

INTRODUZIONE ALLO YOGA CLASSICO

Dall'epoca della sua prima comparsa su un sigillo vallindo nel III millennio a. C. fino ai giorni nostri, la figura ieratica dello *yogin* assiso nella postura del loto si è saldamente attestata nell'immaginario collettivo come uno dei piú popolari stereotipi culturali dell'India. Ciò che va sotto il nome di *yoga* è, in effetti, assai piú che una particolare dottrina, una disposizione permanente e ubiquitaria, una sorta di linea di forza spirituale che attraversa da cima a fondo la civiltà indiana suscitandovi un complesso di teorie e pratiche differenti in ambiti diversi: esiste, accanto allo *yoga* 'ortodosso' brahmanico, uno *yoga* buddhista o jaina; esistono, accanto allo *yoga* speculativo e filosofico, innumerevoli varietà di *yoga* popolare, magico, devozionale, mistico, esoterico¹. Chi voglia cogliere l'unità profonda sottesa al polimorfismo superficiale del complesso, converrà tuttavia — com'è di regola in questi casi — che distolga a tutta prima lo sguardo dalle manifestazioni periferiche per appuntarlo su una forma 'classica', se esiste, in cui rifulga pura e semplice l'intuizione fondamentale all'origine di tutti gli sviluppi. Lo Yoga di Patañjali, benché esso stesso erede di tradizioni dottrinarie e tecniche antecedenti, rappresenta questo punto di vista 'classico', per il suo intento speculativo e sistematico che integra per la prima volta gli sparsi conati preesistenti in un progetto filosofico unitario.

Per intendere correttamente la specificità di questo progetto, è necessario tener presente che la 'filosofia' indiana ha caratteri assai diversi dalla filosofia occidentale. In primo luogo, perché, non è *philo-sophía*, amore della sapienza. Per noi occidentali — per noi greci — Amore stesso, anzi, è filosofo, perché sta a mezzo tra il sapiente e l'ignorante, e desidera la bellezza, la sapienza che presagisce e non possiede². Questo demone nudo e ardito insaziabilmente predace dal Simposio platonico domina come un nume tutelare l'intera cultura occidentale. Anche l'India conosce qualcosa di simile al filosofo, ma ha nei suoi confronti un'attitudine assai diversa: "l'ignorante si contenta facilmente, il sapiente si contenta ancor piú facilmente, ma l'uomo malamente abbruciato da tizzoni di sapienza neppure Brahmā lo può soddisfare"³. L'India non esalta l'amore per la sapienza, ma la sapienza: *jñāna*, la *gnōsis*, non è la meta vagheggiata ma il sicuro possesso di tutte le grandi correnti del pensiero indiano — altrettante prospettive (*darśana*, 'visioni') spalancate sull'unica realtà. Questa positività nasce dal fatto che la filosofia indiana riconosce il suo fondamento nella sacralità della rivelazione (*śruti*, 'audizione') del Veda. Verrebbe perciò la tentazione di accostarla a un'altra 'filosofia', la filosofia del nostro medioevo: ma è un paragone claudicante, perché manca all'Induismo il concetto di ortodossia, così rilevante nelle religioni del Libro, e di conseguenza la filosofia indiana non conosce nessuna ancillarità alla maniera di Pier Damiani⁴. La filosofia indiana non può essere *ancilla theologiae*, per il semplice fatto che in senso rigoroso non esiste alcuna teologia rivelata a carattere dogmatico. È la filosofia stessa che, innestandosi direttamente sul tronco della rivelazione, la interpreta e la illumina in un lucidissimo lavoro di approfondimento razionale.

¹ Cfr. M. ELIADE, *Le yoga. Immortalité et liberté*, Paris 1954, passim.

² PLATONE, *Simposio* 204b: "... ἔρωτα φιλόσοφον εἶναι, φιλόσοφον δὲ ὄντα μεταξὺ εἶναι σοφοῦ καὶ ἀμαθοῦς".

³ BHARTṚHARI, *Nītisataka* 3: "ajñāḥ sukham āvādhyāḥ sukhātaram āradhyate viśeṣajñāḥ / jñānalavadurvidagdham brahmāpi naraṇ na rañjayati"

⁴ PIER DAMIANI, *De divina omnipotentia*, 5 cristallizza in una formula classica che sarà ripetuta per tutto il medioevo il rapporto tra filosofia e sacra scrittura: "non debet ius magisterii sibimet arroganter arripere, sed velut ancilla dominae quodam famulatus obsequio subservire".

Ma la differenza fondamentale è senz'altro nel fine. La *philosophía* è un atto di amore nato nel grembo del *thaumázein* — “per la meraviglia gli uomini, ora come in origine, hanno cominciato a filosofare”⁵ — e meravigliandosi si addentra nei penetranti della vita per carpirle il suo mistero, senz'altro scopo che la conoscenza che squarcia i veli successivi della meraviglia, spalancando meraviglie sempre piú vaste e sempre piú inutili. La somma filosofia è la piú nobile, e anche la piú inutile, dice Aristotele: “tutte le altre conoscenze saranno piú necessarie, ma superiori a lei nessuna”⁶. Viceversa, la *jijñāsā* è un anelito di liberazione suscitato dal pungolo incessante della sofferenza: “incalzati dal triplice dolore agogniamo ad apprendere come stornarne i colpi”⁷. L'anelito è esaudito, l'ansia è placata: lo Yoga e le altre ‘filosofie’ mostrano infallibilmente al cercatore la via della pace. La *jijñāsā* non è, come la *philosophía*, la dimensione perenne dell'uomo, ma solo il crepuscolo provvisorio del non-illuminato, che la chiarezza aurorale del *jñāna* dissiperà definitivamente; ma soprattutto, la *jijñāsā* non insegue la gioia dell'essere quanto piuttosto fugge il dolore dell'esistere.

Nei suoi confronti, lo *yogaśāstra*, l'edificio dottrinale dello Yoga, rivela piú di qualsiasi altra ‘filosofia’ la propria natura di *technē*, o *ars*: Vyāsa lo paragona, in effetti, all'arte medica⁸, mettendo a nudo lo schema soggiacente all'ordine degli aforismi, che ricalca la suddivisione del *cikitsāśāstra* nelle quattro sezioni concernenti la malattia, la causa del suo insorgere, la guarigione e i mezzi per ottenerla: la malattia universale che cura lo Yoga è il dolore cosmico, la causa è l'ignoranza che confonde Spirito e Natura, la guarigione è l'isolamento dello Spirito e il mezzo per attuarlo è la conoscenza discriminativa.

Il dolore cosmico è il dato originario del pensiero indiano. Il dolore affiora ovunque nello scacco del desiderio, nella separazione da ciò che si ama e nell'unione con ciò che si odia, come una ostinata intermittenza che illude lo stolto ma non può eludere lo sguardo penetrante del saggio. Egli sa bene che il dolore è universale, ineluttabile e perenne perché affonda le sue radici nella matrice stessa del mondo e dell'uomo: l'ignoranza proteiforme, il cui volto piú autentico è il miraggio del Sé nel non-sé. Credendo di scorgere bellezza e stabilità in ciò che è sordido ed effimero, il pensiero estroverso si proietta in avanti in uno slancio inesausto diffrangendosi nelle mille propaggini delle cose. La struttura dell'esperienza mondana è intrinsecamente corrosa da questa ignoranza metafisica (*avidyā*) e dai vizi originali (*kleśa*) che ne traggono alimento: l'illusione della personalità (*asmitā*) che scambia il Sé trascendentale con l'Io empirico; l'amore (*rāga*) e l'odio (*dveṣa*) che s'impaniano nella futilità dei fenomeni misconoscendo il fine assoluto; e l'ostinazione vitale (*abhiniveśa*) che nello sforzo disperato di aggrapparsi alla vita sprofonda nella morte senza fine. Si muore e si rimuore, e neppure la morte pone fine al dolore, perché la morte non è una cesura definitiva del flusso dell'esistenza. L'esperienza corrotta dai vizi originali impregna l'organismo psicofisico di latenze inconscie (*vāsanā*): nostalgie e presentimenti, attrazioni e ripulse che riconducono irresistibilmente l'individuo nel teatro del mondo come i rimorsi riportano l'assassino sul luogo del delitto. La morte scioglie la solidarietà provvisoria dei cinque elementi in un corpo, ma non estingue il sostrato dello psichismo cieco e impellente che reclama un nuovo corpo predestinato in cui scontare la sua fame di esperienza. È la legge inesorabile del *karman*, il determinismo morale che non lascia alcun atto senza conseguenze: chi si è macchiato di un crimine sarà trascinato in un grembo bestiale non da un giudice ma dalle stesse impressioni (*samskāra*) brutali seminate nel terreno psichico dall'esperienza malvagia, così come il pio sarà innalzato a una sfera divina dal crisma beatifico delle sue stesse azioni. La condizione di entrambi non differisce all'occhio del saggio: schiavi ambedue del meccanismo perverso del *karman*, l'uno paga il fio della colpa nel dolore presente, l'altro consuma con trepidazione il suo precario gruzzolo di gioia paventando il giorno inevitabile della ricaduta nell'oceano doloroso dell'esistenza. Solo il saggio è salvo, perché ha reciso la radice dell'ignoranza e dissolto il miraggio, attingendo la suprema discriminazione tra Spirito e Natura.

⁵ ARISTOTELE, *Metafisica* A, 982b, 12: “διὰ γὰρ τὸ θαυμάζειν οἱ ἄνθρωποι καὶ νῦν καὶ τὸ πρῶτον ἤρξαντο φιλοσοφεῖν”.

⁶ Ibidem, A, 983a, 10.

⁷ ĪŚVARAKRŚNA, *Sāmkhyakārikā* 1.

⁸ Cfr. *Vyāsabhāṣya* ad *Yogasūtra* II, 16.

La Natura (*prakṛti*) è il grembo occulto e ineffabile da cui si sono generate tutte le cose. Quando il primo sussulto di urgenza creatrice scuote il torpore informe della matrice, emergono dall'indistinto i tre *guṇa*, i tre 'fili' che formano la trama dell'esistenza: il *sattva* luminoso e gioioso, il *rajas* attivo e doloroso e il *tamas* oscuro e inerte. All'aurora della manifestazione i tre *guṇa* si conglomerano nel Grande principio cosmico (*māhat*), il ricettacolo universale, che a sua volta si individua nel principio dell'Ego (*ahaṃkāra*) da cui procede tutto l'universo esteriore e interiore. Sul versante esteriore, l'ego emana dapprima i rudimenti (*tanmātra*) noumenali: l'udibilità, la tangibilità, la visibilità, la gustabilità e l'odorabilità che fondano l'oggettività (ossia l'esperibilità) degli oggetti; questi rudimenti puramente noumenali condensandosi producono infine i cinque elementi fenomenali (*mahābhūta*): spazio, aria, fuoco, acqua, terra — che formano la stoffa del mondo. Sul versante interiore, l'ego emana le cinque facoltà di sensazione corrispondenti ai cinque rudimenti, le cinque facoltà di azione e la mente che le coordina. *Res cogitans* e *res extensa* sono dunque entrambe trasformazioni dell'unica Natura, differenti solo per la maggiore o minore sottigliezza della rispettiva materia. Il sommo fastidio della Natura, l'intelletto (*buddhi*) di puro *sattva*, come qualsiasi altra cosa naturale fa e non sa: la suprema attività intellettuale è un puro rappresentare intrinsecamente sprovvisto di coscienza come l'ottusa riflessione di uno specchio.

Totalmente altro è lo Spirito, il veggente immoto che non diviene e non crea alcunché, ma sussiste eternamente come pura luce di consapevolezza che illumina soltanto sé stessa. Quando la luce di consapevolezza cade sullo specchio dell'intelletto, per un misterioso portento indotto dalla contiguità sorge l'epifenomeno della coscienza: Spirito e Natura, il veggente immoto e la cieca fattrice, confondono insieme le proprie prerogative suscitando l'identità illusoria della persona a un tempo agente e cosciente. Ma questa persona che patisce gioie e dolori slanciandosi nel turbine della vita non esiste veramente: esiste lo specchio inerte della psiche, incapace di provare alcunché; esiste la luce circonfondente dello Spirito, eternamente imperturbato da gioie e dolori non suoi. Tuttavia l'illusione è tenace, e a vincere le sue malie non bastano le frigide risorse della ragione e del verbo, ma solo un'intuizione perforante, capace di giungere fino al cuore della vanità per vedere "in carne ed ossa" il farsi dell'illusione. Si tratta di volgere le spalle alle cose per scrutare in sé stessi, ripercorrendo a ritroso il cammino dell'evoluzione che mette capo agli oggetti grossolani del mondo esterno. La meta, al termine di un arduo processo di involuzione che evoca livelli di materia sempre più sottili, è il puro *sattva* mentale, in cui la meditazione scopre infine la scaturigine della coscienza come barbaglio dello Spirito eternamente libero e isolato dalla compagine psichica naturale. L'itinerario che vi conduce è una ottuplice disciplina: i precetti negativi (*yama*) e positivi (*niyama*) dettano le norme etiche su cui l'adepto deve regolare la propria condotta per conseguire una disposizione propizia allo *yoga*; la pratica delle posture (*āsana*) e del controllo del respiro (*prāṇāyāma*) instaura la stabilità fisica che è il necessario presupposto della stabilità psichica; il raccoglimento (*pratyāhāra*) ritrae i sensi dagli oggetti esterni, interrompendo i canali di comunicazione con il mondo. Questa quintuplice propedeutica introduce finalmente il momento culminante della triplice concentrazione (*saṃyama*): lo *yogin* fissa lo sguardo interiore su un unico oggetto per mezzo dell'attenzione (*dhāraṇā*), lo contempla a lungo in immobile e protratta meditazione (*dhyaṇa*) fino a scardinare la dualità fondendo il residuo senso dell'ego nella mera trasparenza dell'oggetto: è l'atto conclusivo del *samādhi*, o 'en-stasi', secondo l'efficace conio di Eliade: l'*ek-stasi* a rovescio allorché ogni contenuto e ogni spessore psichico è trasceso, non in una fuga verso le remote lontananze dell'Altro, ma in un'implosione lungo le linee della pura irradiazione intenzionale che proviene dal Sé. L'intero itinerario si può sussumere sotto una bipolarità fondamentale: l'esercizio (*abhyāsa*) che corrobora il pensiero introverso, in cammino verso la realizzazione del Sé; e l'impassibilità (*vairāgya*) che estenua il pensiero estroverso, ancora disperso tra le seduzioni delle cose. A mano a mano che l'esercizio dell'interiorizzazione si fa più saldo e perseverante, si accresce il disgusto nei confronti del mondo esteriore, e l'adepto ascende la scala della perfezione accedendo a livelli di coscienza sempre più rarefatti, che l'esperienza del profano non può attingere e la sua intelligenza può solo a stento e per tramite d'analogia concepire. Il primo grado dell'enstasi contempla l'immedesimazione in un oggetto concreto: per essa la mente è sottratta alla dispersione (*vyutthāna*) nella congerie delle cose, facendosi acuminata (*ekāgra*, lett.: 'a una sola punta') come un bulino, 'unintenzionale'. Tuttavia, questa unintentionalità incoativa è ancora rudimentale, poiché implica la molteplicità della stratificazione che appartiene alla

psicogenesi dell'oggetto. Stadi piú elevati di enstasi spogliano via via l'oggetto composito dei suoi strati piú esterni: lo strato percettivo-grossolano, considerato dapprima con le sue implicite sustruzioni concettuali (*savitarka*) e quindi nella sua nuda immediatezza (*nirvitarka*); lo strato intuitivo-sottile, accompagnato o meno da analoghe sustruzioni (*savicāra / nirvicāra*); lo strato soggiacente all'oggetto in cui traspare la beatitudine del *sattva* mentale (*sānanda*) che lo riflette nell'atto del rappresentare; e infine il nucleo di ogni atto che esperisce un oggetto, il soggetto (pseudo)personale (*sāsmīta*) illusoriamente suscitato dalla sinergia della luminosità dello Spirito con la specularità del *sattva*.

Il progresso dell'enstasi è segnato dalla comparsa di facoltà sovranaturali (*vibhūti, siddhi*) che sanciscono le mete raggiunte ma incarnano al tempo stesso le ultime sirene di un mondo dileguante dalle cui lusinghe lo *yogin* non deve lasciarsi irretire. Del pari che la potenza, anche la conoscenza acquista in intensità e in ampiezza, a misura che il 'supporto' dell'enstasi è piú profondo e universale, e comincia ad albeggiare la gnosi (*prajñā*) che disvela il vero Sé. Il preludio è una calma serenità interiore (*adhyātmaprasāda*), una lucidità di cielo autunnale dopo il monzone (*vaiśāradya*)⁹ in cui i contorni del reale si stagliano piú netti: sorge allora la gnosi infallibile, apportatrice del retto e del vero (*rtambhara*). In essa ogni cosa appare per ciò che realmente è, nella costituzionale inopia ontologica al di sotto delle sue seduzioni, e si rafforza la repulsione a misura che si instaura la percezione della radicale differenza (*anyatākhyāti*) dello Spirito dalle entità naturali, la conoscenza che discrimina (*vivekajñāna*) il puro dall'impuro, l'autonomo dall'eteronomo, il permanente dal transeunte, l'assoluto dal relativo. I gradi successivi in cui si dispiega questa conoscenza sublime hanno nomi immaginifici, il cui reale significato è racchiuso nel cuore dell'*Erlebnis* dello *yogin*¹⁰. Essa spunta dapprima come un lucore d'alba (*pratibhā*) che annuncia il fulgore diurno, ed è chiamata 'zattera di salvezza' (*tāraka*) perché promette la luce che trae in salvo dal flutto dell'esistenza. Come l'alba trascolorando in giorno disegna vividamente le cose che emergono ad una ad una dal limbo della notte, così a misura che si accresce l'intensità psichedelica della gnosi lo *yogin* si affaccia sulle intuizioni soavi e inebrianti di un ignoto mondo di miele o di idromele (*madhubhūmika*). Quando l'alba culmina nel meriggio della perfetta discriminazione (*prasamkhyāna*) ogni cosa è ormai patente nella sua nudità senza ombra di reticenza, in una inconcepibile esperienza simultanea e totale che suscita per contrasto l'intuizione ineffabile del Sé-Altro. È l'acme dell'enstasi cognitiva (*samprajñātasamādhi*), allorché lo *yogin* ha raggiunto l'apice della conoscenza che libera: ha vuotato metodicamente la coppa dell'esperienza saggiando l'intimo di ogni cosa fino all'onniscienza che porta seco il disgusto universale. Ma perfino l'onniscienza della perfetta discriminazione è pur sempre una sorta di esperienza che insiste su oggetti, e appartiene dunque allo psichismo naturale che deve essere dissolto. Lo *yogin* si appresta all'ultimo passo inoltrandosi nella 'nuvola dell'essenza' (*dharmamegha*) che lo seclude definitivamente dal mondo fenomenale irrorandolo con la luce della vera Realtà. Il supremo distacco è consumato, rinunciando alla dualità residua nella stessa discriminazione. Attraverso la 'nuvola' lo *yogin* si sprofonda ormai nel vuoto dell'enstasi non-cognitiva (*asamprajñātasamādhi*), lo stato di inibizione (*nirodha*) allorché l'ultimo barlume di pensiero non pensa che la soppressione del pensiero, ogni coscienza empirica della pseudo-persona è estinta e resta soltanto la pura consapevolezza trascendentale del Sé. In questa condizione suprema ogni germoglio di esperienza attuale che spunta nel campo psichico è troncato dal rasoio upanisadico "non è così, non è così"¹¹, i destini di esperienze future sepolti nel *karman* accumulato in mille esistenze sono fatti simili a semi inariditi, incapaci di germinare, mentre il nudo pensiero apofatico ormai non semina piú: per lo *yogin* che ha raggiunto la liberazione (*mokṣa*) la ruota dell'esistenza continua a girare trascinata dall'inerzia degli eventi, fino a che egli non abbia gustato tutti i frutti, dolci o amari, già maturati per la sua vita attuale: l'ultima vita, cui porrà definitivo suggello l'ultima morte, spalancata sullo splendido isolamento dello Spirito.

PAOLO MAGNONE

⁹. Cfr. G. FEUERSTEIN, *The Philosophy of Classical Yoga*, Manchester 1980, p. 92.

¹⁰. Un'analisi simpatetica e penetrante della fenomenologia yogica si trova in G. KOELMANN, *Pātāñjala Yoga. From Related Ego to Absolute Self*, Poona 1970.

¹¹. Cfr. *Bṛhadāraṇyaka Upaniṣad* III, 9, 26 e *Rājamārtaṇḍa ad Yogasūtra* I, 51.