specie di difetti mentali, nonché da ogni ostruzione che impedisce l'onniscienza, cioè dall'ignoranza circa la natura assoluta dell'io;

3. TURE :

con questo termine si vuol dire che la sua azione salvatrice è estremamente veloce e rapida nel concedere ogni successo. Qui il successo si riferisce alle mete dei tre tipi di praticanti : una rinascita fortunata (cioè, come uomini, asura o deva), la meta degli esseri di minore capacità ; il “nirvāṇa del hīnayāna”, la meta degli esseri di capacità intermedia ; e l'Illuminazione completa, basata su bodhicitta, la meta degli esseri di capacità più alta. “Ogni successo” si riferisce anche al successo in tutto quello che si persegue in questa vita : negli affari, nei rapporti interpersonali, nel trovare le condizioni perfette per la nostra pratica del Dharma e nel realizzare le nostre mete spirituali.

⁵² Le opinioni errate sono un “ladro” che ci sottrae la corretta visione della realtà com'essa è.

L'aggettivo "pronta (nell'aiutare gli esseri senzienti)" - che figura anche nella prima delle "21 Lodi" - indica che le attività trascendenti di Tara sono molto più sollecite di quelle degli altri buddha o bodhisattva e che per il suo potere si ottiene molto velocemente la buddhità. Il concetto è ribadito nel 3° capitolo del suo Tantra, dove la dea è definita "rapida come una meteora nel suo impegno di portar tutto a compimento". Mi piace pensare che l'intuizione - di cui è più dotato l'essere femminile - porta ad una maggiore rapidità non solo nella comprensione delle varie situazioni della vita, ma anche nell'attuare i conseguenti interventi operativi. Si può aiutare ed assistere un malato cronico effettuandone il ricovero in ospedale solo quando viene a verificarsi la disponibilità di un posto-letto,, ma si deve portare subito e comunque un ferito al "pronto soccorso" per l'emergenza del caso. Tara personifica soprattutto questa seconda ipotesi o - tanto per fare un'altra analogia - rappresenta il "113", la squadra di polizia di pronto intervento in caso di urgente necessità.

Pregando Tara e recitando il suo mantra, riceviamo le sue benedizioni⁵³ : attraverso queste, che entrano nel nostro cuore, siamo in grado di generare l'intero Sentiero dell'Illuminazione. Generando il Sentiero di metodo e saggezza nelle nostre menti, il nostro corpo, parola e mente che sono contaminati vengono purificati e trasformati nel santo corpo, parola e mente di Tara (cioè, nei suoi tre Kāya di buddha).

Vi sono poi altri mantra di Tara, a seconda delle sue rispettive funzioni. Essi vanno visualizzati attorno alla sillaba mantrica TĀM che sta eretta nel cakra del cuore di ogni singola manifestazione di Tara :

1. OM VAJRA TĀRE SARVA BIGHANAN ŚANTI KURU SVĀHĀ :

Tara *bianca* : regge un loto e salva da ogni calamità

2. OM TĀRE TUTTĀRE TURE MAMA SARVA LOM LOM BHAYA ŚANTI KURU SVĀHĀ :

Tara *verde* : regge un loto con un vajra blu e salva dalle calamità della terra (terremoti, valanghe, ecc.)

3. OM TĀRE TUTTĀRE TURE MAMA SARVA BĀM BĀM TSALA BHAYA ŚANTI KURU SVĀHĀ :

Tara *rossa* : regge un gioiello e salva dalle calamità dell'acqua (temporali, inondazioni, annegamenti, ecc.)

4. OM TĀRE TUTTĀRE TURE MAMA SARVA RĀM RĀM TSALA BHAYA ŚANTI KURU SVĀHĀ :

Tara *gialla* : regge una pietra di luna e salva dalle calamità del fuoco (incendi, ustioni, ecc.)

5. OM TĀRE TUTTĀRE TURE MAMA SARVA YOM YOM TSALA BHAYA ŚANTI KURU SVĀHĀ :

Tara *bianca* : regge il monte Meru e salva dalle calamità dell'aria (tempeste, uragani, ecc.)

6. OM RATANA TĀRE SARVA LOKA JÑĀNA VIDYĀ DHARA DHARA DHIRE DHIRE HRIN̄ HRIN̄ JÑĀ JÑĀNA PUKTIN̄ KURU OM :

Tara *gialla* : regge un uncino e un gioiello e accresce le qualità, i meriti, la saggezza e la longevità

7. OM TĀRE TUTTĀRE TURE MAMA SARVA E E MAHĀ HANA BHAYA ŚANTI KURU SVĀHĀ :

⁵³ Tradizionalmente, si dovrebbero recitare almeno 100.000 mantra per ottenere le benedizioni della dea - benché queste ci giungano, in realtà, anche prima.

Tara *verde* : regge un doppio vajra e protegge dalle calamità dello spazio (paura dello spazio, ecc.)

8. OM̐ TĀRE TUTTĀRE TURE MAMA SARVA TIK TIK HANA RAKṢĀ RAKṢĀ KURU SVĀHĀ :

Tara *blu* : regge una spada e protegge dalle calamità delle armi, delle guerre, dei nemici

9. OM̐ TĀRE TUTTĀRE TURE MAMA SARVA RAJA DUKHTEN KRODHA ŚANTI KURU SVĀHA :

Tara *rossa* : regge un uncino e protegge dall'imprigionamento e dal potere autoritario politico ed amministrativo

10. OM̐ TĀRE TUTTĀRE TURE SARVA CHORA BHENDHA TRIK THUM SVĀHĀ :

Tara *nera* : regge un'ascia e protegge dai ladri e dai criminali

11. OM̐ PADMA TĀRE SANTARA HRĪ SARVA LOKA VAŚOM KURU HO :

Tara *rossa* : regge un uncino e un laccio e accresce il potere

12. OM̐ TĀRE TUTTĀRE TURE SARVA DUKHTEN BIGHANAN BOM̐ PHAṬ SVĀHĀ :

Tara *nera* : regge un pugnale e protegge da demoni e spiriti (e dalle malattie ed interferenze da essi provocate)

13. OM̐ TĀRE TUTTĀRE TURE SARVA HOM̐ HOM̐ DUKHTEN HANA TRASAYA PHAṬ SVĀHĀ :

Tara *marrone* : regge una lancia e protegge chi è preoccupato per i propri animali domestici (come cavalli, buoi, agnelli, polli) o è disturbato da elefanti o altri grossi animali

14. OM̐ TĀRE TUTTĀRE SARVA HE HE TZALE TZALE BHENDHA PHAṬ SVĀHĀ :

Tara *nera* : regge del fuoco e protegge dai danni delle bestie feroci (leoni, tigri, orsi)

15. OM̐ TĀRE TUTTĀRE BIKHAZALAYA HARA HARA PHAṬ SVĀHĀ :

Tara *bianca* : regge un gioiello e protegge dagli animali velenosi (serpenti e scorpioni)

16. OM̐ KARMA TĀRE SARVA ŚĀTRUN BIGHANAN MARA SENA HA HA HE HE HO HO HOM̐ HOM̐ BHENDHA BHENDHA PHAṬ :

Tara *nera* : regge un pugnale e sottomette i Grandi Demoni

17. OM̐ TĀRE TUTTĀRE SARVA ISVARA (SARVA) DUKHA PRAŚA MANAYA PHAṬ SVĀHĀ :

Tara *verde/gialla* : regge un frutto e protegge dalle malattie e dagli incidenti

18. OM̐ TĀRE TUTTĀRE TURE VAJRA AYUŚE SVĀHĀ :

Tara *bianca* : regge il vaso della longevità e protegge dalla morte prematura e dalla paura di morire e fa ottenere la longevità

19. OM̐ TĀRE TUTTĀRE TURE TZAMBYE MOHE DHANA MEDHI HRĪ SVĀHĀ :

Tara *gialla* : regge il vaso dell'abbondanza ed elimina la povertà e fa ottenere la ricchezza

20. OM̐ TĀRE TUTTĀRE SARVA ARTHA SIDDHI SIDDHI KURU SVĀHĀ :

Tara *giallo/verde* : regge un nodo e salva dalle frustrazioni di speranze e progetti ed esaudisce i desideri.

3. la visualizzazione.

Si può definire la visualizzazione come una tecnica mentale che consiste nella capacità di pensare per immagini : ad occhi chiusi ci si raffigura mentalmente un'immagine, la quale appare all'interno della nostra mente.

I due tipi di meditazione - analitica e stabilizzante - vengono usati insieme nelle tecniche di visualizzazione : per costruire l'immagine abbiamo bisogno del pensiero analitico, mentre ci occorre la meditazione stabilizzante per trattenerla senza distrazione per periodi di tempo sempre più lunghi.

Lo scopo della visualizzazione è di ottenere il controllo della mente, diventare esperti nel creare le costruzioni mentali, entrare in contatto con potenti forze (esse stesse prodotto della mente) ed ottenere stati di coscienza più elevati, in cui si sperimenta - a livello di sentimento e non più di semplice credenza - la non/esistenza del proprio essere e la natura non/duale della realtà (ossia l'identità fondamentale e la compenetrazione di tutte le cose dell'universo).

La visualizzazione insegna che tutto quello che partecipa della forma (sia pure divina) è in ultima analisi illusorio e lascia posto soltanto a quello che non ha né forma né nome né attributi esprimibili.

Parrebbe un controsenso : creare identificazioni mentre si aspira ad una totale disidentificazione ; ma paradossalmente, proprio il coesenziarsi con una divinità - cioè con un'immagine che in qualche modo infonde nel praticante la forza corrispondente - conduce aldilà delle immagini e della pluralità : se "io sono Tara", io ho in me la forza/coscienza di tagliare i legami del saṃsāra e di sorpassare il mondo delle forme. Quando divento Tara, il mio corpo non è fatto di pelle, ossa, ecc., ma è costituito di pura energia di luce (come quella di un arcobaleno o d'un cristallo chiaro e trasparente).

A seguito poi di tale trasformazione, dobbiamo sviluppare l'"orgoglio divino" - un senso di dignità che elimina i nostri pensieri di auto-commiserazione e la nostra solita concezione delle apparenze ordinarie, ponendo invece in risalto le nostre qualità positive e facendoci identificare con esse. La pratica di Tara, in cui trasformiamo la nostra coscienza nella divinità, è il sistema più potente per sradicare la nostra concezione dell'ego.

Come si fa a trasformare se stessi nella divinità ? non è che le mie gambe diventino verdi o il mio sangue diventi una luce di color smeraldo, ma è un processo analogo a quanto avviene nella nostra vita quotidiana quando - cambiando atteggiamento mentale - "diventiamo" una persona diversa : ad esempio, quando siamo arrabbiati ci manifestiamo diversamente da quando siamo calmi (quando la coscienza cambia, questo mutamento si manifesta nel corpo e così diventiamo un'"altra" persona).

Ora, qui è la coscienza che si trasforma in un corpo di luce verde radiante : invece di auto-identificarci con un essere che si compatisce ("sono brutto", "non so fare nient'altro !") quella trasformazione sradica la concezione ordinaria dell'ego, limitata ed intrisa di auto-commiserazione. E nel momento in cui riconosciamo la nostra qualità divina, la nostra dignità, sperimentiamo l'"orgoglio divino". Quando trasformiamo la nostra coscienza nella divinità, dobbiamo sviluppare tale orgoglio perché riconosciamo le nostre qualità positive e constatiamo che la perfezione è racchiusa dentro di noi, abbiamo fiducia in noi stessi, pensiamo di essere sufficientemente capaci e di avere bastante energia, per cui eliminiamo l'idea di avere questa o quella limitazione.

Ci possiamo trasformare in Tara perché dentro di noi, all'interno dello spazio del nostro corpo fisico, c'è anche un corpo psichico, una proiezione della coscienza (di natura analoga a quella di un arcobaleno), che esiste contemporaneamente all'altro : quando diventiamo Tara visualizziamo che esiste anche questo corpo fatto di luce verde radiante. Non dobbiamo però fare una semplice sostituzione, cioè diventare la divinità e contemporaneamente attaccarci a una presupposta esistenza concreta e a sé stante della divinità ; dobbiamo invece riconoscere la caratteristica non-duale di questa nostra emanazione.

Quando, durante la meditazione, visualizziamo che Tara si dissolve in noi, dobbiamo contemplare le tre sillabe che rappresentano i tre aspetti della sua realtà illuminata :

- OM (visualizzata al capo) : simboleggia il corpo divino ;
- AH (visualizzata alla gola) : simboleggia la parola divina ;
- HŪM (visualizzata al cuore) : simboleggia la mente divina.

Il Corpo divino o mistico è l' "esser nel mondo" ⁵⁴ in modo autentico, cioè con una presenza vera, piena ed effettiva tra gli altri : quindi, non come una persona anonima fra cose ed individui fissi e statici da usare e manipolare, ma come una persona attiva in rapporto con un vasto campo di entità circostanti che vibrano della stessa vita. E' il modo di vivere significativamente nel mondo, modellando cioè la propria vita secondo il significato esistenziale della buddhità.

La sacra Parola non è il semplice discorrere o vuota verbosità, ma è il comunicare perfetto ed autentico con gli altri ; cioè, consiste in quella rappresentazione e comunicazione mentale che - sotto forma di simboli udibili, visibili o razionali - produce ogni ispirazione od intuizione spirituale ed ogni immaginazione creativa ed estetica ; per cui questo contatto comunicativo con gli altri li desta alle loro possibilità, muovendoli verso l'azione autentica ed efficace.

La Mente buddhica è quel modo di conoscere in cui si è svestiti da ogni prevenzione e pregiudizio : è una visione o prospettiva senza preconcetti od ostinazioni, ma che conosce le cose per quelle che sono e che è aperta ad infinite possibilità ; per cui si sanno affrontare, trattare e risolvere le varie situazioni della vita in modo autentico, appropriato ed efficace.

4. I benefici della pratica.

La pratica meditativa su Tara ha due funzioni : la prima (come si è visto) è quella di attivare la potenzialità - inerente alla nostra natura profonda - di raggiungere lo stato di totale decondizionamento dalle afflizioni mentali (odio, attaccamento, invidia, ecc.) ; l'altra è quella di ottenere ogni tipo di beneficio temporaneo e qualsiasi circostanza favorevole. Ecco perché nelle "21 lodi a Tara" essa è considerata come colei che rapidamente interviene con infinito coraggio a sciogliere tutte le paure, a sconfiggere i demoni più arditi, a elargire tutto ciò che è necessario. E' infatti definita "coraggiosa" : questo aggettivo indica che Tara è una vera eroina nell'affrontare e sottomettere l'esercito di Mara, cioè le illusioni, gli ostacoli e le interferenze (sia fisiche che spirituali) : in altre parole, essa ha la potenza di distruggere tutte le negatività (non gli esseri senzienti, ma solo le forze negative che sono dentro di essi).

In particolare, la sua pratica meditativa elimina le 8 grandi cause interne di paura (o pericolo) e cioè le afflizioni mentali : collera o odio, attaccamento, opinioni

⁵⁴ Cioè è il nostro comportamento o atteggiamento consistente nel guardare, ascoltare, toccare, ecc., con cui siamo in rapporto col mondo fuori di noi.

errate, orgoglio, ignoranza, avarizia, gelosia, dubbio, nonché i corrispondenti 8 pericoli esterni, ai quali essi sono rispettivamente paragonati: fuoco o incendio, acqua o alluvione, ladri o banditi, leoni, elefanti, prigionie, serpenti, spiriti o fantasmi. Talora peraltro questi ultimi sono compresi nelle “16 paure minori”⁵⁵, tra cui si annoverano i pericoli della guerra, della lebbra, della povertà o carestia, delle disgrazie in generale. Così, le Scritture ricordano il caso - verificatosi in India - di un uomo del tutto indigente, che vide un’immagine di Tara scolpita in una pietra e, inginocchiatosi, la supplicò di aiutarlo: improvvisamente l’immagine gli indicò un santuario, per cui egli si mise a cercare nella direzione indicata e trovò un vaso pieno di gioielli così preziosi da diventare ricchissimo.

Ma - come si è accennato - la fede e la preghiera a Tara possono realizzare ogni altro genere di retto desiderio: dalla guarigione dalle epidemie e dagli avvelenamenti alla nascita di un figlio da tempo desiderato, all’eliminazione di un maleficio o di un incubo.

La fede, la meditazione, il mantra e i benefici che ne conseguono, rappresentano il ponte che collega Tara all’archetipo della Grande Madre che è sopito nelle nostre coscienze. Evocando la forza d’amore che Tara suscita in noi (anche se non siamo nati in Tibet), ciò che a prima vista ci appare come un Essere trascendente ed avulso dalla nostra persona - in quanto appartenente ad un remoto passato e ad un lontano Paese - si rivela come una presenza da sempre immanente in noi, un’immagine collettiva dell’umanità che in Tibet ha assunto quella determinata forma divina, ma la cui natura essenziale è in noi e che noi dobbiamo soltanto risvegliare.⁵⁶

C) IL RITUALE DI TARA NELLA TRADIZIONE BKA’-BRGYUD-PA.

Esistono numerosi rituali di Tara, usati nelle diverse tradizioni del Vajrayāna a seconda delle varie preferenze.

Quello più spesso utilizzato nella tradizione bka’-brgyud-pa è dovuto allo scopritore di gter-ma Chos-gyur gLiñ-pa⁵⁷. Costui si trovava in una grotta del Kham chiamata “La grotta cristallina del loto”, quando all’alba ebbe una visione di Tara che, per 3 volte, gli disse: “Lek sol!” (“Va bene!”). Questa parola della divinità fu la benedizione che aprì la mente di Chos-gyur gLiñ-pa alla rivelazione interiore delle parole un tempo enunciate da Padmasambhava. Egli intitolò questo gter-ma⁵⁸ “La goccia profonda di Tara” (dove “goccia” indica qui ciò che riunisce l’essenziale in una forma concisa).

Chos-gyur gLiñ-pa divulgò ciò che aveva ricevuto soltanto ad una persona, ‘Jam-dbyañs mKhyen-brtse dBañ-po. Costui lo tenne segreto per 3 anni, poi lo

⁵⁵ Talora i pericoli esterni sono 16: nemici, leoni, elefanti, fuoco, serpenti, ladri, prigionie, tempeste, orchidee, lebbra, messaggeri di Indra, indigenza, morte di parenti, punizione da parte del re, proiettili vajra, rovina. Questi elenchi di pericoli non sono peraltro tassativi, ma dati solo a titolo d’esempio.

⁵⁶ Anche i Dharmapala hanno la funzione di proteggere, ma essi allontanano in modo specifico gli ostacoli (esterni ed interni) alla pratica e alla diffusione del Dharma, mentre la protezione di Tara è più personale, vegliando su di noi in tutte le circostanze difficili della nostra vita.

⁵⁷ Chos-gyur gLiñ-pa (1829-1879), come pure ‘Jam-dbyañs mKhyen-brtse dBañ-po (1820-1892) e ‘Jam-mgon Koñ-sprul bLo-gros mTha’-yas (1813-1899), furono tre grandi maestri, artefici del movimento non-settario Ris-med.

⁵⁸ Precisamente, è un dgoñs-gter, cioè un gter-ma basato su una rivelazione a livello mentale.

trasmise a 'Jam-mgon bLo-gros mTha'-yas - il quale diede la forma definitiva al rituale e lo diffuse ampiamente.

Il gter-ma in esame comprende vari testi, corrispondenti a più gradi di pratica: esteriore, interiore e segreta. Questi gradi non possono che essere compiuti nell'ordine, uno dopo l'altro; gli ultimi due richiedono necessariamente di essere in ritiro.

1) PRATICA ESTERIORE

Essa presenta due aspetti principali:

a) l'accumulazione di merito, effettuata con le "preghiere dei 7 rami", le offerte, le lodi;

b) l'atteggiamento di preghiera: l'officiante domanda a Tara di proteggerlo e di concedergli quello che desidera. A causa di questo atteggiamento di richiesta, l'accento è messo sulla presenza della divinità (sotto forma di 21 Tara) di fronte al praticante, in cielo.

Dato che il rito (che è pubblico) deriva da un gter-ma, viene preceduto da preghiere rivolte a Padmasambhava. I vari punti successivi sono i seguenti:

1) Presa di rifugio e generazione di bodhicitta:

il praticante si pone sotto la protezione dei Tre Gioielli (Buddha, Dharma e Saṅgha) e delle Tre Radici (Lama, Yi-dam e Protettori), più particolarmente di Tara. Nello stesso tempo, egli rinnova la determinazione di raggiungere l'Illuminazione per poter aiutare tutti gli esseri che soffrono nel saṃsāra;

2) "Preghiera dei 7 rami":

--omaggio a tutti i buddha e bodhisattva: è rimedio all'orgoglio;

--offerte: rimedio all'attaccamento;

--confessione delle colpe: rimedio alle azioni negative;

--gioia al pensiero degli atti meritori compiuti dai bodhisattva e dagli esseri ordinari: rimedio alla gelosia;

--richiesta dell'insegnamento del Dharma: rimedio all'ottusità mentale;

--supplica ai buddha di restare presenti fra di noi: rimedio alle opinioni errate (quale ad es. di credere che l'attività dei buddha sia discontinua, nel senso che - presenti in un corpo fisico - aiuterebbero gli esseri, mentre - abbandonandolo al momento della morte - cesserebbero di dare tale aiuto);

--dedica: si pensa che, riunendo i meriti acquisiti con i primi "6 rami", si dedicano tali meriti all'ottenimento dell'Illuminazione per il beneficio degli esseri anziché a scopi temporali ed effimeri;

3) Consacrazione delle offerte:

le offerte consacrate, sia disposte sull'altare sia evocate nella nostra immaginazione, sono: l'acqua da bere, l'acqua per le abluzioni, i fiori, l'incenso, le luci, i profumi, il cibo e la musica. Ogni offerta è rappresentata da un mantra e da un mudrā;

4) "Preghiera dei 7 rami":

questa 2^a “preghiera dei 7 rami” si pone in un contesto leggermente diverso dalla 1^a. Quest’ultima, venendo subito dopo la “presa di rifugio”, aveva per supporto i diversi oggetti di rifugio, soprattutto Tara. La 2^a si riferisce ai Tre Gioielli in generale;

5) Offerta del maṇḍala:

i praticanti immaginano di offrire a Tara, ai buddha e ai bodhisattva tutto l’universo riunito sotto la forma di un maṇḍala. La recitazione di questa sezione è accompagnata dal “mudrā del maṇḍala”;

6) Manifestazione di se stessi come Tara e invito alle 21 Tara a venire di fronte a noi. I diversi aspetti di Tara (il principale è Tara Verde) prendono quindi posto nel cielo davanti al praticante;

7) Recitazione della Lode:

la Lode viene recitata in 3 sequenze successive, all’inizio 2 volte, poi 3 volte e infine 7 volte. Ogni sequenza è inframmezzata da offerte.

a) Al momento della 1^a sequenza, Tara di fronte a noi è visualizzata mentre compie con la mano destra il “mudrā del dono sublime”; si pensa allora che essa ci concede le siddhi ordinarie (consistenti in diversi poteri psichici) e la siddhi sublime (cioè, la realizzazione della natura della mente);

b) al momento della 2^a sequenza, Tara fa il “mudrā della protezione”; si pensa che essa ci protegge da tutte le paure e da ogni pericolo;

c) al momento della 3^a sequenza, si pensa che - provenendo dal suo piede destro - scorre in noi, attraverso la cima della testa, un nettare luminoso che ci trasmette la sua benedizione;

8) Offerta della gtor-ma:

si offre la gtor-ma alla divinità al fine di presentarle le nostre richieste;

9) Recitazione del mantra di Tara:

le forme di Tara che si trovavano in cielo si sono fuse nei praticanti, che continuano ad immaginarsi sotto l’aspetto di Tara durante la recitazione del suo mantra;

10) Domanda di indulgenza per gli errori commessi durante il rituale:

questa domanda è preceduta dalla recitazione del “mantra delle 100 sillabe” di Vajrasattva;

11) Riassorbimento della visualizzazione:

i praticanti, dopo aver riassorbito la visualizzazione nella vacuità, restano un momento in silenzio, tenendo la mente nella sua propria natura;

12) Dedicazione:

i praticanti dedicano il merito derivante dal rituale, dicendo: “Per questa virtù, possa io rapidamente realizzare lo stato della nobile Tara e porre tutti gli esseri in tale stato”;

13) Auspici di buon augurio:

mentre recitano questi auspici, i praticanti lanciano in aria del riso per simboleggiare dei fiori che gli dèi riversano in pioggia sulla terra;

14) In genere, il rituale viene concluso con ulteriori preghiere, tra cui quelle per la lunga vita dei Maestri.

Chi vuol compiere in modo perfetto la “pratica esteriore”, si deve impegnare a recitare un milione di mantra OM TĀRE TUTTĀRE TURE SVĀHĀ.⁵⁹

2) PRATICA INTERIORE

Questa pratica pone l’accento sulla “fase di generazione o di sviluppo” (utpannakrama), nel corso della quale si visualizza se stessi sotto forma della divinità.

Tale visualizzazione riunisce in un palazzo celeste 13 divinità:

- a) al centro, Tara Verde (il praticante stesso);
- b) attorno ad essa, le “8 Tara che proteggono dalle 8 grandi paure”, sedute nella stessa posizione di Tara Verde e descritte nell’apposito paragrafo;
- c) all’esterno del palazzo, le “4 Guardiane”, che custodiscono ciascuna una delle porte del palazzo stesso, poste nelle 4 direzioni principali. Esse stanno in piedi, col viso dall’espressione irata, tengono nella mano sinistra una campanella ed hanno la destra atteggiata come segue:

- ad est, la Guardiana bianca, che tiene un uncino;
- a sud, la Guardiana gialla, che tiene una corda;
- ad ovest, la Guardiana rossa, che tiene una catena;
- a nord, la Guardiana verde, che compie il “mudrā della minaccia”.

3) PRATICA SEGRETA

Questa pratica mette l’accento sulla “fase di completamento o perfezionamento” (sampannakrama), dove si lavora soprattutto sulle energie sottili (nāḍī, rluṅ e thigle). Sono allora presenti 9 divinità:

al centro del palazzo celeste, Samaya Tārā (verde) in unione con Hayagrīva;

attorno ad essa, 4 aspetti di Tara che - come nella “pratica interiore” - compiono il “mudrā del dono” con la mano destra e tengono nella sinistra un loto, su cui si trovano diversi oggetti simbolici:

- a est, Vajra Tārā, blu, vajra
- a sud, Ratna Tārā, gialla, gioiello
- ad ovest, Padma Tārā, rossa, uncino
- a nord, Karma Tārā, nera, spada;

c) all’esterno del palazzo, le 4 Guardiane delle porte, come nella “pratica interiore”.

⁵⁹ Questo mantra (che non appartiene ai tantra superiori) può essere recitato anche se non ci è stata conferita l’iniziazione. Ovviamente, i benefici saranno maggiori quando la si sarà ricevuta.

LE INIZIAZIONI DI TARA

Noi possediamo fin da ora i 4 “kāya di un buddha” (cioè, i 4 aspetti della buddhità), ma non in modo effettivo e attuale, bensì latente e potenziale, essendo ricoperti dai veli karmici. E’ dunque necessario liberarsene affinché i kāya si rivelino per quel che sono.

L’iniziazione ha la funzione di iniziare un processo che consente di operare la purificazione del karma negativo e di “risvegliare” i 4 kāya affinché passino dallo stato virtuale a quello reale.

L’iniziazione consiste di un rituale che comporta delle meditazioni e visualizzazioni, la recitazione di mantra, l’esecuzione di mudrā e l’utilizzazione di diversi oggetti; e può essere conferita solo da un “maestro-vajra” (vajrācārya), ossia appartenente alla tradizione del vajrayāna e dotato di certe caratteristiche⁶⁰.

Per una medesima divinità possono esistere diverse iniziazioni corrispondenti a differenti lignaggi, differenti tantra o differenti gradi di pratica.

Per Tara esistono così - come si è visto sopra - una pratica esteriore, una pratica interiore e una pratica segreta, richiedenti ciascuna la propria iniziazione.

1) L’iniziazione di Tara data in pubblico è quella della “pratica esteriore”, appartenente al kriyāntāra. Consiste in un rituale detto propriamente “permesso”, che si divide in 3 parti: permesso del Corpo, permesso della Parola e permesso della Mente.

a) Col “permesso del Corpo della divinità” il discepolo viene purificato dalle colpe e dal karma negativo compiuto col corpo. Egli è d’ora in avanti autorizzato a meditare il corpo della divinità⁶¹; in particolare, a visualizzarsi sotto la forma di Tara. Dal punto di vista rituale, questo “permesso” è conferito - oltre che con diverse visualizzazioni - con l’acquamanile (bum-pa), che viene posto sulla testa del discepolo e di cui egli riceve alcune gocce d’acqua nel cavo della mano per poterle bere;

b) Col “permesso della Parola della divinità” il discepolo viene purificato dalle colpe e dal karma negativo compiuto con la parola; egli è autorizzato a recitare il mantra di Tara. Dal punto di vista rituale, questo “permesso” è conferito con la ripetizione del mantra, per la quale serve da supporto una mālā;

c) Col “permesso della Mente della divinità” il discepolo viene purificato dalle colpe e dal karma negativo compiuto con i pensieri. Questo “permesso” è conferito con una rappresentazione del loto che Tara tiene in mano. E esso autorizza il discepolo ad assorbire la propria mente nella contemplazione (samādhi) della divinità⁶².

Dato che queste 3 tappe danno al discepolo il “potere” (dbañ) di visualizzare la divinità, di recitare il suo mantra e di compiere la sua contemplazione, il rituale è detto “trasmissione (o conferimento) di potere” (dbañ-bskur), espressione con cui si indica una iniziazione in tibetano.

⁶⁰ Cioè, deve avere egli stesso ricevuto l’iniziazione della divinità che si appresta a trasmettere; questa iniziazione deve essere stata trasmessa fino a lui tramite un lignaggio privo di interruzioni; deve aver compiuto la pratica della divinità.

⁶¹ Qui la contemplazione consiste nell’immaginare chiaramente il corpo della divinità, le sue vesti, ornamenti ed attributi, e la sillaba-germe nel suo cuore.

⁶² Qui la contemplazione consiste nel restare in uno stato in cui la nostra mente e quella della divinità sono indifferenziate, nello stato naturale, senza costruzioni mentali e senza distrazione.

2) Altre iniziazioni di Tara, specialmente quelle appartenenti ai tantra superiori, possono presentarsi in modo leggermente diverso e avere una struttura più complessa.

5. I TANTRA DI TARA

A) I TANTRA

I tantra sono insegnamenti mistici ed esoterici che un buddha non ha predicato in pubblico a qualsiasi persona indistintamente, ma che da lui sono stati rivelati ed impartiti solo a degli ascoltatori dalle facoltà più acute, capaci di raggiungere una conoscenza particolarmente approfondita: dèi, bodhisattva celestiali ed altri esseri coi quali l'umanità ordinaria non comunica abitualmente.

Si tratta di insegnamenti avanzati, praticando i quali l'Illuminazione è ottenuta più direttamente e rapidamente che non seguendo i Sūtra, addirittura in questa stessa vita. Essi sono tipici del vajrayāna, comportano metodi, rituali e tecniche particolari, pratiche di visualizzazione (di divinità, di maṇḍala, ecc.), yoga rivolti al 'corpo sottile', recitazioni di mantra e compimento di mudrā, si basano su una complessa simbologia di corpo, parola e mente, e comportano l'identificazione di se stessi come una divinità pienamente illuminata. E ciò al fine di permettere la trasmutazione dei fenomeni impuri in natura indistruttibile, pura come il diamante (vajra), quella della coscienza universale.

L'origine del tantra di Tara - come quella di tutti i tantra - non può essere situata nel tempo. I tantra non sono testi di origine umana, perché dimorano nell'onniscienza della mente dei buddha, aldilà del tempo e della manifestazione. Non si può dunque, propriamente parlando, assegnar loro un'origine: essi sono, in realtà, eterni. Ma, pur appartenendo alla conoscenza eterna dei buddha, questi li rivelano e li enunciano quando un'epoca lo richiede.

Così il tantra di Tara fu già rivelato durante numerosi *kalpa passati* prima di esserlo per la nostra epoca. Venne enunciato da buddha Vairocana, che non lo pronunciò con la bocca ma lo espresse tramite la propria uṣṇīṣa⁶³.

Per quanto riguarda *il nostro kalpa*⁶⁴, il tantra di Tara fu - ben prima della venuta di buddha Śākyamuni - rivelato a più riprese da Avalokiteśvara nella sua Terra Pura, il monte Potala⁶⁵.

Infatti, all'inizio di questo kalpa (cioè nel suo 1° yuga o kṛta-yuga)⁶⁶ qui in Terra, sul monte Potala, Avalokiteśvara diede ad un'assemblea di buddha, bodhisattva, deva, nāga e yakṣa un insegnamento (composto di 10 milioni di

⁶³ L'uṣṇīṣa dei buddha permette loro di esprimere dei tantra, così come potrebbero farlo coi normali mezzi d'espressione. Altri tantra - come quello di Uṣṇīṣa-vijaya o di Sitatapatra - sono pure stati enunciati nello stesso modo.

⁶⁴ Il nostro kalpa è quello in cui appariranno 1000 supremi nirmāṇakāya di Buddha - di cui 4 sono già apparsi, mentre ora si è in attesa di Maitreya.

⁶⁵ Vedi l'apposito capitolo.

⁶⁶ Questo nostro kalpa ha visto finora 4 periodi, detti yuga. Durante il primo (kṛta-yuga) la spiritualità si trovava al più alto livello di sviluppo. Durante i periodi successivi essa progressivamente decadde fino a raggiungere, ai giorni nostri, l'età del materialismo, l'oscuro kali-yuga.

strofe⁶⁷), che è il tantra completo di Tara: con esso espose centinaia di migliaia di mantra e tantra riferentisi a Tara, compiendo così la sua benefica azione per gli esseri samsarici⁶⁸.

Nello yuga successivo (treta-yuga), poiché il Dharma era in declino Avalokiteśvara diede un altro insegnamento, riassuntivo del precedente e composto di 600.000 strofe, ad esseri di grado inferiore.

Nello yuga seguente (dvapara-yuga) diede un altro insegnamento ancora più riassunto, in 12.000 strofe.

Nello yuga attuale (kali-yuga) insegnò quel tantra di Tara condensandolo in sole 1.000 strofe; e ciò avvenne prima ancora della comparsa di buddha Śākyamuni in questo mondo.

I suddetti tantra enunciati da Avalokiteśvara non sono quelli che possediamo attualmente. I nostri infatti sono dovuti a buddha Śākyamuni, che li rivelò nelle seguenti circostanze.

B) IL TESTO ATTUALE

Secondo il tantra che spiega i testi suddetti, cioè il *Dākinī-guhya-tilaka*, quel tantra di Tara di 1.000 versi è stato poi ripetuto da buddha Śākyamuni. A questo proposito va premesso che - la sera precedente la sua Illuminazione - Śākyamuni si trovava seduto sotto l'albero della bodhi a Bodhgaya, quando da un punto tra le sopracciglia uscì un raggio di luce che illuminò il regno di Māra e fece maturare spiritualmente gli esseri fino ai confini del mondo. Così gli eserciti di Māra si raccolsero per assalirlo, tentando di distrarlo dal suo intento. A quel punto si manifestò Tara con 8 grandi scoppi di risa⁶⁹: la forza del suono di tali risate fece cadere al suolo, svenuti, quella particolare specie di Māra che è detta "Māra dei demoni"⁷⁰. A seguito di ciò Śākyamuni si manifestò come Krodharāja Achala (manifestazione irata di buddha Akṣobhya)⁷¹. Attraverso il samādhi che schiaccia tutti i Māra, spodestò Māra stesso. In seguito, all'alba, avendo realizzata l'Illuminazione, divenne un buddha manifesto e perfetto, identico al tathāgata Akṣobhya ed una cosa sola con esso; e quando la dea Tara gli offrì delle pūja, espose il suo tantra per esteso.

Questo peraltro non fu ancora il momento in cui esso venne comunicato agli uomini: bisognerà ancora attendere parecchi secoli. Quando i tantra furono enunciati dal Buddha non furono in effetti rivolti a degli uomini, ma a delle assemblee di bodhisattva, deva, nāga ed altri esseri⁷². Il più spesso, ciò non avvenne

⁶⁷ Strofe o śloka. Dieci milioni di strofe corrispondono a 100 milioni di parole. Altre fonti invece parlano di 800.000 strofe.

⁶⁸ Il maestro Buddhagupta asserisce che - benché i tantra di Tara rivelati da Avalokiteśvara durante il kṛta-yuga non esistano più nel mondo degli uomini - sono comunque stati conservati nel mondo dei deva e dei vidyādharā. E' intenzione di Avalokiteśvara e di Tara farne proseguire il beneficio per gli esseri fortunati, cioè per coloro che possiedono un karma positivo. Ad es., alcuni di questi testi furono rivelati - al tempo dei mahāsiddha - a certi individui ispirati. Questi testi sono ora conservati nel canone tibetano.

⁶⁹ Ch'ak Lotsawa (che visse intorno al 1234/6) dice che alla sua epoca esisteva una Huluhulu-tārā ("Tara ridente"), un'immagine (creata miracolosamente) di tara con la mano destra sulla bocca, che ride facendosi beffe dei tentativi di Māra d'impedire l'Illuminazione del Buddha.

⁷⁰ E' la 4ª specie di Māra: sono ostacoli all'Illuminazione e possono avere molti aspetti diversi.

⁷¹ Achala o Krodhāchala (tib. Mig-yo-ba): uno degli 8 Krodharāja, divinità infuriate. Secondo il Candāmaharōṣana Tantra, Buddha assunse questo aspetto infuriato per sottomettere Māra e le sue schiere demoniache.

⁷² Così, prima degli uomini, sono altre categorie di esseri che han potuto ricevere gli insegnamenti tantrici e trarne profitto spiritualmente.

neppure in luoghi umani, ma in altri regni di manifestazione come il Potala di Avalokiteśvara.

In effetti, dopo aver rivelato il maṇḍala dei tathāgata delle 6 Famiglie, Buddha decise di prevenire la perdita del tantra-radice e del tantra che ne è il commentario (intitolato Tāre-viśvakarmabhāva Tantra), insegnandoli agli esseri samsarici. Così, assieme a schiere di bodhisattva⁷³, egli si recò sul monte Potala: lì conferì iniziazioni a moltissimi deva, nāga, yakṣa, gandharva, ecc. Avendo così illustrato loro la dottrina tantrica del Vajrayāna⁷⁴ (compreso il tantra di Tara in 1.000 strofe come noi oggi lo conosciamo⁷⁵), li condusse alla realizzazione suprema.

Alla fine affidò i tantra alle cure e alla tutela del bodhisattva Vajrapāṇi⁷⁶ e questi vennero praticati nelle sfere dei Vidyādhara⁷⁷, in particolare in Alakāvati⁷⁸. Allo scopo d'impedire che quei tantra si perdessero, Vajrapāṇi stesso si manifestò come re Indrabhūti⁷⁹, che ottenne i tantra in due modi:

--talvolta per rivelazione di Vajrapāṇi o di altri bodhisattva, mettendoli per iscritto man mano che li ascoltava, redigendo così molti volumi;

--talvolta ricevendo in dono direttamente, in modo miracoloso, il testo già redatto.

Questo re conservò tuttavia questi testi in maniera segreta, chiudendoli in alcuni forzieri, che occultò nella terra di Uḍḍiyāna⁸⁰; e ne trasmise il contenuto solo a qualche discepolo predestinato, perché non era ancora maturo il tempo per una effettiva propagazione: così, si dice che i tantra continuarono ad esser praticati solo da vīra e yoginī⁸¹.

Nei 300 anni susseguenti il parinirvāṇa di Śākyamuni gli śrāvaka indissero 3 Concilii riguardanti il Dharma⁸², ma in tale periodo - in cui era diffuso l'hīnayāna - l'insegnamento mahāyāna e vajrayāna (sūtra e tantra) non venne divulgato pubblicamente nel mondo degli uomini, bensì praticato in segreto e trasmesso da guru a discepolo senza interruzione. Così,

--per quanto riguarda i sūtra del Grande Veicolo (che, come quelli dei tantra, erano stati custoditi da Bodhisattva celestiali), cominciarono ad essere ricevuti da esseri particolarmente puri, in occasione di visioni di Avalokiteśvara o di Mañjuśrī;

⁷³ Gli insegnamenti tantrici vennero richiesti da Bodhisattva quali Mañjuśrī, Samantabhadra, Vajrapāṇi ed altri, a cui Śākyamuni - in disparte dai suoi discepoli ordinari - esposero i diversi tantra in luoghi e condizioni particolari.

⁷⁴ Il tantrismo fu insegnato da buddha Śākyamuni nella sua manifestazione esoterica di Vajradhara - che successivamente assunse l'aspetto delle diverse divinità (Cakrasaṃvara, Kālacakra, ecc.) connesse ai tantra che, a seconda dei casi, esponeva.

⁷⁵ Di cui fa parte la "Lode a Tara in 21 omaggi".

⁷⁶ Che per questa ragione porta anche il nome di "Guardiano dei Segreti".

⁷⁷ Sono gli esseri soprannaturali che possiedono saggezza esoterica e magico potere psichico. Volano nell'aria, hanno un bell'aspetto umano, talora con la parte inferiore del corpo simile a quello d'un uccello.

⁷⁸ Alakāvati, Aṭakāvati o Aḍakāvati (lCaṅ-lo-can): la Terra Pura di Vajrapāṇi, posta sul pendio meridionale del monte Meru identificato con l'Himālaya occidentale.

⁷⁹ Il re Indrabhūti (o Indrabodhi) di Uḍḍiyāna - contemporaneo di buddha Śākyamuni - ricevette i Tantra Paterni del Mahāyoga attraverso la meditazione di Vajrapāṇi.

⁸⁰ Uḍḍiyāna (O-rgyan) è la valle dello Swat nel Pakistan settentrionale. Come luogo di nascita di Guru Padmasambhava divenne noto col nome di "paradiso delle ḍākinī", una dimensione nirmaṇakāya ("O-rgyan mkha'-'gro liṅ"). E' un luogo speciale per i tantra, in quanto vi esisteva la "biblioteca" dei tantra più preziosi: non una biblioteca in senso materiale (scaffali e libri), ma in senso mistico, cioè nel senso che lì vi sarà sempre conservata tutta la tradizione tantrica. Chi, in Uḍḍiyāna, rilevò dal possesso delle ḍākinī i tantra citati nel testo, fu l'āchārya Guhyaśīla.

⁸¹ Vīra e yoginī, noti anche come ḍāka e ḍākinī, sono esseri rispettivamente maschili e femminili che possiedono prodigiosi poteri psichici.

⁸² A Rājagṛha nel 486 a.C., a Vaiśālī in Kaśmīr nel 386 o 376 a.C. e a Pāṭalipūtra nel 245 a.C.

--per quanto concerne i tantra, cominciarono ad essere rivelati nello stesso modo, cioè grazie a delle visioni, specialmente di Vajrasattva e Guhyapati⁸³ ad individui fortunati che li praticavano privatamente. Relativamente pochi individui seguivano allora la via dei tantra, dato che la trasmissione avveniva unicamente da maestro a discepolo in ambito personale. Le pratiche erano tenute segretissime e nessuno poteva dire che un tale era un adepto tantrico. Tara era fra le divinità praticate segretamente.

La principale propagazione del tantra di Tara avvenne grazie ad un monaco bengalese, della casta dei brahmani, di nome Hayapāla.

Dopo aver assimilato numerosi insegnamenti del Mahāyāna, incontrò il brahmano Guhyaśīla che aveva ricevuto direttamente da Vajrapāṇi delle istruzioni su Tara. Da Guhyaśīla egli ricevette l'iniziazione di Tara e sotto la sua direzione fece la pratica di questa dea, il che gli consentì di ottenere la buddhitā.

Hayapāla si recò poi in Uḍḍiyāna, dove le ḍākinī gli trasmisero vari tantra di Tara:

- il Tantra fondamentale dell'origine di Tara
- il Tantra violento e feroce
- il Tantra segreto del sublime vajra insuperabile
- il Tantra della produzione di Heruka.

Ritornò poi in India e si insediò nella città di Tipurar, dove costruì un tempio soprattutto per ospitare quei tantra. Ai suoi discepoli ordinari trasmetteva gli insegnamenti della prajñāpāramitā e dei sūtra del Mahāyāna; a quelli particolarmente dotati trasmetteva la pratica di Tara, grazie a cui molti di essi giunsero all'Illuminazione.

Hayapāla trasmise poi il lignaggio di Tara al suo discepolo Hayaghoṣa. Costui lo passò a Nāgārjuna⁸⁴, che apprese vari tantra, tra cui quello di Tara - che allora era praticato da molte migliaia di persone e grazie al quale egli raggiunse la buddhitā. E' a quest'epoca che si comincia a sentir parlare dei tantra pubblicamente.

Tra i testi per la pratica di Tara vanno ricordati quelli (in numero di 108) ricevuti nel 7° sec. dal poeta e filosofo indiano Candragomin. Costui, sposato alla figlia di un re, l'abbandonò ben presto, sollevando le ire del monarca, che lo fece gettare nel Gange chiuso in una cassa; ma fu salvato da Tara, che creò un'isola miracolosa al centro del fiume, dove approdò.

Un giorno, leggendo un commentario scritto da Candrakīrti, lo giudicò migliore del suo, che gettò in un pozzo. Gli apparve Tara, che gli ingiunse di recuperare il testo, in quanto destinato a diventare più benefico agli altri di quello del suo rivale.

Si riferiscono molti altri miracoli nella sua vita, tutti collegati a Tara; al cui indirizzo scrisse quattro lodi, che fanno tutte parte del bKa'-gyur.

Il culto di Tara fu introdotto in Tibet tramite diverse vie. Atiṣa - che aveva una stretta connessione con la dea - svolse un ruolo molto importante nella propagazione della sua pratica nel Paese delle Nevi.

a) Infatti, fin dalla nascita di Atiṣa la dea indicò chiaramente di proteggere quel bambino. Atiṣa nacque nel 982, secondo figlio di una famiglia reale del Bengala; i

⁸³ Vajrasattva è l'aspetto esoterico (saṃbhogakāya) che Buddha assunse per insegnare l'anuttarayogatantra; Guhyapati è un titolo di Vajrapāṇi.

⁸⁴ Gli storici occidentali distinguono due Nāgārjuna: uno vissuto nel periodo dal 150 al 200 d.C. (il fondatore della teoria della Vacuità) e uno intorno all'800 (il mahāsiddha). Per i tibetani si tratta di un'unica persona, vissuta 600 anni.

suoi genitori lo chiamarono Candragarbha ('Essenza della Luna'). Mentre il neonato dormiva nella sua culla al piano superiore del palazzo, il re e la regina sentirono delle musiche misteriose provenire dall'esterno. Poi, la regina vide un loto cadere dal cielo e posarsi davanti alla culla. Contemporaneamente, il viso del bambino si trasformò a somiglianza di Tara. Tutti conclusero che Tara era - da numerose vite - la sua divinità tutelare.

b) Quando Atiṣa divenne adolescente, il re suo padre organizzò delle grandi feste alle quali partecipavano molte principesse con le loro dame di compagnia. Tutte quante, sedotte dalla bellezza e dal comportamento del principe, lo guardavano con desiderio. Una dea di color pallido - che era poi Tara - apparve allora per ammonire Candragarbha: "Se - gli disse - proprio come un elefante sprofonda nella melma, tu, un eroe, sprofondassi nel pantano del desiderio, ciò non macchierebbe forse le vesti dell'etica che hai portato durante le tue 552 vite precedenti, durante le quali sei sempre stato un erudito impeccabile, un monaco perfetto? proprio come i cigni cercano i laghi ornati di lotti, ricerca l'ordinazione monastica in questa vita!"

Divenuto monaco a 29 anni, Atiṣa si consacrò con ardore allo studio ed alla pratica. Col passare degli anni la sua fama crebbe e fu a più riprese invitato ad andare in Tibet dove le persecuzioni contro il buddhismo da parte del re gLañ-darma avevano creato una situazione critica. Egli però esitava ad abbandonare i suoi incarichi monastici - era diventato abate di Vikramaśīla - e a recarsi in quel paese del nord ritenuto alquanto difficile. Furono necessari vari interventi di Tara per convincerlo, interventi che ora vedremo.

c) Un giorno capitò che Atiṣa dovette procedere all'espulsione dall'Università di Vikramaśīla del monaco Maitripa, che aveva un comportamento un po' al di fuori delle norme, ma la cui realizzazione yogica era molto grande. Poco dopo, Atiṣa fece un sogno, in cui gli apparve Tara che gli diceva:

"Il monaco che tu hai cacciato è un bodhisattva. Ora, non è permesso agire contro un bodhisattva, neppure involontariamente. Chi non sa riparare un simile errore, rinascerà con un corpo grande come il monte Meru, di cui si nutriranno migliaia d'uccelli e d'insetti."

"Come evitare così funeste conseguenze?" domandò Atiṣa spaventato.

"Dovrai recarti nel Paese del Nord - rispose Tara - e lì dedicarti alla propagazione degli insegnamenti del Mahāyāna."

d) Più tardi Tara apparve di nuovo in sogno ad Atiṣa e gli ingiunse di recarsi in un tempio per incontrarvi una yoginī che aveva qualcosa d'importante da dirgli. L'indomani mattina egli si recò in quel tempio, dove incontrò la yoginī. Offrendole alcuni fiori, le disse: "Sono stato invitato in Tibet. Riuscirò a compiervi bene la mia missione?"

"Il tuo soggiorno in Tibet sarà molto fruttuoso - gli rispose la yoginī. Tu d'altronde vi incontrerai un fedele laico ('Brom-ston-pa) che ti sarà di notevole aiuto."

e) Quando il re del Tibet Byaṅ-chub 'Od gli mandò degli emissari per invitarlo nel suo Paese, Atiṣa consultò di nuovo Tara sull'opportunità di accettare. La dea gli disse: "Se vai in Tibet, ciò sarà estremamente utile. Però la tua vita verrà accorciata."

"Accorciata di quanti anni?" chiese lui.

"Se non vai in Tibet, vivrai fino a 92 anni. Se ci vai, morirai a 72 anni" fu la risposta.

“Vent’anni della mia vita non sono affatto importanti - pensò Atiṣa - se, sacrificandoli, posso lavorare per il bene degli esseri e del Dharma.”

E fu così che a 59 anni egli lasciò le calde pianure dell’India per raggiungere gli altopiani del Tibet. Egli vi consacrò il resto della sua esistenza ad insegnare e vi morì nel 1054, come previsto.

Ricorderemo anche il 1° Dalai Lama, dGe-‘dun-grub dPal-bzan (1391-1475)⁸⁵ e infine lo storico tibetano Tārānātha Kun-dga’ sñin-po (1575-1634)⁸⁶ che scrisse il “gSer-gyi ‘phren-ba”, “Il rosario d’oro, una storia che rivela l’origine del Tantra di Tara”. Egli - che è la principale nostra fonte d’informazione in proposito - aveva ricevuto la trasmissione di Tara da parte di un discepolo del maestro indiano Śiwa Bepa che era in Tibet.

6. LA LODE A TARA IN 21 OMAGGI

Il tantra in cui Tara figura come deità centrale è il "Sarva-tathāgata-māṭṛ-tārā-viśvakarma-bhava-tantra-nāma" (“Il tantra detto ‘L’origine di tutti i riti di Tara, la madre di tutti i Tathāgata”)⁸⁷: 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" ("Bhagavaty-ārya-tārā-devyā namaskārā-ikaviṃśati stotam guṇa-hita-sahitam"). L’originale testo sanscrito - come si è detto - venne portato dall’India in Tibet nella 2ª metà dell’11° sec. ad opera di Dhar-ma-grags, il quale lo tradusse in tibetano col titolo “sGrol-ma-la phyag-‘tshal ñi-ṣu rtsa-gcig-gi bstod-pa”⁸⁸.

Nel suddetto tantra, buddha Śākyamuni parla al bodhisattva Mañjuṣrī 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 semplificata⁸⁹, è il seguente:

⁸⁵ Di cui è riportata in appendice una famosa lode a Tara.

⁸⁶ Tārānātha significa “Bambino di Tara”.

⁸⁷ Il titolo viene tradotto anche così: “Il tantra detto all’origine di tutti i riti di Tara, la madre di tutti i Tathāgata” oppure “Il tantra fonte di tutte le attività di Tara, la madre di tutti i Tathāgata”. In tib. è "De-bzin gṣegs-pa thams-cad-kyi yum sGrol-ma las sna-tshogs 'byuñ ba žes-bya-ba'i rgyud".

⁸⁸ Oppure: “bCom-ldan ‘das-ma sGrol-ma yañ-dag-par rdzogs-pa’i Sañs-rgyas bstod-pa gsuñs-pa”.

⁸⁹ Per la pronuncia vanno osservate le seguenti regole:

c ⁱ	c dolce di “ceci”
d ^f	d pronunciata simultaneamente ad una r debole con la lingua rivolta all’indietro contro il palato
g ^h	g duro di “gatto”
g ⁱ	g dolce di “gelo”
h	h aspirata dell’ingl. “heart”
ñ	gn di “gnomo”

“”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^hyi
g^hesar gewa le ni g'unma.

2) C'agzel tönke dawa cuntu
gañwa g^hya ni zegpe želma;
carma toñt'ag zogpa nam kyi
rabtu cewe ö rab barma.

3) C'agzel serño c'u ne kye kyi
peme c'ag ni nampar g^hyen ma;
ginpa zönd'ü catub žiwa
zöpa samten c'öyül ñima.

4) C'agzel dežin šegpe zugtor
taye nampar g^hyelwar c'öma;
malü paröl cin pa tob pe
g^hyelwe se kyi šintu tenma.

5) C'agzel tuttara hum yig^he
dö dañ c'og dañ nam ca gañ ma;
gigten dünpo žab kyi nente
lüpa mepar gugpar nüma.

6) C'agzel g^hyagin melha zañpa
luñlha nazog wañ c'ug c'ö ma;
g'unpo rolañ d'iža nam dañ
nögin zog kyi dün ne töma.

7) C'agzel tre ce g'a dañ pe kyi
paröl t'ülcor rabtu g'omma;
yecum yönkyañ 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'oñer denze
d'awo tamce malü söma.

ñ	ng dell'ingl. "king"
š	sc di "scena"
t'	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".

9) Cⁱagzel cöncⁱog sum zön cⁱag g^hye
sor mö tugcar nampar g^hyenma;
malü cⁱog kyi corlö g^hyenpe
rañ g^hi ö kyi zog nam t^fugma.

10) Cⁱagzel rabtu gawa gipe
ug^hyen ö kyi t^feñwa pelma;
žepa rab že tuttara yi
dü dañ gigten wañ du zema.

11) Cⁱagzel sa ži kyoñwe zog nam
tamce gugpar nüma ñima;
t^foñer yowe yig^he hum g^hi
poñpa tamce nampar d^fölma.

12) Cⁱagzel dawé dumbü ug^hyen
g^hyenpa tamce šintu barma;
relpe t^fö na öpagme le
tagpar šintu ö rab zema.

13) Cⁱagzel kelpe tame me tar
barwe t^feñwe ü na nema;
yekyañ yöncum cün ne corg^he
d^fa yi puñ ni nampar gⁱomma.

14) Cⁱagzel sa žii nõ la cⁱag gi
til g^hyi nün ciñ žab kyi duñma;
t^foñer cen že yig^he hum g^hi
rimpa dünpo nam ni g^hemma.

15) Cⁱagzel dema g^hema žima
ña ñende ži cⁱöyül ñima;
soha om dañ yañdag denpe
digpa cenpo gⁱompa ñima.

16) Cⁱagzel cün ne cor rab gawe
d^fa yi lü ni nampar g^hemma;
yig^he cⁱupe ñag ni cöpe
rigpa hum le d^fölma ñima.

17) Cⁱagzel ture žab ni dab pe
hum g^hi nampe sabön ñima;
rirab mandara dañ big ge
gigten sum nam yowa ñima.

18) Cⁱagzel lha yi zo yi nampe
ridag tag cen cⁱag na namma;
tara ñi gⁱö pe kyi yig^he
dug nam malü pa ni selma.

19) C'agzel lha yi zog nam g^hyelpo
lha dañ mi am ci yi tenma;
cün ne goc'a gawe gi g^hyi
zö dañ milam ñenpa selma.

20) C'agzel ñima dawa g^hyepe
cen ñi po la ö rab selma;
hara ñi gⁱö 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
gⁱompa 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 Ture,
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 OM - 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 HŪM̐ 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 kiṇṇara ;
che - con la tua corazza che irradia gioia all'intorno - dissipati 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.

«« OM̐, 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)⁹⁰.

"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

⁹⁰ 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 1^a sillaba significa "sovrana" (ossia ci si rivolge a Lei quale figura principale di tutti i luoghi di rifugio) e la 2^a vuol dire "regina" (ossia Essa non è contaminata da alcun difetto); la 3^a sillaba serve per rendere il termine di genere femminile.

-- 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 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 nāga), 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 perché 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 affezioni 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 buddhità), 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"⁹¹. Si tratta dei reami

a) del Desiderio (Kāmadhātu) :

⁹¹ 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.

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 Nirmaṇarati e i Paranirmitavāśavartin) ;

b) della Forma (Rūpadhātu) :

abitato dalle seguenti classi di dèi superiori (cioè, su livelli di esistenza più sottile): dèi Brahmā, 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 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 inferni, animali, preta, uomini, asura, deva ed esseri del bar-do; oppure preta, uomini, asura, deva, nāga, vidyādhara⁹² e kiṅṅara⁹³.

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.

⁹² 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.

⁹³ Vedi la strofa 19.

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 ṛṣi⁹⁴, 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:

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.

⁹⁴ 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.

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 incuti 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.⁹⁵

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.⁹⁶ Col pollice e con l'anulare la sinistra tiene un utpala,

⁹⁵ 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;

-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.

⁹⁶ 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.

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 buddhità. 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 samsāra, 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.

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
- Virūḍhaka, 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 HŪṂ”, 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 Hūṁ: 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 Hūṁ (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 Sukhāvati⁹⁷. 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.

⁹⁷ 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.

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 circonfunsa 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) ; dopodichè non resta nulla se non lo spazio in cui l'universo si trovava.

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 afflizioni 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).⁹⁸

⁹⁸ 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".

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 piedi⁹⁹) 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 strumento rituale tantrico, dalla forma di piccolo scettro e simbolo dell'indistruttibile realtà dello stato di buddha.

Con queste hūm 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 Vītala¹⁰⁰. 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 esser 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.

⁹⁹ 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.

¹⁰⁰ 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".

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

"Virtuosa" significa che ha seguito il comportamento morale delle "10 azioni positive" (astenedosi 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 acquietati). 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 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, nonchè 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 *stradicarne* 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 HŪM̐ e col mantra in cui sono disposte le 10
sillabe !

Qui inizia la 3^a 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 hūm̐” :

“OM̐ NAMAS TĀRE NAMO HARE HŪM̐ HARE SVĀHĀ”¹⁰¹

al cui centro c’è la sillaba HŪM̐ posta nel cuore di Tara. HŪM̐ 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” :

“OM̐ 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 TĀM̐, 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 Tara¹⁰².

¹⁰¹ Si legge: om namastaré namoharé hum haré soha.

¹⁰² 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.

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!

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 HŪM̐ (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 HŪM̐ 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. 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 Pradeś in India (culmina a 1400 m.).¹⁰³

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

¹⁰³ Altre versioni traducono "Kailāś", montagna sacra del Tibet occidentale, dimora di Cakrasaṃvara per i buddhisti e di Śiva per gli induisti.

erronee che derivano dall'attaccamento all'esistenza intrinseca sulla base dei 5 aggregati transitori (skandha)¹⁰⁴.

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.

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 Jātaka¹⁰⁵, 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.

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

¹⁰⁵ I racconti delle vite anteriori del Buddha.

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

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

<p>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 - elimini tutti i conflitti e gli incubi !</p>

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 kiṅṅara 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 “kiṅṅara” 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 *destro* (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 OM̐, 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, HŪM (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 inferiore¹⁰⁶.

70 milioni di Conquistatori¹⁰⁷ lo inizieranno rapidamente e crescerà in grandezza¹⁰⁸ 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 inanimata¹⁰⁹
- che egli abbia mangiato o bevuto.

¹⁰⁶ Ossia, di rinascere come essere infernale, animale o preta.

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

¹⁰⁸ 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.

¹⁰⁹ 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.

Ogni tipo di sofferenza causata dai demoni¹¹⁰,
dalle malattie contagiose e dai veleni
sparirà anche per tutti gli altri esseri¹¹¹.

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:

"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.

¹¹⁰ Graha (spiriti maligni).

¹¹¹ Oltre che per il praticante.

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 beata¹¹² nobile Tara!
Omaggio alla gloriosa Madre che libera con TĀRE¹¹³,
che elimina ogni paura con TUTTĀRE
e che concede ogni successo¹¹⁴ con TURE.

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 TĀM
e il cui capo è adorno di Amitābha,
attività illuminata dei buddha dei 3 tempi¹¹⁵,
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 Avalokiteṣvara.

“TĀM” è una sillaba-seme (bīja-maṅtra), 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 TĀM emerge Tara, da DHĪ Mañjuśrī, da BĀM Vajrayoginī, da HŪM 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. TĀM è dunque la speciale sillaba che rappresenta foneticamente l’essenza di Tara.

¹¹² In tib. bcom-ldan-‘das-ma (bhagavatī). Altre versioni hanno rje-btsun-ma = venerabile.

¹¹³ Cioè, mediante il suono TARE del “mantra delle 10 sillabe”.

¹¹⁴ Ossia, esaudisce tutte le aspirazioni, concedendo ogni beneficio sia temporale che ultimo.

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

“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.

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)¹¹⁶ : è una figura materna bellissima o un’incantevole fanciulla sedicenne¹¹⁷ 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 fior di loto. Il colore verde è simbolo dell’elemento aria (o

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

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

vento) e quindi del movimento; perciò - dal punto di vista spirituale - indica l'attività illuminata, la compassione attiva ed operosa¹¹⁸: Tara agisce, per il bene di coloro che la pregano, senza indugi e con la rapidità del vento.

La sua gamba sinistra è ripiegata¹¹⁹ (simbolo del controllo sul desiderio¹²⁰ o dell'indugiare nella meditazione sulla non-dualità delle apparizioni) e la destra è protesa col piede appoggiato su un piccolo loto più in basso¹²¹ (per indicare che è sempre pronta ad alzarsi per venire in aiuto di tutti gli esseri)¹²². 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)¹²³.

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)¹²⁴. 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)¹²⁵.

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 preziose¹²⁶, 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

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

¹¹⁹ In posizione dhyānāsana o posa di meditazione.

¹²⁰ O della rinuncia alle passioni mondane.

¹²¹ Cioè, in posizione lalitāsana.

¹²² Oppure le due gambe simboleggiano il Metodo e la Saggezza.

¹²³ La mano sinistra è cioè in vitarka-mudrā.

¹²⁴ La mano destra è cioè in varada-mudrā.

¹²⁵ 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.

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

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.

Il suo mantra più comune è OM TARE TUTTARE 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-Iden-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:

Siṃhanada, 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)¹²⁷, a ciascuna delle quali corrisponde un determinato colore:

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 Nāgārjuna¹²⁸ 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 funzione¹²⁹. 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

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

¹²⁸ Nāgārjuna il Mahāsiddha (vissuto intorno all'anno 800 d.C.).

¹²⁹ 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.

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 dpa'-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:

--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-mdans, 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) "Zi-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.yaṅs-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.yaṅs-can-ma):

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

3.

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

sta in posizione vajra-paryāṅka, 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) "Kānaka-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-paryāṅka 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 prematura¹³⁰) e concede i più alti livelli d'esistenza con lo sviluppo dei 10 bhūmi (ossia le perfezioni dei 10 stadi del Sentiero dei Bodhisattva).

¹³⁰ 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.

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.

5.

a) "Hūṃ svara-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.

6.

a) "Trailokya-vijaya" (Jig-rten gsum-las nam-par rgyal-ba/-ma o 'Jig-rten
gsum-[las] nam-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 nam-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.

7.

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

8.

- 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 nam-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)¹³¹:

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)¹³²:

sta su un loto rosso ed un disco lunare; di color rosso rubino, ha un viso e 4 braccia, di cui due sono incrociate aldisopra 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

¹³¹ Per altri testi, invece, qui va posta Varada del punto 10.

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

2^a sinistra tiene un ramo d'aśoka col suo frutto. Appartiene alla Famiglia Amoghasiddhi. Concede la consacrazione (pratiṣṭhā).

b) "bDud-daṅ '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):

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)¹³³:

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 aldisopra 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 maṅḍala.

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-śis snaṅ-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).¹³⁴

b) "bKra-śis 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-śis 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.

¹³³ Nel caso della nota precedente, qui va posta "Jagad-vaśī [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.

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

d) "bKra-ṣis 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.

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

rossa, col viso rugoso e corrucciato, 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 braciere):

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

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 cannuccia di luce), ruota¹³⁶ e laccio a sinistra. Appartiene alla Famiglia di Amoghasiddhi. Il suo rito consiste in un cerchio di protezione¹³⁷.

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

¹³⁵ 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.

¹³⁶ Oppure, la testa di Brahmā.

¹³⁷ 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.

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.

15.

a) "Mahāśānti" (Zi-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" (Zi-ba chen-mo, Grande pace; o Rab-zi-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 zi-ba, Rab-[tu]-zi-ma" (La completamente pacifica):

bianca, regge un loto e un acquamanile purificatore.

d) "Rab-tu zi-ba, Rab-[tu]-zi-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-niṣūdana" (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-paryāṅka 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-paryāṅka 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) "Duhkha-dahana" (sDug-bsñal thams-cad sel-ba, Che distrugge ogni sofferenza; sDug-bsñal bsregs-ma, Che brucia la sofferenza):

sta in posizione sattva-paryāṅka 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) "Duhkha-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 'byun-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")¹³⁸ :

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), Yoṅs-rdzogs byed-ma (Che porta a compimento, Che realizza la perfezione):

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

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

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 OM, 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-ži-ma),
“Coei che placa perfettamente la collera ed i bracieri”:

bianca, cristallo d'acqua¹³⁹;

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

verde, mirobolano;

¹³⁹ 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.

5) “Kudristi-cora-upadravana-nivarani” (lTa-ñan 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-šrinkhala-mocani” (Mi-bzad ser-sna’i lcags-sgrog ‘grol-mzad-ma),

“Colei 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),

“Colei 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),

“Colei 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”¹⁴⁰.

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 Oḍiviṣa (Orissa) uno kṣatriya¹⁴¹ 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 leonessa¹⁴² 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 foglie¹⁴³, lo tirò fuori dalla bocca della leonessa e lo condusse in salvo nella piazza del mercato del paese.

¹⁴⁰ Talora peraltro le 8 “paure esterne” sono comprese nelle “paure minori”.

¹⁴¹ Un appartenente alla casta dei nobili o guerrieri.

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

¹⁴³ Forma di Tara nota come Parnašavarī.

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 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 Gujiratha¹⁴⁴ 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 rākṣasa¹⁴⁵ 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

¹⁴⁴ L'attuale Gujarat.

¹⁴⁵ Spiriti maligni, demoni.

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:

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 ricchezza¹⁴⁶ 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 buddhista¹⁴⁷ che ricordò Tara e, ad alta voce, recitò il mantra di dieci lettere¹⁴⁸. Subito il mare si calmò e la nave, tornata a galla, ritornò a Jambudvīpa¹⁴⁹ 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 śrāvaka¹⁵⁰ 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 cannibale¹⁵¹, mostrando le fauci, apparve e lo afferrò per il capo. I seguaci del Mahāyāna gridarono: “Colei 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 nera¹⁵² 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 ācārya¹⁵³, 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

¹⁴⁶ Nor-bdag, vāsupati.

¹⁴⁷ Un praticante laico.

¹⁴⁸ Om Tāre Tuttāre Ture svāhā.

¹⁴⁹ L'attuale India.

¹⁵⁰ Śrāvaka è un discepolo hinayanista, bhikṣu è un monaco completamente ordinato, śramaṇera è un novizio.

¹⁵¹ Piśaka.

¹⁵² Lha-mo nag-po, Kālī Devī.

¹⁵³ Maestro, insegnante, dotto.

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:

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 yakṣa¹⁵⁴, di un leone feroce, di un elefante o di uno śarabha¹⁵⁵, 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 bhūta¹⁵⁶ 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 foglie¹⁵⁷ 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 Pātāla¹⁵⁸, divenne principe tra molti asura e nāga che lì risiedevano e sperimentò infinite delizie tra i piaceri dei sensi. Alla fine, attraverso una galleria

¹⁵⁴ Spiriti generalmente nocivi.

¹⁵⁵ Mitico animale, simile ad un leone con 4 ali.

¹⁵⁶ Spiriti maligni o demoni.

¹⁵⁷ Tara come Parnaśavarī.

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

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 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. Erano cento 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 Vidyāmantra¹⁵⁹, 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

¹⁵⁹ Praticanti tantrici.

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 makara¹⁶⁰ 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.

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 Sindhu¹⁶¹. 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 abhaya mudrā e quella di sinistra tiene un nāga.

2) BHR̥KUṬĪ

(Khro-gñer Can-ma)

Il suo nome significa "Colei che aggrotta le sopracciglia" o "La corrucciata" 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

¹⁶⁰ Coccodrillo.

¹⁶¹ L'Indo.

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 Bhṛkuṭī (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, Bhṛkuṭī ne simboleggia la saggezza. Solitamente le due dee sono 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 Bhṛkuṭī¹⁶².

Pertanto Bhṛkuṭī, come personaggio nirmānakāya, 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-bžin '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.¹⁶³

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

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

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

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

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

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

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

Viene chiamata anche sNags-bdag o sNags-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 kartṛ (coltello ricurvo) e la kapāla. Si trova spesso in triade con Avalokiteśvara e Tara Verde (alla sua sinistra) oppure con Tara che tiene Bhṛkuṭī 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 blu¹⁶⁴. Essa assume una forma terrificata ed irata allo scopo di soggiogare le Ma-mo

¹⁶⁴ Vi sono anche rappresentazioni di color rosso scuro.

- 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

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 lupo) 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 abhaya mudrā, 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 (Señ-ldeñ-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.¹⁶⁵

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 braccia¹⁶⁶ e in 5 aspetti diversi :

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

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

-Oḍḍyāna-kurukullā (descritta qui sotto)

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

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

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

¹⁶⁶ La forma a 2 braccia è bianca, le altre sono rosse.

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)¹⁶⁷; è circondata dal fuoco della saggezza.

Ha 4 braccia : con le mani della prima coppia (a partire dall’alto) regge un arco¹⁶⁸ 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 (pāśa), anch’esso di fiori¹⁶⁹. 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 ammalia deī, 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, cosicché 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-skya-pa.

Il suo mantra è “OM̐ KURUKULLE HRĪḤ HŪM̐ 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.

¹⁶⁷ In alcuni casi, danza su 3 corpi umani che si dibattono.

¹⁶⁸ Talora omissso nelle raffigurazioni.

¹⁶⁹ 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.

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 rājalīlāsana, 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.

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 (karṇikāpīṭha); 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 luce¹⁷⁰, 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 1ª coppia di mani regge a destra il vajra (simbolo dell'assoluto) e a sinistra un laccio (pāśa) che serve a legare gli spiriti maligni;

¹⁷⁰ E infatti viene invocata abitualmente all'alba.

--la 2^a 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^a 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, protegge dalle malattie e tutela i viaggiatori dai rischi della strada¹⁷¹, 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), Āryamāricī, Māricīpicuvā, Ubhayavarāhānana-Māricī, Daśabhujā-sita-Māricī, Vajradhātviśvari-Māricī.

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 tarjanī mudrā 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

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

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.

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) ṢAD-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 Guhyasamājatantra 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 arti¹⁷²: 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 (dByiñs-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.

Varianti di Sarasvatī sono:

Mahāsarasvatī, Vajravīṇāsarasvatī, Vajraśāradā, Āryasarasvatī, Vajrasarasvatī.

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

18) SIMHA-NĀDA
(Señ-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.

¹⁷² 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.

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 Amitābha¹⁷³; o, anche, alla Famiglia di Buddha.

Il suo corpo è bianco come la luna d'autunno, chiaro come un cristallo e luminoso come un arcobaleno che irradia 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 anni¹⁷⁴ 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 azzurre¹⁷⁵ - 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

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

¹⁷⁴ Cioè, nel fiore della giovinezza.

¹⁷⁵ Nell'iconografia, si trova anche il colore blu oppure rosa.

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 loti 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 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-bz̄in 'khor-lo), Ṣaḍbhūja-sitātārā (o Sukla-tārā), Sitāpatrā (Aparājitā), Uṣṇīṣa-sitāpatrā, Uṣṇīṣa-vijayā.

A proposito dell'attività specifica di Tara Bianca, viene riferito questo episodio. Un ghesce¹⁷⁶ 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.

¹⁷⁶ 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.

Il suo mantra è OM TĀRE TUTTĀRE TURE MAMA ĀYUR PUṆYE ṢṆĀNA PUṢṬIṀ KURU[YE] SVĀHĀ¹⁷⁷:

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

--Mama = io, me stesso¹⁷⁸;

--Āyur o āyuh = durata della vita;

--Puṇye = virtù, merito;

--Ṣṇāna = intelligenza superiore, saggezza;

--Puṣṭiṁ 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 Tara¹⁷⁹, 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 pelle¹⁸⁰. Suo marito, mentre lei fuggiva, le scoccò una freccia, che raggiunse la parte posteriore della sua cavalcatura: la ferita si trasformò in occhio.

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

¹⁷⁸ 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.

¹⁷⁹ Nell'induismo è considerata emanazione di Sarasvatī.

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

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.

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;¹⁸¹
- 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

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

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)¹⁸²;

--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 Vetalī (Dud-sol-ma, "Fumo di carbone")².

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) ŚUKLA-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-'chan (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 "maṇḍala 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 "maṇḍala 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

¹⁸² Secondo alcune tradizioni, Rematī e Vetalī non sono due aspetti della stessa divinità, ma due sorelle, qualificate entrambe come "Śrī Devī".

(“Saggezza della conoscenza del Dharmadhātu”), Ratnasambhava (“Saggezza dell’uguaglianza”) e Amoghasiddhi (“Saggezza che tutto realizza”).

25) UGRA-TĀRĀ

Vedi Mahācīna.

26) UṢṢĪṢA- 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) UṢṢĪṢA-VIJAYĀ

(gTsug-tor [rNam-par-rgyal-ma], rNam-rgyal-ma)

"L'uṣṣīṣa vittoriosa" (o "La vittoriosa tramite l'uṣṣīṣa") - detta anche semplicemente Vijayā (rNam-rgyal-ma) - è una divinità femminile indiana adottata dal Vajrayāna, una Bodhisattva Celestiale che fa parte dei 5 Buddha Uṣṣīṣa.

Il termine "uṣṣīṣa" 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.

È 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 (Sitatārā).

A) La sua pratica concede la longevità (tshe-lha) e la dea viene spesso raffigurata insieme ad Amitāyus e a Tara Bianca¹⁸³. 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 illuminati¹⁸⁴), 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 1ª 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 2ª 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 3ª 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 4ª 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 giallo-dorato.

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

¹⁸³ Essa fa parte così di una triade, che viene spesso offerta a lama o a personaggi importanti come augurio di lunga vita.

¹⁸⁴ 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).

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.

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 soffia 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’allegra vita di piacere e di beatitudine, cantando e danzando.

Ma un giorno sentì una voce nello spazio¹⁸⁵ 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 amrta abhisekai maha mantra-padai. 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

¹⁸⁵ E’ l’effetto della propria chiaroveggenza.

adhishthite, buddhya-buddhya, vibuddhya-vibuddhya, bodhaya-bodhaya, vibodhaya-vibodhaya. Samanta parisuddhe. Sarva tathagata hridaya adhisthanadhishthita maha-mudre svaha." ¹⁸⁶

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.

¹⁸⁶ Il mantra lungo viene riportato anche nel seguente testo:

“Om namo bhagavatay sarwa 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/
sarwa 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/
sarwa tathagata ahwalokini katha paramita paripurani/
sarwa tathagata matay dasa bumi partititay/
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/
biputa 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.”

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

(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”)¹⁸⁷, 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.

¹⁸⁷ 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.

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.

A P P E N D I C E

1]

“”IL DIADEMA DEI SAGGI””

Una lode a Tara Verde del 1° Dalai Lama.

“”Omaggio al nobile e potente Avalokiteśvara¹⁸⁸ !

1. Mi prostro ai piedi di Tara.

Coloro (che sono contraddistinti) dai segni augurali¹⁸⁹ : il Signore Glorioso¹⁹⁰, Colui (che è emerso) dall'uovo d'oro¹⁹¹, il Guru degli dèi¹⁹², Quello dalla testa

¹⁸⁸ Avalokiteśvara (simbolo della compassione di tutti i buddha) è il Bodhisattva Celestiale al quale qui si rende omaggio in quanto Tara è nata da una sua lacrima. Egli è definito “potente” nel senso che non ha alcuna difficoltà nell'aiutare gli esseri.

¹⁸⁹ Cioè i deva. Le divinità samsariche recano tali segni di buon auspicio sul collo, sui piedi e sulle mani.

¹⁹⁰ Viṣṇu. Dei tre componenti della triade indù, egli preserva l'universo, mentre Brahmā ne è il creatore e Śiva il distruttore.

¹⁹¹ Brahmā, che fuoriuscì da un uovo d'oro nella creazione del mondo.

¹⁹² Bāhaspatī, che Śakra (capo degli dèi) nominò maestro dei giovani deva.

d'elefante ¹⁹³, Quello dalla splendida gola ¹⁹⁴, l'Amico del loto ¹⁹⁵ e altre centinaia di divinità incoronate adorano i suoi piedi di loto.

2. Per la magia della misericordia del Grande Compassionevole ¹⁹⁶, la saggezza, l'amore e il potere dei Vittoriosi dei tre tempi ¹⁹⁷ si manifestano nella Dea dell'Attività dalla bellezza sublime.

Mi prostro ai piedi di Tara, che protegge da ogni miseria !

3. Omaggio a Te,

del colore dello smeraldo ¹⁹⁸, con un viso e due braccia ¹⁹⁹, che siedi sul puro loto della sfera della conoscenza ²⁰⁰, raggianti di giovinezza, dalla gamba destra protesa e la sinistra ripiegata - che sono l'unione di saggezza e metodo ²⁰¹ !

4. Mi prostro a Te,

i cui seni esuberanti e floridi sono un tesoro di felicità incontaminata, dal sorriso radioso come la luna piena, Madre dall'espressione serena e dai larghi occhi compassionevoli, bella signora della Foresta Khadira ²⁰².

5. Omaggio a Te,

la cui delicata mano destra - simile al ramo proteso di un celestiale albero di turchese - (atteggiata) nel "mudrā della sublime generosità" ²⁰³ invita i saggi alla festa della Realizzazione suprema ²⁰⁴!

6. Omaggio a Te,

la cui mano sinistra (atteggiata) nel "mudrā dei Tre Gioielli" ²⁰⁵ concede rifugio e chiaramente significa : "Oh voi, che vedete innumerevoli tipi di paure, non temete perchè io vi proteggerò prontamente !"

7. Mi prostro a Te,

le cui mani - reggendo ciascuna un utpala ²⁰⁶ come stimolo al fervore ²⁰⁷ - indicano agli esseri samsarici : "Non siate attratti dai piaceri mondani, ma penetrate nella cittadella della Grande Liberazione !"

¹⁹³ Gaṇeṣa, che crea e rimuove gli ostacoli ed è il capo delle schiere di dèi subalterni che accompagnano Śiva.

¹⁹⁴ Śiva, la cui gola divenne blu per via del veleno, mentre agitava l'oceano di latte usando come zangola una collina del Bihar (India).

¹⁹⁵ Sūrya, cioè il sole, perchè fa sbocciare i fiori di loto.

¹⁹⁶ Avalokiteśvara.

¹⁹⁷ Cioè i buddha del passato, del presente e del futuro.

¹⁹⁸ Il verde è il colore che simboleggia l'attività.

¹⁹⁹ La precisazione non è superflua : le divinità tantriche hanno molte braccia, teste ed arti.

²⁰⁰ Il loto simboleggia la saggezza (che è la comprensione della Vacuità).

²⁰¹ Il metodo consiste nella pratica delle prime 5 pāramitā, la saggezza in quella della sesta.

²⁰² Dei vari tipi di Tara Verde, la principale è detta "Khadira-vani", dal nome del luogo in cui era particolarmente venerata, cioè un bosco di alberi "khadira" (un tipo di acacia). Fu il mahāsiddha Nagaṛjuna (circa 800 d.C.), che meditava in questo bosco, a vedere Tara in tale forma.

²⁰³ La mano destra è sul ginocchio destro col palmo proteso verso l'esterno, mentre pollice ed indice si toccano a formare un cerchio, e le altre dita sono rivolte verso il suolo.

²⁰⁴ L'Illuminazione.

²⁰⁵ La mano sinistra ha il palmo rivolto verso l'esterno, all'altezza del cuore, col pollice e l'anulare uniti e con le altre tre dita erette.

²⁰⁶ Il loto blu.

²⁰⁷ La pāramitā dello sforzo (o perseveranza o impegno) entusiastico.

8. Mi prostro a Te,
che d'omini il Signore della Morte ²⁰⁸, essendo incoronata da Amitābha,
splendente come il rubino ²⁰⁹, che in posa di meditazione regge una ciotola colma
dell'ambrosia che concede il potere dell'immortalità !

9. Omaggio a Te,
che sei adorna delle più splendide inestimabili gemme celestiali che esaudiscono
i desideri, incantevoli ornamenti forgiati da (quei) celesti artefici (che sono) le due
accumulazioni ²¹⁰ !

10. Mi prostro a Te,
simile a una montagna di smeraldo vestita d'arcobaleni, il cui busto è avvolto da
sete celestiali e la cui vita snella e flessuosa è cinta da una gonna di "panchalika"
²¹¹ !

11. Mi prostro
a Mārīcī ²¹², che sta alla tua destra, d'aspetto calmo, radiante la luce dorata del
sole, e a Ekajaṭī ²¹³, alla tua sinistra, che ruba al cielo il suo colore ²¹⁴, irata ma
amorevole e splendente !

12. Omaggio a Te,
a cui miriadi di dee che riempiono lo spazio - esperte nei 6 tipi di canto ²¹⁵ e
nelle danze festose - portano innumerevoli offerte come bianchi parasoli, ventagli,
liuti e flauti!

13 . Omaggio a Te,
il cui aspetto divino è così splendido che Lakṣmī, Śacī, Pārvatī e mille altre
seducenti figlie di dèi riescono a malapena ad immaginarti ²¹⁶!

14. Omaggio a Te,
che dalla vasta distesa di nubi della tua compassione, effondi con saggezza sulla
terra dei discepoli l'ottuplice pioggia del Dharma ²¹⁷, tuono della tua voce, soave
come quella di Brahmā ²¹⁸ !

²⁰⁸ Yama, il terribile giudice dei morti.

²⁰⁹ Seduto sulla lucente chioma nera di Tara sta il dhyānibuddha Amitābha, che è connesso al color rosso del sole al tramonto e all'elemento fuoco.

²¹⁰ Cioè l'accumulazione di merito e quella di saggezza, che sono causa rispettivamente del Corpo della Verità (Dharmakāya) e del Corpo della Forma (Rūpakāya) di un buddha.

²¹¹ Tipo di stoffa a 5 colori.

²¹² E' una delle 5 Pañca-rakṣa (dee protettrici) e porta un ramo d'albero aśoka (per cui è detta anche Aśoka-kāntā) nella mano sinistra e talora un vajra nella destra. Aśoka è l'albero "Jonesia asoka", dal magnifico fiore rosso con piccole foglie lanceolate.

²¹³ Dei due tipi di Ekajati, qui si tratta dell'aspetto irato di Tara Verde raffigurato seduto con un'ascia nella mano destra e una coppa cranica (kapala) nella sinistra. Si trova spesso in gruppo con Tara Verde ed Avalokiteśvara.

²¹⁴ Cioè, di colore azzurro.

²¹⁵ Sottile, grosso, variabile, emesso, elevato, abbassato.

²¹⁶ Lakṣmī, Śacī (Indrānī) e Pārvatī (Umā) sono consorti rispettivamente degli dèi Viṣṇu, Indra e Śiva. Pur essendo esse stesse avvenenti, non arrivano ad immaginare Tara perchè la sua bellezza è di gran lunga superiore alla loro.

²¹⁷ La sua compassione, i suoi discepoli, il Dharma e la sua voce sono paragonati rispettivamente a una nuvola, alla terra, alla pioggia e al tuono. Il Dharma è ottuplice perchè è l'insegnamento del Nobile Ottuplice Sentiero.

²¹⁸ La voce di Brahmā possiede 60 aspetti o qualità melodiose.

15. Omaggio a Te,

Madre perfetta nella saggezza ! tesoro di virtù (immenso) come l'oceano, che percepisci tutto il conoscibile, chi potrebbe descriverti come sei realmente, (tu), la cui mente possiede i 10 poteri di una saggezza senza ostacoli ²¹⁹ !

16. Omaggio a Te,

Madre perfetta nella compassione, che hai raggiunto la pace (del nirvāṇa), ma che - animata da pietà - con mano compassionevole prontamente liberi gli esseri immersi in un mare di sofferenze !

17. Omaggio a Te,

Madre perfetta nell'azione, che svolgi spontaneamente e senza interruzione le tue attività di pacificazione, accrescimento, controllo e distruzione ²²⁰ , incessanti come le onde dell'oceano !

18. Omaggio a Te,

Madre perfetta in (ogni) potere, che al solo pensarti proteggi dalle paure delle 8 calamità ²²¹ , dai danni degli spiriti maligni e dagli ostacoli alla Liberazione e all'Onniscienza ²²² !

19. Degno rifugio,

proteggi prontamente gli esseri viventi da ogni timore, come spiriti maligni, demoni, malattie, calamità, morte prematura, incubi ed infausti presagi !

20. Proteggici dal terribile leone dell'orgoglio,

che vive tra le montagne dell'erronea credenza nell'ego, con la boria di credersi superiore (e) coi lunghi artigli del disprezzo per gli altri !

21. Proteggici dal terribile elefante dell'ignoranza,

che, non domato dai pungoli dell'attenta consapevolezza ed offuscato dall'ebbrezza dei piaceri sensuali, s'incammina su cattive strade e mostra le zanne del dolore che arreca !

22. Proteggici dal terribile fuoco dell'odio,

che, suscitato dal vento dei pensieri erronei, ha il potere di bruciare le foreste della virtù nel turbine delle volute di fumo d'una cattiva condotta !

²¹⁹ Sono i 10 aspetti dell'onniscienza di un buddha e cioè le 10 forze della conoscenza 1. delle cause della felicità e dell'infelicità, 2. dei risultati delle azioni, 3. delle propensioni degli esseri, 4. delle facoltà degli esseri, 5. della fede degli esseri, 6. delle diverse vie e dei loro risultati, 7. di ciò che va abbandonato e di ciò che va praticato, 8. delle vite passate, 9. della morte e della rinascita degli esseri, 10. dell'eliminazione dei difetti mentali.

²²⁰ Le 4 forme d'attività tantrica per il beneficio degli esseri, cioè le 4 attività divine d'un buddha, quali ad es. : 1. pacificazione dell'odio e della sofferenza, 2. aumento della durata della vita, 3. controllo o sottomissione del saṃsāra, 4. distruzione del karma negativo.

²²¹ Sono le sofferenze provenienti dalle paure per i pericoli elencati nelle quartine 20 segg. nella loro duplice natura, cioè nel loro aspetto esterno (leoni, elefanti, fuoco, serpenti, ladri, imprigionamento, inondazioni, dèmoni) e nel loro aspetto interno (orgoglio, ignoranza, odio, invidia, false vedute, avarizia, attaccamento, dubbio).

²²² Si tratta delle ostruzioni delle contaminazioni mentali (che ostacolano la Liberazione dal saṃsāra) e ostruzioni alla conoscenza (che ostacolano l'onniscienza della buddhità).

23. Proteggici dal terribile serpente dell'invidia,
che - attaccato al suo tetro covo di ignoranza - mal sopporta di vedere la
prosperità e la superiorità degli altri, ma subito li ammorba col suo veleno !

24. Proteggici dalle terribili opinioni errate,
che come ladri ²²³ - vagando per la spaventosa landa della pratica inferiore ²²⁴ e
per gli squallidi deserti dei due estremi ²²⁵ - saccheggiano le città e gli eremi della
serenità e dell'estasi !

25. Proteggici dalle terribili catene dell'avarizia,
che - stringendo nella morsa della bramosia, così difficile da far saltare -
rinchiudono ineluttabilmente gli esseri viventi nell'insopportabile prigione del
saṃsāra !

26. Proteggici dal terribile torrente dell'attaccamento²²⁶,
che - sconvolto, per effetto del vento impetuoso delle azioni, dalle onde della
nascita, vecchiaia, malattia e morte - ci trascina nella corrente del saṃsāra, così
difficile da attraversare !

27. Proteggici dai terribili dèmoni malvagi del dubbio
- il pericolo letale per la Liberazione - che, vagando nello spazio della più cupa
ignoranza, tormentano chi si sforza di raggiungere la verità !

28. Per il potere di questa lode e supplica a Te rivolta,
placa tutte le circostanze avverse alla pratica del Dharma e facci ottenere quelle
favorevoli, quali longevità, meriti, ricchezza e prosperità secondo i nostri desideri !

29. Possano tutti gli esseri venir accolti nella Terra Pura di Sukhāvātī ²²⁷ da
Amitābha, (loro) guida, e senza incontrare alcuna delle innumerevoli difficoltà
possano toccare rapidamente la terra della buddhità !

30. Possa io sempre ricordarmi le mie vite (anteriori), non separarmi mai da
bodhicitta ²²⁸ e mantenere (costantemente) come il fluire di un fiume il fervore ²²⁹
nel perseguire la possente attività dei Figli dei Vittoriosi ²³⁰!

31. Senza mai sperare in un mio vantaggio personale ma dedicandomi
unicamente all'altrui bene, possa io disporre della visione (mistica) ²³¹, delle
conoscenze superiori ²³², dell'eloquenza ²³³, della pazienza e di tutte le condizioni
favorevoli agli altri !

²²³ Le opinioni errate sono un "ladro" che ci sottrae la corretta visione della realtà com'essa è.

²²⁴ Si tratta delle dottrine non buddhiste.

²²⁵ Gli estremi (da evitare) sono quelli del nichilismo e dell'eternalismo.

²²⁶ L'attaccamento è simile all'acqua perché ci può trascinare analogamente a come fa un fiume in cui
si sia caduti.

²²⁷ Si tratta della Terra Pura di Amitābha.

²²⁸ Il desiderio e la determinazione di raggiungere l'Illuminazione per il beneficio di tutti gli esseri
senzienti.

²²⁹ Vedi la nota al n.7.

²³⁰ I Bodhisattva.

²³¹ Si tratta di 5 tipi di chiaroveggenza.

²³² Si tratta delle seguenti superconoscenze: il potere magico (di levitazione, trasmutazione e
controllo dei sentimenti), l'udito divino (cioè di suoni impercettibili e lontanissimi), il conoscere i

32. In tal modo possa io senza esitazione propagare il sublime Dharma dei Vittoriosi nell'infinità degli universi e - al fine di fare sempre il bene di tutti gli esseri senzienti - possa io ottenere rapidamente lo stato di Vittorioso !

Questo elogio alla venerabile Signora Tara della Foresta Khadira - detto "Diadema dei Saggi" - è stato composto dal monaco buddhista dGe-'dun-grub dPal-bzan²³⁴ dopo aver lungamente pregato Tara nell'eremitaggio del Grande Risveglio, a Theg-chen Pho-bran²³⁵."

2]

LE LODI DI MATISĀRA ALLE 21 TARA

Il titolo completo di questo testo è "Lodi e richieste all'assemblea delle divinità della venerabile Madre dei 21 omaggi".

L'autore è Matisāra (Lodro Ghyatso), che ha fatto questa composizione nel ritiro di Gnima Ding.

a) Le lodi.

«Omaggio alla Nobile Tara!

Nata perfettamente dalla santa azione di tutti i Conquistatori universali²³⁵, supremo rifugio di tutti gli esseri dei tre reami²³⁶, venerabile tesoro di compassione; mi prostro ai tuoi piedi di loto, Tara, madre dei Conquistatori.

1. Con l'azione divina, veloce come un fulmine improvviso, tu rendi tutti i nemici dei Conquistatori e degli oggetti della pratica, Ganes²³⁷ e gli altri, obbedienti come schiavi; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

2. Tu plachi tutti i tipi di oscure avversità: i demoni delle malattie, le epidemie, la morte prematura, gli spiriti dannosi, gli incubi e le oscurazioni; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

3. Tu sviluppi completamente tutte le qualità, le raccolte positive, i meriti e il potere, la gloria, l'eccellenza, i due tipi di realizzazioni²³⁸ e le sette ricchezze degli Ārya²³⁹; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

pensieri altrui, il ricordare le vite passate, il conoscere la morte e la rinascita degli esseri senzienti, la conoscenza dell'esaurirsi dei difetti mentali.

²³³ Al fine di poter insegnare il Dharma nel modo migliore.

²³⁴ E' il 1° Dalai Lama (1391 - 1475).

²³⁵ Cioè, i buddha.

²³⁶ I 3 reami che formano il saṃsāra: il regno del desiderio, quello della forma e quello del senza forma.

²³⁷ E' il dio indù della ricchezza, dalla testa di elefante e a 4 braccia. Ha il potere sia di creare che di rimuovere gli ostacoli. Il suo titolo "Vināyaka" ('che rimuove [gli ostacoli]') è deliberatamente mal interpretato dai buddhisti come "traviatore" (log-'dren). E' raffigurato o mentre danza su un topo che vomita gioielli o stando seduto su un animale.

²³⁸ rTogs-pa gñis = "i 2 tipi di realizzazione" :

4. Tu aumenti lo splendore e la maestosità del mondo e di tutti gli esseri, doni il siddhi speciale e supremo dell'immortalità, sconfiggi in battaglia il Signore della morte; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

5. Quali requisiti per i praticanti che procedono verso la Liberazione, tu raduni in fretta - singolarmente ed insieme - tutte le cose piacevoli e desiderate e compi azioni favorevoli; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

6. Con il solo pensare a te, fai radunare con devozione servile tutte le assemblee di spiriti, i guardiani delle 10 direzioni²⁴⁰ e altri; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

7. Tu rivolti su loro stessi tutti i poteri dei malvagi, che pensano ed agiscono per ferire gli altri e inviano formule magiche, maledizioni, imprecazioni e così via; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

8. Tu velocemente disgiungi la vita dal corpo degli esseri nocivi che danneggiano la dottrina dei Conquistatori, ribellandosi perversamente contro la giusta condotta del Dharma; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

9. In questa e in tutte le vite future, tu ci difendi e ci proteggi dalle avversità e dai danni esterni ed interni, da chi ci causa sofferenze fisiche e mentali; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

10. Se qualcuno cerca rifugio in te, tu domi i suoi māra²⁴¹ nocivi e i principi erronei della condotta dei tīrthika²⁴², ponendolo sul sentiero perfetto; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

11. Tu elimini tutte le povertà, la fame e la sete con una pioggia torrenziale di tutte le cose preziose desiderate, come cibo, ricchezza, bestiame, grandi quantità di piaceri; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

12. Tu ci permetti di raggiungere tutti gli obiettivi che ci poniamo, come desideriamo; pervadi continuamente le direzioni con auspici e beni mondani e sovramondani; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

13. Tutti coloro che semplicemente ricordano la tua forma, senza alcun timore dei demoni che interferiscono, gli ostacoli e i segni dannosi, li poni in una tendavajra²⁴³; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

14. Con occhi spalancati, severi e dardeggianti, polverizzi tutti coloro che sono mentalmente crudeli, Ganeś e i suoi demoni che ostacolano; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

15. Al solo ricordo del tuo volto, Madre, tu pulisci e purifichi tutte le negatività ed oscurazioni del karma e delle afflizioni²⁴⁴ che ci gettano nei reami sventurati; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

16. Tu aumenti e sviluppi la profonda saggezza che realizza il significato della vera natura, la spiegazione, il dibattito e la composizione, la saggezza dell'ascolto,

--quella acquisita originariamente (ye-nas chos-ñid rañ-gi rig-pas rtogs-pa);

--quella risultante dalle realizzazioni acquisite sul Sentiero (lam-bsgom stobs-kyis rtogs-pa).

²³⁹ I 7 tesori (o gioielli) di un arya ('phags-[pa'i] nor): fede, moralità, coscienza, riflessione, apprendimento, generosità e saggezza (prajñā).

²⁴⁰ Vedi le 21 Lodi a Tara, strofa n. 11.

²⁴¹ Vedi le 21 Lodi a Tara, strofa 8.

²⁴² Tīrthika è l'aderente ad una religione diversa dal buddhismo (specialmente : induismo, jainismo, ecc.), un sostenitore dell'eternalismo e, in senso lato, un eretico.

²⁴³ V. sopra, "Le 21 Tara" al n.13.

²⁴⁴ I kleśa o difetti mentali.

della riflessione e della meditazione; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

17. Col potere che scuote i 3 mondi in un istante, o Madre vittoriosa, tu leghi e sottometti ogni nemico, predone e ladro senza eccezione; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

18. Tu dissipi velocemente, fino a farne scomparire il nome, il danno del veleno e del contagio e tutti gli avvelenamenti dei nāga nocivi e degli spiriti padroni della terra²⁴⁵; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

19. Tu compi l'azione di pacificare con rapidità tutti i conflitti reciproci, le persecuzioni causate dal temere il re e gli incubi; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

20. Tu proteggi - e pacifichi completamente - dalle più violente e insopportabili malattie e pestilenze e da ogni fazione avversa e nociva; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

21. Col solo desiderio realizzi tutti gli scopi per mezzo delle tue attività universali, quali la pacificazione degli spiriti, dei vetāla, degli yakṣa, delle paure, l'aumento, il dominio e la ferocia; con devozione mi prostro ai tuoi piedi, Tara, madre dei Conquistatori.

b) Canto di vivo desiderio e di richieste.

Ahimè, nobile fanciulla, prestami un po' di attenzione! Tutte le qualità del tuo corpo, parola e mente si manifestano per il beneficio degli esseri senzienti.

Tu conosci esattamente i pensieri dei tuoi discepoli e appari direttamente, oh divinità, in tutte le sante azioni dei Conquistatori universali.

Così, non appena il nome di "Coei che libera velocemente dall'oceano del saṃsāra" giunge alle mie orecchie, come (quello del)l'amato nel cuore dell'amante, ripetutamente, il riflesso del tuo corpo, come la luna, appare nel lago danzante della mia devozione mentale.

Poiché nelle mie vite passate che non hanno inizio, a causa delle affezioni ho accumulato azioni negative, ripetutamente sono caduto nei reami sventurati sperimentando senza fine violente ed insopportabili sofferenze.

Se si raccogliessero il sangue e il pus dei corpi delle sole mie migrazioni umane, sarebbero più estesi del grande oceano. Se se ne ammucchiassero le carni e le ossa, sarebbero più alte del monte Meru.

Ma, sebbene abbia già sperimentato violente sofferenze, se tu - o supremo rifugio - non mi afferri con la tua compassione, io dovrò continuare a vagare ancora più a lungo. Ahimè, liberami dalle paure del saṃsāra!

Un tempo, nella Terra perfetta delle divinità, Tuṣita, il supremo e santo Maestro ha dichiarato al figlio dei Conquistatori²⁴⁶, Mañjuśrī, che coloro i quali recitano le lodi sublimi insegnate dal re dei tantra²⁴⁷ otterranno virtù incommensurabili.

²⁴⁵ Kṣetrapāla (sa-bdag). I "Signori (o padroni) della terra" sono una classe di démoni (o spiriti) che abitano il suolo o il sottosuolo. Essi sono generalmente neutri (né nocivi né benevoli), ma - essendo irascibili - possono irritarsi quando si 'ferisce' la terra (che è il loro dominio) con l'aratura, la perforazione d'un pozzo, l'estrazione di minerali o la costruzione di un edificio (anche un tempio) o di un maṇḍala sul terreno.

²⁴⁶ Cioè, al bodhisattva.

²⁴⁷ Ossia, il più importante tantra, quello che contiene le 21 Lodi a Tara.

Benché io con impegno ti abbia dedicato elogi, recitazioni, pratiche, offerte e richieste, se tu - nobile fanciulla - pur vedendo la scorretta condotta degli esseri del tempo delle degenerazioni²⁴⁸, ti comporti con indifferenza, allora qual è il valore dei tuoi nomi “Particolarmente amorevole verso gli esseri inferiori”, “La veloce” e “La salvatrice”?

Poiché il tuo amore compassionevole è imparziale, libero dal senso di vicinanza e di lontananza, si estende a chiunque. Sebbene io sia poco fortunato e soffra delle mie oscurazioni karmiche, attualmente non trovo nessun altro rifugio superiore a te.

Così, divinità suprema, prenditi cura di me in tutte le mie vite future, senza allontanarti nemmeno per un istante, e manifesta il tuo volto sublime quale nettare per la vista.

Libertà dalle 8 paure, esterne ed interne, i tuoi 21 modi di agire e tutte le azioni universali, al solo pensarle, fa' che sorgano spontaneamente!

Ti prego di pacificare, senza eccezione, tutto ciò che ostacola la mia pratica del Dharma, le assemblee di esseri umani, fantasmi e spiriti, e tutti gli impedimenti come le 8 paure.

Oh rifugio supremo, per la tua compassione fa' che nel mio continuum mentale non sorgano pensieri distorti nemmeno per un istante, ma permetti che sorgano solo pensieri positivi - ispirami così!

Specialmente, fa' che mi affidi correttamente, nel pensiero e nell'azione, al santo e supremo Maestro qualificato, l'unica base di tutte le buone raccolte, e che io possa seguirlo come egli desidera - ispirami così!

Questa fortunata ed opportuna rinascita - la base sulla quale si può raggiungere la buddhità anche in una sola vita - viene ottenuta una volta soltanto e perisce con la velocità di un fulmine. Fa' che io generi questo pensiero e che ne colga l'essenza - ispirami così!

Spinto dalle paure delle rinascite sventurate dopo la morte, fa' che abbandoni la non-virtù e pratici la virtù, confessi con pentimento tutte le negatività precedentemente accumulate e che d'ora innanzi sia in grado di evitarle - ispirami così!

Fa' che non veda le imperfezioni del saṃsāra come felicità, poiché sarebbe come considerare l'acqua di scarico come nettare, ma che generi la volontà di essere libero al più presto e che mi addestri nella dottrina dei Conquistatori - ispirami così!

Poiché gli esseri mie madri sono torturati dalla sofferenza e privi di felicità, fa' che generi efficacemente il pensiero sublime del Risveglio che li conduce alla buddhità e che mi addestri nella condotta potente - ispirami così!

Specialmente, fa' che nel mio continuum mentale sorga realmente il sentiero che unisce la calma dimorante e la penetrante visione interiore²⁴⁹, la via di mezzo eccellente e profonda, fa' che sradichi l'adesione agli estremi - ispirami così!

Permettimi di accedere agli insegnamenti del Veicolo supremo, maturando la mia mente con i fiumi delle 4 pure iniziazioni²⁵⁰ e proteggendo come i miei stessi occhi i voti e gli impegni formulati - ispirami così!

Fa' che comprenda correttamente i 2 stadi²⁵¹, il cuore dei vari tantra e poi rapidamente, con una buona meditazione, crei nel mio continuum mentale lo stato dell'unione dei 4 Corpi²⁵², gioiello che esaudisce tutti i desideri - ispirami così!

²⁴⁸ Il kali-yuga, epoca di degenerazione e di conflittualità.

²⁴⁹ Cioè, śamatha e vipaśyanā.

²⁵⁰ Nell'anuttarayogatantra abbiamo generalmente 4 tipi di iniziazione: del vaso, segreta, della saggezza suprema, della parola.

²⁵¹ I due stadi dell'anuttarayogatantra: quello di generazione e quello di perfezionamento.

²⁵² Ossia, i 4 Kāya di un buddha.

Divenuto un buddha, manifestando innumerevoli emanazioni per ciascuna madre essere senziente, fa' che possa trasferire queste (madri) alla buddhità tramite l'abbandono delle loro 2 oscurazioni - ispirami così!

Fa' che il reame dove compio gli atti dei Conquistatori, il mio sèguito, il numero delle mie incarnazioni e così via, siano migliori perfino di quelli del Sugata²⁵³ che vede tutto. Ti prego per ottenere queste qualità eccellenti - ispirami così!

Da ora fino a che otterrò la vetta dell' Illuminazione, permettimi di comprendere che la radice di tutte le buone raccolte, del saṃsāra e della trascendenza, è solamente la dottrina dei Conquistatori, e che mi sforzi di sostenerlo e praticarlo - ispirami così!

Ricchezza, rispetto, fama, desideri, divertimenti e altro: fa che io non m' impegni in queste azioni disdegnate dai santi e che persista in solitudine, riflettendo a fondo sul significato che ho appreso e che compia le pratiche essenziali - ispirami così!

Fa' che realizzi facilmente e correttamente le intenzioni più sottili del Conquistatore. Possano tutte le qualità, come il tesoro degli Ārya²⁵⁴, pervadere completamente il mio continuum mentale - ispirami così!

A causa delle virtù infinite che sono sorte (da questa recitazione), possiamo io e tutti gli altri esseri senza eccezione essere saldamente sostenuti dalla compassione del sublime Protettore, senza mai essere separati dal sentiero puro.»

3]

BREVE SĀDHANA DI TARA BIANCA

detta “Il traboccante nettare di immortalità sorto dal continuum di Yid-bḥin ‘Khor-lo²⁵⁵ (‘La Ruota che esaudisce i desideri [per la lunga vita]’), la venerabile Tara Bianca”.

«« 1. PRESA DI RIFUGIO E GENERAZIONE DI BODHICITTA

Nel Buddha, nel Dharma e nel Saṅgha prendo rifugio fino all' Illuminazione. Con la pratica della generosità e delle altre perfezioni, possa io ottenere lo stato di buddha per il beneficio di tutti gli esseri senzienti.²⁵⁶

[per 3 volte]

²⁵³ “Ben partito, ben andato” (cioè colui che dopo la morte è passato alla felicità, è andato nella beatitudine) : uno degli epiteti di un buddha, ossia di chi ha distrutto la fonte della passione all'interno di se stesso e che - avendo attraversato l'oceano della vita - entra nella beatitudine del nirvāṇa.

²⁵⁴ Cioè, le 7 ricchezze degli Ārya, cui si è fatto cenno sopra.

²⁵⁵ In sanscr. Cintacakra.

²⁵⁶ Oppure: “Namo guru bé, namo buddhayà, namo dharmayà, namo saṅghayà”.

2. AUTOGENERAZIONE DI TARA BIANCA

“OM SVABHĀVA ŚUDDHĀ SARBA DHARMĀ SVABHĀVA ŚUDDHO HAM”²⁵⁷.

Dalla sfera della vacuità sorge un loto bianco e su di esso un disco lunare, sopra il quale appare la mia mente nella forma di una bianca sillaba TĀṂ, che si trasforma in un fiore di utpala contrassegnato da una TĀṂ.

Questo fiore si trasforma in colei che si è autogenerata e che concede la lunga vita, la nobile Tara, con un volto e due braccia. La sua mano destra è nel gesto di concedere le più alte realizzazioni (siddhi) e la sinistra regge un fiore di utpala. Di aspetto giovanile, essa è adorna di tutti i segni maggiori e minori di un buddha ed ha 7 occhi. Le fa da schienale una luna piena e 3 punti (del suo corpo) sono contrassegnati dalle 3 sillabe OM ĀH HŪṂ.

3. VISUALIZZAZIONE

Dalla sillaba-seme del suo cuore si emana della luce che invita gli Esseri di Saggezza e le Divinità dell’iniziazione. Gli Esseri di Saggezza si dissolvono inseparabilmente in me/Tara Bianca, e le Divinità mi conferiscono l’iniziazione. A seguito del traboccare del nettare, la corona del mio capo viene ornata da Amitāyus.

Dalla (sillaba) TĀṂ del mio cuore si irradia una luce che attiva l’infinito nettare di longevità che si trova aldilà del saṃsāra e lo riporta al mio cuore, dove si dissolve.

Dalla rossa (sillaba) HRĪ nel cuore di Amitāyus si irradiano raggi di luce rossa nelle 10 direzioni che agganciano e traggono a sé l’essenza di lunga vita da tutti gli esseri samsarici e non-samsarici e dai 4 elementi, nonché tutta la vita che ci è stata precedentemente sottratta mediante la magia nera, ecc.. Tutte queste (energie) vengono assorbite nel nettare del vaso di lunga vita in grembo ad Amitāyus. Il nettare aumenta incessantemente e fluisce attraverso la corona del mio capo, riempiendo completamente il mio corpo.

Nel mio cuore, dentro al thig-le della bianca (sillaba) TĀṂ, siede il mio Lama²⁵⁸- o chiunque altro, per la cui longevità si desidera pregare. Intorno a lui, su di un disco lunare, vi sono tutti gli esseri senzienti: nemici, amici, estranei. Tutt’attorno a questi, sul bordo di tale disco ci sono le lettere del “mantra di lunga vita”:

OM TĀRE TUTTĀRE TURE MAMA ĀYUR PUṆYE ZÑĀNA PUṢṬIM KURU[YE] SVĀHĀ²⁵⁹.

Il nettare che fluisce nel mio corpo elimina completamente dal mio Lama (o da chiunque altro, per il quale sto facendo questa pratica) tutte le interferenze alla sua lunga vita - che in realtà sono la mia propria visione karmica. E purifica anche le interferenze alla vita e le errate visioni karmiche di tutti gli esseri senzienti.

²⁵⁷ Traslitterazione tibetana del sanscr. OM SVABHĀVA-ŚUDDHĀḤ SARVA-DHARMĀḤ SVABHĀVA-ŚUDDHO ‘HAM.

La pronuncia tibetana è “Om sobhava śuddha sarva dharma, sobhava śuddho ham”.

²⁵⁸ O qualunque altra persona, per la cui longevità si desidera pregare.

²⁵⁹ La pronuncia tibetana è “Om tare tuttare ture mama ayur punye zñana puṣṭim kuru[ye] soha”. E’ già stato spiegato parlando, più sopra, di Tara Bianca.

Contemporaneamente, la luce che si emana dalle lettere del mantra riempie il mio corpo di Tara e i corpi di tutti gli esseri senzienti, specialmente di coloro che praticano la virtù nei 3 mondi.

4. RECITAZIONE DEI MANTRA

Durante la suddetta visualizzazione recita

- il “mantra di lunga vita” qui sopra riportato (per 21 volte)
- il mantra OM TĀRE TUTTĀRE TURE SVĀHĀ²⁶⁰ (il più possibile di volte),

Pensa con fermezza: le interferenze che fanno apparire ammalato il mio Lama²⁶¹ o la sua dipartita, o che impediscono l’esaudirsi dei suoi puri desideri, sono tutte purificate. Tutti gli esseri senzienti sono purificati; e tutti gli esseri umani che stanno accumulando la virtù anche solo col prendere Rifugio o col ripetere OM MAṆI PADME HŪM²⁶² ottengono una lunga vita.

5. RICHIESTA DI PROTEZIONE

Vedendo i segni di morte prematura, possa io - contemplando con chiarezza il santo corpo di Tara Yid-b’zin ‘Khor-lo - istantaneamente sconfiggere con coraggio il Signore della Morte ed ottenere rapidamente lo stato di un immortale Maestro di Conoscenza.

[per 3 volte].

6. DEDICA DEI MERITI

Grazie a questi meriti, possa io ottenere rapidamente lo stato illuminato della nobile Tara ed essere in grado di liberare tutti gli esseri senzienti dalla loro sofferenza²⁶³.

Possa la preziosa mente di bodhicitta che non è ancora nata sorgere e crescere; e quella che è nata possa non degenerare, ma aumentare sempre più.»»

COMMENTARIO ALLA SADHANA

A] MEDITAZIONE SULLA VACUITÀ

²⁶⁰ La pronuncia tibetana è “Om tare tuttare ture soha”.

²⁶¹ O l’altra persona per cui si sta pregando.

²⁶² La pronuncia tibetana è Om mani peme hum.

²⁶³ Oppure: “A causa di questi meriti, avendo ottenuto velocemente lo stato della nobile Tara, possa io portare tutti gli esseri senzienti, senza eccezioni, a quello stato.”

I due paragrafi della “dedica dei meriti” possono anche venire invertiti.

Dopo aver preso Rifugio nei Tre Gioielli ed aver generato bodhicitta, si rilassa il nostro corpo - seduto in posizione comoda - e si ferma il flusso dei pensieri. Quindi si medita sulla vacuità al fine di eliminare il nostro modo ordinario di concepire i fenomeni: tutte le cose si dissolvono in luce e si assorbono nel nostro corpo, che diviene vuoto e scompare (non deve più apparire alla nostra mente). La nostra mente è infinita come lo spazio e deve percepire solo chiarezza e vuoto: tutto è completamente vuoto e la mente percepisce tale vuoto chiaro.

In questo momento si ripete il mantra

Om sobhava śuddha sarva dharma, sobhava śuddho ham

ossia “Tutti i fenomeni sono vuoti di esistenza intrinseca (e quindi sono puri) e io stesso sono questa Vacuità (= e la mia natura è questa Vacuità)”. Il che significa che la mia mente che percepisce la vacuità dei fenomeni, è essa stessa vacua, cioè priva di una sua propria natura e quindi è pura; in altre parole: “io sono la personificazione della purezza di tutti i fenomeni oggettivi e soggettivi”.

Così si deve riflettere che tutti i fenomeni sono privi di una natura propria: non è che non esistano, ma non hanno un'essenza intrinseca. La vacuità (o mancanza di tale esistenza intrinseca) elimina l'apparenza dualistica delle cose.

Ci si deve esercitare in tali pensieri, mentre si ripete il mantra suddetto: ciò che appare alla mente è chiarezza e vuoto (come lo spazio), senza che si veda alcun oggetto nell'universo. Assorti in questa contemplazione, dalla nostra mente dotata di saggezza trascendentale (cioè dalla nostra mente che conosce la vacuità) - ossia dalla sfera della vacuità - nasce ed appare nel posto dove ci troviamo (oppure davanti a noi) un fiore di loto bianco, a mo' di sedile; sulla sua corolla, a guisa di cuscino, vi è il disco bianco di una luna piena. Su quest'ultimo appare l'essenza della mia mente o coscienza nell'aspetto di una sillaba bianca TĀM (fatta di luce)²⁶⁴, che si trasforma in un fiore di utpala contrassegnato da una TĀM bianca.

B] LA GENERAZIONE DI SE STESSI NELLA FORMA DI TARA BIANCA

Poi questo fiore si trasforma in luce radiante e quindi nel corpo di Tara Bianca: così la mia mente si manifesta nell'aspetto di Tara, cioè io mi identifico totalmente con Essa, dimenticando completamente la mia forma ordinaria: devo visualizzare me stesso come Tara con tutte le sue caratteristiche, già descritte in un precedente paragrafo. La persona del meditante che si immagina come divinità è detta “Samayasattva (dam-tshig sems-dpa'”) o “Essere d'impegno” (cioè, che si è impegnato nella propria pratica tantrica).

Quando divento Tara, il mio corpo non è fatto di pelle, ossa, ecc., ma è costituito di pura energia di luce (come quella di un arcobaleno o d'un cristallo chiaro e trasparente).

A seguito poi di tale trasformazione, dobbiamo sviluppare l'“orgoglio divino” - che elimina i nostri pensieri di autocommiserazione e la nostra solita concezione delle apparenze ordinarie, ponendo invece in risalto le nostre qualità positive e facendoci identificare con esse. La pratica di Tara - in cui trasformiamo la nostra coscienza nella divinità - è il sistema più potente per sradicare la concezione dell'ego.

C] GLI ESSERI DI SAGGEZZA E GLI ESSERI D'IMPEGNO.

²⁶⁴ TĀM è la sillaba-seme di Tara nel suo aspetto pacifico (in quello irato è HŪM).

Nei cakra²⁶⁵ di me/Tara vi sono
--alla testa, una OM bianca;
--alla gola, una ĀH rossa;
--al cuore, una HŪM blu.

Nel thig-le²⁶⁶ della HŪM c'è una piccola sillaba-seme TĀM bianca: da essa emanano raggi di luce che - giungendo ai più remoti mondi dei vari punti dello spazio - stimolano e sollecitano la mente di tutti gli Esseri di Saggezza trascendentale (“Jñānasattva, ye-śes sems-dpa”) e delle Divinità dell’Iniziazione, invitandoli a venire dalle loro Terre Pure allo spazio aldisopra di me.²⁶⁷

I primi²⁶⁸ sono i Buddha delle 10 direzioni²⁶⁹, che appaiono sotto un numero infinito di forme simili a Tara (alcune enormi, altre grandi ed altre minuscole) e piovono su di me: esse si assorbono l’una dentro l’altra come neve che si scioglie nell’acqua, finché diventano una sola, che entra attraverso la corona del mio capo e quindi in me (che già sono visualizzato come Tara e che come tale sono l’Essere d’impegno). La Tara che si assorbe in me (e che è la vera Tara) si identifica in me e diventiamo inseparabili come acqua versata nell’acqua.

Le Divinità dell’Iniziazione sono i Tathāgata delle 5 Famiglie: vengono richieste da me/Tara di darmi l’iniziazione, cosicché le loro consorti trascendentali (yum) me la conferiscono²⁷⁰ sollevando i vasi ricolmi di nettare (cioè, di saggezza trascendentale) che tengono in mano. Esso viene versato sul mio capo e penetra come energia sottile nel mio corpo che ne è pervaso e ricolmo, così che tutte le impurità vengono rimosse. Il nettare che trabocca sulla cima della mia testa si trasforma nel nirmāṇakāya di buddha Amitāyus, che diventa l’ornamento sul mio capo. Quindi le 5 consorti e i Tathāgata si assorbono nel meditante, che è Ārya Tara.

D] LA RUOTA BIANCA

[nella versione semplificata della sādhana, questo paragrafo è omissis]

Visualizzandomi come Tara Bianca, immagino poi nel centro del nostro cuore, su un disco lunare, una ruota bianca a 8 raggi.

a) In corrispondenza del mozzo di questa ruota c’è la mia mente nell’aspetto di una TĀM bianca, circondata dal “mantra dell’incremento”, scritto in tibetano come segue:

OM MAMA ĀYUR PUṆYE ZŃĀNA PUṢṬIṂ KURU HĀ²⁷¹;

²⁶⁵ I cakra sono i punti d’incontro delle nāḍī principali ed epicentri di energia sottile. I 3 più importanti sono localizzati nella testa, nella gola e nel cuore.

²⁶⁶ E’ il cerchietto o punto posto sopra la lettera tibetana per rendere il suono M.

²⁶⁷ L’invito è fatto pronunciando il mantra ZA HŪM BAM HOH.

²⁶⁸ Ye-śes-pa (jñānasattva) è una delle due forme della divinità visualizzate nel corso della pratica tantrica : in una prima fase il praticante visualizza se stesso come “Essere d’impegno” (samayasattva) - cioè nella forma del suo Yi-dam ; subito dopo, evoca l’”Essere di saggezza” (la divinità vera e propria) dalla sua naturale dimora (una Terra Pura che è un’estensione del Dharmakāya), invitandolo a confluire e a fondersi in lui. Lo jñānasattva è dunque un buddha invitato a fondersi nella sua forma precedentemente visualizzata (samayasattva) durante una pratica tantrica. Questa sua discesa dall’alto simboleggia un’autorivelazione: il jñānasattva che si illumina nello spazio del cuore, indica l’aprirsi della consapevolezza che si introduce con simboli adeguati nella psiche, ne prende possesso e le si sostituisce, raccogliendo intorno a sé l’attenzione del soggetto e così impedendo la distrazione e i richiami del mondo esterno.

²⁶⁹ Cioè, i 4 punti cardinali e i 4 intermedi, più lo zenit e il nadir.

²⁷⁰ Recitando Om sarva tathāgata abhikhekata (o: abhiṣekata) samaya śriye hūm.

²⁷¹ In luogo di ĀYUR, si trova anche scritto ĀYUḤ. Il mantra è già stato spiegato parlando, più sopra, di Tara Bianca.

b) al centro di ciascuno degli 8 raggi vi sono rispettivamente 8 sillabe scritte in tibetano come segue:

OM TĀ RE TU TTĀ RE TU RE²⁷².

Volendo, si può anche immaginare che la ruota abbia 3 bordi o circonferenze, nelle quali si visualizzano²⁷³:

c) sul 1° cerchio (quello più stretto):

inserite tra OM e SVĀHĀ, le 16 vocali dell'alfabeto sanscrito, traslitterate in caratteri tibetani come segue:

a ā i ī u ū ṛ ṛ ḷ ḷ e ē o ō aṃ aḥ²⁷⁴;

d) sul 2° cerchio (quello intermedio):

inserite tra OM e SVĀHĀ, le 34 consonanti dell'alfabeto sanscrito, traslitterate in caratteri tibetani come segue:

ka kha ga gha ṅa tza tzha dza dzha ṅa ṭa ṭha ḍa ḍha ṇa ta tha da dha na pa pha ba bha ma ya ra la wa śa śa sa ha kṣa²⁷⁵;

e) nella circonferenza esterna:

il “mantra dell'originazione interdipendente” traslitterato in caratteri tibetani così:

Om ye dharma hetu prabhāwa hetun tekhān tathāgato hyabadat tekhān tsa yo nirodha ewaṃ bādī mahā śramaṇa (ye) svāhā²⁷⁶.

Sia la sillaba-seme che tutte le lettere dei mantra sono della natura della luce e da loro stilla nettare come fosse rugiada.

E] LA REINTEGRAZIONE DELLE ENERGIE DISPERSE E DEGENERATE

Quindi, dalla sillaba TĀM del mio cuore emanano raggi di luce che si diffondono nelle 10 direzioni della moltitudine degli universi e oltre i confini del saṃsāra: essi si irradiano quale offerta a tutti i buddha e bodhisattva, raccolgono la loro energia trasformatrice e l'essenza pura dell'energia vitale del mondo animato e inanimato del saṃsāra e del nirvāṇa, e le portano a me. Queste energie, assorbendosi nel mio cuore, mi fanno ottenere la sublime consapevolezza primordiale e la lunga vita.

[In una versione semplificata di questa sādhana, quanto segue - nel presente paragrafo - può venire omissa]

In dettaglio, il procedimento qui sopra accennato è il seguente: i raggi di luce attivano, radunano ed attirano a sé

A) l'inesauribile “nettare di longevità (amṛta), cioè l'essenza dell'energia vitale di tutti gli esseri del saṃsāra che è stata rubata, estorta e sottratta dal Signore della Morte, da altri esseri malvagi non umani (bdud, btsan, ma-mo, ecc.) e da chi pratica la magia nera, nonché dell'energia vitale andata dispersa.

²⁷² Dalla combinazione delle lettere a) e b) si ottiene il “mantra di lunga vita” riportato più oltre nel testo.

²⁷³ Non è necessario visualizzare in modo nitido le varie lettere, ma basta pensare che si trovino sul rispettivo cerchio.

²⁷⁴ Ē e Ō sono la traslitterazione e pronuncia tibetana del sanscr. AI e AU.

²⁷⁵ TZA, TZHA, DZA, DZHA e WA sono la traslitterazione e pronuncia tibetana del sanscr. CA, CHA, JA, JHA e VA.

²⁷⁶ Pronunciato così: Om ye dharma hetu t'abhaua hetun tekhen (o teṣan, alla sanscrita) tathagato, hyauadat tekhen (o teṣan, alla sanscr.) tsayo nirodha euam uadi maha śramaṇa (ye) soha. Il significato è: “Om! di tutti i fenomeni che nascono da una causa il Tathāgata - il grande Asceta - ha proclamato l'origine e la cessazione. Così sia!”

I raggi raccolgono tutte queste energie nell'aspetto di luce e nettare e - sotto forma sia di vasi, kapāla e ciotole straboccanti sia di goccioline e puntini di luce multicolore - le portano al mio cuore, dove si dissolvono nella TĀM;

B) l'essenza, il distillato dei "quattro elementi", cioè:

1. la terra: comprende le montagne e i terreni che contengono miniere, tesori e gioielli; che sono coperti di pascoli o foreste; che sono innevati o rocciosi; che sono ricchi d'erbe medicinali e fiori. Il loro potere - in forma di luce gialla e nettare del colore dell'oro fuso - purifica ed integra tutte le deficienze dei componenti solidi (ossa, carne, ecc.) del nostro corpo, che diventa così forte e stabile;
2. l'acqua: comprende i mari, i laghi, i fiumi, i torrenti, la pioggia e la neve. Il loro potere - in forma di luce bianca e nettare del colore del latte - rinfresca e ringiovanisce tutti i fluidi del nostro corpo (sangue, linfa, ecc.), così che si acquista anche una bella pelle idratata;
3. il fuoco: comprende il calore delle stelle e dei pianeti, i lampi, i fulmini, l'elettricità e il calore interno durante la meditazione focalizzata su di un punto. Il loro potenziale - in forma di luce rossa e nettare vermiglio - controlla la temperatura interna del nostro corpo, che acquista così una radianza naturale in luogo di un aspetto spento e senza luce;
4. l'aria: comprende i venti, gli uragani e le brezze. Il loro potenziale - in forma di luce verde e nettare color smeraldo - rigenera e rivitalizza sia il respiro esterno (inspirazione ed espirazione) sia la motilità delle sottili arie interne (rluṅ), che diventano perfetti in salute e col potere di durare a lungo;
5. talora viene aggiunto lo spazio: comprende ogni luogo e direzione che non siano occupati da un corpo fisico. Il suo potenziale - in forma di luce blu e nettare come indaco liquido - ravviva e cura ogni problema del nostro spazio interno (cioè delle cavità del nostro corpo), cosicché otteniamo una fortissima energia vitale e abbondante spazio per vivere.

Questi potenziali - quando poi pervadono il nostro corpo - ci purificano guarendoci in particolare dalle degenerazioni dei 5 elementi che lo compongono e donandoci così il potere di una vita immortale;

C) l'essenza delle iniziazioni dei più grandi Maestri; delle realizzazioni e conoscenze segrete di yogi e maghi; dell'erudizione di saggi e paṇḍita; dei meriti, della gloria, del potere, della ricchezza e della felicità esistenti al mondo²⁷⁷.

Tutte queste energie vengono radunate sotto forma degli 8 simboli d'auspicio²⁷⁸, delle 8 sostanze di buon augurio²⁷⁹ e dei 7 attributi di un cakravartin²⁸⁰.

Tali essenze - quando poi pervadono il nostro corpo - ci purificano guarendo in particolare le degenerazioni della nostra forza e dei nostri meriti, garantendoci tutte le qualità che sono causa di felicità e gloria e donandoci così i poteri magici per una vita immortale;

²⁷⁷ Ad es., quelle dei deva più elevati (Brahmā, Indra, ecc.) o dei cakravartin (i monarchi universali, cioè che reggono le sorti dei mondi solo in tempi eccezionalmente fortunati).

²⁷⁸ Vaso del tesoro, nodo dell'eternità o della fortuna, ruota a 8 raggi, fior di loto, pesci d'oro, ombrello prezioso, stendardo di vittoria, conchiglia bianca.

²⁷⁹ Specchio circolare, giwang (sostanza medicinale pregiata, di color oca, reperibile nel regno animale e vegetale), yogurt, gramigna tzarampa di lunga vita, pesche, conchiglia bianca, vermiglione, semi di senape. Altre 8 sostanze, dette secondarie, sono costituite da altrettanti tipi di cereali (che rappresentano le 8 devī d'offerta nel maṇḍala).

²⁸⁰ Ruota Cakraratna, gioiello Maṇiratna, regina Striratna, ministro Parinayaka, elefante Hastiratna, cavallo Aśtvaratna, capofamiglia Grihapatiratna. Altri 7 tesori, detti secondari, comprendono il valente generale, la spada magica, il palazzo costruito con le 8 gemme, ecc.

D) l'essenza dell'energia trasformatrice di corpo, parola e mente (cioè le benedizioni) dei buddha, dei bodhisattva, dei ḍāka, delle ḍākinī, dei dharmapāla e dei maestri realizzati di ogni lignaggio (specialmente di Tara Bianca e del tuo guru-radice) - ossia la loro saggezza e le loro qualità - nella forma dei loro nirmāṇakāya e sambhogakāya, dei loro mantra, sillabe-seme (HRĪH, TĀM, HŪM), vocali e consonanti sanscrite, simboli delle divinità (fiori di loto, vasi di amṛta, kapāla, ecc.).

Tali essenze - quando poi pervadono il nostro corpo - raggiungono in 3 fiumi di nettare bianco, rosso e blu rispettivamente il capo, la gola e il cuore, ci purificano guarendo in particolare la rottura degli impegni (voti e promesse) di corpo, parola e mente e donandoci le iniziazioni di queste “tre porte” e conseguentemente il potere magico della vita immortale.

Analogamente a quanto è avvenuto qui sopra per la sillaba TĀM, ora dalla sillaba HRĪH rossa del cuore di Amitāyus si emanano raggi di luce rossa che si diffondono nelle 10 direzioni e attraggono a sé quelle energie ed essenze che, negli aspetti più sopra indicati, si dissolvono nel vaso d'oro che Amitāyus tiene in mano.

Il nettare di luce aumenta continuamente, trabocca dal vaso ed entra dalla sommità del mio capo (brahmārandra) riempiendo completamente il mio corpo ed assorbendosi nel cuore. Al cakra del mio cuore - dentro al thig-le della bianca sillaba TĀM - il mio Lama (o qualsiasi altra persona²⁸¹ per cui vogliamo pregare) siede su un disco di luna; intorno a lui vi sono tutti gli esseri senzienti: parenti²⁸², amici, nemici ed estranei²⁸³. E intorno a questi, sul bordo di tale disco lunare, ci sono - erette - le sillabe del “mantra della longevità” OM TĀRE TUTTĀRE TURE MAMA ĀYUR PUṆYE ZÑĀNA PUṢṬIM KURU SVĀHĀ.

Il nettare che fluisce attraverso il mio corpo elimina completamente dal mio Lama (o altra persona) tutti gli ostacoli alla sua lunga vita, che in realtà sono il riflesso delle mie proiezioni karmiche. Il nettare purifica anche gli ostacoli alla vita, le malattie e le visioni di karma negativo di tutti gli altri esseri senzienti, mentre viene ristorata ogni energia vitale e ripristinati tutti i meriti, gli impegni rotti e le promesse abbandonate.

Contemporaneamente, la luce che si irradia dalle lettere del mantra riempie il mio corpo di Tara e i corpi di tutti gli esseri senzienti nel mio cuore (specialmente di coloro che praticano la virtù delle azioni positive).

Il risultato è il siddhi dell'immortalità.

F] RECITAZIONE DEI MANTRA

Durante la visualizzazione del precedente punto E) si recitano:

- il mantra di lunga vita “OM TĀRE TUTTĀRE TURE MAMA ĀYUR PUṆYE ZÑĀNA PUṢṬIM KURU SVĀHĀ” (per 21 volte);
- il mantra “OM TĀRE TUTTĀRE TURE SVĀHĀ ” (il più possibile di volte).

Alla fine della ripetizione dei mantra, si può recitare quello delle “cento sillabe di Vajrasattva” per purificarci degli eventuali errori compiuti durante la pratica.

G] RICHIESTA DI PROTEZIONE E DEDICA DEI MERITI

²⁸¹ Se si tratta di me stesso, sono visualizzato nel mio aspetto ordinario e sopra la mia testa c'è il mio Lama. Se si tratta di un'altra persona, questa va visualizzata al posto nostro e del Lama.

²⁸² Alla sua destra quelli di sesso maschile, alla sinistra quelli di sesso femminile.

²⁸³ Gli amici sono dietro di lui, i nemici davanti e gli altri all'intorno.

Si chiede a Tara Bianca che, qualora dovessero apparire i segni di una morte prematura, si possa vedere chiaramente la sua forma suprema: questa fa sì che il potere del Signore della Morte, Yama, venga distrutto e si ottenga conseguentemente lo stato immortale di un Detentore di Conoscenza (Vidyādhara), ossia il siddhi dell'immortalità.

La pratica termina con la dedica dei meriti al beneficio di tutti gli esseri senzienti. Possono poi facoltativamente seguire altre preghiere e versi di buon auspicio.

4]

UNA PREGHIERA ALLA NOBILE TARA

Splendida Tara,
con rispetto e devozione mi prostro a Te
e prendo rifugio;
a Te faccio offerte e Ti prego di concedermi
la Tua benedizione.

Omaggio a Te,
che - pur essendo tutti i fenomeni liberi
da ogni forma e sostanza - sorgi dalla Vacuità
nell'aspetto più adatto al nostro temperamento
e sei per noi sorgente di pura beatitudine.

Omaggio a Te,
dal corpo d'arcobaleno adorno di grazia
come un lago abbellito da fiori di loto;
e dallo sguardo limpido e dolce
simile al cielo sereno in un tramonto d'autunno.

Omaggio a Te,
che hai ottenuto ogni realizzazione
aldilà dell'esistenza condizionata;
che hai la perfetta comprensione di ogni cosa
e sei la salvatrice di tutti gli esseri senzienti.

La fresca ombra dell'albero di sandalo,
lo splendido piumaggio del pavone
o le nubi sospinte dal vento in mare aperto
non possono durare per sempre:
la felicità nei tre mondi è instabile
quale rugiada su uno stelo d'erba.
Ogni cosa è vuota come un miraggio, un'illusione
o il riflesso della luna in un placido stagno,
ma per chi annaspa nell'oceano del samsara
sembra reale.

Anche le nostre sofferenze sono illusorie
come la morte di un figlio in sogno,
ma - considerandole reali - ne siamo afflitti.
La causa di ogni sofferenza ed insoddisfazione
è l'incontrollabile vento della mente dualistica
che, separando soggetto e oggetto,
crea il concetto dell'io.

Sia allora la Tua proclamazione del Dharma
- simile al rombo d'un tuono -
a ridestarmi dal torpore della mia ignoranza
e a purificare il karma negativo
che ho accumulato da un tempo senza inizio
e che m'insegue come l'ombra del mio corpo.

Con la Tua compassione priva d'oggetto
ispirami affinché io sia capace di realizzare
l'inseparabilità di samsara e nirvana,
così che appaia in me la Chiara Luce infinita,
la vera natura della mia mente.

Guidami nella suprema Terra dove c'è
unione di Vacuità e Grande Beatitudine,
affinché io possa raggiungere la sponda
della Perfetta Buddhità per il beneficio
di tutti gli esseri senzienti.

O almeno trattienimi, col gancio dell'amore,
dalle paure dell'esistenza ciclica,
e cùrati di me come una madre fa con suo figlio,
così che le ombre del samsara lascino
uno spazio al sorriso in questa vita
fragile come il petalo d'un fiore.

A.F. (gennaio 1988)