VERSO LO YOGA¹

di

Dario Chioli

Nessuno che possa insegnare la via per lo yoga si fa pagare per questo. Se si fa pagare, è un mercante fraudolento, non un insegnante della via².

Nessuno ha diritto ad avere un insegnante della via se non fa il possibile per rispettare *yama* e *niyama*³. Se qualcuno insegna a chi non rispetta *yama* e *niyama*, è un cialtrone, non un insegnante della via⁴.

La via dello yoga appartiene al Signore, non a colui che ne riporta gli insegnamenti. Ora, non c'è diritto di essere pagati per un dono che si è ricevuto gratuitamente: chi si fa pagare non sa nulla della via dello yoga.

L'unico *āsana* fondamentale è quello che conduce a se stessi e, tramite se stessi, a Dio. Non è una posizione del corpo, ma una disposizione dello spirito⁵. Chi non conosce questo *āsana* non ha niente da insegnare e niente per cui essere compensato.

¹ Yoga non è altro che l'unione mistica cristiana espressa in altri termini. Ambedue sono formulati in modi assai diversi a seconda della via percorsa dal singolo ma convergono nell'esperienza finale. I maestri di ambedue le strade poi invitano a diffidare dei fenomeni e delle risonanze psichiche. La conoscenza è connotata di meraviglia, netta e irreversibile. Ovviamente non ha niente a che vedere col benessere del corpo o con l'equilibrio psichico, anche se quest'ultimo è perlopiù – ma non sempre – presente. Il mio poi è un discorso generale, che non vuole in alcun modo giudicare qualcuno. Magari instillare un dubbio su cosa sia davvero spirituale e cosa no, e soprattutto esortare a distinguere tra spirituale e psichico. Che poi un qualche insegnamento abbia effetti psicoterapeutici a breve o lungo termine, io non posso escluderlo; solo affermo che non è questo lo *yoga*. Le strade degli uomini sono complesse e variegate, e alla fine contano le intenzioni. Per esempio c'è un libro di Stephen Cope che è molto interessante e si intitola *La saggezza dello yoga* (Feltrinelli, Milano, 2009). Le dinamiche che descrive sono utili a sapersi e c'è dentro una quantità di esperienza delle relazioni umane. Lui dice di insegnare yoga ma in realtà è uno psicoterapeuta. Basta capirsi.

² Cfr. il passo ben noto di *Matteo* (6:24, trad. CEI): «Nessuno può servire a due padroni: o odierà l'uno e amerà l'altro, o preferirà l'uno e disprezzerà l'altro: non potete servire a Dio e a mammona» e quello quasi identico di *Luca* 16:13.

³ Cito dal mio libro *Il cammino dell'insegnamento di Śiva a Vasugupta (Vasuguptaśivasūtrarahasyam)*, Lulu.com, 2005, p. 11: «Al cammino di Śiva ci si introduce mediante *yama* e *niyama*, autorestrizione ed impegno [cfr. *Yogasūtra* II, 29-32]. Bisogna rispettare il *dharma*, non solo nella lettera ma soprattutto nello spirito. Se eseguiamo per obbligo, siamo dei *paśu*; se non eseguiamo per pigrizia, siamo dei *paśu*. *Yama* (innocenza, veridicità, castità, astinenza dal furto, assenza di avidità) e *niyama* (purezza, moderazione, fervore, studio autonomo, concentrazione sul signore) devono precedere tutto. Tali indicazioni sono abbastanza note; tanto note che, dandole per scontate, perlopiù le si trascura, facilmente convincendosi che siano troppo ordinarie, poco esoteriche. Ma sono all'inizio di ogni cammino che voglia essere reale e non opera di fantasia».

⁴ Come raccomanda la *Gaṇapatyupaniṣad*: «Questo sommo insegnamento degli *Atharvan* non va impartito all'incapace d'istruzione. Chi eventualmente per ignoranza dovesse impartirlo diventa peggiore» (cfr. <http://www.superzeko.net/tradition/Ganapatyupaniṣad.pdf>, p. 10).

⁵ Cfr. la mia edizione degli *Aforismi sullo Yoga di Patañjali* di Swāmī Vivekānanda (Psiche, Torino, 2009), pp. 188 e 190: «Ogni postura che sia facile e comoda è un *āsana*: non c'è altra regola» (*Yogasūtra* VI, 24) – «Non c'è alcuna legge quanto al posto; ovunque la mente sia concentrata, là dev'essere condotta l'adorazione» (*Vyāsasūtra* IV, I, 11).

Il maestro vero è il *Sadguru*; il *Sadguru* è la manifestazione di Dio nel cuore⁶. Ogni cosa del mondo gli appartiene, non è dunque possibile donargli che se stessi.

Chi non conosce il *Sadguru* e pur tuttavia vuole insegnare, non comunica che illusione; esaltazione dell'io è il suo insegnamento.

Costui attrae i pigri e gli esaltati suoi pari, e non può guidare in nessun cammino.

La dedizione al Signore (*īśvarapranidhāna*)⁷ è quanto connota il sapiente; chi è dedito alle passioni, quand'anche ritenesse i *Veda* a memoria, non sa niente. Il suo sapere è irreali, lo yoga non lo concerne, neppur sa che cosa sia.

2/11/2021

⁶ Cfr. il mio articolo *Guru e Sadguru. La manifestazione del maestro interiore* (1997) all'indirizzo http://www.superzeke.net/doc_dariochioli_saggistica/DarioChioliGuruESadguru.html.

⁷ Cito dal mio libro *Il cammino dell'insegnamento di Śiva a Vasugupta*, cit., p. 14: «La “concentrazione sul Signore” (*īśvarapranidhāna*) infine significa che ci si concentra sul luogo interiore dove si manifesta la presenza del Signore, ovvero su quello che viene detto il *Quarto stato*».