



8. ALCUNE CONSIDERAZIONI SUL METODO VEDĀNTICO: NIDIDHYĀSANA

Se il *sādhaka* mediamente qualificato non avesse raggiunto il *mokṣa* durante *manana*, potrà cogliere una ulteriore opportunità per mezzo della tecnica dell'attenzione contemplativa o *nididhyāsana*. Non si tratta affatto della concentrazione (*dhāraṇa*) tipica dello *Yoga darśana*, che consiste nello sforzo di focalizzare la mente su un unico punto (*aikāgrya*). La contemplazione vedāntica, che è della natura dell'Intuizione, tende ad allargare ad *infinitum* l'attenzione senza sforzo alcuno, in modo da inglobare e integrare la manifestazione universale, come un tutt'uno, nella Coscienza-esistenza (*sattā caitanya*) del Sé.

Il *nididhyāsana* è spesso chiamato anche *adhyātmika yoga*. *Adhyātman* è un termine molto in uso nella dottrina dell'*Advaita Vedānta*, composto da *adhi*, prefisso sanscrito che significa "che si riferisce a", e *ātman*, il Sé, ovviamente inteso non tanto come pronome riflessivo, ma piuttosto per designare la reale natura degli esseri. *Adhyātman*, dunque, significa quello che si riferisce al Sé nel senso più completo, ossia ciò che è di pertinenza di un essere considerato nella sua totalità, l'essere totale. L'essere totale, quindi, viene così considerato come metafisicamente identico a Brahman. Tuttavia, dal punto di vista del metodo vedāntico, l'essere totale sarà considerato in particolare relazione con un singolo individuo¹ e, precisamente, col discepolo che si rivolge a un maestro per ottenere la conoscenza del Brahman-*Ātman*. È solo a partire dalla condizione dell'essere umano vivente che è possibile intraprendere quella via che il *Brahma Sūtra* descrive nel verso: "*Atātho brahma jijñāsā*", ossia "quindi, dopo di ciò, inizia la conoscenza del Brahman"². *Atha* significa 'ora', alludendo alla presente nascita umana, indipendentemente dal fatto che l'altro avverbio *ataḥ*, 'dopo di ciò', possa essere interpretato in due modi diversi, ma entrambi validi, per indicare due categorie di discepoli. Vale a dire i discepoli che hanno purificato la mente in esistenze precedenti oppure quelli che hanno ottenuto tale purificazione tramite una via iniziatica già percorsa, ma sempre durante la vita attuale. L'importante è che l'aspirante alla conoscenza si presenti al maestro di *Vedānta* provvisto delle qualifiche richieste, sia che queste siano innate³ sia che siano state acquisite con una *sādhana* nella vita presente. Indipendentemente da queste premesse necessarie, il singolo iniziato (*sādhaka*) potrà ottenere la conoscenza del Brahman, vale a dire la Liberazione (*mokṣa*), solamente a partire dalla sua apparente nascita umana.⁴

Perciò l'essere totale (*Adhyātma puruṣa*), inteso in questo modo, oltre alla sua natura essenziale metafisica (*pāramārthika svarūpa*), include anche lo stato causale, gli stati sottili e il corpo, per esprimerci secondo la dottrina dei quattro *pāda* di *Ātman* come descritti nella *Māṇḍūkya Upaniṣad*. Il corpo (*sthūla śarīra*) è l'involucro individuale di ciò che appare come un singolo essere totale durante la sua vita nello stato di veglia (*jāgrat avasthā*). In questo modo *Adhyātman* è sinonimo sia di *Puruṣottama* in senso assoluto, sia di *Viśvānara*, l'uomo universale, se considerato più specificatamente allo stato di veglia⁵. Come abbiamo visto, talvolta *Adhyātman* può essere assimilabile al termine ermetico di microcosmo, considerato alla stregua di sintesi dell'esistenza universale.

¹ È evidente che questo punto di vista è del tutto apparente; tuttavia è da tale punto di vista che parte la cerca del Brahman, poiché il *jijñāsu* è ancora sottoposto a ignoranza.

² *BSŚBh* I. 1. 1.

³ Ossia con cui si nasce. Un discepolo eccezionalmente dotato di qualifiche intellettuali in ragione della conoscenza raggiunta in nascite precedenti, ma che non avesse seguito un preliminare insegnamento iniziatico di una via di conoscenza non suprema (*aparavidyā*) durante questa stessa vita, potrà in ogni caso purificare la sua mente nel corso dell'insegnamento vedāntico per mezzo di *śrāvaṇa* o, in seconda battuta, con *manana*.

⁴ Il *sādhaka* di *Advaita Vedānta* deve essere consapevole fin dall'inizio della via d'essere il Brahman. Tuttavia egli è ancora sottoposto all'illusorietà della sua esistenza individuale causata dall'ignoranza (*avidyā*), che corrisponde alla sua esperienza empirica quotidiana (*vyāvahārika anubhava*). Egli utilizzerà strumentalmente questa *avidyā*, seguendo gli insegnamenti del maestro, per mettere in atto il metodo *adhyāropāpavāda*, ossia la sovrapposizione (*adhyāsa*) intenzionale della falsa apparenza sulla realtà, per poi confutarla. In questo caso "[...] *avidyā* [...] è soltanto una concessione alla mente impreparata di chi anela a raggiungere la Liberazione finale." *Svāmī Satcidānandendra, Dottrina e Metodo dell'Advaita Vedānta, cit.*, p. 111.

⁵ Pur essendo sinonimi, il secondo termine dà maggior enfasi al corpo, poiché *nara* rappresenta l'essere umano in quanto provvisto di questa modalità. Per questa ragione *vaiśvanara*, nella *Māṇḍūkya Upaniṣad*, è il nome con cui è definito lo stato di veglia di *Ātman* nella condizione corporea, ovvero come *Virāt*.



Per non interrompere il fluire dell'argomentazione, affidiamo alla nota in calce le considerazioni relative a questa concezione.¹

Come s'è già dichiarato, il corpo, il soffio vitale (*prāṇa*), le facoltà di sensazione e d'azione (*jñānendriya* e *karmendriya*) la mente (*manas*) che include la sfera dei sentimenti, l'intelletto discriminativo (*buddhi*) produttore delle volizioni individuali, e l'"io" (*aham*), sono aggregati assieme a formare quel tutt'uno apparente che conosciamo come individuo. Ogni persona s'identifica istintivamente a questo aggregato pensando di essere tale. L'uomo ordinario, specialmente, s'identifica prevalentemente con il proprio corpo², com'è il caso di chi soffre per una ferita o una malattia ("Mi fa male, io sto soffrendo" ecc.). Spesso, però, l'uomo estende questa sua identificazione erronea non soltanto al proprio corpo, ma addirittura agli oggetti esterni che non fanno nemmeno parte del suo aggregato individuale. Questo è evidente soprattutto nei confronti della proprietà, in base alla quale ciascuno si definisce o ricco o povero, potente o impotente. La proprietà diventa così un'estensione dell'*ego*; in questo modo si rafforza la convinzione sulla reale esistenza dell'individualità illusoria, espandendo il senso dell'"io" (*aham*) per mezzo del senso del mio (*mama*), l'"io sono" con l'"io ho", che costituiscono quella forma estrema di ignoranza (*avidyā*) conosciuta come *asmītā*, egoismo o egocentrismo, di cui s'è trattato in altri scritti.

Tuttavia, l'identificazione con le componenti individuali che si estendono dal corpo all'*aham* è predominante, mentre quella con gli oggetti esterni rimane secondaria, perché prevale la concezione che la natura propria dell'uomo sia il corpo, piuttosto che le rimanenti proprietà dell'"io". Talvolta anche le componenti che si trovano comprese tra il corpo e l'*aham* appaiono come fossero "mie": un "mio" ricordo, un "mio" ragionamento, una "mia" sensazione³. Si assume questo atteggiamento nei loro confronti a seconda di come si affronta la propria vita. Per esempio, quando si afferma: «Io sono bello, alto, magro, vigoroso», allora ci si identifica al proprio corpo; mentre se si dice: «Il mio corpo sta indebolendosi», allora si oggettiva il corpo, distinguendolo dal proprio *aham*. In questo secondo caso inconsapevolmente si intende fare una certa distinzione tra quello che si ritiene essere la propria vera persona e il corpo. Per quanto si considerino gli oggetti esterni come "propri", nessuno potrà mai identificarsi agli oggetti esterni fino al punto di concepirli realmente come *aham*, cioè come se stesso. Invece, le componenti interne comprese tra il corpo grossolano e il proprio "io", sono generalmente incluse dal pensiero individuale nel concetto dell'"io sono". Così questo stato di esistenza caratterizzato dalla vita nel corpo e che comprende tutte le componenti sottili a partire dal corpo fino all'*aham*, è definito *ādhyātmiḥ prapañca*, manifestazione microcosmica⁴.

¹ In aggiunta a quanto s'è detto in precedenza, c'è da sollevare una riserva a questo riguardo: infatti *microcosmo* (d'altra parte questa considerazione vale anche per il Macrocosmo o "l'Universale"), come è evidente dall'etimo, denuncia un punto di vista cosmologico e non metafisico, com'è invece il significato primario dell'*Adhyātman* vedāntico. Questa restrizione è necessaria, considerando che l'ermetismo non aveva alcuna concezione paragonabile a quella del puro *Ātman*, essendo quella dottrina occidentale limitata a una prospettiva di conoscenza non suprema (*aparavidyā*), oltre a tutto con propensioni piuttosto accentuate al naturalismo. Alla stessa stregua, anche le vie *hindū* che appartengono al dominio della conoscenza del Brahman non-Supremo, sono limitate a una analoga prospettiva non metafisica; anch'esse, perciò, interpretano il termine upaniṣadico *Adhyātman* come limitato alla sola integralità dell'essere individuale e alla sua estensione all'Universale. Perciò sarà opportuno citare questo uso del termine con l'iniziale minuscola e racchiuso tra virgolette "*adhyātma*", per distinguerlo dalla omofona concezione della pura metafisica *advaita*.

² La prova di questa identificazione, generalmente poco chiara agli occidentali, apparirà in tutta la sua evidenza se si considera che l'"io" è vincolato inesorabilmente al punto dello spazio corrispondente al corpo.

³ I testi vedāntici raramente prendono in considerazione la possibile sovrapposizione del *prāṇa* sul Sé. *Svāmī Satcidānandendra* afferma a questo proposito: "[...] quando noi diciamo: «Io compio questa o quell'azione», l'aspetto che assume il ruolo di agente dell'azione (*kartṛbhava*) è *ahaṅkāra*; lo strumento o mezzo che concepisce l'azione è *manas*, e quello che prende la responsabilità della decisione di compiere l'azione è *buddhi*. In questo modo il *prāṇa* inizia a funzionare solo dopo una definitiva decisione a compiere una determinata azione. Il fatto che *ahaṅkāra* ecc. siano *anātman* è stato già determinato prima. Perciò anche *prāṇa*, che funziona con il supporto di quegli *anātman* è necessariamente solo *anātman* e non il mio Sé reale. *Svāmī Satcidānandendra Sarasvatī*, in *Le cinque gemme dell'Advaita*, trad. Maitreyī, www.vedavyasamandala.com, 3, p. 11.

⁴ *Prapañca* significa letteralmente composto da cinque parti. Infatti il numero cinque appare ripetutamente nella composizione dell'essere individuale: sono cinque gli elementi, le condizioni dell'esistenza corporea, i *mahābhūta* (i *taṇmātra* del *Sāṃkhya*), i *prāṇa*, i sensi, le facoltà d'azione, gli arti, le dita d'una mano, d'un piede. Si potrà facilmente notare che l'"*adhyātma*", manifestato e composto di cui si tratta in questa prospettiva, appare con la limitazione tipica delle dottrine del non-Supremo, come da una nota precedente.





La conoscenza il cui fine è la ricerca della vera natura del Sé è chiamata *Adhyātma Śāstra* o semplicemente *Adhyātman*. *Adhyātman* dunque definisce anche quella scienza che permette di riconoscere alla vera natura dell'Ātman e d'identificarsi a lui, che è lo stesso Brahman.

Tradizionalmente è contemplato un gruppo di scienze che ha come oggetto di studio le diverse componenti dell'aggregato umano. Per quello che riguarda il corpo, con il quale, come abbiamo detto, la maggior parte della gente ordinaria s'identifica, quelle scienze sono la fisiologia, l'anatomia, la medicina e altre ancora, tutte raggruppate nell'ambito dell'*Āyur Veda* in quanto disciplina del benessere corporeo.

Altre scienze ancora si occupano di studiare le facoltà di senso e di azione e il loro uso corretto, quali la fonetica (*śikṣā*), la scienza della vista¹ (*drṣṭividyā*), la logopedia² (*śabdavidyā*), lo studio che spiega i rapporti tra le vibrazioni sonore del linguaggio e il loro significato (*nirukta*), ecc.

Le scienze psicologiche che studiano il funzionamento della mente, in quanto coordinatrice delle informazioni sensorie, delle corrispondenti reazioni istintive a quelle percezioni, e dei sentimenti, sono raggruppate nelle discipline gnoseologiche³ (*manovijñāna*) lo studio delle passioni (*kāmaśāstra*), l'etologia in quanto studio del comportamento (*vyāvahārika vidyā*) ecc.

Il quarto gruppo di scienze studia il funzionamento delle attività intellettuali, quali la speculazione analitica, le volizioni, la discriminazione: esse sono, per esempio, la logica, *tarkaśāstra*, la dialettica, *hetuvidyā*, la scienza dell'esercizio del potere, *arthaśāstra* e così via.

Infine, le *Upaniṣad* investigano sulla reale natura del Sé, che trascende il senso dell'“io”, *aham*. A quello scopo l'insegnamento del *Vedānta*, che altro non è se non la scienza upaniṣadica, prenderà come base sia la capacità intuitiva universale dell'aspirante qualificato per tale conoscenza, (*jijñāsu*), sia i mezzi conoscitivi atti a procurare una visione reale del mondo che ci circonda. In questo modo la ricerca sull'Ātman culmina nell'Intuizione finale che è il *mokṣa*, in cui non rimarrà alcun residuo di dualità, quali il cercatore, il cercato e la cerca stessa.

Perciò gli insegnamenti upaniṣadici sulla reale natura del Sé consistono nell'unica scienza dell'*Adhyātman*, senza l'ausilio e al di là di tutte le scienze summenzionate e radunate in quattro categorie, che indagano sulla costituzione dell'individuo.

In alcuni passi delle *Upaniṣad* si prescrivono e s'ingiungono certi metodi che appoggiano l'esercizio della meditazione su concetti e qualità che riguardano la Persona divina, o su simboli come i *mantra*, gli *yantra* e i *tantra*. Ebbene, queste ingiunzioni scritturali devono essere intese come indirizzate a discepoli che sono incapaci di concepire la vera natura del loro proprio Sé. Per costoro le scritture prescrivono specifici tipi di meditazione adatti alla condizione individuale. Per esempio, se si parte dal pensiero che la mente è illimitata e si medita sui Viśve Deva⁴ che sono in numero illimitato, con questa meditazione si “conquista un mondo illimitato”⁵; “La mente è il Brahman”⁶; “L'aria è certamente il luogo dove riassorbirsi”⁷. “Il *prāṇa* è certamente il luogo dove reintegrarsi”⁸.

Per distinguere la meditazione sugli oggetti appartenenti al Macrocosmo, *adhidaiva*,⁹ e porre attenzione sugli oggetti analoghi appartenenti al microcosmo, “*adhyātman*”, la *śrūti* comincia dicendo: “Ora vi è un analogo

¹ Questa scienza non può essere identificata con l'oculistica, in quanto quest'ultima si limita all'aspetto fisiologico dell'organo della vista, e non al senso in quanto tale.

² Anche per questo caso dobbiamo distinguere questa scienza dalla moderna disciplina medica corrispondente, che s'occupa prevalentemente dell'aspetto patologico, mentre *śabdavidyā* si avvicina maggiormente alla fonologia quale scienza che studia il modo in cui il pensiero si traduce in suono-parola.

³ Evitiamo accuratamente il brutto neologismo “epistemologia”, il cui uso, così di moda al giorno d'oggi, denuncia la sua origine dallo scientismo positivista.

⁴ I Viśve Deva sono tutta la categoria degli dei menzionati negli inni ritualistici del Veda.

⁵ BU III. 1. 9.

⁶ ChU III. 21. 1.

⁷ ChU I. 3. 1.

⁸ ChU IV. 3. 4. A proposito del significato di queste tre citazioni si ricordi il seguente passo di Śaṅkara: “«Senza *prāṇa*, senza mente, puro» è una *śrūti* che parla del puro Brahman, mentre quest'altra *śrūti*: «costituito dalla mente, avendo il *prāṇa* come suo corpo» si riferisce al Brahman qualificato, il *Saguṇa*.” BSŚBh, I. 2. 2.

⁹ *Adhidaiva*, come s'è detto, può ben tradurre la concezione occidentale di Macrocosmo. La traduzione “piano divino” spesso usata da studiosi studiosi anglofoni appare inesatta e ambigua. La distinzione tra *adhidaiva* e “*adhyātma*” corrisponde esattamente a quella che, nel linguaggio di R. Guénon, intercorre tra “grado d'esistenza” e “stato dell'essere”, tra “universale” e “particolare”. Vi è stretta analogia, quindi, tra gli



insegnamento che riguarda il microcosmo: si tratta del fatto ben noto che la mente pare andare [verso il Brahman]¹ quando essa Lo ricorda ripetutamente pensando all'idea che si è fatta di Lui [Brahman]². Qui il testo upaniṣadico stabilisce le istruzioni circa la meditazione e l'uso del *mantra* adatto all'"*adhyātman*"³. Al fine di distinguere chiaramente tra la prospettiva individuale e quella macrocosmica, la *śruti* s'esprime nei termini di meditazione sull'"*adhyātman*", spiegando così che in questo caso gli oggetti su cui meditare sono la mente, i sensi e il corpo, con il desiderio di avvicinarsi al Brahman, ossia alla reale natura del Sé⁴.

Quindi viene dichiarato che, sia nel caso della conoscenza della natura reale dell'*Ātman* sia in quello dei vari metodi meditativi, le componenti sottili e il corpo dell'uomo sono chiamate *ādhyātmika prapañca*. Ma quando ci si imbatte nel termine inconfondibile *Adhyātma Śāstra* o, più semplicemente, *Adhyātman*, allora, senza dubbio questo si riferisce esclusivamente alla ricerca della conoscenza di *Ātman*.

Negli studi indologici e filosofici, è uso comune interpretare la parola *Adhyātman* come se volesse genericamente esprimere il senso del termine "spirituale". Questo ultimo termine allude a un non ben identificato "spirito", ricalcato sull'anima delle concezioni religiose occidentali, che dimora nel corpo e che, dopo la morte, da esso si diparte. Per questa ragione gli eruditi definiscono la disciplina che si dedica allo studio dell'anima o spirito come una "scienza spirituale", traducendo *Adhyātma Śāstra* in questo modo. Ma non tengono in considerazione il fatto che l'origine di tutti i molteplici spiriti, anime, energie o forze vitali è soltanto l'unico Sé che è al di là del senso dell'"io" (*aham*). Perciò il termine "scienza spirituale" è troppo impreciso ed equivoco per essere adottato come equivalente di *Adhyātma Śāstra*. Le stesse *Upaniṣad* rivelano la suprema Realtà solamente quando insegnano la vera natura del Sé, e non quando, in talune parti, si soffermano a descrivere altre scienze di portata ridotta, come la cosmologia o qualche scienza del non-Supremo.

La śruti, quando insegna lo sviluppo del mondo in quanto tale, non ha in realtà lo scopo di insegnare lo sviluppo in quanto tale, perché si sa che questa conoscenza non porta a nessun risultato⁵: Lo scopo è piuttosto quello di insegnare che Ātman è della natura di Brahman, perché si sa che questa Conoscenza produce il buon risultato.⁶

Naturalmente l'insegnamento upaniṣadico deve necessariamente essere impartito dalla viva voce d'un *guru* che sia anche un adepto, e presuppone che il discepolo l'apprenda sulla base di uno scrupoloso esame della realtà apparente, tramite una profonda riflessione appoggiata all'esperienza intuitiva universale.⁷

L'*Adhyātma Śāstra* quindi deve essere coltivato personalmente, perché concerne l'interiorità del singolo aspirante alla conoscenza. Gli insegnamenti (*upadeśa*), impartiti dal *guru* e ascoltati singolarmente dal discepolo come audizioni di verità (*śravaṇa*), si devono appoggiare sui tre testi fondamentali (*Prasthāna Traya*) che sono le dieci *Upaniṣad* maggiori, la *Bhagavad Gītā* e i *Brahma Sūtra*, completi dei loro commentari (*bhāṣya*) elaborati da Śaṅkara. Infatti, le *Upaniṣad* sono gli unici testi sacri che hanno come scopo l'insegnamento dell'identità di *Ātman* e Brahman e il modo in cui attivare la presa di coscienza di questa verità. La *Bhagavad Gītā* è considerata dal *Vedānta* come una ripresa della medesima dottrina in una forma più discorsiva e metodica. I *Brahma Sūtra* ne

oggetti che compongono il Macrocosmo e le componenti del microcosmo umano. Perciò chi medita sul sole secondo rituali sacrificali che si rivolgono all'ambiente esterno, nell'ambito della sua individualità vivente compie il corrispondente rituale interiore, assumendo come supporto di meditazione il cuore. Si profila così una distinzione tra due metodi, *kriyā yoga* e *dhyāna yoga*, entrambi caratteristici della conoscenza non suprema (*aparavidyā*). Abitualmente il *kriyā yoga* è più adatto allo stadio di vita del *gṛhastha*, mentre il *dhyāna yoga* a quello appartato del *vānaprastha*. Per quello che riguarda il "metodo" *advaita*, l'*Adhyātman* indaga sulla natura dell'*Ātman* senza discriminare quei due punti di vista, ma inglobandoli procedendo per sintesi non duale.

¹ Si noti che questo testo upaniṣadico descrive un metodo per il quale Brahman è una meta da raggiungere e non esprime l'identità eterna tra l'*Ātman* e Brahman.

² *KeU* IV. 5. Ovviamente in precedenza il testo aveva descritto la meditazione basata sugli oggetti del Macrocosmo.

³ Non si tratta evidentemente della prospettiva vedāntica, poiché si parla di ingiunzioni scritturali e di meditazione. Perciò in questo caso "*adhyātman*" è inteso nel senso più ristretto, in senso individuale. Per questa ragione lo abbiamo scritto al minuscolo tra virgolette.

⁴ Ovviamente questa via procedente per gradi potrà far raggiungere dopo la morte e a conclusione del *devayāna* soltanto il Brahman non-Supremo come Hiranyagarbha.

⁵ Nella prospettiva della Realtà assoluta, la purificazione della mente, ovvero il perfezionamento dell'individualità integrale, non può essere considerata una realizzazione, ma semplicemente la restaurazione del normale stato naturale dell'uomo.

⁶ *Svāmī Satcidānandendra, Dottrina e Metodo dell'Advaita Vedānta, cit.*, p. 59.

⁷ Si riconoscerà facilmente in questa descrizione i tre "strumenti" che il *Vedānta* definisce *śravaṇa*, *manana* e *nididhyāsana*.



sono invece un'esposizione sintetica, e quest'ultimo testo, senza il commento di Śaṃkarācārya, appare davvero incomprensibile. Di fatto il suo imponente *Brahma Sūtra Bhāṣya* rappresenta la trattazione più ampia, articolata, ed esaustiva dell'*Adhyātma Śāstra*. Però l'intero *Prasthāna Traya Bhāṣya* è davvero tutto già contenuto nelle *Upaniṣad*, che, tra quei tre testi, è l'unica *śruti*. La *Bhagavad Gītā* e i *Brahma Sūtra* appartengono alla *smṛti*, categoria di testi sacri di minore importanza, mentre i commentari, pur autorevolissimi, non sono annoverati nemmeno tra le *śruti* né tra le *smṛti*¹. Sul primato delle *Upaniṣad* Śaṃkara afferma:

Ora, di questo Puruṣa che è conosciuto solo per mezzo delle Upaniṣad e che non è un jīva trasmigrante, ma che è il Brahman stesso, non si può asserire né che non esiste né che non possa essere conosciuto. Perché nel passaggio "Ora, questo è l'Ātman, descritto come né questo né questo [neti neti]"², questo Puruṣa è chiamato con la parola Ātman; ed è impossibile negare il proprio Sé, perché anche chi lo nega è l'Ātman.³

Quanto è affermato in questo importante passaggio vuole sottolineare che l'Ātman assume la forma dell'"io" (*aham*) per conoscere il mondo tramite i *jñānendriya* e interagire con esso per mezzo dei *karmendriya*.

È invero ben noto che l'uomo ordinario ha un'idea troppo vaga del proprio Sé. Senza dubbio egli sa di esistere e di avere qualcosa che chiama Sé, ma non s'interroga mai sulla vera natura di quel Sé; dalla nascita alla morte [durante lo stato di veglia], si dedica ai fenomeni oggettivi con alcuni dei quali di tanto in tanto s'identifica, eccezion fatta per quando si trova negli stati di sogno e sonno profondo. È evidente che Yājñavalkya non ha mai pensato a questo sé apparente quando affermava che tramite la conoscenza dell'Ātman tutto diventa conosciuto.⁴

Quindi, poiché l'"io" è la forma che il Sé assume nell'individuo, pur essendo la sua vera natura l'Ātman stesso, è un errore considerare l'"io" come qualcosa di indipendente e separato dal Sé. L'"io", in quest'ultimo caso, è una vera e propria sovrapposizione (*adhyāsa*) sulla realtà dell'Ātman, come l'immagine del serpente è sovrapposta alla corda. Però il profano obietterà alla dottrina del *Vedānta* come segue:

*Oppositore: Non è per nulla provato che il Sé sia conosciuto soltanto per mezzo delle Upaniṣad, poiché anche il solo concetto di "io" (*aham*) lo contiene già.*

Risposta: Non è così, perché abbiamo già confutato questa obiezione dicendo che il Sé è il Testimone (Sakṣin), di questo concetto di "io". Respingiamo l'erronea nozione del Sé come produttore d'azioni, cosa che riguarda il solo "io". Il Sé reale è il Testimone dell'"io"; esso è presente in tutti gli esseri, è privo di parti, è uno, immutabile, eterno, Coscienza onnipervadente. Nessuno lo può conoscere come il Sé di tutto basandosi su quella parte del Veda dedicata alle azioni meritorie⁵, o per mezzo dei testi dei logici⁶: Quindi il Sé non può essere negato da alcuno né può essere raggiunto come come punto d'arrivo di una ingiunzione [scritturale o da parte di un guru]. E poiché esso è il Sé di tutto, è al di là della possibilità di essere attratto o respinto.⁷

I risultati delle meditazioni, come quelli prodotti dalle pratiche segrete del *Rājayoga* e da pratiche simili, alla fine producono dei frutti. Per esempio il prodigio di *śaktipatha*⁸ e altri ancora, che la gente comune definisce

¹ Questa restrizione non è valida per il *sādhaka* che ha purificato la mente, poiché allora egli può verificare che la verità descritta nella *śruti*, nelle *smṛti* o nei *bhāṣya* è sempre la medesima, unica e non duale.

² BU IV. 2. 4.

³ BSŚBh I. 1. 4.

⁴ Svāmī Satcidānandendra, *Dottrina e Metodo dell'Advaita Vedānta*, cit., p. 59.

⁵ Il *Karma khaṇḍa* del *Veda*, comprendente gli inni vedici, le *Samhitā*, cantate o recitate durante i sacrifici; i testi ritualistici, i *Brahmaṇa*; i testi dedicati ai riti interiorizzati, *Āraṇyaka*.

⁶ I testi, i commentari e i trattati di *Nyāya*.

⁷ BSŚBh I. 1. 4.

⁸ *Śaktipatha* consiste nel trasferimento dei poteri, *siddhi*, da un iniziato a un profano. Si tratta di un caso di possessione, *āveśa*, per cui un profano appare in grado di compiere prodigi di magia senza alcuna preparazione preliminare. Da non confondere con *śaktipāta*, l'influenza spirituale, nel linguaggio tantrico, conferita con l'iniziazione.





“doni spirituali”.¹ In qualche misura questi possono essere comodi nella vita ordinaria e avere anche una certa attrattiva. Ma tutti questi risultati, dal punto di vista della vera scienza dell’*Adhyātman* sono meramente transeunti. La regola generale è che tutte le cose che sono fatte poi s’esauriscono. Perciò chi aspira alla Verità eterna che sta al di là del triplice tempo, deve dedicarsi agli insegnamenti delle *Upaniṣad* sulla natura del Sé, l’Essere interiore, insegnamenti che conducono al più sublime scopo della vita. Tuttavia non è possibile raggiungere la Verità eterna finché non si trascenda la dualità, che consiste nel corpo, mente, intelletto e nell’“io”, nell’aggregato microcosmico; e nelle false idee di infinità del tempo, dello spazio e della causalità, per quanto riguarda il Macrocosmo. L’aspirante alla Verità dovrà distogliere la sua coscienza da tutti questi risultati transitori, cosmologici, empirici o visionari che siano. Dovrà prestare tutta la sua attenzione alla comprensione della vera natura del Sé. Solamente così potrà ottenere totale libertà dalle limitazioni del *samsāra*. Questo è chiaramente affermato da Yama, il dio della morte, nella *Kāṭha Upaniṣad*, rispondendo a Naciketas:

Dopo averlo ascoltato [fase di śrāvaṇa], dopo averlo compreso a fondo [fase di manana], dopo averlo distinto da ciò che non è [fase di nididhyāsana], dopo aver raggiunto questo principio impercettibile, quel mortale prova gioia, poiché ha ottenuto la sorgente stessa della gioia...²

Ciò che sai essere differente da meriti e demeriti, dalla causa e dall’effetto, dal passato e dal futuro, chiamalo Quello (tat). Dopo aver meditato sull’Ātman incorporeo tra gli esseri corporei, immutabile tra le cose transeunti, grande e diffuso, il saggio è libero dal dolore. Questo Ātman non può essere raggiunto né con lo studio né con speculazioni, né con il semplice ascolto. Può essere raggiunto, in vero, solamente per mezzo del Sé di chi lo cerca. In suo favore Quello riveste la forma corporea.³

È importante rendersi conto che non è difficile stabilirsi fermamente nella vera natura del Sé per mezzo dell’ascolto [*śrāvaṇa*] di un insegnamento [*upadeśa*] di un maestro⁴ sull’*Adhyātma Śāstra*. Maestro, in questo caso, è chi è fermamente stabilito nella sua vera natura di Sé, come s’evince dalla seguente *śruti*:

Quello non è affatto comprensibile quand’è spiegato da un uomo che non sia all’altezza del compito. Per questo motivo su di Lui si creano le teorie più diverse. Quando però è insegnato da chi si è identificato a Quello, allora non si tratta più di alcuna speculazione, perché Esso è più sottile di quanto sottile si possa immaginare. Questa conoscenza non può essere raggiunta con la speculazione, e t’induce, o diletto, a lodarla quando è impartita da ben altra persona.⁵

Perciò è impossibile raggiungere la meta suprema dell’*Adhyātman* per l’uomo comune senza l’aiuto degli insegnamenti upaniṣadici ottenuto dalla viva voce d’un maestro qualificato per questa conoscenza. Colui che ha l’esatta idea di cosa sia la rinuncia a tutti gli oggetti transeunti del desiderio, e ha una ferma intenzione (*śraddhā*) di conoscere il Signore, allora certamente incontrerà il giusto maestro e facilmente comprenderà la propria vera natura, quel Sé che è eterno, non duale, il Brahman. Questa è la meta finale di *nididhyāsana*.

¹ Naturalmente quelli di cui stiamo presentemente parlando sono prodigi autentici, ancorché si tratti di fenomeni di basso psichismo. Qui non alludiamo affatto alle soperchierie della “Meditazione Trascendentale” e di altre trappole per allocchi, che non sono in grado nemmeno di istruire i loro seguaci a diventare “fenomeni da baraccone”.

² *KU I. 2. 13-14.*

³ *KU I. 2. 22-23.* Il Maestro interiore, *sadguru*, prende la forma del *guru* umano.

⁴ In questo contesto è privo di senso distinguere tra *guru* e istruttore spirituale.

⁵ *KU I. 2. 8-9.* Si veda il commento di Śaṅkara a questi due *śloka*.