

Le Parole

Yoga
principio
di nuova
vita

ANTONIA TRONTI

Il gioco è strumento che impone una direzione, che obbliga alla docilità e all'obbedienza, che costringe all'accettazione di un principio guida. È anche, però, strumento di unificazione, che impone non soltanto una direzione, ma una direzione comune, che obbliga a una relazione, che costringe all'armonia. La parola «yoga» (dal sanscrito «yug») indica il «giogo», il «legare», il «mettere insieme», ma anche, accanto all'«unire», l'«unione», accanto all'«unificare», l'«unificazione». Indica, cioè, un processo, un metodo, un'attività, ma anche il risultato, lo stato, la condizione che ne derivano.

Nella «Katha Upanishad» e nella «Bhagavad Gita» l'uomo è paragonato a un carro: i cavalli sono i sensi, le redini la mente, l'auriga la ragione e il padrone del carro lo Spirito. Solitamente i cavalli si muovono disordinatamente, provocando reazioni dalle sollecitazioni degli oggetti con cui entrano in contatto. «Yoga al contrario - è fermo dominio dei sensi» («Katha Upanishad»). «Yoga è porre fine al movimento disordinato, è interrompere la catena delle reazioni, è creare spazi di immobilità e di silenzio. «Yoga è la soppressione delle modificazioni mentali» (Patanjali). La mente produce incessantemente immagini, parole e forme, costruisce e decostruisce, analizza, scompone, dualizza. L'uomo finisce in balia dei propri movimenti sensoriali e mentali e smarrisce la coscienza della sua vera natura. Si identifica con ciò che i canali percettivi gli propongono, perde la capacità dell'azione creativa ed entra nel meccanismo della re-azione. Questo è causa di sofferenza ed è ciò che lo «yoga» si propone di estirpare. Nato con intento soteriologico, lo «yoga» è via di emancipazione e di liberazione dalla sofferenza esistenziale provocata dalla falsificazione.

Patanjali, negli «Yoga Sutra», spiega come soltanto con l'interruzione del movimento della mente possiamo recuperare la coscienza della nostra autentica natura. Il suo «astanga yoga» («yoga dalle otto membra») è un progressivo fermare e fermarsi, in vista di un prezioso «stare». Tutte le componenti dell'essere vengono prese in considerazione, in un cammino che niente trasalca, perché l'unificazione armoniosa dell'essere possa verificarsi.

I primi due gradini («yama» e «niyama») del suo «yoga» sottolineano l'importanza di un giusto rapporto con sé, con gli altri, con la natura, come dire che alla base di ogni cammino c'è la vita, principale terreno di integrazione psico-emozionale. Con «asana» si impara a fermare il corpo e a sedere in silenzio, «pranayama» è gestione dell'energia attraverso la regolazione del respiro, con forti ripercussioni sul campo mentale e «pratyahara» è distacco dai sensi, interruzione del collegamento mente-canal sensoriali. «Dharana» è concentrazione, portare la mente da una condizione ordinaria di distrazione e dispersione ad una ricentrata: la sua conseguenza è «dhyana», la meditazione, e infine «samadhi», culmine e sinonimo dello «yoga» stesso, che è «stare» e «stare con», in un essere integralmente unificato che si fonda e permane nel suo vero Sé. A questo punto «Yoga» è davvero - principio d'una nuova vita («Katha Up»).

Intervista con Abraham Yehoshua, il più popolare scrittore israeliano, autore di «Ritorno dall'India»

«L'ebraismo non è teocratico ma la politica lo sta deformando»

«Ma noi dobbiamo con forza difendere la distinzione dallo Stato, il che significa democrazia, per non cadere nel fondamentalismo». Quell'invidia per gli ebrei della Diaspora, specie negli Usa, che vivono la loro identità normalmente.

«La religione è parte essenziale dell'identità ebraica, molto più di quanto lo sia il cattolicesimo nella formazione dell'identità nazionale italiana o francese. Ma questa accentuazione non giustifica in alcun modo una deriva fondamentalista d'Israele. L'ebraismo non è né deve diventare una "religione militante", non deve permeare le istituzioni come vorrebbe la destra oltranzista. Ed è proprio per difendere questa identità che occorre battersi per una netta separazione tra religione e Stato». A sostenerlo con forza è Abraham Yehoshua, il più amato tra gli scrittori israeliani contemporanei. Memoria, spiritualità, dialogo, rispetto delle diversità, sono temi che ricorrono nei suoi romanzi, l'ultimo dei quali, l'intrigante «Ritorno dall'India», è nella sua prima parte ambientato in un altro Paese ricco di spiritualità, l'India per l'appunto.

Israele e l'identità ebraica: un rapporto complesso, sofferto. C'è chi vorrebbe risolverlo in chiave fondamentalista. È possibile oggi in Israele vivere laicamente il rapporto con la religione?

«È la sfida che Israele ha oggi di fronte a sé, dal cui esito dipende il futuro stesso della sua democrazia. La religione è parte fondamentale, inalienabile della nostra identità nazionale. Di più: è uno dei pilastri su cui si fonda lo Stato d'Israele. Negare ciò vuol dire cancellare una memoria secolare, significa far torto a una verità storica. La cultura ebraica è composta da due codici: quello religioso e il codice nazionale. Tra questi due elementi costitutivi della nostra identità esiste una tensione fortissima, permanente. Fino a oggi siamo riusciti a mantenerla, sia pure a fatica, un equilibrio tra questi due codici. Adesso però le cose si stanno complicando».

Quali sono i fattori che determinano questo squilibrio?

«Ragioni essenzialmente politiche. I partiti religiosi sono diventati più forti, i loro leader hanno un ruolo di primo piano nell'attuale governo, in grado di condizionare le scelte più impegnative e non soltanto sul versante del negoziato con i palestinesi. L'azione dei religiosi è legata a un irriducibile spirito di appartenenza che li porta a privilegiare gli interessi del gruppo a scapito del «bene comune». La società israeliana si sta sempre più polarizzando: da un lato i «secolari», i laici; dall'altro i religiosi. Tutti e due i campi tendono ad arroccarsi, a estremizzare i propri caratteri. Negli ultimi dieci anni, questa polarizzazione si è andata sempre più accentuando, creando un fossato tra le «due Israele». A ciò aggiunge che i laici sono tra loro divisi politicamente, tra destra e sinistra, mentre i religiosi mantengono una forte compattezza interna e questo finisce per accentuare il loro potere di condizionamento. Israele rischia di trasformarsi in una società «afona», incapace di comunicare al suo interno. Il rischio è quello dell'implosione.



Rino Bianchi/Azimut

Abraham Yehoshua, lo scrittore israeliano interprete dei fermenti che attraversano il suo paese. Anche se nel suo libro «Ritorno dall'India» ha deciso di concedersi una «fuga» dal suo paese.

Dobbiamo fare di tutto per scongiurare questo pericolo».

In che modo?

«Ricerando un comune denominatore, sviluppando il dialogo a ogni livello della società e delle sue istituzioni. In questo quadro, ritengo decisivo salvaguardare lo spirito originario dell'ebraismo. Il che significa battersi perché l'ebraismo non venga piegato a logiche di potere, perché non venga svilito a giustificativo di una concezione teocratica dello Stato o usato per legittimare - in nome di una visione messianica del ruolo d'Israele e del popolo ebraico - politiche oppressive verso altri popoli. Contro questa deriva fondamentalista dobbiamo batterci, non «contro» ma in nome della vera essenza dell'ebraismo».

In questa ricerca di identità, un peso notevole è esercitato dalla memoria storica del popolo ebraico. Non crede che questa memoria possa rivelarsi per Israele una gabbia che imprigiona il nuovo?

«Vede, nel mio ultimo romanzo, ho deciso di prendermi una «vacanza» dalla realtà che mi circonda, ho

scelto di giocare con la fantasia. Ho raccontato di una sofferta storia d'amore come paradigma di una sofferta ricerca interiore da parte del protagonista e ho ambientato la storia in India e Sudamerica. Rivendo questo diritto alla «fuga». Lo ritengo una salutare operazione di igiene mentale e spirituale. Al centro ci sono i singoli individui, uomini e donne con le loro passioni, i loro sogni, le loro debolezze, con la loro irripetibile unicità. Sullo sfondo non ci sono drammi storici o conflitti epocali o guerre di religione. Il giovane protagonista si comporta come fanno nella realtà tanti ragazzi e ragazze israeliani dopo aver terminato il servizio militare: concedersi una «fuga», scoprire nuovi mondi, vivere storie d'amore. Ma la «fuga» è un momento eccezionale, non può divenire regola di vita. Questo vale per il singolo individuo come per una comunità nazionale. Non è attraverso l'oblio che Israele potrà portare a compimento la ricerca di una più ricca e articolata identità. L'importante è rielaborare le tragedie che hanno segnato la no-

stra storia, soltanto così non ne rimarremo prigionieri. Ed è in questa rielaborazione che laici e religiosi non integralisti possono trovare un fertile terreno di confronto e di impegno comune».

In molti suoi scritti, Lei ha mostrato accenti fortemente critici nei confronti della Diaspora ebraica. Da cosa nasce questo atteggiamento così severo e in che modo questo rapporto dovrebbe evolversi?

«È vero: in passato sono stato molto critico nei confronti del modo morboso con cui la Diaspora si rapportava a Israele. Ma ultimamente le cose sono in parte cambiate in meglio».

Procediamo con ordine e iniziamo con le critiche. Su cosa si fondano?

«Dalla considerazione che la nascita dello Stato d'Israele rappresenta una svolta epocale nella storia del popolo ebraico. L'identità ebraica si secolarizza, inverandosi in uno Stato indipendente. Israele diviene il «rifugio» per tutti gli ebrei, il luogo in cui realizzare quel sogno di un Paese normale, cullato dai pionieri del sionismo. Ed è in questa ricerca di normalità che avrebbe dovuto risolversi il rapporto tra la Diaspora e Israele».

Insomma?

«Per troppo tempo la Diaspora ha «fotografato» una doppia separazione: quella con Israele, che aveva come contraltare un morbosissimo attaccamento allo Stato ebraico; e la separazione dalla realtà nazionale in cui le varie comunità ebraiche erano inserite. Questa doppia separazione mi appare ormai ingiustificata, anacronistica. Per fortuna, però, le cose stanno cambiando».

A cosa si riferisce in particolare?

«Sono reduce da un soggiorno di due mesi negli Stati Uniti, dove ho tenuto un corso di letteratura comparata all'Università di Chicago. Ho avuto modo di entrare in contatto con molti ebrei americani, rappresentanti della più influente comunità della Diaspora. Per la prima volta ho notato una profonda trasformazione del loro modo di vivere l'ebraismo, di sentirsi ebrei. Un modo più tranquillo, meno esasperato, più «normale», sfrondato cioè da una visione messianica di un popolo in perenne conflitto con il mondo circostante. Altro dato positivo: la dipendenza ebraica da Israele è in costante diminuzione: gli ebrei non proiettano più su Israele i loro sogni di grandezza, né si attendono da Israele imprese titaniche che esaltino il loro ebraismo. E così per la prima volta io, cittadino israeliano, «feroce» censore della Diaspora, ho provato un moto d'invidia per gli ebrei della Diaspora e per il modo «normale» con cui vivono l'ebraismo. Noi israeliani, ossessionati dall'invasione degli ultrareligiosi, dovremmo copiarli un po'».

Umberto De Giovannangeli

Vaticano

Premiato
il portavoce

Il portavoce vaticano Joaquim Navarro Valls riceverà domani a Napoli il premio «Comunicatore dell'anno», già attribuito in passato a Nicholas Negroponte del Mit, William Gibson e Jim Clark inventore del programma «Netscape». Il conferimento del Premio avrà luogo durante il «Summit della comunicazione 1997», organizzato da Telecom al Castel dell'Ovo.

Udienza papale

Il mercoledì
anticipata alle 9

Udienza anticipata per il Papa a causa del caldo. Da ieri e per tutta l'estate, l'appuntamento del mercoledì comincia alle nove anziché alle undici. Il cambiamento di programma ieri ha colto molti di sorpresa, esonerati tardi l'udienza.

San Paolo

Si torna a cercare
la sua tomba

Si riparla della ricerca della tomba dell'apostolo Paolo, sotto la basilica romana che ne porta il nome. Ma perché possano iniziare le ricerche sotto l'altare della basilica benedettina di S. Paolo fuori le mura è necessaria l'autorizzazione del Papa perché occorre rimuovere il cimitero di Arnolfo di Cambio.

Napoli

Itinerari di fede
offerta ai turisti

Ha suscitato particolare interesse un progetto elaborato nell'ambito del corso «Cultural Promoter», che consiste nella trasformazione di antichi itinerari devozionali nell'area vesuviana in percorsi turistici. L'iniziativa fa parte di un più ampio progetto - «Turismo culturale: creazione d'impresa e lavoro autonomo» - i cui risultati verranno presentati mercoledì 9 luglio, presso l'Unione Industriale di Napoli. I corsi hanno utilizzato finanziamenti europei e dell'imprenditoria giovanile.

Don Negri, Ci

Bravi i cristiani
alle crociate

«I cattolici devono essere grati a coloro che hanno fatto le crociate, se i cristiani non fossero morti a migliaia per avanzare l'avanzata dei turchi, la storia dell'intera Europa sarebbe stata diversa». Lo sostiene don Luigi Negri, braccio destro di don Giussani, fondatore di Comunione e Liberazione, nel libro «False accuse alla Chiesa» (ed. Piemme).

In un'intervista a «30 giorni», il cardinale loda il decentramento

Franz König: «La Chiesa non è un'azienda e il Papa, per fortuna, non è l'unico capo»

ROMA. «Nell'immagine che prevale nel mondo, la Chiesa è vista semplicemente come prodotto di una strategia elaborata dal Papa con i collaboratori della Curia. Ma non è questo che la Tradizione ha insegnato su Pietro e i suoi successori». Lo afferma il cardinale Franz König, 92 anni, già arcivescovo di Vienna, considerato uno dei grandi elettori del Pontefice, in un'intervista al mensile «30 giorni».

«Spesso sui media - prosegue il porporato - emerge soltanto l'aspetto umano, gerarchico, culturale della Chiesa: ma in quest'ottica, il Papa diventa soltanto il leader di un'organizzazione umana. C'è un fraintendimento anche sul principio dell'infalibilità: la Chiesa non ha mai detto che il successore di Pietro non possa far errori, ma ha detto che è il custode delle verità della Rivelazione e che quindi unicamente su di esse pronuncia sentenze definitive e irrimediabili. È una mistificazione, un'interpretazione senza fondamento, quella secondo cui il Papa

decide di testa sua ciò che gli altri dovrebbero soltanto eseguire».

König è intervenuto anche sul discusso tema dell'esercizio del primato petrino: «Il Papa - ammette - oggi porta un peso enorme. Ringraziamo il Signore che abbia ancora la forza di portarlo. Però non è che cambiando Pontefice si cambi la Chiesa. Questo è un altro aspetto dell'equivoco per cui si parla della Chiesa come di una società mondiale, dove si cambia il premier e subentra un altro sistema politico».

«Oltre al fatto che tutto questo parlare del prossimo conclave non mi sembra una cosa degna - sostiene il porporato - si dimentica che il primato è un servizio, che dipende dal fatto di essere vescovo di tutta la comunità di Roma. Anche Giovanni Paolo II, nelle prime pagine dell'enciclica «Ut unum sint», ha ricordato come Cristo stesso, nell'affidare a Pietro questa speciale missione nella Chiesa, gli ha fatto conoscere allo stesso tempo la sua debolezza umana e il suo bisogno di conversione».

Alla domanda se, di fronte al sovraccarico moderno del ministero petrino, ci sia il rischio di un livellamento della funzione episcopale, König risponde: «Contro l'eccesso di prescrizioni che oggi arrivano dal centro su ogni argomento, dico che ci vorrebbe un po' di decentramento, e in questo senso mi sembra che il cardinale Ratzinger abbia cambiato molte cose, con grande equilibrio e capacità di venire incontro ai problemi reali e difendere con efficacia i punti essenziali della fede».

Ma il vecchio cardinale non manca di osservare: «Ho l'impressione che non sia il Papa a ispirare veramente tante iniziative che pure vengono fatte passare come sue. Non può controllare tutto. Se c'è bisogno di una struttura centrale è soltanto come strumento del Papa. In ogni caso va sempre equilibrato con il decentramento. Anche Ratzinger ha giustamente ribadito che la responsabilità personale del vescovo va tutelata».

LO SPETTRO DELLA FAME MINACCIA LA COREA DEL NORD

Definizione, avvilimento, paura. È quanto può leggersi nei volti di questi bambini. In Corea del Nord ce ne sono già molti nelle loro stesse condizioni, e tanti altri seguiranno se non si interviene subito. Se non si porterà loro il cibo di cui hanno bisogno per continuare a vivere. Le stime parlano di 100.000 morti entro i prossimi quattro mesi.

In una lettera inviata ai parenti, un anziano nordcoreano scrive: «MI ANZIANI STANNO ASPETTANDO SENSIBILMENTE LA MORTE... MA ANCHE I PIÙ GIOVANI HANNO INIZIATO A CONTARLE I GIORNI CHE RIMANONO LORO DA VIVERE... INTANTO DALLE 11 IN COSÌ LA POSSO MANGIARE... IL MIO CORPO È COSÌ SOTTO CHE POSSO PERDERE IL PESO PER FARE QUESTA LETTERA».

Sostieni anche tu il Programma Alimentare Mondiale/World Food Programme, l'agenzia delle Nazioni Unite che sta aiutando la popolazione affamata della Corea del Nord.

AIUTACI A SFAMARLI!
PERCHÉ PRIMA DI TUTTO IL CIBO, POI TUTTO IL RESTO.

Inviad. 1 tuo contributo a: WFP/PAM c/c postale n. 89132005 intestato a WFP in Action oppure c/c bancario n. 490650/18/23 intestato a WFP in Action presso la Banca Commerciale Italiana