

A person is sitting in a small wooden boat on a calm lake. The background features a range of mountains under a clear sky. The scene is peaceful and scenic.

Tantra e Haṭha-yoga

João Carlos Barbosa Gonçalves

Tantra e Haṭhayoga

O Haṭhayoga foi sistematizado entre os séculos X e XV d.C., como uma forma prática de realização das concepções filosóficas do Tantra.

Portanto, o aprofundamento no Haṭha exige um conhecimento do sistema filosófico do Tantra.

Organizando os conceitos indianos

veda, Vedas, vedānta, védico...

...brâmane, bramanismo...

...indiano, hinduísmo, hinduísta...

...tantra, tântrico, tantrismo.

veda, Vedas, vedānta, védico

- veda (वेद): conhecimento eterno, que permanece mesmo depois do final dos tempos.
- Vedas (caturveda: चतुर्वेद): 4 escrituras fundadoras do hinduísmo. Conhecimento eterno revelado e materializado pelos antigos sábios (ऋषि ṛṣi).

veda, Vedas, vedānta, védico

- vedānta (वेदान्त): “finalidade do conhecimento”.
 - (1) textos compostos ao final dos Vedas;
 - (2) um ramo filosófico da Índia antiga;
 - (3) [usado, mas não recomendado] toda filosofia indiana.
- védico (vaidika वैदिक):
 - (1) relativo ao conhecimento eterno;
 - (2) relativo à cultura, filosofia e ideologia dos 4 Vedas.

brâmane, bramanismo

- ♦ brâmane (ब्राह्मण brāhmaṇa): membro do grupo social (varṇa) ao qual se atribui a função sacerdotal.
- ♦ bramanismo: religião, práticas culturais e ideologia propagada pelos brâmanes.

indiano, hindu, hinduísta

- indiano (bhārata, भारत): nascido na Índia.
- hinduísmo: um grande conjunto de práticas rituais, conhecimentos metafísicos e preceitos éticos com grande variedade histórica e regional. (base comum: autoridade dos Vedas)
- hindu (ou hinduísta): adepto de uma tradição do hinduísmo.

tantra, tantrismo

- ♦ tantra (तन्त्र):
 - (1) conjunto de filosofias, cosmologias e rituais documentados a partir do séc. V d.C.
 - (2) tratado, obra literária.
- ♦ tantrismo: termo não-indiano para designar genericamente o Tantra.
- ♦ tântrico (tāntrika, तान्त्रिक): relativo à cultura tântrica.

Tantra

- momento histórico: textos que se originam a partir de V d.C.
- sistema ético e social: contracultura do bramanismo.
- filosofia: mundo tem valor positivo.
- cosmologia: dualidade śiva-śakti.

Características do Tantra

- o mundo é emanção, e não criação.
- o mundo é divino.
- a realização pode se dar no mundo.
- todo ritual externo comporta um reflexo interno.

Śiva-śakti

Tanto as luzes como as trevas são dotadas da natureza desse resplendor que não pode ser limitado, que é único, intrínseco, e em cujo interior estão tanto as luzes como as trevas.

(1)

Bodhapañcadaśikā, “Quinze versos de despertar”,
de Abhinavagupta (X d.C.)

Śiva-śakti

Ele é parameśvara, que é a essência de todos os seres, a origem deles e detentor da śakti, a qual é constituída por sua potência.

(2)

Bodhapañcadaśikā, “Quinze versos de despertar”,
de Abhinavagupta (X d.C.)

Śiva-śakti

E a śakti não concebe como distinto aquele que possui a śakti, de modo que um sempre será o cerne do outro, tal como o fogo e a combustão.

(3)

Bodhapañcadaśikā, “Quinze versos de despertar”,
de Abhinavagupta (X d.C.)

Śiva-śakti

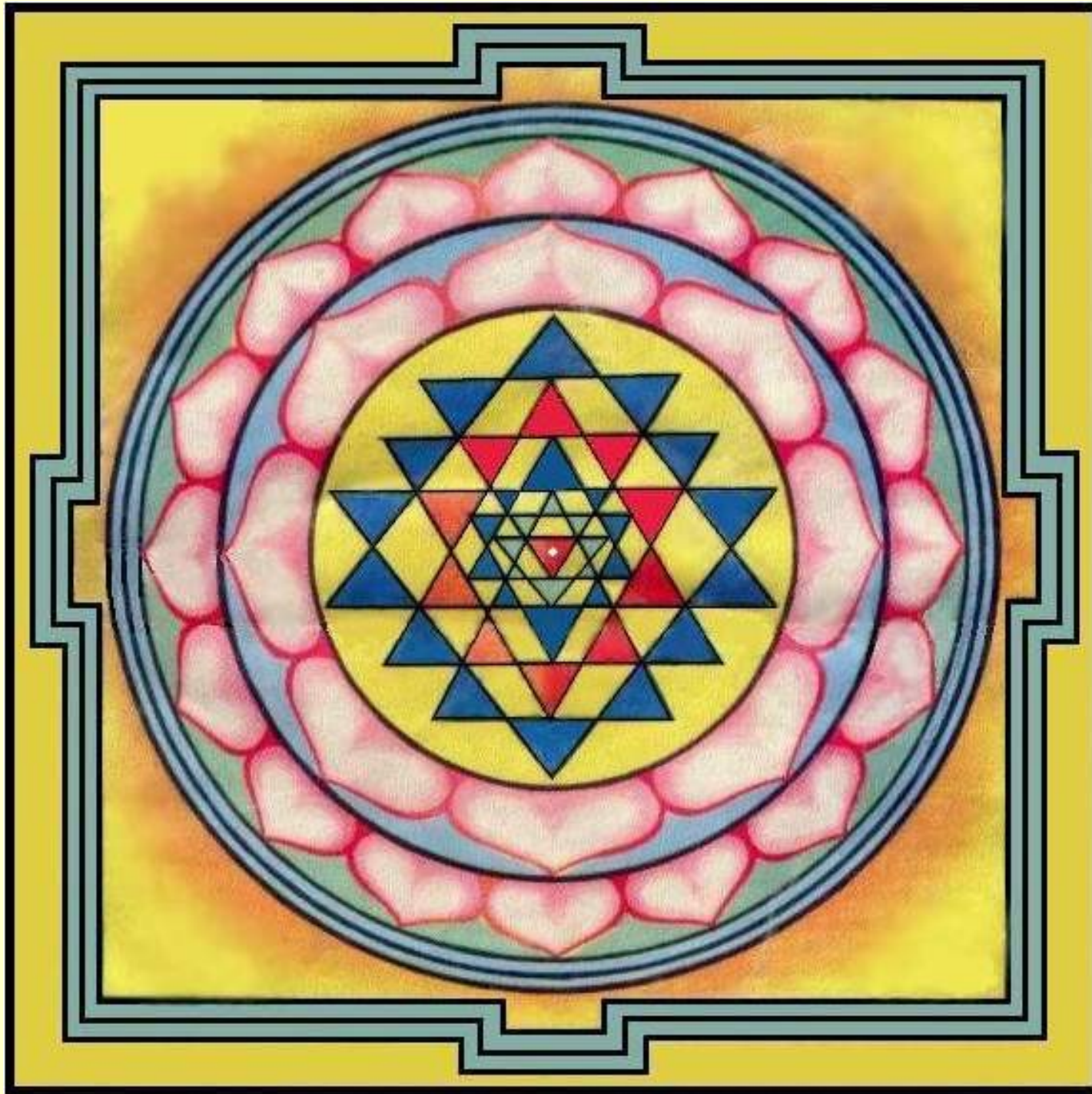
Ele é o deus Bhairava, conhecido por manter o cosmo. Por meio de sua śakti, faz-se completamente refletido no espelho de si mesmo.

(4)

Bodhapañcadaśikā, “Quinze versos de despertar”,
de Abhinavagupta (X d.C.)

Śrī-yantra

O yantra é um diagrama que permite o adepto do Tantra experimentar a totalidade do cosmo em sua própria consciência.

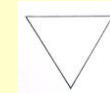
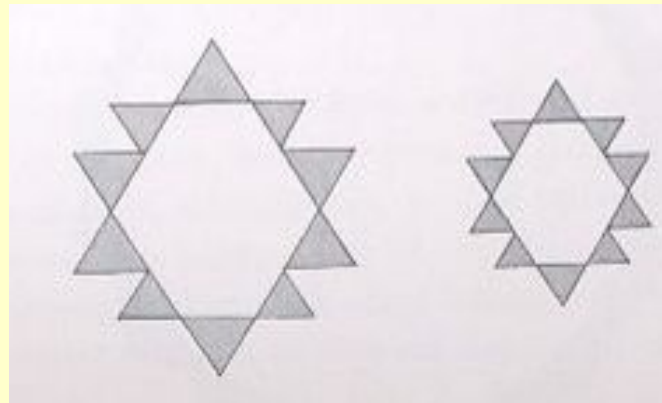
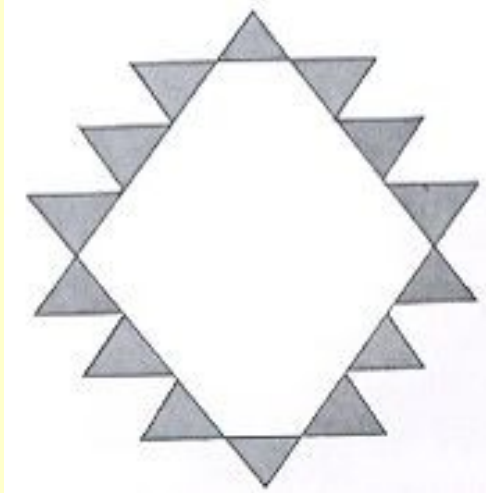
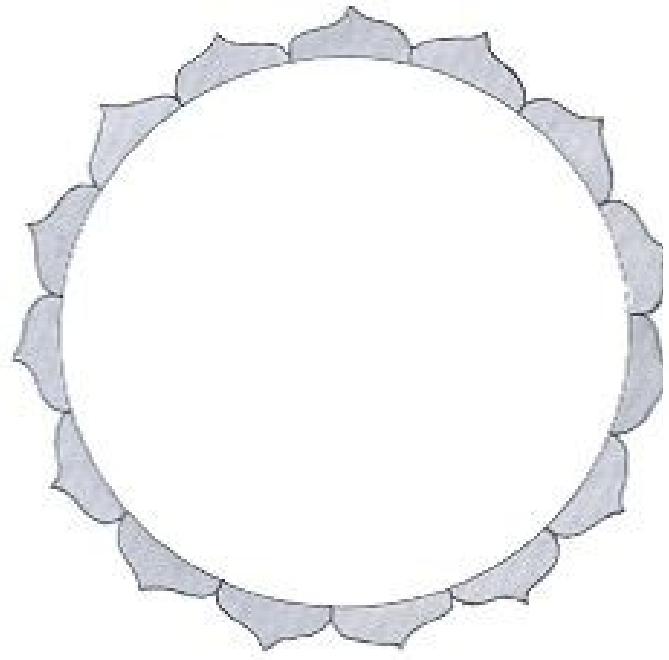
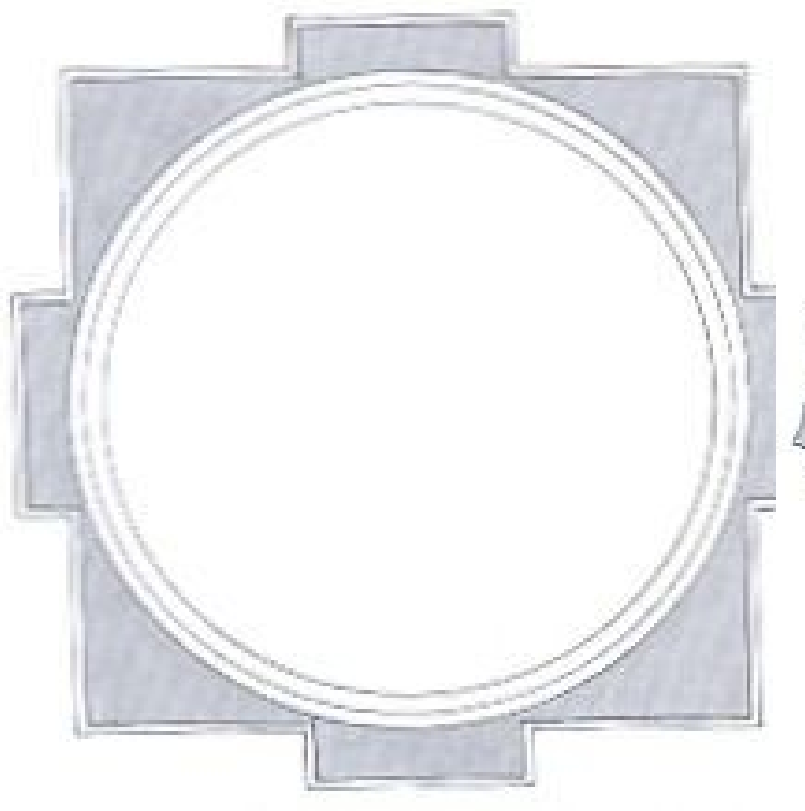


OM AIM HREEM SHREEM SRI LALITA TRIPURASUNDARI PADUKAM POOJAYAMI NAMAH

Śrī Yantra
Tibetano
c. 1700



Śrī Yantra – níveis de experimentação da realidade





Ardhanārīśvara

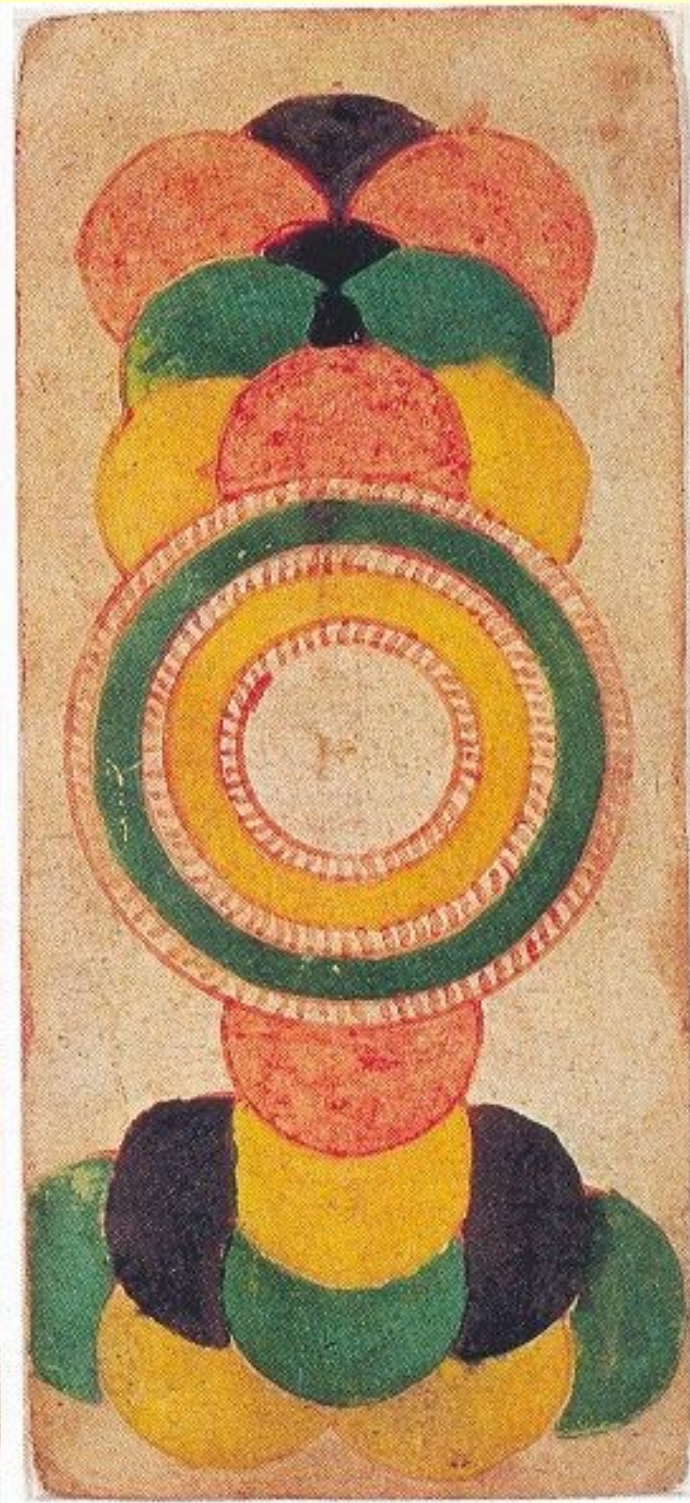
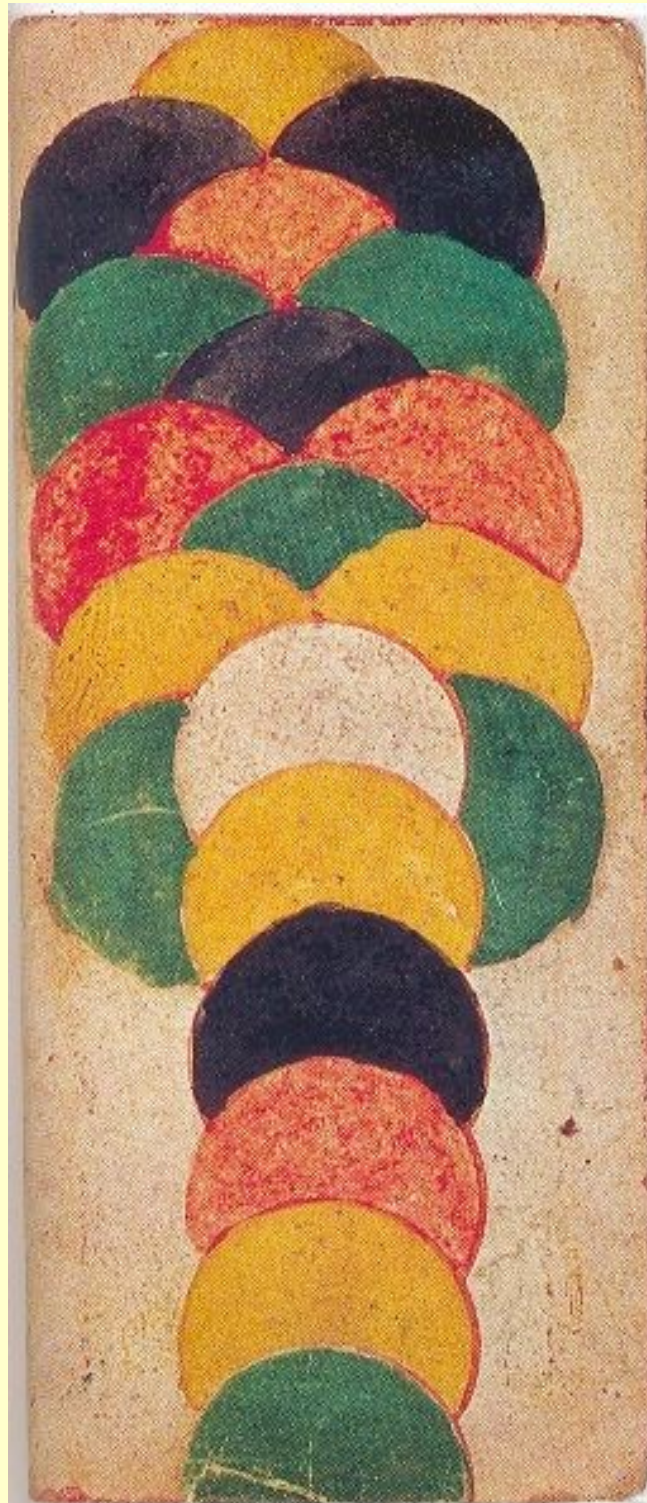
Tudo o que existe é dual.

Todos somos frutos da dualidade.

Ao integrar os opostos, vive-se a vida plena.

Desdobramento do Universo

No Tantra, todas
as concepções
sobre o mundo
só têm sentido
se puderem ser
experimentadas.



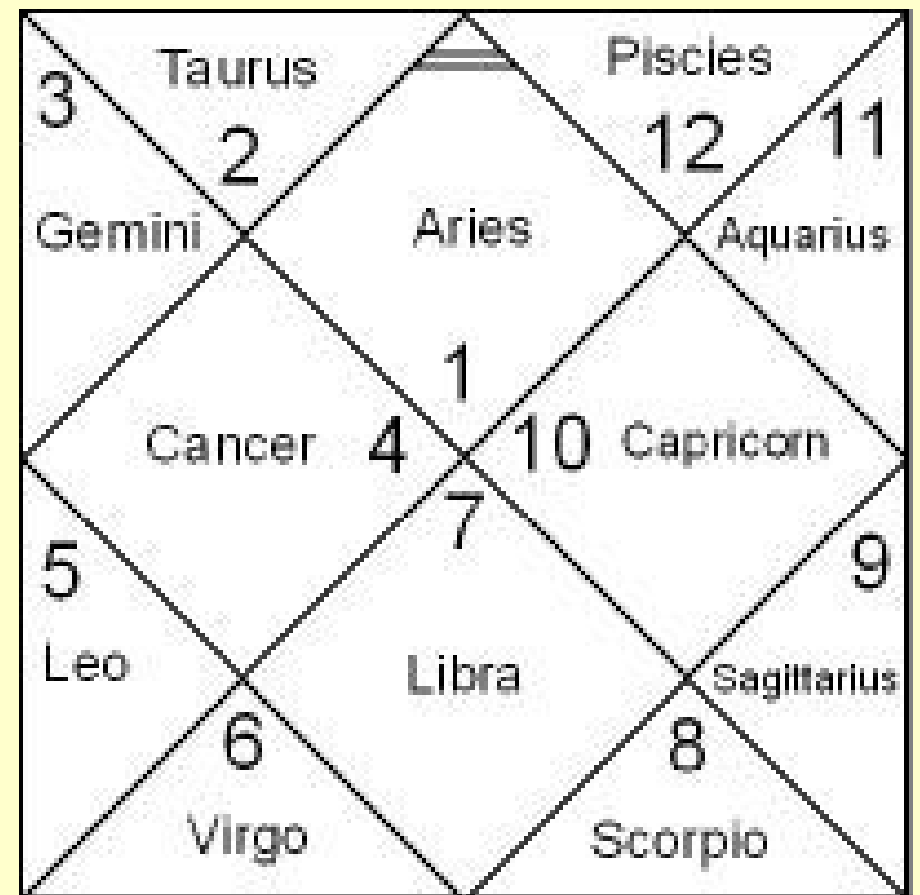
Constelações presentes no indivíduo



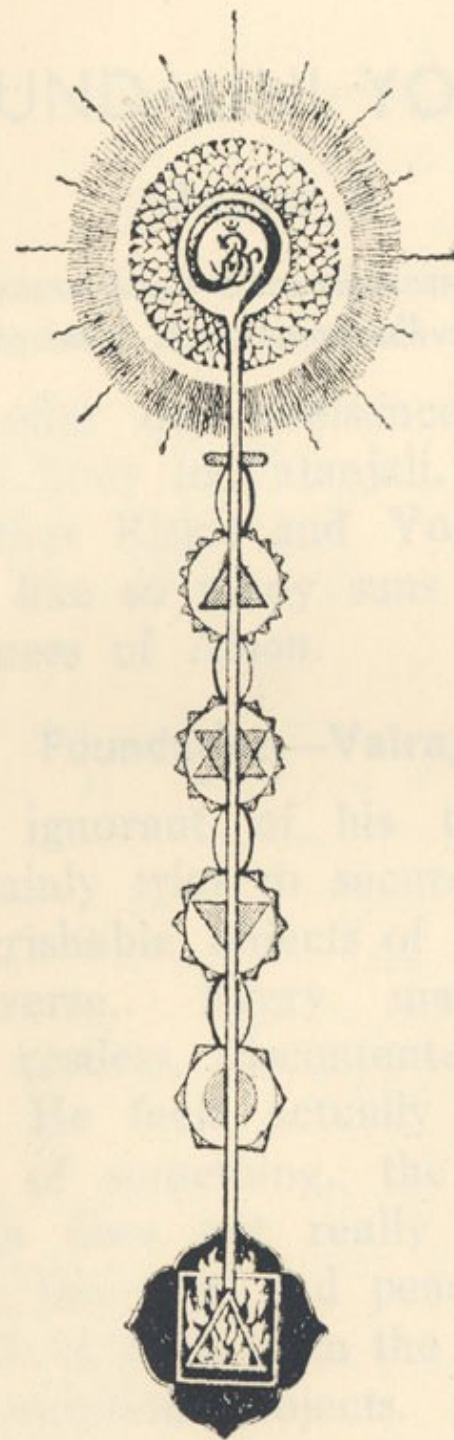
12 Pisces	1 Aries	2 Taurus	3 Gemini
11 Aquarius			4 Cancer
10 Capricorn			5 Leo
9 Sagittarius	8 Scorpio	7 Libra	6 Virgo

South - Indian Style Chart

Integração entre os astros e o ser humano



North - Indian Style Chart



Ascent of Kundalini

Cakra:

fusão entre o individual e o universal

Hat̥hayoga e Tantra

āsana:

- intensificação da śakti enquanto forma sutil que sustenta a matéria corporal;
- possibilidade maior de intercâmbio entre Śiva (consciência) e Śakti (corpo).

Hathayoga e Tantra

kriyā ou karman:

- purificação densa e sutil do sistema interno de condução do alento (nāḍī);
- induz a consciência a perceber variados níveis de realidade.

Haṭhayoga e Tantra

prāṇāyāma:

- pulsar individual em sincronia com o pulsar cósmico;
- intensificação da presença da prāṇa-śakti e interação harmônica com ela.

Haṭhayoga e Tantra

bandha ou mudrā:

- reorganização e controle do fluxos do prāṇa (*vāyu*) no corpo;
- preparo e construção de um espaço interno para a vivência da *kuṇḍalinī-śakti*.

om namaḥ śivāya | om namaḥ śivāya |



ओं नमः शिवाय | ओं नमः शिवाय |

O Som e a Escritura - www.blog.om.pro.br

Arigos
Comentários

O Som e a Escritura – Blog

Visões, leituras e percepções sobre yoga, tantra e cultura sânscrita.

Home | O Som e a Escritura | Grupo de Estudos | João CB Gonçalves | Search this website...

Go

NOVA POSTAGEM

A concepção tântrica da prática de Yoganidrā

7th junho 2010 | [Comentar...](#)



Uma das orientações de meditação que o tratado conhecido como Vijñānabhairava-tantra sugere tem o mesmo fundamento que a prática que conhecemos contemporaneamente como Yoganidrā. Sugere-se que nos mantenhamos no estado intermediário entre a vigília e o sono: अनमृतस्य निद्रयां प्रणये ब्रह्मगोचरे | सावस्था मनसा गम्या परा देवी प्रकाशते ||१०५|| “Quando o sono ainda não veio completamente e os objetos externos já se dissolveram, com a consciência deve-se adentrar tal estado, onde a suprema Deusa resplandece.” (Vijñānabhairava, 75 ... [Ler artigo completo](#) »

ECOS

īśvara Śiva śiva-śakti Abhinavagupta
anatomia yogue Bhagavadgītā
bhairava cakra Candra Caxemira
comentário sânscrito corpo dhāraṇā
eternidade Gītārthasaṁgraha
haṭhayoga kapila Lal Ded mātṛyā
mahānirvāṇatantra mantra matéria
meditação meru nṛdyā Patañjali
Poesia mística prāṇava prakṛti puruṣa ritual
sânscrito sām̐khyā samādhi sintaxe Sol e Lua
sucessão discipular tantra tradição oral
vídeo Vyāsa yoga Yogabhāṣya
Yogasūtra yogin

DESTAQUES

Śiva e Śakti



As duas faces da Realidade, Śiva e Śaktī, são indissolúveis. São os princípios essenciais de todo o ... [Ler mais](#) »

“Quinze versos de despertar” – Bodhapañcadaśikā (1-3)



Traduzo aqui os três primeiros versos da obra atribuída a Abhinavagupta, dedicada a instruir com precisão e ... [Ler mais](#) »

MAIS LIDOS

A Lua e a atividade vital



Aqui traduzo (livremente), em meio às leituras de uma noite de Lua-cheia, dois versos sobre a Lua, ... [Ler mais](#) »

Sobre a tradição dos comentários na cultura sânscrita



Scholastic Sanskrit A cultura sânscrita manteve uma forte tradição de comentar os textos que considerava importantes. Essa tradição ... [Ler mais](#) »

TEMAS

- Abhinavagupta
- Caxemira
- Destaque
- Grupo de Estudos
- Hatha-yoga
- Hathayogapradīpikā

LISTA DE LINKS

- Āśrama Īśvara
- Gamaya – Yoga e Terapias
- Glauco Tavares – Blog
- Língua, Literatura e Filosofia – L. Valverde
- O Som e a Escritura

João C.B. Gonçalves - joao@om.pro.br