

VIJNANA BHAIRAVA

Un messaggio sul testo di cui sopra era stato sollecitato da qualcuno che, pur pretendendo d'essere un kriyaban, non è forse profondamente penetrato nella comprensione e nella pratica del Kriya Yoga. Anzi, questa persona -o colui che la manipola- gratifica se stessa/o tramite una "ricerca della conoscenza spirituale" perseguita maneggiando vari testi illustri, traendo glorificazione nell'indulgere in tale autocompiacimento.

Questo testo, appartenente allo Shivaismo del Kashmir dell'VIII secolo, fu popolare durante il regno del re Jayapida del Kashmir ma fu forse compilato un secolo avanti. Esso menziona e descrive 112 dharanas. Termini come "dharanas", "dharma" e "dharti", implicano qualcosa che ci sostiene. E cos'è che ci sostiene? E' la "non-mente"; sono, cioè, la vita e la sua intelligenza a sostenerci. La mente (l'ego), che è coscienza separativa, piena di frammentazioni, non è affatto il fuoco della vita con la sua fiammante consapevolezza del reale.

La mente, con i suoi pensieri, è costituita da una rete di registrazioni psicologiche e sovra-imposizioni culturali. Così la mente non è che l'afflizione di assunti e attribuzioni, speculazioni e congetture, pregiudizi e paradossi, perversioni e paranoia, credenze e bigottismo, immagini e idee, postulati e proiezioni, e così via. La mente non ci sostiene, ci distrugge. E' la nemica della vita. La beatitudine e la benedizione della vita sono possibili solo quando la mente esplose scomparendo nella "non-mente". Questa esplosione produce la libertà dalla mente e dalle sue vincolanti attività permettendoci di entrare nell'autentica comprensione. Tutti i 112 dharanas enunciano lo stesso messaggio ripetuto in una varietà di modi: "Esplosi annullandoti nella non-mente"; "La vacuità è totalità e santità"; "Sii disponibile alla liberazione dalle creazioni, formulazioni e frammentazioni operate dalla mente".

Una selezione casuale dai sutra di questo testo viene di seguito presentata al fine di dimostrare l'importanza della pratica del Kriya Yoga che noi seguiamo in quanto kriyaban.

**Come il respiro, rilasciato, all'esterno fluisce,
Così, ritmicamente, all'interno esso torna a fluire.
In quel turnare (tra un'esalazione e un'ispirazione) tu sei vacuità.
Penetra quel vuoto, fonte d'ogni vita.**

**L'inalazione, il movimento del respiro che torna, sostiene la vita.
Il respiro che esce la purifica.
Vecchi pensieri, vecchi sentimenti, con l'aria vecchia s'esalano.**

Questa è l'essenza della filosofia del Kriya Pranayama.

**Scivoli la tua attenzione con adorante intento
Attraverso i centri di coscienza, lungo la spina dorsale.**

**Per ogni area del corpo v'è un canto.
Ascolta questi suoni echeggiare in dolci vortici -
Ritmici e prolungati.**

**Alternativamente, presta attenzione al perineo
E, a tempo debito, alla corona del capo.**

Questo è "Samantrak" del secondo livello.

**L'attenzione intera concentrata sul midollo -
All'interno della colonna delicatamente fremente -
Tra terra e cielo seguendo la corrente,
Divieni un magnete che i mondi tutti connette.**

Questo è il processo del Pranayama mentale del primo livello.

**Sopra agli occhi allungando le dita,
Chiusi gli orecchi, la bocca e le nari,
Abbandonati allo spazio ch'è dentro di te.
Fonditi con le vitali energie internamente racchiuse.
Quando la potenza s'accresce,
Con decisa dolcezza immergiti nei centri interiori.**

**Mentre il flusso di quella sostanza di luce s'eleva,
Seguilo fin dentro lo spazio tra le sopracciglia,
Là dov'esso esplode in un orgasmo di luce.**

**Pensa a come le palpebre lievemente tocchino gli occhi
Ad ogni battito di ciglia.
Con pari dolcezza, le tue dita sopra le palpebre apponi.
Dello spazio tra questi due delicati centri della visione**

**prendi ora coscienza.
Lì si trova l'occhio singolare,
Che dentro a un differente mondo sa scrutare.**

*Questo è il processo di Joni-mudra del primo livello
e l'esplosione di OM nel Kutastha.*

**La vacuità dello spazio il tuo corpo permea
E le direzioni tutte, simultaneamente.
Lì, sempre presente, è lo spazio;
Lì, già da prima che tu d'esso t'accorga.
Ciò che noi spazio appelliamo è una presenza,
Basamento più stabile del più duro granito.
Dentro mondi in cui avere operante espressione
A noi lo spazio concede l'esistenza.**

Questo è lo spazio della consapevolezza della realtà.

Questa è la "non mente" o "mente religiosa".

**Quel vasto spazio contempla,
Mentre, sopra il tuo capo,
sotto il tuo coccige e dentro il tuo cuore
simultaneamente penetra.**

*Questo è lo stato di calmo equilibrio che consegue
al Thokar Kriya del secondo livello.*

**Alle connessioni di luce che collegano i centri,
Da un capo all'altro del corpo, presta attenzione.
La base della spina dorsale e la parte sommitale del cranio,**

**I genitali e il cuore! Il cuore e la gola, la gola e la fronte,
La fronte e la parte superiore del capo...
Osserva il flusso di queste connessioni,
Elettrizzanti, sempre-pulsanti, dalla ricca trama,
Tra ciascun d'essi e ogni altro.**

Osserva, allora, di tutti con tutti la simultanea risonanza.

**Immergiti in quella rifulgente trama di luce
Con l'attenta cura che sorge da sacro timore
E persino le tue ossa conosceranno l'illuminazione.**

*Questa è la situazione che si viene a verificare
nella terza fase del Kriya del livello micro.*

**Ancora e ancora ritorna a gustare
Lo spazio tra i respiri.
Ad ogni ciclo impara a deliziartene.**

*Questa è l'indicazione che il Kriya Pranayama non deve essere
abbandonato anche quando avanziamo in profondità nei livelli
superiori del Kriya.*

**Il mondo intero t'appare come da fiamma consunto.
Rimani saldo e non vacillare,
Mentre il fuoco divora ogni cosa.**

**Quando ogni cosa al mondo si dissolve in luce,
Il mondo interiore emerge nella sua infinità.**

**Aprendosi alla Divinità (l'Infinito), la dualità si dissolve,
A qualsiasi livello della coscienza separativa.**

**Nel momento che segue fonditi con tale vacuità.
Sii, così, tutto e niente ad un tempo.**

**Cessa la mente d'elaborar pensieri.
Come sulle sue stesse fondamenta,
Su quell'immensità riposa.**

**La realtà irradia in bagliori.
Il tuo essere il campo stesso della coscienza diviene.**

Questo è "Ishwara Pranidhana".

**Un respiro riversa nell'altro,
L'inspirazione dentro l'espiazione, l'espiazione dentro l'inspirazione.
Sopravverrà una fusione.**

Questa è l'essenza del Kriya Pranayama.

Di quell'omni-pervadente gioia bevi l'ambrosia,

Dalla radiante coppa del tuo corpo medesimo.

Questo è l'effetto (beatifico) della meditazione nel corpo.

**Contro la volta del palato la tua lingua poni,
E lì semplicemente permani,
Quietamente suggerendo.**

Questo è Talabya Kriya.

**Tenendo leggermente socchiusa la bocca,
Dolcemente toccando con la punta il palato - la base del cervello,
Nel centro della bocca lascia che la mente riposi.**

Questa è un'indicazione per il Khechari-Mudra.

Vi sono molti altri sutra che sono stati manipolati e interpretati da un certo mercato spirituale tantrico al fine d'indulgere in orge sessuali. Non è necessario inoltrarsi in essi. L'energia sessuale è la vita, ma la sua degenerazione in sensualità è provocata dalla mente la quale costituisce la separazione dalla vita. L'energia della gioia non è commista alle attività del piacere.

La Comprensione e l'Intelligenza si rivelano soltanto quando la ricerca e la brama cessano completamente.

La libertà (la vita) sostiene ed è sacra. La frammentazione (la mente) è distruttiva e, pertanto, è l'inferno.

JAY KASHMIRI VINDICATION OF KRIYA YOGA

(Sia reso omaggio alla dimostrazione della validità del Kriya Yoga, edotta tramite il raffronto con le scritture dello Shivaismo del Kashmir)