

le ombre

17

Prima edizione ottobre 2021
ORTICA EDITRICE SOC. COOP., Aprilia
www.orticaeditrice.it
ISBN 978-88-31384-31-5

IL NETTARE DEL SÉ

Testi induisti sulla non-dualità

A CURA DI FABIO ZANELLO



ORTICA EDITRICE

Indice

<i>Introduzione</i>	7
Nirvāṇa Mañjarī	15
<i>Raccolta di versi sulla Liberazione</i>	
Anātmaśrī Vigarhaṇa Prakaraṇaṃ	20
<i>Biasimo dell'opulenza priva della realizzazione del Sé</i>	
Ātmavidyāvilāsa	25
<i>La beatitudine della visione del Sé</i>	
Dakṣiṇāmūrti Stotram	41
<i>Ode a Dakṣiṇāmūrti</i>	
Tapovan Stuti	48
<i>Elogio del guru Swami Tapovan</i>	
Tapovam Śāktam	51
<i>Versi in lode del guru Swami Tapovan</i>	
Manah Śodhanam	56
<i>Purificazione della mente</i>	
Dhyāna Svarūpam	63
<i>La natura della meditazione</i>	
Nirvāṇa Ṣaṭka	66
<i>Sei strofe sulla Liberazione</i>	

Jñāna Sāra	69
<i>L'essenza della conoscenza</i>	
Śivapañcākṣaram	75
<i>La quintuplice realizzazione di Śiva</i>	
Dhanyāṣṭakam	77
<i>Canto delle otto benedizioni</i>	
Hastāmalakiya Bhāṣya	80
<i>Commento all'Hastāmalakiya</i>	
Sādhana Pañcakam	85
<i>Cinque strofe sulla pratica spirituale</i>	
Advaita Makaranda	89
<i>Il Nettare della Non Dualità</i>	
Atma Darshan	96
<i>La visione del Sé</i>	
Atma Nirvriti	128
<i>Liberazione e beatitudine nel Sé</i>	
L'Io	152
Il testimone	157
Il mondo	160
Estratti da: Note sui Discorsi Spirituali	163
Biografie	167
Bibliografia	170

Introduzione

“Come un pezzo di sale gettato nell’acqua in essa si dissolve e non sarà possibile riaverlo, ma l’acqua ne resta salata ovunque la si attinga, così questa immensa infinita Realtà non è altro che pura Coscienza. E quando, in verità, ogni cosa è diventata il Sé, allora dal punto di vista di chi, e che cosa, potrebbe uno pensare? Essendo ogni cosa diventata il Sé, da chi potrebbe essere conosciuto il Conoscitore?”¹

Questa citazione dalla *Bṛhadāraṇyaka Upaniṣad* descrive gli esiti di quella ricerca della verità ultima che costituisce il filo conduttore dei *Veda* e delle *Upaniṣad*², la cui scaturigine si

¹ *Bṛhadāraṇyaka Upaniṣad*, II° Adhyaya, IV° Brahmaṇa, 14.

² Le *Upaniṣad* sono un insieme di testi composti in lingua sanscrita a partire dal IX-VIII secolo a.C. fino al IV secolo a.C., inizialmente nel numero di quattordici, a cui in seguito se ne aggiunsero di minori per un numero complessivo di circa trecento. Il termine *Upaniṣad* deriva dalla radice verbale sanscrita *sad* (sedere) e dai prefissi *upa* e *ni* (vicino), ossia “sedersi vicino” ad un

ha, in uno scenario non distante da quello biblico, al momento dell'origine del tutto, come descritto in questo stesso testo: "In origine questo universo era soltanto il Sé, nella forma di una persona. Egli osservò e comprese di essere soltanto se stesso, dunque affermò: 'Io sono'. Quindi il suo nome fu Aham (Io). Perciò da allora, quando a una persona le si chiede chi sia, risponde: 'Io sono', poi aggiunge il proprio nome".³

Si illude chi pensa, arrivato alla fine delle pagine di questa antologia, di conseguire la realizza-

guru o maestro, perciò indicando l'azione di ascolto di insegnamenti spirituali. E vale la pena ricordare le note dell'antico commentatore Bhāskara secondo cui alle persone di bassa casta che avessero ascoltato questi insegnamenti senza averne la qualifica sarebbe stato versato piombo fuso nelle orecchie. Questo spiega la ragione per cui le *Upaniṣad* non furono mai messe per iscritto almeno fino al XVII secolo d.C. ma solo trasmesse per via orale a persone autorizzate. Le *Upaniṣad* possono ritenersi dunque dei commentari 'segreti' (*rahasya*) dei quattro *Veda* – *R̥gveda*, *Sāmaveda*, *Yajurveda* e *Atharvaveda* – nonché la loro 'fine' nel senso di completamento dell'insegnamento vedico, e per questo sono anche conosciute come *Vedānta* (fine dei *Veda*). Esse sono alla base del pensiero religioso indiano quale complesso di dottrine e pratiche che va sotto il nome di Induismo.

³ *Bṛhadāraṇyaka Upaniṣad*, I° Adhyaya, IV° Brahmana.

zione del Sé. Perché, vi si afferma ripetutamente, non vi è maestro, sapiente o guru che possa far pervenire a questo risultato tramite la parola scritta se non piuttosto con la sua personale presenza. Questa sola è capace di trasmettere in modo diretto il suo insegnamento – che è il suo stato di realizzazione stessa – e trasformare chi gli siede accanto in Liberato.

Rimarrà deluso chi penserà di trovare qui immediata salvezza da quell'alternanza di condizioni d'ansia, apprensione, gioia, paura, malessere, godimento, incertezza, speranza che sempre caratterizzano tanta parte delle nostre vite, se non per travalicarle totalmente. Tanto più che uno degli esiti indicato da questi testi resta il riscatto di una dimensione di felicità, beatitudine e permanente quiete di contro il disordine, lo scompiglio e la sofferenza che tante volte su di noi si abbattono, interiormente e esteriormente.

D'altra parte, se a questo punto ci sembrasse di intuire che interno ed esterno siano collegati come due aspetti di un'unica realtà, allora non faremmo che convenire al principale e forse sostanziale asserto, in ultima analisi, della dottrina non duale che qui va sotto il nome di *Advaita*⁴, che dei *Veda* e relative *Upaniṣad* costituisce il culmine: ovvero che il mondo esterno altro non è che atto di co-

⁴ Letteralmente: 'non due'.

noscenza della coscienza interna, non un oggetto separato da quella coscienza e dal suo conoscere, ma anzi coscienza esso stesso.

Ma che cosa, o chi, è allora effettivamente tale Coscienza? È questa davvero il senso dell'ego associato a un corpo che così si ritiene il soggetto conoscente, dotato di nome e forma, usualmente identificato con noi stessi e la nostra specifica individualità?

Sorprenderà constatare in modo logicamente inconfutabile che, al pari di tutti gli oggetti di conoscenza del nostro 'Io', proprio questo medesimo 'Io', forma del pensiero o dello stato sottile, è altrettanto parte di tale categoria, in quanto conosciuto e osservato. Con la conseguenza che, se anche il pensiero 'Io' si rivela, in ultima analisi, oggetto di conoscenza, chi è a questo punto colui che lo osserva, il Conoscitore, il suo reale soggetto conoscente e cosciente?

Chiamato Sé, *ātman*, Brahman non qualificato⁵, Essere, pura Conoscenza, Coscienza o Testi-

⁵ Ātman e Brahman indicano rispettivamente l'essenza ultima individuale ed universale nella perfetta identità dei due termini secondo quella che, in linguaggio occidentale, si può intendere come la corrispondenza fra microcosmo e macrocosmo, e quindi l'Assoluto stesso. A partire dal significato proprio di 'soffio vitale', la traduzione del termine *ātman* che più comunemente si riscontra in letteratura è: "Sé".

mone – e con tutti i limiti di un nome riferito a qualcosa privo di ogni condizionamento – l'implicazione che ne segue è che quell'ego, se anziché *realizzare* di essere un oggetto a sua volta osservato, assume invece, e per ignoranza di questa verità, l'identità di un soggetto associato a un corpo, organi di senso ed una mente, allora esso inizierà la sua caduta in un processo immaginario che è il mondo di *māyā*, l'illusione, lungo l'inesorabile corso del *samsāra*, parimenti all'esperienza irreal del mondo del sogno che tutti conosciamo.

Stato di veglia o stato di sogno, non c'è concessione per chi ha nel cuore la sola comprensione di quel Conoscitore. Il Sé, non nato ed eterno, è al di sopra di tutte le opposizioni empiriche di creazione e distruzione, esistenza e non esistenza, inizio e fine ma anche di ego individuale e divinità. Inalienabilmente posseduto nella sua unità, luminosità e onnipervasività, esso è il solo ed unico reale testimone di ogni fenomeno, fosse anche il pensiero del vuoto, altrettanto oggetto e illusione di *māyā* in quanto forma del pensiero e dello stato sottile, al pari dell'ego.

D'altra parte, cosa potrebbe dirsi esistere se non vi fosse a testimoniarlo un Testimone? Cosa potrebbe mai essere conosciuto senza un Conoscitore?

Come l'immagine di un osservatore in uno specchio appare illusoriamente esterna e dotata di

esistenza reale e però, ad una attenta analisi, non più consistente di un miraggio e mai separata da colui che guarda, così, dal punto di vista della dottrina *advaita*, l'intero universo, il mondo, non è altro che il Testimone stesso, pura Coscienza. Nulla di ciò che convenzionalmente chiamiamo realtà esiste se non come *māyā* o riflesso del Sé: dove neanche l'ego con i suoi pensieri e sensazioni, né i doveri della vita secolare o religiosa, né la preghiera, le forme istituzionalizzate di meditazione o le divinità hanno esistenza reale, cioè indipendente dall'atto di conoscere di Colui che conosce.

Il percorso segna a questo punto il passo decisivo: l'ego, smascherato insieme ad ogni altro oggetto di conoscenza – che sia pensiero, sensazione, forma sottile o materiale – cessa di essere riguardato come veridico mentre l'attenzione dell'individuo si sposta sul vero Conoscitore e sempre più stabilmente. Recita l'*Aṣṭāvakraḡītā*: “Un uomo che riflette sull'inconcepibile Sé fa ricorso soltanto a forme o modalità del suo pensiero. Ma solo abbandonando quel pensiero io mi stabilirò in Me stesso”⁶.

⁶ *Aṣṭāvakraḡītā* (*Canto di Aṣṭāvakra*), XII, 7. È uno dei più importanti testi del *corpus* di scritture dell'*Advaita Vedānta*, che riporta il dialogo fra maestro Aṣṭāvakra e Raja Janaka, il re di Mithila. approssimativamente nell'VIII o VII secolo a.C.

Per il punto di vista *advaita* la conclusione è inderogabile: quello che resta, a questo punto, è la sola coscienza in cui proprio quell'ego supposto, insieme a ogni altro oggetto, va a dissolversi, cessando la sua identificazione con un corpo, un nome e una forma esterni per divenire Coscienza pura esso stesso, il Sé. Come il principale dei Grandi Detti⁷ esposti dai *Veda* afferma: “Quello sei tu”.

Ulteriori considerazioni qui rischiano solo di affaticare il lettore che troverà nelle seguenti pagine i fondamenti logici, gli asserti essenziali e i relativi corollari di questa dottrina sufficientemente esposti. Lungo un percorso che egli può liberamente compiere anche senza strumenti specifici particolari in merito alla storia del pensiero *advaita*, se non quelli dell'onestà del ragionamento riguardo quello che, in modo molto sommario e distratto, definiamo generalmente: ‘Io’.

⁷ *Mahāvākyāni*.

Nirvāṇa Mañjarī

(Raccolta di versi sulla Liberazione)

Śaṅkara

1.

Io non sono un dio, non sono un mortale, né un
[immortale,
io non sono un *gandharva*¹, né uno *yakṣa*², né un
[fantasma, né un demone,
non sono un uomo, né una donna, né un eunuco,
io sono per natura Śiva³, l'effulgente entità.

2.

Io non sono un bambino, non sono un giovane o un
[vecchio,
non appartengo a nessuna classe, non sono scapolo
[né marito,
non vivo ritirato nella foresta né seguo la via della
[rinuncia⁴,

¹ Divinità celesti.

² Divinità e semi-divinità della natura.

³ Qui, come nelle pagine che seguono, Śiva è rappresentazione del Sé e come tale va inteso.

⁴ Letteralmente: “Seguo le regole del *saṃnyāsa*”, l'ul-

perché io sono Śiva che causa la nascita e la distruzione del mondo.

3.

Io non ho misura e sono oltre il concetto di illusione, anche se visto da tutto come differente, io sono quello che unisce tutto, anche se riguardato come Trinità, io sono Uno senza secondo, poiché io sono Śiva che tutto pervade e che sta oltre i sensi.

4.

Io non sono quello che pensa, io non sono quello che cammina né quello che parla, non sono quello che agisce né quello che prova le sensazioni, io non sono quello che è stato liberato dalla condizione dell'esistenza, io sono quello cui vengono assegnati diversi aspetti a seconda dei pensieri della mente, perché io sono Śiva, la luce di tutti quegli aspetti.

timo dei quattro stadi della vita (*āśrama*) dell'Induismo dopo la condizione di studente, padre di famiglia e del ritiro nella foresta. Il *saṁnyāsa* è considerato il culmine e lo stadio finale della vita, con la rinuncia ai beni materiali e l'intera dedizione al proprio cammino spirituale.

5.

Io non sono neppure il flusso delle azioni che scorrono tra i diversi mondi, né l'errata concezione di pensieri riferiti a un 'io' [cui siamo identificati, l'insorgere e il cessare è il modo d'essere di questi [pensieri ed io costante rimango perché della natura di Śiva [io sono.

6.

Quello che sussiste al termine dell'azione causata [dall'attività dell'ignoranza senza il quale l'esistenza, da se stessa, non conosce [luce, quello che è alla fine, all'inizio, nel mezzo e nel [mezzo del mezzo, quello che è la perfezione interiore all'interno della [perfezione più interiore e che è della natura della luce, quello in verità io [sono.

7.

Poiché io non sono l'intelletto, non ho risultati da [conseguire, poiché io sono senza parti, non ho caratteristiche [distintive, ma sempre rimanendo nello spazio del cuore, non [patendo l'angoscia del corpo fisico,

sempre personificato come Essere, Coscienza, Beati-
[tudine⁵, Śiva io sono.

8.

Quello da cui la manifestazione risplende
dando luogo alle forme mutevoli per apparenza
e che ne è il supporto perché Uno senza secondo,
quello da cui mente, intelletto, sensi ed ego proven-
[gono,
quello in verità io sono.

9.

Quello che pervade interno ed esterno, puro, eterno,
che è Uno e ininterrotta massa di Essere, Coscienza,
[Beatitudine,
a causa del quale appare la manifestazione dell'uni-
[verso nelle sue parti materiali e sottili
e che è la fonte madre di tutte queste parti,
quello in verità io sono.

10.

Quello che è la dimora dell'apparenza del sole, della
[luna e dei lampi di luce,
che è privo di interno, esterno ed altre distinzioni,
ai cui piedi di loto giace l'intero universo
e per il quale l'energia si manifesta,
quello in verità io sono.

⁵ I tre convenzionali attributi del Sé: *sat*, *cit*, *ānanda*
(*saccidānanda*).

11.

Quello di cui il tempo e la morte hanno timore,
che è ragione della gloria della mente della cono-
[scenza, dei sensi
e dello splendore delle varie immagini della divinità,
Brahmā, Śiva, Indra⁶, Chandra⁷ e quant'altre,
quello in verità io sono.

12.

Quello che, come lo spazio, è onnipervasivo e in
[perfetta quiete,
effulgenza suprema, privo di forma,
senza inizio né fine, che deve essere compreso
[all'interno,
quello conosciuto col mio nome, Śaṅkara, in verità
[io sono.

⁶ Il re degli dèi del cielo.

⁷ Divinità lunare.

Anātmāśrī Vigarhaṇa Prakaraṇam

*(Biasimo dell'opulenza priva
della realizzazione del Sé)*

Śaṅkara

1.

Ascolta, tu che sei stato onorato dai re, che hai ricevuto i fasti più ambiti, che hai ottenuto la più ingente ricchezza e sei circondato da persone di grande valore: tutto questo in verità è vano per colui che non ha realizzato il Sé.

2.

Il corpo è adorno di braccialetti e altri ornamenti, avvolto di seta ed altri tessuti preziosi, viziato con cibi delicati: tutto questo in verità è vano per colui che non ha realizzato il Sé.

3.

Luoghi incantevoli sono stati traversati e visti, molti cari congiunti hanno ottenuto posizioni ragguardevoli, i panni della povertà sono stati dismessi: tutto questo in verità è vano per colui che non ha realizzato il Sé.

4.

Abluzioni purificatrici sono state compiute sulle sante rive del Gange, sacri mantra sono recitati a milioni, i sedici tipi di doni sono stati elargiti⁸: tutto questo in verità è vano per colui che non ha realizzato il Sé.

5.

La famiglia vive in munificenza, il corpo è ben ricoperto di cenere sacra, il legno del rosario dell'albero di Rudrākṣa⁹ è consunto: tutto questo in verità è vano per colui che non ha realizzato il Sé.

6.

Dotti bramani sono stati venerati con cibo, gli dèi sono stati resi propizi dalle oblazioni sacrificali, la propria fama è nota al mondo intero: tutto questo in verità è vano per colui che non ha realizzato il Sé.

⁸ I sedici grandi doni (*Ṣoḍaśa-mahā-dāna*) si riferiscono ad una categoria di doni rituali menzionati fin dai *Purāṇa* (letteralmente: 'antiche storie'), tra più antichi testi dell'India. I principali due doni di questa categoria sono l'elargizione di una quantità d'oro dal peso corrispondente a quello della persona che elargisce il dono (*Tulā-puruṣa*) e l'elargizione di una pentola rituale d'oro (*Hiranya-garbha*).

⁹ Una pianta officinale comunemente usata tra i seguaci di Śiva e molto nota nella medicina ayurvedica.