

Il Tantra di Kalachakra

Posted in [Kalachakra IT-EN](#) on 03/05/2011 05:39 pm by admin



Lo scopo dello yoga del Kalachakra è di trasformare le impurità ed oscurazioni nel Sentiero verso l'Illuminazione.

IL TANTRA DI KALACAKRA

L'ORIGINE DEL TANTRA DI KALACAKRA.

Fu Sakyamuni stesso (allora ottantenne) che il 15° giorno del 3° mese lunare - manifestandosi nell'aspetto di Kalacakra - insegnò il tantra-radice di questa divinità di meditazione nello stupa di Dhañakataka, nel sud dell'India, su richiesta del re di Shambhala, Suchandra.

Costui se ne tornò nel suo regno, dove mise per iscritto quegli insegnamenti (redigendo il Mulatantra Kalacakra) e ne compose un primo commentario. Più tardi, il primo re Kulika di Shambhala, cioè Mañjusrikirti, ne scrisse un commentario condensato (il Laghukalacakra) e suo figlio, il Kulika Pundarika, un commentario esteso dal titolo "La luce immacolata" (Vimalaprabha). E' così che l'insegnamento del Kalacakra si diffuse tra gli abitanti del regno di Shambhala; da qui poi verso il 966 ritornò in India, da dove entrò in Tibet nel 1027, anno in cui venne riformato il calendario e in cui iniziò il suo primo "ciclo sessagenario" (rab-byun), che va dal 1027 al 1087.

I 3 LIVELLI DI KALACAKRA.

Vi sono 3 livelli che concernono la pratica di Kalacakra e su cui si deve meditare:

- il Kalacakra esterno (o macrocosmo);
- il Kalacakra interno (o microcosmo);
- il Kalacakra alternativo, articolato nell'iniziazione, nello "stadio di generazione", nello "stadio di completamento" e nella conseguente buddhità.

I primi due sono le basi o forme impure da purificare, mentre il Kalacakra alternativo si riferisce alle pratiche yogiche dello Stadio di Generazione e dello Stadio di Completamento che effettuano questa purificazione e producono i 3 risultati purificati (i 3 Kaya di un Buddha).

1] Il Kalacakra esterno.

Esso è l'ambiente esterno che ci circonda e l'universo fisico in cui viviamo: gli elementi terra, acqua, fuoco, aria e spazio, il monte Meru, i 4 continenti, gli 8 subcontinenti, i pianeti, la luna, il sole, le stelle, insieme a tutto ciò che si trova in ogni direzione, oltre a tutti gli oggetti dell'odorato, della vista, del gusto, del tatto, del

suono e i fenomeni mentali. In particolare, si tratta degli elementi dell'universo nei loro rapporti dinamici, vale a dire delle interazioni dei fenomeni cosmici e della loro trasformazione nel corso del tempo: la formazione, la costituzione e i movimenti degli universi, dei pianeti, delle costellazioni e dei sistemi solari, e dunque i cicli temporali degli anni, dei mesi e dei giorni e i cicli storici.

Il Tantra in esame quindi espone vari argomenti di cosmologia, geografia, geomanzia, cronologia, storia, escatologia, matematica ed astronomia (che è una

delle 5 scienze minori e comprende l'astrologia), e tratta altresì del regno di Shambhala, della sua storia e delle sue profezie. Così, illustra il sistema astronomico sessagenario che regola il calendario tibetano: questo è diviso in "grandi cicli" di 60 anni composti di 5 "cicli minori" di 12 anni, ciascuno dei quali è associato ad un animale e ad uno dei 5 elementi (che presentano un aspetto maschile ed uno femminile). L'astrologia va intesa come un mezzo per conoscere se stessi, il proprio karma, i contenuti del proprio inconscio (con le relative conseguenze sulla vita sociale, affettiva, spirituale), le proprie inclinazioni. Essa è dunque un modo di guardare il cielo per scoprire la saggezza che vi si trova nascosta e che ci è di aiuto.

2] Il Kalacakra interno è costituito dai 6 tipi di esseri viventi, e quindi anche dal corpo e dalla mente dell'uomo. In particolare riguarda il corpo umano e la sua struttura pranica, cioè sottile: pertanto si riferisce al processo di gestazione e di nascita, alle funzioni fisiologiche, al ciclo temporale del respiro, al movimento delle energie sottili all'interno del corpo stesso. Il Tantra tratta perciò della natura, della struttura e della funzione delle nadi, dei chakra, dei bindu e del prana, la cui circolazione è collegata e purificata alle energie cosmiche dei pianeti e delle stelle. Vi è una costante interazione delle energie cosmiche sul microcosmo (il regno psicofisico umano), il quale rimane soggetto all'influenza delle congiunzioni interplanetarie e alle energie macrocosmiche (si pensi ad es. alle fasi lunari). Dal punto di vista etimologico, Kalacakra è il tempo esterno, ritmato dal movimento ricorrente dei pianeti e delle costellazioni che girano (come una ruota), sorgendo e tramontando continuamente con gli esseri che li abitano; questo girare è ciò che consente l'andamento del mondo (macrocosmo). Questo tempo esterno è in rapporto col tempo interno all'uomo, scandito dalla respirazione (microcosmo). L'analogia tra microcosmo e macrocosmo ci dice che tutte le cose del mondo fuori di noi, tutto quello che accade, trovano riscontro nella nostra sfera interna, nel nostro psico-organismo. Dal punto di vista filosofico, invece, 'kala' (il tempo) indica la conoscenza, il mezzo, la compassione; 'chakra' (la ruota) significa il conoscibile, la saggezza, la vacuità. Per cui 'Kalacakra' è l'Adibuddha, che è l'unità della vacuità e della compassione, della saggezza e del mezzo. Pertanto, la funzione ultima del Kalacakra non è di produrre benefici di natura temporale, ma di realizzare l'Illuminazione perfetta, ossia la totale unificazione di prajña ed upaya.

a) LE 6 NADI

Il nostro corpo è solcato da canali d'energia (nadi) che conducono il prana fino alle parti più periferiche. Il loro numero varia da 21.600 a 72.000 a seconda dei diversi tantra; nel Kalacakra si calcola che siano tanti quanti i capelli sulla testa di una persona, cioè milioni di nadi.

Le 3 nadi principali sono dette RO-MA, KYAN-MA e [AVU]DHUTI. Esse iniziano all'estremità dell'organo sessuale, giungono all'ano e poi con una leggera curvatura salgono diritte fino al centro del corpo (davanti alla spina dorsale); infine arrivano all'interno del cranio e poi curvano terminando rispettivamente alla sommità dell'apertura delle narici e al punto tra queste (chakra della fronte). Questi 3 canali s'intersecano e s'intrecciano nel punto dell'ombelico e assumono caratteristiche e funzioni diverse a seconda che i loro tratti si trovino al disopra o al disotto dell'ombelico stesso. Pertanto, sono suddivisi in una parte superiore ed in una inferiore. Il canale centrale superiore, detto dBU-MA, sGRA-CAN (il pianeta Rõhu[la] in realtà, il nodo settentrionale della luna che provoca le eclissi, oscurando il sole e la luna, cioè - nel corpo - le due nadi laterali, associate quella di sinistra alla luna e quella destra al sole), ÑI-PAN ed ABADHUTI (o avadhuti, in sanscrito è detto anche susumna), inizia effettivamente proprio sopra l'ombelico. Associato all'elemento spazio (che lo costituisce), esso è di color verdognolo e la sua funzione principale è quella di far scendere il rlun (l'energia vitale nel corpo), che scorre in esso.

A destra del canale centrale vi è il RO-MA, chiamato anche RASANA (Corrisponde al pingala degli induisti) o ÑI-MA (sole): di color rosso, è associato all'elemento fuoco (che lo costituisce) e la sua funzione principale è quella di far scendere il thig-le rosso del nostro corpo, che scorrono in tale nadi.

A sinistra di questo vi è il KYAN-MA, detto anche LALANA (Corrisponde all'ida degli induisti) o ZLA-BA (luna). Di color bianco, è associato all'elemento acqua (che lo costituisce) e la sua funzione principale è quella di far scendere il thig-le bianco che scorrono in tale nadi. Tutti e 3 questi canali sono dominati dalle energie (rlun) "che sostengono la vita", che scorrono in essi. Nei due canali laterali il rlun circola attraverso i due movimenti di inspirazione ed espirazione.

Sotto l'ombelico il canale centrale curva a destra e giunge all'estremità dell'organo sessuale. Questo tratto è detto KUN-DAR-MA, DUÓ-CHAN, CHÖNMA (Canale con conchiglia) e DU-ME ("Il fuoco del tempo", cioè il pianeta Kõlagni Rahula. In sanscrito porta i nomi di Khagamukha o Sankhini; nella donna, poiché durante il periodo mestruale porta il sangue (rakta), prende il nome di candali). Associato alla saggezza (coscienza originaria), che lo costituisce, è di color blu ed ha la funzione principale di far scendere ed emettere lo sperma (che scorre in esso). Il canale di sinistra invece curva al centro e giunge all'estremità dell'organo sessuale. Diventa così il LUG (pecora), di color nero ed associato all'elemento aria (rlun), che lo costituisce. La sua funzione principale è di far scendere l'urina (che scorre in esso).

Il canale di destra piega a sinistra e giunge all'ano. Il suo nome è MAR-SER (arancione) ed è associato all'elemento terra, che lo costituisce. Di color giallo, ha la funzione principale di far scendere le feci (che scorrono in esso). Per altri testi, invece, sotto l'ombelico, il tratto che si riferisce all'aria e all'urina è quello sinistro, mentre quello connesso con la terra e le feci è il centrale.

Tutti e 3 questi canali sono dominati dalle energie (rlun) "che muovono verso il basso", che scorrono in essi.

b) I 6 CAKRA :

Secondo il Kalacakratatra, lungo l'avadhuti vi sono 6 CHAKRA (centri o nodi d'energia) principali simili a fiori di loto, da cui si diramano varie nadi minori chiamate "petali" (dala) - che a loro volta si suddividono in moltissime altre nadi. I chakra sono i seguenti, posti rispettivamente:

- Ruota del Vento, alla corona del cranio ; verde ; ha 4 petali di nãÁú ;
- Ruota della Grande Beatitudine, nella fronte sopra le sopracciglia; bianco ; ha 16 petali ;
- Ruota del Godimento, alla gola; rosso; ha 32 petali1 ;
- Ruota dei Fenomeni, al cuore ; nero ; ha 8 petali ;
- Ruota dell'Emanazione, all'ombelico ; giallo ; ha 64 petali ;
- Ruota del Detentore della Felicità, nell'organo sessuale, con due diramazioni: la prima all'ano, azzurra, con 32 petali ; l'altra, al centro del 'gioiello', con 8 petali.

Quando i 'petali' vengono visualizzati, assomigliano alle stecche di un ombrello aperto: questo ombrello è diritto verso l'alto in corrispondenza dei chakra della corona e del cuore, mentre è capovolto alla gola e all'ombelico.

In corrispondenza di ogni chakra, il canale di sinistra si avvolge in senso orario intorno al canale centrale, ed il destro in senso anti-orario - formando così una sorta di nodi che ostruiscono il libero fluire delle energie vitali (rlun) nell'avadhuti stesso.

c) I 10 RLUN :

I 10 rlun (energie psichiche o vitali) fluiscono e pulsano nelle nadi: essi presiedono alle funzioni fisiologiche del corpo e servono da veicolo per la coscienza.

Poiché hanno tutti la medesima natura, non vengono qui classificati - come invece altrove - in 'principali' e 'secondari'. Sono connessi agli elementi e alle direzioni:

- 1) Che sostiene la vita - spazio - sopra il cuore,
- 2) Che accompagna il fuoco - aria – est,
- 3) Ascendente - fuoco – sud,
- 4) Discendente - beatitudine - sotto il cuore,
- 5) Pervadente - acqua – nord,
- 6) Serpente - terra – ovest,
- 7) Tartaruga - aria – sud/est,
- 8) Lucertola - fuoco – sud/ovest,
- 9) Dono degli dèi - acqua – nord/est,
- 10) Vittoria sulla ricchezza - terra - nord/ovest.

d) I 4 THIG-LE :

Come sappiamo, i thig-le ('gocce') - detti anche "bodhicitta" - sono concentrazioni (o particelle) di energia costituite dall'essenza della forza rigenerativa (o fluido riproduttivo) dell'organismo, cioè dall'essenza genetica:

- maschile trasportata attraverso il liquido seminale: "thig-le bianco";
- femminile veicolata attraverso il sangue: "thig-le rosso".

Secondo il Kalachakra vi sono 4 tipi di gocce:

- 1- del corpo (kayabindu), che si formano nel chakra della fronte (o della corona) e in quello dell'ombelico;
- 2- della parola (vagbindu), che si formano nel chakra della gola e in quello del 'luogo segreto' (la base della colonna vertebrale);

3- della mente (cittabindu), che si formano nel chakra del cuore e in quello del 'gioiello' (il centro dell'organo sessuale);

4- della conoscenza o saggezza (jñanabindu), che si formano nel chakra dell'ombelico e in quello dell'estremità dell'organo sessuale.

Quando i rlun(energie) grossolani entrano e si assorbono nei chakra

1 Normalmente questo chakra ha invece 16 nadi.

a) della fronte (o della corona) e dell'ombelico, le gocce del n.1 ci fanno sperimentare lo stato di veglia (ci si sveglia dal sonno e si è in grado di percepire il sé e gli oggetti manifesti del mondo esterno);

b) della gola e del 'luogo segreto', le gocce del n.2 producono lo stato onirico (cioè di sogno);

c) del cuore e del 'gioiello', le gocce del n.3 generano lo stato di sonno profondo;

d) dell'ombelico e dell'estremità dell'organo sessuale, le gocce del n.4 provocano lo stato di assorbimento (la beatitudine al culmine dell'unione sessuale, cioè dell'orgasmo).

In altre parole:

a) nei momenti di veglia, i rlun - che fanno da supporto alle coscienze – della parte superiore del corpo si riuniscono nel chakra della fronte e quelli della parte inferiore si riuniscono nel chakra dell'ombelico. A causa di ciò, e per via del fatto che ogni goccia contiene energie pure ed impure (ha aspetti puri e contaminati), vengono prodotti rispettivamente effetti impuri (corpi, forme ed oggetti del mondo samsarico) ed effetti puri (forme vuote o corpi immateriali della divinità).

Mediante la purificazione (cioè la rimozione) della capacità delle gocce di quei due chakra di produrre quegli effetti impuri, i loro effetti puri possono venire utilizzati nel Sentiero, col quale si producono le apparenze pure;

b) quanto detto per lo stato di veglia, vale anche – fatti i debiti cambiamenti - per lo stato di sogno, di sonno profondo, di orgasmo: ovviamente, i chakra, gli effetti e i risultati saranno diversi, come si desume dalla tabella sotto riportata.

Ciò mostra che il controllo di queste energie e gocce ha un grande effetto sul nostro continuum e che se si è capaci di applicare correttamente gli yoga del Sentiero tantrico si possono controllare i propri stati di coscienza. Questi metodi di operare con le energie e coscienze sottili che sono in grado di produrre le qualità della buddhità in una sola vita, sono esclusivi dell'Anuttarayogatantra.

nomi delle gocce	ubicazione nei cakra superiori	ubicazione nei cakra inferiori	stati che vengono sperimentati	effetti impuri	Effetti puri	yoga da applicare	Risultato mediante i 6 yoga
1. kayabindu (gocce del corpo)	Fronte (o corona)	ombelico *	veglia	forme e oggetti del mondo samsarico	forme vuote o corpi immateriali della divinità	1° e 2°	Corpo-vajra Nirmanakaya
2. vagbindu (gocce della parola)	gola	Luogo segreto	sogno	parole errate	suoni non confusi, mantrici	3° e 4°	Parola-vajra Sambhogakaya

3. cittabindu (gocce della mente)	cuore	gioiello	Sonno profondo	pensieri concettuali, ottusità mentale	consapevolezza non concettuale	5°	Mente-vajra Dharmakaya
4. jñanabindu (gocce della conoscenza)	ombelico *	estremità dell'organo sessuale	assorbimento (beatitudine dell'orgasmo)	beatitudine effimera dell'emissione del seme	beatitudine immutabile	6°	Originaria coscienza (o saggezza)-vajra Svabhavikakaya

* La goccia dell'ombelico può generare entrambe le esperienze della "veglia" e della "beatitudine dell'orgasmo". Infatti, in ciascuna goccia si trovano energia e coscienza, cioè ogni goccia racchiude il rlun che trasporta la mente sottilissima della Chiara Luce (che gli altri tantra collocano soltanto nella "goccia indistruttibile" del cuore). In altri termini, in corrispondenza di ogni goccia vi sono collocati o situati il rlun e la coscienza sottilissimi: questi ultimi sono le basi create dalle nostre azioni con la forza del karma (e quindi sono le basi da purificare). Le gocce agiscono come punti focali per i rlun e gli stati di coscienza sottilissimi, i quali [rlun e stati] sostengono gli istinti o tracce dei klesha (ossia recano impresse le tracce dei difetti mentali). Tali tracce fan sorgere le "oscurità alla Liberazione" (le 84.000 illusioni) e le "oscurità alla Conoscenza", perciò hanno il potere di generare un ambiente circostante impuro ed esseri impuri.

Pertanto, la mente sottilissima e il suo rlun, contenuti nei 4 tipi di gocce, sono i depositari delle impronte delle azioni che producono rispettivamente:

- gli impuri oggetti del mondo,
- le parole errate,
- i pensieri concettuali e l'ottusità mentale,
- la beatitudine effimera dell'emissione del seme.

Lo scopo degli yoga del Kalachakra è di trasformare queste basi impure ed oscurate nel Sentiero verso l'Illuminazione. Più precisamente, la pratica degli Stadi di Generazione e di Completamento serve a purificare le gocce in modo da aver la capacità di sperimentare:

- le apparenze pure (forme vuote, corpi immateriali della divinità),
- il suono semplice e non confuso (suoni dei mantra),
- la non-concettualizzazione (pensieri non-concettuali),
- la beatitudine immutabile.

Aumentando, migliorando e rendendo più distinte le gocce, questa capacità viene coltivata fino alla perfezione, cosicché esse diventano la causa per ottenere i 4 vajra di un Buddha, cioè rispettivamente

- il corpo-vajra,
- la parola-vajra,
- la mente-vajra,
- l'originaria coscienza (consapevolezza o saggezza)-vajra,

i quali corrispondono in sostanza ai 4 Kaya di un Buddha.

Il corpo è il supporto di queste strutture sottili (nadi, chakra, rlun, thig-le). Lo si considera

perciò come un universo perfetto, un mandala, dove le nostre membra, organi e chakra costituiscono altrettanti luoghi sacri in cui risiedono delle deità. Queste deità non sono altro che i nostri elementi interni, le nostre passioni, le nostre coscienze sensoriali, ecc., ossia l'insieme dei nostri fattori mentali e fisici nella loro purezza originaria. L'insieme è detto Vajrakaya (Corpo di diamante).

Questi due primi livelli di Kalachakra trattano dunque, come abbiamo visto, dell'universo esterno (o macrocosmo) e dell'universo interno (o microcosmo), collegandoli entrambi con un gioco di corrispondenze e parallelismi astrologici. Per

giungere al Risveglio o Stato di Buddha, lo yogi deve purificare le sue percezioni grossolane relativamente all'esterno e all'interno.

3] Il Kalacakra alternativo.

Si tratta dei metodi per purificare le nostre percezioni impure (cioè i componenti esterni ed interni), ossia le tecniche di meditazione sulla deità Kalachakra e sul mandala in cui essa risiede, nonché i risultati di questo processo di purificazione. Vi sono due stadi di questo processo, quello di Generazione (o sviluppo) e quello di Completamento (o perfezionamento), per la cui attuazione è necessario - in via preliminare - essere iniziati.

L'INIZIAZIONE.

Le iniziazioni del Kalacakra sono 15. Di solito si parla di 11 iniziazioni, perché le iniziazioni elevate e quelle supreme vengono unite e combinate insieme in 4 iniziazioni soltanto:

- le 7 “iniziazioni dell'infanzia” o “ad esempio del bambino”, dette:
 - dell'acqua, che purifica i 5 elementi interni del corpo: equivale al bagno con cui la madre lava il figlio appena nato;
 - della corona, che purifica i 5 aggregati: equivale all'annodare (o tagliare) i capelli del bambino per la prima volta;
 - del nastro di seta, che purifica i 10 rlung: equivale a forare i lobi delle orecchie del bambino per ornarle di orecchini ;
 - del vajra e della campanella, che purifica le nadi destra e sinistra: equivale al bambino che ride e parla per la prima volta ;
 - della condotta, che purifica le 6 facoltà e i 6 rispettivi oggetti: equivale alla capacità del bambino di cominciare ad agire autonomamente, cioè corrisponde alla sua prima esperienza sensoriale degli oggetti (forme visive, suoni, odori, sapori, oggetti tattili e fenomeni mentali) ;
 - del nome, che purifica le facoltà delle 6 azioni e le loro attività: equivale a dare un nome al bambino ;
 - del permesso, che purifica l'aggregato e il costituente della saggezza suprema (o coscienza originaria): equivale alla prima lezione con cui il padre insegna a leggere al figlio;
- le 4 iniziazioni elevate, dette:
 - del vaso,
 - segreta,
 - della saggezza,
 - della parola temporanea o quarta iniziazione;

• le 4 iniziazioni elevatissime o trascendentali, dette:

- del vaso,
- segreta,
- della saggezza,
- della parola definitiva o quarta iniziazione (in sostanza, si tratta delle 4 precedenti che vengono conferite una seconda volta),

alle quali talora si aggiunge una 16ª iniziazione, detta “del Nobile (o Grande) Maestro-Vajra”.

Per ricevere le prime 7 iniziazioni è necessario l'uso di un mandala di sabbia; per le altre è necessaria la presenza e la cooperazione di una o più donne qualificate, chiamate “mudra” (Letteralmente significa “sigillo”: tale denominazione deriva forse dal fatto che la donna sacralizzata, al contrario di quanto succede nella vita ordinaria, coopera a suggellare, cioè a bloccare ed arrestare l'uscita del seme, che, se fosse emesso, perpetuerebbe la trasmigrazione samsarica.) e identificate con la “prajña”, indispensabili per il risveglio della candali o gtum-mo (la forza del desiderio sessuale che, infiammandosi, fa sciogliere il seme maschile) e per procurare i vari tipi di beatitudine (ananda). Tutte queste ulteriori iniziazioni sono infatti caratterizzate dalla graduale discesa del bodhicitta (thig-le) lungo l'avadhuti dalla cima della testa fino alla punta del ‘vajra’: questa discesa provoca una sempre più intensa sensazione di piacere, più precisamente 4 gradi di piacere derivanti dai chakra che attraversa, durante i quali il thig-le assume rispettivamente il nome di thig-le “del corpo”, “della parola”, “della mente” e “della conoscenza”.

LA PRATICA DEL SENTIERO.

1. Lo stadio di sviluppo o di generazione.

In questo stadio il discepolo cerca di visualizzare il mandala nella sua completezza

e di trasformarsi in divinità a semplice livello immaginativo, mentre nello Stadio di Completamento le sue energie più sottili verranno manipolate per poter sorgere effettivamente nello stato della divinità.

Qui il praticante crea una visualizzazione in cui tutto l'ambiente diventa il mandala o sfera pura di Kalachakra. Egli stesso diventa Kalachakra, la deità centrale del mandala, adorna di tutti i suoi attributi divini. Purifica così le sue percezioni grossolane e sviluppa a poco a poco una prospettiva sacra, in cui gli esseri, i fenomeni e il mondo sono lo spiegamento luminoso della Vacuità. Al centro della pratica, lo yogi recita il mantra della divinità (OM HAM-KSAH-MA-LA-VA-RA-YA SVA-HA) e attiva così l'energia della parola della deità stessa, da cui è indifferenziato.

2. Lo stadio di completamento o perfezionamento.

Qui lo yogi - pur continuando a visualizzarsi come la divinità - intraprende lo yoga del ‘corpo sottile’ (nadi, prana, chakra e bindu). Con questa pratica egli trasforma i suoi elementi interni e giunge a realizzare lo stato in cui Beatitudine e Vacuità si fondono, la Mahamudra.

Vi sono 6 yoga che servono per attivare il Corpo di Vajra agendo sul ‘corpo sottile’:

1. “distogliere i rlun dai sensi” (pratyahara): qui l'attività dei rlun viene eliminata dagli organi di senso e dalle sfere della percezione sensoriale. Sorge un “corpo di forma vuota”, cioè un'immagine mentale non costituita da atomi;

2. “stabilizzazione meditativa” (dhyana): la meditazione sull’immagine predetta è un samadhi che combina vipasyana e samatha. Esso crea l’«orgoglio divino» nel ‘corpo di forma vuota’;

3. “controllare e convogliare i rlun” (pranayama): si arresta il flusso dei rlun delle nōdi destra e sinistra e li unifica nell’avadhuti, usando la ‘recitazione vajra’ e il gtum-mo. Sorgono le 4 felicità dei thig-le che scendono dall’alto;

4. “trattenere i rlun” (dharana): si usa la ‘respirazione a vaso’ per fondere i principali rlun, la mente e il ‘corpo vuoto’ ad ogni cakra. Vengono realizzate le 4 felicità dei thig-le che salgono dal basso;

5. “continua attenta consapevolezza” (anusmrti): si pratica con una mudra per ottenere la grande immutabile beatitudine;

6. “concentrazione uni-versa” (samadhi): si portano i thig-le bianco e rosso rispettivamente alla punta del ‘gioiello’ e alla corona, dove vengono trattenuti. Ciò produce uno sprazzo di stabile beatitudine, che provoca il dissolvimento di una dei nostri 21.600 fattori responsabili della nostra forma grossolana: contemporaneamente viene arrestato uno dei 21.600 rlun karmici. Ora, incolonnando 21.600 thig-le bianchi nel tratto che va dalla punta dell’organo sessuale alla corona della testa e, analogamente, ammassando 21.600 thig-le rossi in una colonna che va dalla corona alla punta suddetta, si ottiene lo stato illuminato di Kalacakra.

In altre parole: il primo momento della suddetta felicità provoca una completa trasformazione entro la struttura atomica di una delle 21.600 particelle del nostro corpo fisico e contemporaneamente arresta uno dei 21.600 rlun che scorrono attraverso le narici: ossia dissipa od esaurisce sia un po’ di sostanza del nostro corpo sia un po’ dei rlun provocati dal nostro karma precedente. Ogni altro momento successivo di beatitudine esaurisce o elimina altrettante quantità o particelle del corpo e dei rlun suddetti. In tal modo, alla fine, si consegue un corpo di forma vuota (simile all’arcobaleno e la cui essenza è beatitudine), che ha eliminato il corpo proveniente dalla maturazione del proprio karma. E’ un corpo privo di una struttura atomica terrena, una forma aldilà della materia.

Il risultato finale è che il nostro “skandha della forma” - insieme agli elementi ed oggetti ad esso connessi - diviene libero da tutte le oscurazioni alla conoscenza (che vengono trascese) e simultaneamente in questa stessa vita si ottiene lo stato dell’Illuminazione nell’aspetto del Buddha primordiale Kalacakra: si ha la completa dematerializzazione del corpo fisico, cioè il nostro aggregato fisico svanisce e si dissolve del tutto e al suo posto il corpo vuoto di Kalacakra e Consorte si manifesta

come un arcobaleno in cielo.