



SWĀMĪ VIVEKĀNANDA
**GLI AFORISMI SULLO YOGA DI
PATAÑJALI**

Titolo originale: *Patañjali's Yoga Aphorisms*

Traduzione, note introduttive e note al testo di
Dario Chioli

Libreria Editrice Psiche, Torino, 2009

ordina il libro in libreria

o tramite www.psiche.info

Dario Chioli, nato a Torino nel 1956, è poeta, scrittore e ricercatore nel campo dell'esoterismo e delle tradizioni comparate. Ha pubblicato per Magnanelli Edizioni i tre libri *Percorsi nella qabbalà*, *Come far fuori il proprio guru e vivere felici* e *Trenta luci. Mantenere la propria umanità nel mutamento*; mentre per la Libreria Editrice Psiche ha curato le *Storie di Nasreddin* (con Gianpaolo Fiorentini), una traduzione integrale commentata della poesia di san Juan de la Cruz (*L'ascesa al Monte dei Melograni*), la raccolta degli *Studi sull'anima e sulla coscienza* di Alfred Richard Orage e la traduzione commentata de *Gli Aforismi sullo Yoga di Patañjali* di Swami Vivekananda. La maggior parte dei lavori saggistici e letterari suoi o curati da lui si trovano tuttavia sul suo sito www.superzeko.net, in cui cerca da molti anni di portare il suo contributo alla ricerca di una visione "vivente" della *philosophia perennis*. È possibile contattarlo scrivendo a scrivi@superzeko.net.

Indice	pag.
Note introduttive	7
Il senso di questo libro	7
Swāmī Vivekānanda	8
La descrizione che ne diede Romain Rolland	8
La sua vita raccontata da Félicien Challaye	11
Le opinioni e le testimonianze su di lui	17
Patañjali	26
La presente traduzione	26
Ringraziamenti	31
Tavola alfabetica sanscrita	32
Gli Aforismi sullo Yoga di Patañjali	35
Introduzione	35
Capitolo I - Concentrazione: i suoi utilizzi spirituali	45
Capitolo II - Concentrazione: la sua pratica	101
Capitolo III - I poteri	143
Capitolo IV - Indipendenza	171
Appendice - Riferimenti allo Yoga	191
Śvetāśvataropaniṣad	191
Yājñavalkya citato da Śaṅkara	194
Sāṃkhyasūtra	197
Vyāsaśūtra	203
Bibliografia	205

ESTRATTI DALL'INTRODUZIONE, DAL TESTO, DALLE NOTE

ad uso delle persone presenti alla conferenza del 18/11/2010 presso il "Portale" di Torino, corso Brescia 62

Il senso di questo libro (pp. 7-8):

Il senso di questo libro è quello di unire diverse caratteristiche che, messe tutte insieme, dovrebbero aiutare nella comprensione dello Yoga, della sua natura e dei suoi fini.

La prima caratteristica è che il libro è scritto da **Swāmī Vivekānanda** (1863-1902), il più noto discepolo di Śrī Rāmakṛṣṇa Paramahansa (1836-1886), che fu un grandissimo santo bengalese, venerato come incarnazione divina e caratterizzato dalla sua fede nell'unità della conoscenza divina attraverso le varie forme tradizionali e religiose. Vivekānanda, uomo di enorme energia, eccellente oratore ed organizzatore, lo rese noto, in quanto proprio maestro, in occidente, e ne trasmise, in forma talvolta semplificata per gli occidentali, gli insegnamenti. Con i suoi viaggi in America e con le sue conferenze tenute in uno stile discorsivo fluido e semplice, fu forse il primo indù che seppe davvero avvicinare occidente ed oriente.

La seconda caratteristica è che argomento del libro sono gli *Yogasūtra* di **Patañjali**, cioè il testo classico per eccellenza dello Yoga, quello su cui – insieme alla *Bhagavadgītā* – tutti gli altri si basano. Questo testo è tanto ostico che in genere le traduzioni risultano pressoché incomprensibili, sia per difetto filosofico del lettore, sia per mancanza di pratica spirituale o di riferimenti nell'interprete. La traduzione – spesso parafrastica – di Vivekānanda, e il suo commento, steso in un'ottica vedantina, riescono a renderlo in buona parte comprensibile al lettore, il che non è merito di poco conto.

La terza caratteristica sono le mie note. Per un certo numero di questioni che Vivekānanda non ha trattato a fondo o per cui c'era bisogno di chiarimenti, ho cercato di provvedere con rimandi e considerazioni di vario ordine, nell'intento se non altro di far riflettere su particolari aspetti – scientifici, storici, filosofici, esoterici – che meriterebbero un approfondimento di indagine. Ho anche indicato qua e là interpretazioni alternative, e fornito alcuni elementi accessori: il testo originale sanscrito, la sua traslitterazione e una estesa bibliografia.

La morte di Vivekānanda (pp. 16-17):

Il 4 luglio 1902, si alza di buon'ora, va a meditare tre ore solo in cappella, canta un inno da lui composto in onore di Kālī, mangia di buon appetito, tiene per tre ore lezione di sanscrito ai novizi, poi passeggia a lungo, s'intrattiene con i monaci, si stende, alla loro presenza, sul pavimento e muore, all'età di trentanove anni.

I discepoli che, l'indomani, lo portano al rogo, lanciando grida di vittoria, sono convinti che la sua morte sia stata l'atto estremo della sua potente volontà.

L'inizio degli Yogasūtra (cap. I, aforismi 1-2, pp.43- 45):

प्रथमः समाधिपादः ।

PRATHAMAḤ SAMĀDHIPĀDAḤ |
PRIMA SEZIONE SUL SAMĀDHI ¹

¹ Il glossario annesso all'edizione inglese traduce *samādhi* con "supercoscienza". Si può tradurre "estasi" se dell'estasi non si ha un'idea troppo psicologica ed emotiva. ERNEST WOOD traduce "contemplazione". Alcuni, conformandosi ad una delle traduzioni fornite da MIRCEA ELIADE ne *Le tecniche dello Yoga* e ne *Lo Yoga, immortalità e libertà*, traducono "enstasi". Scriveva GIUSEPPE TUCCI nella sua *Storia della filosofia indiana*, p. 41: «La realtà è un dato: essa è ritrovata nell'estasi mistica, nello stato di *samādhi*: etimologicamente sintesi, che vuol dire riporsi insieme con qualche cosa, ricongiungersi ed unificarsi con

अथ योगानुशासनम् ॥ १ ॥
atha yogānuśāsanam ॥ 1 ॥

1. Ora viene spiegata la concentrazione [yoga].²

योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः ॥ २ ॥
yogaścittavṛttinirodhaḥ ॥ 2 ॥

2. Lo Yoga è impedire³ alla sostanza mentale (citta)⁴ di assumere differenti forme (vṛtti).

A questo proposito c'è bisogno d'un'estesa spiegazione. Dobbiamo capire cosa sia *citta* e cosa siano le *vṛtti*.

Io ho gli occhi, ma gli occhi da soli non vedono. Se asportate il centro cerebrale che è dentro la testa, gli occhi saranno ancora là, le retine intere, e anche le immagini degli oggetti su di esse, e tuttavia gli occhi non vedranno. Quindi gli occhi sono soltanto uno strumento secondario, non l'organo della visione. L'organo della visione è in un centro nervoso del cervello, i due occhi non bastano.

Capita talvolta che un uomo dorma con gli occhi aperti. C'è la luce e c'è l'immagine, ma è necessaria una terza cosa — la mente deve essere associata all'organo. L'occhio è solo lo strumento esterno, abbiamo bisogno anche del centro cerebrale e dell'opera della mente.

Talvolta le carrozze corrono giù nella strada, ma voi non le sentite. Perché? Perché la vostra mente non si è collegata all'organo dell'udito.

Primo, dunque, viene lo strumento, poi c'è l'organo, e in terzo luogo la mente collegata a questi due.

La mente poi afferra l'impressione e la presenta alla facoltà determinativa — *buddhi* — che reagisce. Contemporaneamente a questa reazione, balena l'idea di egotismo.⁵ Poi questa mescolanza di azione e reazione viene presentata al *Puruṣa*, l'Anima reale, che in questa mescolanza individua un oggetto.

Gli organi (*indriya*), insieme con la mente (*manas*), la facoltà determinativa (*buddhi*) e l'egotismo (*ahaṃkāra*), formano il gruppo chiamato *antaḥ-karāna* (lo strumento interno). Essi non sono se non diversi processi nella sostanza mentale, chiamata *citta*. Le onde di pensiero nel *citta* sono chiamate *vṛtti* (alla lettera "vortice"). [...]

* * *

La siddhi dell'invisibilità (cap. III, aforisma 21, pp. 139-140):

कायरूपसंयमात् तद्ग्राह्यशक्तिस्तम्भे चक्षुःप्रकाशासम्प्रयोगेऽन्तर्धानम् ॥ २१ ॥

kāyarūpasamyamāt tadgrāhyaśaktistambhe cakṣuḥprakāśasamprayoge'ntardhānam ॥ 21 ॥

21. Esercitando *saṃyama* sulla forma del corpo, la percettibilità della forma essendo impedita e il potere di manifestazione nell'occhio essendo disgiunto, il corpo dello Yogī diventa invisibile.⁶

Uno Yogī che sta nel mezzo di questa stanza può apparentemente svanire. Egli non svanisce realmente, ma di fatto non sarà visto da nessuno. La forma e il corpo sono, per così dire, disgiunti.

Dovete ricordare che ciò può essere fatto solo se lo Yogī ha raggiunto quel potere di concentrazione in cui la forma e la cosa formata sono state separate. Allora egli esercita un *saṃyama* su quello, e il potere di percepire forme è impedito, perché il potere di percepire forme proviene dalla congiunzione della forma e della cosa formata.

lei. Questa realtà insomma non è una scoperta dell'intelletto, ma il ritrovamento dell'Essere». Da parte mia, ne *Il segreto dell'insegnamento di Śiva a Vasugupta*, ho tradotto *samādhi* con "unione estatica", fornendo ampia motivazione ("Terzo Sentiero", commento a I, 19).

² Vivekānanda traduce *yoga* ("unione") con "concentrazione". È una versione libera ma non realmente forzata, dal momento che la parola "concentrazione" esprime la convergenza dell'attenzione verso un unico oggetto, e in questo non è molto dissimile da quell'unificazione interiore delle potenze, o quel loro aggioamento come cavalli di un unico cocchio con un'unica meta, che sono espressi con la parola *yoga*. Si noti anche che il termine sanscrito *anūśāna*, generalmente tradotto "istruzione" o "spiegazione" o simili, equivale propriamente al termine italiano "direttorio" come è stato usato nelle opere ascetiche dello Scaramelli, il *Direttorio ascetico* e il *Direttorio mistico*.

³ "Impedire" (inglese "restraining") traduce qui il termine sanscrito *nirodha*, a proposito del quale così scrive KISHORI LAL SARKAR in *The Hindu System of Self-Culture or the Patanjala Yoga Shastra*, pp. 1-2: «cos'è *nirodha*? Si deve notare che non significa assoluta ostruzione delle operazioni mentali, perché allora la parola sarebbe stata *avarodha*. Né significa opposizione assoluta, perché allora la parola sarebbe stata *virodha*. *Nirodha* nel senso largo in cui viene qui usato in effetti significa limitazione che porta alla concentrazione, e quindi alla regolazione. Quindi comporta più o meno tre idee: arresto, concentrazione ed armonizzazione».

⁴ *Citta* viene perlopiù tradotto con "mente", ma Vivekānanda traduce "sostanza mentale". Del resto *citta* è un participio passato, e come tale indica il "pensato", quanto sostanzia la mente, e quindi tale traduzione non è infondata.

⁵ Traduco sempre "egoism" con "egotismo", perché "egoismo" ha in italiano una sfumatura troppo morale, troppo poco tecnica. Il termine sanscrito *ahaṃkāra* vale propriamente "fattore dell'io" o "fattore egoico" (*ahaṃ*, "io" + *kāra*, "fattore").

⁶ Chissà se la *percettibilità della forma* non possa consistere di fatto in *fattori mimici inconsci* ed *emissioni*: di feromoni (cfr. nota a I, 35), di fotoni (cfr. nota 216 a II, 19) o di altre sostanze prodotte dall'attenzione rivolta al di fuori di sé. Forse ogni interazione è interpretabile contemporaneamente come una sorta di rappresentazione e di rapporto fisico-chimico; in tal caso, se da una parte non ci fosse azione di sorta, non ci sarebbe reazione dall'altra. In effetti si sa che le nostre facoltà percettive non percepiscono tutto o, se lo fanno, comunque selezionano i dati da portare alla coscienza sulla base della loro compatibilità con le esperienze pregresse. I dati non compatibili sono facilmente tralasciati, è facile che non rientrino neanche nella memoria a breve termine. Lo si vede bene nei sogni, i cui particolari spesso non risultano temporalmente e spazialmente compatibili con le caratteristiche dell'esperienza di veglia, sicché vengono o semplicemente tralasciati o immediatamente modificati e adattati ad essa. Lo si vede anche allorché si guardano cose che non si conoscono: se ne distingue molto poco, giacché per distinguere e porre in relazione i particolari bisogna conoscere il generale. Può ben darsi perciò che una situazione assai anomala come quella di uno Yogī che sia in grado di applicare il *saṃyama* a se stesso al fine di non rappresentare o emettere alcunché, determini negli altri effetti percettivi altrettanto anomali, o addirittura un'assenza di percezione, o una percezione che non verrà riconosciuta e resa conscia. Un'altra possibilità poi ci viene indicata dagli studi condotti (inizialmente alla *Duke University* della North Carolina ed all'*Imperial College* di Londra) nel campo dei *metamateriali*, relativamente alla possibilità di ottenere materiali geometricamente organizzati in modo da deviare e ridirigere le onde elettromagnetiche (che cioè non riflettano bensì devino e ridirigano tali onde *dietro* l'oggetto in modo tra l'altro da non consentirne il rilevamento); la ricerca è a un discreto punto di avanzamento; successi si sono già ottenuti sia con le onde magnetiche (cfr. sul sito de *Le Scienze* l'articolo *Un mantello per l'invisibilità magnetica*) sia con le onde sonore (cfr. sul sito de *Le Scienze* l'articolo *Come essere invisibili ai sonar*) sia con le onde luminose (cfr. sul sito della *Royal Society of Chemistry* gli articoli di LEWIS BRINDLEY e di SIMON HADLINGTON e sul sito de *Le Scienze* l'articolo *Sempre più perfezionato il mantello dell'invisibilità*). Bisogna però vedere se si può davvero ipotizzare che uno Yogī possa raggiungere un controllo sul suo organismo fisico tale da indurre in esso o intorno ad esso fenomeni di riorganizzazione chimica ed elettromagnetica di tale portata e complessità. Non è facile a credere in assenza di prove, anche se a cose così straordinarie han sempre creduto gli alchimisti.