

# La dimensione soteriologica nel pensiero filosofico-religioso indiano

*Mauro Bergonzi*

## RELIGIONI, FILOSOFIE, SOTERIOLOGIE

Nella lingua sanscrita non esistono parole perfettamente equivalenti ai concetti occidentali di ‘religione’ e ‘filosofia’.

Il termine che forse più si avvicina a ‘religione’ è *dharma*, che assume molteplici significati. Anzitutto indica la *realtà*, la struttura profonda dell’essere, il fondamento di tutto ciò che esiste, l’ordine cosmico; nello stesso tempo, *dharma* è anche impiegato per indicare la *verità* cercata dal filosofo o dal mistico, nella misura in cui la verità riflette la realtà; infine può essere usato per denotare l’*etica*, la legge morale intesa non come creazione convenzionale dell’uomo, ma come insieme delle regole comportamentali che permettono di armonizzare la propria vita con la realtà: chi, infatti, grazie all’adozione di un codice morale, scorre in armonia con le leggi naturali dell’ordine cosmico non crea né conflitti, né sofferenze.

Nemmeno il termine ‘filosofia’ ha un corrispettivo univoco nella lingua sanscrita. Uno dei termini più affini al concetto occidentale di ‘filosofia’ è *darśana* (dalla radice  $\sqrt{drś}$ =vedere), che corrisponde al tedesco *Weltanschauung* (‘visione del mondo’). In quanto ‘punto di vista da cui osservare la realtà’, *darśana* viene anche impiegato per designare un compiuto sistema filosofico.

In realtà, i sistemi filosofico-religiosi indiani si potrebbero più appropriatamente definire ‘soteriologie’: sistemi di salvezza, miranti al raggiungimento della ‘liberazione’, variamente chiamata *mokṣa*, *nirvāṇa*, *kaivalya* o *sambodhi*.

Non tutti gli indiani hanno come mèta principale la liberazione. La religiosità

indiana comprende tutte le manifestazioni tipiche delle altre religioni: il culto, la liturgia, l'iconografia, l'aspetto devozionale. Però, anche a livello 'popolare' (ossia fra chi non pratica attivamente una via di salvezza) c'è pur sempre la consapevolezza che il fine ultimo consiste nella liberazione.

Di qui la particolare venerazione che viene attribuita al 'santo', all'asceta, all'eremita o al monaco, perché queste figure incarnano lo scopo più alto della realizzazione religiosa, vale a dire la liberazione. In India il laico che segue soltanto un culto religioso tradizionale sa bene che, se pure in questa vita non gli è concesso di seguire un *iter* di liberazione, nel corso di qualche vita futura riuscirà forse a raggiungere questo alto traguardo, incarnato appunto dalla figura del 'santo', che egli venera quasi come un dio.

La priorità dell'istanza soteriologica nel pensiero indiano viene ribadita persino nei trattati più strettamente filosofici dedicati alla logica, alla linguistica, all'epistemologia e all'analisi della percezione.

## **LA SOFFERENZA ESISTENZIALE**

Analizzando più da vicino il concetto di 'salvezza' nel pensiero indiano, sorge spontanea la domanda: salvezza da che cosa? Ovviamente da una forma di *sofferenza*, che possiamo definire 'esistenziale', in quanto intrinseca alla condizione umana stessa.

Alcuni sistemi, come ad esempio il buddhismo, hanno approfondito questo aspetto con analisi molto articolate, dal cui fraintendimento sono sorte le errate concezioni occidentali in chiave unicamente pessimistica delle soteriologie indiane, interpretate attraverso il filtro deformante della filosofia di Schopenhauer.

In realtà, i sistemi filosofico-religiosi indiani non sono affatto pessimisti. Infatti non negano gli aspetti piacevoli della vita, ma affermano con forza due fatti incontrovertibili: (1) che nessuna esperienza, fatta entro l'orizzonte della

nostra esistenza condizionata, è in grado di soddisfare la nostra sete di una felicità assoluta e imperitura; (2) che, per quante gioie la vita possa darci, prima o poi incontreremo inevitabilmente la sofferenza sotto forma di malattia, vecchiaia e morte, poiché tutto è impermanente e nessuna condizione di piacere dura in eterno. Sono questi i limiti intrinseci alla condizione dell'essere umano, dai quali i sistemi filosofico-religiosi indiani cercano appunto una salvezza.

Seguendo le riflessioni di Stephen Batchelor in proposito, possiamo riformulare l'analisi buddista di queste problematiche in termini contemporanei, desunti dall'esistenzialismo e dall'etologia.

Di fronte ad una minaccia mortale, tutti gli animali (compreso l'uomo) reagiscono per lo più in due modi: con la fuga o con l'attacco. In genere il comportamento prioritario è la fuga; solo quando quest'ultima è preclusa, l'animale affronta la minaccia con l'attacco.

Avendo sviluppato un complesso sistema linguistico di segni e simboli che permette la comunicazione e la trasmissione dell'esperienza, l'uomo possiede una conoscenza del passato e del futuro preclusa agli animali, che gli permette di prevedere eventi futuri. Ciò comporta, però, la consapevolezza di una minaccia cui non è possibile sfuggire: in quanto esseri umani, anche se al momento non siamo minacciati da nulla, sappiamo che prima o poi moriremo. Non sappiamo come, nè quando, ma certamente dovremo prima o poi affrontare malattia, vecchiaia e morte, perché l'esperienza tramandata ci conferma che nessuno, una volta nato, è mai sfuggito alla morte.

Ci troviamo, quindi, sotto la minaccia di qualcosa (il nostro 'essere-per-la-morte') da cui non possiamo fuggire. Non essendo possibile la fuga, la nostra reazione dovrebbe dunque essere l'attacco, ossia affrontare direttamente la questione. Invece abbiamo ugualmente elaborato una complessa strategia di fuga che, non potendo essere fisica (mettere spazio fra noi e la minaccia), è di natura *mentale*.

Tale strategia consiste, nei termini del linguaggio esistenzialista contemporaneo, in una fuga nella *distrazione-alienazione*: ci lasciamo talmente coinvolgere dalle nostre situazioni contingenti, dalle piccole faccende del nostro vivere quotidiano, che riusciamo a dimenticare la questione fondamentale del nostro essere-per-la-morte.

Nel *Sūtra del Loto* (un testo fondamentale del buddhismo mahāyāna) viene evocata una metafora molto efficace per sottolineare questo concetto: alcuni bambini sono talmente assorti nel proprio gioco, da non rendersi conto che la casa in cui si trovano è in fiamme. Analogamente, siamo così alienati, coinvolti e distratti dalle preoccupazioni contingenti della nostra vita quotidiana, da dimenticarci l'urgenza di affrontare il problema della nostra vulnerabilità e mortalità in quanto esseri umani.

Osservando la vita quotidiana di ciascuno di noi, è facile riscontrare questa fuga nella distrazione-alienazione: diventa della massima importanza superare quell'esame, acquistare quell'automobile, raggiungere quello *status* sociale, incontrare quella persona, in quanto crediamo che soltanto allora saremo veramente felici; ma, una volta raggiunto quel traguardo, ci accorgiamo che è incapace di darci la felicità che cerchiamo e siamo costretti a desiderare qualcos'altro, in un ciclo senza fine. Nel frattempo, i coinvolgimenti che punteggiano la nostra esistenza quotidiana ci fanno dimenticare ciò che veramente conta nella vita.

Da questo punto di vista, il racconto della vita del Buddha diventa un paradigma archetipico che ogni uomo è tenuto a vivere in se stesso per 'svegliarsi' dal sonno della distrazione-alienazione.

Il giovane Siddhartha vive segregato dal padre nella gabbia dorata di una reggia da cui ogni bruttura della vita è bandita: attorno a lui stanno solo persone giovani, belle e in buona salute. Ciò simboleggia la 'beata ignoranza' grazie a cui ciascuno di noi vive come se fosse immortale, inconsapevole della grande

questione della vita e della morte.

Ma un giorno Siddhartha decide di uscire dalla reggia e incontra un malato, un vecchio e un morto. E' allora che, svegliatosi dall'alienazione-distrazione, viene toccato dalla realtà del nostro essere-per-la-morte e sperimenta un'urgenza interiore (*saṁvega*) che lo spingerà ad abbandonare la reggia per dedicare tutte le proprie energie alla ricerca della liberazione. Questo 'risveglio' alla sofferenza esistenziale intrinseca alla condizione umana è il primo fondamentale passo verso il grande risveglio della liberazione (*sambodhi*).

Un semplice esempio può aiutarci a verificare il potere ipnotico che la distrazione-alienazione esercita su di noi. Se consideriamo per un momento il fatto che, senza porre limiti alla provvidenza divina, fra 100 anni nessuna delle persone presenti in questa sala sarà ancora viva, ognuno di noi avrà probabilmente una reazione che oscilla fra una rassegnata impotenza ("Che ci posso fare?") e un preoccupato fastidio ("Lo so. E allora?"). Se, invece, irrompesse qualcuno nella sala e ci dicesse: "Ti hanno rubato la macchina!" oppure "Casa tua è andata a fuoco!", la nostra reazione emotiva sarebbe molto più forte. Eppure concorderete con me che è molto più grave il fatto che fra cento anni non saremo più vivi. La nostra reazione emotiva ci dà dunque la misura di quanto forte sia la presa della distrazione-alienazione sulla nostra mente.

### **L'INCONSAPEVOLEZZA FONDAMENTALE (*AVIDYĀ*)**

Le *Upaniṣad* più antiche fanno coincidere la liberazione con la realizzazione del nostro vero sé (*ātman*) e aggiungono perentoriamente: "Al di fuori di questo [cioè della liberazione suprema] non c'è che dolore".

Le soteriologie indiane (soprattutto il vedānta, lo yoga e il buddhismo) hanno analizzato dettagliatamente l'origine e il funzionamento di questa sofferenza: soffriamo perché abbiamo una *percezione distorta* della realtà che ci impedisce

di vedere le cose ‘così come sono’ (*yathābhūta*∞), producendo inevitabilmente un’azione *inadeguata*; allora non agiamo più secondo realtà, ma in base all’immagine distorta che ce ne siamo formati, sicché l’attrito derivante da questa sfasatura si trasforma in sofferenza.

Approfondendo ulteriormente la propria analisi, i sistemi filosofico-religiosi indiani osservano che tali distorsioni percettive sono dovute all’influsso di profondi *condizionamenti mentali inconsci*. Nasce così un circolo vizioso che si autorinforza grazie ad un perverso meccanismo di *feedback*: i condizionamenti inconsci producono una distorsione percettiva, che a sua volta produce un’azione inadeguata, la quale genera sofferenza, rinforzando in tal modo i condizionamenti inconsci.

Per fare un semplice esempio tratto da un *cliché* psicoanalitico: una persona che non ha mai affrontato i problemi connessi con una figura paterna autoritaria tenderà a proiettarla inconsciamente su persone della sua vita presente (un poliziotto, il capo-ufficio, ecc.), reagendo in modo inadeguato a loro non per come sono in realtà, ma in base all’immagine proiettata del proprio padre; finirà così per generare conflitto e sofferenza, a causa della reazione inadeguata che nasce da una percezione distorta e condizionata da forze inconse.

L’ostacolo maggiore alla libertà è dunque l’*inconsapevolezza* dei condizionamenti inconsci, che le soteriologie indiane chiamano *avidyā*.

*Vidyā* deriva dalla radice indoeuropea  $\sqrt{\text{vid}}$  (da cui anche il latino *video*), indicante una forma di conoscenza profonda ottenuta per visione diretta: una conoscenza che nasce da un immediato vedere e non da astratti ragionamenti.

*Avidyā* antepone a questo termine un *a-* privativo: indica dunque un *non-vedere*, uno stato d’*inconsapevolezza* e ignoranza rispetto alla vera realtà. Come tale, *avidyā* costituisce la radice di ogni schiavitù e sofferenza, perché, come afferma Nisargadatta Maharaj (un grande esponente di vedānta del XX secolo), si può essere liberi soltanto da ciò che si conosce, mentre ciò che non si conosce

ci prende alle spalle e ci domina. Di conseguenza, ciò che dischiude la liberazione non è un'azione, ma un *vedere* (*vidyā*).

Rispetto ad altri tipi di religione, l'accento delle soteriologie indiane si sposta così dal concetto di 'peccato' o di 'male' al concetto di 'ignoranza' o di 'errore'. Tutti quanti indistintamente, dal santo all'assassino, non cercano che la propria felicità. Il problema è che, mentre alcuni la cercano in modo adeguato, altri sono talmente aggravati da condizionamenti e distorsioni percettive, da non riuscire neanche a vedere la realtà, caricandosi di un fardello di sofferenze così forte che, nel tentativo di ottenere in qualche modo un sollievo momentaneo da queste tensioni, non esitano a compiere azioni persino criminali. L'errore però non sta nel fatto di cercare la propria felicità, ma nel non vedere qual è la vera realtà, il vero bene proprio e altrui e nell'agire quindi ad occhi bendati, sotto l'influsso di *avidyā*.

## **IL MECCANISMO DEL KARMA**

L'inconsapevolezza è anche il principale catalizzatore della legge karmica, che porta a ripetere all'infinito lo stesso copione di nascita, malattia, vecchiaia, morte e rinascita. Il principio basilare sotteso a tale meccanismo è che ogni azione - compiuta attraverso il corpo, la parola o la mente - getta nella psiche profonda dei semi (*bīja*) estremamente dinamici, che rinforzano i condizionamenti inconsci e propiziano il ripetersi di determinate situazioni in cui inevitabilmente s'incapperà nella vita.

Da un punto di vista più semplicistico, la legge del *karma* è spesso invocata per sottolineare la necessità dei valori etici. Per esempio, i monaci buddhisti del Sud-Est asiatico, quando vanno a predicare in villaggi dove la gente è per lo più ignorante e analfabeta, usano spesso la legge della retribuzione karmica come una specie di 'spauracchio' per indurre un comportamento moralmente corretto: "Se rubate, nella prossima vita sarete poveri. Se mentite, nella prossima vita vi

puzzerà l'alito!”.

Ma le soteriologie indiane hanno anche articolato un'analisi estremamente raffinata di come *di momento in momento* il meccanismo karmico funziona nella psiche profonda. Da queste analisi emerge una legge ineludibile: siamo costretti a ripetere senza fine lo stesso tipo di esperienza, nello stesso modo, finché non abbiamo imparato da essa; soltanto allora un livello diverso di coscienza ci farà cambiare, arricchendo la nostra gamma di esperienze. Per dirla in modo rozzo, ma efficace: siamo costretti a battere la testa sempre allo stesso muro finché non abbiamo imparato la lezione.

Per esempio, secondo gli *Yogasūtra* la mente condizionata si trova in uno stato di costante turbinò per opera di 'fluttuazioni mentali' (*cittavṛtti*) alimentate da 'impulsi' (*saṃskāra*) e 'impregnazioni karmiche' (*vasanā*) di natura inconscia, provenienti da esperienze passate di questa o di una precedente vita. Ma, per un perverso meccanismo di *feed-back*, le *cittavṛtti*, a loro volta, vanno a rinforzare quelle stesse dinamiche inconscie che le hanno causate. Questo circolo vizioso porta dunque a ripetere sempre le stesse esperienze, finché non si pone fine al meccanismo karmico. La pratica dello yoga viene appunto definita la 'totale cessazione delle fluttuazioni mentali' (*cittavṛtti-nirodha*).

C'è una notevole assonanza tra queste concezioni del *karma* e il meccanismo nevrotico della *coazione a ripetere* descritto da Freud, secondo cui siamo condannati a ripetere nelle nostre azioni ciò di cui non riusciamo a prendere coscienza. In altri termini, siamo noi, in realtà, a 'scegliere' inconsciamente le situazioni ripetitive e spiacevoli che sembrano capitarci per caso.

Per usare un altro esempio tratto da un *cliché* analitico: chi non ha mai fatto i conti le problematiche psicologiche derivanti dal rapporto con una madre soffocante ed intrusiva, si sceglierà come mogli o amanti donne che in qualche modo ripetono il modello materno e non gli servirà a niente cambiare *partner*,

perché finirà per scegliere sempre, senza volerlo, una persona nevroticamente complementare alle proprie dinamiche inconscie. Tutto ciò si ripeterà implacabilmente, finché non si comincerà a prendere coscienza delle forze inconscie che determinano le proprie scelte.

E' qui che appare, in tutta la sua evidenza, il circolo vizioso della legge karmica. Se compio azioni malvagie, andrò incontro a situazioni estremamente sgradevoli (perché entro in conflitto con la legge naturale); se compio azioni buone, avrò situazioni piacevoli. Ma, in ogni caso, non faccio che rinforzare il meccanismo karmico.

## L'INCONDIZIONATO

Come venire fuori da questa situazione paradossale, per cui qualsiasi cosa si faccia per venirne fuori, in quanto *azione (karma)*, non fa che perpetuare il meccanismo karmico?

Alcuni cercarono una soluzione al problema astenendosi il più possibile dall'azione attraverso un severo ascetismo: si pensava che, riducendo al minimo le necessità del corpo ed i propri coinvolgimenti nel mondo attivo, si potesse trovare una via d'uscita dal *karma*. Ma è evidente che anche l'ascetismo costituisce comunque una forma d'azione che, in quanto tale, non si sottrae al meccanismo karmico.

Per risolvere il paradosso è necessario sovvertire totalmente la logica dell'azione attraverso una *radicale inversione di prospettiva* che cominciò ad albeggiare, sebbene in forme ancora filosoficamente embrionali, nel misticismo delle *Upaniṣad* antiche.

Per comprendere questo passaggio essenziale, proviamo a partire dall'altro capo della questione: se esistesse una dimensione al di là del *karma*, libera dalla logica dell'azione, libera dalla morte (*amṛta*), ossia totalmente *incondizionata (asaṃskṛta)*, come sarebbe? Ovviamente sarebbe svincolata da ogni

condizionamento e limitazione, comprese le categorie di spazio e tempo: non potremmo, infatti, dire che la liberazione non è qui, ma in un altro posto, né che ora non c'è, ma ci sarà domani, perché altrimenti sarebbe limitata e condizionata da spazio e tempo e dunque niente affatto 'incondizionata'.

L'incondizionato, quindi, per definizione dev'essere in qualche modo *sempre qui e sempre ora*. Ma allora perché siamo schiavi del condizionamento karmico e non assaporiamo la gioia incomparabile della liberazione?

La risposta delle soteriologie indiane è perentoria: *perché non la vediamo*. L'incondizionato è sempre con noi, ma non riusciamo a scorgerlo proprio perché è più vicino a noi di noi stessi.

Un pesce dice alla tartaruga:

– *Che cos'è l'oceano? Mi guardo intorno in ogni direzione, ma non riesco a vederlo* –

La risposta della tartaruga non può che essere quella di tutti i mistici:

– *E' ovunque, intorno a te e dentro di te. Ma se guardi un oggetto particolare, non puoi vedere l'oceano* –

Il punto, quindi, non è *cercare* la liberazione attraverso una particolare *azione* (il cui esito sarebbe soltanto quello di rinforzare il *karma*), bensì lasciar andare tutti i condizionamenti che offuscano la coscienza, impedendole di vedere la realtà: vale a dire, *fermarsi e guardare in profondità* per cogliere la dimensione che è già qui, sebbene invisibile ai nostri occhi.

Per esemplificare questo punto, alcuni testi buddisti ricorrono alla metafora del sole e delle nubi: quando è nuvoloso diciamo che 'il sole se n'è andato via'; ma, in realtà, è sempre lì, solo che non lo vediamo più perché è schermato dalle nuvole. Dunque non c'è alcun bisogno di farlo 'tornare', perché è già qui e nessuna azione ha il potere di farlo andare o venire. Ciò che posso fare è soltanto creare varchi fra le nubi (i condizionamenti karmici) per rendermi conto che il sole non ha mai smesso di splendere, immancabilmente al suo

posto.

In altri termini, non possiamo *raggiungere* la liberazione, perché essa è già qui con noi: possiamo soltanto prendere coscienza che è sempre stata qui. Finché non ce ne rendiamo conto, siamo prigionieri dell'illusione karmica e subiamo nascita e morte come in un sogno: mentre sogniamo, le vicende oniriche ci sembrano veramente reali e concrete, con le loro sofferenze, i loro desideri e le loro paure; ma, quando ci svegliamo (e il 'risveglio' o *bodhi* è un'altra potente metafora per indicare la liberazione), ci rendiamo conto che nulla è veramente accaduto.

Dunque, per le soteriologie indiane, la nostra condizione di sofferenza è causata da uno stato di sonno e inconsapevolezza (*avidyā*): proprio per questo nessun'azione compiuta *all'interno* del sogno ci può aiutare a venirne fuori; soltanto *il risveglio* può liberarci. Il punto fondamentale è *passare dall'agire al vedere*.

Una parabola diffusa nella letteratura religiosa indiana illustra bene questo concetto. Un principe viene rapito da piccolo e per anni è costretto a condurre un'esistenza miserevole, senza più ricordare la propria origine regale. Grazie a qualcuno che, dopo anni, lo riconosce, egli scopre la sua vera identità e finalmente può essere reintegrato nel proprio rango. In realtà, egli non ha mai smesso di essere un principe, ma, finché lo ignorava, era come se non lo fosse. Analogamente, tutti noi siamo 'principi' nel reame dell'incondizionato, ma, finché non ne prendiamo coscienza, siamo costretti a vagare nel mondo illusorio di nascita e morte. *Avidyā* ha appunto il potere di celare e farci dimenticare la consapevolezza della dimensione liberata che è già in noi.

*Śankara* (uno dei più grandi filosofi dell'India) esemplifica questo punto con un aneddoto venato di *humour*. Dieci amici fanno il bagno in un fiume. Quando escono dall'acqua, si chiedono: "Siamo tutti?". Uno di loro decide di contarli, ma dimentica di includere se stesso, per cui il risultato del conteggio è nove.

Allora tutti cominciano a disperarsi, temendo che uno di loro sia affogato, finché un casuale passante non corregge l'errore, dicendo a colui che contava: "Tu sei il decimo".

In realtà non era mai mancato nessuno, ma, a causa di una distrazione (*avidyā*), si è manifestata una situazione irrealistica, capace però di suscitare paura e sofferenza. Colui che contava, tutto proiettato all'esterno e distratto dal mondo fuori di sé, aveva dimenticato la cosa più importante: se stesso. Allo stesso modo, secondo Śāṅkara percepiamo illusoriamente il nostro vero sé (*ātman*) come limitato in un singolo individuo e incarnato in un corpo particolare, finché non cadiamo a tal punto sotto l'ipnosi di quest'autolimitazione della coscienza, da dimenticare la nostra inseparabilità dal tutto.

#### LA PURA COSCIENZA DELL'ĀTMAN

Ma che cos'è l'*ātman*, il nostro vero sé? Qual è la nostra vera identità, quel *qualcosa* che dentro di noi non cambia mai, che, indipendentemente dalle trasformazioni del nostro corpo e della nostra mente, indipendentemente dalle vicende molteplici della nostra vita, ci fa sentire che in fondo siamo sempre *noi* ad attraversare tutti quei cambiamenti?

La risposta di molti sistemi filosofico-religiosi indiani (soprattutto yoga e vedānta) è: la *coscienza*. Non i *contenuti* della coscienza (sensazioni, percezioni, pensieri, emozioni, memorie, ecc.), ma la pura e semplice *coscienza di esserci*.

Di solito ad ogni istante percepiamo noi stessi nei termini di "Io sono *questo*", dove 'questo' è di volta in volta una diversa definizione di noi stessi che c'incapsula entro un io individuale: maschio, femmina, giovane, vecchio, felice, infelice, bello, brutto, ecc. Siamo sempre così proiettati e coinvolti nella percezione del *questo*, da dimenticare che essa non sarebbe nemmeno possibile se non fosse preceduta da una coscienza più fondamentale: quella di *esserci* ('io

sono').

Ogni cambiamento (comprese nascita e morte), ogni condizionamento, ogni autolimitazione che ci isola dal tutto, sono dovuti al *questo*, che ci separa gli uni dagli altri. Invece l'io sono' è immutabile e identico per tutti, poiché ogni cambiamento e ogni differenza dipendono solo dal *questo*.

Per esempio: che cosa hanno in comune il bambino e il vecchio che quel bambino un giorno diventerà? Ogni singola cellula del suo corpo non è più la stessa, come pure le sue idee, le sue percezioni, i suoi sentimenti, la sua esperienza del mondo. Eppure, 'qualcosa' dentro di lui sente di essere sempre lo stesso. Ciò che resta esattamente identico nel bambino come nel vecchio è la *sensazione di esserci*, la pura e semplice coscienza di essere qui, *prima* di percepirsi come giovane o vecchio, uomo o donna, sano o malato, felice o infelice.

Questa coscienza di esserci non è diversa da quello di chiunque altro, giovane o vecchio, uomo o donna. E' soltanto grazie a questo *sfondo immutato di consapevolezza* che diventa possibile la percezione del cambiamento: senza un punto di riferimento fermo, infatti, come si potrebbe percepire il movimento? Come potremmo avvertire lo scorrere del tempo, se non in relazione con qualcosa dentro di noi che resta immutato?

Ciò equivale a dire che il mio vero sé, la mia reale identità, in quanto pura coscienza di esserci, non può essere soltanto *mia* (ossia individuale), perché tutto ciò che mi rende un individuo appartiene alla sfera del *questo* e non dell'*io sono*: dunque esiste un solo sé universale o *ātman*, poiché la mia coscienza di esserci non è distinguibile da quella degli altri, non ha confini e coincide con la coscienza del tutto.

Posso percepirmi come uomo o donna, come giovane o vecchio, ma questi sono solo *contenuti* della coscienza. *Colui che è cosciente* di queste differenze non è né giovane né vecchio, né uomo né donna, non nasce e non muore e non è

neanche un individuo. Tempo, spazio e causalità dipendono unicamente dal *questo* e come tali sono limitazioni soltanto apparenti ed esteriori rispetto alla coscienza di esserci, che costituisce lo sfondo immutabile, imperituro e incondizionato della realtà, libero da nascita e morte.

Il problema è che, come l'uomo distratto che contava gli amici dimenticando se stesso, siamo così coinvolti nella percezione del *questo* da dimenticare l'*io sono* e con esso la nostra inseparabilità dal tutto.

Come chiaramente spiega il vedānta, non è possibile 'percepire' l'*ātman* come se fosse un oggetto, perché esso è appunto *colui che percepisce* ogni cosa, per cui, al pari dell'occhio, non può 'vedere' se stesso. Non è nemmeno possibile 'cercare' l'*ātman*, perché esso non è altro che il cercatore. Il pesce non può 'trovare' l'oceano perché ne è totalmente pervaso e, dovunque vada, l'oceano è con lui, intorno a lui, dentro di lui: gli è impossibile uscirne per osservarlo come un oggetto esterno.

L' *ātman* è invisibile proprio perché è colui che vede, la sorgente di ogni vedere. A lui si applica perfettamente il detto zen: "Non lo puoi afferrare, ma non te ne puoi sbarazzare". Come potrebbe, infatti, una mano afferrare se stessa? E, parimenti, come potrebbe lasciare se stessa?

## LA LIBERAZIONE

Questa visione non-dualistica (che, nella sua forma più radicale, appartiene soltanto a particolari scuole di vedānta) non è propria di tutti i sistemi filosofico-religiosi indiani, ma in quasi tutti si rileva comunque la necessità di discriminare fra la coscienza e i suoi contenuti, per superare il vincolo del dualismo fra soggetto e oggetto.

Come si è detto, all'inizio degli *Yogasūtra* lo yoga viene descritto come la 'totale cessazione delle fluttuazioni mentali' (*cittavṛtti-nirodha*). Quando si trova in balia delle sue attività, la mente è infatti simile ad un lago reso torbido

da acque agitate, incapace quindi di vedere chiaramente; soltanto quando si ferma, placando ogni attività (*cittavṛtti*), le sue acque diventano quiete e trasparenti, rendendo possibile la visione profonda della propria vera natura.

Infatti, gli *Yogasūtra* aggiungono che, una volta cessate le fluttuazioni della mente, l'osservatore' (*draṣṭṛ*) - ossia la pura coscienza libera da contenuti - riposa in se stesso, nella sua forma propria o natura essenziale (*svarūpa*); se, invece, le *cittavṛtti* sono ancora attive, è costretto ad assumere la loro stessa forma.

Per comprendere questo punto, può aiutarci la metafora dello specchio. Lo specchio non è ciò che riflette, ma è costretto ad assumere la forma di ciò che gli passa davanti. Se ignoriamo la presenza di uno specchio, a volte possiamo confonderci a tal punto da credere che, al suo posto, ci siano veramente oggetti concreti, anziché semplici riflessi: i riflessi catturano talmente la nostra attenzione, da celarci la vera natura dello specchio, che è vuota e invisibile. Analogamente, la nostra attenzione è talmente attratta dai contenuti della coscienza (il 'questo'), da farci completamente ignorare la vera essenza invisibile della pura consapevolezza, del soggetto osservante (l'io sono'). Lo yoga è inteso come una disciplina volta a fermare la mente, in modo che nessun oggetto passi davanti allo specchio della coscienza: così, non riflettendo più alcun contenuto, la vera natura della mente-specchio (ossia la pura consapevolezza senza oggetto) può risplendere nella propria essenza incontaminata.

A parte lo yoga, che concepisce la liberazione come una completa unificazione della coscienza, liberata dall'illusoria associazione con i propri contenuti (*kaivalya*), altri sistemi filosofico-religiosi indiani sottolineano l'aspetto non-dualistico della liberazione come trascendimento dei limiti egoici basati sulla falsa contrapposizione fra individuo e totalità.

Il vedānta, per esempio, sottolinea l'illusorietà (*māyā*) della percezione

dualistica, che ci fa credere di essere individui separati in un mondo molteplice, mentre la vera realtà è una e indivisibile.

Qualcosa di simile accade quando andiamo al cinema: ci facciamo coinvolgere dal film attraverso un'illusoria molteplicità d'immagini ed emozioni (paura, desiderio, rabbia, amore), mentre l'unica cosa reale e concreta che stiamo guardando è uno schermo bianco, che non si bagna con le mareggiate, né si brucia con le fiamme, né si buca con i proiettili del film.

Il buddhismo, dal canto suo, preferisce evidenziare l'illusorietà della percezione di noi stessi come individui permanenti, solidi e separati, perché in realtà l'universo è un'infinita 'rete' di processi sempre cangianti e inestricabilmente interrelati fra loro in un unico, indivisibile 'organismo'.

Alla luce di queste considerazioni, la metafora più adatta per spiegare che cosa sia la liberazione è forse quella delle onde e dell'oceano, presente in molti testi religiosi indiani.

Ogni individuo percepisce se stesso come un'onda che, spinta da altre onde, nasce, vive e muore. Non essendo ancora liberati, c'identifichiamo infatti *soltanto* con l'onda, subendone di conseguenza le sorti (nascita e morte).

Invece il risvegliato percepisce se stesso *anche* come un'onda, ma non dimentica nemmeno per un istante che l'onda è fatta della stessa acqua dell'oceano, che non nasce e non muore.