

Parte 1: Antichi insegnamenti di saggezza, lingue straniere, simboli sconosciuti e consapevolmente dichiarazioni velate

Dove si trova la culla della meditazione? Se per il momento trascuriamo l'ermetismo dell'antico Egitto e se consideriamo anche che Gautama Buddha era uno yogi addestrato, allora la nostra ricerca della culla della meditazione termina con lo yoga dell'India, il cui livello più alto è chiamato *Raja yoga*, lo yoga dei re, la meditazione.

Purtroppo anche in questo caso non esiste una forma di meditazione standardizzata o *certificata*, ma c'è un punto in comune fondamentale: il meditante vuole ovviamente scoprire, esplorare e cambiare qualcosa dentro di sé. Questo sforzo sembra riuscire solo con un grande impegno e un'enorme disciplina e può durare tutta la vita, se è sufficiente. Approfondendo l'indagine, però, ci si imbatte presto in qualcosa di molto sconcertante.

Patañjali (1999: 21) inizia con i piedi per terra nel capitolo 1 dello Yoga Sūtren:

... quello stato interiore in cui i processi mentali e spirituali si riposano. Allora la persona vedente riposa nella sua identità essenziale. Tutti gli altri stati interiori sono

*determinati dall'identificazione con i processi
animico-spirituali...*

Tuttavia, nel terzo capitolo, il Vibhūti Pāda, passa ai *siddhis*, i poteri soprannaturali.

Paramahansa Yogananda (1997: 314-315) nota anche nel suo libro *Autobiografia di uno Yogi*:

*I primitivi raramente o mai si rendono conto
che il loro corpo è un regno governato
dall'anima; non sanno che l'anima siede sul
trono del cervello e comanda attraverso sei
governanti ausiliari nei centri del midollo
spinale (sfere di coscienza)...*

Nel suo libro *Kundalini Yoga*, Sri Swami Saraswati Sivananda (1994: XII) approfondisce la questione di questi centri e raccomanda una concentrazione intensiva su queste aree, a partire da un punto tra i genitali e l'ano.

Riposare in se stessi suona bene, ma le capacità soprannaturali? Sei reggenti ausiliari? Se ci sono altri esseri *che vivono* nel nostro corpo, abbiamo bisogno di un esorcista? Noi persone illuminate e scientificamente orientate dell'era moderna non abbiamo superato da tempo questo genere di scherzi? Concentrandosi sul pavimento pelvico, quale intuizione spirituale dovrei ottenere se mi dedico intensamente al mio ano o ai miei genitali?

Come dice lo stesso Sri Chinmoy, nato in India (1994: 145):

Poiché il messaggio della Gita non è stato realmente compreso in India, questo Paese abbonda di asceti aridi e di persone d'azione non illuminate.

Alla luce di tali stranezze, sembra consigliabile interrompere qui e ora i nostri sforzi di approfondimento della meditazione e seppellire l'argomento, insieme ad altri sconcertanti eccessi della mente umana, sul posto.

Se non fosse per Swami Sivananda, per esempio, un medico formato in medicina occidentale che ha esercitato per molti anni, è stato anche direttore di un ospedale in Malesia per un certo periodo e poi ha fondato il Sivananda Charitable Hospital a Rishikesh. Un uomo del genere darebbe mai consigli insensati?

Difficilmente, e ancora una volta Sri Chinmoy (1994: 10, 12) offre una spiegazione:

... poiché il Veda era originariamente un libro segreto, accessibile solo a pochi ... la codifica degli insegnamenti vedici in un

*linguaggio altamente simbolico offriva
un'ulteriore protezione contro la
volgarizzazione e il conseguente
fraintendimento dei suoi veri insegnamenti.
... nel corso dei secoli, tuttavia, la
conoscenza del significato interiore di questi
versi e concetti sarebbe quasi
completamente scomparsa e l'aspetto
esteriore sarebbe stato considerato come il
loro pieno significato.*

Mi scusi, crittografia? Linguaggio simbolico? Il linguaggio è fatto di parole e le parole non sono altro che simboli di qualcosa che appartiene al nostro mondo interiore o esteriore, a seconda del tempo e del luogo. Oggi, se *abbiamo un legame* con una persona o *siamo sulla stessa lunghezza d'onda* con lei, usiamo termini tecnici dell'elettronica o della tecnologia della comunicazione. Uno yogi vissuto cinquemila anni fa che si fosse imbattuto in un testo con queste espressioni avrebbe cercato invano il pezzo di filo di rame o le onde comuni e la loro lunghezza; la sua traduzione dei nostri modi di dire moderni sarebbe stata inevitabilmente strana, fuorviante e completamente sbagliata.

Oppure pensate ai cartelli sulle nostre autostrade, per esempio: *Dimezza la distanza del tachimetro!*

Un tachimetro ha un diametro di circa quindici centimetri, quindi, per evitare incidenti, dovremmo effettivamente avvicinarci a sette-punto-cinque centimetri dall'auto che ci precede a una velocità di cento chilometri?

All'inizio dell'Avvento 2017, il Papa (Kaube, FAZ) ha raccomandato di cambiare il testo tedesco del Padre Nostro: *... e non ci indurre in tentazione, ma liberaci dal male*. La sua argomentazione: un vero Padre o Dio non conduce prima le sue creature in tentazione per poi punirle, quindi sospettava un errore di traduzione in questo caso.

Le parole sono quindi in realtà simboli di qualcosa che proviene dal nostro mondo interno o esterno, dal passato, dal presente o dal futuro, a seconda del tempo e del luogo. In primo luogo, c'è sempre una percezione corrispondente, e solo allora si cerca o si crea una parola come simbolo per essa. Al contrario, se in seguito vogliamo interpretare e comprendere correttamente tali parole o simboli, possiamo riuscirci solo se conosciamo già la relazione tra la parola o il simbolo e la percezione, se siamo iniziati a *questo segreto*. È come incontrare una lingua nuova e sconosciuta; senza la conoscenza della correlazione descritta, il testo rimane *criptato*.

In realtà dovremmo avere molta familiarità con tali connessioni: Dalla metà del millennio scorso circa, l'Occidente ha sviluppato una propria cultura scientifica, il cui linguaggio tecnico e simbolico risulta incomprensibile anche ai non addetti ai lavori, se pensiamo ad esempio alla matematica, alla chimica o alla medicina. Tuttavia, si tratta di una necessità specifica della materia e non di un occultamento intenzionale, e chiunque sia sinceramente interessato ha la possibilità di svelare questi presunti segreti, a partire dalle lezioni di matematica e scienze nelle scuole di istruzione generale fino all'università.

Oltre a questa categoria di difficoltà, ci sono anche quelle della natura umana (Sivananda Bhagavadgita, 2003: VII.3):

*Su migliaia di persone, forse una sola si
sforza di raggiungere la perfezione, e anche
tra coloro che si sforzano con successo,
forse solo uno riconosce la mia natura.*

Ovviamente, la meditazione non è stata praticata da tutti, né si è rivelata adatta a tutti.

Cosa significa tutto questo per il nostro tentativo di comprendere a fondo la meditazione? Per decifrare

e comprendere gli antichi testi di , dobbiamo prima avere almeno un'idea di ciò che è stato scoperto grazie alla meditazione e di quali cambiamenti ha portato. Come è stato possibile raggiungere una tale premonizione, una tale *iniziazione*?

Supponiamo che l'Homo sapiens non sia cambiato in modo significativo in termini di struttura e *funzione* del corpo ...

ecetera ...