

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI MILANO
Facoltà di Scienze Politiche – Facoltà di Lettere e Filosofia
Corso di Laurea Triennale in Mediazione Linguistica e
Culturale



Un incontro con Śrī Aurobindo (Aravinda Ghose)

Elaborato finale di:
Rosa Eleonora PERCESEPE
Matr. n. 748242

Relatore: Prof.ssa Donatella DOLCINI

Anno Accademico 2011-2012

Dedico il mio lavoro a tutte le persone che mi hanno sostenuto nel mio viaggio in India, ringraziandole per l'appoggio che mi hanno dimostrato durante la stesura della tesi. Un grazie particolare va a:

- Adriano e Grazia Baldo
- Aghni e la Comunità Aurora
- Donatella Dolcini
- Grace
- Irene Mola
- Manohar
- Pepita
- Poonam e Rahul, Dilli, Mukesh, Udaya
- Ragina e Ramanujam
- Rajini e Giorgio
- Urmila Chakraborty

Dedico il mio lavoro a tutti gli amici, vecchi e nuovi, che sono entrati nel mio cammino e li ringrazio per continuare a restarci. Un grazie di cuore va ad Erica, la quale è stata il mio "angelo universitario". Inoltre sarò sempre profondamente grata a quei pochi, tra cui Gabriela e Samanta, che hanno saputo appoggiarmi incondizionatamente e fare la differenza nella mia vita.

Dedico il mio lavoro a Ivana, a tutto l'amore materno che mi ha dato da sempre e colgo l'occasione per ricordarle quanto sia unica ed insostituibile per me.

In ultimo il ringraziamento più grande va a tutta la mia famiglia, ai loro sforzi ed alla loro protezione, senza i quali non sarei arrivata dove sono oggi. A loro dedico semplicemente me stessa perché è a loro che devo tutto quello che ho.

INDICE

INTRODUZIONE

Note sulla traslitterazione e sulla pronuncia delle parole indiane

CAPITOLO 1: LA NORMA ETERNA DEL DHARMA

1.1 Induismo

1.2 Dharma

1.3 Le origini dell'ordine sociale in India

1.4 I testi sacri

1.4.1 Il *Veda*

1.4.2 Le *Upaniṣad*

1.4.3 I *Purana*

1.5 L'evoluzione della spiritualità indiana con la nascita delle religioni

CAPITOLO 2: ŚRĪ AUROBINDO

2.1 Infanzia e adolescenza in Occidente

2.2 Śrī Aurobindo rivoluzionario

2.3 *Yogin* Śrī Aurobindo

2.4 Śrī Aurobindo a Pondicherry

CAPITOLO 3: MÈRE

3.1 Infanzia e adolescenza

3.2 Parigi e Tlemcen

3.3 Pondicherry

3.4 Giappone

3.5 Definitivamente a Pondicherry

CAPITOLO 4: IL PASSO EVOLUTIVO DI ŚRĪ

AUROBINDO E MÈRE

4.1 Lo *Yoga* Integrale: quando lo spirito incontra la materia

4.2 Lo *Yoga* Integrale e la spiritualità indiana tradizionale

4.2.1 Lo *Yoga* Integrale e l'ascetismo

- 4.2.2 Lo *Yoga* Integrabile e la *māyā*
- 4.2.3 Lo *Yoga* Integrabile, Il Veda e la *Bhagavad-gītā*
- 4.2.4 Lo *Yoga* Integrabile ed il Tantrismo
- 4.2.5 Lo *Yoga* Integrabile e le altre forme di *Yoga*
- 4.2.6 Lo *Yoga* Integrabile ed il ciclo del *samsāra*
- 4.2.7 Lo *Yoga* Integrabile e la meditazione hindu
- 4.2.8 Lo *Yoga* Integrabile ed il Divino

4.3 L'evoluzione e la trasformazione della Coscienza

- 4.3.1 I *cakram* ed i piani dello *Yoga* Integrabile
- 4.3.2 La personalità di facciata, l'essere psichico ed il *jivātman*
- 4.3.3 La triplice trasformazione
- 4.3.4 L'evoluzione Sopramentale

4.4 La perfezione del corpo

4.5 La trasformazione della Mente, del Vitale e del Fisico

- 4.5.1 Difficoltà nella trasformazione

4.6 Le relazioni umane e lo *Yoga* Integrabile

4.7 Le arti, lo studio, la vita lavorativa e lo *Yoga* Integrabile

4.8 Scritti di Śrī Aurobindo sulla propria elaborazione dello *Yoga*

- 4.8.1 Sulla tradizione indiana
- 4.8.2 Sui testi della tradizione indiana
- 4.8.3 Filosofia, *Yoga* e testi filosofici
- 4.8.4 Poesia, letteratura e teatro
- 4.8.5 Opere politiche e pedagogiche

CAPITOLO 5: LO YOGA INTEGRALE NEL QUOTIDIANO

5.1 L'*āśram* e l'International Centre of Education

5.2 Auroville

5.3 La Comunità Aurora

BIBLIOGRAFIA

SITOGRAFIA

INTRODUZIONE

Pur avendo nutrito un profondo interesse per la cultura indiana fin da quando ero piccola, solo con lo studio dei testi studiati in università ho incominciato ad avvicinarmi davvero ad essa e a conoscerla sotto altri punti di vista.

Lungo il mio percorso di studi di cultura indiana ho incontrato varie correnti di pensiero, anche molto profonde ed antiche, ma con nessuna riuscivo ad immedesimarmi a pieno, in quanto la maggior parte di esse parlavano di un rifiuto della vita materiale, considerandola pura illusione.

Essendo poi venuta a conoscenza della grande sintesi proposta da Śrī Aurobindo, effettuata sia tra oriente ed occidente, sia tra varie correnti di pensiero indiane, non ho potuto fare a meno di approfondire l'interesse che il suo lavoro ha suscitato in me, tanto da decidere di partire per andare a visitare i luoghi principali nati grazie al lavoro da lui svolto con Mère, per poterli vivere in prima persona.

Nel primo capitolo cerco di presentare una sintesi molto breve su che cosa possa essere l'induismo tradizionale, su quali testi si basi, in quale contesto sociale sia nato e di come si sia sviluppato in molte altre correnti di pensiero, tutt'oggi esistenti sul territorio indiano.

Nel secondo capitolo introduco il personaggio di Śrī Aurobindo, la sua formazione, la sua vita e le sue lotte, che lo condurranno a diventare il grande maestro che poi è stato.

Nel terzo capitolo parlo di Mère, personaggio fondamentale per Śrī Aurobindo e per la messa in pratica del suo *Yoga*, che, solamente con il suo arrivo, ha trovato piena realizzazione.

Nel quarto capitolo cerco di dare una panoramica molto generale di quelli che possono essere considerati i principi chiave dello *Yoga* Integrale, di come esso possa aiutare l'adepto a conoscere gli elementi principali del proprio essere; instaurò, inoltre, un rapido confronto con l'induismo tradizionale, di cui ho parlato nel primo capitolo.

Il motivo principale che mi ha avvicinato allo *Yoga* di Śrī Aurobindo è stato il fatto che egli non parla di rifiuto del mondo materiale, anzi si basa

sull'elevazione dello stesso. Tutto il cosmo è fatto di opposti che si attraggono e che sono complementari tra loro. Parlare di illusione generale mi pare riduttivo, oltre che sembrarmi una maniera per reprimere, e non per elevare, ciò che siamo.

Per questo il quinto capitolo, anche se non è stato assolutamente approfondito quanto meriterebbe, lo considero di fondamentale importanza, dato che tratta della messa in pratica dello *Yoga Integrale* nei due centri principali, in cui si è sviluppato. Presento inoltre anche una terza realtà – la Comunità Aurora - costituitasi in Italia, che può servire da esempio pratico dei tanti centri aurobindiani sparsi per il mondo. Questa espansione dimostra che tale disciplina che non è legata all'India o a qualche nazione in particolare, ma si rivela un contributo dato all'umanità per cercare di cambiare gli istinti che possediamo in quanto esseri umani e aiutarci a creare un futuro migliore, rispettando e non governando il mondo che ci ospita.

Note sulla traslitterazione e sulla pronuncia delle parole indiane

Nella tesi ho utilizzato il sistema di trascrizione della scrittura *nāgarī*, deciso nel Congresso degli orientalisti nel 1894 e riportato nel testo di S. Piano, *Sanatana dharma – un incontro con l'induismo*.

Bisogna tener presente che la scrittura *nāgarī* è formata da caratteri sillabe. Per le consonanti, la sillaba risulta costituita dal suono consonantico specifico, seguito per sua natura da “ă”, che per altro può essere sostituita da altra vocale o cancellata in un nesso consonantico.

L'accento delle parole cade sempre sulla penultima sillaba se essa è lunga (il trattino superiore alla vocale indica le vocali lunghe - per esempio *ātman* – mentre le vocali “e” ed “o” sono sempre lunghe). In caso contrario l'accento si ritira sulla terzultima sillaba.

Il segno “c” rappresenta sempre una palatale sorda, anche davanti alle vocali “a”, “o”, “u” (per esempio *cakraṃ* - ciacra).

Il segno “g” rappresenta sempre il suono gutturale sonoro, anche davanti alle vocali “e”, “i” (per esempio *Gītā* – ghita).

La lettera “h” deve essere sempre pronunciata come un’aspirazione sonora che precede la vocale (Himālaya) o che enfatizza il suono della consonante (dharma).

La lettera “j” rappresenta una palatale sonora anche davanti alle vocali “a”, “o”, “u” (per esempio *Jivātman* – givatman, *jāti* – giati).

Il segno “s” rappresenta sempre il suono sibilante sordo (per esempio quello della parola italiana “segno”. La “s” sonora non esiste).

Il simbolo “ṁ” indica la nasalizzazione; il simbolo “ṅ” indica la nasale retroflessa; il simbolo “ñ” indica il suono italiano “gn” della parola gnomo; “ṛ”, “ṥ”, “ḍ”, “ḍh” indicano i suoni delle consonanti occlusive retroflesse (per esempio la “d” tipica della pronuncia siciliana nella parola “padre”); “ṛ” è una vocale ed indica il suono della “r” appoggiato ad una “i” molto breve (ad esempio *Ṛg-veda* - rigveda); “ś” rappresenta la sibilante palatale dell’italiano “sciare”, mentre “ṣ” indica la sibilante retroflessa, molto simile alla precedente.

CAPITOLO 1: LA NORMA ETERNA DEL DHARMA

1.1 Induismo

Ogni qual volta si parla di India si finisce sempre per scontrarsi con il suo lato puramente spirituale legato all'introspezione. Questo succede essenzialmente per due motivi. Il primo è dovuto al fatto che nel suo territorio hanno convissuto e continuano a convivere sia religioni nate e sviluppatesi nell'India stessa, sia religioni importate in India dai suoi stessi colonizzatori. Oltre a questo importante fattore di multiculturalità, che da sempre ha caratterizzato il continente indiano, c'è da aggiungere il fatto che in questo paese la vita è permeata di spiritualità e molto spesso essa pervade quasi tutti gli ambiti del quotidiano, tanto che non si può parlare di due cose nettamente separate come tendiamo a fare noi con le nostre religioni qui in Occidente.

La parola "induismo" ha origini occidentali in quanto i colonizzatori inglesi nutrivano il bisogno di trovare un termine che racchiudesse in sé quel complesso di norme, riti e credenze che incidevano profondamente sulla vita quotidiana degli abitanti del paese colonizzato. I nativi infatti non avevano mai coniato un termine che potesse definire la loro religione, in quanto non si trattava di religione così come la possiamo intendere noi. Essa è più una norma di vita a cui loro affidavano tutta la propria esistenza, lo scopo di ogni azione ed ogni evento giornaliero aveva come base una ragione quasi fatalistica legata a questa norma.

Non essendo un concetto molto chiaro alle menti fortemente razionalizzate dei colonizzatori inglesi, essi preferirono incanalare queste credenze dentro una religione ed hanno coniato il termine induismo, facendo riferimento al nome del paese: "India".

Il termine "India" ha origini molto antiche, infatti proviene dal sanscrito "*sindhu*", ossia "fiume" o "regione del fiume". Da esso deriva l'antico iranico "*hindu*", sostantivo utilizzato per nominare la zona orientale del grande impero di Dario, cioè la terra al di là del fiume. Nel XII secolo i turchi, avendo conquistato l'intera India del nord, chiamarono "*Hind*" il paese,

“*hindi*” la lingua e “*hindu*” la popolazione locale. Quindi in realtà i termini che noi utilizziamo per definire il paese e la sua cultura sono stati interamente coniatati dai colonizzatori.

1.2 Dharma

La parola più appropriata per esprimere il concetto di “spiritualità indiana” ci pare essere il termine di origine indoeuropea “*dharma*”. Esso deriva dalla radice “*dhr-*”, la quale significa “sostenere, mantenere in essere”. Racchiude in sé moltissimi significati, ed il concetto di religione tipico dell’occidente è solamente uno di essi. Di base il significato di questa parola è molto simile a quello che noi chiamiamo “legge della natura”, ossia una specie di norma eterna o di ordine invisibile che sorregge sia il cosmo, sia l’esistenza degli esseri umani e di ogni forma di vita, insomma tutto l’ordine universale (*ṛta*). Il *dharma* è l’essenza dell’universo, cioè la sua Verità (*satya*). Se *dharma* e *satya* coincidono, chi cerca e segue il proprio *dharma* è anche chiamato “ricercatore della Verità” e lo scopo della sua ricerca è quello di riuscire ad entrare in contatto e mantenersi in “armonia col dharma di tutte le cose”¹.

I principi generali su cui esso si basa sono: la non-violenza (e quindi il rispetto per ogni forma di vita), il dono legato all’assenza di paura (*abhaya-dāna*) ed una coerenza tra le azioni quotidiane e i propri principi. Esso può essere visto sia in termini unitari, ovvero come norma comune a cui fare riferimento in ogni situazione di vita, sia in termini individuali, in quanto ogni uomo ha il proprio *dharma* da seguire.

Grazie a questa differenza nell’unità si riesce a creare un equilibrio che permette di mantenere una stabilità nel mondo, senza il pericolo di cadere in errori tipici dell’*adharma*, ossia di tutto ciò che è in contrasto con la legge del *dharma* e che entra in gioco quando quest’ultimo non viene più rispettato per debolezze ed errori umani.

Per questo motivo ogni uomo fa propria questa legge e su di essa basa i propri comportamenti e doveri.

¹ S. Piano, *Sanatana Dharma – Un incontro con l’induismo*, Edizioni San Paolo, Cinisello Balsamo 1996, pag. 22

Per definire il proprio *dharma* (*svadharma*) si fa riferimento a determinati aspetti tipici della vita di ogni individuo:

- a seconda della classe sociale in cui si nasce ed in cui si rimane per la durata di ogni esistenza (*varṇa-dharma*),
- a seconda della fase della vita in cui ci si trova (*āśrama-dharma*). Tali fasi sono quattro: istruzione (religiosa), formazione e mantenimento della famiglia, ritiro dalla vita sociale (possibilmente nella foresta) e infine rinuncia totale, per conseguire la liberazione dal ciclo delle rinascite (*mokṣa*).²
- a seconda delle proprie caratteristiche e qualità (*guṇa-dharma*)

Vi è poi un insieme di virtù morali comuni a tutta l'umanità (*sādhāraṇa-dharma*), a cui si somma il complesso di doveri obbligatori (*nitya-dharma* – ossia tutti i doveri che devono essere compiuti), facoltativi (*kāmya-dharma* – ossia quei doveri legati a qualche obiettivo particolare) e occasionali (*naimittika-dharma* – ossia quelli legati a determinate circostanze).

Ogni uomo nella sua vita deve saper raggiungere ed armonizzare tre mete specifiche: il *dharma* (questa norma che è superiore rispetto alle altre due), il *kāma* (la realizzazione dei propri desideri) e l' *artha* (il benessere ed il successo materiale).

Ecco allora che nei confronti dell'induismo è preferibile parlare di "spiritualità", come si diceva all'inizio, in quanto esso permea tutte le parti della vita di ogni individuo; mentre il termine "religione" rispecchia un concetto più razionalizzato e schematizzato di intendere la visione ultramondana dell'essere umano.

Le opere indiane di maggior importanza che si occupano di promulgare l'adempimento ed il rispetto del *dharma* sono essenzialmente due. La prima è la gigantesca epopea del *Mahābhārata*. Essa è stata redatta in sanscrito tra il IV secolo a. C. ed il IV secolo d. C. e narra di una grande guerra tra due stirpi di cugini (Kaurava e Pāṇḍava) per la supremazia su di un territorio. Kṛṣṇa, discesa terrena (*avatāra*) di Viṣṇu ed appartenente alla famiglia Pāṇḍava, deve intervenire per assicurare l'adempimento del *dharma*. Qui si entra nella parte centrale dell'opera, la *Bhagavad-gītā* (Il canto del Beato Signore), composta intorno al II secolo a. C. . In questo punto dell'opera il principe Arjuna, colui che ha scelto di avere al suo fianco

²si possono raggruppare i due sopra menzionati in un unico *dharma* (*varṇāśrama-dharma*)

Kṛiṣṇa, è in forte conflitto interiore. Egli non sa se adempiere al proprio dovere, ossia compiere l'azione di entrare in guerra, oppure rinunciare. La rinuncia, egli pensa, gli porterebbe il raggiungimento del proprio Sé interiore, un abbandono totale a Dio e quindi un sicuro dono di redenzione e salvezza.

Kṛiṣṇa gli offre una risposta illuminante, che gli farà poi vincere la guerra: l'azione è necessaria ed obbligatoria e non bisogna mai venir meno al dovere che come uomini abbiamo (*dharma*). Ma per compiere un'azione giusta, essa deve essere effettuata senza desideri o ambizioni personali, compiuta esclusivamente per il bene del mondo. Essa non è semplice azione, ma è soprattutto amore per Dio e pura Conoscenza. Affidando a Dio le proprie azioni, l'individuo identificherà quella parte divina che risiede nel proprio cuore, con il Divino Universale (*brahman*), percorrendo così una delle strade verso la liberazione finale.³

Questo è l'insegnamento divino che Kṛiṣṇa ha donato, il quale è stato diffuso con il nome di *Yoga* (*yuj* – “unire”).

La seconda opera che sottolinea l'importanza di tale norma è il *Rāmāyaṇa*, poema epico redatto intorno al II secolo d. C., che racconta la storia di Rāma, altro *avatāra* di Viṣṇu. Egli dedica la sua vita al rispetto ed al ristabilimento del *dharma*. Entrambe le opere sono di fondamentale importanza; ma, mentre il fine ultimo del *Mahābhārata* è legato all'ottenimento del *mokṣa* tramite il rispetto del *dharma*, il *Rāmāyaṇa* si dedica esclusivamente all'adempimento della giustizia nel mondo terreno.⁴

1.3 Le origini dell'ordine sociale in India

Come abbiamo sopra descritto, l'induismo non è altro che l'applicazione di questa norma eterna inerente all'individuo e di conseguenza alla società in cui esso vive.

Per spiegare la cultura e la stratificazione sociale dell'India odierna e chiarire i suoi albori, occorre riconoscere che in origine l'India era abitata

³ Kṛiṣṇa mostra ad Arjuna altre due strade: quella della Conoscenza (*jñāna-mārga*) e quella – suprema – dell'amore (*bhakti-mārga*).

⁴ Cfr. S. Piano, op. cit., pag. 82

da popolazioni fortemente urbanizzate, sedentarie e legate alla vita contadina, come dimostrano i resti della prima cultura progredita del subcontinente. Era questa la cosiddetta “civiltà di Harappa”, nome derivato dalla città principale che si trovava nella Valle dell’ Indo, attualmente in Pakistan.

Nei secoli successivi, in tali popolazioni di agricoltori si infiltrarono progressivamente delle popolazioni più bellicose e dedite alla pastorizia, note con il nome di “*Ārya*”, che si fusero nel tempo con quelle locali. Da questa fusione nacque quella che poi è nota come la cultura induista.⁵

La società che ne derivò era suddivisa in quattro grandi categorie, di cui le prime tre erano più strettamente connesse con la stratificazione sociale degli *Ārya*. Tali categorie erano chiamate *varṇa* (colore):

-la prima categoria era identificata dal colore bianco e comprendeva gli uomini dediti allo studio ed all’insegnamento dei testi sacri (*brāhmaṇa*);

-la seconda categoria era identificata dal colore rosso e comprendeva gli uomini che si occupavano di difendere e mantenere prospero il paese (*kṣatriya*);

-la terza categoria era identificata dal colore giallo e comprendeva gli uomini che si occupavano del benessere materiale, ad esempio con il commercio e con l’allevamento del bestiame (*vaiśya*);

-la quarta categoria era identificata dal colore nero e comprendeva gli uomini che avevano il dovere di servire le tre categorie superiori (*śūdra*).⁶

Nei testi sacri si narra che il mondo venne creato dal sacrificio del *puruṣa* (gigante cosmico, maschio primordiale): dalla sua bocca ebbero origine i *brāhmaṇa*, dalle sue braccia gli *kṣatriya*, dalle sue cosce i *vaiśya* e dai suoi piedi gli *śūdra*.

Ogni persona nasce in una determinata *jāti* (casta), sottodivisione lavorativa di uno dei quattro *varṇa*. Occorre precisare che la nascita delle *jāti* comporta almeno due giustificazioni: la prima è di ordine dharmico, ossia relativa alla reintegrazione dell’ordine cosmico; la seconda è di pura

⁵ Secondo la storiografia occidentale le popolazioni locali del subcontinente sarebbero state asservite dal popolo degli *Ārya*, che avrebbe invaso l’India e sottomesso i suoi abitanti. Questa tesi è stata oggetto di forte dibattito, in quanto alcuni studiosi, tra cui lo stesso Śrī Aurobindo, hanno dichiarato che l’invasione dall’Occidente non è mai realmente avvenuta, ma che essa è stata sostenuta dagli stessi occidentali, per giustificare la propria supremazia fin dai tempi più antichi.

⁶ Le prime tre categorie avevano accesso allo studio dei testi sacri, la quarta (e le donne) no.

funzionalità, relativa alle esigenze di autosufficienza del villaggio e dei gruppi umani che lo abitano.

Per questo motivo infatti due persone si possono sposare solo all'interno della medesima *jāti*, in quanto adempiono allo stesso ruolo nella società.

Śrī Aurobindo, avendo studiato e reinterpretato i testi antichi, affermò che alle origini la collocazione in caste aveva uno scopo di pura organizzazione sociale, legato alle abilità personali di ogni individuo. Questa appartenenza forzata alle caste sarà seguita con estremo rigore solamente in seguito, quando i valori sociali prenderanno il sopravvento su quelli spirituali.

1.4 I testi sacri

1.4.1 Il Veda

“La fonte principale della cultura tradizionale dell’India” è il *Veda*. “Si tratta di un insieme di testi autorivelati che sarebbero stati misteriosamente “uditi” nello spazio del cuore, durante la meditazione, da una serie di poeti, vati o veggenti (*ṛṣi*), tradizionalmente divisi in sette famiglie principali e da quelli trasmessi – sempre per via orale - ai loro discendenti, i *brāhmaṇa*, che li avrebbero poi raccolti nelle “collezioni” che costituiscono il nucleo dell’antica sapienza e sono per questo dette Veda”⁷ (*vid* – vedere, conoscere).

“Il *Veda* comprende quattro “raccolte” (*saṃhitā*)

-il *Ṛg-veda* (la sapienza espressa in versi sacri)”⁸. Esso è il più antico, viene datato intorno al 1.200 a.C. (anche se le nuove teorie lo datano intorno al 2.200 a.C.), periodo in cui la presunta invasione *Ārya* ebbe luogo nel nord dell’India.

-“ il *Sāma-veda* (la sapienza espressa in canti)

- lo *Yajur-veda* (la sapienza espressa in formule magiche)

- l’ *Atharva-veda* (la sapienza espressa in testi magici)”⁸

Ogni raccolta è composta da preghiere dette “*mantra*”.

Śrī Aurobindo farà completo riferimento al *Veda* come fonte di verità suprema. Sosterrà che esso è come “una luce che rendeva visibili le cose

⁷ S. Piano, op. cit., pag. 43

⁸ Idem, pag. 45

immateriali”⁹ e dichiarerà che i ṛṣi vedici hanno udito una realtà costante e assoluta (il *brahman*) nella vita di questa terra che spinge l’uomo verso “quella cosa invisibile, impalpabile, eppure riempie tutto ciò che esiste”⁹.

1.4.2 Le *Upaniṣad*

L’ultima parte del *Veda* è costituita dalle *Upaniṣad*, create alcuni secoli dopo le fondamentali raccolte iniziali del *Veda*. Le prime *Upaniṣad*, infatti, vengono datate intorno all’ VIII – VII secolo a. C., fino ad arrivare alle più recenti, risalenti intono al V secolo a. C. . Gli asceti cominciarono a dare sempre maggiore importanza al mondo interiore rispetto a quello esteriore. Scoprirono che nella cavità del cuore di ogni uomo risiede un pezzetto di *brahman*, che essi chiamarono *ātman*, il quale porta alla scoperta di Sé ed è l’unico elemento infinito che l’uomo possiede. Di conseguenza questa è la sola parte effettivamente reale di ogni individuo, il resto è puramente transitorio e superficiale.

Essi scoprirono il ciclo del *saṃsāra* e come queste molteplici esistenze siano in realtà determinate dalle azioni compiute nelle esistenze precedenti.

Questo complesso di azioni ed esperienze creatosi lungo il percorso esistenziale (*karma*) porta alla formazione del carattere e alle eventuali predisposizioni tipiche di ogni individuo. In base al proprio *karma*, quindi, ci sarà una rinascita negli stadi più alti (umani o addirittura divini) o, se non si è rispettato il proprio *dharma*, in quelli più bassi dei vari regni (minerali, vegetali e animali) fino alla completa estinzione del proprio *karma* e l’ottenimento del *mokṣa*.¹⁰

L’uomo è l’unico essere che può ottenere tale liberazione.

Śrī Aurobindo comunque sosterrà in seguito che le *Upaniṣad*, per quanto opere di una grandissimo valore spirituale, siano l’interpretazione più mentalizzata del *Veda*, il quale invece ha avuto un’origine diretta, intuitiva, scaturita dal potenziale interiore dei ṛṣi.

⁹Sri Aurobindo, *Savitri* - Libro II, canto 2 / Libro III, canto 1

¹⁰ Cfr. S. Piano, op. cit., pag.63

1.4.3 I *Purana*

Letteralmente "*purana*" significa "antica recitazione", nome che viene utilizzato per indicare i testi ideati dai *brāhmaṇa* dell'epoca. Vennero composti dopo il IV-V secolo d. C. appositamente per le donne e per gli *śūdra*, categorie che non potevano accedere alle Verità riportate nel *Veda*.

Essi comprendono la descrizione di riti, preghiere, leggende aventi come personaggi dèi e divinità del pantheon hindu (ad esempio al suo interno è narrata l'intera storia di Kṛiṣṇa) e storie di luoghi sacri e pratiche millenarie. Il tutto venne creato per avvicinare anche le categorie ritenute più basse alle verità divine.

Secondo il pantheon hindu tradizionale ci sarebbero trentatré figure divine, undici per ogni mondo (cielo, atmosfera e terra). I *Purana* invece parlano di una suddivisione in 33 migliaia, 33 centinaia e 33 unità di figure celesti.¹¹

Però le principali sono tre: Brahmā, Viṣṇu e Śiva e insieme si occupano di mantenere l'ordine cosmico.

Brahmā presiede a ogni creazione dell'universo, nascendo da un fiore di loto sbocciato dall'ombelico di Viṣṇu-Nārāyaṇa, il quale è immerso in uno stato di sonno profondo, steso sul serpente Ananta (che simboleggia l'infinito). Al momento della sua nascita Brahmā intona un canto sacro leggendo il *Veda*, il quale fungerà da legge per il nuovo mondo.

Viṣṇu è colui che discende sulla Terra sotto forma dei suoi *avatāra* (dieci canonici) per mantenere l'ordine, proteggere ogni essere e far rispettare il *dharma*. Si crede che l'ultimo *avatāra* dovrà ancora apparire alla fine della presente era cosmica, mentre i seguaci di Śrī Aurobindo ritengono che sia egli stesso l'ultimo *avatāra*.

Śiva domina la fine di ogni era cosmica, è il Dio che racchiude in sé l'intero universo, in quanto simboleggia gli opposti della vita: procreazione ed ascesi, egli è il Generatore ma anche il Distruttore. In quest'ultima fase il mondo viene riassorbito nell'Uno indifferenziato, per poi essere generato nuovamente con il canto di Brahmā appena rinato.

¹¹ Tali cifre possono variare a seconda degli autori

In ultimo ogni divinità ha la sua potenza (*śakti*) che viene rappresentata sotto le sembianze della propria consorte. Sarasvatī è la moglie o *śakti* di Brahmā, Lakṣmī è la moglie o *śakti* di Viṣṇu e si reincarna nella compagna di tutti i suoi *avatāra* e Kālī è la sposa o *śakti* di Śiva, ma è anche nota con molti altri nomi (Durgā, Pārvatī, ecc.).

Gli hindu hanno una concezione ciclica e non lineare del tempo. Il tempo viene suddiviso in quattro ere cosmiche (*yuga*) caratterizzate da una progressiva attenuazione del *dharma*. Adesso noi ci troviamo nell'ultima era (*Kali-yuga*), iniziata con la morte di Kṛtā e contraddistinta dal trionfo dell'*adharmā*. Alla fine di ogni era cosmica Viṣṇu discende sulla Terra sotto forma di un suo *avatāra* per ristabilire il *dharma*. Di conseguenza al termine della nostra era discenderà il decimo *avatāra* di Viṣṇu, che ristabilirà l'ordine cosmico ed inizierà nuovamente la prima era (*Satya-yuga*) contrassegnata dal completo rispetto del *dharma*.

L'universo viene considerato eterno, pur essendo anch'esso soggetto a fasi cicliche di rinascita, mantenimento e distruzione. Tale distruzione però precede una futura rinascita, esattamente come succede nella vita di ogni uomo e nell'ordine di tutte le cose. Vi sono infatti continue coincidenze nella cultura indiana tra l'universo (macrocosmo) e l'individualità psico-fisica del singolo (microcosmo).

1.5 L'evoluzione della spiritualità indiana con la nascita delle religioni

Dal VI secolo a. C. al IV-V secolo d. C., nascono varie scuole ascetiche e ciò che prima era unitariamente spirituale si articola sotto varie correnti di pensiero. Nasce un complesso di opere noto con il nome di "*Smṛti*" (memoria) che ha come scopo il mantenimento e la promulgazione della verità racchiusa nel *Veda*.

In base alla gran quantità di dèi sopra menzionata, nascono le religioni *vaiṣṇava* (legate al culto di Viṣṇu e dei suoi *avatāra*), le religioni *śaiva*

(legate al culto di Śiva) e le religioni *śakta* (legate al culto della Dea - Devī, intesa “come madre divina dell’universo”¹²). Nelle religioni *śakta* la Dea è la personificazione della *śakti* di ogni divinità maschile, in special modo in quella corrente che prende il nome di “Tantrismo”. Il Tantrismo trae denominazione dai *Tantra*, opere scritte dal IV-V secolo d. C., i quali “considerano il divino come coppia: due polarità opposte ed indivisibili, una maschile e una femminile (Śiva e Śakti)”¹³ al quale viene aggiunto “il principio femminile di potenza (*śakti*)”¹³.

Vi è inoltre il culto degli hindu nominati *smārta*, ossia coloro che considerano le cinque divinità principali (Viṣṇu, Śiva, Devī o Śakti, Sūrya – il dio iranico e Ganeśa) tutte sullo stesso livello d’importanza in quanto l’unione degli stessi rappresenta tutte le divinità del pantheon.

In aggiunta, proprio all’inizio del VI-V secolo a. C., mutano le caratteristiche della spiritualità indiana. Si conferisce maggiore importanza ad una religiosità legata all’individuo ed alle sue esigenze. Nascono varie correnti di pensiero legate all’ascetismo ed al monachesimo, le quali diventano a tutti gli effetti vere e proprie religioni. Il Jainismo, sostenuto dal pensiero e dall’opera di Vardhamana Mahavira, comunemente conosciuto come il “Jina” (vittorioso), predica un’assoluta non-violenza, unita ad una estrema dieta vegetariana. Il Buddhismo, che sorge ad opera di Siddhartha Gautama, poi chiamato il “Buddha” (risvegliato), si discosta dalla vita ascetica, si distacca dalla casta sacerdotale e propone nuovi quesiti alla società indiana, primo tra tutti “il problema del dolore”¹⁴. L’attaccamento alla vita, di qualunque tipo esso sia, non può che procurare gioia e dolore a seconda degli avvenimenti, positivi o negativi, ad essa correlati. Nulla è stabile, tanto che si finisce sempre per avere una penosa sensazione di vuoto. Si avverte quindi il bisogno di colmare questo vuoto legato alla transitorietà dell’esistenza umana con la riscoperta di una realtà assoluta e immutabile, già predicata dal *Veda*.

A causa della molteplicità di tali teorie religiose, nei secoli successivi, sia i testi sacri sia la stessa *Bhagavad-gītā* hanno avuto una serie di interpretazioni a volte anche fortemente contrastanti tra loro, fino ad arrivare

¹² S. Piano, op. cit., pag. 110

¹³ Idem, pag. 115

¹⁴ Idem, pag. 58

ad una profonda modificazione e persino quasi a un ribaltamento del significato originario.

Complessivamente comunque si può affermare che la maggior parte delle discipline induiste ha una visione effimera della vita, considerata come strettamente legata agli impulsi emotivi tipici di ogni uomo e quindi non degna di grande rilevanza. La rinuncia viene spesso vista come la più fruttuosa via per la salvezza umana. In questa prospettiva la materia fisica appare soltanto illusione (*māyā*) e quindi essa merita di essere accantonata, in quanto portatrice di una ignoranza che può spingersi fino a cancellare il senso della coscienza e della Verità ed a precludere il raggiungimento del *mokṣa*.

Questa è stata l'origine della grande e problematica scelta civiltà indiana: l'aver messo in secondo piano il lato pratico dell'esistenza ha fatto sì che si verificasse un notevole (ma non certo assoluto) immobilismo sociale (caste), ed ha causato la formazione di un pesante grado di miseria ed arretratezza nel paese.

Sarà Śrī Aurobindo, nella prima metà del 1900, a riscoprire il significato che sta alla base degli antichi testi sacri, fornendo una chiave di lettura diversa dalle precedenti e riscoprendo il cuore della millenaria cultura indiana.

CAPITOLO 2: ŚRĪ AUROBINDO



www.auroville.org

2.1 Infanzia e adolescenza in Occidente

Aravinda Ghose nacque il 15 agosto 1872 alle 4.30 del mattino, nella città di Calcutta. Suo padre, Kṛṣṇā Dhas Ghose, era un medico condotto permeato di cultura occidentale, mentre il nonno materno □□i Rajnarayan Bose era un famoso letterato che si sforzava di ristabilire nella società dell'epoca la cultura indiana d'origine.

Śrī Aurobindo, terzo di cinque figli, venne iscritto insieme ai due fratelli maggiori alla Loretto Convent School in Darjeeling, nel Bengala Occidentale, dove rimase fino all'età di sette anni.

Il padre non voleva che l'educazione dei propri figli fosse impregnata di cultura indiana; così decise nel 1879 di mandarli a studiare in Inghilterra, presso la casa di un conoscente, William H. Drewett. Nelle istruzioni che

lasciò, stabilì che i suoi figli, per nessun motivo, sarebbero dovuti entrare in contatto con amicizie o associazioni indiane.

I fratelli maggiori di Aurobindo vennero iscritti a scuola, mentre Aurobindo riceveva lezioni private di latino, inglese, storia, geografia. Presto incominciò a leggere vari libri, tra cui la Bibbia e Shakespeare, e a interessarsi di poesia, sua grande passione fin da piccolo.

Nel 1884 vennero accettati tutti e tre alla St. Paul's School di Londra ed il preside della scuola fu talmente colpito dalle capacità di Aurobindo che decise di dargli lezioni private di greco. I primi anni non furono molto difficili e Aurobindo poté approfondire la sua grande passione per la poesia e dedicarsi a studiare anche altre materie, come la letteratura europea, la storia sia antica che contemporanea del nostro continente e lingue come il francese, il tedesco, l'italiano ed un po' di spagnolo, riuscendo a leggere Goethe, Dante e Calderón in lingua originale.

All'inizio furono tutti ospitati dalla madre di William H. Drewett; ma quando lei venne a mancare furono costretti ad affittare una stanza. Cominciarono allora a conoscere gravi difficoltà economiche, in quanto le rimesse in denaro del padre diminuirono drasticamente e dovettero badare a se stessi come poterono, sia attraverso le borse di studio di Aurobindo, sia grazie all'appoggio delle due signore che gli avevano affittato la stanza.

Nel 1890 Aurobindo si iscrisse al King's College di Cambridge e vinse vari premi in greco e latino, oltre a stupire i docenti per le sue abilità legate allo studio delle lingue, della storia ed alla lettura di testi classici.

Mentre frequentava il College si iscrisse, seguendo i desideri del padre che voleva per lui una carriera nel settore pubblico, all'ICS (Indian Civil Services), un istituto creato per formare i futuri quadri dirigenti dell'amministrazione delle colonie britanniche.

Nel frattempo il padre, trasferito a causa di gelosie all'interno dell'amministrazione pubblica, si sentì profondamente ferito da questo atto.

Incominciò a ricredersi sul senso di giustizia degli inglesi e a rendersi conto degli effetti negativi del colonialismo. Inviò a Śrī Aurobindo degli articoli di giornale nei quali si denunciavano le atrocità commesse dai colonizzatori. Ispirato dagli scritti politici di Washington e di Mazzini, oltre ad essere venuto a conoscenza della vita di Giovanna d'Arco, Aurobindo

incominciò a nutrire un forte senso d'appartenenza alla sua terra d'origine, vedendo nella rivoluzione l'unica via d'uscita per liberare il paese. Aderì così, insieme al fratello maggiore Benoy, ad un piccolo gruppo di rivoluzionari a Londra, chiamato "Lotus and Dagger", i quali consideravano l'operato del partito del Congresso indiano troppo moderato ed inconcludente. In più cercò una maniera per venir espulso dall' ICS. Non si presentò all'esame di equitazione e i membri dell' ICS, forse anche a causa delle sue ideologie politiche, lo mandarono via.

In quel periodo arrivò a Londra il *mahārāja* dello stato indiano di Baroda ed un suo ex dipendente gli consigliò di incontrare Aurobindo. Questi accettò di lavorare per lui e quindi, dopo quattordici anni in Inghilterra, si preparò al ritorno in madrepatria.

2.2 Śrī Aurobindo rivoluzionario

Suo padre stava aspettando con ansia il ritorno del figlio. Ma, mentre Aurobindo era in viaggio, un altro battello affondò e tutti i passeggeri annegarono. Al padre giunse voce che Aurobindo si trovava proprio su quel battello e dal dolore morì di un attacco di cuore.

In realtà Śrī Aurobindo si trovava su un altro battello ed arrivò illeso a Bombay nel febbraio del 1893.

Incominciò subito a lavorare nello stato di Baroda. Per un breve periodo fu anche segretario del *mahārāja*. Tuttavia Śrī Aurobindo non era molto interessato all'amministrazione, quel che gli stava a cuore era la questione nazionalista. Scrisse degli articoli chiamati "New Lamps for Old" (Nuove lampade per vecchie), con cui criticava i metodi adottati dal Congresso, che voleva far passare per nuovo ciò che era invece un mantenimento del vecchio 'status quo'. Quando gli dissero di abbassare i toni, lasciò perdere la stesura degli articoli e si dedicò alla creazione del suo primo movimento rivoluzionario.

Collaborò con Jatindranath Banerjee, un bengalese che stava organizzando delle società segrete a scopi rivoluzionari. Queste società sarebbero servite per addestrare dei giovani indiani ad azioni rivoluzionarie.

Nel 1900 venne trasferito all'Università di Baroda come professore di inglese e francese, ne diventò vice-rettore e l'anno dopo si sposò con Mrinalini Devi. Suo fratello minore Barin lo raggiunse in Baroda nello stesso anno e Aurobindo cominciò a prepararlo per le future azioni rivoluzionarie, che ebbero poi luogo nei territori del Bengala, del Gujarat e del Mahārāṣṭra.

Nelle sessioni del Congresso indiano Aurobindo, in opposizione alla politica moderata del partito ufficiale, predicava la completa indipendenza del suo paese. In questi primi anni del 1900 conobbe Bal Gangadhar Tilak, uno dei padri fondatori del movimento nazionalista indiano.

Oltre alla sua intensa attività rivoluzionaria ed al suo lavoro come insegnante universitario, in questo periodo dedicò molto tempo agli studi della sua lingua nativa, il bengali, oltre a studiare altre lingue indiane come il sanscrito, il marathi, il gujarati e l'hindustani. Studiò i testi sacri delle *Upaniṣad*, la *Bhagavad-gītā* ed i poemi epici del *Mahābhārata* e del *Rāmāyaṇa*.

Le attività rivoluzionarie diventarono sempre più intense, tanto che dovette congedarsi dall'università per concentrare tutte le sue energie nella lotta rivoluzionaria. Nel 1906 si trasferì a Calcutta ed il governo inglese nello stesso anno dichiarò illegali gli incontri e le conferenze organizzate da Aurobindo e dai suoi collaboratori. Sempre nel 1906 nacque il settimanale *Jugantar* (cambiamento d'epoca) che spronava i rivoltosi a compiere atti di vera e propria guerriglia. Ancora prima dell'avvento sulla scena politica di Gandhi, Aurobindo parlò di non-cooperazione, educazione nazionale, boicottaggio di merci straniere, al fine di mettere in difficoltà l'amministrazione britannica.

Allo scopo di promuovere tra i giovani la cultura indiana, Aurobindo fondò a Calcutta, insieme a Rabindranath Tagore, una nuova Università Nazionale.

Bipin Pal, uno dei capi nazionalisti dell'epoca, aveva intanto fondato una nuova rivista chiamata "Bande Mataram". Aurobindo collaborò con lui e infine ne divenne il caporedattore. Fu processato per aver pubblicato articoli che incitavano alla rivolta popolare ma fu poi rilasciato per assenza di prove.

Aurobindo e la sua famiglia possedevano degli appezzamenti di terreno a nord di Calcutta che furono utilizzati da Barin per creare un centro segreto di attività rivoluzionarie. Qui i giovani rivoluzionari studiavano la *Bhagavad-gītā*, praticavano corsi di meditazione e organizzavano piani di rivoluzione armata, che sfociarono nel primo attentato nella storia della liberazione dell'India: Il 30 aprile 1908 fu gettata una bomba contro la carrozza dove si presumeva si trovasse un alto funzionario inglese. Purtroppo invece all'interno si trovavano la moglie del funzionario e la figlia, che morirono nell'attentato.

Anche se Aurobindo non aveva mai direttamente favorito atti terroristici, è comunque vero che suo fratello Barin e i giovani rivoluzionari organizzati intorno a lui erano ispirati dagli articoli e dal pensiero di Aurobindo. Ben presto la polizia britannica scoprì il covo di Barin, nel cui giardino furono trovate armi e ordigni e tutti i giovani furono incarcerati. Aurobindo venne arrestato il 5 maggio 1908 e rimase in prigione per un anno, fino al 6 maggio dell'anno seguente, quando venne rilasciato per mancanza di prove. Suo fratello Barin e altri giovani rivoluzionari del gruppo furono condannati a morte, condanna poi commutata in carcere a vita, da scontare nel penitenziario delle isole Andamane.

2.3 *Yogin Śrī Aurobindo*

Śrī Aurobindo si avvicinò allo *Yoga* nel 1904, incominciando a praticare un controllo ritmico del respiro, chiamato "*prāṇāyāma*". L'intento di Śrī Aurobindo nel praticare lo *Yoga* era di aumentare la sua forza interiore ed ottenere una maggiore padronanza di sé, al fine di essere più efficiente nella lotta rivoluzionaria. Con lo *Yoga* infatti tutte le energie possono essere canalizzate verso un solo scopo, la lotta rivoluzionaria nel suo caso. "Intendo fare lo *Yoga* per lavorare, per agire, non per rinunciare al mondo o per raggiungere il *nirvāṇa*"¹⁵ dichiarava a quei tempi. Quindi per aumentare le proprie potenzialità yogiche, decise nel dicembre del 1907 di incontrare un maestro che gli potesse insegnare come approfondire la pratica dello *Yoga*. Fu suo

¹⁵ www.arianuova.org

fratello Barin che gli fece conoscere uno *yogin* proveniente dal Mahārāṣṭra, Viṣṇu Bhaskar Lele, il quale chiese a Sri Aurobindo di raggiungerlo in Baroda.

Rimasero insieme per tre giorni, isolati in una piccola stanza dove Lele insegnò ad Aurobindo come scacciare i pensieri, i quali non nascono dall'interno ma vengono direttamente da fuori.

Riuscendo a rendere silenziosa la mente, Śrī Aurobindo entrò nello stato conosciuto come *nirvāṇa*: uno stato di infinito silenzio, una realtà statica e positiva che inghiottiva in sé tutto il mondo materiale che lo circondava. Ciò portava ad un senso di pace infinita e quindi di liberazione.

Questo stato gli permise di effettuare dei repentini cambi di coscienza, i quali però erano l'esatto contrario dello scopo per cui lui si era avvicinato a tale disciplina. Da quel momento continuò la sua lotta rivoluzionaria senza mai perdere quello stato, dal quale prese ispirazione per molti suoi discorsi, tra cui il famoso "discorso di Bombay", effettuato pochi giorni dopo l'incontro con lo *yogin* Lele.

Il *nirvāṇa* è solo la prima evoluzione della sua coscienza. Su di sé infatti Śrī Aurobindo, una volta entrato nel nuovo stato, sperimenterà il suo *Yoga*, caratterizzato da tre approcci principali: aspirazione (lo *yogin* infatti deve aspirare, ricercare il Divino), completa arrendevolezza (lo *yogin* dona sé stesso ed ogni sua azione al Divino), completo rifiuto (lo *yogin* si rifiuta di agire sotto gli impulsi dei suoi desideri ed ambizioni personali, ma lascia che sia il Divino ad indirizzare le proprie azioni).

Rimanendo costantemente in questo stato, Śrī Aurobindo scopre pian piano che ogni sua azione ed attività dinamica veniva gestita da un'entità superiore, la quale agiva attraverso di lui, senza che lui inserisse alcuna iniziativa personale. La sua coscienza scopre una seconda fase evolutiva, la "Realtà Suprema", che guida tutti gli esseri e che lo porta a intraprendere la disciplina dello *Yoga*, per essere incarnata attraverso di lui.

Durante il suo anno nel carcere di Alipore, Śrī Aurobindo continua la sua ricerca interiore. La sua coscienza subisce un ulteriore processo: pur conservando la propria trascendenza nel Divino (avvenuta nella seconda fase), scopre la Coscienza Cosmica, la realizzazione del Divino Universale,

ossia come il Divino venga rappresentato in tutti gli esseri e come quindi Egli dimori in ogni cosa ed essere vivente.

Questi tre aspetti, *Nirvāṇa*, Realtà suprema e Divino Universale, che possiamo anche chiamare “Immanente”, “Trascendente” e “Universale”, altro non sono che il trampolino di lancio per arrivare ad una visione più ampia e profonda della Realtà, che racchiude in sé sia la Realtà statica, sia la Realtà dinamica, riconciliando l’Essere ed il Divenire, l’Assoluto e la Manifestazione. E portando l’uomo da essere finale dell’evoluzione umana, ad “essere di transizione”.

Se l’uomo infatti mette a tacere i suoi istinti e rispetta i tre approcci principali dello Yoga di Śrī Aurobindo, cesserà di rispondere agli impulsi della sua natura, si eleverà, divinizzerà la sua natura e diventerà un essere capace di mediare e portare nel piano materiale i piani sopramentali della sua coscienza, permettendogli di vivere una vita sulla terra in armonia con il Divino.

Ovviamente per fare ciò bisogna prendere coscienza dei moti che mettono in azione la propria persona e spesso gli altri possono fare da specchio.

Vedendo ciò che muove gli altri, ossia i pensieri, gli impulsi, le passioni e suggestioni tipiche della natura umana, è possibile riuscire a prendere coscienza dei moti che sollecitano anche il proprio essere, impedendo loro di entrare.

Praticando una completa arrendevolezza, si permetterà al Divino di entrare nei vari piani e di purificarli, anche se questo all’inizio porterà ad un emergere dei lati più nascosti ed oscuri della propria natura. Ad ogni passo verso l’alto quindi, corrisponderà un passo verso il basso, fino alla conquista di tutti i piani della coscienza. Questo processo va fatto poco alla volta e quando la materia (e quindi i vari piani) sono pronti al cambiamento. Forzare il processo o voler diminuire i tempi necessari può portare a gravi conseguenze, in quanto sopprimere le varie parti non serve a molto. Esse ritorneranno con forza maggiore in seguito. Vanno fatte evolvere quando sono pronte, senza adoperare la forza.

2.4 Śrī Aurobindo a Pondicherry

Dopo l'assoluzione al processo avvenuta il 6 maggio 1909, Śrī Aurobindo riprese la sua attività politica fondando due nuovi giornali: “*Karma yogin*”, redatto in inglese e “*Dharma*”, redatto in bengali. La sua posizione è sempre la stessa: l'indipendenza totale dell'India attraverso la non-cooperazione con il governo britannico. Però il governo inglese ormai lo considerava un elemento molto pericoloso e cercò dei pretesti per arrestarlo nuovamente. Margaret Noble, una discepola irlandese di Svāmi Vivekānanda¹⁶, venne a sapere di tale piano ed avvertì immediatamente Śrī Aurobindo. Egli lasciò così definitivamente l'India britannica, per trasferirsi prima a Chandernagore, nel Golfo del Bengala, e poi, il 4 aprile 1910, a Pondicherry, da dove non si spostò più e dove stabilì la sede del suo “vero lavoro”.

Pondicherry era un'enclave francese in India, al di fuori quindi della giurisdizione del governo britannico. Questo comunque continuava ad essere preoccupato per la presenza di Śrī Aurobindo in India e tentò in un primo tempo di rapirlo, ma senza successo; poi fece pressioni sul governo francese affinché consegnasse tutti i rifugiati politici sul suo territorio. La Francia non cedette alle pressioni e Sri Aurobindo poté incominciare a organizzare la propria esistenza a Pondicherry.

La storia della presenza a Pondicherry di Śrī Aurobindo è anche la storia del suo *Yoga* e del suo *āśram*. Tuttavia enormi erano le difficoltà, sia pratiche (organizzative e finanziarie) che spirituali. Lo *Yoga* di Śrī Aurobindo non era solo statico e meditativo, ma voleva agire nel mondo; era quindi necessaria la presenza di una forza dinamica, quella che nella tradizione indiana viene indicata come la *śakti*, la forza realizzatrice, che Śrī Aurobindo troverà nella persona di una grande ricercatrice spirituale francese: Mirra Alfassa, che diverrà per i discepoli Mère, la Madre.

¹⁶ Svāmi Vivekānanda (Calcutta, 12 gennaio 1863 – Cossipore, 4 luglio 1902) è il discepolo principale del *guru* Śrī Rāmakṛṣṇa. Si occupò di molte attività sociali ed integrò la cultura occidentale con quella orientale, essendo un grande conoscitore di varie religioni, in particolare del Cristianesimo. Per una più ampia trattazione si rimanda al testo: S. Piano, *Enciclopedia dello Yoga*, Promo Libri, Torino 1996

CAPITOLO 3: MÈRE



www.sriarobindo.it

3.1 Infanzia e adolescenza

Mirra Alfassa nacque a Parigi il 21 febbraio 1878, alle ore 10.15. Suo padre era un banchiere turco, mentre sua madre era originaria del Cairo, due paesi entrambi sulla soglia tra oriente ed occidente. A Parigi ella si impegnò per terminare i suoi studi. Una formazione fortemente scientifica e materialistica, anche se fin da piccola cominciò a praticare in modo spontaneo la sua *sādhānā* (insieme di tutte le pratiche interiori ed esteriori che vengono eseguite regolarmente per l'ottenimento dello scopo finale del proprio *Yoga*), dovuta agli eventi che spesso le capitavano ed a cui non riusciva a trovare una spiegazione. Fin dall'età di 4 anni cominciò a diventare cosciente dei moti che davano impulso alla sua natura interiore, che le provarono l'esistenza del Divino e di come lei potesse unirsi a Lui, manifestandolo nelle azioni quotidiane.

3.2 Parigi e Tlemcen

Studiò disegno e musica e crebbe immersa nell'innovazione artistica che caratterizzò Parigi in quel periodo. A 19 anni si sposò con Henri Morisset, un discepolo del pittore Gustave Moreau. Il 23 agosto 1898 diede alla luce suo figlio André.

A 21 anni conobbe degli indiani che le fecero leggere la *Bhagavad-gītā* per la prima volta. Questa lettura riuscì a spiegarle i fenomeni che spesso le capitavano e rimase colpita dal profondo messaggio che il testo conteneva: il dono delle proprie azioni a Dio, trasformando così la propria natura esteriore. Punto che risulterà poi fondamentale nello *Yoga* di Śrī Aurobindo. Cominciò a studiare l'occultismo e nel 1906 organizzò a Parigi degli incontri settimanali con un piccolo gruppo di ricercatori spirituali, i quali si diedero il nome di "Idea". Sempre nello stesso anno conobbe Max Théon, un ebreo polacco che praticava occultismo da diversi anni, il quale la invitò nella sua casa a Tlemcen, nel sud dell' Algeria, per praticare dell'occultismo insieme a lui ed alla moglie. Qui Mirra intensificò la sua disciplina interiore.

Tornata a Parigi creò un altro gruppo di studio su questi fenomeni, che nominò "*Cosmique*". Diffuse le antiche scritture indiane tra i membri del gruppo e insieme cominciarono a studiare la *Bhagavad-gītā*, le *Upaniṣad* e gli *Yoga Sūtra*.

3.3 Pondicherry

Nel 1908 divorziò da Henri Morisset e dopo due anni si sposò con Paul Richard, un illustre filosofo interessato allo studio del *Veda* ed alla spiritualità sia occidentale che orientale. Egli si occupava anche di politica e per questo nel 1910 dovette raggiungere Pondicherry, a quei tempi colonia francese. Qui, oltre a svolgere i suoi impegni lavorativi, decise di contattare Śrī Aurobindo per approfondire i suoi interessi riguardo alla simbologia del fiore di loto e della stella di David. Quando tornò in Francia raccontò i suoi incontri a Mirra, la quale rimase profondamente colpita dalle parole del marito.

Il 5 marzo 1914 partirono entrambi da Parigi per raggiungere nuovamente Pondicherry. Arrivarono il 29 marzo ed appena Mirra vide Śrī Aurobindo, riconobbe subito in lui il maestro che spesso le appariva in sogno, e che aveva identificato come *Kṛṣṇa*, per i tratti somatici fortemente indiani.

Nacque un'intensa collaborazione tra i Richard e Śrī Aurobindo: si incontravano ogni pomeriggio, compresa la domenica. Da questa collaborazione nacque la rivista "*Ārya*", contenente numerosi articoli nei quali Śrī Aurobindo spiegava quelli che diventeranno i concetti più importanti del suo *Yoga*: la sua interpretazione del *Veda*, delle *Upaniṣad*, il suo pensiero riguardo alla filosofia indiana, la storia del mondo e la sua evoluzione. Vari articoli diventeranno poi le basi dei suoi maggiori lavori, come "La Vita Divina", "La Sintesi dello Yoga", "Il Segreto dei Veda", "Il Ciclo Umano" ed altri.

Lo scopo di questa rivista era dare una risposta ai problemi dell'esistenza umana ed armonizzare le varie tradizioni religiose, trovando un punto d'incontro tra il razionalismo scientifico occidentale e la tradizionale spiritualità indiana.

3.4 Giappone

I Richard crearono un'edizione francese della rivista, ma lo scoppio della prima guerra mondiale li obbligò a tornare in Francia, dove Mirra si ammalò gravemente per il distacco da Pondicherry. La corrispondenza con Śrī Aurobindo fu sempre molto intensa, anche quando l'anno seguente i Richard si imbarcarono per il Giappone, dove arrivarono nel giugno del 1916. Qui le condizioni fisiche di Mirra cominciarono a migliorare leggermente. Ella scoprì il gusto estetico giapponese e l'importanza che questo popolo dava ai fiori ed al contatto con la natura. Lei stessa scriverà successivamente: "I fiori sono le preghiere del regno vegetale".

Scoprì l'importanza di rimanere silenziosi interiormente, caratteristica tipica dei giapponesi. Questo li portava ad avere una forte riserva di energia ed una maggiore concentrazione in tutti gli ambiti della vita.

I quattro anni passati in Giappone però furono per lei anni molto difficili. Nel 1919 una forte epidemia invase il paese e lei provò a combatterla senza l'uso di medicine, volendo utilizzare solo la sua forza interiore. In quel periodo, il suo rapporto con Paul Richard andava disgregandosi sempre di più.

Nel frattempo in India Śrī Aurobindo viveva separato dalla moglie Mrinalini, che non aveva raggiunto il marito a Pondicherry, essendo difficile per lei restare al passo di una personalità così complessa come quella di Śrī Aurobindo. Mrinalini Devī morì di influenza nel dicembre del 1918, poco prima della decisione di raggiungere Śrī Aurobindo a Pondicherry.

3.5 Definitivamente a Pondicherry

I Richard tornarono a Pondicherry nel 1920, ma ormai risultava chiaro che il posto di Mirra era al fianco di Śrī Aurobindo, mentre Paul Richard, pur riconoscendo in lui un grande *yogin* e un grande saggio, non voleva diventare suo discepolo. Lasciò così Pondicherry, visitò vari luoghi dell'India e si trasferì definitivamente in America, dove fondò un Centro di Studi asiatici.

Mirra invece rimase a Pondicherry, pernottando inizialmente in una Guest House e poi trasferendosi in una casa privata. Il 24 novembre 1920 una tempesta fece crollare il tetto della sua abitazione e Śrī Aurobindo la invitò a casa sua, luogo in cui rimase per tutta la sua vita. Da lì divenne a tutti gli effetti la sua compagna spirituale e insieme svilupparono il loro *Yoga*, che iniziava là dove il lavoro degli *yogin* tradizionali finiva. Secondo loro, una volta che lo *yogin* prende coscienza di sé ed entra in contatto con il Divino, non deve rinunciare al mondo per l'ottenimento del *mokṣa*, ma deve portare nella Materia la Coscienza Divina con la quale è entrato in contatto. Praticando questo tipo di *Yoga* infatti si otterrà una trasformazione della Materia.

Questo porterà Mirra in tarda età a sviluppare la trasformazione della Materia fino a livello cellulare; ella chiamò questo processo “*Yoga della materia cellulare*”.

CAPITOLO 4: IL PASSO EVOLUTIVO DI ŚRĪ AUROBINDO E MÈRE

4.1 Lo Yoga Integrale: quando lo spirito incontra la materia

L'obiettivo dello *Yoga* di Śrī Aurobindo e Mère è quello della divinizzazione della natura del discepolo attraverso la trasformazione della stessa, fino ad arrivare ad una espansione del processo talmente grande da creare un'evoluzione della razza umana.¹⁷

Secondo loro infatti l'intero processo evolutivo è partito da una Materia incosciente da cui è nata la Vita. La Vita ha preso coscienza e sono nati gli animali, dotati di istinti. Alcune scimmie hanno sviluppato capacità mentali nettamente superiori a quelle dei loro simili, dando origine a una nuova razza dotata di Mente: l'uomo. Ma l'uomo è un essere di transizione, come lo sono state le scimmie ai tempi. Ora l'essere umano svilupperà la propria coscienza e da essere mentale diventerà essere spirituale. Questo è il nuovo passaggio nell'evoluzione previsto da Śrī Aurobindo e Mère.

Per arrivare a tale passaggio, i due si sono proposti di indirizzare il discepolo verso la scoperta del proprio *ātman*. Questa scoperta porterà ad effettuare cambi di coscienza che indirizzeranno l'individuo verso una più profonda consapevolezza di sé e del mondo che lo ospita, fino a conseguire una vera e propria evoluzione interiore e spirituale che trasformerà la sua natura esteriore¹⁸, quindi la sua mente, la sua vita e poi il suo fisico. L'ambito spirituale quindi entra nella materia dell'individuo, la fa evolvere, portando la presenza del Divino in ogni ambito della vita. Questo comporterà da prima una trasformazione personale, poi l'individuo, avendo preso coscienza di sé, indirizzerà anche gli altri verso tale cambiamento.

Proprio per questa padronanza ed elevazione della materia, oltre che per la sintesi tra oriente ed occidente e per il far confluire dentro tale *Yoga* molti

¹⁷ L'evoluzione non avviene solo sul piano fisico, come si tende a credere in occidente.

¹⁸ Per ulteriori chiarimenti fare riferimento al sottoparagrafo 4.3.2

aspetti delle correnti più disparate, il loro *Yoga* verrà chiamato “*Yoga Integrale*” (*Purna Yoga*).

L’obiettivo principale di tale *Yoga* è che l’individuo esce dalla propria sfera egocentrica, e dalla coscienza comune (mossa dai movimenti della Mente, i quali sono soggetti a tutti i sentimenti ed emozioni che caratterizzano la vita), per entrare nella Coscienza Divina (la quale risponde solamente ai movimenti superiori di *Prakāśa* - Luce, *Śanti* - Pace, *Śakti* - Potere e *Ānanda* - Beatitudine, donando una *Jñāna* - Consapevolezza sia statica, sia dinamica, sia creativa) e diventarne uno strumento ed un veicolo. In tal modo si potrà creare un mondo dove la Volontà Divina venga manifestata, potendo superare così le problematiche attuali, come ad esempio quella ambientale, che sono il riflesso della natura prettamente egoistica dell’uomo.

Lo *Yoga Integrale* quindi dovrà essere realizzato solo ed esclusivamente a vantaggio del Divino. Ogni preferenza, desiderio o attaccamento agli affetti personali vanno fatti sparire. Il distacco è fondamentale per lasciarsi muovere dalla Volontà Divina ed identificarsi con essa, senza che quella personale prenda il sopravvento.

Questa identificazione con la parte più interna di sé porterà ad una maggiore introspezione, fino a vivere in continuo contatto con il proprio *ātman*, distaccandosi dall’essere esteriore che è incessantemente influenzato dagli impulsi e dalle forze esterne. Il raggiungimento di tale completezza non ha uno schema obbligatorio. Ognuno infatti potrà avvicinarsi al Divino e praticare la propria *sādhana* nella maniera ed attraverso i mezzi che gli vengono più congeniali.

Ciascun discepolo quindi dovrà aspirare al Divino, donando tutto se stesso e ogni propria azione, rifiutando i moti che ci allontanano da esso.

Ovviamente un’ascesa spirituale completa è impossibile fin dal principio, in quanto alcune parti collaboreranno di più rispetto ad altre. L’importante è rimanere costanti in tale apertura, svolgendo continuamente un lavoro sulla propria persona. Questo si ottiene con l’aspirazione, con la *bhakti* e con la concentrazione nella ricerca dell’*ātman*.

Esso si può trovare nella cavità del cuore o immediatamente sopra la testa. Per riuscire a sentire la sua presenza è necessario placare gli istinti

ed i pensieri che ci mantengono costantemente sotto gli impulsi nervosi, occupando il nostro essere nella personalità di facciata.

Tramite il dono di sé alla Divina Madre si permette al Divino di entrare nella nostra persona e di compiere azioni che lo manifestino. Ovviamente questo completo affidarsi alla Madre (quindi alla *śakti* del *brahman*) incontra grandi ostacoli lungo il percorso di realizzazione: la Mente continua ad essere scettica, il Vitale (ossia quella parte di noi profondamente attaccata alla vita ed ai suoi piaceri, sede del desiderio, dell'affermazione di sé, delle volontà, delle emozioni, dei sentimenti, delle passioni ed intolleranze) continua a voler perseguire i suoi scopi e si ribella, mentre il Fisico diventa inerte.

Per questi motivi soprattutto all'inizio c'è bisogno di una grande volontà e costanza, che esige un continuo sforzo ed a volte sofferenza spirituale.

Il dono di sé deve essere un dono attivo e dinamico, assolutamente non passivo o inerte. Infatti, oltre a donare se stessi ed autorizzare il Divino ad operare sulla propria persona, il discepolo dovrà nutrire forte volontà, costanza, aspirazione e fede.

Il tutto va effettuato con pazienza e perseveranza oltre che con sincerità d'intenti. Molto spesso si corre il rischio di distorcere inconsciamente la propria *sādhana*, permettendo ai fini egoistici di prendere il sopravvento su quelli spirituali.

L'animo deve rimanere in un continuo stato di calma, pace e silenzio, rifiutando gli impulsi che provengono dall'esterno. In tal modo si riceverà un'apertura verso il *brahman*, che permetterà di avvicinarsi ad una più grande *Jñāna*, *Śakti* e *Ānanda*.

Queste forze, ospitate dentro di sé, potranno poi riflettersi in ogni aspetto della vita e si ritroveranno in ogni elemento del mondo.

Fino a quando non si riceverà quest'apertura spirituale, si rimarrà limitati alle percezioni della Mente. Inoltre il Vitale con i suoi attaccamenti ci porterà a gioire e soffrire in base agli eventi esterni che la vita presenterà lungo il cammino, facendo passare l'animo umano attraverso gioie, talvolta anche sfrenate, e piccole o grandi depressioni. Per questo il distacco e l'indifferenza verso gli aspetti esteriori della vita sono più che mai necessari per intraprendere un cammino spirituale.

Il tutto però deve essere effettuato senza voler accorciare i tempi o fare ricorso alla forza. Se si turba l'equilibrio dell'organismo si corre il rischio che tale soppressione degli istinti porterà i vari elementi a reagire ed a riemergere con maggiore ribellione in seguito. Dall'altro lato non bisogna pensare che il Divino faccia tutto da solo. Senza il continuo sforzo personale niente potrà essere trasformato. La "via di mezzo" (*madyam-mārga*), come dicono i buddhisti, è sempre quella giusta da seguire.

4.2 Lo Yoga Integrale e la spiritualità indiana tradizionale

4.2.1 Lo Yoga Integrale e l'ascetismo

La differenza principale tra lo Yoga Integrale e le altre correnti ascetiche è che il primo si occupa di divinizzare la vita in ogni suo ambito, mentre le seconde portano l'uomo a condurre una vita isolata per rinunciare agli attaccamenti materiali e di conseguenza garantire l'ottenimento del *mokṣa*.

Anche nello Yoga Integrale deve essere praticata una rinuncia: rinuncia all'avidità di guadagno, agli attaccamenti materiali, all'ingordigia, alle pratiche sessuali. Ma il fine ultimo cambia: nell'ascetismo si parla di *māyā* e di rinuncia per trovare l'unica Verità esistente, nello Yoga Integrale si crede che il Divino sia presente qui sulla Terra, che tutto sia *brahman* e che l'uomo, prendendo coscienza, possa uscire dall'ignoranza nella quale si trova, trasformando la propria natura ed il proprio corpo. In tal modo Dio si potrà trovare e manifestare in ogni azione. Anzi sarà Lui stesso ad influenzare e guidare ogni attività umana.

La vita ascetica quindi non è necessaria per questo tipo di Yoga, la vera conquista consiste nel divinizzare la vita quotidiana e questo è possibile solo se si continua ad operare nel mondo.

4.2.2 Lo Yoga Integrale e la *māyā*

Śrī Aurobindo non fu mai d'accordo con le correnti di pensiero che consideravano il mondo un'illusione, un gioco divino (*Līlā*) fatto di cicli di rinascite, da cui l'uomo deve liberarsi per ritornare nell'unica Verità. Se così fosse, l'intera Creazione non avrebbe senso. Secondo lui invece il mondo materiale è l'unico luogo dove ci può essere una progressiva evoluzione: dalla Materia alla Vita, dalla Vita alla Mente e dalla Mente alla completa realizzazione del *Sacchidānanda* (essere completamente realizzato in un triplice aspetto: *Sat* - Esistenza, *Chit* - Coscienza, *Ānanda* – Beatitudine). Quindi, oltre ad esserci una Realtà indifferenziata e statica, che egli stesso scoprì con il *nirvāṇa* e che si può raggiungere attraverso l'introspezione e la propria *sādhana*, esiste anche una Realtà Suprema che detiene dentro di sé l'energia dinamica della Creazione.

Azione e creazione quindi non sono un'espressione illusoria dell'ignoranza, ma la parte suprema e dinamica del *brahman*. Il mondo, essendo una manifestazione della Realtà Assoluta, è quindi esso stesso reale, creato dalla Forza Divina che è nascosta dietro ogni cosa, anche dietro gli opposti della natura. Il Divino perciò risiede nella Materia, nella Vita, nella Mente e nello Spirito. Scoprendo il *brahman* in ogni elemento, si avrà un'evoluzione della coscienza e la si scoprirà prima negli aspetti opposti della vita e poi si noterà come in realtà ogni opposto fa parte dello stesso Uno indifferenziato.

4.2.3 Lo Yoga Integrale, il Veda e la *Bhagavad-gītā*

L'idea di una Realtà Supermentale e di una Coscienza Divina la si può riscontrare nel *Ṛg-veda*, dove però viene solamente dichiarata e descritta nelle sue caratteristiche principali, senza approfondimento.

I saggi dell'epoca intravidero tale Realtà ed i *ṛṣi* vedici ebbero un contatto diretto con Essa, così cercarono di raggiungerla individualmente, ma non si occuparono né di svilupparne il significato profondo né il lato pratico della disciplina.

Nella cultura induista quindi verrà poi accantonata, per essere riscoperta nello *Yoga Integrale*.

Questo tipo di *Yoga* parte poi dal messaggio principale della *Bhagavad-gītā*: il dono di sé al Divino, offrendo ad Esso ogni azione. Ma allo stesso tempo unisce a tale messaggio una liberazione dalla natura umana, elevandone ogni sua parte su un livello più alto. Se non compisse questo doppio movimento, si correrebbe il rischio di un dono passivo, dove non ci sarebbe sforzo personale e quindi non esisterebbe un reale progresso.

4.2.4 Lo *Yoga Integrale* ed il Tantrismo

Lo *Yoga Integrale* in più fa riferimento al Tantrismo. Dalla collaborazione con Mère, Śrī Aurobindo capirà che il dono di sé va offerto non al *brahman*, ma alla Madre Divina, *śakti* dello stesso *brahman*. Senza il Suo potere e la Sua forza attiva, nessuna evoluzione potrebbe essere effettuata.

Va inoltre considerato che il Tantrismo si occupa di regolare tale potere, incanalandolo e purificandolo nei centri di coscienza (*cakram*), così da risvegliare la *kuṇḍalinī* (energia che giace arrotolata sotto forma di serpente nell'osso sacro). Una volta risvegliata tale forza divina percorre dal basso verso l'alto tutti i *cakram*, donando grande potenza alle varie parti dell'individuo.

Nello *Yoga Integrale* il processo avviene in modo diverso: all'inizio si ha un movimento interiore verso l'alto per effettuare un cambio di coscienza, passando da quella umana a quella divina. Quando il cambio è avvenuto e si è stabilizzato, si cerca di portare tale coscienza nei vari *cakram* della persona. In questo processo di discesa, la Forza Divina farà pressione verso il basso, aprendo i vari centri, quindi prima il Mentale, poi il Vitale ed in ultimo il Fisico, per ripulirli, fino ad arrivare alla completa trasformazione spirituale dell'individuo. L'apertura dei *cakram* perciò avviene da sola e tramite la stessa si ottiene lo sviluppo interiore.

La Verità teorica del *Veda* e quella pratica del Tantrismo vengono quindi unite, per arrivare ad una Conoscenza integrale.

4.2.5 Lo Yoga Integrale e le altre forme di Yoga

Gli Yoga tradizionali separavano il ricercatore dalla sua mente, dalla sua vita e dal suo corpo così che riuscisse a individuare il proprio *ātman*, abbandonando la vita quotidiana per raggiungere il *nirvāṇa*.

La grande differenza tra gli Yoga tradizionali e lo Yoga Integrale è che questa realizzazione della Realtà Supermentale è necessaria, ma per la trasformazione e la divinizzazione della natura dell'individuo e del mondo, non solo per una liberazione personale.

L'individuazione dell'*ātman* consiste nel liberare la propria persona dall'ignoranza e dall'ego centrale, scoprendo il Divino Universale risiedente in tutti gli elementi e quindi ritrovandolo albergato anche in se stessi.

L'ascesa verso il Divino è solo la prima parte dello Yoga Integrale, in quanto, una volta avvenuta tale presa di coscienza, questo Yoga prevede una successiva discesa della *śakti* per trasformare la Materia e non per abbandonarla, considerandola pura illusione.

Ciò che cambia quindi non è la pratica dello Yoga, ma il fatto che lo Yoga tradizionale sia solo una preparazione per la discesa del Divino. Esso diventa perciò il mezzo per l'evoluzione della Materia e non più lo scopo finale.

Per di più anche se viene praticato individualmente, l'obiettivo non è più legato all'interesse del singolo, ma proteso al cambiamento della Coscienza terrestre, ossia volto al miglioramento sociale attraverso una modifica della natura dell'uomo. Infatti, lo stesso Śrī Aurobindo dichiarerà:

“Il nostro Yoga non è un ripercorrere vecchi sentieri, ma un' avventura spirituale.”¹⁹

4.2.6 Lo Yoga Integrale ed il ciclo del *samsāra*

Per Śrī Aurobindo il concetto di rinascita come punizione divina è un'idea legata al moralismo umano, fondata sull'idea di giustizia. Il Divino agisce basandosi esclusivamente sulla Verità Suprema e sulla manifestazione della stessa nella *Līlā*, senza preoccuparsi di ciò che possa essere giusto

¹⁹ Sri Aurobindo Ashram Trust, *The Integral Yoga – Sri Aurobindo's Teaching and Method of Practice*, Sri Aurobindo Ashram Publication Department, Pondicherry 1993, pag. 40

moralmente. Quindi il ciclo del *samsāra* sarebbe per lui la crescita dell'anima attraverso varie esperienze, immersa in un senso di sofferenza, di separazione e di distacco, finchè durerà l'ignoranza.

Fino a quando l'uomo rimarrà incosciente, vivrà immerso nelle dicotomie bene e male, piacere e sofferenza, gioia e dolore. Solamente elevandosi egli prenderà coscienza dell'unità negli estremi e cesserà in lui il senso di separazione.

La sofferenza è necessaria all'anima per imparare a migliorarsi, fino a quando non sarà pronta a ricongiungersi con il Divino.

Quando un'anima lascia il corpo, perde coscienza degli eventi legati al Fisico e al Vitale e delle costruzioni mentali, prima di incarnarsi in un altro essere che avrà tutt'altra mente, tutt'altra vita e ovviamente tutt'altro corpo. Per questo non ci si ricorda delle esperienze passate.

Venendo però a conoscenza delle precedenti esistenze, si potrà capire perché avvengano determinate sfortune, errori, calamità o caratteristiche negative della personalità, che il più delle volte sono ostacoli da superare per ottenere tale ricongiungimento.

Il *karma* non deve essere visto come una condanna, in quanto tramite gli sforzi e la *sādhana* può essere ripulito. Per questo non bisogna dare molta importanza alle vite precedenti, mentre invece occorre concentrarsi sul motivo basilare dell'attuale rinascita, scoprendo il reale scopo dell'esistenza in corso. La vita terrena infatti è l'unico luogo dove tale evoluzione possa avvenire.

4.2.7 Lo Yoga Integrale e la meditazione hindu

Secondo Śrī Aurobindo la *bhakti* è uno stato essenziale nello Yoga Integrale, ma non deve sfociare in fanatismo o dare luogo a superstizioni: "Se non agisco così, Dio mi castigherà", poiché le punizioni dipendono dall'ignoranza (*avidhyā*), non dal *brahman*.

Praticare le *pūjā* (atti di adorazione verso una divinità) può aumentare la forza della *bhakti* ed i *mantra* (ripetizione di sillabe rappresentanti il Divino) possono creare la vibrazione giusta per aprirsi ad Esso. Ma entrambi, o qualsiasi altra forma di preghiera, devono partire da un desiderio interno,

senza forzature o insistenze eccessive, le quali sono solo una forma falsata di avvicinamento. Essi si possono praticare in determinati momenti della giornata se il discepolo lo ritiene necessario per la sua *sādhana*, ma questo non deve diventare un atto meccanico o un prolungamento eccessivo della preghiera: il Divino è ovunque e qualsiasi azione può essere trasformata in atto di devozione.

Nello *Yoga* Integrale comunque non è necessaria una minuziosa *sādhana*, ma può essere sufficiente aspirare al silenzio interiore, sentire amore per il Divino e voler aprire il proprio essere alla Divina Madre, eventualmente aiutandosi con pratiche specifiche per aumentare inizialmente la concentrazione.²⁰

Vivekānanda insegnò tramite queste tecniche a distaccare la mente dai pensieri, accorgendosi che essi sono impulsi che vengono dall'esterno. Questo tipo di concentrazione, chiamato "auto-osservazione" (*swadarśana*), con il tempo produce una divisione in due della mente: una parte calma e costante, l'altra che diventa l'oggetto di osservazione, essendo ancora legata alla precedente esteriorità. Mostrerà come essa reagisca agli impulsi provenienti dall'esterno ed alle sensazioni legate agli eventi personali.

La *Bhagavad-gītā* insegna il *dhyāna* della liberazione, lo svuotamento della mente per immergerla in uno stato di Divina Conoscenza. All'inizio per ottenere questo tipo di concentrazione si ha bisogno di isolamento e di immobilizzazione del corpo, per incanalare tutte le energie verso il nuovo stato. Con il tempo però, secondo Śrī Aurobindo, tale stato non deve più essere legato alle circostanze esterne. Il metodo introspettivo, una volta assimilato, può essere raggiunto in ogni circostanza quotidiana, fino a fare di esso uno stato nel quale si è immersi continuamente.

Zittire la mente non è facile, bisogna prima rifiutarne, senza sforzo ma con costante fermezza, tutte le attività, rimanendo tranquilli ed aspirando al silenzio. È esattamente lo stesso procedimento che si attua per donare sé stessi e far discendere la *śakti* divina nel proprio corpo. Nello *Yoga* Integrale per realizzare tale tipo di concentrazione si richiede, a seconda della natura dell'adepto, o un moto di ascesa o un'apertura del cuore (vedi capitolo 4.3.2). Nel primo caso la concentrazione va praticata al di sopra

²⁰ Nell'induismo *dhyāna* è la concentrazione mentale che comprende la meditazione

della testa per l'ascesa e la conseguente discesa, oppure all'interno del cuore, per l'apertura dell'*ātman*.

Queste esperienze introspettive si chiamano *samādhi* (*trance*). Esse servono a preparare l'individuo al nuovo stato, ma solamente quando tale concentrazione e quando il dono di sé alla *śakti* divina vengono praticati costantemente, anche immersi nel caos quotidiano, si potrà parlare di una effettiva realizzazione nella meditazione, che è diventata una meditazione attiva. La meditazione attiva ci permette di rimanere perennemente in contatto con il Divino, senza aver bisogno dello stato di *trance*.

4.2.8 Lo Yoga Integrale ed il Divino

Il Divino è il *brahman*, l'Essere Supremo che tutto possiede e nel quale tutto è immerso. Da esso tutti vengono, in esso tutti vivono e ad esso tutti ritornano, superando l'ignoranza presente nella Materia.

Il Divino ha tre aspetti:

- un aspetto cosmico, presente dietro tutte le cose e gli esseri;
- un aspetto spirituale, presente nell'*ātman* di ogni individuo, il quale può fare da maestro;
- un aspetto trascendente, che guida tutti gli esseri verso i piani più alti della Realtà Suprema, aiutandoli a portare nella vita e sulla Terra tale Realtà.

Sviluppando solo il primo punto, l'individuo realizzerà l'aspetto cosmico del Divino risiedente in ogni cosa, ma perderà la propria individualità. Sviluppando solamente il proprio *ātman*, avrà una crescita individuale considerevole, ma essa sarà finalizzata solo a se stesso, senza manifestare il Divino nel mondo. Sviluppando l'aspetto trascendente arriverà a conoscere i piani più alti dell'esistenza, ma perderà la concezione di se stesso e del mondo. Perciò, per ottenere una crescita integrale, bisogna realizzare tutti e tre gli aspetti, armonizzandoli tra loro, sia nella loro parte statica, sia in quella dinamica. I piani più alti sono costituiti da stati fissi che si possono raggiungere, ma ad esistere è la persona, la quale infatti a tali stati può essere integrata, senza scomparire.

La *śakti* divina è la Forza del Divino, del *brahman*, Madre di tutte le cose. Essa ha dato forma alla Creazione tramite la Sua Forza. Il *brahman* è il Sé statico, mentre la Sua Forza Dinamica è la *śakti* divina, ossia la Divina Madre.

Solamente tale Forza può trasformare la natura, rendendola divina; per questo i discepoli che vogliono effettuare tale trasformazione devono donare se stessi alla Madre, non al *brahman*. Con questo dono la *śakti* divina scende dall'alto, fluisce nella Mente e negli altri *cakram*, arriva nella cavità del cuore dove risiede l'*ātman* e da esso si estende agli altri piani ed ai movimenti dell'intero corpo. Fluendo in esso, tale Forza produrrà cambi di coscienza, facendola evolvere da umana a divina. Per conseguire tale scopo, però, bisogna conoscere e dominare i vari piani del proprio essere. Senza tale padronanza essi agiranno sempre a proprio vantaggio e l'individuo non potrà ottenere la pace necessaria per il fluire della *śakti*.

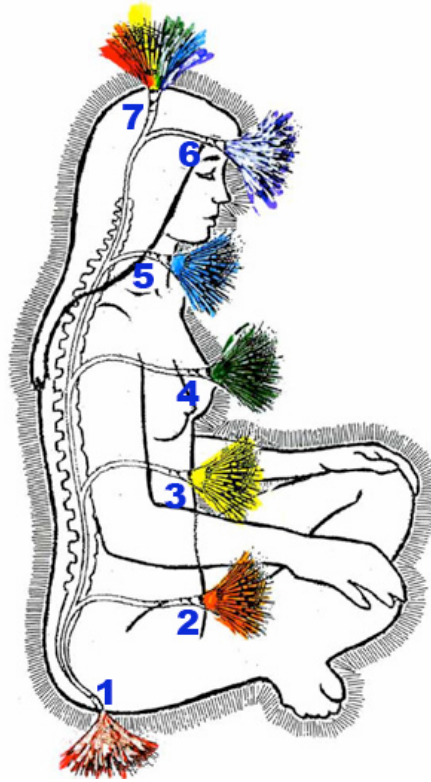
4.3 L'evoluzione e la trasformazione della Coscienza

4.3.1 I *cakram* ed i piani dello Yoga Integrale

I *cakram* sono i centri di coscienza che ogni individuo possiede.²¹

L'uomo, essendo un essere mentalizzato, concentra la propria energia nel pensiero, sul quale basa la sua esistenza. Il pensiero però è solo una delle facoltà dell'individuo, che può, facendone grande uso, atrofizzare gli altri sensi, a scapito della spontaneità iniziale. Per questo il Tantrismo si occupa della gestione dei vari *cakram*, per tacitare la mente e far riaffiorare determinate capacità.

²¹ Rappresentano uno dei fondamenti del Tantrismo, da cui infatti Śrī Aurobindo li riprende



www.armonianaturale.com

Lo Yoga Integrale si basa sui sette *cakram* della tradizione tantrica, raggruppandoli in quattro piani principali:

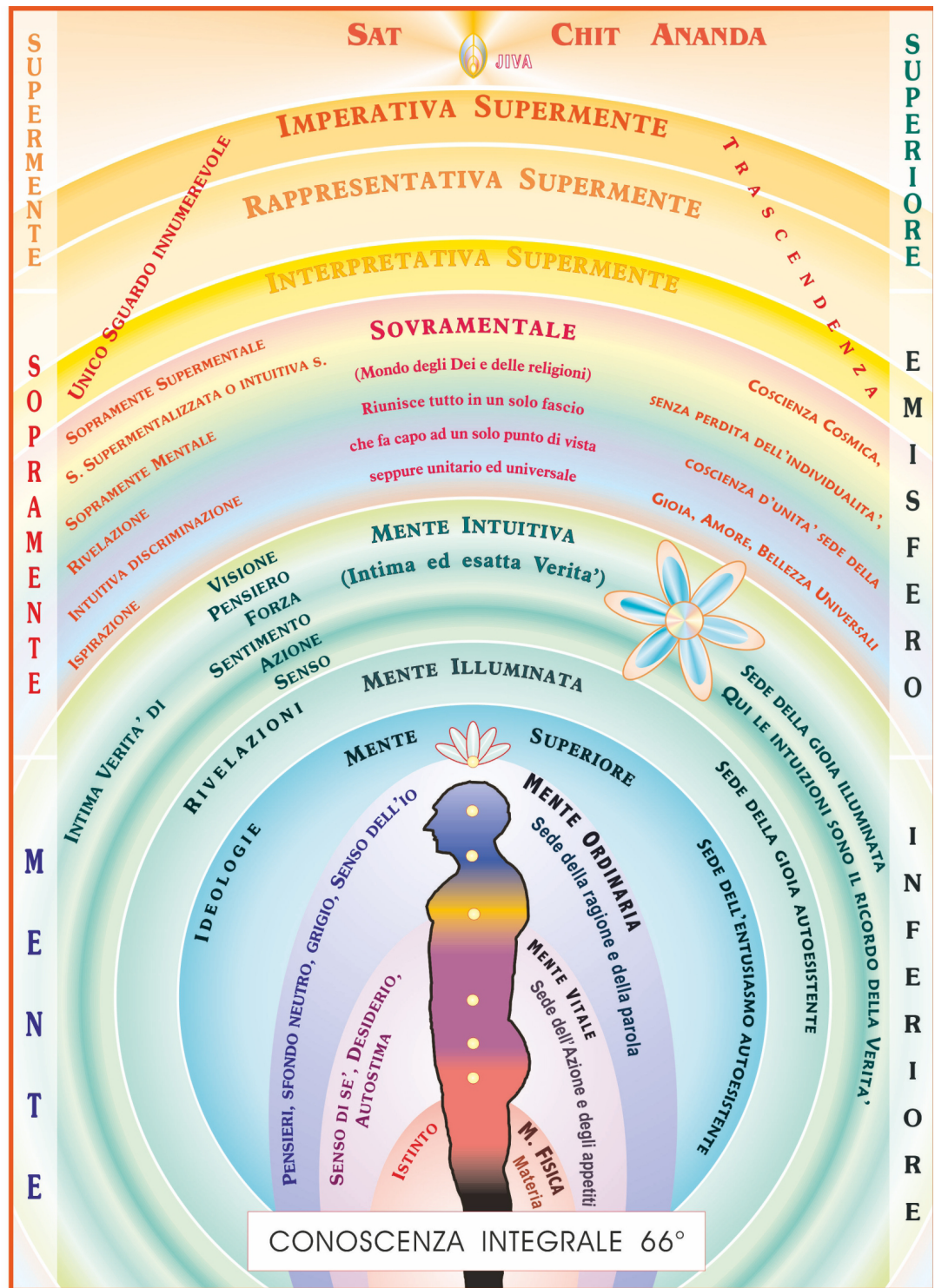
- il Sopracosciente (nel futuro l'uomo farà riferimento ad esso e non più alla Mente, secondo Śrī Aurbindo): racchiude in sé il settimo *cakram*, posizionato sopra la testa. Questo *cakram* controlla la Mente pensante e ci permette di entrare in contatto con i vari livelli della Sopramente:
 - la Mente comune, tipica di tutti gli individui. Ammette una verità per volta e separa in dicotomie per capire;
 - la Mente superiore, tipica dei filosofi e pensatori. Essa è meno schematica ma capisce le cose solo dopo aver trovato una spiegazione logica;
 - la Mente illuminata, offre benessere spirituale, gioia e verità minori. Inoltre dona facoltà creative ed una maggiore capacità d'esprimersi, anche attraverso la scrittura e la poesia;
 - la Mente intuitiva, nella quale sparisce la diversità, c'è solo gioia. Essa funziona per intuizione, agisce cogliendo lampi di Verità senza l'uso di molte parole, esattamente al contrario della Mente precedente. La Verità quindi è data a getti, i quali prendono una

forma artistica, mentale o religiosa a seconda dell'individuo. Questa Mente non dona uno sguardo d'insieme;

- il piano Surmentale, quello che ha influenzato i pensatori delle grandi religioni. L'uomo entra in contatto con la Coscienza Cosmica senza perdere la propria individualità. L'individuo percepisce per masse, ricevendo un dono quasi completo di unità. I pochi che sono riusciti ad accedervi stazionavano nella Mente illuminata e sporadicamente riuscivano ad accedervi per qualche istante, attraverso il proprio talento artistico, letterario, la propria fede, ecc...;
- Infine si arriva all'ultimo livello mentale, il Sopramentale, dove inizia l'emisfero superiore dell'Esistenza.

Il settimo *cakram* viene chiamato anche "loto dai mille petali", per indicare le ricchezze che si possono ottenere tramite esso. Questo *cakram*, pur donando una preziosa apertura, rimane legato ai piani mentali, i quali non sono in grado di trasformare la vita terrena.

- la Mente: racchiude in sé:
 - il sesto *cakram*, anche chiamato terzo occhio, posto tra le sopracciglia e sede delle attività mentali;
 - il quinto *cakram*, situato a livello della gola e sede dell'espressione mentale.
- il Vitale: racchiude in sé tre centri:
 - il quarto *cakram*, posizionato a livello del cuore, sede delle emozioni e sentimenti;
 - il terzo *cakram*, a livello dell'ombelico, sede delle ambizioni, degli impulsi di possesso e di conquista;
 - il secondo *cakram*, che si trova tra l'ombelico e gli organi genitali, sede degli istinti più bassi, quali gelosia, ira, invidia, desideri di vario genere.
- il Fisico: racchiude in sé il primo *cakram*, posizionato alla base della colonna vertebrale, sede del fisico, degli organi sessuali e inizio del cammino verso il Subconscio.



Giovanni Tonioni - maestro Aghni, *Terre e cieli dell'aldilà - parte 3^*- Studi comparati di teosofia, cabala, yoga Tapas Edizioni, Savignano sul Panaro 2000

La Mente, il Vitale ed il Fisico sono costituenti dell'emisfero inferiore e caratterizzano tutti gli esseri e tutti i piani. La Materia, di cui fa parte il Fisico, è meccanica, inerte, ristretta ed incapace di procedere da sola. Essa è in gran parte legata al Subconscio, alla propria *routine* e non vuole effettuare cambiamenti su di sé. Ma il corpo è la base della vita, anche di

quella spirituale, centro di tutte le azioni, perciò parte essenziale di ogni individuo. Proprio per questo non può essere accantonato.

Il Vitale è la forza della vita che l'essere racchiude in sé. Senza di esso non ci sarebbero Vita e Azione nella Materia. Per iniziare qualsiasi attività o percorso, anche di tipo spirituale, tale forza è necessaria. Ma nella vita comune essa è schiava di desideri e passioni e deve essere controllata dalla Mente e dalla Volontà, che però non sempre riescono nel loro intento, non potendo così evitare disordini e disastri. In esso esistono quattro parti:

- la Mente vitale, tra la gola ed il cuore e sede del pensiero vitale e delle sue espressioni;
- il Vitale emotivo, posizionato nel quarto *cakram* e sede dei sentimenti;
- il Vitale centrale, tra il cuore e l'ombelico e sede dei più forti desideri ed emozioni, quali: orgoglio, ambizione, paura, attrazione, repulsione, ecc...);
- il Vitale inferiore, situato sotto l'ombelico e sede dei piccoli desideri e sentimenti, come quelli di gola e sessuali.

Il Vitale possiede anche l'essere nervoso del corpo, che è strettamente influenzato dalle sensazioni, dai sentimenti e dagli stati d'animo in generale.

“Il Vitale è un buon strumento, ma un cattivo maestro.”²²

Non può essere distrutto o venir oppresso, in quanto torna con più foga in seguito. Può essere però trasformato e messo sotto un controllo spirituale.

La Mente è legata alle percezioni mentali. Viene suddivisa in:

- Mente pensante, che concettualizza l'idea o la conoscenza e sulle percezioni mentali crea delle conclusioni logiche. Essa può diventare arrogante o presuntuosa quando trova un filo logico al quale aggrapparsi. Se invece riscontra più verità opposte, entra nel dubbio in quanto ne accetta solo una per volta. In più molto spesso è frettolosa e giunge a soluzioni affrettate o erranee;
- Mente dinamica, che si muove per la realizzazione di tale idea o conoscenza;
- Mente esterna, che esprime il pensiero, tramite la parola o altre forme.

²² Sri Aurobindo Ashram Trust, op. cit., pag. 53

La Mente vitale non ragiona per logica, ma pianifica grandi sogni o avvenimenti futuri. Essa è tipica del *leader* e media tra i desideri e gli impulsi del Vitale, incanalandoli in una forma mentale.

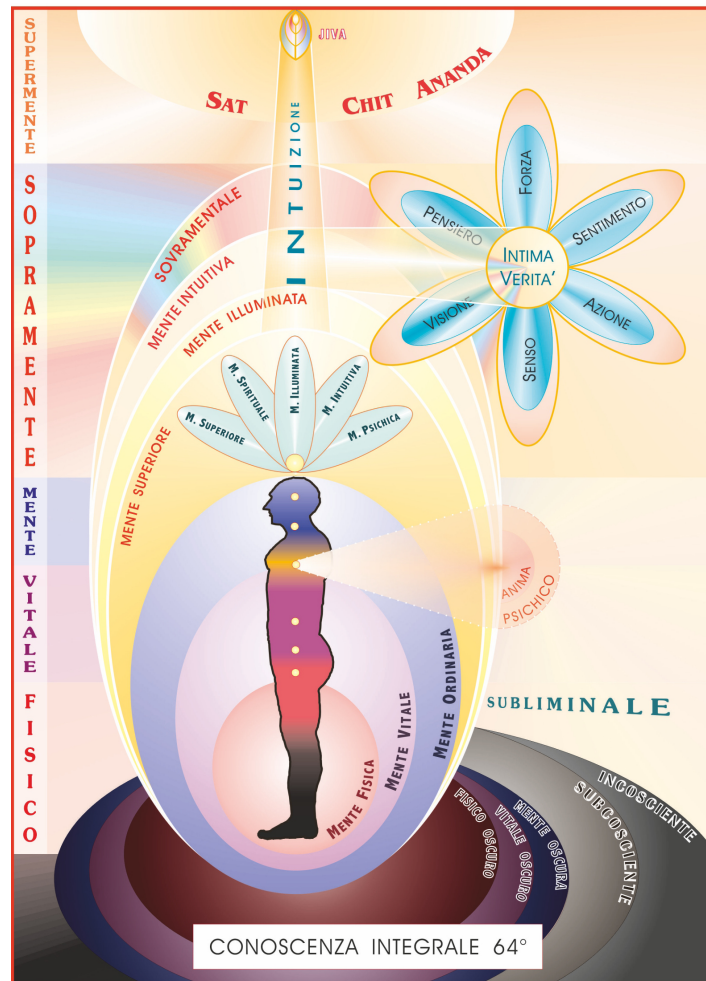
La Mente fisica è la mente più pratica e scettica, entra in contatto solo con gli oggetti materiali e crede solo a quello che vede. Effettua una mediazione tra la conoscenza esterna e materiale e la Mente. Entrambe le ultime due Menti sono influenzate e limitate dagli eventi esterni, essendo collegate al Vitale e alla Materia.

4.3.2 La personalità di facciata, l'essere psichico ed il *jivātman*

Questa conoscenza dei vari piani, la pratica della meditazione e gli insegnamenti di Vivekānanda a riguardo mostrano come, a forza di rispondere agli stessi impulsi, stimoli e pensieri esterni, si crea una personalità chiamata "io". A tale personalità, che lo *Yoga* considera una "personalità di facciata", vengono attribuiti tutti i movimenti della coscienza comune, i pensieri, le volontà, le sensazioni, i sentimenti e le azioni. Essa viene influenzata quindi dalla Mente e dal Vitale, i quali spesso si mescolano tra loro, oltre ad essere fortemente indirizzata dall'educazione, dall'ambiente in cui si è cresciuti, dalla famiglia di origine.

Alla personalità di facciata si contrappone l'essere interiore (l'anima o *ātman*), a cui corrispondono la Mente interiore, il Vitale interiore ed il Fisico interiore. Tali parti sono espressione dell'essere psichico, il quale non viene condizionato dagli eventi esterni ed è sempre immerso in uno stato di profonda pace e luce, essendo in stretto contatto con il *jivātman* (l'essere centrale, rappresentazione del Divino, posto al di sopra dei vari livelli della Mente). Il più delle volte l'essere psichico e l'*ātman* rimangono nascosti sotto la personalità esteriore, essendo essa più immediata ed invadente.

Praticando la propria *sādhānā*, l'*ātman* e poi l'essere psichico verranno scoperti, l'*ātman* verrà dischiuso ed il discepolo comincerà a vivere immerso sempre più nella realtà interiore rispetto a quella esteriore, la quale risulterà infine superficiale e distaccata dall'io.



Giovanni Tonioni - maestro Aghni, *Terre e cieli dell'aldilà - parte 3^*- Studi comparati di teosofia, cabala, yoga Tapas Edizioni, Savignano sul Panaro 2000

Ad un certo punto del percorso spirituale il discepolo si identificherà completamente con l'*ātman* ed il suo nuovo "io" diventerà un "io testimone". Egli diverrà cosciente dei moti che prima influenzavano e muovevano la sua intera persona, in quanto identificata con la personalità di facciata.

Con questa scoperta egli potrà osservare gli impulsi arrivare a lui e avere una visione distaccata degli eventi esterni e delle persone che ne fanno parte, provando un senso di serenità indipendente da ciò che lo circonda in quanto la sua individualità corrisponderà a ciò che sta dentro, mentre ciò che sta fuori diventa vuoto. Ritrovando se stesso, l'attaccamento agli elementi esterni scomparirà.

Tramite questa nuova identificazione e servendosi dell'intuizione avvenuta con l'apertura del settimo *cakram*, il discepolo scoprirà come l'essere psichico sia una rappresentazione interiore del *jivātman*. L'essere psichico rimane dietro la Vita e la sostiene, mentre il *jivātman* presiede la

Manifestazione. Perciò egli non nutrirà più il senso di separazione nel quale viveva in precedenza, ma, divenuto cosciente del Divino che alberga in sé, potrà percepirlo in tutti gli elementi che lo circondano.

L'*ātman*, l'essere psichico e il *jivātman* sono esseri inattivi, mentre la Natura (*Prakṛti*) e la *śakti* sono esseri attivi.

L'azione quindi per essere completa ha bisogno dell'integrazione di entrambe le parti.

Grazie al fluire della *śakti* divina all'interno del corpo ed all'identificazione con il proprio *ātman* e quindi poi con il *Jivātman*, risulta possibile accedere ai piani più alti della coscienza, permettendo così la trasformazione della stessa.

4.3.3 La triplice trasformazione

La scoperta dell'*ātman*, dell'essere psichico e del *jivātman* porta alla prima trasformazione: la Trasformazione Psicica dell'individuo.

Continuando tale identificazione con forza, volontà e devozione, la Mente, il Vitale ed il Fisico saranno rivolti verso il Divino. Si stabilirà nel corpo una discesa di Pace, Luce, Conoscenza, Potere e Beatitudine. Si effettuerà così la Trasformazione Spirituale.

Questi due cambiamenti comporteranno un doppio movimento: il primo di ascesa verso il *jivātman* ed i piani più alti della coscienza, il secondo di discesa dei piani superiori.

La discesa di tale forza comincerà a pulire i vari piani, livello dopo livello. La Forza Divina, man mano che scende, apre i vari *cakram*. Questo processo deve avvenire lentamente ed è rischioso forzarlo, in quanto la conquista di ogni livello fa emergere anche la sua controparte negativa ed inconscia. Forzare il processo vorrebbe dire perciò far emergere di colpo anche la parte negativa del livello che si sta ripulendo, facendolo diventare molto più aperto e sensibile sia alle forze divine (dell'illuminazione, della trasformazione, della purificazione), sia a quelle non divine che danno impulsi differenti a seconda appunto del livello che si sta ripulendo. Per questo tale processo va compiuto con molta ponderazione, lasciando agire la *śakti* divina, senza obbligarla all'azione.

Tale flusso inoltre non sarà sempre costante. Avrà bisogno di una fase di assimilazione, soprattutto all'inizio. Perciò il più delle volte, a un periodo di discesa costante, ne sussegue un altro di stallo e di oscurità, in cui si perde il contatto con la Forza Divina. In esso è possibile che il discepolo venga preso dallo sconforto o entri nel dubbio della bontà della sua disciplina. Quello che bisogna fare, per evitare di venir coinvolti da tali sentimenti o crolli emotivi, è rimanere tranquilli ad aspettare il ritorno della *śakti*. Per un certo periodo di tempo quindi essa fluirà ad alternanza. Rimanendo rivolti verso la *śakti* ed aspettandola quando il flusso viene meno, si compie l'ultima trasformazione: la Trasformazione Sopramentale, la quale porterà ad un ribaltamento completo della Mente, del Vitale e del Fisico.

L'individuo entrerà in contatto con i livelli sopramentali più alti, i quali faranno da porta d'ingresso per entrare nella Supermente.

4.3.4 L'evoluzione Sopramentale

Effettuando tutti i passaggi della triplice trasformazione, ci si immerge nella *śakti* divina e si arriva alla Supermente, la quale è auto-esistente e nella quale non esistono separazioni, opposizioni o divisioni. Essa è pura Luce, pura coscienza della Natura Divina.

“La Mente è uno strumento dell'ignoranza che cerca di capire, la Supermente è un sapiente che possiede la Conoscenza”²³

Nell'interpretazione evolutiva di Śrī Aurobindo, quindi, l'uomo passerà attraverso vari livelli sopramentali per sfociare nella Supermente e ad essa farà in ultimo riferimento, portando tale livello qui sulla Terra. In tal modo i contrasti, i dubbi, le incomprensioni e le malattie cesseranno d'esistere in quanto appartenenti all'ignoranza. Però il processo sopramentale sarà possibile solo per alcuni uomini, esattamente come nell'evoluzione non tutte le scimmie si sono mentalizzate. Questo è il grande mutamento previsto da Śrī Aurobindo e Mère.

²³ Sri Aurobindo Ashram Trust, op. cit., pag. 67

4.4 La perfezione del corpo

In un capitolo del suo ultimo scritto - *The Supermental Manifestation upon Earth* - Śrī Aurobindo dichiarerà quanto sia importante nello Yoga Integrale raggiungere la perfezione del corpo.

Decise di iniziare tale capitolo con le seguenti parole:

शरीर की पूर्णता

हमारे पास जो साधन उपलब्ध हैं, उनके माध्यम से देह में अधिकाधिक पूर्णता ला सकना ही शारीरिक-चर्या का चरम उद्देश्य होना चाहिये। सभी संस्कारों का वास्तविक लक्ष्य पूर्णता ही है चाहे वे आध्यात्मिक और आन्तरात्मिक हों या मानसिक या प्राणिक। और, हमारे शारीरिक संस्कार का भी यही लक्ष्य होना चाहिये। यदि हम एक सम्पूर्ण व्यक्तित्व बनाना चाहते हैं, तो इसका शारीरिक पक्ष दरकिनार नहीं किया जा सकता; क्योंकि देह भौतिक आधार है, शरीर वह यंत्र है जिसका उपयोग हमें करना है। प्राचीन संस्कृत सुभाषित है—‘शरीरं खलु धर्मसाधनम्’—शरीर धर्म-पालन का साधन है। धर्म का तात्पर्य उस प्रत्येक आदर्श से है जिसे हम स्वयं के लिए साध्य बनाते हैं, जिसके क्रियात्मक नियमों का पालन करते हुए उसका प्रभाव ग्रहण करते हैं। एक सर्वांगीण पूर्णता को हमने चरम साध्य की तरह सामने रखा है, क्योंकि हमारा आदर्श है वह दिव्य जीवन जिसे हम यहाँ स्थापित करना चाहते हैं, यहाँ इस पृथ्वी पर जड़-जगत् की इन परिस्थितियों में ही आत्मा के जीवन की परिपूर्ति और जीवन का आध्यात्मिक रूपान्तर करना चाहते हैं। यह तभी हो सकता है जब शरीर भी एक रूपान्तरकारी प्रक्रिया पूरी करे, इसके विन्यास और संचालन में यथासम्भव क्षमता हासिल हो जाये या इसे सम्भव बनाया जा सके।

La perfezione del corpo

La perfezione del corpo, la più grande che possiamo ottenere con i mezzi a nostra disposizione, deve essere lo scopo finale della cultura fisica. La perfezione è il vero intento di tutte le culture, della spirituale e psichica, della mentale, della vitale e dovrà esserlo anche per la nostra cultura del fisico. Se la nostra ricerca è per una totale perfezione dell'essere, la parte fisica non può essere lasciata in disparte; per il corpo è la base materiale, esso è lo strumento che dobbiamo utilizzare.

L'antica massima sanscrita afferma – “*Sharīram khalu dharmasādhanam* – il corpo è il mezzo per l'adempimento del *dharma*. Per *dharma* si indica ogni ideale che possiamo proporci e la legge che guida il suo compimento e la sua azione. Una perfezione totale è la meta massima che ci poniamo davanti, visto che il nostro ideale è la Vita Divina che desideriamo creare qui, la vita dello Spirito realizzata sulla Terra, la vita che compie la sua stessa trasformazione spirituale quaggiù sulla Terra, nelle condizioni dell'universo materiale.

Ciò non può avverarsi a meno che anche il corpo non si sottoponga ad una trasformazione, a meno che le sue azioni e funzioni non ottengano una capacità suprema e la perfezione che gli è o che gli possa essere possibile.

Lo *Yoga* Integrato infatti si occupa di sviluppare contemporaneamente sia i piani alti, sia quelli bassi, per poter permettere una crescita effettiva di tutte le parti, senza trascurare determinati aspetti a scapito di altri.

Per queste ragioni, prima di poter accedere ai piani sopramentali e supermentali, sono necessarie sia la scoperta e l'identificazione dell'*ātman* con se stessi, da un punto di vista spirituale, sia la liberazione e purificazione della propria natura, da un punto di vista fisico. Se il corpo dovesse rimanere il medesimo, senza trasformarsi anch'esso a sua volta, continuerebbe a rispondere agli stessi moti e diventerebbe un ostacolo per l'evoluzione della persona e per la manifestazione del Divino sulla Terra. Invece di sostenere tale cambiamento, infatti, si opporrebbe ad esso, rimanendo incosciente e facendo riferimento ancora alla natura inferiore; di

conseguenza l'evoluzione sarebbe solamente interiore, quindi parziale. Per una crescita integrale il corpo risulta quindi di fondamentale importanza.

4.5 La trasformazione della Mente, del Vitale e del Fisico

Per arrivare a cambiare il corpo però bisogna convincere la Mente, purificare il Vitale e trasformare il Fisico.

Il convincimento della Mente è fondamentale, in quanto essa guida le due parti inferiori. La trasformazione può avere inizio una volta che il discepolo si convinca che tale disciplina sia il percorso spirituale che egli vuole intraprendere.

Il Vitale è indipendente, orgoglioso e ribelle. Rifiuta la cooperazione e l'imposizione delle regole, agisce sempre per soddisfare desideri ed ambizioni che hanno un fine egoistico, i quali possono portare a forti agitazioni interne. Non bisogna cercare di piegarlo con la forza, in quanto, se non viene motivato alla collaborazione nel percorso spirituale, tornerà con più vigore invasivo in seguito. Però, se questi appetiti continuano a non essere soddisfatti, si perde la sua cooperazione e la persona, svuotata dell'energia di vita che possedeva, entra nello sconforto e nella depressione.

Per tale motivo il Vitale è fondamentale in ogni persona. Per avere il suo consenso esso non va dominato, ma illuminato poco alla volta con la Forza Divina.

Il Vitale inferiore, fortemente legato alla personalità di facciata ed alla sfera egoistica dell'individuo, si opporrà nel processo evolutivo anche con molta forza. Ma con costanza e fede questi attacchi saranno sempre meno incisivi e meno frequenti, fino a quando il Vitale esterno non verrà completamente ripulito; l'individuo avrà intanto scoperto il proprio *ātman* e comincerà a non identificarsi più con tali impulsi, smettendo di riconoscerli come parti di sé e considerandoli esterni alla propria persona. Egli farà completo riferimento al Vitale interno ed utilizzerà quello esterno come uno strumento, cessando di essere schiavo dei propri desideri.

Dopo aver convinto la Mente e con l'appoggio del Vitale, si può procedere alla trasformazione del Fisico.

Il Fisico, essendo comandato dalla Mente Fisica, è fortemente inerte, scettico e non crede in un possibile cambiamento, tantomeno se effettuato da energie che non siano percepibili materialmente. Anche in questo caso l'uso della forza è assolutamente sconsigliato, in quanto il Fisico si accanirebbe ancora di più nel suo scetticismo e gli impulsi inerziali, tipici di questo piano, si farebbero ancora più forti. All'inizio si sentirà un senso di limitazione, in quanto il corpo deve evolversi per esprimere materialmente lo sviluppo già avvenuto negli altri piani. Esso va quindi persuaso ed illuminato dalla *śakti* divina, senza identificarsi con gli attacchi inerziali che si subiscono in questa parte della disciplina.

Si potrà poi entrare nel Subcosciente, piano che influenza la Materia, ma del quale si rimane inconsapevoli nello stato di veglia, mentre se ne riceve una qualche percezione durante il sonno o in maniera del tutto inconscia. Per avere una completa padronanza del corpo è necessario conoscerlo e riuscire a padroneggiarlo nelle sue azioni sul piano materiale. Quest'ultimo è il piano più oscuro e ignorante, posizionato al di sotto dell'individuo, dove solamente la *śakti* divina può penetrare, come un raggio di luce nella completa oscurità. Però tale passaggio potrà e dovrà essere effettuato solo quando la Mente, il Vitale ed il Fisico siano stati completamente trasformati. Risvegliare tale parte prematuramente può portare a gravi conseguenze, perché essa potrebbe influenzare molto negativamente la Mente ed il Vitale, falsare tragicamente gli eventi e causare disastri.

In ultimo la Natura è legata all'Incosciente, quella parte di essa che reagisce con movimenti fissi, automatici e ripetitivi davanti agli eventi della Vita. Tale parte è rispecchiabile anche nella natura umana. Mentre negli altri piani, con l'aiuto della *śakti* divina, la trasformazione totale è fattibile, cambiare completamente le leggi di questa parte è quasi impossibile. La trasformazione di questo piano verrà approfondita in particolare da Mère, nello Yoga delle cellule.

Il segreto della riuscita consiste nel rimanere costantemente nei livelli più alti della coscienza divina e cercare di portarla verso il basso per cambiare poco alla volta i piani inferiori.

La conquista di tutti i piani porterà l'individuo ad aver ultimato la trasformazione, ad aver raggiunto la perfezione del corpo ed essere diventato uno strumento del Divino in ogni sua parte.

4.5.1 Difficoltà nella trasformazione

Il principale conflitto sarà tra l'attrazione verso il Divino con la conseguente trasformazione e la spinta dell'ignoranza che porterà dubbi e scetticismo alla Mente, attaccamento ai desideri vitali, amor proprio all'ego ed un senso di inerzia generale nel Fisico. La natura umana vuole continuare a vivere come ha sempre vissuto ed i vecchi impulsi si ripresenteranno di continuo.

Ogni discepolo quindi si dovrà preparare agli attacchi depressivi quando il Vitale deciderà di non collaborare, non dovrà identificarsi con essi o seguirli nelle loro pulsioni. Dovrà rimanere fermo nella sua posizione, distaccarsi completamente dalle difficoltà sia della vita quotidiana, sia della disciplina, identificarsi con l'essere interiore che non è soggetto a questi attacchi ed invocare l'aiuto della *śakti* divina.

Il dono di sé non può avvenire tutto di colpo. Anche quando la decisione è stata presa, esso va effettuato poco alla volta, visto che varie parti si rifiuteranno di collaborare. Quando emergono i difetti e le difficoltà, essi vanno allontanati, senza permettere loro di modificare lo stato che si è raggiunto. Ciò va attuato con fermezza, ma serenamente, e solo con la forza della fede, senza rabbia o odio personale. Tali attacchi diventeranno più violenti man mano che il progresso si farà più veloce, ma essi potranno agire sempre e solo sulla personalità di facciata.

La concentrazione però non va indirizzata sui difetti o sulle difficoltà emergenti, ma sul lato positivo della *sādhana* e sulla discesa della Grazia Divina. Rimanere costantemente allerta o in lotta con tali imperfezioni ritorna a danno del discepolo, poichè proprio in questa lotta egli perde lo stato di grazia e di pace, ossia uno degli scopi principali della disciplina, rendendosi vulnerabile. Gli istinti possono agire negativamente sulla persona se ci si lascia coinvolgere da essi; oppure, se si rimane in costante conflitto con essi, si attribuisce loro troppa importanza o forza.

Tre cause possono deviare il giusto cammino e mandare il discepolo nella perdizione di sé: impulsi sessuali molto forti, uno squilibrio vitale e del sistema nervoso, che rende l'individuo indisciplinato e soggetto ad attacchi, oppure una esagerata ambizione che confondere i fini divini con quelli egoistici.

Nella natura ogni individuo si serve dell'ego per difendersi ed affermarsi nel proprio percorso. Senza di esso ci sarebbe una prevaricazione del mondo sul proprio essere; ma, quando si entra in contatto con una Natura superiore, tale difesa non è più necessaria, dato che si è scoperto il Divino racchiuso in ogni cosa.

Anche all'inizio della propria *sādhānā* si svolge l'intera disciplina per un tornaconto personale. Senza tali spinte egoistiche non ci sarebbe volontà di cambiamento.

L'egocentrismo viene espresso attirando tutte le attenzioni sulla propria persona, cioè attraverso l'autocommiserazione o l'orgoglio e la vanità. L'ego svanirà quando la Forza Divina avrà illuminato i vari piani e l'individuo si identificherà con il Divino, dopo aver scoperto l'essere psichico, collegato con il *jivātman*.

Questa scoperta porterà necessariamente all'umiltà nei confronti del Divino, ma in alcuni farà aumentare anche la sicurezza e la padronanza di sé, dato che nella disciplina bisogna imparare a conoscersi e a padroneggiare gli istinti, gli attacchi di ansia, di rabbia o di violenza, le paure ed i desideri di qualsiasi genere. Tutto ciò non sempre è controllabile dalla volontà mentale o dal senso morale, ma si può domare con l'aiuto della *śakti* divina.

All'inizio gli impulsi di ogni tipo ed i desideri vanno exteriorizzati, attribuendoli alla personalità di facciata. La difficoltà iniziale è la più forte, perché essi arrivano da fuori, entrano nel Subconscio, influenzano il Vitale esteriore con il quale si ha l'individuazione iniziale, ed escono in superficie. Una volta ottenuto il contatto definitivo con l'*ātman*, risultano invece di facile padroneggiamento e si possono superare definitivamente con una purificazione spirituale (non con un controllo mentale o morale che acutizza il fenomeno).

Per capire se un desiderio è legato alla sfera egocentrica o a quella divina è necessario rendersi conto se c'è un attaccamento vitale o esso è in armonia con la Volontà divina.

Bisogna avere una mente ed un corpo forti. Se uno dei due è debole, va curato e non ignorato.

La superattività dovuta ai desideri della Mente e del Vitale portano alla debolezza. Quindi un'eccessiva impazienza nel progresso spirituale o un flusso troppo intenso snervano il corpo ed ottengono il risultato opposto. Un sonno ed una dieta equilibrata sono i principi base per mantenere il corpo nella sua integrità. Il cibo serve al corpo, non a soddisfare i desideri vitali. Di conseguenza non bisogna pensare costantemente al cibo o somministrarne una dose eccessiva al corpo, rendendolo così pesante e spossato. Tanto meno bisogna dargliene troppo poco, rendendolo debole e nervoso.

Come le falsità, i pregiudizi, i dubbi sono distorsioni della Mente e le gelosie, la rabbia, le passioni sono distorsioni del Vitale, così le malattie sono distorsioni del Fisico. Tutte le distorsioni potranno sparire solamente con l'evoluzione sopramentale in tutti i piani.

4.6 Le relazioni umane e lo Yoga Integrale

L'Armonia con gli altri e con il mondo circostante non entra in conflitto con la pratica dello Yoga Integrale. Lo scopo di quest'ultimo, infatti, non è né il *nirvāṇa* né il *mokṣa*, ma lo spostamento del centro della persona, dalla personalità di facciata, mossa da un ego centrale e vitalistico, ad un'esistenza in contatto con il Divino. Pertanto anche le relazioni con gli altri cambieranno e da vitali si trasformeranno in spirituali. Spariranno gli attaccamenti legati all'ego, quindi le passioni, i rancori e gli odi. Per ottenere ciò, anche l'impurità sessuale deve essere eliminata. Essendo questo Yoga incentrato nella relazione con il Divino, il dono di sé va dato solamente ad Esso. Il continuo tendere alla ricerca dell'anima gemella rappresenta in realtà movimenti richiesti dall'*ātman* per ricongiungersi con il Divino, ma vengono falsati dalla Mente e dal Vitale, i quali spingono il soggetto a cercare di colmare tale mancanza con la presenza di un'altra persona,

considerandola parte fondamentale per raggiungere la completezza individuale. Ma si va nel senso opposto, in quanto le pratiche sessuali legano l'anima alla coscienza comune, alla natura inferiore, mentalizzano gli impulsi del Vitale e l'energia del Fisico, ostacolando l'ascesa ai piani più alti della coscienza. L'Amore Divino è puro e sincero, non ha richieste e non è legato alla natura inferiore, la quale spreca l'energia del Fisico attaccandolo ai propri desideri ed impulsi.

Liberandosi da tali attaccamenti l'individuo potrà incanalare la sua energia, avendone il pieno controllo, potrà provare un sentimento affettivo per qualcuno, un amore universale per tutte le creature, ma donerà se stesso solo al Divino. Quello che si riceverà dal Divino può essere donato agli altri, ma liberamente, senza aspettarsi niente in cambio.

Tendenzialmente ci sono persone che hanno un Vitale più attivo e quindi sentono il bisogno del contatto con gli altri. Esse il più delle volte fanno donare ciò che hanno ricevuto dalla disciplina, ma non riescono ad ottenerne una pienezza sufficiente perché spendono molte energie. Altri, che hanno un Vitale meno preponderante, riescono ad ottenere una considerevole pienezza nella ricezione; ma, essendo più concentrati sulla propria persona, non riescono a donare agli altri il frutto della propria attività.

Spesso può risultare faticoso compiere il doppio sforzo di rimanere concentrato all'interno, pur essendo in contatto con l'esterno; quindi un giusto equilibrio in entrambi i movimenti sarebbe la via più consigliabile. Ciò dipende tuttavia dal temperamento dell'individuo.

Il parlare con gli altri è un'azione legata alla Mente esteriore, la quale è necessaria per la comunicazione con il mondo esterno. Il proprio io interiore invece è legato alla Mente interna, per questo il più delle volte risulta difficile esprimere quello che si sente internamente. Parlare è un'azione meccanica, quindi collegarla ai piani più alti della propria coscienza può risultare problematico. Ma la vera crescita consiste nell'esternare il Divino con il quale si è entrati in contatto. Quindi l'amicizia, gli affetti, l'amore verso l'altro vengono incoraggiati, ma essi non devono essere legati all'ego, il quale produce attaccamenti e rotture e giudica gli eventi o le relazioni dal proprio punto di vista. Il discepolo dovrà rimanere interiorizzato e rivolto verso il

Divino, in modo tale che possa vivere con gli altri in armonia, rispondere loro quando necessario ed obiettivamente, evitando di riversare su chi lo circonda e sugli eventi esterni tutto il suo essere.

Il Vitale è per sua natura inaffidabile e l'affidabilità si può trovare solo quando l'elemento psichico diventa abbastanza forte per dominare gli altri istinti.

Se si vuole riuscire a trovare un'armonia costante con il prossimo è importante uscire dalla sfera egocentrica, smettere di pensare a se stessi e al giudizio altrui e indirizzare i propri pensieri al Divino, agendo solo quando l'azione si considera giusta e necessaria e dichiarando sempre il vero. Quando si sente il Divino in se stessi e negli altri, l'armonia è raggiunta.

4.7 Le arti, lo studio, la vita lavorativa e lo Yoga Integrale

“Lo *Yoga* deve includere la vita, non escluderla. Questo non vuol dire che siamo obbligati ad accettarla con tutte le sue ignoranze e miserie e con l'oscura confusione nella quale vengono rappresentati la volontà, la ragione, gli impulsi e gli istinti della natura umana. I sostenitori dell'azione pensano che ogni attività mentale, ogni energia attiva e ogni nuova corsa possa essere aggiustata; lo stato attuale nel quale il mondo si trova, dopo lo sviluppo dell'intelletto e la immensa produzione di energia che non ha avuto precedenti, è una prova evidente dell'illusione sotto la quale le persone lavorano. Solamente con un cambio di coscienza le vere basi della vita possono essere scoperte. Bisogna andar all'interno, scoprire la propria anima, la Realtà Divina dietro ogni cosa e solo dopo la vita può diventare vera espressione di ciò che deve essere.”²⁵

La musica, la pittura, la poesia e molte altre attività legate alla sfera mentale e vitale possono essere usate come parte integrante della propria *sāadhanā* per aumentare il proprio sviluppo spirituale. Esse possono essere doni ed offerte fatte al Divino. Esattamente come una preghiera viene rivolta al Divino e permette un contatto con Lui, così possono fare da tramite un'opera scritta, una danza, una musica, un disegno, fino a diventare Sue rappresentazioni. Come ogni elemento della vita, anche le arti, lo studio ed il lavoro si possono far uscire dall'ambito mentale o vitale

²⁵ Sri Aurobindo Ashram Trust, op. cit., pag. 130-131

nel quale si trovano, per essere trasformate in azioni spirituali, parti integranti dello *Yoga*. Esse faranno così da tramite tra la coscienza esteriore e la Mente o il Vitale interiore. Ovviamente queste attività non devono diventare la parte preponderante della *sāadhanā*, ma devono essere armonizzate con tutti gli altri elementi fondamentali (purificazione della natura, apertura dell'essere psichico, contatto con il *Jivātman*, realizzazione del Divino in ogni aspetto della vita, dono di sé, devozione, apertura della propria coscienza alla Coscienza cosmica, trasformazione finale della propria natura).

Il fine ultimo non deve essere la propria arte o il miglioramento della stessa tramite la *sāadhanā*, ma la realizzazione di essa in uno strumento per rimanere in contatto e manifestare il Divino. Anzi, il creare opere artistiche durante la disciplina, aiuta a motivare il Vitale, evitando che esso si scoraggi o si ribelli.

Lo studio allena la Mente ed è utile soprattutto all'inizio della *sāadhanā*, quindi va sempre incitato. La Mente troppo intellettualizzata, però, può risultare controproducente, esattamente come un Vitale troppo ribelle.

Anche se il fine ultimo rimane il percorso spirituale, risulta sempre utile aumentare le proprie conoscenze e leggere buoni libri predispone la Mente a zittirsi, concentrando le proprie attenzioni su un punto specifico.

Il lavoro di solito viene svolto per aumentare i propri saperi, soddisfare i desideri o mantenere la salute del corpo. Quando una persona decide di donare se stesso alla Divina Madre, il fine spirituale diventa l'unico importante, senza peraltro che l'attività lavorativa debba essere completamente accantonata. Infatti non importa quanto tale attività sia di tipo religioso o meno, ma è fondamentale lo spirito con la quale essa si svolge: se essa viene donata alla Madre, il contatto rimane e la *śakti* divina guiderà l'azione. Il lavoro verrà così integrato nella *bhakti* ed alla discesa del Divino, trasformando la natura anche durante l'azione.

Questo è il *Karmayoga* sul quale si basa lo *Yoga* Integrato, fondato sull'esperienza e non sul ragionamento.

Il lavoro diventa parte della *sāadhanā* e ciò permette di portare la Luce ed il Potere del Divino nelle attività vitali, facendo del proprio corpo un veicolo ed uno strumento.

All'inizio ciò può risultare difficile, dato che nel pieno delle attività ci si può dimenticare dell'appoggio di tale presenza e la si può sentire solamente durante la meditazione; ma con l'individuazione dell'*ātman*, il processo cambia nel tempo. Bisogna rimanere costantemente rivolti alla Madre, senza permettere che i movimenti vitali e mentali propri, delle persone circostanti o un'atmosfera generale di sconforto si possano inserire tra il proprio essere e la *śakti* divina.

Lavorando, si utilizzeranno la Mente, il Vitale ed il Fisico come strumenti, ma non bisogna permettere alla Mente di rimanere concentrata sul lavoro ancora prima di iniziarlo o anche quando esso sia finito, pena la produzione di *stress*. Si deve rimanere tranquilli e ricettivi, riposare a sufficienza e non perdere la fede anche davanti alle difficoltà.

Infine ordine e cura per gli oggetti materiali sono elementi fondamentali per lo svolgimento di qualsiasi lavoro, per cui essi non vanno disprezzati o considerati elementi secondari.

Ciò dimostra che la manifestazione spirituale non è solo legata alla preghiera o alla vita ascetica, così come l'attività non è solo dovuta all'affermarsi dell'ego. L'azione diventa manifestazione del Divino, in ogni sua forma possibile.

4.8 Scritti di Śrī Aurobindo sulla propria elaborazione dello Yoga

Śrī Aurobindo nutriva una grande passione per la poesia e si è cimentato con successo in varie forme di essa: lirica, drammatica ed epica. Preferiva scrivere in inglese, ma creò brevi composizioni anche in bengali, greco, francese, sanscrito ed italiano.

Per ciò che riguarda la poesia epica due sono le sue opere fondamentali:

- "*Iliion*", epopea ispirata alla guerra di Troia in cui narra gli eventi drammatici verificatisi dal giorno seguente alla caduta di Troia;
- "*Savitri*", il suo capolavoro assoluto. Prende spunto da un'antica leggenda del *Mahābhārata* intitolata "*Savitri e Satyavan*". Narra di una principessa, Savitri, la quale rifiuta tutti i pretendenti cercati per

lei dal padre e si mette in viaggio nella foresta per trovare il suo compagno. Si innamora del figlio di un re cieco, Satyavan, spodestato dai suoi nemici e ritiratosi nella foresta per vivere come eremita, dove ella lo trova. Prima delle nozze, le viene preannunciato che Satyavan dovrà morire di lì ad un anno, ma Savitri non rinuncia. Passato questo periodo di tempo arriva Yama, il dio della morte, per prenderselo con sé. Savitri segue imperterrita Satyavan, lotta con Yama e dona nuova vita a Satyavan.

Tale opera è stata scritta nell'arco di tre decenni e corrisponde alla suprema rappresentazione dello *Yoga* di Śrī Aurobindo. In questa leggenda, infatti, Satyavan rappresenta l'anima umana discesa sulla Terra tra morte ed ignoranza, mentre Savitri simboleggia la parola divina, che salva l'uomo dal suo stato mortale e lo eleva ad una coscienza immortale. La vittoria di Savitri su Yama indica la liberazione dell'uomo grazie al potere dell'Amore divino. Savitri finirà per sposare Satyavan, l'essere mortale, rinunciando al contempo alla possibilità di immortalità per se stessa, per accompagnarlo verso la sua gloriosa meta.

Di seguito tutti gli scritti di Śrī Aurobindo:

4.8.1 Sulla tradizione indiana

- *The Significance of Indian Art*, "Arya", 1918-1921, 1ª edizione 1947;
- *The Renaissance in India*, 1920;
- *The Foundations of Indian Culture*, "Arya", dicembre 1908 - gennaio 1921, 1ª edizione New York 1953;

4.8.2 Sui testi della tradizione indiana

- *Essays on the Gīta*, "Arya", agosto 1916-luglio 1920, 1ª edizione 1959;
- *Isha Upanishad* (traduzione commentata), "Arya", agosto 1914-maggio 1915, 1ª edizione 1921;
- *Eight Upanishads* (traduzione ed introduzione), 1953;
- *On the Veda*, "Arya", agosto 1914-luglio 1916, 1ª edizione 1956;

4.8.3 Filosofia, Yoga e testi filosofici

- *Ideals and Progress*, "Arya", 1915-1916, 1ª edizione 1920,
- *Thoughts and Glimpes*, 1ª edizione 1920.
- *The Superman*, "Arya", marzo 1915-agosto 1915, 1ª edizione 1920;
- *The Yoga and its objects*, 1921;
- *Evolution*, "Arya", 1915-1918, 1ª edizione 1921;
- *The Mother*, 1928;
- *The Riddle of this World*, 1ª edizione 1933;
- *Lights on Yoga*, 1ª edizione 1935;
- *Bases of Yoga*, 1ª edizione 1936;
- *The Life Divine*, "Arya", agosto 1914-gennaio 1919, 1ª edizione 1939;
- *On the War*, 1ª edizione 1944;
- *The Synthesis of Yoga*, "Arya", agosto 1914-gennaio 1921, 1ª edizione 1948;
- *More Lights on Yoga*, 1ª edizione 1948,
- *The Human Cycle*, "Arya", agosto 1916-luglio 1918, 1ª edizione 1949;
- *The Ideal of Human Unity*, "Arya", settembre 1915-luglio 1918, 1ª edizione 1950;
- *The Supramental Manifestation upon Earth*, (Bollettino dell'Ashram) 1949, 1ª edizione 1952;
- *The Problem of Rebirth*, "Arya", novembre 1915-gennaio 1921, 1ª edizione 1952;
- *Elements of Yoga*, 1ª edizione 1953;
- *Sri Aurobindo on Himself and on the Mother* (dalle Lettere), 1ª edizione 1953;
- *Thoughts and Aphorisms*, 1ª edizione 1958;
- *The Hour of God*, 1ª edizione 1959;
- *Heraclitus*, "Arya", dicembre 1916-giugno 1917, 1ª edizione 1941;
- *War and Self-determination*, 1ª edizione 1920;

4.8.4 Poesia , letteratura e teatro

- *Collected poems and Plays*, 2 voll., 1ª edizione 1942;
- *Hymns to the Mystic Fire*, 1ª edizione 1946;
- *Poems Past and Present*, 1ª edizione 1946;
- *Last Poems*, 1ª edizione 1952;
- *The Future Poetry*, "Arya", dicembre 1917-luglio 1920, 1ª edizione 1953;
- *Savitri*, 1ª edizione 1954²⁶;
- *Poems from Bengali*, 1ª edizione 1956;
- *More Poems*, 1ª edizione 1957;
- *Life-Literature-Yoga* (Lettere), 1ª edizione 1952;
- *Letters on Literature and Poetry*, 1ª edizione 1949;
- *Urvasie* (prima edizione privata) 1896;
- *Vikramorvasie*, 1ª edizione 1811;
- *Ahana and other Poems*, 1ª edizione 1915;
- *Love and Death*, 1ª edizione 1921;
- *Kalidasa*, 2 voll., 1ª edizione 1929;
- *Views and Reviews*, 1ª edizione 1941;
- *Conversations of the Dead*, 1ª edizione 1951;
- *The Phantom Hour*, 1ª edizione 1951;
- *Songs of Vidyapati*, 1ª edizione 1956;
- *Vyasa and Valmiki*, 1ª edizione 1956;
- *Iliad*, 1ª edizione 1957;
- *Vascavadutta*, 1ª edizione 1957;
- *Rodogune*, 1ª edizione 1958;
- *The Viziers of Basora*, 1ª edizione 1959;
- *Eric*, 1ª edizione 1960.

²⁶ Sri Aurobindo, *Savitri, leggenda e simbolo*, trad. it. di P. De Paolis, Ed. Mediterranee/Latin Pen, Auroville-Roma 2000

Tradotto in italiano da Paola De Paolis, con la quale ho avuto possibilità di discutere in prima persona del suo lavoro, presso il centro Arca ad Auroville.

4.8.5 Opere politiche e pedagogiche

- *The Ideal of the Karmayogin*, 1^a edizione 1918;
- *A System of National Education*, 1^a edizione 1921;
- *The Speeches*, 1^a edizione 1922;
- *The National Value of Art*, 1^a edizione 1922;
- *The Doctrine of Passive Resistance*, 1^a edizione 1948.

CAPITOLO 5: LO YOGA INTEGRALE NEL QUOTIDIANO

Da quando Mirra Richard (non ancora riconosciuta come Mère) si stabilì in casa di Śrī Aurobindo, entrambi cominciarono a portare la Coscienza Divina nei piani vitali e fisici, piani che fino a quel momento erano stati trascurati da tutti gli *yogin* precedenti e che quindi facevano più resistenza rispetto agli altri.

Śrī Aurobindo e Mirra organizzavano incontri collettivi di meditazione insieme ai residenti nella stessa dimora, i quali erano amici stretti di Śrī Aurobindo e lo avevano seguito nella sua lotta politica o nel suo *Yoga*, andando a vivere con lui a Pondicherry.

Nonostante alcune resistenze iniziali, dovute al fatto che Mirra era una donna e per di più straniera, pian piano essa venne completamente accettata in casa ed il gruppo si allargò. All'inizio l'*āśram* non esisteva come tale; alcuni dei partecipanti allo *Yoga* vivevano vicino alla casa di Śrī Aurobindo e partecipavano come esterni agli incontri di meditazione. I discepoli però continuavano a crescere, così si sentì il bisogno di creare l'*āśram*.

Intanto Śrī Aurobindo conduceva una vita sempre più appartata, fino a ritirarsi completamente dalla vita pubblica dopo il 24 novembre del 1926, quando K□□□a, secondo i due maestri, discese sulla terra. La Sua discesa portò il Sovramentale (regno delle religioni e degli dei) nel mondo. Quindi Śrī Aurobindo sentì il bisogno di ritirarsi nella sua stanza, per concentrare tutte le sue energie nel superamento delle resistenze e spianare la strada ai suoi discepoli, mentre continuava una forte corrispondenza con molti di loro. Mirra, che nel frattempo era stata riconosciuta come Mère, invece ricevette l'incarico di occuparsi dell'intera gestione dell' *āśram*.

Tale isolamento di Śrī Aurobindo continuò fino al 1938, anno in cui egli ebbe un incidente e si ruppe il ginocchio della gamba destra. A causa dei problemi fisici, quindi, il contatto con l'esterno diventò necessario.

Verso la fine del 1950 sopravvenne un'infezione al rene, che gradualmente peggiorò. Il 3 dicembre la febbre salì ed il 5 dicembre, all' 1.26 del mattino, Śrī Aurobindo lasciò il corpo.

Il 9 dicembre 1950 il suo corpo venne deposto nel *samādhi*, creato sotto l'albero del giardino della sua abitazione.

Mère continuò a mandare avanti l'*āśram* ed il 6 gennaio 1952 venne inaugurato l' "International Centre of Education".

In più Mère sognava un luogo in cui ricercatori spirituali provenienti da tutto il mondo potessero vivere una vita in pace ed armonia, al di sopra di tutti i credi religiosi, politici e nazionali, dove lo scopo principale del cittadino fosse realizzare il sogno di unità umana e praticare lo *Yoga* Integrale in tutti i suoi aspetti. Questo luogo non doveva appartenere a nessuno in particolare e per diventare suo cittadino bastava voler essere servitore della Coscienza Divina.

Da questo sogno nacque, a 10 chilometri a nord di Pondicherry, la cittadina di "Auroville", letteralmente "città dell'alba", ma anche "città di Śrī Aurobindo". Essa venne inaugurata il 28 febbraio 1968 e da questa data fino al giorno d'oggi, la cittadina è in continua costruzione ed evoluzione.

Nel dicembre del 1970 una gamba di Mère si paralizzò e lei si trovò a fronteggiare delle pene terribili, le quali erano più o meno acute a seconda del periodo, ma non cessarono mai definitivamente.

Il 17 novembre del 1973, alle 7.25 del mattino, Mère lasciò il corpo ed il 20 novembre la sua bara venne deposta nel *samādhi* che già ospitava Śrī Aurobindo, all'interno dell' *āśram*.

5.1 L'*āśram* e l'International Centre of Education

Dentro l'*āśram* non vivono monaci o asceti, non si praticano canti devozionali o altre forme tipiche degli *āśram* induisti. Esso nacque con l'intento di essere un laboratorio spirituale e solamente alcune caratteristiche dell'*āśram* tradizionale furono adottate (per esempio vedere il *Gurú* e ricevere la sua benedizione, l'offerta di cibo al Divino per poi essere consumato, la meditazione ed altre pratiche).

Ciascuno dei suoi membri viene chiamato *sādhak*, ossia “aspirante” o “ricercatore spirituale”, il quale ha come fine ultimo la realizzazione di una vita divina sulla terra. Vengono accettati sia uomini che donne, che secondo i maestri avessero questo richiamo interiore. Una volta confermata l'appartenenza all'*āśram*, il ricercatore offriva se stesso ed i suoi beni a Mère, la quale poi gli forniva mensilmente i vestiti, i beni e requisiti di vario genere, provvedendo al suo sostentamento materiale ed alla sua crescita spirituale.

Śrī Aurobindo e Mère vollero occuparsi della vita quotidiana in tutta la sua pienezza, senza però che ciò sfoci in lusso o eccessiva comodità. Ogni discepolo può gestirsi la propria *sādhanā* svolgendo le attività che preferisce ed ogni meditazione, concentrazione, lavoro, servizio, pratica sportiva o arte viene utilizzato come mezzo per perfezionarsi ed avvicinarsi al Divino.

“Lavorare per il Divino è pregare con il corpo.”²⁷, disse Mère.

Ad ogni discepolo viene affidato un compito in base alle sue abilità ed aspirazioni, creando un clima di parità assoluta tra i discepoli uomini e le discepole donne.

Le regole esteriori che si devono rispettare per vivere al suo interno sono principalmente quattro:

- non fumare,
- non consumare alcolici,
- non occuparsi di attività politiche,
- non avere rapporti sessuali.

Con l'aumentare dei discepoli, l'*āśram* divenne sempre più grande e variegato, in quanto anche se i discepoli non vengono retribuiti, possono operare all'interno dell'*āśram* svolgendo le attività per le quali nutrono maggiore interesse. Molto spesso ad una crescita spirituale corrisponde un cambiamento di interessi e di mestiere. Questa libertà di scelta ha comportato la creazione di numerosi servizi al suo interno:

²⁷ Sri Aurobindo Ashram Trust, *Sri Aurobindo e il suo ashram*, Sri Aurobindo Ashram Publication Department, Pondicherry 2002, pag. 25

- servizi di alimentazione ed agricoltura in diverse fattorie, piantagioni, mulini, panifici e cucine locali che si occupano della preparazione del cibo da somministrare al *sādhak*, il quale è assolutamente vegetariano;
- servizi di manutenzione degli edifici e dei veicoli;
- servizi di abbigliamento e prodotti vari di uso quotidiano;
- servizi medici, quali ambulatori, infermeria, cliniche, chirurgia, studio per massaggi, agopuntura, studio dentistico e della vista;
- servizi di accoglienza a favore dei visitatori dell'*āśram*, i quali trovano ospitalità presso le Guest Houses sparse per la città;
- attività culturali di vario genere;
- laboratori tessili, artistici, di falegnameria, di profumi, della carta e di molti altri ambiti;
- pubblicazioni: Tutte le opere vengono pubblicate dal Dipartimento di pubblicazione, vendute dalla libreria Sabda e tradotte in inglese, francese, tedesco, italiano, spagnolo e varie lingue indiane. Per ciò che riguarda le pubblicazioni in italiano un compito fondamentale viene attribuito alla rivista "Domani". Essa nacque per volontà di Mère, la quale incitò il suo primo discepolo italiano, Nata, a far conoscere anche in Italia il pensiero aurobindiano. Nel 1965 nascono le prime edizioni, fino ad uscire nel 1972 in veste tipografica. Ora la rivista viene gestita interamente da Adriano Baldo ed è possibile ricevere più informazioni visitando il sito www.sriaurobindo.it, oppure abbonarsi e riceverla in Italia nei mesi di febbraio, maggio, agosto e novembre, in concomitanza con le date dei quattro *darśana* annuali. "Sempre fedele allo scopo per il quale la Madre l'aveva voluto, Domani è stato lo strumento principale per far conoscere al pubblico italiano lo *Yoga* Integrale di Śrī Aurobindo e della Madre e per mantenere nel tempo un costante contatto tra le realtà dell'*āśram* e di Auroville da una parte e gli Italiani dall'altra. C'è inoltre un aspetto unico e privilegiato di Domani nell'ambito del mondo legato a Śrī Aurobindo: è l'unica rivista dell'*āśram* di Śrī Aurobindo destinata al pubblico di una particolare nazione."²⁸

La giornata all'interno dell'*āśram* iniziava verso 6 del mattino, quando Mère appariva sulla terrazza per dare le sue benedizioni, alle quali seguivano 2 ore di meditazione. Giornate di particolare valore spirituale

²⁸ www.sriaurobindo.it

erano quelle del 21 febbraio (compleanno di Mère), del 24 aprile (giorno in cui Mère si stabilì definitivamente a Pondicherry), del 15 agosto (compleanno di Śrī Aurobindo) e del 24 novembre (discesa di K□□□a). In queste giornate, denominate *darśana*, Śrī Aurobindo usciva dalle sue stanze e teneva delle udienze con i suoi discepoli.

Con la creazione dei vari dipartimenti dell'*āśram*, si nutrì il bisogno di occuparsi anche dell'educazione al suo interno. Nacque l'International Centre of Education, il cui scopo non è quello di dare una formazione brillante allo studente ed ottenere certificati, ma di insegnare un'educazione integrale dalla scuola materna fino all'università.

Gli studenti non vengono obbligati a silenziare le loro capacità per concentrarsi solamente sulla conoscenza mentale, ma si sviluppano cinque aspetti principali dell'individuo, i quali indicano le principali attività umane: attività di tipo fisico, vitale, mentale, psichico e spirituale.

Lo sport viene considerato di estrema importanza. Per questo motivo una parte della scuola dell'*āśram* si dedicò in particolare allo sviluppo di un dipartimento legato all'educazione fisica, elemento essenziale della *sādhanā* per il benessere del corpo e lo sviluppo interiore in questo *Yoga*.

Vennero introdotti i pantaloncini ed i vestiti per praticare sport, distribuendoli anche alle donne, i quali crearono molto scalpore tra i membri dello stesso *āśram*. Vennero inseriti giochi di squadra, l'atletica, il tennis, judo, karate, nuoto e molte altre attività sportive.

Oltre a concentrarsi sull'attività fisica, si dà molta importanza all'auto-controllo ed alla disciplina, al credere e sviluppare le proprie capacità, all'uguaglianza di tutti i membri della scuola: tutto questo per far crescere il ragazzo in tutti e cinque gli aspetti e permettergli uno sviluppo integrale.

Ciò non vuol dire che lo studio sui libri venga accantonato, ma esso viene integrato alle altre attività. La maggior parte degli studenti cresce parlando quattro lingue: francese, inglese, la lingua madre ed il sanscrito.

Non vengono rilasciati titoli di studio in quanto esami e diplomi vengono considerati ostacoli all'atmosfera di crescita individuale, producendo solamente un eccessivo stress nello studente. Le classi sono piccole e l'insegnamento non viene impartito per ottenere successo in futuro, ma per

aumentare la propria crescita integrale e donarla alla Divina Madre, mettendosi al servizio della società.

In tal modo la giornata del discepolo è piena di attività sportive, lavorative e spirituali.

5.2 Auroville

“Auroville vuole essere una città universale dove uomini e donne di tutti i paesi siano in grado di vivere in pace e progressiva armonia, al di sopra di tutti i credo religiosi, di ogni politica e di ogni nazionalità. Il proposito di Auroville è di realizzare l’unità umana.”²⁹

Ideata da Mère come primo esperimento per allargare e sperimentare fuori dall’*āśram* gli ideali di Śrī Aurobindo, il progetto architettonico venne affidato a Roger Anger, un avveniristico architetto francese.

Venne scelto un terreno a 10 chilometri da Pondicherry in una zona di terra rossa e brulla, dove venivano coltivati anacardi, mentre qualche albero di banyan era riuscito a sopravvivere alla deforestazione.

I primi aurovilliani si occuparono di rigenerare il territorio, attraverso delle coltivazioni biologiche e la conservazione delle acque piovane.

Ora la cittadina è immersa in una foresta contenente più di due milioni di alberi da frutta e da legna, cresciuta esclusivamente con l’uso di tecniche naturali ed organiche.

Auroville è stata progettata a forma di galassia, su un’ area avente un diametro di circa due chilometri e mezzo. Questo territorio è circondato dalla “Green Belt”, ossia la foresta adiacente, la quale è stata creata dai primi aurovilliani e continua ad essere mantenuta e tutelata dai cittadini di oggi. In essa continuano a vivere varie comunità e fattorie, che promuovono uno stile di vita integrato con la natura.

Al centro della “galassia” si trova il Matrimandir, luogo simbolo della *śakti* divina, della Madre Creatrice. Dal centro si estendono quattro zone, ognuna creata con finalità diverse.

Il Matrimandir non deve essere considerato né un tempio né un luogo religioso. In esso si entra per ottenere la concentrazione necessaria per

²⁹ www.auroville.org

trovare la propria coscienza. Costruito a forma di sfera contenente la camera interna principale, è alto 36 metri e dalla struttura sferica si estendono 12 petali dentro ai quali vi sono 12 stanze dedicate alla meditazione. Esso è circondato da dodici giardini e nel tredicesimo risiede un enorme banyan, adiacente all'anfiteatro. Nell'anfiteatro vi è deposta un'urna contenente la Carta di Auroville ed un pugno di terra gettato da ogni nazionalità presente al momento dell'inaugurazione il 28 febbraio 1968 (124 paesi in totale), per simboleggiare l'unità umana sulla quale la cittadina si basa.

Per lungo tempo non furono autorizzate costruzioni aggiuntive e gli aurovilliani potevano scegliere se vivere nell'insediamento di Aspiration o in un'area, chiamata Auromodele, destinata a diffondere lo stile di vita necessario per vivere ad Auroville. Infine potevano optare se vivere nelle comunità della Green Belt, in completo contatto con la natura e sopportando tutte le conseguenze a livello sanitario e climatico che tale scelta di vita avrebbe comportato.

Poi si decise di costruire nelle quattro zone che si sviluppano da quella centrale.

Esse vengono suddivise in:

- zona culturale, ossia quella legata all'istruzione e nelle quale vi sono scuole, ma anche campi sportivi, un centro per i giovani ed un altro per gli artisti. In tali strutture l'educazione viene impartita con i metodi educativi promossi da Śrī Aurobindo e Mère e vi sono due scuole materne, una scuola elementare, una scuola media ed un centro per l'apprendimento superiore. Nei centri sportivi si praticano calcio, pallavolo, pallacanestro, tennis ed è di particolare rilievo il centro equestre. Negli altri centri si svolgono attività culturali ed artistiche di vario genere;
- zona internazionale, la quale ospita i padiglioni nazionali, che si fanno carico di rappresentare le nazioni di appartenenza e mostrano la stretta convivenza tra persone provenienti da tutto il mondo. La città è stata costruita per ospitare 50.000 persone, attualmente ospita circa 2.200 residenti ufficiali, provenienti da 48 nazionalità diverse. Il padiglione esprime la missione di una nazione a livello mondiale, della quale

sottolinea il contributo artistico, culturale, sportivo, filosofico e professionale.

I cittadini delle singole nazioni, che in esso si riuniscono, si occupano di promuovere la propria cultura in tutti gli ambiti sopra citati. Nel padiglione d'appartenenza si riceverà l'educazione, si potranno incontrare compatrioti, degustare piatti del proprio paese d'origine ed organizzare eventi legati alla cultura del paese. In tal modo il padiglione funge sia da punto di incontro tra cittadini della stessa nazionalità, sia da centro promotore di una nazione, mostrando qual è il suo ruolo nel contesto mondiale ed insegnandolo ai più piccoli ed alle persone che non sono mai venute in contatto con tale cultura;

- zona industriale, la quale si fa carico di produrre beni per rendere autosufficiente la città. Tra le attività manifatturiere si possono trovare attività di abbigliamento, di assemblaggio di oggetti elettronici, produzione di articoli per la cartoleria, giocattoli, ceramica, manufatti per la costruzione delle abitazioni, acquisti di sistemi di energia alternativa, tra cui pannelli e cucine solari. Nelle varie comunità poi ci sono attività di tutti i generi, che provvedono al sostentamento della comunità stessa ed all'avvio di progetti di attività produttive, di costruzione o di sviluppo ambientale, le quali non vengono finanziate dal Central Fund, come invece succede per i servizi;
- zona residenziale, dove vengono costruite le case che ospitano i cittadini e gli ospiti. Tutte le strutture che si stanno costruendo all'interno della cittadina vengono alimentate parzialmente o totalmente con i pannelli fotovoltaici, a seconda della costruzione.

I terreni ed i beni prodotti sono di proprietà collettiva, fanno parte del patrimonio di Auroville, quindi i cittadini che hanno finanziato un progetto non ne diventano i proprietari, ma hanno un diritto preferenziale di occupazione.

I primi aurovilliani vivevano in strutture aventi i tetti in foglie di cocco o in gruppi di capanne dotati di una cucina comune. Ora queste capanne continuano ad esistere, ma sono state costruite anche case individuali ed appartamenti permanenti.

Vari architetti hanno sperimentato nuovi sistemi di costruzione. Per questo motivo, girando per Auroville, si possono vedere case anche molto differenti tra loro.

Alcune case sono dotate di cucina al loro interno ed alcune comunità hanno la cucina autonoma. La “Solar Kitchen” è la cucina comunitaria per aurovilliani ed ospiti, ma non per passeggeri occasionali, in quanto in essa, come in tutta Auroville, il pagamento in contanti non può essere effettuato.

Le persone di passaggio possono far riferimento al ristorante del Visitor Centre.

Agli inizi Auroville era gestita da Mère, poi venne gestita dall' āśram, infine ottenne completa autonomia, sotto la protezione dell'UNESCO e di altri organismi internazionali, ed un particolare statuto dal governo Indiano.

Il sistema organizzativo di oggi si regge sulle decisioni prese dall'Assemblea dei Residenti (Resident's Assembly), assistita con riunioni semestrali del Governing Board (Formato da eminenti personalità del mondo culturale e sociale dell'India) e dell' International Advisory Council (Formato da eminenti personalità a livello internazionale, provenienti dall'UNESCO, dall' Unione Europea e da altri organismi internazionali), che si occupano di assistere e consigliare i residenti, in modo tale che il governo indiano faccia solo da supervisore.

L'amministrazione interna è coordinata da Gruppi di lavoro come l'Auroville Council, il Working Committee ed altri comitati “ad hoc”: quello che controlla che gli orientamenti generali siano conformi alla carta istitutiva, quello che organizza gruppi di lavoro i quali a loro volta gestiscono le attività specifiche, quello che controlla la vita quotidiana all'interno delle comunità e quello che si occupa degli argomenti esterni.

La “progettazione” in tutti i suoi settori è gestita dall' Avenir D'Auroville, le questioni ambientali vengono gestite dal Forest Group, l'economia interna dal Financial Coordination Group, l'approvazione per la costruzione di caseggiati dall'Housing Service e l'accettazione di nuovi residenti dall Entry Group.

Questi sono solo alcuni esempi di come l'intera gestione della cittadina avvenga totalmente a livello comunitario, creando riunioni tra i comitati ed i

gruppi di lavoro, tutto ciò per mantenere una completa uguaglianza tra tutti i cittadini.

L'economia dovrebbe essere basata sullo scambio di servizi e nel progetto iniziale della Madre il denaro contante non dovrebbe circolare. A tale obiettivo non si è ancora arrivati in quanto, anche se gli aurovilliani ricevono un contributo mensile minimo, non hanno affitti da pagare, l'istruzione è gratuita ed il servizio medico ha dei costi contenuti, per mantenersi devono spesso far riferimento ai loro risparmi personali o ad entrate esterne.

Gli ospiti che decidono di soggiornare per qualche tempo in Auroville depositano il proprio denaro nell' Auroville Fund, dal quale si riceve una carta elettronica, con cui si possono effettuare gli acquisti. Questa è una soluzione momentanea per evitare la circolazione dentro Auroville di denaro contante, ma sicuramente si troveranno altre modalità di funzionamento per il futuro.

Considerando l'ideale di unità umana per il quale Auroville è nata, gli abitanti hanno cercato di coinvolgere i nativi dei paesi circostanti, per ricevere un aiuto nella creazione della cittadina ed al contempo aiutarli ad uscire dallo stato di miseria ed arretratezza nel quale si trovavano. La maggior parte dei braccianti ed operai vengono dai villaggi, e sono stipendiati per il loro lavoro. In più si cerca di migliorare il grado di istruzione dei loro figli, la salute ed il contesto ambientale nel quale vivono.

L'Health Centre offre assistenza sanitaria agli aurovilliani ed agli abitanti dei paesi vicini, essendo dotato di un pronto soccorso, di sale operatorie per piccoli interventi, di sale parto, di laboratori, di uno studio dentistico e di un centro riabilitativo.

Per un panorama completo (e in più lingue) su Auroville, i suoi principi, la sua organizzazione e i suoi progressi, si può consultare il sito ufficiale www.auroville.org, aggiornato settimanalmente, che contiene anche un panorama completo delle riviste e pubblicazioni, libri, video ed altro materiale culturale prodotto in Auroville.

Per visitare Auroville si può fare riferimento al Visitor Centre, nel quale si trovano tutte le informazioni sul progetto di Auroville, sulla sua filosofia e sulle attività al suo interno. Se invece si intende visitare la cittadina da un punto di vista meno turistico, in tutta Auroville sono sparse varie guest

houses che possono ospitare i visitatori anche per lunghi periodi, oppure si può ricevere ospitalità nelle comunità sparse sul territorio.

Dopo aver trascorso un periodo di tempo necessario a capire il vero spirito di Auroville, si può diventare cittadino aurovilliano a tutti gli effetti.

Mère disse: “per essere ammessi a far parte di Auroville è sufficiente avere la volontà di partecipare all’esperienza collettiva per il progresso dell’umanità”³⁰. Quindi è necessario voler diventare uno *yogin* o aspirare alla nuova umanità, sviluppando pensieri in armonia con la visione evolutiva dell’uomo prevista da Śrī Aurobindo e Mère.

L’Entry Group, ossia il comitato che si occupa della registrazione dei cittadini e dei nuovi arrivati, dopo averne ricevuto richiesta assegnerà al visitatore una nuova categoria: egli potrà diventare uno dei “friends of Auroville”, ossia far parte del gruppo di coloro che vogliono finanziare la costruzione di un appartamento nel quale abitare quando arriveranno ad Auroville. Può far parte della categoria “long term Guests”, coloro che per ragioni di studio e ricerca vogliono stabilirsi ad Auroville per almeno un anno. Chi invece voglia diventare aurovilliano a tutti gli effetti, dovrà stabilirsi ad Auroville per almeno tre mesi, dopo i quali verrà inserito nella categoria “newcomer”. In questo trimestre egli dovrà partecipare attivamente alle attività e trovarsi un’abitazione nella quale poter rimanere fino al termine del periodo di prova, che può essere anche prolungato.

Qualora venga accettato dall’ Entry Group, la persona diventerà aurovilliano a tutti gli effetti e dovrà trovare un luogo dove stabilirsi per circa due anni. Dopo l’approvazione e passato il periodo di tempo in cui aveva trovato ospitalità presso una struttura presente sul territorio, il nuovo aurovilliano dovrà provvedere alla costruzione di una abitazione nella quale poter risiedere definitivamente. Auroville si propone di accogliere gratuitamente i nuovi residenti, ma per il momento ciò non è ancora possibile.

“Nel nostro centro più profondo c’è un essere libero, ampio e sapiente che aspetta di essere scoperto e di diventare il centro attivo del nostro essere e della nostra vita ad Auroville. Si vive ad Auroville per essere liberi dalle convenzioni morali e sociali, ma questa

³⁰ Alain G., *Auroville – un sogno diventa realtà*, All India Press, Pondicherry 1999, pag. 28

libertà non deve essere un nuovo asservimento dell'ego. L'appagamento dei desideri sbarra la strada alla scoperta interiore.

L'aurovilliano deve perdere il senso della proprietà personale. Ciò che è indispensabile alla nostra vita è messo a nostra disposizione secondo il posto che dobbiamo occuparvi.

Il lavoro, anche il lavoro manuale, è indispensabile alla scoperta interiore. Se non si lavora non si proietta la coscienza nella materia e questa non si svilupperà mai. Ciascuno deve organizzare la propria vita non secondo ruoli esteriori e superficiali, ma secondo una coscienza interiore ben organizzata, poiché una vita che non sia sottoposta al controllo di una coscienza più alta è una vita dispersiva ed inespressiva, in cui tutto il nostro tempo è sprecato e la materia continua a non essere usata coscientemente.³¹

5.3 La Comunità Aurora

Un ulteriore esempio di vita comunitaria, basato sullo *Yoga Integrale*, lo si può riscontrare anche sul territorio nazionale. A confine tra la provincia di Modena e Bologna, esattamente sulla fascia pedemontana di Savignano sul Panaro, nasce la Comunità Aurora, sviluppatasi su un territorio di 16 ettari.

Il fondatore, *Aghni* (fuoco sacrificale e purificatore, ma anche volontà ispirata dalla divina saggezza), ha cominciato a promuovere dei momenti di aggregazione nel 1980, fino a fondare un vero e proprio centro nel 1986.

Il centro comprende un fabbricato maggiore dove vivono i membri della comunità e dove vengono ospitati i visitatori. Questo era un vecchio casolare, fatiscente ed in parte crollato. Tutta la ristrutturazione è stata eseguita dai membri della comunità, ivi comprese le sottofondazioni del tutto inesistenti. Il tetto è stato completamente rifatto, il fienile recuperato a dormitorio, la stalla a refettorio. Al piano terra ci sono la cucina, la mensa, gli uffici, i servizi e il laboratorio di panificazione, dove vengono preparati vari prodotti dolciari e il pane biologico che verranno poi venduti nei mercati locali.

³¹Alain G., op. cit., pag. 29

Nel terreno immediatamente adiacente al fabbricato è stata creata una sala polivalente, struttura principale per tutte le attività di tipo aggregativo.

Qui infatti vengono tenuti corsi di *Haṭha Yoga*, ginnastica dolce, scherma, Tai Chi, Taekwondo, Difesa personale, corsi e sedute individuali per conoscere meglio se stessi, per avere un maggior autocontrollo, oppure per ottenere una migliore consapevolezza attraverso la meditazione. Oltre ad attività legate al corpo si tengono eventi culturali, concerti e mostre e si aiutano i bambini nella loro crescita. Il centro infatti collabora con le scuole locali ed organizza laboratori, settimane verdi, percorsi didattici, gite e giochi a contatto con la natura. Per questo motivo, proprio davanti alla sala polivalente sono stati messi a disposizione dei più piccoli vari giochi e un campo da tennis e pallavolo. Da oltre 5 anni il Centro è stato accreditato presso la Regione Emilia Romagna come Fattoria Didattica. Vengono poi organizzati molti incontri individuali a tematica esistenziale; si studiano le diverse parti dell'essere, quali il pensiero, le emozioni, i sentimenti, le velleità, i desideri e gli istinti. Inoltre si educa alla distensione al rilassamento, alla concentrazione e alla meditazione per culminare con l'introspezione, cioè con lo studio delle diverse dimensioni spazio-temporali proprie dei mondi mentali, vitali e fisici, spirituali.

A lato della sala polivalente è stato costruito un tempietto in onore di Śrī Aurobindo e Mère. E' stato in origine nominato Gratitude e contiene le reliquie di entrambi i maestri. Dentro di esso avvengono i principali momenti di raccoglimento interiore dell'intera comunità.

Il resto del territorio è stato in alcune parti recintato per ospitare i loro animali, è stata costruita una stalla, varie voliere ed un lago artificiale per recuperare e valorizzare il territorio e permettere una crescita integrale della comunità a contatto con la natura.

Un'altra buona parte del territorio viene utilizzata per la coltivazione di alberi da frutto e per piantumazione di aceri, noci e frassini. Queste intense attività legate al territorio permettono da una parte uno stile di vita più sano, dall'altra consentono alla comunità di autosostenersi, nutrendosi dei frutti della loro terra, e di vendere ciò che resta nei mercati locali, insieme ai prodotti preparati nel forno.

Inoltre il Centro possiede una biblioteca contenente i testi di Śrī Aurobindo e Mère e collabora con le librerie dell'*āśram* di Pondicherry, importando testi provenienti da tutto il mondo che hanno come tematica centrale lo Yoga Integrale. Lo stesso *Aghni* scrive su diverse tematiche e ha realizzato un'intera collana di 14 libri chiamata "Conoscere se stessi". Redige e pubblica inoltre una rivista semestrale: Aurora.

In ultimo, per autosostentarsi, essi operano anche nel settore edilizio, occupandosi di sabbiatura, stuccatura, tinteggiatura, ristrutturazione, edilizia e restauro.

Durante il giorno quindi i membri si occupano di svolgere le mansioni nei vari settori sopra descritti, mentre la sera si radunano per leggere il *Savitri*, oppure per meditare ascoltando la musica o la voce della Madre. Il lunedì sera invece si tengono delle vere e proprie lezioni, durante le quali il maestro discute ogni volta di tematiche differenti per permettere ai membri della comunità di continuare a svolgere e perfezionare il loro lavoro interiore.

Più che una Comunità, il Centro può essere definito un vero e proprio *āśram*, nel quale un Maestro raduna presso di sé un certo numero di discepoli, il cui scopo principale è la conoscenza di se stessi e la realizzazione della propria verità interiore.

Grazie all'ampia struttura del fabbricato principale, la comunità può ospitare i visitatori che volessero fermarsi per un periodo presso di loro. Si può permanere sia come "ospiti", oppure per libera scelta si può decidere di partecipare a tutte le attività e lavori del centro, sperimentando una vera e propria esperienza di vita comunitaria. L'importanza di vivere in una comunità è legata al fatto che gli altri sono esattamente uno specchio della nostra persona ed i meccanismi, che fanno agire gli altri, spesso mettono in moto anche noi stessi. Per di più le persone hanno caratteristiche differenti e questo porta ogni individuo a rappresentare all'interno della comunità stessa, una tipologia di persone caratterizzata da determinati difetti o pregi.

Per poter diventare un membro effettivo della comunità è necessario che ciò vada bene innanzitutto al maestro e poi, prima del trasferimento

definitivo da loro, occorre trascorrere dei periodi di tempo per vedere se la convivenza possa andar bene ad entrambe le parti e se effettivamente una scelta di questo tipo possa essere adeguata per il nuovo arrivato.

Insomma, il “sogno” e il percorso indicato da Śrī Aurobindo e Mère continua a fiorire e a svilupparsi, non solo nell'*āśram* di Pondicherry e in Auroville, ma anche attraverso realtà locali come la comunità Aurora (ed altre ce ne sono in Italia e all'estero), e la rete Auroville International (www.auroville.org/organisation/avimain.htm).

Inoltre esistono gruppi di supporto e di attività collegati ad Auroville e al movimento originato da Śrī Aurobindo e Mère, presenti ed attivi in quasi tutti i paesi del mondo, elemento molto importante di interazione tra Auroville e le realtà locali sparse sul pianeta.

Auroville International è un vero network di supporto culturale, logistico, sociale ed economico per Auroville, con riunioni semestrali che si svolgono di volta in volta in un paese diverso, che nell'occasione ospita anche una presentazione di Auroville e del pensiero di Śrī Aurobindo e Mère, nella convinzione che lo *Yoga* Integrato e l'esperimento di Auroville non siano limitati alla loro collocazione geografica nel Sud dell'India, ma che sono un patrimonio, un esperimento per l'intero pianeta e per un suo sviluppo più positivo ed armonioso.

BIBLIOGRAFIA³²

- ALAIN G., *Auroville – un sogno diventa realtà*, (trad. it. di Marika), All India Press, Pondicherry 1999
- GIOVANNI TONIONI, *Terre e cieli dell'aldilà - parte 3^a- Studi comparati di teosofia, cabala, yoga*, Tapas Edizioni, Savignano sul Panaro 2000
- H. e U. MUKHERJEE, *Sri Aurobindo and the New Thought in Indian Politics*, K. L. Mukhopadhyay, Calcutta 1994
- S. PIANO (a cura di), *Enciclopedia dello Yoga*, Promo Libri, Torino 1996
- S. PIANO, *Sanatana Dharma – Un incontro con l' induismo*, Edizioni San Paolo, Cinisello Balsamo 1996
- SATPREM, *SRI AUROBINDO – l'avventura della coscienza*, Edizioni Mediterranee, Roma 2004
- SRI AUROBINDO, *The Supermental Manifestation upon Earth*, (trad. hindi di Sudha Sinha), Sri Aurobindo Ashram Publication Department, Pondicherry 2006
- SRI AUROBINDO ASHRAM TRUST, *Sri Aurobindo e il suo ashram*, (trad. it. Di Bhakti), Sri Aurobindo Ashram Publication Department, Pondicherry 2002

³² Per l'opera *omnia* di Sri Aurobindo, la maggior parte delle quali ho consultato o preso in visione, rimando all'elenco alle pag. 60-63 del presente lavoro

- SRI AUROBINDO ASHRAM TRUST (ed.), *The Integral Yoga – Sri Aurobindo’s Teaching and Method of Practice*, Sri Aurobindo Ashram Publication Department, Pondicherry 1993

- SHYAM DUA (ed.), *The Luminous Life of Sri Aurobindo*, Tiny Tot Publications, Delhi 2010

- WILFRIED, *The Mother – a short biography*, Sri Aurobindo Society, Pondicherry 1986

SITOGRAFIA

- <http://www.arianuova.org>
- <http://armonianaturale.com>
- <http://www.auroville.org>
- <http://www.gruppogermoglio.it>
- <http://www.sriaurobindo.it>
- <http://www.sriaurobindoyoga.it>