



RECENSIONE

Alberto Ventura, “*Lo Yoga dell’Islam*” (Edizioni Mediterranee, 2019)

Valentina Zecca

Ognuno profondamente radicato nella propria tradizione d’origine, i percorsi iniziatici dello yoga e della tradizione islamica non sono così distanti come si potrebbe pensare.

Lo Yoga dell’Islam descrive alcuni aspetti peculiari della Via Naqshbandi, una delle Vie del sufismo. Termine, quest’ultimo, che viene spesso interpretato come la dimensione mistica dell’Islam, ma che in realtà rimanda a una dimensione esoterica, che possiede quindi precisi elementi metodici e operativi legati a una rigorosa visione metafisica. La Naqshbandiyya è una Via (*tarīqa*) i cui inizi risalgono al XII secolo nella regione dell’Asia Centrale ma che prende questo nome, successivamente, da uno dei suoi maestri, Bahā’ al-dīn Naqshband (1318-1389) e si diffonde in India verso la fine del cinquecento, grazie allo Shaykh Aḥmad Sirhindī (1564-1624). In India si è mantenuta fino ai nostri giorni ma con l’impronta data dal riformatore indiano si è anche espansa, sostituendo le forme precedenti, in quasi tutta l’ecumene islamica, dal Sud Est asiatico ai Balcani.

La scelta della Naqshbandiyya è motivata dall’autore in base agli aspetti del percorso di realizzazione spirituale che «nel suo caso, evidenziano con particolare chiarezza il rapporto fra le operazioni iniziatiche e la dottrina che esse presuppongono» (p. 136).

Viene inoltre scelta per mettere in luce, attraverso l’esame dei suoi metodi, precise analogie con metodi iniziatici di altre tradizioni, in particolare lo Yoga. La prospettiva scelta dall’autore è quella di guardare agli elementi che risultano in sintonia con altre tradizioni a partire da una sostanziale unità di fondo delle dottrine e dei metodi tradizionali e da una «comune e profonda conoscenza della costituzione corporea, psichica e spirituale dell’essere umano» (p. 10). Infatti, come precisa l’autore nell’introduzione, non si tratta di analizzare le forme di



sincretismo che nell'arco della storia sono state generate dai contatti tra sufismo e induismo nella regione indiana, ma piuttosto di notare le corrispondenze e analogie che si riscontrano nelle diverse tecniche spirituali senza che si alteri in alcun modo lo spirito di fondo che le tiene ancorate al loro contesto di origine.

Si veda ad esempio, nel capitolo II e III, l'analisi della forma particolare che assume presso la Naqshbandiyya l'invocazione o menzione (*dhikr*) del Nome divino (o di una formula che lo contenga), pratica presente in tutte le molteplici vie Sufi e che è del tutto analoga a quella del *mantra* della tradizione indiana. Il ricordo di Dio o la menzione del suo nome, che sono raccomandati molte volte nel Corano, assumono nella sfera esoterica un valore preciso. Come afferma Ventura : «Non è solo questione di un generico tenere a mente l'esistenza di Dio, quanto piuttosto di invocare insistentemente il Nome, con un esercizio in tutto simile al *japa*, la ripetizione del *mantra* nel metodo dello Yoga» (p.24). Uno degli aspetti che caratterizza la Via Naqshbandi, è la preminenza attribuita alla pratica silenziosa su quella vocale. Alla completa concentrazione che elimina i pensieri dalla mente, il *dhikr* silenzioso aggiunge la qualità della continuità: essendo fatto con il cuore, e non con la lingua, può essere ripetuto in maniera perpetua e non essere interrotto dalle varie attività dell'esistenza umana. In questo modo dà accesso a una manifestazione durevole della divinità e a una intuizione del Principio «al di là di ogni possibile contaminazione, nella sua più assoluta e non-duale unità (*yogānagī* o *aḥadiyyat*)» (p. 47).

Una delle principali funzioni della pratica del *dhikr* è quella di favorire il controllo dei mutevoli flussi del pensiero e quindi permettere la concentrazione, un mezzo indispensabile in tutti i metodi iniziatici tradizionali, tra cui lo Yoga, ai fini della realizzazione spirituale. È altresì importante nel metodo Naqshbandi, così come nello Yoga, il controllo e la sospensione del respiro e un'attenta disciplina delle posizioni corporee. Diversi sono gli aspetti pratici del metodo Naqshbandi che vengono descritti nello libro, fornendo al lettore che non può avere accesso alle fonti originarie, un'idea del lato operativo del percorso iniziatico sufi che è quasi del tutto trascurata nelle analisi sul sufismo pubblicate dagli studiosi europei.

Ad esempio, vengono analizzate nel capitolo VI le tecniche di purificazione e di attivazione dei centri sottili del corpo umano, individuati dalla tradizione islamica sulla base della stretta relazione tra l'essere umano e l'ambiente della sua manifestazione, ossia l'analogia tra microcosmo e macrocosmo che è presente in tutte le dottrine tradizionali. *Chakra* nella tradizione indiana, *Latīfa* (*Latā'if*) nella tradizione esoterica islamica, si tratta della riproduzione nell'ordine individuale di principi di ordine puramente spirituale, che nel percorso iniziatico vengono



progressivamente purificati e attivati al fine di estinguere l'individualità e ascendere verso il Principio ultimo. Lo stesso scopo hanno le “contemplazioni” (sing. *murāqaba*), un altro aspetto operativo della Via Naqshbandi che viene analizzato nel dettaglio e attraverso fonti primarie in lingua persiana. Le contemplazioni, forme di concentrazione che hanno lo scopo di «chiudere l'accesso del santuario del cuore a qualsiasi forma di suggestione mentale, per lasciarvi entrare e farvi imprimere soltanto un'immagine divina» (p.100), hanno come unico supporto la semplice figura geometrica di un cerchio vuoto. Vi sono diversi tipi di contemplazione, in un percorso che, risalendo in senso inverso rispetto al processo della manifestazione, porta a intuire la Realtà o Essenza suprema al di là delle sue progressive determinazioni, e a realizzare l'identità con essa.

Terza pubblicazione in pochi anni, *Lo Yoga dell'Islam* si pone in continuità con le altre due ultime opere dello stesso autore. Più incentrato sul versante metafisico, l' *Esoterismo islamico*, pubblicato da Adelphi nel 2017, analizza il principio dell'assoluta unità dell'Essere, attraverso i cardini del pensiero esoterico islamico. Di un anno precedente, *Sapienza Sufi. Dottrine e simboli dell'esoterismo Islamico* (ed. Mediterranee), è una raccolta di saggi in cui Ventura esplora diversi aspetti della dottrina e del versante iniziatico del sufismo. In tutte e tre queste opere, l'autore dimostra non solo la sua ampia e profonda conoscenza del pensiero islamico (esoterico e non), ma anche una vasta e puntuale conoscenza di dottrine e metodi di tradizioni diverse (indiana, cinese, ebraica e cristiana), che egli riesce a mettere a confronto di volta in volta sugli aspetti più disparati.

Egli, inoltre, rende accessibile, anche a un pubblico di non specialisti, molteplici sfaccettature del pensiero e della spiritualità islamica che possono facilmente smontare l'immagine stereotipata e ridotta che si ha dell'Islam in Occidente. È curioso notare come, nonostante la forte attrazione che in questa epoca storica esercitano le tecniche spirituali orientali sull'Occidente, il percorso iniziatico Islamico sia rimasto quasi del tutto ignoto al pubblico occidentale. La ragione va individuata, secondo Ventura, nel linguaggio e nelle immagini e simboli utilizzati dal Sufismo. Troppo impregnati di elementi attinti dal Corano e dall'insegnamento del profeta Muḥammad, per risultare attraenti alla “spiritualità atea contemporanea” (p.15).



L'AUTORE

Valentina Zecca è dottore di ricerca in Storia dei Paesi Islamici, conseguito presso l'Università della Calabria nel 2015 con una tesi riguardante il fenomeno del comunitarismo confessionale nello Stato nazionale siriano. Collabora con l'Università della Calabria come insegnante di Arabo e referente del progetto Erasmus Plus ENABLE *Self-Learning for Arab speaking refugee children*.