

# Patañjali YOGASUTRA

a cura di Leonardo Vittorio Arena



Patañjali

# YOGASUTRA

A cura di Leonardo Vittorio Arena

Proprietà letteraria riservata  
© 2014 RCS Libri S.p.A., Milano

ISBN 978-88-17-07586-2

Traduzione dal sanscrito di Leonardo Vittorio Arena

Prima edizione BUR Minima settembre 2014

*Seguici su:*

Twitter: @BUR\_Rizzoli    [www.bur.eu](http://www.bur.eu)    Facebook: BUR Rizzoli

## INTRODUZIONE

La letteratura delle scuole brahmaniche nasce dal desiderio di non contaminarsi con gli elementi di altre dottrine ed evitare che le masse popolari possano recepire nozioni di prim'ordine. Dal V al III secolo a.C., e anche dopo, si arriverà alla composizione dei Sutra, a lungo tramandati oralmente. Il maestro cerca di rendere inaccessibile la dottrina ai non iniziati, i quali non possono udirla dalla sua viva voce; per ragioni esoteriche la compendia in brevi frasi, in seguito trascritte. Il commento, al posto della lezione, rende comprensibili i Sutra, questo termine sanscrito che significa «filo» e che sta a indicare proprio la funzione di *leitmotiv*, filo conduttore del discorso svolta da queste opere.

I Sutra potrebbero essere frammenti o «sentenze a metà» (*half-sentences*) nella definizione dello storico Dasgupta.<sup>1</sup> Affidarsi non è senza rischi: dovrebbero essere brevi e non ambigui, oltre a convogliare il significato dottrinale per essere memorizzati con facilità. Tuttavia, molto spesso i Sutra espongono concezioni avverse alla scuola, o differenti. L'adepto, che ha assistito alla lezione, non può confondersi, ma il discorso può non essere chiaro, quando la problematica si infittisce

<sup>1</sup> Dasgupta, *A History of Indian Philosophy*, Delhi-Varanasi-Patna 1975, I, p. 62.

con l'esposizione di obiezioni e contro-obiezioni, e la laconicità dei Sutra non depone a loro favore.

Lo *Yogasutra*, e la scuola su cui si fonda, si inserisce in questo quadro, e rappresenta una «visione» nel senso del termine *darshana*. Esso non designa un sistema, come si credeva per influsso della filosofia ottocentesca, che ha condizionato la traduzione delle filosofie orientali. Soltanto nel periodo dell'idealismo tedesco infatti la parola «sistema» ha senso nella filosofia europea.<sup>2</sup> Rendere *darshana* con «visione» è più appropriato, e coglie una continuità rispetto al messaggio vedico<sup>3</sup> e all'influsso dei *rishi* o veggenti; anche se nelle scuole brahmaniche si tratterebbe di una riflessione logica, non dettata dalla consumazione della droga del *soma* o da stati alterati di coscienza. Il verbo *drsh* implica il vedere, e allude all'«osservazione» o «percezione»: la visione è il paradigma dell'esperienza sensoriale. Il termine indica un insegnamento e la conoscenza derivatane, l'attestazione oculare di una verità, la disamina correlata a una sapienza, la facoltà di giudizio o discernimento, una comprensione più che intellettuale: in breve, una dottrina. *Darshana* può anche significare «sembianza» o «apparenza»: è lo specchio della verità, non la verità; allude a una realtà suprema, di per sé non la costituisce. Ciò va ricordato a chiunque sostenga che la razionalità o la logica rappresentano l'espressione principale o esclusiva della conoscenza.

Nella classificazione tradizionale degli insegnamenti le visioni brahmaniche sono indicate come *astika*, alla lettera: «così è», o «così stanno le cose», attraverso la

<sup>2</sup> E nelle concezioni che, più o meno pedissequamente, si richiamano a questo tipo di idealismo in Occidente.

<sup>3</sup> I Veda sono la base del pensiero indiano, una letteratura anche liturgica non databile, che però alcuni fanno risalire al secondo millennio a.C.

piena accettazione del verbo vedico. Le altre correnti, il buddhismo, il giainismo e il materialismo, sarebbero *nastika*, alla lettera: «così non è» o «così non stanno le cose», rifiutando la tradizione vedica e le *Upanishad* che la chiudono. A un esame più approfondito la distinzione non regge: due delle tendenze «eterodosse» rivelano una filiazione dalle *Upanishad*, malgrado le polemiche con il brahmanesimo. Lo stacco rispetto alla tradizione è più netto per le dottrine scettiche o materialistiche. Ci sono differenze di attitudini tra il buddhismo e le scuole brahmaniche, ma ciò non comporta un rifiuto del patrimonio culturale indiano originario. Certo, per le correnti *nastika* il verbo vedico non è infallibile, né è necessario fondarvi una visione filosofica autorevole, ma ciò non implica che lo si accantoni: è il ruolo della classe sacerdotale che non è tenuto in conto da buddhisti e giaina, a differenza delle scuole brahmaniche, entro certi limiti.

Il primo libro dello *Yogasutra*, opera attribuita a Patañjali (solo un prestanome), espone i fondamenti gnoseologici della scuola Yoga, che nel suo sviluppo si unirà con il Samkhya, altra scuola brahmanica, da cui mutua le categorie. La parola *Yoga* indica un'attività pratica e meditativa, e non è prerogativa della scuola. D'altra parte, anche qui la si usa in riferimento a una tecnica, ma in senso epistemologico-metafisico, come mostra la definizione d'esordio: «Lo Yoga è lo spegnimento (*nirodha*) dell'attività mentale, del turbinio (*vritti*) della coscienza».<sup>4</sup>

La coscienza, che si incarica delle funzioni dell'io e della consapevolezza, viene indicata con il termine *citta*. Si vuole evitare l'identificazione (*sarupyam*) dell'adep-

<sup>4</sup> *Yogasutra*, 1, 2.

to con i contenuti mentali,<sup>5</sup> da cui deriverebbe una concezione illusoria della realtà, basata sull'antropomorfismo. Il *citta* sarebbe colorato, cioè contaminato, dagli oggetti con cui entra in contatto, e che percepisce in base ai propri desideri e limiti. L'espressione *cittavritti* indica l'attività mentale e la disposizione ad appagarsene. Strumenti cognitivi (*pramana*), quali la percezione, l'inferenza e la testimonianza verbale, rientrano nel turbinio mentale.<sup>6</sup> Si condivide la concezione del Samkhya sull'inadeguatezza degli strumenti cognitivi e sulla necessità di travalicarne i confini.

La diversità degli oggetti non dipende da una qualità esistente, bensì da una conoscenza verbale che si sovrappone alla realtà autentica. È il lavoro dell'immaginazione o rappresentazione mentale a costruire una realtà scambiata per autentica.<sup>7</sup> È come quando si dorme e si confondono gli oggetti onirici con quelli della veglia; o quando si forgianno ricordi per l'inadeguatezza dei mezzi di conoscenza e dell'esperienza. L'adepto dovrebbe raggiungere il distacco, sopprimendo il desiderio verso gli oggetti percepiti o rivelati.<sup>8</sup>

La fonte ultima della sofferenza è il ciclo delle reincarnazioni, da cui ci si può liberare con il *samadhi*: la parola indica la consapevolezza relativa a un'identità o a uno stato di unione, con cui le modalità cognitive comuni vengono invalidate. Qui si possono percepire gli effetti delle impressioni karmiche (*samskara*);<sup>9</sup> anche questi svaniscono alla cessazione delle attività mentali. La beatitudine si può raggiungere anche grazie alla

<sup>5</sup> Ibid., 1, 4.

<sup>6</sup> Ibid., 1, 7.

<sup>7</sup> Ibid., 1, 9.

<sup>8</sup> Ibid., 1, 15.

<sup>9</sup> Ibid., 1, 18.

meditazione (*pranidhana*), rivolgendo l'attenzione al Signore (*ishvara*).<sup>10</sup> Diversi tipi di pratiche sono indicati nell'opera.

Mentre nel Samkhya l'evoluzione della natura è lasciata a se stessa, e non si accenna a esseri superiori, nello Yoga si ammette uno spirito speciale (*purusha vishesha*) dai grandi privilegi: non è toccato dalle maculazioni o dalle azioni, dalla produzione del karma o dai suoi accumuli.<sup>11</sup> Neanche la liberazione è qualcosa di cui egli potrebbe incaricarsi: è solo l'adepto dello Yoga che si realizza grazie a questa contemplazione su di lui. Il Signore non è un Dio creatore né un demiurgo, soltanto nell'ambito di una logica biblica ci si può chiedere quali siano le sue funzioni, e trovarlo manchevole. Per i brahmani è sufficiente che egli si presti all'attenzione dell'adepto e ne favorisca la liberazione. La sua natura è espressa dalla sillaba *om*<sup>12</sup> e dispone di una potenza molto superiore a quella degli altri esseri. L'accenno esprime la connotazione pratica dello *Yogasutra*, costantemente ribadita dal suo autore.

Teoria e pratica sono inoltre correlate. La sezione epistemologica dell'opera infatti sfocia nella pratica: la cessazione dell'attività mentale deve passare attraverso il riconoscimento di un'unica realtà o principio fondamentale. L'attenzione dovrà spostarsi su un punto per evitare che gli oggetti distraggano i sensi: la realtà si concentrerà su di esso, escludendo tutto il resto, e sarà più facile padroneggiare la grande varietà di stimoli, ridimensionando l'illusione. L'attività della contemplazione meditativa (*dhyana*) persegue questo scopo:

<sup>10</sup> Ibid., 1, 23.

<sup>11</sup> Ibid., 1, 24.

<sup>12</sup> Ibid., 1, 27.

si sceglie l'oggetto desiderato e si cerca di trattenerne l'immagine nella coscienza. Poi si proverà con altri, finché sarà possibile padroneggiare l'intera attività mentale, nello stato di perfetta coincidenza tra il conoscitore e il conosciuto; in termini buddhisti si direbbe che la realtà è conosciuta così com'è (*tathata*), a prescindere dalla razionalità e dalle emozioni. Ciascuno dei due, il conoscitore e il conosciuto, ha la possibilità di abbracciare l'altro, in una fusione totale.

Si perviene a una conoscenza non più intellettuale, *prajña*, la saggezza intuitiva;<sup>13</sup> il suo oggetto è diverso da quello dei mezzi di conoscenza, la percezione comune, l'inferenza e la tradizione brahmanica (*shruti*).<sup>14</sup> La conoscenza derivante dalla *prajña* non è priva di conseguenze o impressioni karmiche; tuttavia, si tratta delle ultime produzioni di questo tipo, con cui si impedisce alle altre di costituirsi:<sup>15</sup> ciò sancisce la funzione escatologica della scuola, lasciando intravedere la portata della liberazione.

Le classificazioni della filosofia occidentale, come la dualità idealismo/materialismo, sono inconsistenti: non si può considerare lo Yoga un idealismo. La costruzione del reale stigmatizzata dallo Yoga non implica la produzione del medesimo.

Esiste una realtà ben definita, che solo le limitazioni antropomorfe e convenzionali del conoscere ci impediscono di scorgere: non si tratta di un idealismo hegeliano, per intenderci, bensì di una disamina delle modalità cognitive. Patañjali, o chi per lui, sembra orientato su una pista «kantiana»: è necessario com-

<sup>13</sup> Ibid., 1, 48.

<sup>14</sup> Ibid., 1, 49.

<sup>15</sup> Ibid., 1, 50.

prendere che la conoscenza è imputabile a un soggetto; ma questa attività non è creativa, e deve tener conto di un mondo oggettivamente esistente. Per comprendere la posizione dello Yoga si può ricordare una metafora del Samkhya: nella liberazione lo spirito (*purusha*) riesce a guardare la natura come fosse immobile; non diverso è il caso dell'adepto che, con il *samadhi*, rispecchia la propria nudità in un mondo che non permette la discriminazione. Lo stato di congiunzione, attinto con la liberazione, sembra lasciar essere entrambe le realtà nei rispettivi diritti, il conosciuto e il conoscitore, senza cancellarne alcuna o renderne una predominante. Né idealismo soggettivo, né cognitivo, ma una prospettiva svincolata dal dualismo spirito/corpo.

Nel secondo libro dello *Yogasutra* si affronta la questione dei metodi di realizzazione, tecniche o pratica iniziatica (*sadhana*): il calore interno o austerità (*tapas*), lo studio dei Veda e la concentrazione sul Signore, diramazioni dello Yoga dell'azione (*kriyayoga*).<sup>16</sup> Occorre un atteggiamento svincolato dalle illusioni mondane, da tutto ciò che è materiale e concreto. L'ascesi, che è una forma di Yoga, soddisfa il compito: si rifiuta o si ridimensiona il sesso con un voto di castità. Si cavilla su questo, per venire incontro alla mentalità permissiva del nostro tempo, ma il messaggio dello Yoga è chiaro. Come ogni altro, va adattato allo spirito del tempo, ma sul piano storico è innegabile la rinuncia al piacere carnale.

Occorre liberarsi dai cinque tipi di maculazioni (*klesha*): l'egocentrismo, il dualismo attrazione/repulsione, l'attaccamento e l'ignoranza (*avidya*).<sup>17</sup>

<sup>16</sup> Ibid., 2, 1.

<sup>17</sup> Ibid., 2, 3.