

# **Introduzione alla conoscenza vedica**

**secondo volume:**

**I quattro Veda originari  
Samhita, Brahmana, Aranyaka e  
Upanishad**

**Parama Karuna Devi**

Copyright © 2012 Parama Karuna Devi

All rights reserved.

ISBN-10: 148259837  
ISBN-13: 978-1482598377

pubblicato da Jagannatha Vallabha Research Center  
PAVAN House, Siddha Mahavira patana,

Puri 752002 Orissa

<http://www.jagannathavallabha.com>

<http://www.facebook.com/ParamaKarunaDevi>

<http://jagannathavallabhavedicresearch.wordpress.com/>

## **Quando, come e da chi sono stati scritti i Veda**

Nel volume precedente abbiamo visto in che modo la conoscenza della cultura vedica sia stata percepita in occidente e in India negli ultimi secoli, e quali equivoci si siano sviluppati a causa della sovrapposizione di varie influenze e motivazioni.

Abbiamo visto anche come la conoscenza vedica trascenda il tempo e sia inerente alla realtà stessa, e come ad ogni era venga presentata nelle modalità e nelle dimensioni necessarie per venire incontro alle esigenze delle persone di quell'epoca. Quando si parla di scritture vediche si intendono quindi non solo i manoscritti originari che testimoniano la grandissima antichità dell'induismo in quest'epoca, ma anche le versioni precedenti di cui i manoscritti sono ora andati perduti e anche i testi posteriori, compilati da anime realizzate, che spiegano la conoscenza originale in armonia con le stesse conclusioni.

Per esempio, nel caso dei *Purana* ("storie antiche"), vediamo che la versione originaria viene presentata ed elaborata da una serie di maestri realizzati - nel caso del *Bhagavata purana* si tratta principalmente di Sukadeva e Suta; Suta lo aveva ricevuto da Sukadeva

mentre questi lo presentava al re Parikshit e agli altri grandi saggi presenti nell'assemblea sulla riva del Gange, e in seguito lo passò a Saunaka e agli altri saggi radunati a Naimisharanya. Il *Bhagavata* contiene anche discorsi spirituali tra Maitreya e Vidura, Kapila e Devahuti, Narada e Vyasa, Krishna e Uddhava, e così via.

Sappiamo però da altri testi vedici che il *Bhagavata purana* (in quanto descrizione delle attività e delle glorie di Bhagavan, il Signore Vishnu), venne originariamente trasmesso da Shiva a Parvati, e che in quella occasione Sukadeva lo ascoltò, nascosto tra i rami dell'albero baniano sotto il quale era seduta la coppia divina.

Gli archeologi che si rifiutano di credere alle affermazioni delle scritture vediche per quanto riguarda la loro origine e antichità possono al massimo assegnare una datazione alla compilazione di tale e talaltro manoscritto che sia pervenuto in loro possesso.

Solitamente questo si fa valutando l'antichità del materiale sul quale il testo è scritto - foglie di palma, carta ecc - ma la situazione è complicata dalle frequenti citazioni nel testo che fanno riferimento a testi precedenti e "antichi", che contenevano la stessa conoscenza. Nei testi vedici e nella tradizione vedica in generale esiste quindi un fortissimo senso di continuità, chiamato *parampara* (o tradizione, letteralmente "trasmesso in una catena di successione temporale"). Tale continuità è però sostenuta dal senso di universalità, che a differenza delle tradizioni abramiche

(che sono esclusivamente lineari) riconoscono la validità e la complementarità di tradizioni parallele e in continuo sviluppo anche nel tempo.

Un altro fattore che confonde l'archeologia convenzionale consiste nella valutazione della complessità delle idee e del linguaggio del testo da datare - sulla base della teoria secondo cui il progresso tecnologico umano sia esclusivamente lineare, cioè da un periodo primitivo l'intera umanità sarebbe passata attraverso una serie di invenzioni e scoperte fino al massimo progresso tecnologico attuale. I libri scolastici elencano tali progressi tecnologici come l'uso del fuoco, del passaggio dalla pietra al bronzo al ferro, le invenzioni della ruota, dell'agricoltura, della scrittura pittografica, della scrittura alfabetica, della matematica, della geometria, della religione organizzata (cioè istituzionale-teocratica), della filosofia, della fisica e della meccanica, dell'astronomia, dell'industria, dell'elettricità, del motore a vapore, del motore a combustione interna, dell'elettronica, dell'informatica, della fisica nucleare e così via. Questo modello evolutivo è prettamente centrato su una serie di vicende storiche ambientate nelle regioni che circondano il Mediterraneo, e considera per esempio la civiltà greca come superiore a quella mesopotamica ed egizia, poi la civiltà romana come superiore a quella greca, la civiltà romano-cristiana come superiore a quella pagana, e così via. Secondo questa logica, i regni europei crearono colonie nel resto del mondo con l'idea di "civilizzare" quelle popolazioni e tuttora assistiamo a una deliberata opera

di "globalizzazione" della cultura industriale di sviluppo non-sostenibile di tipo statunitense. Si arriva così all'assurdo di considerare "più progredite" pratiche che distruggono e inquinano l'ambiente e le risorse, creano conflitti sociali e familiari, spezzano l'armonia tra gli esseri viventi e la natura, degradano i valori etici fondamentali e portano sofferenza, degradazione e disperazione.

Quando gli archeologi e gli antropologi si trovano davanti a reperti che smentiscono questi paradigmi, la reazione dell'accademia convenzionale è quella di far sparire le prove dell'esistenza di una realtà diversa da quella che predica in modo fideistico per sostenere il sistema culturale occidentale. Le scritture vediche costituiscono uno degli esempi più brillanti di tali prove, e quindi sono state particolarmente prese di mira dall'accademia convenzionale occidentale, come abbiamo già visto nel primo capitolo. Anche perché parlano di cose come astronavi, tempo atomico, elettricità, controllo delle condizioni atmosferiche, biotecnologia e controllo di quelle facoltà umane che ancora oggi sono considerate "paranormali" in quanto non spiegate dalla scienza contemporanea.

La compilazione attuale delle scritture vediche è attribuita a Veda Vyasa, che nacque circa 5000 anni fa, figlio di Satyavati e Parasara Muni. Il nome Vyasa significa appunto "che divide", in quanto Vyasa compilò quattro raccolte separate suddividendo i vari testi che componevano il Veda originario ed elaborando sul suo significato secondo differenti prospettive, per favorirne

la comprensione alle persone di quest'epoca, dotate di intelletto più debole rispetto alle epoche precedenti. Vedremo più avanti come tale suddivisione venne strutturata, e quali sono i testi principali di quel periodo che sono riconosciuti tradizionalmente come "scritture vediche".

Un altro nome di Veda Vyasa o Vyasa Deva è Krishna Dvaipayana, "il Nero dell'Isola", in quanto la carnagione di Vyasa era molto scura, e le circostanze della sua nascita (alle quali abbiamo già accennato in precedenza) sono centrate su un'isoletta sul fiume Yamuna.

Le scritture vediche sono composte in lingua sanscrita, chiamata anche *devanagari* ("delle città dei Deva") perché considerata la lingua universale usata anche su altri pianeti. Il termine "sanscrito" deriva dalla parola sanscrita *samskrita*, che significa letteralmente "perfetto", "altamente evoluto".

Secondo l'accademia occidentale, il sanscrito costituisce la lingua madre delle varie lingue "indo-europee", ma noi possiamo aggiungere che il sanscrito presenta anche alcune caratteristiche speciali, che non si trovano nelle lingue europee - in particolare, la costruzione "componibile" delle consonanti semplici e complesse, che produce un grandissimo numero di configurazioni grafiche.

La cosa più importante e basilare da comprendere per studiare il sanscrito è il concetto di *akshara* ("lettera-sillaba"): a differenza dell'alfabeto latino, che considera

la consonante da sola (B, C, D, F, G ecc), in sanscrito ogni consonante è accompagnata da un suono vocalico che ne permette la pronuncia (normalmente la A). Perciò quando ci riferiamo alle consonanti in sanscrito, le chiamiamo Ba, Ca, Da, Fa e così via.

In realtà succede la stessa cosa, benché non ufficialmente, anche in italiano e nelle altre lingue europee, perché le consonanti vengono lette come Bi, Ci, Di, eFfe, Gi, e così via. Il sanscrito-devanagari applica scientificamente questo concetto istintuale e lo codifica: già questo ci fa capire il tipo di struttura mentale sulla quale si basa l'espressione della conoscenza vedica - la comprensione e formulazione scientifica delle leggi naturali universali che conosciamo e applichiamo per istinto.

L'alfabeto sanscrito comprende 15 vocali e 34 consonanti semplici, 4 delle quali (ra, ya, la, va) sono considerate "semi-vocali" e secondo le regole del *sandhi* ("legami eufonici") si possono trasformare nella loro controparte vocalica o in speciali gruppi consonantici dalla grafia particolare. Anche questa è una legge "naturale" del linguaggio, che troviamo presente soprattutto nell'antico greco ma anche nella formazione delle parole in italiano. Per esempio, paragoniamo le parole *salute* e *salvezza*, entrambe derivate dalla stessa radice, in cui la consonante V è intercambiabile con la vocale U.

Le consonanti semplici, raddoppiate o accoppiate con altre consonanti, si uniscono graficamente a creare un

numero notevole di consonanti complesse, che talvolta, a seconda della particolare pronuncia, prendono un aspetto anche molto diverso rispetto a quello delle consonanti semplici che le compongono. Inoltre le vocali hanno una forma diversa quando si trovano da sole o ad inizio di parola da quando si trovano all'interno della parola.

Ogni consonante ha un suono ben preciso, che rimane lo stesso in tutti i casi senza eccezioni. Per esempio, la lettera Ca ha sempre suono dolce, sia vicino alla vocale A che vicino alla vocale E - mentre in italiano la C prende un suono duro quando è associata alla A ("casa" rispetto a "centro"), altrimenti ha bisogno di un'altra lettera, la H, che la sostenga, come per esempio nella parola "chiave".

Per ottenere il suono duro di quella consonante italiana, il sanscrito usa invece una lettera completamente distinta, la Ka, e questo evita ogni confusione.

Molti scienziati hanno analizzato la struttura e le dinamiche linguistiche del sanscrito e le hanno trovate perfettamente logiche e coerenti, paragonabili al linguaggio informatico che si usa per programmare i computer. Il meccanismo per cui le parole si sviluppano dalle radici comuni è infatti profondamente affidabile per comprendere il significato delle varie definizioni, le sfumature e i collegamenti logici tra i vari concetti.

Il sanscrito è quindi una lingua altamente colta e precisa, usata dai Rishi per esprimere le profonde realtà che avevano realizzato, sia a proposito della

conoscenza della materia che della conoscenza dello spirito.

Le implicazioni filosofiche di questa struttura linguistica sono profondissime. Innanzitutto, la necessità della vocale primaria, A, che risulta facilmente visibile nella struttura stessa della maggior parte delle consonanti, e che si trasforma nelle altre vocali tramite la modulazione del suono primigenio, ci fa meglio comprendere l'importanza della sillaba sacra AUM, che nelle scritture vediche è considerata la prima incarnazione di Dio, quello che i greci tradussero come Logos.

Il suono primordiale come origine e fondamento dell'intera creazione, dell'energia, degli elementi, della conoscenza, e delle manifestazioni visibili, viene dunque messo in evidenza fin dai primi passi dell'apprendimento scolastico, con le lettere dell'alfabeto. Le lettere dell'alfabeto in quanto modulazioni del suono primordiale (*sabda brahman*) vengono considerate sacre anche nel contesto delle pratiche religiose, che includono gli speciali *bija mantra*, "mantra seme" - lettere-sillabe recitate singolarmente come rappresentazione primaria della Divinità, che hanno il potere di evocare direttamente quella energia specifica che pure è presente ovunque. Un vago ricordo di questa scienza tantrica rimane nelle favole europee che parlano di "formule magiche" incomprensibili, tipo "sim salabim" eccetera.

I *bija mantra* non sono vocaboli ordinari con un significato limitato, e non sono nemmeno il "nome" della

Divinità a cui sono legati: sono la forma "sonora" della Divinità stessa, così come lo *yantra* ("diagramma sacro") ne è la forma geometrica.

La controparte "popolare" del sanscrito, usata anticamente a livello familiare per gli scambi verbali più semplici e immediati si chiama *prakrita* (letteralmente "semplice, naturale") e ha dato origine alle varie lingue indiane moderne attraverso la sovrapposizione con le lingue tribali locali. In particolare l'*hindi* costituisce la versione moderna del *prakrita* modificato dall'influenza del persiano e dell'arabo durante le invasioni musulmane, tanto è vero che ha una controparte quasi identica, l'*urdu*, che viene scritta con caratteri arabi invece che con i caratteri devanagari originali del sanscrito. Strettamente imparentate con l'*hindi* sono il *rajasthani* e il *bihari*.

Tra le altre lingue principali derivate dalla forma *prakrita* del sanscrito che sono ancora popolari in India ricordiamo il *bengali*, l'*oriya*, il *marathi*, l'*assamese*, il *panjabi*, il *gujarati*, il *sindhi*, che pur avendo caratteri grafici leggermente diversi, usano esattamente la stessa struttura linguistica e caratteri grafici esattamente corrispondenti al devanagari.

Di ceppo diverso è la lingua *tamil*, caratteristica del sud dell'India, dalla quale prende il nome lo stato indiano del Tamil Nadu. Gli indologisti del XIX secolo dedussero che il *tamil* fosse la lingua originaria delle popolazioni dravidiche che abitavano l'India prima dell'invasione ariana, mentre il sanscrito era stato introdotto in tempi

relativamente recenti. Le testimonianze scritturali indicano invece che la presenza del sanscrito nell'India meridionale è altrettanto antica, se non più antica, di quella della lingua *tamil*. Inoltre, circa l'80% delle parole in *tamil* (e nelle lingue imparentate, come *telugu*, *kannada* e *malyalam*) sono prese direttamente dal sanscrito, anche se i caratteri grafici hanno un aspetto differente dal *devanagari*, pur conservandone la struttura.

La versione dei Veda precedente alla compilazione attuale, chiamata semplicemente Yajus, o "conoscenza del sacrificio" (nel senso di "azione sacra") era più concentrata e veniva generalmente tramessa oralmente da maestro e discepolo, tramite un complesso sistema di memorizzazione che sopravvive ancora in alcune scuole tradizionali.

Per assicurarsi che gli studenti ricordassero e ripetessero perfettamente i testi originari, mantenendo persino l'intonazione giusta, gli insegnanti li facevano imparare a memoria in varie successioni, chiamate *prakriti patha* ("lettura semplice") e *vikriti patha* ("lettura elaborata").

Il *prakriti patha* consiste nel recitare il verso tutto di seguito, come viene tramandato per iscritto, senza dividere le parole che sono legate tra loro dal *sandhi*. Per esempio ecco un mantra che offre omaggio a Sambhu (un altro nome di Shiva) e a Maya, rispettivamente il Signore e l'energia divina:

*namassambhave ca mayobhave ca namah*

Il *pada patha* ("lettura passo a passo") consiste nel separare le parole di base l'una dall'altra, cosa che aiuta a comprendere e memorizzare meglio il verso:

*namah sambhava, iti sam-bhave ca*

*mayobhava iti mayah bhava ca namah*

Il *krama patha* ("lettura programmata") consiste nell'unire le parole di base in modo elaborato, secondo lo schema matematico 1+2, 2+3, 3+4 e così via:

*namassambhave: sambhave ca*

*sam bhava iti sam-bhave*

*ca mayobhave: mayobhave ca*

*mayobhava iti mayah bhava*

*ca namah nama iti namah*

Ci sono otto tipi di *vikriti patha* ("lettura elaborata"): *jata* ("mazzo"), *mala* ("collana"), *sikha* ("pinnacolo"), *rekha* ("linea"), *dhvaja* ("bandiera"), *danda* ("bastone"), *ratha* ("carro") e *ghana* ("nuvola").

Eccone degli esempi:

*Jata:*

*namassambhave sambhave namo namas sambhave*

*sambhave ca ca sambhave sambhave ca*

*sambhave iti sam-bhave*

*ca mayobhave mayobhave ca ca mayobhave*

*mayobhava ca ca mayobhave mayobhave ca*

*mayabhava iti mayah-bhave*

*ca namo namasca ca namah  
nama iti namah*

*Sikha:*

*namassambhave ca ca sambhave namo  
namassambhave ca  
sambhave ca mayobhave mayobhave ca sambhave  
sambhave ca mayobhave  
sambhava iti sam-bhave  
ca mayobhave ca ca mayobhave ca ca mayobhave ca  
mayobhave ca namo namasca mayobhave mayobhave  
ca namah  
mayobhava iti mayah-bhave  
ca namo namasca ca namah  
nama iti namah*

*Ghana:*

*namassambhave sambhave namo  
namassambhave ca ca sambhave  
namo namassambhave ca  
sambhave ca ca sambhave sambhave ca  
mayobhave mayobhave ca sambhave  
sambhave ca mayobhave  
sambhava iti sam-bhave  
ca mayobhave mayobhave ca  
ca mayobhave ca*

*mayobhave ca ca mayobhave mayobhave*  
*ca namo namasca mayobhave*  
*mayobhave ca namah*  
*mayabhava iti mayah-bhave*  
*ca namo namasca ca namah*  
*nama iti namah*

Abbiamo accennato alle tonalità: nella recitazione dei Veda si usano tre tipi di intonazioni, chiamate *anudatta* ("bassa"), *udatta* ("alta") e *svarita* ("media"), con un passaggio al tono alto verso l'ultima sillaba-lettera della parola. Parleremo ancora delle regole di pronuncia e intonazione nella recitazione dei testi vedici nel capitolo sui *Vedanga* ("membra secondarie dei Veda").

E' importante comunque comprendere che la tradizione orale non dipendeva dall'ignoranza insita in una cultura primitiva di gente che "non sapeva scrivere", bensì dal fatto che nei tempi precedenti al Kali yuga la gente aveva una memoria migliore e non aveva bisogno di basarsi sui testi scritti, che comunque esistevano.

Possiamo verificarlo facilmente considerando che secondo le scritture stesse, Veda Vyasa iniziò a compilare le raccolte (*samhita* in sanscrito significa appunto "raccolta" o "antologia") di inni vedici dopo la battaglia di Kurukshetra. La narrazione degli eventi storici di quel periodo, contenuta soprattutto nel *Mahabharata* (anch'esso compilato da Veda Vyasa insieme alle *samhita* e agli altri testi) comprende

parecchi episodi in cui vediamo varie persone utilizzare documenti, testi, libri, lettere e messaggi scritti di vario genere. Questo prova che la gente di quell'epoca non soltanto conosceva l'arte della scrittura, ma la considerava una cosa del tutto normale ed elementare.

Come abbiamo già accennato, a Vyasa va il credito di aver organizzato le quattro raccolte di inni chiamate *Rig, Sama, Yajur* e *Atharva*, aggiungendovi i rispettivi testi di istruzioni rituali (chiamati *Brahmana* perché destinati ad essere utilizzati dai *brahmana* officianti nel compimento delle cerimonie) e di elaborazioni filosofiche (chiamati *Upanishad* e *Aranyaka*). Oltre a ciò, si attribuisce a Vyasadeva la compilazione del *Vedanta* (anche chiamato *Uttara mimamsa*), del *Mahabharata* (che include la *Bhagavad gita*) e dei *Purana*, tra cui il *Bhagavata purana*.

Molti altri Rishi contribuirono al corpus di conoscenza delle scritture vediche, compilando vari testi anche prima dell'opera di Vyasa.

Eccone una breve lista:

\* Parasara (padre di Vyasa), è l'autore del *Brihat Parashara Hora Shastra* (famoso trattato di astrologia), di alcuni inni del *Rig Veda* (dedicati ad Agni e Soma), della *Parasara dharma samhita*, del *Vishnu purana*, e del *Vriksha ayur veda* (erboristeria e botanica).

\* Atri Rishi è l'autore del quinto libro del *Rig Veda*, chiamato appunto *Atri samhita*. Atri, marito di Anasuya e padre di Dattatreya, Durvasa e Patanjali Rishi

(considerati incarnazioni rispettivamente di Vishnu, Shiva e Brahma) è figlio diretto (*manasa putra*) di Brahma e il primo dei Sette Rishi, che risiedono nei pianeti della costellazione dell'Orsa Maggiore. Tra i suoi discendenti, si contano molti altri Rishi, come Mugdala, Uddalaki, Shakalayani, Chandogya ecc.

\* Agastya Rishi, un altro dei Sette Rishi, è l'autore di un testo originario sull'Ayurveda (ora perduto, ma al quale si riferisce la letteratura successiva), del *Nadi jyotisha* (trattato di astrologia), del famoso *stuti* ("preghiera di glorificazione") detto *Lalita sahasranama* ("i mille nomi di Lalita", la Dea Madre), del famoso *Aditya hridayam* ("il cuore del figlio di Aditi", un inno al Sole), e del *Sarasvati stotram* (in onore di Sarasvati, la Dea della Conoscenza). La moglie di Agastya, la principessa Lopamudra del regno di Vidarbha, collaborò al *Lalita sahasranama* e scrisse personalmente un inno del *Rig Veda*. Il fiume Kaveri, in India, è considerato una sua incarnazione.

\* Gautama Maharishi, un altro dei Sette Rishi, è l'autore di parecchi *sukta* ("inni") del *Rig Veda*, dell'inno *Bhadra* del *Sama Veda*, e del *Gautama Dharma sutra*, il primo testo tra i Dharma shastra. Gautama è discendente di Angirasa Rishi; sposò Ahalya, *manasa putri* ("nata dalla mente") di Brahma il creatore dell'universo, e fu padre di Shatananda, purohita ("sacerdote di corte") del re Janaka di Mithila, padre di Sita (la moglie di Rama), nonché di Vamadeva, autore del quarto *mandala* ("libro") del *Rig Veda*, e Nodha.

\* Vasistha, un altro dei Sette Saggi, Guru di famiglia dell'*avatara* Rama, è l'autore del settimo libro del *Rig Veda*, nonché della *Vasistha samhita* (un trattato di Jyotisha, cioè di astrologia). Gli insegnamenti di Vasistha sono riportati anche da Valmiki Rishi (l'autore del *Ramayana*) nel famoso *Yoga Vasistha*.

\* Marici, figlio diretto di Brahma e un altro dei Sette Saggi, padre di Kashyapa Rishi, il quale a sua volta generò quasi tutte le creature dell'universo, compresi i Deva e i Danava, con le sue due spose Aditi e Diti.

\* Pulastya, figlio diretto di Brahma e uno dei Sette Saggi, ricevette da Brahma il Vishnu purana e lo comunicò a Parasara Rishi. Padre di Visravas e quindi nonno di Kuvera e Ravana, è considerato il capostipite della discendenza dei Rakshasa.

\* Bharadvaja, un altro dei Sette Saggi, è famoso per aver scritto il Vimanika shastra (un trattato di aereonautica-astronautica).

\* Brighu, un famoso Rishi che visse nel Treta yuga, è il protagonista dell'episodio in cui fu inviato dagli altri Rishi a verificare chi fosse, tra le grandi Personalità divine - Vishnu, Shiva e Brahma - il più magnanimo. E' l'autore della *Brighu samhita*, un trattato-oracolo di astrologia, che permette di scoprire anche le vite passate e future di una persona, con 45 milioni di possibili combinazioni astrologiche. Compilò circa 500mila oroscopi, la maggior parte dei quali sono andati perduti. Compilò anche un trattato sul *Dhanur veda*, cioè l'arte militare e strategica.

\* Brihaspati, conosciuto anche come Deva Guru ("il Guru dei Deva"), è considerato l'autore dell'*Artha shastra*, il trattato sulla scienza dello sviluppo economico e dei *Barhaspatya sutra*. Brihaspati è figlio di Angirasa e ha tre mogli - Shuba, Havishmati e Mamata.

\* Kasyapa Rishi (da non confondere con l'altro Kasyapa conosciuto anche come Kanada), è l'autore della *Kasyapa samhita* (conosciuta anche come *Braddha Jivakiya Tantra*) e del *Vraddha jivakiya tantra* (ambedue trattati sull'Ayurveda).

\* Markandeya Maharishi, discendente di Brighu, è l'autore del *Markandeya purana*, nel quale troviamo il *Devi mahatmya*, uno dei testi più famosi e popolari della tradizione shakta. Il *Devi mahatmya*, chiamato anche *Chandi path*, è recitato tradizionalmente durante tutte le festività collegate all'adorazione della Dea Madre. A Markandeya, menzionato in parecchi altri *Purana* e nel *Mahabharata*, è attribuito anche il famoso *Maha mrityunjaya mantra*, che porta la benedizione di lunga vita e libertà dalle malattie.

\* Kapila, figlio di Kardama Rishi e Devahuti, è considerato l'autore della filosofia Sankhya, e i suoi insegnamenti sono riportati nel Bhagavata purana e nel Mahabharata. Non sono sopravvissuti testi compilati direttamente da lui.

\* Narada Rishi, figlio di Brahma, è famoso per aver compilato il *Bhakti sutra*, un trattato sulla via della devozione.

\* Valmiki Rishi, che fu discepolo di Narada, è il famoso autore del *Ramayana* e dello *Yoga Vasistha*.

\* Nandi, discepolo diretto e compagno di Shiva Mahadeva, è l'autore del *Kama shastra* originario, il testo che regola e organizza le attività mirate alla gratificazione dei sensi.

\* Bharata Muni, discepolo di Tandu, a sua volta discepolo diretto e compagno di Shiva Mahadeva, è l'autore del *Gandharva veda*, che tratta di musica, canto, danza e rappresentazioni teatrali.

\* Dhanvantari, considerato un *avatara* (manifestazione diretta) di Vishnu, è la fonte primaria della conoscenza dell'*Ayurveda*.

Altri Rishi che composero inni del Veda originario sono:

\* Angira, autore della maggior parte dell'*Atharva Veda*, è considerato un dignitario alla corte di Yama su Pitriloka, il pianeta interdimensionale dove risiedono gli antenati virtuosi.

\* Atharva, autore di molti inni dell'*Atharva Veda*; il fatto che questi inni siano stati composti prevalentemente da questi due Rishi li ha resi famosi anche come Atharvangirasa samhita.

\* Kausika, Vasistha, Kasyapa, Saunaka, Vamadeva, Meghatithi, Priyamegha, Nodha, Savya, Nrimegha, Kusta, Pracheta, sono gli autori di alcuni inni dell'*Atharva Veda*

- \* Kanva, autore di vari inni del *Rig Veda* dedicati a Agni, Yupa, Marut, Brahmanaspati, Varuna, Mitra, Aryaman, Pusha, Rudra e Soma. Kanva Rishi fu il padre adottivo di Sakuntala, protagonista della famosa opera poetica di Kalidasa.
- \* Medhatithi, autore di vari inni del *Rig Veda* dedicati a Agni, Nirmathya Havaniya Agni, Idhmah Samiddha Agni, Astanunapat, Narasamsah, Ilah, Barhih, Devirdvarah, Ushasanaktha, Daivya, Hotara, Pracetasa, Sarasvati, Ila, Bharati, Tvashta, Vansapati, Svaha Akrutayoh Agnih, Visve Devah, Indra, Maruta, Tvashta, Mitra Varuna, Dravinoda Agnih, Asvini (*ritu devatah*), Indra Varuna, Gayatri, Padani, Brahmanaspati, Soma, Dakshina, Sadaspati, Narasama, Maruta, Rbhu, Asvini, Savita, Devyah, Varuna, Anyagnayah, Dyavapruthivya, Prithivi, Vishnu, Ayu, Vayu, Marutvan, Pusha, Apah e Pura-ushnik.
- \* Praskanva, autore di vari inni del *Rig Veda* dedicati a Agni, Usha, Ashvini e Surya.
- \* Ghosha, autrice di 2 sukta ("inni") del 10 libro del Rig Veda.
- \* Vagambhrina, autrice del Vac sukta del Rig Veda.
- \* Maitreyi, moglie di Yajnavalkya, è autrice di 10 inni del Rig Veda.
- \* Gargi, menzionata nella Yajnavalkya samhita e nella Brihadaranyaka Upanishad in occasione di un famoso dibattito filosofico, è l'autrice della Gargi samhita.

Tra le altre Rishika o Rishi femmine che composero alcuni degli inni del *Rig Veda* ricordiamo Visvavara, Sikata, Nivavari, Apala e Visvavara della famiglia di Atri, Angirasi Sarasvati della famiglia di Angirasa, Yami Vaivasvati, Sraddha, Surya, Indrani, Urvasi, Sarama, Juhu e Paulomi Saci.

Della generazione dei Rishi successiva a Vyasa ricordiamo:

\* Jaimini, discepolo di Vyasa, che compilò la sezione *Karma kanda* (chiamata anche *Purva mimamsa*) dei testi *Brahmana*, e anche un trattato di *Jyotishi* (astrologia).

\* Yajnavalkya, che compilò il suo *Dharma shastra* secondo le istruzioni dirette di Brahma, Manu e Brighu, e divenne famoso in particolare per la *Vajasaneyi-samhita*.

\* Panini, famoso per il suo trattato sulla grammatica.

\* Charaka, famoso per la *Charaka samhita*, importante testo dell'Ayurveda

\* Sushruta: famoso per la *Sushruta samhita*, importante testo dell'Ayurveda

\* Patanjali, famoso per i suoi *Yoga sutra*, scrisse anche trattati sulla grammatica di Panini e sull'Ayurveda di Charaka

Secondo il *Bhagavata purana*, Vyasa affidò le quattro raccolte di inni ai suoi discepoli, assegnando il *Rig Veda* a Paila, lo *Yajur Veda* a Vaisampayana, il *Sama Veda* a Jaimini e l'*Atharva Veda* a Sumantu.

A sua volta, Paila divise il *Rig Veda* in due parti, affidandole rispettivamente a Indrapramiti e Bashkala. Bashkala divise la sua parte in quattro sezioni, affidandole ai suoi discepoli Bodhya, Yajnavalkya, Parasara e Agnimitra. Indrapramiti insegnò il testo di sua competenza a Mandukeya, il cui discepolo Devamitra lo trasmise poi a Saubhari e altri. Il figlio di Mandukeya, Sakalya, divise in 5 parti il testo che gli era stato affidato, distribuendo le varie parti a Vatsya, Mudgala, Saliya, Gokhalya e Sisira. Un altro discepolo di Sakalya, di nome Jatukarnya, divise il suo testo in 3 parti e vi aggiunse un glossario, affidando queste divisioni rispettivamente ai suoi discepoli Balaka, Paila, Jabala e Viraja. Dai vari testi del *Rig Veda* venne compilata anche un'antologia chiamata *Valakhilya-samhita*, opera di Baskali, che la trasmise poi a Valayani, Bhajya e Kasara.

I discepoli di Vaisampayana divennero le autorità riconosciute sullo *Yajur Veda*. Uno di essi, Yajnavalkya figlio di Devarata, abbandonò Vaisampayana restituendo gli inni che gli erano stati affidati; gli altri discepoli li presero immediatamente, come fanno le quaglie (*tittirah*) mangiando ciò che è stato rigurgitato da altri animali. Così quella particolare raccolta di inni dello *Yajur Veda* è stata chiamata *Taittiriya samhita*.

Da parte sua, Yajnavalkya si rivolse direttamente a Surya, il Deva del Sole, pregandolo di rivelargli i mantra segreti dello Yajur Veda. Prendendo la forma di un cavallo, Surya si rivelò a Yajnavalkya e gli trasmise 15 nuovi capitoli di conoscenza vedica, che sono conosciuti come *Vajasaneyi-samhita* (poiché sono emanati dalla criniera di Surya). Questi nuovi capitoli vennero affidati ai discepoli di Kanva, Madhyandhina e altri Rishi.

Jamini Rishi, l'autorità sul *Sama Veda*, ebbe un figlio di nome Sumantu, che fu padre di Sutvan; a entrambi - figlio e nipote - Jaimini affidò una delle divisioni della *Sama Veda samhita*. Un altro discepolo di Jaimini, di nome Sukarma, divise il suo testo del *Sama Veda* in 1000 *samhita*, che vennero affidate a Hiranyanabha (figlio di Kushala), Paushyanji e Avantya. I 500 discepoli di Paushyanji e Avantya divennero noti come i recitatori del nord. Altri 5 discepoli di Paushyanji - Laugakshi, Mangali, Kulya, Kushida e Kukshi, ricevettero ciascuno 100 *samhita*. Krita, discepolo di Hiranyanabha, trasmise 24 *samhita* ai propri discepoli, e il testo rimanente venne affidato al saggio Avantya.

Sumantu Rishi, l'autorità sull'*Atharva Veda*, insegnò la sua *samhita* al proprio discepolo Kabandha, che a sua volta la trasmise a Pathya e Vedadarsha. I discepoli principali di Pathya furono Kumuda, Sunaka e Jajali, mentre quelli di Vedadarsha furono Sauklayani, Brahmabali, Modosha e Pippalayani. L'*Atharva Veda* fu inoltre commentato da due discepoli di Sunaka, Babhru e Saindhavayana, e dal discepolo di Saindhavayana,

Savarna. Tra gli *acharya* dell'Atharva Veda sono ricordati anche Nakshatrakalpa, Santikalpa, Kashyapa e Angirasa.

La compilazione dei *Purana* venne invece intrapresa da Trayyaruni, Kashyapa, Savarni, Akritavrana, Vaisampayana e Harita; ciascuno di questi studiò una delle sei antologie da Romaharshana, che era discepolo di Vyasadeva.

Chi si avvicina per la prima volta allo studio delle scritture vediche può facilmente rimanere confuso dalla loro vastità e varietà, che sono intese per offrire un approccio adatto per molti diversi tipi di persone e mentalità. Da dove cominciare, per comprendere effettivamente i contenuti della conoscenza vedica?

Le tre scritture più autorevoli sono definite *Prasthan trayi* o *Prasthan traya* ("tre punti di partenza"), perché costituiscono l'inizio migliore per lo studio della conoscenza vedica. Eccole

\* la *Bhagavad gita*, chiamata anche *Sadhana prasthan*, è centrata sull'applicazione pratica degli insegnamenti vedici

\* le *Upanishad*, chiamate anche *Upadesha prasthan*, costituiscono la parte più filosofica

\* i *Brahma Sutra* o *Vedanta sutra*, chiamati anche *Nyaya prasthan* o discussioni logiche

Altre prospettive di categorizzazione delle scritture vediche si basano su diversi fattori. Per esempio, tutti i vari testi appartengono a due vasti gruppi, chiamati *sruti* ("ciò che è da ascoltare") e *smriti* ("ciò che è da ricordare"). *Sruti* sono i testi originari dei quattro Veda (*Rg*, *Sama*, *Yajur* e *Atharva*) che comprendono le rispettive *Samhita*, *Brahmana*, *Aranyaka* e *Upanishad*, mentre *smriti* o le raccolte di commenti sono tutti gli altri testi.

Un'altra prospettiva di categorizzazione viene presentata da Yajnavalkya in 14 divisioni o "mondi" della conoscenza e del Dharma:

4 Veda, 6 Vedanga, più Purana, Nyaya, Mimamsa e Dharma shastra.

E' detto, "ciò che non si trova nei *Veda* si trova nella *Smriti*, e ciò che non si trova nella *Smriti* si trova nei *Purana*," (*Skanda purana*).

Dopo questa visione d'insieme iniziale sulla complessività delle scritture vediche, il nostro studio passerà ad esaminare man mano i quattro *Veda* originari, i *Purana* e le *Itihasa* (complessivamente chiamati talvolta "il quinto Veda", che comprendono *Mahabharata* e *Bhagavad gita*, *Ramayana* ecc), le *Upanishad*, il *Vedanta sutra* (chiamato anche *Uttara mimamsa*), il *Dharma sutra* (chiamato anche *Purva mimamsa* o *Karma mimamsa*), i *Vedanga* e *Upaveda* (compreso lo studio di Nyaya), Tantra e Agama.

## Le Samhita

E' detto che in origine il *Rig Veda* aveva 21 *sakha* o rami, lo *Yajur* 109, il *Sama* 1000 e l'*Atharva* 50, con oltre 100mila versi. Purtroppo non tutti i testi vedici sono sopravvissuti: ora se ne conosce soltanto circa un quinto del volume totale, circa 20mila versi.

Delle 21 *samhita* ("raccolte") originarie del *Rig Veda* resta soltanto la *Sakhala samhita*, delle 85 del *Krishna Yajur Veda* ne restano soltanto 5 (*Taittiriya*, *Maitrayani*, *Katha*, *Kapisthala* e *Svetasvatara*), delle 17 del *Sukla Yajur Veda* ne restano 2 (*Kanva* e *Madhyandina*, conosciuta anche come *Vajasaniya*), delle 101 del *Sama Veda* ne restano solo 3 (*Kauthuma*, *Ranayaniya* e *Jaminiya*), delle 9 dell'*Atharva Veda* ne restano solo 2 (*Pippalada* e *Saunaka*).

Il *Bhagavata purana* (1.4.15-18 e 4.19-20) e il *Vishnu purana* (3.4) parlano di come Vyasadeva suddivise la conoscenza nei quattro *Veda*.

Vyasa considerò le particolari esigenze della gente del Kali yuga e decise di semplificare le pratiche religiose e spirituali tradizionali. Le scritture affermano che anticamente esisteva un solo *Veda*, detto *Yajur*, e che Vyasadeva lo suddivise in quattro parti. Il *Vishnu*

*purana* spiega che Vyasa istituì anche quattro categorie di officianti per i rituali, ciascuno esperto in una delle quattro categorie - rispettivamente l'Hotri per il *Rig Veda*, l'Adhvaryu per lo *Yajur*, l'Udgatri per il *Sama* e il Brahmana per l'*Atharva*. Così l'Hotri recita gli inni per evocare le varie manifestazioni del Divino, l'Adhvaryu celebra il rituale vero e proprio, l'Udgata produce un sottofondo musicale cantando gli inni del *Sama* e il Brahmana o Acharya supervisiona la procedura correggendo eventuali errori, proteggendo la procedura dalle influenze negative e producendo il livello di consapevolezza superiore necessario per il successo del rituale.

La conoscenza di queste tre componenti (*upasana kanda* o adorazione della Divinità), la celebrazione del rituale (*karma kanda* o procedure pratiche) e la consapevolezza del loro significato esoterico (*jnana kanda*) viene definita collettivamente come *Trayi Vidya*, "la Triplice Conoscenza".

Gli officianti esperti in tutti e tre questi aspetti della conoscenza vedica vengono chiamati Trivedi - un titolo che in seguito, con l'avanzare della decadenza tipica del Kali yuga, divenne ereditario come un normale nome di famiglia, esattamente come i titoli di Acharya ("maestro supervisore-fondatore"), Gosvami ("signore dei sensi" cioè una persona che ha imparato a controllare perfettamente i propri sensi), Tyagi ("rinunciato" cioè una persona che ha rinunciato a ogni attaccamento e possesso materiale) e così via.

La definizione di Brahmana, che caratterizza l'officiante più esperto e realizzato tra coloro che collaborano al rituale del sacrificio, deriva dal termine Brahman, che indica la Realtà Trascendentale sulla quale si fonda ogni creazione visibile e invisibile. Secondo la definizione fornita da Atri Rishi: *janmana jayate sudra* ("per nascita tutti sono *sudra*"), *samskarad bhaved dvijah* ("attraverso i rituali di purificazione si diventa una persona nata due volte", cioè iniziata alla conoscenza e al compimento dei rituali), *veda pathad bhaved viprah* ("attraverso lo studio dei Veda si diventa eruditi e ispirati") e *brahma janati iti brahmana* ("*brahmana* è chi conosce il Brahman").

Da questa conoscenza e consapevolezza trascendentale prende il nome il termine *brahmanesimo*, che viene usato talvolta per definire l'induismo. E' necessario qui fare una distinzione importante sulla differenza tra i due nomi "Brahman" (anche scritto come Brahma, con la *a* corta finale) che indica la Realtà Trascendentale, lo Spirito Supremo e "Brahma" (con la *a* lunga finale) che indica il primo essere creato di ciascun universo, il creatore-demiurgo che appare nella Trimurti ("triade") dei *guna avatara*, le manifestazioni divine che governano le tre qualità fondamentali della materia. Questo Brahma (chiamato anche Prajapati) governa la qualità della passione in quanto crea o meglio manifesta l'universo, Shiva governa la qualità dell'ignoranza in quanto lo distrugge al momento della dissoluzione e Vishnu governa la qualità della virtù in quanto è a lui che i Deva si rivolgono per mantenere e

proteggere l'universo durante la sua fase di manifestazione. E' facile cedere alla tentazione della sovrapposizione culturale e leggere questa Trimurti come una versione indiana della Trinità cristiana (composta da Padre, Figlio e Paraclito) ma ciò sarebbe un grave errore e causerebbe una inutile confusione, perché i due concetti non corrispondono tra loro.

Abbiamo già accennato anche come ciascuno dei quattro *Veda* si componga di quattro parti:

1. *Samhita* ("raccolte") cioè gli inni o preghiere veri e propri raccolti nei testi chiamati *Rig*, *Yajur*, *Sama* e *Atharva*.

2. *Brahmana* ("dei *brahmana*") che contengono le meditazioni da compiere durante i rituali, la storia dei rituali stessi e il motivo per cui vengono celebrati, e le procedure che devono essere compiute dai *brahmana* che officiano il rituale. I testi che sono tuttora disponibili sono chiamati *Aitareya* e *Kausitaki* (chiamato anche *Sankhyayana*) dal *Rig Veda*, *Taittiriya* dal *Krishna Yajur Veda*, *Sathapatha* dal *Sukla Yajur Veda*, *Panchavimsa* (o *Tandya*), *Sadvimsa*, *Samaidhana*, *Arsheya*, *Mantra*, *Devatadhyaya*, *Vamsa*, *Jaiminiya* dal *Sama Veda*, e *Gopatha* dall'*Atharva Veda*.

3. *Aranyaka* ("della foresta"), testi che contengono il significato simbolico dei rituali, la conoscenza mistica interiore elaborata dai Rishi, che hanno rinunciato alle attività materialistiche e si sono ritirati nella foresta (*aranya*) per dedicarsi alla meditazione. Ci sono pervenute solo l'*Aitareya* e la *Kausitaki* (*Sankhyayana*)

dal *Rig Veda*, la *Taittiriya* e la *Maitraniya* dal *Krishna Yajur Veda*, la *Brihad aranyaka* dal *Sukla Yajur Veda* e la *Talavakara* o *Jaiminiya* del *Sama Veda*.

4. *Upanishad* ("le istruzioni"), che costituiscono l'elaborazione filosofica e teologica delle *Aranyaka*; fortunatamente la maggior parte delle *Upanishad* è sopravvissuta fino ai nostri tempi.

Queste distinzioni sono piuttosto indicative, perché talvolta le *Upanishad* sono inserite direttamente nel testo delle *Aranyaka* o *Samhita*.

## Rig Veda

Le *Rig Veda samhita* che ci sono pervenute contengono alcune centinaia di inni mistici (*rik*, o *richa*) dedicati alle Divinità che governano la manifestazione materiale (considerate personificazioni degli archetipi universali o forze della natura) in modo da mantenerci in contatto armonico con essi nella nostra vita quotidiana. Per esempio, l'inno (10.85) che descrive il matrimonio tra Soma Deva, il Deva della Luna, e Surya, la figlia del Deva del Sole, viene tuttora recitato durante le cerimonie di matrimonio tradizionali. L'inno più importante e famoso del *Rig Veda* è però il *Purusha sukta* (10.90), che costituisce una parte importante dei rituali tradizionali di adorazione.

Non meno famoso è lo *Sri sukta*, dedicato a Lakshmi e recitato nei rituali tradizionali, che si trova in una *khilani* o "appendice" della *samhita*. Alcune raccolte lo inseriscono direttamente nel *mandala* o libro numero 5. Il *Vak sukta* (10.125) è un altro famoso inno dedicato alla Dea Madre.

Il numero preciso degli inni è controverso, in quanto esistono vari manoscritti, più o meno completi. La *Rig Veda samita* è suddivisa in 10 libri o *mandala*, a loro volta organizzati in capitoli e sezioni, e accompagnati da *anuvaka* o "spiegazioni" e *sukta* o "poesie". Non tutti i *mandala* hanno la stessa lunghezza e lo stesso numero di inni. Una delle fonti più autorevoli riporta questa suddivisione:

Libro 1: il più esteso, con 191 inni, per Agni (il fuoco), Vayu (il vento), i due Asvini kumara (il principio della guarigione), Indra (le piogge e il fulmine), i Visvedeva (tutti i Deva in generale), Ritu (le stagioni), Indra-Varuna (l'acqua che cade sotto forma di pioggia), Brahmanaspati o Brihaspati (l'insegnamento della conoscenza religiosa), Marut (le direzioni), i Ribhu (i regolatori dell'universo), Aryaman o Yama (la morte), Pushan (la crescita), Rudra (la distruzione), Usha (l'alba), Surya (il sole), Soma (la luna), Agni-Soma (l'offerta del tonico medicinale nel fuoco), Vishnu (il principio trascendente), Indra-Vayu (la tempesta), Mitra-Varuna (il sole nell'acqua), Bhumi-Dyayoh (la terra e il cielo, considerate entrambe Dee), Asva (il cavallo), Rati (l'attrazione), Annam (il cibo), Apris (la triplice Dea: Sarasvati, Bharati, Ila), Ap-Trina-Surya (acqua, erba e sole).

Libro 2: 43 inni, in gloria di Agni, Indra, Brihaspati, Aditya, Varuna, Visvedeva, Rudra, Marut, Kapinjala (il falco).

Libro 3: Agni, Yupa (la colonna del sacrificio), Indra, Parvata (le montagne), Visvedeva, Asvini, Mitra (il sole), Ribhu, Usha.

Libro 4: 58 inni in gloria di Agni, Indra, Kapinjala, Ribhu, Indra-Varuna, Indra-Vayu, Indra-Brihaspati, Brihaspati, Usha, Savitar (il sole nel suo aspetto androgino), i Visvedeva, Bhumi-Dyayoh, Kshetrapati (il principio di protezione della terra), Ghrita (il burro chiarificato).

Libro 5: 87 inni in gloria di Agni, Indra, Surya, Atri (il Rishi), i Visvedeva, i Marut, Mitra-Varuna, gli Asvini, Usha, Savitar, Parjanya (la pioggia), Prithivi (la terra), Indra-Agni.

Libro 6: 75 inni in gloria di Agni, Indra, i Visvedeva, Kamadhenu (la mucca), Pushan (il nutrimento), Indra-Agni, Sarasvati (la conoscenza, la parola), gli Asvini, Usha, i Marut, Mitra-Varuna, Indra-Varuna, Indra-Vishnu, Bhumi-Dyayoh, Savitar, Indra-Soma, Brihaspati, Soma-Rudra, Ayudha (le armi da guerra).

Libro 7: 104 inni in gloria di Indra, gli Asvini, i Marut, gli Asvini, gli Aditya (i 12 Deva principali), Savitar, Bhaga, Dadhikras, Rudra, Apas (le acque di fiumi e laghi), Ribhu, Bhumi-Dyayoh, Vastospati (la personificazione del Vastu), Mitra-Varuna, Usha, Indra-Varuna, Varuna, Indra-Agni, Sarasvati, Brihaspati, Vishnu, Parjanya, Indra-Soma.

Libro 8: Indra, Asvini, Marut, Aditya, Agni, Mitra-Varuna, Visvedeva, Indra-Agni, Varuna, Soma, Vak (la parola).

Libro 9: l'estrazione del *soma rasa*, il succo della pianta *soma* o *soma lata*. Gli studiosi coloniali sostenevano che il *soma rasa* fosse il succo lattiginoso del *Sarcostemma viminalis* (o *Asclepia acida*) reso alcolico dalla fermentazione con farina e burro - una procedura che non corrisponde però ai testi originari, né rispetto alla preparazione né rispetto agli effetti benefici e di purificazione descritti nei testi tradizionali. L'antica tradizione ayurvedica identifica invece la *soma lata* con l'*Ephedra gerardiana*, varietà indiana della diffusissima Efedra, erba medicinale molto popolare e spontanea in Asia, Europa e America, dove è chiamata *Tè del Mormone* e *Tè della Squaw*.

La *Susruta samhita* (parte dell'*Ayurveda*) elenca i luoghi dove la *soma lata* cresce spontanea in due varietà, quella montana e quella palustre. L'Efedra contiene un blando alcaloide chiamato efedrina, paragonabile alla "caffeine buona" del *guaranà* e della *yerba matè*, usato nella medicina ayurvedica come stimolante a livello mentale e fisico, oltre che per curare mal di testa, allergie e reumatismi, migliorare il metabolismo e la digestione. I suoi principi attivi stimolano la produzione naturale di adrenalina, e infatti è molto popolare tra gli sportivi e gli studenti sotto esame, e viene usata anche per stimolare il metabolismo in coloro che vogliono dimagrire. L'efedrina sintetica è catalogata dal Comitato Olimpico Internazionale e dalla World Anti-Doping Agency tra le sostanze proibite nello sport profes-

sionale, tanto che alcuni atleti sono stati squalificati in alcune competizioni.

L'inno 4 del *mandala* 9 del *Rig Veda* prega, "che noi possiamo ottenere abilità, forza e potenza mentale, per vincere e scacciare i nostri nemici, e per diventare persone migliori." Nelle varie descrizioni del capitolo troviamo anche l'importante informazione che la pianta *soma* non ha foglie o corteccia, e che ha un odore di pino e un sapore amaro. A seconda della varietà e dell'età della pianta il colore va dal verde brillante del sempre-verde, al verde dorato o sfumato di rosso scuro. Gli steli vengono pressati con pietre apposite, poi il succo viene filtrato e lasciato macerare per una notte, procedimento usato normalmente in erboristeria per meglio estrarre i principi attivi.

E' interessante notare che il Soma come succo della pianta viene identificato con la divinità Soma (la Luna) e viceversa, e che nelle illustrazioni tradizionali viene rappresentato come un toro, un uccello, o un feto umano.

Libro 10: Agni, Apas, Yama e Yami (i due gemelli Yamaraja e Yamuna, figli del Sole), Havirdhanas (l'oblazione di burro chiarificato), Yama, i Pitri (gli antenati), Indra, gli Asvini, Soma, Pushan, Surya, Indra-Vaikuntha, Agni con i Deva virtuosi, Manas (la mente), Visvedeva, Brihaspati, Apris, Jnanam (conoscenza), Nadi (i fiumi), Visvakarman (l'abilità tecnologica), il matrimonio di Surya (la figlia del Sole), Purusha (la personificazione del cosmo), Urvasi e Pururava (gli

antenati della razza umana, o l'unione dell'umano e del paradisiaco), Vak, Ratri (la notte), Sristi (la creazione), Mitra-Varuna, Savitar, Sapatnibadhanam (la celebrazione con le spose), Aranyani (le foreste), Sraddha (la fede), Saci Paulomi (una Rishika), Usha, Kamadhenu (la mucca), Raja (il re), Mayabheda (la dualità prodotta dall'illusione), Yajamana (colui che celebra il rituale), Aditi (la madre dei Deva), Vayu.

Ecco alcuni estratti dal primo libro o *mandala*:

"Agni evochiamo, il Dio Officiante ministro del sacrificio, che elargisce ricchezze, degno di essere onorato, che condurrà a noi gli Dei... Sii facilmente accessibile a noi, come un padre al figlio." (1.1)

"Bellissimo Vayu, vieni, abbiamo preparato per te queste gocce di *soma rasa* ("succo del *soma*) e i cantori ti lodano con i loro inni. O Indra-Vayu, vieni ad accettare questa nostra offerta. O Mitra e Varuna, siete i nostri saggi, voi che amate e onorate il Dharma: dateci forza e successo." (1.2)

"O Asvini, splendidi Signori ricchi di tesori e dalle agili mani, accettate questo cibo sacrificale e le nostre canzoni. Venite, su vie rosse di fiamma... O Visvedeva, che mutate forma come i serpenti, arditi e sinceri, voi che proteggete, ricompensate e amate gli esseri umani, accettate questa bevanda dalle nostre mani, e conducete Sarasvati, il potente fiume, affinché ci ispiri pensieri graziosi e accetti il nostro rituale." (1.3)

"Vieni, Indra, e gioisci del succo attivo e stimolante del *soma*, sii presente a queste offerte. Concedi a noi l'abbondanza, o potente sovrano dei cieli, glorioso Signore della pioggia..." (1.9)

"O Agni, conduci gli Dei a colui che offre doni sacri, adorali, o purificatore. Io chiamo la Notte e l'Alba perché siedano sulla paglia sacra a questo sacrificio solenne... Ila (la Terra), Sarasvati (la Conoscenza), Mahi (la Potenza), le tre Dee che portano gioia, sedetevi con noi... Tvastar (il Caos) io chiamo, il primogenito, che indossa qualsiasi forma a suo piacere: o signore e sovrano dei boschi, presenta queste oblazioni agli Dei." (1.13)

"Si risvegliano i gemelli Asvini, gli Dei che viaggiano nel carro splendente che raggiunge i cieli, per recarsi nella dimora di chi offre il succo del *soma*. Invoco Savitar dalle mani dorate, affinché mi protegga e mi mandi soccorso. Lode a Savitar, nata dalle acque: noi aspiriamo a seguire la sua santa via... O Agni risplendente di gioventù, conduci qui le spose degli Dei - Hotra (l'oblazione), Bharati (la preghiera), Varutri (la potenza di Varuna) e Dhisana (la meditazione), Indrani, Varunani e Agnaya (le potenze di Indra, Varuna e Agni rispettivamente), perché accettino da noi il succo del *soma*... Che il Cielo e la Terra siedano con noi e ci nutrano con le loro benedizioni... voi che foste coperte dai tre passi di Vishnu, il Guardiano, colui che nessuno può ingannare." (1.22)

"Sorgi su di noi inondandoci di benedizioni e prosperità, o Usha, figlia del cielo, Signora della luce. Risveglia i suoni della gioia, e i figli di Kanva cantino i principi generosi di doni mentre l'alba avanza. L'Alba ha aggiogato i suoi cavalli oltre il punto dove sorge il sole, e su cento carri avanza, mentre tutte le creature si inchinano dinanzi al suo sguardo... portaci gli Dei dal firmamento, affinché possano bere il nostro succo di *soma*, e concedici una dimora ampia e senza nemici..." (1.48)

"I veloci Marut, figli di Rudra, forti e selvaggi, gustano le offerte del sacrificio... I figli di Kamadhenu, splendenti nei loro abiti, si decorano con ornamenti d'oro e scacciano gli avversari dal loro cammino. O potenti guerrieri le cui lance scintillano, vincitori degli invincibili, evocate il fulmine e aggiogate i vostri carri per la battaglia perché scroscino i torrenti delle nuvole di tempesta, color rosso scuro, a bagnare la terra d'acqua... Sedete sull'erba sacra, sull'ampio seggio preparato per voi, e deliziatevi di questo cibo piacevole." (1.85)

"Che i poteri di buon augurio vengano a noi da ogni parte, liberi da inganno, ostacoli e sconfitta. Che gli Dei siano sempre con noi, vigilando costantemente sul nostro bene. Che i generosi favori degli Dei ci portino ogni abbondanza. Noi aspiriamo devotamente all'amicizia degli Dei, così che estendano la nostra vita... li evochiamo con gli inni dei tempi antichi." (1.89)

"O Agni, possa la tua amicizia salvarci sempre da ogni sofferenza. Colui per il quale tu celebri il sacrificio prospera, libero da nemici, diventa forte e felice... In te gli Dei consumano le offerte che noi presentiamo. Portaci gli Aditya, poiché desideriamo la loro compagnia... Noi procureremo la legna e le offerte, ricordandoti ad ogni festa... o meraviglioso araldo dell'Alba, tu sei potente e vedi anche nelle tenebre della notte. Ascolta le nostre parole e fa' che i nostri inni respingano i malvagi."(1.94)

"Nelle acque scorre il *soma* come la luna, con le sue meravigliose ali celesti, ruote di carro come lampi, dimora impossibile da trovare per i mortali. O Terra e Cielo, guardate la mia condizione... gli esseri umani hanno desideri da soddisfare. Dov'è l'antica legge divina? Chi sarà il suo nuovo predicatore? O Dei che dimorate nei tre splendidi regni del cielo, cos'è la verità per voi, come sostenete fermamente il Dharma, come possiamo noi sfuggire ai malvagi? ... Io sono colui che vi cantò molte lodi quando scorreva il succo del *soma*, eppure le preoccupazioni mi assalgono come il lupo dà la caccia a un cervo assetato. Che i cinque Tori che si ergono nel mezzo del glorioso cielo ritornino a me dopo aver portato le mie preghiere agli Dei." (1.105)

"Chiamiamo in aiuto Indra, Mitra, Varuna e Agni, e i Marut e Aditi, e i Vasu, perché ci salvino da ogni sofferenza e ci concedano la prosperità. Che i Padri gloriosi e le due Dee Madri, che danno forza al Dharma, ci salvino da ogni sofferenza... O Brihaspati, aprici una strada facile... che la nostra preghiera sia ascoltata da

Varuna, da Mitra, da Aditi, dal fiume Sindhu, dalla Terra e dal Cielo." (1.106)

"Al forte Rudra offriamo i nostri inni di lode, al Signore degli eroi, dalle chiome intrecciate, perché tutto sia propizio alla nostra gente e alle nostre mandrie, perché nel nostro villaggio ci sia salute e cibo in abbondanza. Portaci gioia, o Rudra: ti serviremo con grande rispetto... Guidaci, così che possiamo ottenere la salute e la forza che nostro padre Manu ottenne grazie ai suoi sacrifici... Chiamiamo in nostro aiuto il saggio errante, l'impetuoso Rudra, il chinghiale selvaggio del cielo, che rende perfetto il sacrificio, perché ci conceda la sua grazia e con la sua mano taumaturgica ci dia protezione, rifugio, e una casa sicura. O immortale, concedici il cibo dei mortali, benedici la nostra progenie, allontana le tue frecce che uccidono uomini e bestiame, fa' che né padri né madri muoiano, né i bambini, né gli adulti." (1.113)

"Portiamo sacrifici al generoso Rudra, questo succo da bere per colui la cui collera scompare facilmente! Come fecero gli eroi dell'Asura Dyaus ho lodato i Marut con preghiere al Cielo e alla Terra. Forte nella prima invocazione alla Notte e all'Alba... e il radioso Mattino che risplende della luce di Surya... Ascolta, o Mitra-Varuna, queste invocazioni innalzate da tutti gli uomini nella sala di adorazione." (1.122)

"Chiamo Agni come araldo, il generoso e gentile, figlio di potenza, che conosce tutto ciò che vive, il santo cantore, onnisciente, Signore dei sacri riti, il Dio che si

alza verso gli Dei, che balza incontro all'offerta del burro sacro. Noi che sacrificiamo evochiamo te, il migliore tra gli adoratori, cantore di inni... o toro dal manto di fuoco... al cui tocco le cose solide tremano, che sbricioli il cibo più duro, che proteggi fermamente come un padre protegge il figlioletto... Ruggendo forte come le falangi dei Marut, nei fertili campi coltivati e nei luoghi isolati, adorato da noi accetti e mangi i nostri doni... noi te invochiamo, Signore di tutte le nostre case, guardiano di ogni famiglia." (1.127)

"Sette al carro con una ruota sola aggioga il corriere, che è uno eppure ha sette nomi. La ruota ha tre raggi, forti e perpetui, sui quali riposano tutti i mondi abitati. I sette che montano il carro a sette ruote hanno cavalli aggiogati, le sette sorelle cantano insieme inni di gloria, in cui il gioiello è costituito dai nomi delle sette mucche. Chi l'ha osservato venire all'esistenza, considerando in che modo colui che è senza ossa sostiene coloro che hanno ossa? Dov'è il sangue della terra, la vita, lo spirito? Chi può avvicinare il Sapiente per chiederlo? La mia mente è immatura, il mio spirito confuso, ma chiedo a loro delle dimore degli Dei, perché sul vitello nato quest'anno i saggi hanno tessuto i propri fili, come una ragnatela... Due uccelli dalle belle ali, legati da amicizia, hanno fatto il nido sullo stesso albero. Uno dei due mangia i dolci frutti del fico, e l'altro guarda soltanto, senza mangiare... A Colui che è Uno, i saggi danno molti nomi come Indra, Mitra, Varuna, Agni e Yama... Oscura è la discesa, gli uccelli sono dorati, fino al cielo s'innalzano abbigliati di acque, e di nuovo discendono

dalla dimora del Dharma e la terra intera è bagnata dalla loro abbondanza." (1.164)

Dal secondo libro o *mandala*:

"Invochiamo te, Signore e guida delle schiere celesti, saggio tra i saggi, dalla fama suprema... o Brahmanaspati, presta ascolto alle nostre preghiere e aiutaci, siediti nel luogo del sacrificio... Così come il Sole emana i raggi del mattino, così tu sei il padre di tutti sacri inni... la tua eccellente protezione guida gli uomini, chi ti offre doni non è mai sopraffatto dalla sofferenza, dai nemici, dalle creature bugiarde... O Brihaspati, cantiamo a te inni di gloria: fa' che chi ci tende trappole precipiti e sia distrutto dalle proprie cattive azioni - il malvagio, arrogante, rapace nemico che ci minaccia senza che noi abbiamo commesso alcuna offesa: allontanalo dal nostro cammino e fatti entrare al banchetto degli Dei. Schiaccia tutti i nostri nemici, lasciali impotenti, o divoratore dei malvagi, che lanci vittorioso il tuo grido di guerra e sostieni il Dharma." (2.23)

Dal terzo libro o *mandala*:

"Ad Agni, Vaivasvanara, sostenitore del Dharma, offriamo le nostre lodi come se fossero burro chiarificato. I sacerdoti umani lo evocano con profonda meditazione, è il nostro antico Araldo. Come un'ascia modella un carro, la sua nascita diede splendore al cielo e alla terra: figlio delle due Madri, lodato da preghiere, colui che porta le oblazioni, sempre giovane, infallibile, ospite degli uomini, creato dalla mente suprema degli

Dei... O radioso Sommo Sacerdote degli Dei, gli umani sono qui riuniti attorno alla tua dimora, desiderosi di servirti e di legarsi a te in amicizia... Nato come Leone e come Toro muggente, Fuoco immortale dall'ampia potenza, nei tempi antichi salì al sommo dei cieli, accolto da nobili esperti cantori, generando ricchezze per la gente: è ora tornato tra noi." (3.2)

"O sovrano della foresta, noi ti aspergiamo con oblazioni celestiali per il sacrificio. Donaci abbondanza, tu che ti ergi diritto come quando riposavi sul seno di questa Madre. Sentinella di guardia ad est del fuoco ardente, abbigliato di vestiti sontuosi, consacrato dai canti degli uomini religiosi, scaccia lontano la povertà e la carestia, e portaci grande fortuna e abbondanza. I Sacri Pilastrini tagliati e piantati in terra per portare benedizioni ai campi trasmettono i nostri doni agli Dei - gli Aditya, i Rudra, i Vasu, la Terra e il Cielo, e Antariksha (lo spazio interplanetario). O Signore dei boschi, alzati con cento rami come le corna del cervo, e fa' che con mille rami noi possiamo elevarci alla grandezza." (3.8)

"Onoriamo di cuore Agni Vaisvanara, che procura la luce, le cui promesse non sono mai vane, il generoso, allegro Dio noi invochiamo con oblazioni.. di era in era Vaisvanara, che nitrisce come un cavallo, viene acceso in presenza delle donne." (3.26)

"Ecco l'occorrente per la frizione, ecco l'esca pronta per la scintilla. Conducete la Signora del sacrificio: noi strofineremo chiamando Agni secondo l'antica usanza,

il Jataveda ("il sapiente") che giace addormentato nei due bastoni del fuoco, come l'embrione in una donna incinta... Con il tuo rosso pilastro radioso, attraverso la nostra azione nasci come Figlio di Ila, nel punto centrale della Terra, affinché tu possa portare le nostre offerte agli Dei... prendi dimora, o Sacerdote, nella tua casa, accetta il sacrificio nel tempio dell'adorazione." (3.29)

"Dal seno delle montagne, veloci come due cavalle che gareggiano in corsa... Vipas e Sutudri scorrono impetuose di flutti, corrono verso l'oceano come su carri splendenti, rigonfie di acque... il figlio di Kusika vi ha invocato. Indra che regge il fulmine ha scavato i vostri canali, abbattendo Vritra che bloccava la vostra corrente. Savitar dalle belle mani vi ha guidato e accresciuto le vostre acque. O sorelle, rallentate la vostra corsa e lasciate passare agevolmente i carri dei Bharata, che invocano il favore dei fiumi." (3.33)

"Non appena il giovane Toro venne ad esistere, desiderò gustare il succo del *soma*. Bevi dunque a sazietà, secondo il tuo desiderio, il latte della pianta nutrita dalle montagne, che tua madre già versò per te nella casa di tuo padre. Già alla nascita sconfiggersi Tvastar, o potente eroe che ci soccorri in battaglia, vincitore di Vritra." (3.48)

"Al primo splendore del mattino, il Grande Eterno prese nascita nella Casa della Mucca. Ora le leggi degli Dei entrano in vigore. Grande è il dominio supremo ed esclusivo degli Dei... I miei desideri volano in molti luoghi, verso gli antichi sacrifici volgo il mio sguardo:

quando il fuoco viene acceso, noi annunciamo la verità. Grande è il dominio supremo ed esclusivo degli Dei... Il Figlio delle due Madri, Sacerdote, unico Signore nelle assemblee, avanza nel suo cammino pur restando fermo come le fondamenta... Vishnu, il Guardiano, ha la posizione più alta, nei luoghi immortali. Agni ben conosce tutti questi esseri creati. Grande è il dominio supremo ed esclusivo degli Dei." (3.55)

"Con le sue esortazioni Mitra richiama gli esseri umani all'azione: è Mitra che sostiene terra e cielo. Mitra osserva gli uomini con occhi che non si chiudono mai. A Mitra offriamo le nostre oblazioni di burro sacro. O Mitra, o Aditya, tu che sempre sostieni il Dharma: dà gloria a coloro che ti adorano, perché coloro che sono assistiti da te non subiscono mai sconfitta o disastro. Gustando il sacro cibo, liberi dalle malattie, fedeli osservanti degli ordini degli Aditya, noi desideriamo rimanere sotto la loro protezione e il loro favore. O grande Aditya, fonte di ogni benedizione e degno di adorazione, Signore e Re! Che noi possiamo godere del tuo affetto e della tua gentilezza! A te, il Supremo, offriamo piacevoli oblazioni nel fuoco. O sostegno degli esseri umani, per la tua grazia, dacci gloria e fama! Le tue glorie si diffondono ovunque, il tuo potere supera il cielo e la tua fama va oltre la terra. Tutte le Cinque Nazioni chiedono le tue benedizioni, o Mitra, potente sostegno di tutti gli Dei - tu che dai le Sacre Leggi del Dharma agli esseri umani che ti onorano con le erbe sacre." (3.59)

Dagli altri libri o *mandala*:

"Nel ventre di mia madre ho contemplato tutte le generazioni di questi Dei. Circondato da cento fortezze ferree, spiccai il volo rapidamente, come Falco, lasciandomi dietro i demoni, e superando i venti la mia forza crebbe... Gridando dal cielo si precipitò il Falco, mentre rabbioso l'arciere si preparava a scagliare il suo dardo: il Falco lo sollevò dall'alto dei cieli e lasciò cadere una penna." (4.28)

"Da Kshetrapati, come da un amico, otteniamo ciò che nutre il nostro popolo e i nostri animali. Tanta è la sua benevolenza, che il Signore del Dharma versa per noi la dolcezza come una mucca che dà latte. Dolci siano le piante per noi, dolci il cielo e le acque, e lo spazio oltre il cielo, che uomini e animali lavorino felicemente, che l'aratro scavi felice i suoi solchi. Che la Terra, ricca di latte, sia munta per noi anno dopo anno, e il contadino cammini felice con i buoi." (4.57)

"Simile a una nuvola di tempesta tuonante, il guerriero cerca il folto della battaglia: sii vittorioso, protetto dalla tua forte armatura. L'arco ci dia la vittoria sul nemico, e la corda prema come una donna desiderosa di abbracciare il suo amante: che ci protegga nella mischia e regga la freccia come la madre regge il figlioletto accanto all'amato." (6.75)

"Dateci questo giorno, o Acque pure e rinfrescanti, luminose e immacolate, che i virtuosi antichi offrivano come bevanda a Indra... Portando purezza e gioia ovunque, avanzate stendendo una via per gli Dei e le

Dee. Gli splendenti raggi di Surya vi attraggono e Indra scava per voi un letto dove viaggiare." (7.47)

"O signore del Vastu, che distruggi ogni malattia e indossi ogni forma, sii per noi amico benevolo. Proteggici dai ladri e dai cinghiali selvaggi. Che dorma la madre, che dorma il padre, che dormano il cane e il padrone della casa, e tutti i membri della famiglia." (7.55)

Dal decimo *mandala* o libro:

"Che siano innalzati i Pitri, gli antenati grandi e piccoli che meritano una porzione del *soma*: coloro che hanno ottenuto la condizione degli spiriti, gentili e virtuosi, vengano in nostro aiuto al nostro richiamo... Per grazia di Vishnu ho avuto una progenie, o buoni Padri: venite spesso a sedervi sulla paglia sacra, a gustare il succo pressato e le oblazioni. Accettate le nostre offerte e benediteci con salute e vigore, e perdonate le nostre mancanze, commesse a causa della nostra umana fragilità." (10.15)

"Che il tuo spirito, recatosi da Yama figlio di Vivasvan, possa tornare per vivere e abitare qui. Che il tuo spirito, che è trapassato alla terra e al cielo, possa tornare per vivere e abitare qui. Che il tuo spirito, recatosi lontano nel mare ventoso, possa tornare per vivere e abitare qui. Che il tuo spirito, recatosi lontano nei fasci di luce che lampeggiano e scorrono, possa tornare per vivere e abitare qui. Che il tuo spirito, recatosi lontano sulle alte

montagne, possa tornare per vivere e abitare qui. Che il tuo spirito, recatosi lontano in tutto ciò che è e che sarà, possa tornare per vivere e abitare qui." (10.58)

"La verità è la base che sostiene la Terra, come il Sole sostiene il Cielo. Il Dharma protegge gli Aditya e preserva il posto di Soma nel cielo. Soma rende forti gli Aditya e potente la Terra, e perciò dimora nel mezzo di tutte queste costellazioni... Abigliata di vesti meravigliose, la figlia di Surya si recò dal suo sposo sul carro decorato di inni, accompagnata dal corteo guidato da Agni. Il suo spirito era il carro nuziale e la sua copertura era il paradiso, il pensiero il suo cuscino, la vista era il balsamo nero per gli occhi, terra e cielo erano il suo tesoro, e il vento le sue ruote, fisse al loro asse." (10.85)

"Il Purusha ha mille teste, mille occhi e mille piedi. Riempie l'universo ovunque, pur essendo alto dieci dita. Questo Purusha è tutto ciò che è stato e tutto ciò che sarà, ancora più grande del potente Signore dell'immortalità, che cresce con il nutrimento. Tutte le creature sono un quarto della sua esistenza, i tre quarti sono la vita eterna nel mondo che non è soggetto alla distruzione... Da lui Viraja ha avuto origine, di nuovo da Viraja il Purusha è apparso... Gli Dei prepararono il sacrificio e l'offerta sacrificale era il Purusha stesso: lo nutrono con erba, lo unsero con balsami, e dalla carne della vittima sacrificale ebbero origine il burro chiarificato, le creature dell'aria, gli animali selvaggi e domestici, e gli inni del *Rig* e del *Sama*, e i *mantra* e i rituali, dai quali nacque lo Yajur. Dal corpo del Purusha

furono generati i cavalli e il bestiame che ha due file di denti... quando divisero la carne del Purusha, quante porzioni prepararono? I *brahmana* furono la sua bocca, le sue braccia furono gli *kshatriya*, le gambe i *vaisya*, i piedi i *sudra*. La luna nacque dalla sua mente, il sole dal suo occhio, Indra e Agni dalla sua bocca, Vayu dal suo respiro. Dal suo ombelico nacque lo spazio interplanetario, i pianeti celesti dalla sua testa, la terra dai suoi piedi, dal suo tronco i sistemi planetari... Io conosco questo grande Purusha, che risplende come il sole e trascende le tenebre, e chi lo conosce in questo modo raggiunge la liberazione in questa vita stessa - in verità non esiste altra via per la liberazione. Il Signore dell'universo vive nell'universo e senza mai nascere appare in molte forme... Offro il mio omaggio al Brahman eternamente risplendente, che diede il potere divino agli Dei, e che è il Guru degli Dei e il loro Anziano." (10.90)

"Io viaggio con i Rudra e i Vasu, con gli Aditya e tutti gli altri Dei... Io sono la Regina, raccoglitrice di tesori, riflessiva, la prima di coloro che meritano adorazione, perciò gli Dei hanno stabilito per me molte sacre dimore... Anche se non lo sanno, tutti dimorano in me. Ascoltate, voi tutti, la verità: io stessa l'annuncio e pronuncio parole gradite a Dei e uomini. Colui che io favorisco diventa molto potente - un saggio, un Rishi, e un *brahmana*. Sono io che tendo l'arco di Rudra perché la sua freccia possa colpire e abbattere chi odia il Brahman, sono io che sorgo a ordinare la battaglia, sono io che penetro terra e cielo. In cima al mondo io dò

origine al Padre: sono sorta dall'oceano, e da là ricopro tutte le creature esistenti... Il mio respiro è forte come vento e tempesta, e il mio potere mantiene l'esistenza di ogni cosa, anche al di là della terra e del cielo." (10.125)

"Non esistente né non-esistente: non c'era il regno dell'aria, né lo spazio al di là di esso. Cosa copriva, e dove? C'era forse l'abisso delle acque? La morte non c'era e non c'era nulla di immortale, né c'era segno che dividesse il giorno dalla notte. L'Uno, senza respiro, respirato dalla sua stessa natura - nient'altro. E le tenebre: questo Tutto era all'inizio, nascosto nel caos indiscriminato. Ogni cosa era vuota e senza forma: l'Uno nacque per il grande potere del Calore. Poi sorse il Desiderio, il seme e germe primordiale dello Spirito, e i saggi, esaminando i pensieri del proprio cuore, scoprirono che esisteva un'affinità nel non-esistente." (10.129)

"Potente Agni, che raccogli tutto ciò che è prezioso per noi, tuoi amici, e portaci tesori quando vieni acceso nel luogo delle libagioni. Riunitevi, parlate insieme: che le vostre menti siano concordi, come antichi Dei sedete unanimi alla porzione che è stata stabilita per voi. Nello stesso luogo, nella stessa assemblea, in una sola mente unite felicemente i pensieri: io vi presento uno scopo comune e vi onoro con un'oblazione generale." (10.191)

Ecco alcuni estratti dallo *Sri sukta*:

"O Signore del fuoco, ti chiediamo di condurre a noi Sri, Lakshmi, che risplende come l'oro e distrugge ogni

colpa, che indossa ornamenti d'oro e d'argento: che venga a benedirci... Io prego Sri, annunciata dal barrito di elefanti, circondata da carri tirati da cavalli, perché venga a me e non mi abbandoni mai, lei che è la felicità personificata, che sorride sempre, che è piena di compassione, che siede sul loto e ha il colore del loto... O Dea che risplendi come il sole, la tua potenza ha creato l'albero bilva, che è il re della foresta: fa' che i suoi frutti pieni di conoscenza distruggano la nostra ignoranza e tutto ciò che è di cattivo augurio. Prego che Sri, che diffonde il dolce profumo, invincibile, che concede la prosperità, ci benedica con la sua presenza... che la Signora delle acque venga a vivere con noi."

## Yajur Veda

Le *Samhita* dello *Yajur Veda* si distinguono in Krishna ("nere") e Sukla ("bianche"), costituite rispettivamente da 27 e 15 *sakha* o rami.

Come abbiamo già accennato, il *Krishna Yajur Veda* o *Taittiriya samhita* fu affidato da Vyasa a Vaisampayana, e da Vaisampayana ai suoi discepoli. Uno di questi, Yajnavalkya, si staccò dal maestro e compilò lo *Sukla Yajur Veda* o *Vajasaneyi samhita* ricevendone la conoscenza direttamente da Surya.

Lo *Yajur Veda* contiene molti *mantra* che si trovano anche nel *Rig Veda* e anche la descrizione in prosa di alcune cerimonie di adorazione. Il nome *Yajur* deriva infatti dalla radice *yaj*, che significa “adorare”, “compiere rituali di adorazione”.

Gli inni più famosi dello *Yajur Veda* sono il *Sri Rudram*, dedicato a Shiva, e il *Pavamana sukta*, un importante inno di purificazione che onora il *soma rasa*, il succo della pianta medicinale *soma lata* (come abbiamo già accennato, identificata dai testi Ayurvedici come *Ephedra gerardiana*, la varietà indiana di una pianta molto diffusa a livello mondiale) che svolge un ruolo importantissimo nei rituali vedici.

Primo *Kanda*, primo *Prapathaka*: si parla del sacrificio della luna piena e della luna nuova. Vengono descritte la mungitura delle mucche, la preparazione delle offerte e la cottura delle formelle di cereali, la costruzione dell'altare, l'offerta di oblazioni, la libagione di burro chiarificato e lo scambio dei mestoli.

Nel secondo *Prapataka* viene descritto in dettaglio il sacrificio del *soma rasa*, di cui abbiamo brevemente parlato sopra.

Il terzo *Prapathaka* descrive uno speciale sacrificio offerto ad Agni e Soma, mentre il quarto stabilisce le porzioni del *soma rasa* riservate a ciascuno degli ospiti divini. I *Prapathaka* successivi descrivono la ripresa delle oblazioni nel fuoco del sacrificio, l'*asvamedha yajna*, il rituale in onore del sole, la gara di corsa dei carri, il *rajasuya yajna* e il *sakamedha yajna* - tutti rituali

celebrati dai sovrani per la prosperità e la protezione del regno.

Nel secondo *Kanda* si descrivono particolari sacrifici rituali compiuti allo scopo di ottenere benedizioni specifiche - ricchezze, vittoria, crescita delle mandrie, progenie, salute, elevazione ai pianeti celesti, liberazione dalla sfortuna, sconfitta dei nemici e così via. Spiega anche come presentare oblazioni alle varie Divinità, e le regole di comportamento per i sacerdoti officianti.

Il terzo *Kanda* costituisce un supplemento alla descrizione del rituale del *soma rasa*, con le tre pressature, le coppe supplementari, le formule d'invocazione, oblazioni e sacrifici speciali, e le offerte da presentare al signore del Vastu prima di intraprendere un viaggio. Qui è riportato anche il famoso *Pavamana sukta* (3.3).

Il quarto *Kanda* spiega come preparare il contenitore per il fuoco e come accendere il fuoco, come offrire adorazione al fuoco, come preparare l'arena per il sacrificio, costruire l'altare di mattoni e compiere il rituale preliminare offerto a Rudra. Il quinto *Kanda* descrive l'installazione del fuoco sacro, l'iniziazione dell'autore del sacrificio e l'*asvamedha yajna*.

Il sesto *Kanda* parla di nuovo del *soma*, dell'aggiunta di latte di mucca, delle offerte *dakshina* e dello spettacolo delle danzatrici. Infine viene spiegato il vero significato dell'*asvamedha yajna* o sacrificio del cavallo, che rappresenta il cosmo: "Colui che conosce la testa del

cavallo sacrificale acquista una testa per sé stesso e diventa adatto ad essere sacrificato. La testa del cavallo è l'alba, il suo occhio è il sole, il vento è il suo respiro, l'orecchio la luna, i piedi le quattro direzioni principali, le costole le direzioni intermedie, le giunture i mesi, il tronco l'anno, i peli i raggi del sole, le ossa le stelle. La carne del cavallo è la nebbia, la coda gli alberi, la bocca Agni, il ventre il mare, l'ano l'atmosfera, i testicoli il cielo e la terra, il pene è la pietra per pressare il *soma*, e lo sperma il succo del *soma*."

Ecco alcuni estratti dal *Pavamana sukta*:

"Con gioia ti salutiamo, o Soma, grande nella saggezza, che guidasti i nostri Padri nel dividere il tesoro tra gli Dei. Invincibile, tu apri le barriere: sii generoso con noi. O goccia di Soma, ti offriamo sacrifici, che i Padri vengano a noi condotti da Agni e mangino le offerte disposte sulla sacra paglia, coloro che vissero nella virtù e senza colpe e ora siedono nelle dimore celesti... e vengano a noi anche Yama, gli Angirasa, e Vivasvan - alcuni rispondendo al richiamo Svadha e gli altri al richiamo Svaha."

## **Sama Veda**

Soltanto 1549 versi sono sopravvissuti delle *Samhita* del *Sama Veda*, costituite dagli inni destinati ad essere cantati piuttosto che recitati, su armonie musicali che

costituiscono la base della musica classica indiana e su combinazioni matematiche dei sette suoni o note di base (*Sa, Re, Ga, Ma, Pa, Dha* e *Ni*). Anche questi inni sono intesi ad evocare il ricordo e la presenza delle varie manifestazioni divine, tra cui Agni, Indra e Soma, anzi parecchi di essi sono tratti dal *Rig Veda*, ma sono stati modificati con l'aggiunta di prolungamenti, ripetizioni e inserimento di sillabe secondo schemi precisi. Particolarmente interessante è il gran numero di inni dedicati a Soma (Indu) Pavamana, la personificazione del succo della pianta *soma* lodato per le sue qualità purificatrici materiali e spirituali - dalla sezione 4 del capitolo 2, libro 5 della prima parte, alla sezione 3 del capitolo 1 del libro 1 della seconda parte, poi ripresa ancora (dopo un breve omaggio ad Agni, Mitra Varuna, Indra e Indra Agni) dalla sezione 8 alla 10, poi dalla 15 nelle sezioni e nei libri successivi, ancora brevemente interrotta da preghiere agli Dei, che comunque parlano spesso del *soma rasa*.

## **Atharva Veda**

L'*Atharva Veda* prende il nome dal Rishi Atharva, che insieme al Rishi Angira è l'autore della maggior parte degli inni, specialmente nei libri 6 e 7. Oggi sopravvive soltanto, tramandata dalla tradizione di Saunaka, una piccola parte delle *Samhita* originarie, contenente *mantra* e procedure speciali per far fronte a molte

difficoltà pratiche nella vita, importanti non solo per il netto miglioramento della qualità dell'esistenza tra la gente, ma anche come "cartina al tornasole" per verificare le effettive qualificazioni del sacerdote, sia come pronuncia dei *mantra* che come potenza spirituale personale e conoscenza generale delle varie scienze vediche.

Un *brahmana* che dava prova di abilità nell'ottenere risultati applicando queste procedure si guadagnava il rispetto della gente e dei regnanti. Infatti soltanto individui estremamente qualificati e colti sono in grado di utilizzare adeguatamente i metodi dell'*Atharva Veda*, perché il testo specifico offre soltanto *mantra* e brevissimi accenni procedurali, che sono del tutto insufficienti in sé stessi per lo scopo dichiarato.

Da un punto di vista occidentale contemporaneo potremmo considerarlo un manuale di buona "spiritualità pratica", che tratta del come controllare le calamità naturali e atmosferiche, evitare l'inquinamento ambientale, combattere i fantasmi e gli spiriti ostili, e alleviare l'influenza negativa dei pianeti. Una considerevole parte del testo parla di come curare ferite, fratture e molte malattie con erbe e piante, fermare le emorragie con la recitazione di *mantra*, neutralizzare i veleni, prolungare la vita e persino far ricrescere i capelli.

La tecnica fondamentale si basa sulla recitazione o il canto dei *mantra* - diagrammi sonori che rappresentano ed evocano dei principi archetipici, collegati con le

energie che si vogliono contattare, per esempio con i poteri medicinali delle piante, oggetto in sé di una parte considerevole degli insegnamenti dell'*Ayur Veda*. Il principio attivo, già in sé efficace dal punto di vista medicamentoso, viene potenziato invocando la potenza mistica della pianta nella sua forma personale, come una manifestazione della Divinità. Già nel *Rig Veda* abbiamo visto come alcuni inni fossero dedicati alle foreste, ai fiumi, e ad altre manifestazioni "minori" rispetto alle Personalità principali dell'amministrazione universale, come per esempio gli Aditya.

E' importante comprendere che la visione solitamente definita come "animismo" dall'accademia occidentale non costituisce un approccio primitivo, ignorante e superstizioso alle misteriose forze universali, ma piuttosto rappresenta il riconoscimento rispettoso delle varie forme di potere della Natura. Si tratta di una cosa importantissima, che la cultura occidentale contemporanea sta cominciando a riscoprire dopo aver imparato una durissima lezione con le sofferenze umane legate al degrado dell'ambiente. Offrire rispetto e adorazione alle piante, ai fiumi e alle montagne non esclude certamente la possibilità di riconoscere e adorare l'Intelligenza suprema che a livello trascendentale è l'origine di ogni cosa e include ogni altra manifestazione.

Anzi, la consapevolezza della propria identità trascendentale con ogni altra esistenza a livello del Brahman consente all'essere umano di sintonizzarsi a un livello vibrazionale dal quale può interagire più

efficacemente collaborando al progresso e al sostentamento dell'universo. Su queste fondamenta si innestano le conoscenze mediche, di naturoterapia, idroterapia, pranoterapia, erboristeria, psicologia e fisica contenute in altri testi e utilizzate dall'officiante dell'*Atharva Veda*. E' infatti necessario essere in grado di fare una diagnosi corretta del problema, conoscere le proprietà medicinali di ogni pianta, e - perché no - utilizzare il potere della mente del paziente applicando una forma blanda di ipnosi o autosuggestione, che oggi viene chiamata "*faith healing*" o "effetto placebo", rivolgendo preghiere e richieste sia alle piante medicinali e all'acqua che alla personificazione della malattia. In queste circostanze favorevoli, il *mantra* agisce sulla materia a livello sottile, come vibrazione perfettamente modulata e perfettamente diretta, che viene sostenuta dal particolare campo biomagnetico della consapevolezza.

In uno dei primi capitoli del testo che ci è pervenuto attraverso i secoli troviamo l'invocazione alla pianta *kushtha* (conosciuta in occidente con il nome botanico di *Saussurea costus* o *Saussurea lappa*) perché allontani la febbre e le malattie. L'azione medicinale di questa pianta è particolarmente efficace come depurativo contro l'accumulo di ogni genere di tossine, fortificante per il fegato, digestivo, antispasmodico, anestetico contro qualsiasi dolore, antivirale, unguento per le ustioni e le ferite, rimedio contro febbre, raffreddore e tosse, asma, e persino contro la lebbra (chiamata appunto *kushtha roga*) e il colera. Va

utilizzata sia fresca che come decotto, tintura o polvere. La *kushtha* è anche un componente fondamentale della preparazione omonima, alla quale vengono aggiunti vari metalli ossidati per rafforzare il sistema immunitario. Tante sono le virtù di questa pianta, originaria dell'Himalaya ma ampiamente nota in tutto il mondo antico, che viene considerata il compagno intimo del famoso *soma*. Si tratta di una pianta erbacea perenne, alta fino ai 2 metri, molto aromatica, attualmente in pericolo di estinzione. In ebraico era chiamata *ha ketoret* o *koshet*, e la sua radice resinosa e profumata costituiva una delle offerte principali bruciate nel fuoco nel tempio di Salomone; probabilmente in questo uso era diffusa anche in Egitto. Nella medicina tradizionale cinese è chiamata *pin yin* ed è considerata una delle 50 piante più importanti. Il nome botanico *costus* (che significa "orientale" in greco antico) indica che la pianta era oggetto di un fiorente commercio tra l'India e i paesi del Mediterraneo.

Un'altra pianta che risponde al nome di *Costus* (*Costus speciosus*) è la *pushkara*, della stessa famiglia di zenzero e curcuma, anch'essa tradizionalmente usata per curare la lebbra, malattie della pelle, febbre, malattie del sangue, diabete, edemi e malattie respiratorie, ma anche contro il morso di serpenti. Un'altra caratteristica molto particolare è che contiene ormoni steroidei vegetali (diosgenina).

Per le fratture e le ferite, ma anche per varie malattie, viene usata la pianta chiamata *laksha* o *arundhati* (*Costus lacea*), conosciuta anche come *silaki*, *silaci* o

*sparani*. Si tratta di un rampicante che cresce preferibilmente sull'albero baniano, rispettivamente *asvattha* (*Ficus religiosa*), *plaksha* (*Ficus infectoria*), *nyagrodha* (*Ficus indica*) e anche sugli alberi conosciuti come *khadira* (*Acacia catechu*), *dhava* (*Grislea tomentosa*) e *parna* (*Butea frondosa*).

Un'altra pianta menzionata nel testo è l'erba *munga* o *sajjina* (*Moringa Oleifera*), un'erba medicinale le cui lunghe fibre erano usate anche per fare l'*upavita*, il filo sacro indossato dai *brahmana* come insegna della loro posizione sociale. La ricerca moderna ha dimostrato la sua utilità nella cura di almeno 250 diverse malattie, oltre a uno straordinario contenuto nutritivo: 3 volte la quantità di ferro contenuta negli spinaci, alte percentuali di potassio e zinco e buone percentuali di selenio e magnesio, 4 volte più Beta carotene delle carote, più calcio del latte intero e più vitamina C dei limoni. E' un disinfettante generale, antiossidante, rafforza il sistema immunitario, aiuta la digestione, il metabolismo e lo smaltimento naturale del colesterolo e degli zuccheri nel sangue (diabete), concilia il sonno e applicata localmente ripara i danni alla pelle causati da allergie, graffi, stress e invecchiamento. L'olio ricavato dalla pianta è ottimo per l'alimentazione, per i massaggi e per l'aromaterapia in quanto ha un gusto e un profumo particolari.

Nella medicina cinese questa pianta è conosciuta come *La mu*, e viene consumata liberamente sia come verdura che come infusione (tè), in quanto non ha effetti collaterali negativi.

Così come l'erba *munga* simboleggia la purezza e il nutrimento associato con le funzioni del *brahmana*, le altre due piante usate per confezionare il filo sacro rispettivamente per gli *kshatriya* e i *vaisya* possiedono qualità pratiche che simboleggiano le loro funzioni nella società. Il filo sacro degli *kshatriya* è ottenuto con fibre di *murva* (*Sansevieria trifasciata*), un'erba resistentissima che veniva tradizionalmente usata per fare le corde agli archi. Pianta erbacea perenne e sempreverde, la *murva* cresce propagandosi sul terreno tramite rizoma e produce foglie affilate, dalla forma simile a spade. E' interessante il fatto che non si riproduce per seme. Resiste molto bene alla scarsità di luce e di acqua: infatti ha bisogno di essere annaffiata soltanto una volta ogni due mesi. In Cina è conosciuta come *Hu weilan* o "coda di tigre", e in Africa viene usata dagli sciamani come protezione contro gli spiriti malvagi. Ricerche recenti svolte dalla NASA hanno dimostrato la sua grande efficacia nel migliorare la qualità dell'aria negli ambienti chiusi, assorbendo sostanze tossiche come gli ossidi di azoto e la formaldeide.

Il filo sacro per i *vaisya* era invece tradizionalmente preparato con fibre di canapa indiana (*Cannabis sativa*), una delle prime piante coltivate nella storia, che fino al secolo scorso veniva ampiamente usata in tutto il mondo, anche in occidente. E' stato calcolato che dalla canapa si possano ottenere oltre 25mila tipi di prodotti, e soprattutto straordinarie fibre tessili sia per abbigliamento che per arredamento. Nei tempi antichi si

usava per fare gli stoppini delle lampade e delle candele, le vele per le navi, la tela per i sacchi che contenevano i vari materiali da trasportare e vendere, le scarpe in tessuto (tipo le *espadrillas* moderne, per intenderci), le valige, i materassi, le tende per gli accampamenti, e le tele per dipingere quadri (la parola inglese *canvas* deriva appunto da *cannabis*).

La canapa rende il 10% di più rispetto alla coltivazione del cotone e ha una consistenza simile al lino, ma è più efficiente nel bloccare i raggi UV, quindi è più fresca da indossare. Nel campo delle costruzioni, le fibre di canapa vengono usate come stoppa per sigillare le tubature ma anche come componente base di mattoni insieme alla calce. La resistenza straordinaria di queste fibre ne fa il materiale perfetto per corde di ogni genere, e ha permesso di fabbricare persino un modello ultraleggero di carrozzeria per auto. Le fibre possono essere usate come lettiera per gli animali e *mulching* (pacciamatura) per le piante, e persino come assorbenti igienici e pannolini per bambini. A differenza della carta ottenuta con polpa di legno, la carta di canapa non ha bisogno di candeggiante che produce diossine. Un altro uso importante della canapa è come combustibile e carburante: il biodiesel che produce è a emissione molto bassa, 80% in meno di ossido di carbonio rispetto al diesel normale e 0% biossido di zolfo. Con una lavorazione adeguata dei semi si ottiene sapone e una varietà di detergenti, vernici, e plastica biodegradabile.

La canapa è anche un'ottima risorsa alimentare, ricca di vitamine e sali minerali, specialmente calcio e ferro, e di

acido gamma linoleico (GLA), la cui unica altra fonte è il latte materno umano. Attualmente sul mercato negli Stati Uniti esistono vari prodotti alimentari a base di canapa, dal latte ottenuto dai semi (che è simile al latte di soia) ai fiocchi di cereali misti, al burro di noci (il seme contiene un totale del 47% di grassi, di cui 36% polinsaturi), alla farina proteica (che contiene il 30% di proteine "nobili" cioè composte da tutti gli amminoacidi necessari all'organismo umano, come la soia) e persino al gelato.

La canapa è una delle biomasse con la più alta velocità di crescita (90 giorni rispetto ai 25 anni richiesti dagli alberi da legname) e produce fino a 25 tonnellate di materia secca per ettaro all'anno, contro le 2 tonnellate di altri raccolti. Non richiede né pesticidi né diserbanti (e anzi protegge le altre piante quando viene usata come bordura alle coltivazioni), fertilizza il terreno sul quale viene coltivata (fissando l'azoto e altre sostanze) ed è molto efficace per purificare il terreno inquinato anche da scarichi industriali, tanto che è stata usata, e viene tuttora usata a Chernobyl per eliminare la contaminazione nucleare dovuta al famoso disastro. Fissa anche il carbonio assorbendolo dall'aria inquinata (ossido di carbonio), previene l'erosione del terreno grazie alle sue lunghe radici e richiede pochissima acqua per l'irrigazione.

Il contenuto di principi attivi della canapa (THC) usati in medicina e come sostanza psicotropica può variare dal 20% allo 0,3% a seconda della varietà e delle condizioni di coltivazione. Negli ultimi decenni è stata provata

l'efficacia di questi principi attivi come anestetico privo di effetti collaterali negativi specialmente nei pazienti affetti da tumore, ma la pianta veniva usata per questi scopi già fin dal Neolitico in India e anche in Cina, Giappone e in Europa (come riporta Erodoto), in Israele e nel medio oriente, e persino nelle Americhe, dove veniva coltivata e usata dagli indigeni. La coltivazione della canapa fu resa obbligatoria nelle colonie americane nel 1619 ed era incoraggiata dal governo statunitense fino al termine della seconda guerra mondiale, come testimonia il filmato propagandistico *Hemp for Victory*, in cui si afferma che l'esercito aveva bisogno di corde. Dal 1937 al 1970 la coltivazione di canapa, cannabis o marijuana venne tassata dal governo statunitense, poi nel 1970 venne introdotta la legislazione che ne proibisce tassativamente non solo la coltivazione ma anche il possesso personale nella misura di pochi grammi, secondo una politica di "tolleranza zero".

Il *guggul* (*Commiphora wightii*) menzionato nell'*Atharva Veda* e famoso nell'antichità mediterranea perché ampiamente commerciato (sotto il nome di *bdellium*), è una resina gommosa della stessa famiglia della mirra, usato soprattutto come incenso profumato (sotto il nome di *dhupa*), ma anche come medicina. Purtroppo la pianta è praticamente in via di estinzione e quindi è diventato molto raro.

La pianta chiamata *Varuna* (*Crataeva nurvala*) è un albero che può raggiungere l'altezza di 10 metri; la sua corteccia, le sue radici e le sue foglie possiedono ottime

proprietà medicinali sia per uso interno che per uso esterno. Viene usata per alleviare reumatismi e artrite (anche in caso di osteomieliti), per ridurre l'infiammazione della milza e degli altri organi interni, per purificare il sangue, per migliorare il metabolismo, per dissolvere ed eliminare i calcoli, le malattie del tratto urinario, i dolori addominali, nonché ferite, ascessi e tumori. E' antisettica, antimicrobica, diuretica, lassativa, tonica, vermifuga, anti-amebica, anti-elmintica, colagoga, anti-infiammatoria. La corteccia in particolare contiene principi attivi anticoncezionali.

Tra le piante medicinali più importanti sono elencate l'*agasringhi* (*Odina pinnata*), l'*asvattha* (*Ficus religiosa*), la *prisniparni* (*Hemionitis cordifolia*), la *virina* (*Andropogon muricatus*), la *vibhitaka* (*Terminalia bellerica*), la *tilvaka* (*Symplocos racemosa*), la *sphurgaka* (*Diospyros embryopteris*), l'*haridru* (*Pinus deodora*), l'*avaki* (*Blyxa octandra*), l'*hemadugdha* (*Ficus recemosa*), la *durva* o *darbha* (*Cyonodon dactylon* o *Eleusine indica*), la *kusha* (*Imperata cilindrica*), la *tulasi* (*Ocimum sanctum*), la *bilva* (*Aegle marmelos*), la *rudraksha* (*Eleocarpus Ganitrus*) e il *nyagrodha* (*Ficus indica*).

Purtroppo alcune delle piante menzionate nel testo dell'*Atharva Veda* sono ormai sconosciute o estinte - per esempio, la *shlakshnaparin*, l'*anjanika*, la *madyantaka* e la *nitatni*, usate per stimolare la ricrescita dei capelli. E' interessante notare che il nome Nitatni viene usato anche per riferirsi a una delle sette stelle della costellazione delle Pleiadi. Si pensa che la

*madyantaka* potrebbe essere l'*Echinochloa frumentacea* (attualmente chiamata *madir*), che ha effetti simili.

Una lozione considerata molto efficace per far crescere i capelli era preparata con il succo di *chulai* o *khada saga* (*Amaranthus caudatus*), *myrobalan* (*Prunus cerasifera*) talvolta chiamato erroneamente mirabolan, *amalaki* (*Embllica officinalis*), *bibhitaki* (*Terminalia bellirica*), *haritaki* (*Terminalia chebula*), *arjuna* (*Terminalia arjuna*) e *aparajita* (*Clitoria ternatea*). Invece del succo si poteva usare un olio medicato ottenuto facendo bollire le radici delle stesse piante in olio, a temperatura molto bassa.

Sempre per la salute e la bellezza dei capelli venivano usate la *ghrita kumari* (*Aloe vera*), la *mandara* o *japapushpa* (*Hibiscus rosa-sinensis*), la *jatamansi* (*Nardostachys jatamansi*), la *gandharva hasta* (*Ricinus communis*), e la *arishta* (*Sapindus mukorossi*) conosciuta anche come "albero del sapone". I *mantra* dell'*Atharva Veda* si rivolgono alla personificazione di queste erbe medicamentose, oltre che ai capelli stessi, che sono paragonati alle erbe e alle piante che crescono dalla terra con una specie di "associazione di corrispondenza sottile" intesa a imprimere il concetto di crescita e salute nel subcosciente dell'individuo.

Un'altra pianta ormai misteriosa è la *balasa*, usata particolarmente come analgesico e anestetico a seconda del dosaggio, e come drenante negli ascessi. Perduta sembra ogni conoscenza delle piante chiamate

*jivala, nagarisha, apamarga, sadampushpa, sraktya, jivanti e pata* - quest'ultima considerata efficace per proteggere il guerriero in battaglia.

Il metodo dell'*Atharva Veda* per fermare le emorragie si basa esclusivamente sui *mantra*, specialmente sugli *stambhana*, invocazioni recitate per creare una specie di "legatura" che ostacola il movimento. Questi *mantra* vengono usati sia per fermare le emorragie, ma anche per frenare le azioni ostili di persone o animali. Recenti studi, come anche le tradizioni popolari di altre culture, sembrano confermare che l'autosuggestione, l'ipnosi, e le vibrazioni sonore stesse abbiano un effetto oggettivo di emostasi.

Questo potere mentale è naturalmente insito in noi e gioca sulle emozioni e sui pensieri che possono venire trasmessi anche a distanza. Per esempio, si dice che il serpente "ipnotizzi" la ranocchia o l'uccellino che ha scelto come preda; talvolta possiamo percepire noi stessi questa sensazione anche nel mezzo di una folla, quando ci sentiamo "paralizzati" o "trattenuti" da qualcosa di strano che non sappiamo spiegare razionalmente.

Il quarto libro è dedicato in particolare alle donne, con magie d'amore, propiziazioni per il concepimento e la nascita dei figli, anticoncezionali, afrodisiaci, e via dicendo.

I rapporti sessuali gioiosi e rilassati favoriscono la buona salute e l'energia generale, e costituiscono una componente importante delle attività quotidiane

(*dinachara*) secondo la civiltà vedica, come abbiamo già visto anche nei *Kama sutra*. Anzi, il contatto sessuale rituale, eseguito secondo regole e procedure precise, veniva considerato utile per la realizzazione spirituale in quanto il prolungamento e l'ampliamento dell'orgasmo (che può durare anche fino a 7 ore, grazie alle tecniche di respirazione e di controllo neuro-muscolare) dà un'esperienza di superamento dell'ego, cioè dei limiti fisici e di identificazione con il corpo - mentre a livello più basso e grossolano una mentalità centrata attorno alla lussuria sessuale aggrava l'identificazione con il corpo materiale e quindi ostacola il raggiungimento della liberazione (*moksha*), che è lo scopo supremo dell'esperienza della vita umana.

I rapporti sessuali insoddisfacenti o perversi hanno sempre un effetto disastroso sulla salute e il livello energetico, in quanto indeboliscono il sistema immunitario e creano conseguenze karmiche sia grossolane che sottili.

Le magie d'amore, anch'esse costituite da *mantra*, si basano sul principio opposto a quello dello *stambhana*, cioè invece di "bloccare", lo scopo è quello di "attirare". Ovviamente non si tratta di una stregoneria che danneggia la facoltà del libero arbitrio, bensì di un rafforzamento del carisma personale dell'individuo.

Le "pozioni d'amore", di cui si parla in dettaglio anche nei *Kama sutra*, sono invece delle preparazioni afrodisiache, anch'esse a base di erbe, che stimolano e rafforzano la sensibilità e la percezione sensoriale.

Esistono anche delle liste di alimenti e ingredienti che favoriscono e stimolano il desiderio sessuale - per esempio l'avena, lo zenzero, la liquerizia, l'anice, il cardamomo, lo zafferano, i semi di senape arrostiti, la noce moscata, l'aglio, e persino cocomero e melograno. Sono considerati stimolanti sessuali anche il latte caldo addizionato di mandorle in polvere e pepe nero, oppure il miele addizionato di succo di zenzero e pepe nero. La pianta medicinale più nota in questo campo è l'*asvagandha* (*Withania somnifera*), seguita dal *gokshura* o *gokharu* (*Tribulus terrestris*), dal *rakta chandana* (*Picrocarpus santalinus*), e dall'*ananta mula* (*Hemidesmus Indicus*) chiamato in occidente salsapariglia. E' raccomandato anche il salgemma rosa dell'Himalaya, conosciuto nell'*Ayur Veda* con il nome di *saindhava lavanum*.

Le ore notturne, a partire da 2 ore dopo la cena, sono generalmente considerate le più indicate per i rapporti intimi, perché favoriscono *kapha*, che è l'energia adatta. Un aggravamento di *kapha* può portare a un senso eccessivo di possesso, mentre un eccesso di *vata* causa paura e vulnerabilità emotiva, e un eccesso di *pitta* causa rabbia e frustrazione. Per ottenere i risultati migliori, l'ambiente deve essere particolarmente curato per stimolare positivamente tutti i sensi, con profumi, musica e suoni piacevoli, letti e divani comodi, stoffe e decorazioni belle da vedere e da toccare.

Tra gli anticoncezionali naturali troviamo una pasta di fiori di *mandara* (*Hibiscus rosasinensis*) mescolata con melassa e acqua di cottura del riso, la polvere di scorza

di melograno (*Punica granatum*) che è usata anche come vermifugo, i semi della carota selvatica (*Daucus carota*, che funzionano come la "pillola del giorno dopo"), l'aneto indiano o *satapushpa* (*Anethum graveolens*), la *harmala* (*Peganum harmala*), le radici dell'albero di papaya (*Carica papaya*) e i suoi semi e frutti acerbi, e l'*hing* (*Ferula assafoetida*) strettamente imparentato con il famoso silfio (*Ferula narthex*) di Cirene (l'attuale Libia), che nei tempi antichi costituiva il mezzo più popolare di controllo delle nascite anche nella regione del Mediterraneo. Per uso esterno sono raccomandati l'olio di *nim* (*Azadirachta indica*), la resina di acacia (*Acacia catechu*) e anche diversi preparati a base di varie erbe e minerali.

Chi era interessato invece a favorire il concepimento usava la *kapikacchu* (*Mucuna pruriens*), la *bala* (*Sida cordifolia*) e i vari preparati ricostituenti descritti dall'*Ayur Veda* sotto le categorie *vajikarana*, *rasayana* e *kumarabhritya*.

Tra i metodi conosciuti nell'antica India per modificare la conformazione dei genitali maschili possiamo menzionare soprattutto l'applicazione locale di burro di latte di bufala, oppure di olio medicato con erbe come la *savara-kandaka*, la *jalasuka*, la *hastri-charma*, la *valuka* o la *vajrarasa* (di cui purtroppo attualmente si è persa traccia). Per i genitali femminili si usava invece un unguento a base di *kokilaksha* (*Asteracantha longifolia*) per restringere, e una miscela di erbe tra cui il loto blu per allargare.

Per minimizzare il flusso mestruale e regolare la produzione ormonale di estrogeno si usava l'*ashoka* (*Saraca indica*). Ci sono anche *mantra* e piante medicinali per facilitare il parto.

Il quinto e il sesto libro dell'*Atharva Veda* sono dedicati alla regalità, con la consacrazione del sovrano di un regno, i *mantra* e i rituali per il successo amministrativo. Altrettanto importanti sono i *mantra* e i canti per la sconfitta dei nemici, per la gloria e la vittoria in battaglia, per ottenere l'invulnerabilità alle frecce, per confondere e terrorizzare il nemico. Il testo include anche alcuni inni al potente tamburo da battaglia, uno degli strumenti più efficaci per sostenere il livello di consapevolezza e l'energia guerriera dei combattenti, e confondere il nemico. Altri *mantra* venivano recitati pubblicamente per portare pace e armonia tra i sudditi, placare la collera e le discordie, gestire le assemblee in modo efficace, ottenere successo in un dibattito e persino influenzare le opinioni altrui.

Ecco un esempio:

"Unità di intenti e unità di pensiero, libertà dai rancori: questo io vi porto. Rallegratevi gli uni degli altri, come una mucca si rallegra del suo vitello appena nato! Che il figlio sia devoto al padre, che sia in accordo con la madre, che la moglie parli dolcemente al marito! In armonia, dedicati alla stessa causa, siano tra voi parole gentili e affettuose! Come gli Dei operano di comune accordo, aiutandosi, collaborando, così sia tra voi. Insieme rendiamo culto al fuoco, unendoci come i raggi

della ruota attorno al mozzo... Che ci sia armonia tra parenti, tra coloro che appartengono alla stessa comunità, e anche tra estranei: questo compiace gli Dei."

Il settimo libro parla dello sviluppo economico - su come costruire una casa perché porti buona energia a chi vi abita, mantenere a distanza i serpenti e altri pericoli. Anche in questo caso, i *mantra* prescritti dall'*Atharva Veda* vanno a innestarsi sulla conoscenza elaborata in altri testi vedici, come il *Vastu shastra* e l'*Artha shastra*, di cui parleremo più avanti.

Ecco un esempio di questi *mantra*:

"Erigo qui una casa solida: che possa riposare su fondamenta forti, benedette dal burro chiarificato. Che sia abitata da uomini eroici, invulnerabili, ricchi di cavalli e mandrie. O prosperità e abbondanza, o linfa, o burro chiarificato, o latte, o dimora di ogni felicità! O casa dall'ampio tetto, tu ci sostieni e preservi il raccolto purificato di cereali! A te vengano i vitelli, a te vengano i bambini, a te vengano le mucche pesanti di latte, quando tornano la sera! O Savitar, Vayu, Indra, Brihaspati! Erigete voi questa casa! Che i Marut la aspergano di acqua e di burro chiarificato, che Bhaga metta radici nel solco che ne ara le fondamenta! O architrave, ascendi ora al tuo trono, o sovrano, tieni lontano i nemici!"

*Mantra* simili sono destinati a favorire il successo nella coltivazione dei campi, nella protezione dei raccolti e delle mandrie, deviare il corso di fiumi per scopi di

irrigazione, proteggersi dagli incendi e dagli animali selvatici, ritrovare proprietà perdute e persino avere successo nel gioco d'azzardo. Il *mantra* specifico per tenere lontano gli incendi parla della *durva* o *darbha* (*Cyonodon dactylon* o *Eleusine indica*), conosciuta in occidente come gramigna.

Il vantaggio della coltivazione di quest'erba attorno alle abitazioni è che ricopre il terreno come un tappeto morbido ma non troppo folto, non più alto di 15 centimetri, e contemporaneamente impedisce lo sviluppo di altre piante grazie al suo esteso e robusto apparato radicale, che si allarga propagandosi molto velocemente. Per questo motivo va estirpata quando appare nei campi dove si coltivano i cereali e altre piante annuali, ma è utilissima come pacciamatura naturale attorno agli alberi per evitare lo sviluppo spontaneo di piante indesiderate.

Attorno alle case, questo impedisce la propagazione degli incendi naturali, che avviene soprattutto quando le erbe e le piante secche vengono investite da qualche scintilla volante. La gramigna invece rimane verde molto facilmente anche nella stagione secca, e non prende fuoco facilmente. Inoltre, la gramigna possiede ottime proprietà medicinali (soprattutto diuretiche e depurative), perciò viene considerata una pianta di buon augurio utilizzata anche nei rituali religiosi.

L'ottavo libro parla della purificazione dalle colpe e dalle attività negative, dalle imperfezioni nei rituali e dallo stress degli incubi, mentre il nono libro invoca la

protezione divina per i *brahmana* e prescrive il modo in cui devono essere onorati.

Il sovrano non deve mai cercare di estorcere sostegno o beni da un *brahmana*, specialmente una mucca, che è importante come fonte degli ingredienti necessari per i rituali religiosi - latte, burro chiarificato, ecc. Inoltre, una mucca affidata a un *brahmana* produce latte anche senza mai avere partorito, e gode di un trattamento di alto livello. La protezione delle mucche e dei *brahmana* è una delle basi della civiltà vedica, perché consente a tutti i membri della società di beneficiare del compimento dei sacrifici rituali e dell'insegnamento della conoscenza sia materiale che spirituale.

La sezione degli inni, nel decimo libro, contiene passaggi sia in poesia che in prosa, di cui uno dei più famosi (*prithivi sukta*) è dedicato a Madre Terra. Eccone degli estratti:

"Veridicità, grandezza, ordine universale, potenza, sacralità, austerità, realizzazione spirituale, sacrificio: tutto ciò sostiene la Terra. Che Madre Terra, Signora di ciò che fu e ciò che sarà, ci benedica con un'ampia dimora! Ricca di montagne, colline e grandi pianure, che sostentano le piante dalle molte virtù, possa la Terra prosperare per sé stessa e per noi, senza essere oppressa dagli uomini! Che la Terra che nutre il mare, i fiumi e le acque tutte, che produce cibo per tutte le nazioni degli uomini, sulla quale esiste ogni vita che si muove e che respira, ci benedica dissetandoci e regalandoci la prosperità!

La Terra che anticamente diede la nascita ai primi uomini, sulla quale i Deva sconfissero gli Asura, ci dia fortuna e gloria! L'ampia Terra che sostiene tutti, la base dell'esistenza, dal petto dorato che dà rifugio a tutte le creature viventi, che sostiene Agni e si accoppia con il Toro Indra, ci dia beni in abbondanza e miele prezioso, e latte a torrenti, e gloria!"

Tra gli altri passaggi importanti nei libri successivi possiamo menzionare le preghiere a Prana ("energia vitale"), Kama ("il desiderio di piacere"), Kala ("lo scorrere del tempo"), e la spiegazione dell'importanza del *prasada* (gli avanzi delle offerte presentate nei rituali).

Il testo dell'*Atharva Veda* ci offre anche la descrizione della relazione tra il *brahmachari sisya* (discepolo) e il *guru* (il maestro), e l'importanza dell'atto di intraprendere l'educazione materiale e spirituale.

Eccone un estratto:

"Il *brahmachari* agisce utilizzando entrambi gli emisferi (del mondo/ cervello), e nelle sue azioni gli archetipi divini trovano l'equilibrio e l'armonia. Sostiene i cieli e la terra, riempie il maestro di fervore divino, riempie gli Dei di fervore creativo. Gli antenati, gli esseri celesti e gli Dei lo seguono.

Quando il Guru riceve il *brahmachari* come discepolo, lo pone all'interno del proprio corpo come un feto, e lo porta per 3 notti nel proprio ventre. La sua nascita viene festeggiata da tutti gli Dei, che si riuniscono per

assistervi. Il suo primo pezzo di legna (per il sacrificio del fuoco) è la terra, il secondo è il cielo, il terzo è l'atmosfera... Il Guru modella i due emisferi del mondo (del cervello) - il grande e il profondo, la terra e il cielo - e il *brahmachari* li protegge con il suo fervore creativo. Così in lui gli Dei trovano l'armonia... L'ampia terra e il cielo sono riuniti dal *brahmachari* che li ottiene in elemosina e li protegge con la sua concentrazione sulla potenza spirituale (*tapas*), totalmente dedicata alla realizzazione spirituale (*brahman*). Così il *brahmachari* evoca i due Agni nell'unione dei due emisferi."

## **Le Brahmana**

Come abbiamo già accennato, ogni *Samhita* (raccolta di inni vedici, specificamente *Rig*, *Yajur*, *Sama* e *Atharva*) è accompagnata da appendici pratiche per i rituali ed elaborazioni filosofiche, chiamate rispettivamente *Brahmana*, *Aranyaka* e *Upanishad*.

Attualmente sono sopravvissute soltanto 19 *Brahmana* di varie dimensioni:

- l'*Aitareya* (o *Ashvalayana*) *Brahmana* e la *Kaushitaki* (o *Sankhayana*) *Brahmana* sono associate al *Rig Veda*,
- la *Shatapatha Brahmana* (il testo più grande di tutti) appartiene al *Sukla Yajur Veda* e fu compilato da

Yajnavalkya, mentre la *Taittiriya Brahmana* appartiene al *Krishna Yajur Veda*, insieme ad altri frammenti chiamati *Maitrayani*, *Katha*, *Kapisthalakatha* e *Vadhula Anvakhyana*,

- la più importante *Brahmana* del *Sama Veda* è la *Tandya Mahabrahmana*, seguita da *Sadvimsha* (cioè il capitolo 26), *Samavidhana*, *Arsheya*, *Devatadhyaya* (o *Daivata*), *Chandogya*, *Mantra*, *Samhitopanishad*, *Vamsa*, *Jaiminiya* (o *Talavakara*).

- l'unica *Brahmana* dell'*Atharva Veda* attualmente esistente è la *Gopatha*.

L'*Aitareya Brahmana* (del *Rig Veda*) contiene 40 capitoli, suddivisi in 8 sezioni o Panchika. Spiega i riti di consacrazione per le cerimonie e i rituali preliminari, i doveri dei sacerdoti officianti, l'acquisto del *soma*, i sacrifici animali, la suddivisione delle coppe per i vari Dei, i sacrifici chiamati *agnistoma*, *shodashin* e *atiratra*, e il rituale di 12 giorni chiamato *dvadashaha*. Un altro rituale descritto qui è l'*aponaptriya*, collegato con le cerimonie del Soma.

Tra i testi specifici contenuti in questa *Brahmana* citiamo gli *shastra* chiamati *Ajya*, *Prauga*, *Marutvatiya*, *Nishkevalya*, *Ashvina*, gli inni chiamati *Sampata*, *Valakhilya* e *Durohana*, la storia di Sunahshepa e quella di Kavasa Ailusa. Sunahshepa, figlio di Agigarta, venne ceduto ad Harischandra per il compimento di un sacrificio, e benedetto dagli Dei fu adottato da

Visvamitra. Kavasa si accingeva a celebrare il rituale dell'*aponaptriya*, quando le sue qualificazioni furono messe in dubbio a causa della sua nascita e venne scacciato nel deserto. Là si mise semplicemente a sedere e compose l'inno alle acque (ora contenuto nel *Rig Veda*, 10.30) e il fiume Sarasvati giunse a circondarlo con le sue acque, cosa che non mancò di impressionare i *brahmana* locali.

Ci sono anche i rituali di consacrazione per il Re e la spiegazione delle qualificazioni e dei doveri del Purohita, o sacerdote di corte. Il rituale chiamato *Gavam Ayana* ("la partenza delle mandrie"), che compare anche in molti altri testi, non ha niente a che fare con la pastorizia, ma si riferisce all'orbita dei pianeti e viene celebrato in occasione del solstizio d'inverno quando il movimento del Sole nel cielo cambia.

La *Kaushitaki Brahmana* riporta molti degli stessi rituali e illustra anche il rituale dell'*agnihotra* (il sacrificio del fuoco quotidiano), l'*agnyadhana* (la consacrazione del fuoco del sacrificio), i rituali per *punima* (la luna piena) e *amavasya* (la luna nuova), il *chaturmasya* (rituale che viene celebrato ogni 4 mesi) e le cerimonie per l'incoronazione di un sovrano. Il testo che ancora è conservato in Kerala è molto simile alla *Shankhayana Brahmana* che si trova in Gujarat.

La *Brahmana* più famosa è probabilmente la *Satapatha* ("100 lezioni"), che appartiene allo *Sukla Yajur Veda* e ci è giunta in due versioni leggermente differenti, tramandate dai due Rishi Kanva e Madhyandina.

Uno degli inni più importanti è l'11.18.3, che spiega come i *deva* (gli Dei) compirono uno *yajna* per Prajapati ("il Signore delle creature", titolo che si può applicare sia a Brahma che a Vishnu), e che a sua volta Prajapati, soddisfatto dalla loro adorazione, offrì sé stesso in oblazione, come vittima sacrificale. I rituali stessi apparvero dunque dal corpo dello Yajna Purusha, Varaha (l'*avatara* cinghiale di Vishnu): il *gyotistoma* apparve dallo spazio tra le sopracciglia e il naso, il *pancha maha yajna* dal suo collo, i *purodasa* (le formelle di riso cotto al vapore) dal suo cervello, la *yupa* (il palo del sacrificio) dalle sue zanne, la sacra erba *kusa* dalle setole del suo corpo, e lo *sruk* (i materiali e ingredienti vari per i rituali) dalla sua faccia. I tre fuochi sacri per i rituali - Dakshinagni, Garhapatyagni e Ahavaniyagni - vennero ad esistere da tre compagni di Varaha, rispettivamente Suvritta, Kanaka e Ghora.

Al proposito possiamo commentare che i testi vedici parlano di 400 *yajna* o *yaga*, differenziati a seconda dello scopo, del numero di officianti, della durata dei rituali, delle Divinità evocate e dal tipo di oblazioni. Ulteriori informazioni si trovano nella letteratura *smriti*, trattata nel nostro capitolo sui *Vedanga*. In quel capitolo parleremo anche del revival dei sacrifici vedici che si sta verificando in India in questi ultimi anni.

Nel *Krishna Sukla Yajur Veda* troviamo la *Taittiriya Brahmana*, con descrizioni dettagliate sui vari rituali, come *agnyadana* (consacrazione del fuoco di casa), *gavamayana* (il solstizio d'inverno), *vajapeya* (rituale per la salute e la longevità), *soma* (offerta del succo del

*soma* agli Dei), *rajasuya* (consacrazione di un sovrano), *agnihotra* (rituale quotidiano dell'offerta al fuoco), *upahoma* (rituali minori), *asvamedha* (sacrificio del cavallo) e *purushamedha* (sacrificio umano). I sacrifici animali e umani sono puramente simbolici: seguendo con attenzione la descrizione e l'ordine dei rituali ci si rende conto che non può essere altrimenti.

La *Tandya Mahabrahmana* è chiamata anche *Panchavimsa Brahmana* (perché costituita da 25 capitoli) o *Praudha Brahmana*, e tratta soprattutto delle qualifiche e dei doveri dell'officiante incaricato del canto degli inni in versione musicale. Parla anche di vari rituali e specialmente del *soma prayascitta*, la purificazione del *soma*.

La *Gopatha Brahmana*, l'unica dell'*Atharva Veda*, è divisa in due parti, *purva* e *uttara*, composte rispettivamente da 5 e 6 capitoli, a loro volta divisi in sezioni. Tratta specificamente delle qualifiche dell'officiante.

## Le Aranyaka

Le *Aranyaka*, come le *Upanishad*, costituiscono il commento filosofico alle *Samhita* e alle *Brahmana* dei Veda, ed espandono il profondo significato simbolico

dei rituali, che è così difficile da comprendere con una lettura superficiale, specialmente di quei rituali considerati pericolosi se compiuti nel modo sbagliato. Per questo vengono chiamate anche "*rahasya brahmana*", o le *Brahmana* dei segreti.

La definizione di "*aranyaka*" si trova nella *Taittiriya Aranyaka* (dello *Krishna Yajur Veda*), che spiega che *aranya* è un luogo dove non si possono vedere i tetti delle abitazioni umane, sia per la scarsità di case che per la presenza di molti alberi. I vari testi prendono il nome dalle *Brahmana* e *Samhita* a cui sono collegati.

L'*Aitareya Aranyaka*, che è la più consistente tra i testi sopravvissuti, consiste di 5 capitoli, di cui il primo parla del *maha vrata* e il secondo della *prana vidya* ("scienza del *prana*"). Il terzo, conosciuto come *Samhita upanishad*, elabora sui vari modi di recitare gli inni vedici, mentre quarto e quinto trattano dei *mantra mahanamni* ("del grande Nome") e del *madhyandina yajna*. La *Taittiriya Aranyaka*, la seconda come dimensioni e importanza, comprende 6 capitoli, che trattano dell'*agnichayana* (la cura del fuoco permanente della casa), del *pancha maha yajna* (che consiste qui soprattutto nello studio delle scritture), nel rituale del *sandhya* (le "giunzioni" del giorno e della notte), delle offerte agli antenati, e del sacrificio del fuoco quotidiano (detto *agnihotra*). Più importanti della sezione *Brahmana* loro corrispondente sono la *Maitraniya Aranyaka* (del *Krishna Yajur Veda*), e la *Brihad aranyaka* (del *Sukla Yajur Veda*), particolarmente famosa per l'*Upanishad* che da essa prende il nome.

Il *Sama Veda* ha una sola *Aranyaka* sopravvissuta, la *Talavakara* o *Jaiminiya*, mentre dall'*Atharva Veda* non rimane che la *Gopatha Brahmana*, talvolta considerata come la sua *Aranyaka*.

## Le Upanishad

Non meno importanti o vaste dei *Purana* o delle *Itihasa*, le *Upanishad* hanno una maggiore ricchezza di insegnamenti filosofici rispetto alle storie che li contengono e sono individualmente più brevi in quanto sono appendici alle quattro *samhita* ("raccolte" di inni) vediche. Insieme con la *Bhagavad gita* e il *Vedanta sutra* costituiscono i testi più fondamentali dell'induismo. Esistono 108 *Upanishad* principali, classificate come *mukhya* ("più importanti"), *sannyasa* ("sulla rinuncia"), *yoga* ("sullo yoga"), *samanya* ("di valore universale"), *vaishnava* ("su Vishnu"), *shaiva* ("su Shiva"), *shakta* ("su Shakti", la Dea Madre).

Le *mukhya upanishad* sono: *Aitareya* nel *Rig Veda*; *Chandogya* e *Kena* nel *Sama Veda*; *Isa* (o *Isavasya*) e *Brihad aranyaka* nel *Sukla Yajur Veda*; *Katha* e *Taittiriya* nel *Krishna Yajur Veda*, *Prasna*, *Mundaka* e *Mandukya* nell'*Atharva Veda*.

Le *sannyasa upanishad* sono: *Nirvana*, *Maitreya* (o *Maitrayaniya*), *Sannyasa*, *Kundika* e *Aruneya* nel *Sama Veda*; *Yajnavalkya*, *Satyayani*, *Jabala* (*Yajur*), *Paramahamsa*, *Bhikshaka* (o *Bhikshuka*) e *Turiyatita* nel *Sukla Yajur Veda*; *Teji bindu*, *Avadhuta*, *Katha rudra*, *Varaha* e *Brahma* nel *Krishna Yajur Veda*; *Parivrata* (*Narada parivrajaka*), *Paramahamsa parivajaka* e *Para brahma* nell'*Atharva Veda*.

Le *yoga upanishad* sono: *Nada bindu* nel *Rig Veda*; *Yoga chudamani* e *Darshana* nel *Sama Veda*; *Hamsa*, *Trishika* o *Trishiki brahmana* e *Mandala brahmana* nel *Sukla Yajur Veda*; *Amrita bindu*, *Amrita nada*, *Kshurika*, *Dhyana bindu*, *Brahma vidya*, *Yoga tattva*, *Yoga sikha* e *Yoga kundali* nel *Krishna Yajur Veda*; *Sandilya*, *Pashupata* e *Mahavakya* nell'*Atharva Veda*.

Le *samanya upanishad* sono: *Kausitaki*, *Atma bodha* e *Mugdala* nel *Rig Veda*; *Maitreyani* o *Maitreyi*, *Vajra suci*, *Maha* o *Mahata*, *Savitri* nel *Sama Veda*; *Subala*, *Mantrika* o *Chulika*, *Niralamba*, *Paingala*, *Adhyatma* e *Muktika* nel *Sukla Yajur Veda*; *Svetasvatara*, *Garbha*, *Narayana*, *Sarvasara*, *Suka rahasya*, *Skanda* (*Tripada vibhuti*), *Sariraka*, *Ekakshara*, *Akshi*, *Pranagni hotra* nel *Krishna Yajur Veda*; *Atma* e *Surya* nell'*Atharva Veda*.

Le *vaishnava upanishad* sono: *Vasudeva*, *Avyakta*, *Advaya taraka* e *Tarasara* nel *Sukla Yajur Veda*; *Kali santarana* nel *Krishna Yajur Veda*; *Nrisimha tapani*, *Mahanarayana*, *Rama rahasya*, *Rama tapani*, *Gopala tapani*, *Krishna*, *Hayagriva*, *Dattatreya* e *Garuda* nell'*Atharva Veda*.

Le *shaiva upanishad* sono: *Akshamalika* nel *Rig Veda*; *Jabala (Sama)* e *Rudraksha jabala* nel *Sama Veda*; *Pancha brahma*, *Kaivalya*, *Kalagni rudra*, *Dakshinamurti* e *Rudra hridaya* nel *Krishna Yajur Veda*; *Atharva sira*, *Atharva sikha*, *Brihajjabala*, *Sarabha*, *Bhasma* (o *Bhasma jabala*) e *Ganapati* nell'*Atharva Veda*.

Le *shakta upanishad* sono: *Tripura sundari*, *Saubhagyalakshmi* e *Bahuricha* nel *Rig Veda*; *Sarasvati rahasya* nel *Krishna Yajur Veda*; *Sita*, *Annapurna*, *Tripura tapani*, *Devi* e *Bhavana* nell'*Atharva Veda*.

Altre *Upanishad* meno famose sono, in ordine alfabetico: *Achamana*, *Advaita*, *Aranya*, *Aruni*, *Arsheya*, *Ashrama*, *Atmapuja*, *Baskalamantra*, *Batuka*, *Bilva*, *Brahma bindu*, *Brahma jijnasa*, *Chakra*, *Chakshu*, *Chaturveda*, *Chiti*, *Dasasloki*, *Dvaya*, *Gayatri*, *Gayatri rahasya*, *Gopichandana*, *Goraksha*, *Guhyakali*, *Guhya shodanyasa*, *Heramba*, *Kalaghni*, *Kalika*, *Kalimedha adikshita*, *Kamalaka*, *Kama raja kilitoddhara*, *Kaivalya*, *Kathasruti*, *Kanthasruti*, *Kathasika*, *Kathaka siksha*, *Katyayani*, *Kaula*, *Krishna uttaratapani*, *Langula*, *Laghu jabala*, *Linga*, *Maha chakra varana*, *Mahanarayana*, *Mahavajya vivaraha*, *Mantra*, *Mathamnaya*, *Mrityulangala*, *Narada parivrajaka*, *Nilarudra*, *Nirukta*, *Parayana*, *Panchabrahma*, *Parabrahma*, *Parama*, *Pitambara*, *Pinda*, *Pranava*, *Rama*, *Rama krishna*, *Rudra*, *Sadananda*, *Saunaka*, *Shaktayana*, *Satachakra*, *Srikrishna purushottama siddhanta*, *Shiva*, *Sodha*, *Srividyanmaya*, *Srividyatataka*, *Syama*, *Siddhanta*, *Siddhanta sara*, *Siddhanta sikha*, *Sumukhi*,

*Suvarnadharma, Svasamedhya, Svetamritika, Tripad vibhuti mahanarayana, Tulasi, Turiya, Urdhvapundra, Vanadurga, Vastu sutra, Visrama, Vriddha jabala, Yajnopavita e Yogaraja.*

Alcuni menzionano anche una *Radhika Upanishad*, una *Chaitanyopanishad* e addirittura una *Allahopanishad* (che parlerebbe di Allah), che però non si trovano elencate nelle liste tradizionali. Anche la *Bhagavad gita* è talvolta considerata parte delle *Upanishad* a causa del suo ricco contenuto filosofico; in tale veste è conosciuta come *Gitopanishad*. Per ovvie limitazioni di spazio ci limiteremo a fare un riassunto delle *Upanishad* più importanti e famose, e a citarne qualche passo.

## **Aitareya Upanishad**

Fa parte dell'*Aitareya Aranyaka* del *Rig Veda* ed è costituita da 3 capitoli (a cominciare dal capitolo 4 della seconda *Aranyaka*) e spiega il significato interiore (simbolico) dei rituali di sacrificio descritti nei capitoli precedenti dell'*Aranyaka*. Particolarmente famoso è il *maha vakya* ("grande aforisma") *prajnanam brahma* (3.3), "il Brahman è la perfetta conoscenza", che è considerato l'essenza del *Rig Veda*. Ecco altri estratti:

"Om! Che le mie parole siano in accordo con i miei pensieri, che i miei pensieri seguano le mie parole. O Risplendente, rivelati a me. Che entrambi (pensieri e parole) possano portare il Veda (la conoscenza) a me, e che ciò che ho ascoltato possa rimanere (nella mia

memoria). Io unirò insieme giorno e notte in questo studio, e dirò ciò che è vero verbalmente e mentalmente. Che il Brahman mi protegga, che protegga colui che parla." (invocazione)

"In principio non c'era che il Brahman. Il Brahman pensò, 'Voglio creare i mondi', e creò *ambhas* (le acque "superiori" o sottili, cioè l'oceano Karana o "delle cause"), *marici* (lo spazio), *mara* (ciò che è mortale, cioè i mondi soggetti a distruzione ciclica) e *apah* (le acque "inferiori", cioè l'elemento materiale grossolano dell'acqua, che è comune ai corpi di tutte le specie di vita)." (1.1.1.2)

Dalle acque dell'oceano causale, il Brahman creò un uovo - il Virat Purusha o forma universale (chiamato anche *brahmanda*, "l'uovo del Brahman"). Quando l'uovo si aprì nel mezzo come una bocca ne emerse il Suono, dal Suono emerse il Fuoco e così via, uno a uno dagli elementi causali si manifestarono gli elementi materiali compresa la mente e le componenti dell'universo. I Deva (gli archetipi delle potenze che costituiscono l'universo) scelsero la forma umana per esprimere le loro attività e questa prima forma primordiale del Brahman universale venne chiamata Indra. In modo simile nascono anche gli esseri umani - come viene descritto dalle parole di Vamadeva Rishi nell'inno 4.28 del *Rig veda* ("Nel ventre di mia madre ho contemplato tutte le generazioni di questi Dei. Circondato da cento fortezze ferree, spiccai il volo rapidamente, come Falco, lasciandomi dietro i demoni, e superando i venti la mia forza crebbe...").

Questo Brahman manifestato nell'universo prende la forma del Prajapati ("Signore delle creature"), dei Visvedeva ("tutti i Deva dell'universo"), degli esseri umani e di tutti gli esseri viventi, in quanto esseri consapevoli e senzienti. Lo Spirito consapevole e onnipresente è dunque l'inizio, la metà e la fine di ogni vita; attraverso questa consapevolezza si raggiunge l'immortalità.

## **Chandogya Upanishad**

E' la più lunga tra le *Upanishad*, costituita da 8 capitoli in appendice alla prima parte del *Chandogya brahmana* del *Sama Veda*, che descrive i sacrifici rituali. Contiene (6.8.7) il *maha vakya* considerato l'essenza del Sama Veda: *tat tvam asi*, "tu sei quello (il Brahman)".

Riporta anche la famosa storia di Satyakama Jabala, un ragazzo figlio di una servitrice, che venne riconosciuto come *brahmana* grazie al senso di veridicità che aveva dimostrato. Altre *Upanishad* contengono gli insegnamenti di Satyakama Jabala, ma qui (4.4.1) si trova la storia di come entrò nella *gurukula* di Haridrumata Gautama. All'interno della narrazione troviamo molte altre spiegazioni dei simbolismi vedici, soprattutto del rituale del sacrificio del fuoco e dei *mantra* in relazione all'energia vitale nel corpo umano e nei sensi e in relazione al Sole. "Se qualcuno offre il sacrificio al fuoco senza conoscere queste (cose), è come se togliesse le braci ardenti e versasse il burro chiarificato nella cenere... Se qualcuno conosce queste

(cose) anche l'atto di offrire i propri avanzi di cibo a un *chandala* diventa un'offerta a Vaisvanara Atman (il fuoco sacro del Sé)." (5.24.1, 4)

"Bisogna meditare sulla sillaba Om, dalla quale ha inizio l'*Udgita* (il canto del *Sama Veda*). L'essenza di tutti i corpi è la terra, l'essenza della terra è l'acqua, l'essenza dell'acqua è la vegetazione, l'essenza della vegetazione è l'uomo, l'essenza dell'uomo è la parola, l'essenza della parola è il *mantra (rik)*, l'essenza del *rik* è il *Sama*." (1.1.1)

Il testo illustra poi la meditazione sul suono e sul *prana* e sulla loro identità con il Sole, che è *svara* e *pratyasvara* ("va e viene", cioè ha un senso ciclico) e afferma che la realizzazione del Pranava Omkara, che ne è la manifestazione sottile, conferisce l'immortalità. Spiega poi il significato simbolico delle sillabe nelle definizioni vediche, il potere del *prana* e del suono, e dell'elemento sottile conosciuto come *akasha* ("spazio eterico") e che sorregge entrambi.

Il quarto capitolo ripete la creazione partendo dal Brahman (l'Essere), che da Uno volle diventare molteplice. Creò dunque il fuoco; dal fuoco venne creata l'acqua e dall'acqua le sostanze nutritive, e da queste tre essenze divine si manifestarono tutti i corpi degli esseri, quando il Brahman entrò in essi nella forma di Jiva Atman. Ciò che è rosso è fuoco (passione), ciò che è bianco è acqua (virtù o purificazione) e ciò che è nero è cibo (o terra, o ignoranza), sia nel fuoco che nel sole che nelle qualità della natura materiale in generale.

Troviamo nel testo anche la conversazione tra Svetaketu e suo padre Uddalaka Aruni, ricca di insegnamenti ed esempi pratici per comprendere la natura del Brahman-Atman. Viene anche data l'etimologia mistica della parola *satyam*, "veridicità" o "verità": *sa* indica ciò che è eterno, *ti* indica ciò che è perituro e *ayam* è il collegamento tra i due. L'ottavo capitolo insegna che soltanto il *brahmacharya* ("il comportarsi come Brahman") permette di realizzare il Brahman, e che la differenza tra Deva e Asura è che gli Asura si identificano con il corpo materiale e lo considerano il vero sé.

## **Kena Upanishad**

Prende il nome dalla prima parola del primo verso, *keneshitam*, "da quale entità viene desiderato", in riferimento all'attività della consapevolezza. Il testo è breve e composto da 4 parti, di cui 2 in versi (che descrivono il *nirguna* Brahman, il Brahman "senza attributi") e 2 in prosa (che descrivono il *saguna* Brahman, il Brahman "con attributi"). Ecco qualche estratto:

"Da chi/cosa è diretto (con il desiderio o la volontà) il movimento della mente (verso l'oggetto della contemplazione)? Chi dirige la forza vitale che precede ogni azione (verso il dovere)? Da chi è desiderato l'atto del parlare quando una persona si esprime? Chi è

l'essere risplendente che dirige (le attività di) occhi e orecchie? Questo (Atman/ Brahman) è l'orecchio dell'orecchio, la mente della mente, la parola della parola, la vita della vita e l'occhio dell'occhio, perciò coloro che sono intelligenti abbandonano (l'identificazione con il corpo grossolano) e diventano così immortali... Ciò che l'uomo non comprende con la mente, ma da cui la mente è pervasa, sappi che quello è Brahman, e non ciò che la gente adora come oggetto." (1.1, 2, 6)

"Io non penso, 'conosco bene il Brahman'. Penso, 'Non è che non lo conosco - lo conosco e non lo conosco allo stesso tempo.' Chi comprende questa (affermazione) conosce (il Brahman)... E' conosciuto veramente quando è conosciuto interiormente in ognuno degli stati di consapevolezza, perché in questo modo si raggiunge l'immortalità." (2.2, 4)

"Fu in verità il Brahman che ottenne la vittoria per i Deva, e in quella vittoria del Brahman, i Deva si rallegrarono... E gli chiese, 'Chi sei?' e lui rispose, 'Sono conosciuto come il Fuoco, come Jataveda.'" (3.1, 4). La manifestazione "con attributi" del Brahman viene quindi percepita inizialmente come Fuoco (Agni, colui dal quale nasce la Conoscenza), come Aria (Vayu, o Prana) e come Indra (il principio attivo maschile detto Purusha). La meditazione (*dhyana*), l'austerità (*pratyahara*), i rituali (*yajna* e *sadhana*) sono i suoi piedi, la conoscenza (*veda*) è in tutte le sue membra e la verità (*satyam*) è la sua dimora.

## Isa Upanishad

Conosciuta anche come *Isavasya Upanishad* dalla prima parola del testo: *isavasyam idam sarvam*, "tutto questo appartiene a Dio". L'invocazione preliminare è molto famosa e viene spesso recitata o cantata nei *bhajan*: *om purnam adah purnam idam, purnat purnam udacyate, purnasya purnam adayah, purnam evavashyate*, "Da questo (Brahman) che è eternamente completo (in sé stesso) emana ciò che è completo, e anche in seguito ciò che è completo rimane completo."

Il testo è costituito da soli 18 versi, ciascuno dei quali è un vero capolavoro e meriterebbe di essere riportato integralmente. Eccone alcuni:

"Chi compie i propri doveri (*karmani*) può desiderare di vivere centinaia di anni, perché rimane sempre libero dalle conseguenze dell'azione. Le dimensioni oscure e tenebrose sono chiamate asuriche e costituiscono la destinazione di coloro che uccidono l'Atman. Pur essendo immobile è più veloce della mente e non può essere raggiunto dai sensi, eppure sostiene ogni attività. Si muove e non si muove, è molto lontano e molto vicino, è dentro ogni cosa e fuori di ogni cosa. Colui che vede tutti gli esseri nel Sé e il Sé in tutti gli esseri è libero dall'odio in virtù di questa realizzazione."  
(1-7)

"Il volto della Verità è nascosto da un disco dorato; ti prego, Signore, rimuovilo così che io possa contemplarti. Che la mia energia vitale si fonda con

l'Aria immortale, e che questo corpo venga ridotto in cenere. O Signore, ricorda tutto ciò che ho fatto (in questa vita)." (15-16)

## **Brihad Aranyaka Upanishad**

Inizia con la spiegazione del significato del sacrificio vedico e afferma che Vac (la parola creatrice, il Logos) è l'origine dell'universo. Spiega poi il Dharma (la legge naturale etica), i quattro *varna* (categorie sociali) e la natura del *prana* (energia vitale). Il secondo *adhyaya* prosegue parlando della natura di Brahman e Atman, il terzo parla della dinamica della morte e del destino dell'essere vivente dopo la morte, e della natura di Antaryami (l'Anima Suprema nel cuore di ogni essere). Qui (1.3.28) troviamo il famoso verso *asato ma sad gamaya, tamaso ma jyotir gamaya, mrityor ma amritam gamaya*, "da ciò che è effimero conducimi a ciò che è eterno, dalle tenebre conducimi verso la luce, dalla morte conducimi alla vita eterna". Questa citazione costituisce il verso ripetitivo (*adhyaroha*) degli *stuti* chiamati *Pavamana*.

Al verso 1.4.10 troviamo anche il famoso *maha vakya* considerato l'essenza dello *Yajur Veda*: *aham brahmasmi*, "io sono Brahman".

Il testo definisce quindi il cibo prodotto dalla meditazione e dai sacrifici come composto di sette parti: 2 sono destinate ai Deva (attraverso i rituali della luna piena e della luna nuova), 1 è destinata agli animali

(costituita dal latte materno), e 3 sono destinate a sé stessi (la mente, i sensi e l'energia vitale). I Deva sono la Parola, i Pitri sono la mente e gli esseri umani sono l'energia vitale; la Parola è la Madre, la mente è il Padre, e l'energia vitale è il Figlio. Ad essi corrispondono la Terra, il Fuoco e il Sole; la Luna e l'Acqua e il Nutrimento.

Seguono (2.1.1 - 2.3.6) la conversazione tra Gargya (Balaki) con Ajatasatru (il re di Varanasi), la conversazione tra Yajnavalkya e Maitreyi (2.4.1 - 2.6.3, 4.5.1 -), la conversazione tra Janaka (re di Videha) e vari *brahmana*, tra cui Yajnavalkya e Gargi (3.1.2 - 4.4.25).

Vengono descritti anche i tre stati della consapevolezza e la reincarnazione e la simbologia del Gayatri mantra. Segue la conversazione tra Svetaketu e il re Pravahana (6.2.1 - 6.2.16). Qui sono elencati i 10 cereali usati per le oblazioni nel fuoco: riso, orzo, sesamo, frumento, fagioli, lenticchie, lenticche gialle, fave, *anu* e *priyangu*; questi semi vengono frantumati, ammorbidenti nello yogurt, e mescolati con miele e burro chiarificato.

Vengono anche suggeriti rituali per avere un figlio di carnagione bianca (ed esperto in un *Veda*) oppure di carnagione dorata (ed esperto in due *Veda*), oppure di carnagione scura (ed esperto in tre *Veda*), oppure una figlia erudita nelle scritture, nonché le cerimonie da osservare alla nascita.

## Katha Upanishad

E' composta da 2 parti suddivise in sezioni (rispettivamente di 29, 25, 17, 15, 15, 18 versi) per un totale di 119 versi e contiene la *katha* o "conversazione" tra Yamaraja e il giovane *brahmana* Naciketa, figlio di Auddalaki Aruni detto Vajasravasa. Il padre di Naciketa stava celebrando il sacrificio Visvajit, che consiste nel dare in carità tutto ciò che si possiede, e il ragazzo si accorse che le offerte consistevano soltanto in ciò che era diventato inutile. Cominciò quindi a interrogare il padre sull'argomento e gli chiese a chi avrebbe donato lui, che era ancora utile alla famiglia. Irritato, il padre gli rispose che lo regalava a Yamaraja, il Signore della morte. Naciketa prese sul serio tale affermazione e partì per Yamaloka, dove Yamaraja discusse con lui molti insegnamenti importanti, e poi lo rimandò a casa con tutte le sue benedizioni.

L'invocazione di apertura di questa *Upanishad* è un *mantra* famoso recitato per invocare la concordia: *om saha navavatu saha nau bhunaktu, saha viryam karavavahai, tejasvi navadhitamastu, ma vidvishavahai*, "Che (il Brahman) ci protegga insieme, che ci nutra insieme, che noi possiamo ottenere la forza insieme, che ciò che studiamo possa darci forza, che tra di noi non ci sia ostilità." Ecco alcuni estratti dal testo:

"O Naciketa, poiché io ben conosco il Fuoco che porta al cielo, te ne parlerò e tu comprendi facendo bene attenzione alle mie parole. Quel Fuoco per cui si raggiunge il cielo, e che sostiene il mondo, è stabilito in

un luogo nascosto (*nihitam guhayan*)... Gli sciocchi vivono in mezzo all'ignoranza ma si considerano intelligenti e illuminati, continuando a girare in tondo e seguendo percorsi complicati, proprio come ciechi che guidano altri ciechi." (1.1.14, 2.5)

"Di questo (Atman) molti non sentono mai parlare, molti non lo comprendono nemmeno sentendone parlare, ma meraviglioso è chi ne parla e chi ne ascolta, e meraviglioso è chi lo conosce grazie alla guida di un'anima realizzata... Il Sé che conosce non nasce e non muore, non ha origine e non dà origine, è non-nato, eterno, libero dal decadimento, e antichissimo. Non viene toccato nemmeno della morte del corpo." (1.2.7, 18)

"Chi non ha smesso di commettere azioni negative, che non ha controllato i sensi, che non concentra la mente, che non si è liberato dall'ansietà, non può raggiungere la conoscenza del Sé." (1.2.24)

"Sappi che il Sé è il padrone del carro, e il corpo è il carro. Sappi che l'intelligenza è l'auriga, e la mente costituisce le redini." (1.3.3)

"Svegliati, alzati, e impara avvicinando i migliori (insegnanti). I saggi descrivono questa via come difficile da percorrere, affilata come la lama di un rasoio." (1.3.14)

"Vede il Brahman chi comprende che Aditi, in cui risiedono tutti i Deva, nacque come Hiranyagarbha, manifestato a contatto con gli elementi, e che risiede nel

luogo segreto del cuore... Il Purusha che risiede nel corpo è grande quanto un pollice. Sapendo che è il Signore del passato e del futuro, non si teme più di perderne la consapevolezza." (2.1.7, 12)

"Il Fuoco brucia per timore di questo (Purusha), e così il Sole risplende, e agiscono Indra, Vayu e Mrityu (la morte)." (2.3.3)

"Quando i cinque sensi di percezione e la mente raggiungono la pace, e l'intelletto si ferma: quello è lo stato più alto... Quando tutti i desideri che erano aggrappati al cuore cadono, un mortale diventa immortale e raggiunge il Brahman. Quando tutti i nodi del cuore vengono distrutti, anche durante questa stessa vita, un mortale diventa immortale: questa è l'essenza dell'insegnamento di tutte le *Upanishad*." (2.3.10, 14-15)

## **Taittiriya Upanishad**

Dopo un'invocazione a Mitra, Varuna, Aryaman, Indra, Brihaspati e Vishnu Trivikrama, il primo verso si rivolge a Vayu come alla manifestazione diretta del Brahman, del Dharma e di Satya, chiedendo la sua protezione. Vayu o l'Aria è infatti il punto focale di attenzione degli insegnamenti di questo testo, che parla della scienza del suono e della pronuncia, delle lettere che compongono i *mantra*. I versi 4.1-3 del *Siksha valli* ("sezione sulle istruzioni") contengono una preghiera rituale per ottenere tutte le benedizioni necessarie per il progresso di un insegnante. Segue una breve

descrizione dei piani di esistenza, della composizione del corpo, e dei doveri quotidiani.

Il secondo capitolo, chiamato *Brahmananda valli* ("sezione della felicità spirituale") parla brevemente della manifestazione degli elementi materiali, dell'importanza del rispetto verso il cibo e della gioia che deriva dalla realizzazione spirituale. Eccone un estratto: "La conoscenza (*vijnana*) è l'ingrediente fondamentale del sacrificio (*yajna*) e del compimento dei doveri (*karmani*). E' nella conoscenza che i Deva meditano sul Brahman; conoscendolo senza equivoci, tutte le reazioni negative vengono distrutte e si gode pienamente di ogni cosa buona. Il Sé (Atman) fa parte dell'Antico, e rimane in esso grazie alla conoscenza anche quando si incarna in un corpo. Il Sé interiore è costituito da felicità pura (*ananda*)." (2.5.1)

"Per dare un'idea di tale felicità, consideriamo un uomo giovane nel pieno delle forze, buono, sapiente, esperto, sano ed energico, che dispone di abbondanti ricchezze: questa può essere l'unità di misura della felicità umana. Moltiplicandola 100 volte otteniamo l'unità di misura dei Gandharva di rango inferiore, che moltiplicata 100 volte dà la felicità di un Gandharva di rango superiore. Questa unità di misura, moltiplicata per 100, dà la felicità di un Pitar (abitante di Pitriloka), e questa moltiplicata per 100 dà la felicità di chi nasce sui pianeti celesti. Di 100 volte superiore è la felicità dei Deva di rango inferiore, e 100 volte superiore a questa è quella dei Deva di rango superiore. Indra gode di una felicità 100 volte superiore a quella degli altri Deva, ma la gioia

di Brihaspati è 100 volte superiore, la gioia del Virat è 100 volte superiore a quella di Brihaspati, e 100 volte superiore a questa è la felicità di Hiranyagarbha e di un seguace dei *Veda* che è libero dai desideri... Il vento soffia per timore di questo (Purusha) e per paura di lui il Sole sorge, e corrono Indra, Vayu e Mrityu (la morte)." (2.8.1-5)

Il *Brighu valli* contiene la conversazione tra Brighu Rishi e suo padre Varuna a proposito del Brahman, che viene realizzato attraverso il cibo, il *prana*, la vista, l'udito, la mente e la parola. Chi desidera la prosperità non deve mancare di rispetto a cibo, acqua e fuoco, o a chi chiede aiuto." (3.8.1, 3.10.1)

## **Prasna Upanishad**

E' composta da 6 capitoli, ciascuno contenente una domanda (*prasna*) rivolta a Pippalada Rishi da uno dei suoi discepoli Sukesha, Satyakama, Gargya, Kousalya, Bhargava e Kabandhi. Questi figli di illustri famiglie avvicinarono il Rishi per apprendere la conoscenza, e secondo la tradizione portarono della legna da ardere per il fuoco del sacrificio che avrebbe ufficializzato la loro accettazione del maestro. Il Rishi chiese loro di vivere nel suo *ashrama* per un anno prima di porre le domande, e quando giunse il momento Kabandhi pose la prima domanda: "Da dove provengono gli esseri che nascono?"

Ecco la risposta:

"Il Prajapati ("Signore delle creature") creò una coppia - Anna e Prana (il cibo e l'energia vitale) che sono la Luna e il Sole, le due metà dell'anno e del mese, la notte e il giorno. Il cibo ha due dimensioni, quella sottile e quella grossolana. Conoscendo tutto questo, si possono generare figli degni."

La seconda domanda fu posta da Bhargava: "Quante sono le divinità che sostengono l'esistenza di una creatura, e quale è la più importante?"

"Lo spazio, l'aria, il fuoco, l'acqua, la terra, la parola, la mente, la vista e l'udito, ma il più importante è il *prana*, l'energia vitale, che incarna la manifestazione di tutti i Deva."

La terza domanda fu posta da Kousalya: "Da dove ha origine questo *prana*, come entra nel corpo, come vi risiede, come lo lascia, e come sostiene gli elementi fisici?"

"Il *prana* nasce dall'Atman come l'ombra è generata dall'oggetto reale che la proietta. Come un re che istruisce i suoi funzionari, l'Atman dirige le manifestazioni secondarie del *prana* - Apana, Prana, Samana, Vyana e Udana. Chi conosce il *prana* diventa immortale."

La quarta domanda fu posta da Gargya: "Quali sono gli organi che dormono e quelli che rimangono svegli? Chi percepisce il sogno?"

"I cinque *prana* sono i fuochi del sacrificio e gli officianti.

Proprio come i raggi del sole al tramonto si fondono nel disco solare e ne emanano di nuovo all'alba, tutte le forme di consapevolezza sono contenute nella mente, perciò quando i sensi sono inerti si dice che una persona stia dormendo. In realtà è il Purusha che si stabilisce nel Sé supremo e immutabile; chi ne diventa consapevole ottiene l'onniscienza."

La quinta domanda fu posta da Satyakama: "Che cosa ottiene chi medita sul Pranava Omkara?"

"La Trascendenza manifestata nel Pranava Omkara è il Brahman stesso. Chi medita sull'Om come una sola sillaba ottiene una rinascita umana. I *mantra* del *Rig Veda* conferiscono una rinascita virtuosa, i *mantra* dello *Yajur* portano a nascere sul piano lunare, mentre chi medita sull'Om come Purusha raggiunge il piano del sole. I *mantra* del *Sama* portano al piano di Brahma (Hiranyagarbha)."

La sesta e ultima domanda fu posta da Sukesha: "Dove si trova il Purusha dalle 16 membra?"

"Nel corpo umano stesso. I 16 componenti del Purusha sono *prana*, fede, spazio, aria, fuoco, acqua, terra, organi, mente, nutrimento, forza, controllo di sé, mantra, rituali, mondi e nomi dei mondi."

## **Mundaka Upanishad**

E' costituita da 6 capitoli con gli insegnamenti di Angira Rishi a Saunaka riguardanti due tipi di conoscenza -

quella inferiore o dei testi che riguardano l'universo materiale, e quella superiore che riguarda il Brahman trascendentale, che non può essere descritto o percepito con i sensi, la mente o l'intelletto.

"Come un ragno espande e ritrae la sua ragnatela, come la terra fa crescere le piante e come il corpo fa crescere i capelli, così l'Imperituro produce l'universo da sé stesso. La Conoscenza fa espandere il Brahman e da esso nasce il nutrimento (*mahat tattva*), dal nutrimento nasce il *prana* vitale (*hiranyagarbha*), da questo la mente cosmica, da questa i cinque elementi, da questi i mondi, e da essi l'immortalità che risiede nei doveri prescritti." (1.1.7-8)

"Il Fuoco distrugge sette esistenze di chi celebra l'Agnihotra senza la giusta conoscenza e visione, senza i rituali corretti, senza austerità, senza rendere omaggio a chi va rispettato, senza onorare gli ospiti e senza adorare la Divinità. Quando invece il rituale è compiuto adeguatamente le sette lingue del fuoco - Kali, Karali, Manojava, Sulohita, Sudhumravarna, Sphulingini e Visvaruci - salgono fino al Sole e lo nutrono." (1.2.3-5)

"Ciò che è risplendente e più sottile del sottile, che sostiene tutti i mondi e le creature, il Brahman immutabile, la forza vivente, è la parola e la mente. Deve essere penetrato con la freccia dell'anima aguzzata dalla meditazione: prendi dunque l'arco che è l'Om, e fissata la concentrazione, diventa Uno con il bersaglio." (2.2.2-4)

"La copertura suprema e risplendente è il Brahman,

libero da ogni macchia e senza dualità, puro; è la luce delle luci, ed è conosciuto da chi conosce l'Atman. Là non ci sono sole, luna o stelle, né la folgore. Tutto risplende per la sua luce." (2.2.10)

"Due uccelli sono da sempre compagni e hanno nomi simili, e abitano sullo stesso albero. Uno mangia i frutti di vari sapori, e l'altro semplicemente osserva. Su quell'albero l'anima individuale rimane impigliata e si lamenta della propria impotenza, ma quando rivolge lo sguardo verso l'altro uccello, il Signore, viene liberata dalla sofferenza per la sua gloria." (3.1.1)

## **Mandukya Upanishad**

La più breve di tutte, consiste di soli 12 versi, che spiegano il passaggio dell'essere vivente negli stati di veglia (Vaisvanara), sogno (Taijasa), sonno profondo (Prajna) e nella consapevolezza trascendente (Turiya) in cui è possibile realizzare il Sé. Qui troviamo il *maha vakya* considerato l'essenza dell'*Atharva Veda*: *ayam atma brahma*, "Atman e Brahman sono lo stesso". Il testo di questa *Upanishad* è spesso accompagnato dall'elaborazione di Gaudapada intitolata *Mandukya karika*.

## **Svetasvatara Upanishad**

Contiene 6 brevi capitoli con spiegazioni filosofiche su Atman, Brahman, Paramatma, Prakriti. Il testo inizia con

le domande: "Qual è la causa (dell'esistenza dell'universo)? Cos'è il Brahman? Da dove veniamo (prima di nascere)? Perché viviamo? Qual è la nostra destinazione finale?" Ecco qualche estratto:

"Come l'olio nei semi di sesamo, come il burro nello yogurt, come l'acqua nelle sorgenti sotterranee, come il fuoco nel legno - il Sé viene percepito nel Sé, grazie alla veridicità, all'austerità e alla meditazione..." (1.15-16)

"Sforzandosi di controllare i sensi, regolando le attività del corpo, bisogna espirare dalle narici quando le funzioni del corpo rallentano... Bisogna concentrarsi con attenzione, vivendo in una grotta o un altro luogo puro dove il terreno sia piano e senza ciottoli e il panorama sia piacevole, dove non ci siano vento, polvere, fuoco, umidità o rumori molesti. Nella pratica yoga, prima della manifestazione del Brahman appaiono forme simili alla neve, al fumo, al sole, al vento, al fuoco, alle lucciole, al fulmine, al cristallo e alla luna." (2.9-11)

"Tu sei donna, tu sei uomo, tu sei il ragazzo e la fanciulla, tu sei il vecchio che cammina a fatica appoggiandosi al bastone. Il tuo volto è in ogni direzione." (4.3)

"Conoscendo colui che è l'origine e la dissoluzione dell'universo, la fonte di ogni virtù, che distrugge ogni atto colpevole, il padrone di tutte le qualità, l'immortale sostegno dell'universo - situato nel nostro sé, trascendente e separato dall'albero del *samsara*, dal tempo e dallo spazio - noi desideriamo realizzarlo, il Signore trascendentale dell'universo, degno di

adorazione, il Signore supremo di tutti i dominatori, il Dio dei Deva e il governatore di tutti i governanti... Pur essendo Uno, soddisfa i desideri di molti." (6.6-7, 13)

Anche qui (4.6, 7) troviamo la metafora dei due uccelli sullo stesso albero, e la misura dell'anima individuale come una minima frazione della punta di un capello (5.8), che si trovano nella *Gita* e in altre *Upanishad*.

### **Kausitaki, o Kausitaki brahmana Upanishad**

La conversazione tra il re Chitra Gargyayani, Kausitaki Rishi e suo figlio Svetaketu tratta della reincarnazione, del raggiungimento dei pianeti celesti e del Brahman. Gli insegnamenti del Rishi sono i seguenti (2.1): il *prana* è il Brahman, e per realizzarlo bisogna lasciare il piano mentale delle aspirazioni. Viene poi offerta la spiegazione dei 5 volti di Soma Rudra (il *brahmana*, il re, il falco, il fuoco e il tempo), la meditazione per la protezione di moglie e figli, e il rituale per lasciare la famiglia.

Il terzo capitolo parla del re Pratardana che ottenne una benedizione da Indra, l'uccisore di Tvasti dalle tre teste, che consegnò gli asceti Arunmukha ai lupi, che uccise la gente di Prahlada nel cielo, i Pauloma nell'atmosfera, e i Kalakanja sulla terra. Il quarto capitolo parla della conversazione tra Gargya Balaki e Ajatasatru di Kashi riguardo al Brahman e sull'effetto della meditazione sui suoi vari aspetti.

## **Kaivalya Upanishad**

E' costituita da 26 versi che riportano il dialogo tra Asvalayana Rishi e Brahma, dove si parla della conoscenza del Brahman e di come raggiungerla attraverso la fede, la devozione, la meditazione, la conoscenza del *Vedanta* ("lo scopo della conoscenza") e la rinuncia.

"E' Brahma, è Shiva, è Indra, è l'immutabile, supremo e radioso, è Vishnu, è il *prana*, il tempo, il fuoco e la luna. E' tutto ciò che fu e che sarà, l'Eterno - chi lo conosce trascende la morte. Non c'è altra via per raggiungere la liberazione. Vedendo l'Atman in ogni essere e tutti gli esseri nell'Atman, si raggiunge il Brahman Supremo: è l'unico modo." (8-10)

## **Maitri, Maitrayani o Maitrayaniya Upanishad**

Costituita da 7 brevi *prapathaka* (sezioni di prosa), inizia con la conversazione tra il re Brihadratha (che si era ritirato nella foresta) e Sakayana Rishi, che gli illustra gli insegnamenti di Maitreya. Si parla della natura effimera del corpo, dei cinque *prana*, della rinascita e dei tre *guna*.

## **Subala Upanishad**

Suddivisa in 10 "lezioni": 1. la creazione, il mantenimento e la dissoluzione dell'universo, 2. il

"quarto principio" cioè la Trascendenza, il loto Dahara che si trova nel cuore dell'essere umano, e i componenti del corpo, 3. Narayana contiene ogni manifestazione universale, 4. la natura del Paramatma, 5. l'Atman nel corpo, 6. la via che sale (verso i pianeti superiori), 7. il *samadhi*, 8. gli elementi materiali, 9. come gli elementi si consumano al momento della morte, 10. la conoscenza del Brahman.

### **Jabala Upanishad**

Composta da 14 brevi sezioni di prosa sulla rinuncia, riporta le conversazioni tra Yajnavalkya e Brihaspati (sul *brahma randhra* come Avimukta Kurushetra), Atri Rishi (su Avimukta Shiva che risiede nell'*ajna chakra* Varanasi), i suoi discepoli *brahmachari* (l'inno Satarudriya), Janaka (il *sannyasa* e il sacrificio del fuoco) e ancora Atri Rishi (è il livello di consapevolezza e non il filo sacro a determinare se uno è *brahmana*, quindi il *sannyasi* non lo indossa; si può lasciare il corpo in battaglia, digiunando fino alla morte, annegandosi, entrando nel fuoco, o camminando fino a crollare).

### **Paingala Upanishad**

Il testo consiste in un dialogo tra Yajnavalkya e il suo discepolo Paingala sull'Uno senza secondi, dal quale si manifestò la creazione dell'universo. Spiega in che modo il Brahman si incarna come Jiva Atman, parla delle 5 coperture (*kosha*) dell'Atman (*annamaya*,

*pranamaya, manomaya, jnanamaya e anandamaya*), dei 5 stati di consapevolezza (veglia, sogno, sonno profondo, incoscienza e morte), dei *mahavakya (tat tvam asi, so 'ham, aham brahmasmi)*, della metafora del carro che rappresenta il corpo, dell'ultimo stadio del *sannyasa*, dei benefici dello studio delle *Upanishad* e della meditazione sull'onnipresenza di Vishnu.

### **Vajrasucika Upanishad**

Il nome ("ago di diamante") si riferisce alla penetrazione dell'ignoranza, in particolare dei pregiudizi sciocchi riguardo all'identificazione del *brahmana*.

La qualifica di *brahmana* non è dovuta al corpo materiale, che è fatto degli stessi elementi in tutti gli esseri umani, né al colore della carnagione, né alla provenienza familiare - Rishyasringa nacque da una cerva, Kausika da una canna, Jambuka da uno sciacallo, Valmiki da un formicaio, Vyasa da una ragazza della tribù dei pescatori, Gautama dalla schiena di una lepre, Vasistha dall'Apsara Urvasi e Agastya da un vaso.

Nemmeno l'erudizione o la carità sono garanzia della qualifica di *brahmana*: soltanto la realizzazione diretta del Brahman, dimostrata dal superamento dell'identificazione materiale e degli attaccamenti, dalla sincerità e dalle altre qualità divine.

## **Kali santarana Upanishad**

Il testo brevissimo riporta la domanda di Narada a Brahma: "In che modo si può superare l'era di Kali?" e la sua risposta: "Semplicemente pronunciando il nome di Narayana. Hare Krishna Hare Krishna Krishna Krishna Hare Hare, Hare Rama, Hare Rama, Rama Rama, Hare Hare. Questi 16 nomi distruggono gli effetti nefasti del Kali yuga: non c'è metodo migliore in tutti i *Veda*. Sono come il sole che risplende radioso dopo che le nuvole si sono dissipate. Non ci sono regole precise per praticare questo metodo. Chiunque pronunci questi nomi, in uno stato puro o impuro, si immerge nella consapevolezza del Brahman e si purifica da ogni atto colpevole o impuro, situandosi al di là di ogni dovere temporaneo e raggiungendo la liberazione."

## **Krishna Upanishad**

Questo brevissimo testo in prosa narra come i Rishi che incontrarono Rama desiderarono rinascere come *gopi* durante l'*avatara* di Krishna a Gokula. I difetti (come avarizia, collera ecc) apparvero come Asura, le *Upanishad* e gli altri testi vedici apparvero come *gopi* (pastorelle), e le qualità divine apparvero come compagni del Signore, mobili e immobili.

## **Gopala tapani Upanishad**

Nel primo capitolo (costituito da 54 versi) Brahma parla di Krishna, Govinda, Gopijanavallabha, e spiega il *mantra Svaha*, il *Kama Gayatri* e l'*Ananga Gayatri*. Descrive Krishna come un pastorello dalla carnagione scura come una nuvola di monzone, abbigliato di giallo-fulmine e decorato da una ghirlanda di fiori di selva, al centro di un fiore di loto rosso sotto un albero dei desideri circondato da pastorelle, pastori e mucche *surabhi*. Brahma spiega come il *Kama Gayatri* sia l'origine della creazione e offre le sue preghiere a Krishna.

Nel secondo capitolo (118 versi) troviamo la conversazione tra Krishna e le *gopi* guidate da Gandharvi (Radha) e la visita delle *gopi* all'*ashrama* di Durvasa Rishi, con la conversazione che ne seguì. Il testo si conclude con l'omaggio a tutti i Deva.

## **Narada parivrajaka Upanishad**

Nella conversazione tra Narada e Saunaka a Naimisharanya si parla dei 40 *samskara*, dei 4 *ashrama*, delle 10 virtù dharmiche e soprattutto delle rigide regole del *sannyasa*. Per esempio, un *sannyasi* non può insultare mai nessuno (né con atteggiamenti, né con parole né con azioni) ma deve tollerare qualsiasi insulto, non può mai dire bugie, possiede soltanto pochi oggetti personali (un perizoma, uno scialle ottenuto cucendo insieme degli stracci, un contenitore per

l'acqua e un bastone che simboleggia il suo stato) e nient'altro, deve stare sempre da solo (non può vivere in una città, in un villaggio, in un *ashrama* o anche soltanto con un compagno), deve viaggiare da solo senza attrarre l'attenzione, deve ripudiare completamente l'identificazione con il corpo e la cura e i piaceri del corpo - che deve considerare come un cadavere. Questo comprende la proibizione dell'uso di olii e unguenti, della rasatura, del taglio e della cura dei capelli, di ornamenti, di abiti ecc. Non deve conversare con nessuno, deve essere insensibile all'attrazione fisica, deve sempre tenere gli occhi bassi e non guardare oltre 4 metri (16 cubiti) di terreno davanti a sé. Inoltre deve mangiare solo ciò che riceve in carità mendicando una sola volta al giorno, dopo l'ora dei pasti, da una casa di persone di buon comportamento, deve mangiare stando in piedi o camminando senza curarsi del sapore di ciò che consuma. Deve evitare gli spettacoli (di danza, teatro ecc), il gioco d'azzardo, la compagnia delle donne o delle persone che conosceva un tempo, i cibi appetitosi, l'amore e l'odio, le sostanze inebrianti, i discorsi sulle donne, i lunghi viaggi, i frequenti digiuni, i pellegrinaggi, i doni di qualsiasi tipo (eccettuato il cibo strettamente necessario) e l'attaccamento all'erudizione accademica. Non indossa più il filo sacro e si taglia la *sikha* (il ciuffo di capelli sulla nuca caratteristico dei *brahmana*), non può avere un seguito di discepoli, non può presenziare a cerimonie o funzioni di qualsiasi tipo, o appartenere a una qualche organizzazione o scuola filosofica o religiosa. Deve evitare gli onori e gli inviti, in quanto questi consumano i

benefici della sua austerità. Non deve dormire su un letto, indossare abiti bianchi, dormire di giorno o viaggiare in carrozza. Non deve mai rispondere a chi gli chiede del suo nome, della sua famiglia o provenienza, del suo luogo di nascita, della sua età, o dei voti che osserva. Non può praticare la medicina o distribuire benedizioni, correggere il comportamento altrui, invitare altri, chiedere doni, o visitare un villaggio per più di un giorno (eccetto durante la stagione delle piogge), viaggiare di notte o a mezzogiorno o al crepuscolo, attraversare un fiume a nuoto, arrampicarsi su un albero (per raccoglierne i frutti), acquistare o vendere qualsiasi cosa. Coloro che desiderano dedicarsi allo studio della Trascendenza possono stabilirsi in una zona disabitata, preferibilmente inaccessibile, vivere sotto un albero o in una casa abbandonata, e nutrirsi di frutta, radici, foglie e acqua.