

Autoconhecimento. Especialista irá ministrar curso sobre a prática nos dias 12 e 13, em Belo Horizonte

O tantrismo nosso de cada dia

Tradição nascida na Índia busca integração com a consciência universal

■ ANA ELIZABETH DINIZ
ESPECIAL PARA O TEMPO

■ Você quer aprender a meditar ou já medita e tem dificuldades em aprofundar suas experiências? Se a carapuça serviu, você pode melhorar sua atual condição por meio de um curso de tantrismo que vai acontecer em Belo Horizonte nos dias 12 e 13, dentro de um programa de capacitação em ioga.

O professor é João Carlos Gonçalves, 40, formado em letras pela Universidade de São Paulo (USP) e doutorado em linguística, direcionado para o estudo de textos da Índia antiga compostos em sânscrito.

Ele decidiu estudar um idioma pouco comum porque queria conhecer a fundo a cultura indiana. Hoje é professor do Instituto Paulista de Sânscrito e na USP. “Essa é uma língua fundamental para entender a cultura indiana. Há uma literatura extensa nesse idioma, e as obras mais antigas que chegaram até nós datam de cerca de 1500 a.C. Desse período até os dias atuais, a língua continua ativa, novos textos estão sendo compostos e os antigos são estudados nos contextos científico e tradicional”, diz ele.

DEDICAÇÃO. Segundo ele, para meditar bem “é necessário empenho pessoal e conhecimento”. “O curso que vou ministrar pretende oferecer um conhecimento que faça com que o praticante aproveite da melhor forma possível o tempo empenhado nas práticas meditativas. Esse conhecimento veio de uma tradição indiana que costumamos chamar de Sivaísmo da Caxemira, cujas bases foram fundadas sobre tantra, ou tantrismo”, diz.

João começa explicando sobre o tantra. “Temos conhecimento histórico de textos que começaram a ser compostos ao redor do século V d.C, que se identificavam como tantra. A partir daí, muitas tradições se afiliam a esses textos, estabelecendo suas próprias doutrinas, práticas espirituais, rituais e corpos éticos. Portanto, há várias escolas de pensamento afiliadas a essa corrente que chamamos genericamente de tantrismo”, fala.

“Se pudermos dizer que há algo em comum entre elas, é o fato de que elas entendem que mate-

rialidade e espiritualidade não são necessariamente opostos ou excludentes”.

Para isso, diz o professor, “precisamos entender um pouco da história do pensamento místico indiano, em que a vida no mundo, nas esferas familiar e social, foi vista, na maior parte das vezes, como um obstáculo para as práticas espirituais”.

João explica que “o núcleo ortodoxo do hinduísmo lida continuamente com as noções de pureza e impureza, impondo uma série de preceitos e rituais que visam a purificação, o que historicamente qualificou as experiências comuns da vida como algo que se opõe à sacralidade”.

NOVO SIGNIFICADO. É nesse contexto que o tantra funda suas bases “e pensa de forma oposta a essas correntes ortodoxas do hinduísmo. Temos, nas escolas de pensamento tântricas, a percepção de que o mundo material é proveniente de uma força divina criativa, sendo, portanto, necessário dar um novo significado à oposição que fazemos entre matéria e espírito. Nesse sentido, as práticas espirituais auxiliam o adepto a conquistar uma nova percepção da realidade, e perceber que as duas realidades são inerentemente sagradas”, comenta o professor.

TUDO É UM. O Sivaísmo da Caxemira é uma das escolas de pensamento indianas afiliadas ao tantra. “Compartilha desse mesmo objetivo: permitir que as pessoas adquiram, por meio de suas práticas, uma sabedoria tão grande e tão intensa que sejam capazes de sentir que sua existência está totalmente inserida no universo. E que, de fato, não há distinção entre a consciência do indivíduo e a universal. A consciência do indivíduo é apenas uma contração da consciência universal. Isso é um propósito extremamente integrador”, observa João.

AGENDA: O curso de tantrismo com João Carlos Gonçalves acontece nos dias 12 e 13 de abril, dentro do programa de capacitação em ioga. Localização: rua Turfa, 1.220, Barroca. Informações: (31) 9794-6829 com Fabiana.

Meta

Tantrismo. Seu objetivo é livrar o ser da percepção fragmentada e produzir um estado cognitivo em que ele seja capaz de se ver em todo o universo e ver todo o universo em si.



Tantrismo. O professor de sânscrito João Carlos Gonçalves vai ensinar sobre o Sivaísmo da Caxemira

Percepção

Tradição diz que nada fica de fora da consciência universal

➤ A tradição conhecida como Sivaísmo da Caxemira ensina que a consciência humana é como uma contração (samkoca) da consciência universal. “As duas são essencialmente a mesma. Algo como uma luz que é matriz única de várias outras luzes. A consciência de cada indivíduo é um brilho proveniente dessa luz única matricial. A palavra contração expressa a ideia de que são essencialmente as mesmas. Ainda que a luz individual seja uma expressão reduzida da universal, tudo que existe em uma está presente na outra também”, explica o especialista João Carlos Gonçalves.

Segundo o pensamento dessa tradição, “nada fica de fora da consciência universal”. “Tudo o que existe,

material e imaterial, está permeado por ela. Somos, dessa forma, essa consciência. Em outras palavras, o objetivo é nos livrar da nossa percepção fragmentada e produzir um estado cognitivo em que sejamos capazes de nos ver em todo o universo e ver todo o universo em nós”, ressalta o professor.

MORTE. O tantrismo não se foca particularmente na experiência da pós-morte, mas pode-se dizer que basicamente há várias formas de morrer.

“Ao longo da vida, podemos nos identificar com aspectos extremamente mesquinhos e pequenos das nossas experiências ou podemos também nos identificar com aspectos do nosso ser que sejam de um âmbito

mais profundo e permanente, e muitas nuances entre esses dois polos. É muito importante o que se viu e ao que se aderiu ao longo de toda a vida, isso diz muito sobre o que se perde e o que se ganha com a morte”, diz.

Para ele, essa tradição é tão integradora “que nos ensina que há um fluxo único de consciência, em que não há tanto contraste entre vida física e vida pós-morte, tudo é uma única existência. Assim como, durante a vida física, experimentamos as fases infantil, madura e idosa, sem enfatizar tanto as transições, pode ser assim com nossa existência em escala cronológica mais ampla: sentimos a permanência da consciência e não os cortes das suas várias formas de manifestação”. (AED)

Meditação Conceitos precisam se tornar vivências

➤ As práticas do tantrismo envolvem predominantemente a meditação. “Estuda-se um texto, entende-se um conceito, e então ele precisa se tornar real na experiência do indivíduo. Caso contrário, será apenas uma informação a mais para o seu repertório”, discorre o professor João Carlos Gonçalves.

As práticas envolvem a compreensão intelectual pormenorizada desses conceitos, conforme estabelecidos em textos que foram compostos a partir do século VIII d.C. Após o estudo, ele diz, é necessário contemplá-los, não apenas para ampliar a compreensão intelectual, mas para que se perceba a outra face desses conceitos: não são apenas ideias abstratas; são realidades.

“A meditação faz esse processamento. Há, para isso, várias técnicas de meditação, que envolvem percepção da respiração, entoação de mantras e foco em determinadas partes do corpo. E junto a tudo isso, cultivava-se uma grande reverência pela luz da consciência universal, chamada de, nessa tradição, de Siva”. (AED)

“As práticas do tantrismo envolvem a meditação. Estuda-se um texto, entende-se um conceito, e ele precisa se tornar real para o indivíduo.”

Conquistas

- Conhecimento sobre si mesmo.
- Superação do medo da morte.
- Manutenção de um estado pleno de felicidade.
- Poder sobre os cinco sentidos.
- Destruição do egoísmo.
- Transcendência dos instintos naturais da espécie.
- Identificação plena entre a consciência individual e a universal.