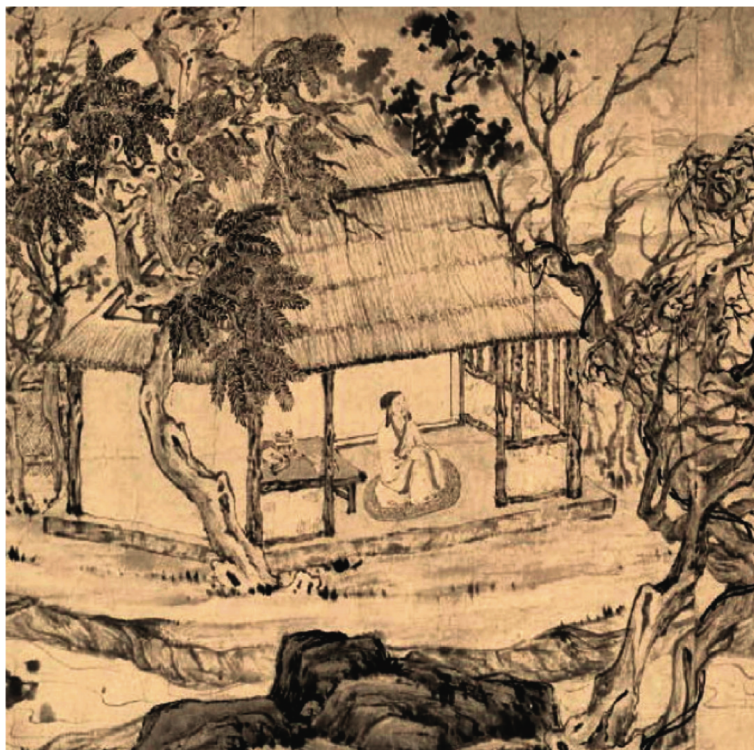


Anteprima

Fabrizio Pregadio

# La tradizione taoista



Golden Elixir Press

Questa anteprima contiene  
l'introduzione e le prime 4 pagine  
di ogni capitolo.

Visita la pagina web su questo libro  
nel sito di Golden Elixir Press

[https://www.goldenelixir.com/press/tao\\_04\\_tradizione\\_taoista.html](https://www.goldenelixir.com/press/tao_04_tradizione_taoista.html)

Fabrizio Pregadio

# La tradizione taoista

Golden Elixir Press

Pubblicato per la prima volta con il titolo  
“Il taoismo” in *Fili di seta: Introduzione  
al pensiero filosofico e religioso dell’Asia*, a cura  
di Donatella Rossi, pp. 277-400 (Roma:  
Casa Editrice Astrolabio-Ubaldini Editore, 2018)

Golden Elixir Press, Mountain View, CA  
[www.goldenelixir.com](http://www.goldenelixir.com)  
[press@goldenelixir.com](mailto:press@goldenelixir.com)

Questa edizione  
© 2024 Fabrizio Pregadio  
ISBN 978-0-9855475-3-0

## Sommario

### Introduzione, 1

- 1 Laozi, 5
  - Il *Daode jing* (Libro della Via e della sua Virtù), 6
  - Il Dao, 7
  - Il santo, 14
  - Il sovrano, 15
- 2 Zhuangzi, 19
  - ‘La conoscenza che non conosce’, 20
  - L’uomo realizzato, 23
  - Governo, etica, e coltivazione di sé, 25
  - Il *Zhuangzi* e la tradizione taoista, 26
- 3 Il periodo antico e la divinizzazione di Laozi, 29
  - Gli ‘sciamani’, 29
  - I ‘maestri dei metodi’, 30
  - Il taoismo Huang-Lao, 32
  - Messianismo, millenarismo, e la divinizzazione di Laozi, 34
- 4 Principali scuole e lignaggi, 37
  - Il Tianshi dao (Via dei Maestri Celesti), 37
  - La tradizione meridionale, 40
  - Lo Shangqing (Chiarezza Suprema), 43
  - Il Lingbao (Tesoro Sacro), 46
  - Le Tre Caverne e il Canone Taoista, 48
  - Il periodo Tang, 50
  - Nuovi lignaggi nel periodo Song, 52
  - Il Quanzhen (Realtà Completa), 53

- 5 Dao e cosmo, 57
  - Il Dao e le diecimila cose, 57
  - Essenza, Soffio, Spirito, 58
  - La cosmogonia, 59
  - La cosmologia, 61
  - Lo *Yijing* (Libro dei Mutamenti), 63
  - Principali emblemi cosmologici, 66
- 6 Cieli, divinità, e rituali, 75
  - I cieli taoisti, 77
  - Il pantheon, 79
  - La funzione della scrittura, 81
  - I rituali di Offerta e di Merito, 84
- 7 Soteriologia, 89
  - Terminologia, 89
  - La liberazione nel taoismo, 91
  - Gli immortali, 92
  - ‘Simulare la morte’, 95
  - ‘Liberazione dal corpo mortale’, 96
  - Ri-generazione in vita, 99
  - Salvezza dopo la morte, 101
- 8 La visione del corpo umano, 105
  - Corpo, forma, persona, 105
  - Modelli di ‘corpo simbolico’, 107
  - Macrocosmo e microcosmi, 110
  - Principali luoghi e componenti, 113
- 9 ‘Nutrire la vita’, 119
  - Etica e coltivazione di sé, 120
  - Pratiche principali, 121
  - La ‘respirazione embrionale’, 123
  - Critiche taoiste, 125
- 10 Meditazione e contemplazione, 127
  - Le divinità interiori, 127
  - L’Uno e i Tre-Uno, 134
  - ‘Passeggiare sulla Rete Celeste’, 135
  - Contemplazione e introspezione, 136

- 11 L'Alchimia Esterna, 141  
    La tradizione Taiqing (Grande Chiarezza), 141  
    Alchimia e cosmologia, 146  
    Metodi principali, 147  
    Il declino del Waidan, 149
- 12 L'Alchimia Interna, 151  
    La sintesi Neidan, 151  
    Principali lignaggi, 153  
    Natura (*xing*) ed Esistenza (*ming*), 154  
    L'*Immagine della Trama Interiore*, 155  
    I tre stadi, 158  
    L'alchimia e il 'non-fare', 161
- Opere citate, 165  
    Fonti, 165  
    Studi, 167
- Glossario, 183





## INTRODUZIONE

Non sembra esservi modo migliore di introdurre questo saggio che citare un brano scritto da uno dei principali studiosi occidentali della tradizione taoista:

E' ormai divenuto un dogma sinologico distinguere tra la cosiddetta scuola taoista (*daojia*), che si ritiene abbia prodotto i testi mistici classici [...] e la cosiddetta religione taoista (*daojiao*), che spesso si ritiene abbia avuto inizio nel periodo degli Han Posteriori [ovvero nel I-II secolo d.C.]. I successivi *Daozang* [Canoni Taoisti] non hanno mai fatto questa distinzione. Se si osserva come i testi conservati nel Canone del periodo Ming [pubblicato nel 1445] usano i termini *daojia* e *daojiao*, si nota che in pratica sono sinonimi e intercambiabili.<sup>1</sup>

I due termini menzionati in questo brano, *daojia* e *daojiao*, vengono solitamente tradotti (o meglio, interpretati) negli studi in lingue occidentali come 'filosofia taoista' e 'religione taoista', o come 'taoismo filosofico' e 'taoismo religioso'. Nessuno dei due termini è usato in questo senso nei testi taoisti: i testi non parlano né di filosofia né di religione, termini e concetti che neppure esistono nella lingua cinese premoderna. I testi parlano, invece, di ciò che chiamano 'la casa', 'la famiglia', o 'il lignaggio del Dao' (*daojia*, termini traducibili anche al plurale), e di ciò che chiamano 'gli insegnamenti del Dao' o 'sul Dao' (*daojiao*). I taoisti, che ovviamente hanno inteso questi termini nel loro senso letterale, li hanno visti come due definizioni legate l'una all'altra: non può esservi insegnamento (*jiao*) senza lignaggio (o linea di trasmissione, *jia*), e viceversa.

1. Kristofer Schipper, trad. da Schipper e Verellen, *The Taoist Canon: A Historical Companion to the Daozang*, 6.

Per quanto riguarda le definizioni occidentali, non è chiaro, in particolare, cosa il termine ‘taoismo religioso’ debba indicare: studiosi diversi potrebbero spiegare il suo significato in modi diversi. Se la religione deve comprendere l’intero taoismo tranne che il suo pensiero, questo probabilmente significa escludere dal taoismo le dottrine del *Daode jing* (Libro della Via e della sua Virtù; vedi il cap. 1), che i taoisti hanno visto come parte integrante — di fatto, come la fonte — della loro tradizione. Definire il taoismo trascurando queste dottrine sarebbe più o meno analogo a definire il cristianesimo trascurando intenzionalmente di prendere in considerazione il pensiero dei teologi, se non quello dei testi fondatori. Se invece la religione deve comprendere solo il rituale con il suo pantheon di divinità, da un lato, e le sue istituzioni sacerdotali e monastiche, dall’altro, in questo caso dal taoismo si escluderebbero la meditazione, l’alchimia, e in generale le pratiche individuali che i taoisti hanno visto come componenti fondamentali della loro tradizione.

Il taoismo è una tradizione complessa ed eterogenea come il buddhismo, l’Islam, l’ebraismo, e il cristianesimo. Le categorie occidentali moderne di filosofia e religione possono servire a comprenderne l’alterità,<sup>2</sup> interpretandone le diverse manifestazioni in base un quadro di riferimento generalmente condiviso da coloro che se ne servono. L’uso di queste categorie può però portare a considerare solo gli aspetti della tradizione che si adattano al quadro di riferimento prescelto, e che rientrano nei suoi termini e limiti. Questo comporta la creazione di distinzioni — tra cui quella, appunto, tra filosofia e religione — che non esistono all’interno della tradizione stessa. Nel caso peggiore, l’intera questione può semplicemente consistere nell’imposizione di un modello culturale su un altro.

Questo saggio tenta di prendere in considerazione sia le opinioni degli studiosi occidentali sul taoismo che le dottrine dei taoisti sulla propria tradizione. Anche se espone, in modo sintetico, il pensiero e la religione taoista, non fa alcuna distinzione

2. Seidel, *Il Taoismo, religione non ufficiale della Cina*, 25.

## INTRODUZIONE

fondamentale tra questi due aspetti, e soprattutto non dà più importanza all'uno o all'altro, proponendosi invece, nonostante i suoi limiti, di indicare ogni volta possibile lo stretto rapporto che li lega. Di conseguenza, si basa su una definizione il più ampia possibile del taoismo, che comprende sia quella che possiamo definire religione taoista (termine che dovrebbe sostituire l'espressione 'taoismo religioso') che quella che possiamo definire filosofia taoista o meglio ancora pensiero taoista (termine ben più appropriato di 'taoismo filosofico').<sup>3</sup>

3. Tra le ormai numerose opere generali sul taoismo, si può consigliare quella di Isabelle Robinet, *Taoism: Growth of a Religion*. Descrizioni più concise si trovano in Seidel, *Il Taoismo, religione non ufficiale della Cina*, Schipper, "The Story of the Way", e Bokenkamp, "Daoism: An Overview". Sulle tradizioni, le persone, le opere, e i termini tecnici principali vedi gli articoli in *Daoism Handbook*, a cura di Kohn, le voci in *The Encyclopedia of Taoism*, a cura di Pregadio, e i sommari dei testi in *The Taoist Canon*, a cura di Schipper e Verellen.



## LAOZI

E' praticamente impossibile identificare una scuola o un lignaggio nella storia del taoismo che neghi che l'intera tradizione, nelle forme in cui è stata trasmessa per circa due millenni e mezzo, deriva in primo luogo da Laozi e dall'opera che gli è attribuita, il *Daode jing* o *Libro della Via e della sua Virtù*.

Come vedremo, il taoismo non è evoluto esclusivamente in base a quest'opera, e neppure vi sono prove di continuità storica tra Laozi e il *Daode jing*, da un lato, e le diverse forme in cui il taoismo si è sviluppato, dall'altro. Altrettanto significativo è però il fatto che, in una dottrina tradizionale come il taoismo, la storia nel senso comune del termine può essere alterata a volontà per creare a una 'storia sacra' dell'insegnamento. Il punto più importante è stabilire ed esibire un legame tra un'esposizione integrale della dottrina — che i taoisti trovano nel *Daode jing* — e i particolari insegnamenti e pratiche delle singole scuole o lignaggi. A questo fine, per fare qualche esempio, si può affermare che una particolare 'Via' (*dao*) deriva da una rivelazione di Laozi, nel suo aspetto umano o in quello divino; oppure si può porre Laozi alle origini (o all'interno) della sua linea di trasmissione 'pre-storica'; oppure semplicemente si possono usare, nelle fonti testuali, frasi o termini chiave tratti dal *Daode jing*. In questi e in altri modi, Laozi e il *Daode jing* sono, per i taoisti, uno dei principali veicoli per dichiarare la loro identità in quanto taoisti.

Immediatamente dopo il *Daode jing*, la tradizione taoista pone il *Zhuangzi*, opera ritenuta uno dei capolavori della letteratura mondiale (vedi il cap. 2). Un terzo testo, il *Liezi*, è caduto in una sorta di limbo, soprattutto dopo che A.C. Graham ha dimostrato che parti del testo ricevuto non sono autentiche e risalgono al II secolo d.C. (invece del IV secolo a.C., come si riteneva in

precedenza).<sup>1</sup> Di recente, però, si è cercato di riabilitare quest'opera, anche a causa del fatto che il *Liezi* sembra contenere frammenti perduti del *Zhuangzi*.<sup>2</sup>

### *Il Daode jing (Libro della Via e della sua Virtù)*

Gli odierni studi in lingue occidentali sono pressoché unanimi nell'affermare che Laozi non è un personaggio storico. L'autore putativo del *Daode jing*, che era noto anche come Lao Dan e Li Er, e il cui nome significa Vecchio Maestro, può piuttosto essere visto come un'entità collettiva che rappresenta la tradizione — senza nome e, a quanto sappiamo, fondata sulla trasmissione orale — che si trova alla base del testo, e l'ideale di santità che il testo descrive.

Mentre l'autore e la sua opera sono tradizionalmente datati al VI secolo a.C., i manoscritti di Mawangdui e di Guodian (scoperti rispettivamente nel 1972 e nel 1993) sono serviti a stabilire che i primi esemplari a noi conosciuti del *Daode jing* circolavano a partire dalla seconda metà del IV secolo a.C.<sup>3</sup> Di solito, però, si ammette che il testo incorpora tradizioni orali di data precedente. Mentre questo rende pressoché impossibile una datazione precisa, suggerisce anche che probabilmente non vi è mai stato un esemplare 'originale' e completo del testo, che invece esisteva in versioni diverse sin quando, probabilmente verso la fine del III secolo a.C., venne compilato in una forma molto simile a quella che conosciamo oggi. Le principali versioni odierne, leggermente diverse tra loro, sono quelle che comprendono i commenti di Heshang gong (tradizionalmente datato al II secolo d.C., ma risalente ad almeno due secoli più tardi) e di Wang Bi (226-49).<sup>4</sup>

1. Graham, "The Date and Composition of *Liehtzyy*".

2. Barrett, "Reading the *Liezi*".

3. Le due versioni sono tradotte in Henricks, *Lao-Tzu: Te-Tao Ching*, Henricks, *Lao Tzu's Tao Te ching*.

4. Sul *Daode jing* vedi Chan, "The *Daode jing* and Its Tradition";

Il *Daode jing* discute tre temi principali: il Dao, il santo (o la persona realizzata), e il sovrano e il suo governo. Le prossime tre sezioni di questo capitolo riguardano questi temi.

## *Il Dao*

Diverse tradizioni cinesi parlano di un *dao*, o ‘via’, ma il *Daode jing* è la prima opera che usa questo termine per indicare il principio assoluto e l’origine dell’esistenza. Il principale enunciato a questo riguardo si trova nella prima sezione del *Daode jing*, che si apre affermando:

Un *dao* che può essere detto Dao  
non è il costante Dao;  
un nome che può essere nominato  
non è il costante nome. (*Daode jing*, sez. 1)<sup>5</sup>

I primi due versi si riferiscono alle molteplici ‘vie’ (*dao*) che esistono nel mondo; i secondi due versi, ai nomi usati per definire i molteplici oggetti e fenomeni. Nessuna di queste vie e nessuno di questi nomi, secondo il *Daode jing*, è “costante”: le vie ordinarie del mondo sono transitorie, e le parole comuni sono impermanenti quanto gli stessi oggetti e fenomeni cui si riferiscono. La conclusione tratta dal *Daode jing* è che la vera costante Via (Dao) non è una via, e il vero costante nome non è un nome. Il vero Dao non è un *dao*, e il vero nome non può essere nominato.<sup>6</sup>

I due versi successivi chiariscono che i precedenti enunciati si

Graham, *Disputers of the Tao*, 215-35; e Schwartz, “The Thought of the *Tao-te-ching*”. Sulla sua tradizione esegetica vedi Chan, *Two Visions of the Way*, e i due studi di Robinet, “Later Commentaries: Textual Polysemy and Syncretistic Interpretations” e “The Diverse Interpretations of the *Laozi*”.

5. I prossimi riferimenti al *Daode jing* in questo capitolo conterranno solo il numero di sezione.

6. Confronta il brano del *Zhuangzi* citato nel prossimo capitolo: “Chi può comprendere [...] il Dao che non è un *dao*?”.

riferiscono al Dao in quanto principio assoluto. Pur essendo in sé privo di nome, il Dao può ricevere un nome quando è visto come ciò che dà origine dell'esistenza:

Senza nome (*wuming*), è l'inizio di Cielo e Terra;  
 con un nome (*youming*), è la madre delle diecimila cose.  
 (Id.)

Da un lato, il Dao contiene in sé i principi attivo e passivo (“Cielo e Terra”) che danno origine a tutte le entità e i fenomeni del mondo; ma il Dao privo di nome — ovvero, l'assoluto — precede e va al di là anche di questa determinazione primaria. Dall'altro, le “diecimila cose” emergono quando il Dao le genera. Sotto questo aspetto, il Dao è chiamato la “madre” dell'esistenza; e solo sotto questo aspetto, al principio assoluto può essere dato un nome.

Pertanto, il *Daode jing* distingue due aspetti del Dao, uno dei quali è privo di nome mentre l'altro ha un nome. Tuttavia, la differenza tra questi due aspetti non riguarda il Dao in sé: nel Dao non può darsi alcuna distinzione, che si opporrebbe alla sua fondamentale assenza di determinazione. La differenza consiste solo nei due modi in cui il Dao può essere percepito:

Quindi se sei costantemente privo di desideri,  
 osservi le sue meraviglie;  
 se hai costantemente desideri,  
 osservi i suoi confini. (Id.)

In assenza di desiderio (o di intenzione, *yu*), si percepisce l'aspetto assoluto del Dao (le sue “meraviglie”, *miao*, termine che significa anche ‘sottigliezza’ o ‘sublimità’). Motivati da desiderio o da intenzione personale, si percepisce invece la molteplicità dell'esistenza, ovvero le diecimila cose e i limiti e i confini che esistono tra esse.

Non appena uno dei due aspetti del Dao — l'assoluto e la ‘madre’ — viene percepito, compare anche l'altro:



## ZHUANGZI

Zhuangzi, il cui nome era Zhuang Zhou, visse probabilmente tra il 370 e il 280 a.C. Secondo la sua biografia nello *Shiji* (Memorie dello Storico; cap. 63), la sua dottrina “deriva dalle parole di Laozi” e “illustra le arti di Laozi”. In realtà, Zhuangzi scrisse solo i cosiddetti Capitoli Interni (“Neipian”, 1-7) dell’opera omonima, che formano la prima delle sue tre parti principali. Le altre due parti, ovvero i Capitoli Esterni (“Waipian”, 8-22) e i Capitoli Misti (“Zapian”, 23-33), contengono scritti di altri gruppi di autori e riflettono diverse correnti di pensiero. In base a vari studi,<sup>1</sup> il contenuto di queste parti supplementari del *Zhuangzi* può essere sintetizzato come segue:

1. Capitoli ‘primitivisti’ (capp. 8-10, maggior parte del cap. 11, ultima parte del cap. 12, e maggior parte del cap. 16). Scritti da autori attivi intorno alla prima metà del II secolo a.C., influenzati dal pensiero politico e sociale del *Daode jing* (in particolare per quanto riguarda l’idea che il sovrano debba praticare la coltivazione di sé).
2. Capitoli ‘sincretisti’ (ultima parte del cap. 11, maggior parte del cap. 12, capp. 13-15, ultima parte del cap. 16, e cap. 33). Scritti da pensatori eclettici che condividono le loro opinioni con gli autori dei capitoli ‘primitivisti’, ma vi integrano idee politiche e sociali tratte da altre tradizioni antiche.

1. In particolare, Graham, *Disputers of the Tao*, 170-211; Mair, “The *Zhuangzi* and Its Impact”; Roth, “Zhuangzi”.

3. Capitoli scritti da autori appartenenti alla ‘scuola di Zhuangzi’ o da parte di ‘seguaci di Zhuangzi’ (17-22).<sup>2</sup> Contengono narrazioni simili a quelle dei Capitoli Interni, alcune delle quali hanno come protagonista lo stesso Zhuangzi. Va notato che, poiché contengono citazioni e termini tratti dal *Daode jing*, questi capitoli documentano l’esistenza una tradizione antica riflessa nel *Zhuangzi*, di cui non conosciamo il nome ma che comprendeva il *Daode jing* tra le sue fonti principali.
4. Capitoli ‘antologici’ (23-27 e 32). Consistono di diversi materiali, tra cui alcuni coerenti con il pensiero dei Capitoli Interni che potrebbero derivare dallo stesso Zhuangzi.
5. Capitoli scritti da seguaci del pensatore cosiddetto ‘edonista’ Yang Zhu (V secolo a.C.; 28-31). Probabilmente databili intorno al 200 a.C.

Un’edizione del *Zhuangzi* in 52 capitoli fu compilata nel periodo Han, forse presso la corte di Liu An (179?-122).<sup>3</sup> Più tardi, questa versione fu ulteriormente modificata e abbreviata nei 33 capitoli del testo attuale da parte di Guo Xiang (252?-312), il commentatore che creò anche la suddivisione in capitoli ‘interni’, ‘esterni’, e ‘misti’. Oltre a quello di Guo Xiang, il più importante commentario antico al *Zhuangzi* fu composto da Cheng Xuanying (fl. 631-50).

### *‘La conoscenza che non conosce’*

La visione del Dao da parte di Zhuangzi si accorda a quella di Laozi:

2. La definizione ‘scuola di Zhuangzi’ è usata da A.C. Graham. La definizione ‘seguaci di Zhuangzi’ è usata sia da Victor Mair che da Harold Roth.

3. Liu An era il re dello Huainan, sotto il cui patrocinio venne composto lo *Huainan zi*. Vedi il cap. 3.

## 2. ZHUANGZI

Il Dao ha la sua realtà e i suoi segni,<sup>4</sup> ma è privo di azione o di forma. E' possibile trasmetterlo, ma non è possibile riceverlo; è possibile ottenerlo, ma non è possibile vederlo. E' la fonte di sé stesso, la radice di sé stesso. Prima che Cielo e Terra esistessero c'era già, stabile sin dai tempi antichi. Ha dato spiritualità agli spiriti e all'Imperatore [Celeste], e ha dato nascita al Cielo e alla Terra.<sup>5</sup> Esiste al di là del Grande Polo (*taiji*), tuttavia lo non si può chiamare elevato; esiste al di qua del limite delle sei direzioni, tuttavia non lo si può chiamare profondo. E' nato prima del Cielo e della Terra, ma non si può dire che esista da molto tempo; precede il tempo più antico, ma non si può dire che sia vecchio.<sup>6</sup> (Cap. 6; Watson, *The Complete Works of Chuang-tzu*, 81)

Le espressioni “al di là del Grande Polo” e “al di qua del limite delle sei direzioni” si riferiscono all'assenza di spazio nel Dao; la frase “precede il tempo più antico”, all'assenza di tempo.

Tuttavia, in misura molto maggiore rispetto al *Daode jing*, Zhuangzi pone ripetutamente la questione di se e come il Dao possa essere conosciuto. Essendo il principio assoluto, il Dao non può essere reso un oggetto; quindi la sua conoscenza non può essere raggiunta attraverso il pensiero ordinario, che opera stabilendo distinzioni tra ‘sé e altro’, ‘questo e quello’, e simili

4. Zhuangzi usa qui lo stesso termine che compare nel brano del *Daode jing* (sez. 21) citato nel precedente capitolo: “Al suo interno vi è un segno”. Toshihiko Izutsu nota a proposito del senso del termine *xin* (‘segno’): “La Via (Dao) possiede una realtà in quanto *actus*, e presenta prove inconfondibili della propria esistenza negli effetti che produce” (Izutsu, *Sufism and Taoism*, 396 nota 54).

5. L'Imperatore Celeste (Di, o Shangdi, Imperatore Supremo) era la divinità suprema della religione cinese antica.

6. Questa e le successive citazioni dal *Zhuangzi* si basano sulla traduzione contenuta in Watson, *The Complete Works of Chuang-tzu*, con alcune leggere modifiche.

concetti relativi. Tanto meno la conoscenza del Dao può essere raggiunta attraverso valori etici come ‘bene e male’, ‘giusto e sbagliato’, o principi sociali quali la benevolenza (*ren*) e la giustizia (*yi*), propri del confucianesimo:

Dove si riconosce il giusto si deve riconoscere lo sbagliato; dove si riconosce lo sbagliato si deve riconoscere il giusto. Perciò il saggio non procede in questo modo, ma illumina tutto alla luce del Cielo. (Cap. 2; Watson, *The Complete Works of Chuang-tzu*, 40)

Zhuangzi mette in questione il valore di queste e simili categorie e la loro utilità come mezzo di conoscenza.<sup>7</sup> Più precisamente, sostiene che la conoscenza da esse fornita si basa su nomi e parole e dunque non è vera conoscenza, perché né nomi né parole possono condurre alla conoscenza del Dao:

Il grande Dao non ha nome; le grandi discriminazioni non sono espresse in parole. [...] Se il Dao viene reso chiaro, non è il Dao. Se le discriminazioni sono espresse in parole, non sono sufficienti. [...] Chi può comprendere le discriminazioni che non sono espresse in parole, e il Dao che non è un *dao*? (Cap. 2; Watson, 44-45)

Questo dimostra che Zhuangzi non è semplicemente un pensatore ‘scettico’, come è stato più volte affermato. Certamente Zhuangzi è scettico soprattutto per quanto riguarda la validità delle categorie del pensiero e della logica comuni in quanto mezzo di conoscenza, ma il suo fine è quello di dimostrare che vi è un altro modo di conoscere, purché la conoscenza accetti di rifiutare sé stessa, e dunque di trascendere sé stessa. In altri termini, lo scetticismo di Zhuangzi non intende dimostrare che il vero non può essere conosciuto; intende piuttosto dimostrare che il vero non può essere conosciuto attraverso l’uso del pensiero.

7. Su questo tema vedi Graham, *Disputers of the Tao*, 176-83, e Izutsu, *Sufism and Taoism*, 319-31.

## IL PERIODO ANTICO

### E LA DIVINIZZAZIONE DI LAOZI

Oltre agli insegnamenti del *Daode jing* e alla figura di Laozi, varie altre componenti hanno contribuito all'evoluzione del taoismo antico. Qui sarà possibile rilevare solo alcune tra le più importanti.

#### *Gli 'sciamani'*

Possiamo iniziare dall'esorcismo, un insieme di pratiche di natura diversa basate sulla credenza che malattie e disturbi di vario genere siano causati da entità malevole, tra cui spiriti ed esseri demoniaci. L'officiante che si fa carico di questi fenomeni è il *wu*, termine che denota un medium o guaritore, uomo o donna, ma viene spesso tradotto come 'sciamano'. Il *wu* è in grado di entrare in contatto con il regno delle creature demoniache e amministra rimedi adeguati — ad esempio talismani protettivi (*fu*) e medicine a base di erbe — a chi ne viene colpito. Mentre questi e simili metodi sono esistiti durante l'intera storia del taoismo, va notato che la tipica *trance* sciamanica non è mai stata parte delle pratiche taoiste.

Alcuni studiosi hanno suggerito che lo sciamanesimo è legato a un altro tema anch'esso incorporato in tradizioni taoiste di data più tarda: i cosiddetti 'viaggi in luoghi remoti' (*yuanyou*), ovvero verso le estremità del mondo o le regioni più lontane del cosmo.<sup>1</sup> La più nota descrizione di questi viaggi nella letteratura antica è la poesia intitolata "Yuanyou" (Viaggiare Lontano),

1. Vedi Kohn, *Early Chinese Mysticism*, 96-104.

attribuita a Qu Yuan (tardo IV secolo a.C.) ma forse risalente al II secolo a.C.<sup>2</sup> Nella sua opera, uno dei capolavori della poesia cinese, l'autore descrive un 'viaggio estatico' durante il quale visita le regioni più remote della terra, incontra esseri divini, ascende ai palazzi celesti, e infine entra nel mondo del Grande Inizio (*taichu*). Le tradizioni taoiste posteriori hanno usato l'immagine del 'viaggio in luoghi remoti' in diversi contesti: tecniche di respirazione per l'ingerimento delle pure energie (*qi*) emanate ai confini del cosmo; pratiche di meditazione che comprendono passeggiate sulle costellazioni celesti; e descrizioni di viaggi iniziatici verso le quattro direzioni del mondo compiuti da santi e immortali, che in questo modo trovano testi e ricevono insegnamenti da parte di esseri divini.

### *I 'maestri dei metodi'*

Oltre ai *wu*, un'altra categoria di praticanti dalle caratteristiche notevolmente diverse è definita con il termine generico di *fangshi*, solitamente reso con 'maestri dei metodi' o 'delle ricette'. Fra i loro campi di competenza vi erano varie arti cosmologiche ed esoteriche, come astronomia e astrologia; divinazione ed emerologia; medicina e tecniche di guarigione; alchimia; e pratiche di longevità tra cui quelle sessuali e respiratorie.<sup>3</sup> I *fangshi* operavano all'interno della società cinese, ma a partire dal IV secolo a.C. furono spesso invitati a risiedere a corte da parte di sovrani e imperatori.

Anche se condividevano parte del loro sistema di idee con i funzionari di corte confuciani, i *fangshi* si distinguevano da questi ultimi perché, nella felice definizione di Anna Seidel, possedevano "il *know-how*", ovvero la conoscenza di tecniche

2. La poesia è tradotta in Kroll, "On 'Far Roaming'".

3. Vedi Ngo, *Divination, magie et politique dans la Chine ancienne*, e DeWoskin, *Doctors, Diviners, and Magicians of Ancient China*.

### 3. IL PERIODO ANTICO E LA DIVINIZZAZIONE DI LAOZI

particolarmente apprezzate dai governanti.<sup>4</sup> In una prospettiva più ampia, va notato che diversi metodi originariamente legati ai *fangshi* vennero più tardi incorporati, con opportune modifiche, nelle pratiche taoiste. Con questa categoria di praticanti, siamo infatti vicini a quello che il taoismo sarebbe divenuto nei secoli successivi: come ha osservato John Lagerwey, non lo sciamano (con le sue estasi e le sue *trance*), ma il divinatore (che costruisce un mondo ‘razionale’ grazie a immagini ed emblemi che hanno precisi significati e funzioni) è il predecessore del maestro e del sacerdote taoista.<sup>5</sup>

A differenza di quelle dei *wu*, varie pratiche legate ai *fangshi* si basavano sul sistema cosmologico cinese, che prese forma tra il III e il II secolo a.C.<sup>6</sup> Gli aspetti principali di questo sistema saranno descritti nel cap. 5. Qui dobbiamo brevemente notare due punti. Primo, la cosmologia cinese non è legata ad alcuna particolare tradizione intellettuale o tecnica. La sua creazione può essere vista come il risultato di un impegno collettivo volto a elaborare un sistema completo e aperto ad applicazioni in un vasto numero di campi, con contributi sia da parte di specialisti di varie scienze tradizionali — soprattutto divinatori, astronomi, e medici — che da parte di pensatori di correnti diverse. Secondo, come ha osservato Isabelle Robinet, “a differenza di altre religioni, dobbiamo cercare la struttura fondamentale, l’unità, e la continuità del taoismo nel suo discorso cosmologico e non nel suo pantheon”.<sup>7</sup> Se da un lato il taoismo ha avuto diversi pantheon in luoghi e in tempi diversi (vedi il cap. 6), dall’altro le sue dottrine sul rapporto tra il Dao e il cosmo sono rimaste sostanzialmente immutate nel corso della sua storia, e queste dottrine

4. Seidel, “Imperial Treasures and Taoist Sacraments”, 294.

5. Lagerwey, “Écriture et corps divin”, 282-83.

6. Harper, “Warring States Natural Philosophy and Occult Thought”; Csikszentmihalyi, “Han Cosmology and Mantic Practices”; Kalinowski, “Technical Traditions in Ancient China and *Shushu* Culture in Chinese Religion”.

7. Robinet, *Taoism: Growth of a Religion*, 260.

sono state formulate soprattutto servendosi del comune sistema cosmologico cinese.

### *Il taoismo Huang-Lao*

Per quanto riguarda il taoismo propriamente detto, Huang-Lao dao (Via dell'Imperatore Giallo e di Laozi) è il nome con cui una parte della tradizione era conosciuta all'inizio del periodo Han (II secolo a.C.). I contorni di questa 'Via' non sono del tutto chiari, ma lo Huang-Lao dao sembra sostanzialmente equivalere al significato originario del termine *dao* (‘lignaggio del Dao’) così come lo definisce Sima Tan (fl. ca. 135 a.C.) nello *Shiji* (Memorie dello Storico):

I taoisti fanno sì che l'essenza (*jing*) e lo spirito (*shen*) dell'essere umano siano concentrati e unificati. Nel movimento si uniscono a ciò che non ha forma, nella quiete forniscono ciò che serve alle diecimila cose. [...] Si adeguano alle stagioni (*oppure*: “ai tempi”) e rispondono alle trasformazioni delle cose. Nello stabilire convenzioni e nel promulgare politiche, non fanno alcunché di inadeguato. I principi sono concisi e facili da comprendere; le politiche sono poche ma danno molti risultati. [...] Hanno metodi che non sono metodi: le loro attività dipendono dalle stagioni (*oppure*: “dai tempi”). Hanno limiti che non sono limiti: si adattano alle cose armonizzandosi con esse. (*Shiji*, cap. 130; trad. basata su Roth e Queen, “A Syncretist Perspective on the Six Schools”)

Secondo gli adepti dello Huang-Lao, Laozi era il maestro che aveva esposto i principi del governo nel *Daode jing*, e Huangdi (l'Imperatore Giallo, che i taoisti consideravano il primo degli imperatori mitici) era il sovrano che li aveva messi in pratica per la prima volta nel corso della storia umana. Difatti, Huangdi continuò a svolgere il ruolo del perfetto sovrano taoista anche in epoche successive: dopo avere ricevuto insegnamenti in varie



## PRINCIPALI SCUOLE E LIGNAGGI

Storicamente la tradizione taoista è consistita di diverse scuole, o meglio lignaggi, solitamente basati su uno o più testi fondamentali legati a uno o più esseri divini, tra cui lo stesso Laozi nel suo aspetto divinizzato. Nel complesso, questi lignaggi e questi corpus testuali hanno rappresentato la forma più alta, ma “non ufficiale”, della religione cinese.<sup>1</sup> Senza pretendere di presentare in questo modo una vera e propria storia del taoismo, questo capitolo è dedicato alle principali tradizioni taoiste.

### *Il Tianshi dao (Via dei Maestri Celesti)*

In una delle sue numerose trasformazioni, Laojun (il Signore Lao) apparve — nel 142 d.C., secondo la data tradizionale — a Zhang Daoling, e stabilì con lui l’Alleanza con le Potenze dell’Unità Ortodossa (*Zhengyi mengwei*). Zhang Daoling, che forse era un guaritore, fu nominato Maestro Celeste (*tianshi*), e a sua volta si impegnò a fondare una comunità che avrebbe seguito i principi del taoismo.

1. Come Anna Seidel mostra nella sua breve ma eccellente introduzione al taoismo, intitolata *Il Taoismo, religione non ufficiale della Cina*, nonostante la propria natura di religione cinese nativa, il taoismo ha sempre occupato una posizione subordinata rispetto ai culti imperiali (ovvero ‘ufficiali’) di ispirazione confuciana. Il motivo principale è che lasciare che i rituali di stato assumessero una forma taoista avrebbe significato concedere ai taoisti un ruolo ufficiale nell’amministrazione dell’impero. Il tipico funzionario confuciano dunque condannava o semplicemente ignorava le espressioni propriamente religiose del taoismo.

Era il primo anno dell'era Han'an (142 d.C.), e il periodo del ciclo era *renwu*; nel primo giorno della quinta luna il Vecchio Signore (*ovvero Laojun*) comparve a Zhang Daoling in una grotta del monte Quting nella Comanderia di Shu (*odierno Sichuan settentrionale*). [...] L'Altissimo disse: "Gli uomini del mondo non rispettano il vero e l'ortodosso, ma onorano solo i demoni pericolosi. Per questo ho preso il nome di Vecchio Signore Nuovamente Apparso". Poi investì Zhang come Maestro dei Tre Cieli, dell'Energia Una e Ortodossa della Pace della Grande Capitale Misteriosa, e gli rivelò la Via l'Alleanza con le Potenze dell'Unità Ortodossa. L'ordine del Vecchio Signore Nuovamente Apparso era di abolire le cose dall'era dei Sei Cieli [demoniaci] e di instaurare l'ortodossia dei Tre Cieli, di bandire il superficiale e il raffinato e di tornare al semplice e al vero. [...]

Il popolo non avrebbe più venerato gli dèi in modo disordinato e lascivo (*ovvero gli dèi e gli spiriti al di fuori dell'Alleanza*); le anime dei morti che venivano venerate non avrebbero ricevuto da bere né da mangiare; e i maestri non avrebbero ricevuto salario. (*Santian neijie jing*, cap. 1; trad. basata su Schipper, *Il corpo taoista*, 77)

Il terzo Maestro Celeste e pronipote di Zhang Daoling, Zhang Lu, creò e presiedette su una 'teocrazia' politicamente ed economicamente autonoma nello Hanzhong (parte dell'odierno Sichuan), suddivisa in 24 *zhi* o 'amministrazioni' (termine a volte reso come 'parrocchie' da studiosi che vedono analogie con la chiesa cristiana antica).

La storia del taoismo come religione ha inizio con questo movimento. Sin dalle origini, il Tianshi dao, o Via dei Maestri Celesti, si è proposto di fornire un modello esemplare e completo di organizzazione religiosa e sociale.<sup>2</sup> Per quanto riguarda l'a-

2. Vedi Hendrichske, "Early Daoist Movements"; Schipper, "Le pact de pureté du taoïsme"; e Kleeman, *Celestial Masters*.

#### 4. PRINCIPALI SCUOLE E LIGNAGGI

spetto religioso, culti e riti della Via dei Maestri Celesti — come quelli dell'intera tradizione taoista più tarda — intendevano distinguersi da quelli della religione comune, definiti nel taoismo come 'culti licenziosi' o 'illeciti' (*yinsi*). Nella sua opposizione a quei culti, la Via dei Maestri Celesti utilizzò una stretta regolamentazione delle pratiche religiose, basata su un rapporto burocratico con le divinità e sull'uso di documenti scritti — redatti da officianti taoisti — per comunicare con esse. Per quanto riguarda l'aspetto sociale, al di sotto del Maestro Celeste vi erano i 'libatori' (*jijiu*), i cui compiti consistevano tra l'altro nell'educare la gente ai principi taoisti, nel dirigere le assemblee celebrate dalla comunità tre volte all'anno, nel raccogliere i contributi in riso, e nel far sì che gli 'alloggi di carità' (*yishe*) risultassero disponibili a chi ne avesse avuto bisogno.<sup>3</sup> La popolazione era organizzata e governata in base a 'registri' (*lu*), che esistevano in due forme: registri di famiglia, per nascite, matrimoni e morti; e registri individuali, che conferivano un rango nelle burocrazie sociali e celesti, ed elencavano gli spiriti sotto il comando di ogni persona, il cui numero aumentava a seconda dell'età.<sup>4</sup>

Nel periodo più antico, i riti di guarigione erano una delle pratiche principali della Via dei Maestri Celesti. E' importante notare che le malattie non erano viste come provocate da influenze demoniache (come nell'esorcismo) o dallo squilibrio di forze cosmiche (come nella medicina cinese tradizionale), ma da colpe morali. Durante il rito di guarigione, un officiante presentava una petizione — segnalando la colpa, la confessione, il pentimento, e la richiesta di aiuto del malato — ai Funzionari di Cielo, Terra, e Acqua, le tre principali divinità del Tianshi dao antico. L'accento posto sull'etica e la morale è anche la caratteristica più evidente nel testo più noto di questa tradizione, un commentario al *Daode jing* oggi conservato solo in parte.<sup>5</sup> Sulla base del testo e del

3. Kleeman, *Celestial Masters*, 385-87 e 56-57.

4. Kleeman, *Celestial Masters*, 274-82.

5. Bokenkamp, *Early Daoist Scriptures*, 29-148.

commentario, la tradizione taoista posteriore ha stabilito una celebre lista di nove precetti etici fondamentali:

(1) Pratica il non-fare (*wuwei*). (2) Pratica l'essere arrendevole e debole. (3) Pratica il custodire il femminile e il non fare mai la prima mossa. Queste sono le tre pratiche superiori. (4) Pratica l'essere senza nome. (5) Pratica l'essere puro e tranquillo. (6) Pratica il fare solo il bene. Queste sono le tre pratiche intermedie. (7) Pratica il non avere desideri. (8) Pratica il sapere quando fermarsi. (9) Pratica l'essere cedevole e il ritirarsi. Queste sono le tre pratiche inferiori.<sup>6</sup>

La diaspora che fece seguito alla fine della dinastia Han (220 d.C.) ebbe il risultato di diffondere la religione dei Maestri Celesti in tutta la Cina. Sotto il nome di Via dell'Unità Ortodossa (*Zhengyi dao*), la Via dei Maestri Celesti è ancora oggi uno dei due rami principali del taoismo, che si fa carico delle principali forme del rituale comunitario.<sup>7</sup>

### *La tradizione meridionale*

Dopo il periodo dei Tre Regni (220-80 d.C.), la Cina fu riunificata dalla dinastia Jin. L'unificazione durò però solo pochi decenni. Le migrazioni verso sud che seguirono la conquista della capitale Luoyang da parte delle etnie Xiongnu nel 311 coinvolsero non solo i membri della corte e dell'aristocrazia, ma anche rappresentanti del Tianshi dao. Di conseguenza, la religione dei Maestri Celesti raggiunse il Jiangnan, la regione a sud del basso corso del fiume Yangzi, venendo per la prima volta in contatto con le

6. Vedi Bokenkamp, *Early Daoist Scriptures*, 49; Kleeman, *Celestial Masters*, 91-92. Per un'altra lista contenente 27 precetti, vedi Kleeman, *id.*, 92-94.

7. L'altro ramo principale è il Quanzhen, sul quale vedi l'ultima sezione di questo capitolo.

## DAO E COSMO

Questo e i prossimi tre capitoli sono dedicati a temi che riguardano il taoismo nel suo complesso: il rapporto tra Dao e cosmo; le divinità e i rituali; la soteriologia; e la visione del corpo umano. In modi e misure diversi, questi quattro temi fanno parte delle dottrine e pratiche di ogni scuola e lignaggio taoista, e in molti casi ne sono alla base.

### *Il Dao e le diecimila cose*

Che si rivolga alla comunità oppure all'individuo, il taoismo intende fornire vie e metodi per 'tornare al Dao' (*fandao*, *huandao*). Discutere i punti principali della dottrina prima di trattare il loro tema specifico è — insieme ai riferimenti diretti o indiretti a Laozi e al *Daode jing* — uno dei modi principali utilizzati nei testi taoisti per dichiarare il loro legame al taoismo.

Nella visione taoista, il Dao è sia il Senza Polo (o l'Illimitato, *wuji*) che il Grande Polo (*taiji*).<sup>1</sup> Nel primo senso, il Dao è l'infinito e l'assoluto, ed è di per sé privo di definizione, determinazione, forma, nome, attributi, e qualità. Proprio per questo, può contenere tutte le definizioni, determinazioni, forme, ecc., nessuna delle quali può esistere al di fuori di esso (o ne causerebbe un limite). Dal punto di vista delle 'diecimila cose' (*wanwu*, gli oggetti che esistono e i fenomeni che si verificano nel mondo manifesto), tutto ciò che si può dire è che esse sono generate dal Dao, ma il Dao non si identifica con alcuna di esse, o sarebbe

1. La parola *ji* indica in origine l'asse orizzontale lungo il quale culmina il tetto di una casa, da cui il senso di 'polo', ovvero l'estremità e il limite di qualcosa e, in un'asse verticale, il suo punto più alto.

condizionato dalla loro individualità, forma, discontinuità e transitorietà. Quando, nel secondo senso, è inteso come Grande Polo, il Dao viene invece visto come principio supremo di Unità. Questa Unità, o Unicità, è intesa come unità trascendente al di là della molteplicità (1 in quanto contenente tutti i numeri, ma non di per sé un numero) e allo stesso tempo come origine della molteplicità (1 in quanto primo numero). Il Grande Polo è spesso definito Yang Puro (*chunyang*), dove lo Yang non è il principio opposto allo Yin, ma lo stato in cui Yin e Yang sono congiunti.<sup>2</sup>

Come abbiamo visto (cap. 1), nel *Daode jing* questi due aspetti del Dao corrispondono al Dao come ‘assoluto’ e come ‘madre’. I due principali stadi ontologici e cosmogonici, rispettivamente precedente e posteriore alla *creatio continua* del cosmo, sono spesso definiti *xiantian* o preceleste (‘anteriore al Cielo’) e *houtian* o postceleste (‘posteriore al Cielo’). Per tutti questi e altri aspetti duali che si possono distinguere riguardo al Dao, è valido l’assunto del *Daode jing* (sez. 1) citato sopra: “Questi due emergono insieme ma hanno nomi diversi”.

### *Essenza, Soffio, Spirito*

Nella sua automanifestazione, il Dao genera i tre componenti principali del cosmo e dell’essere umano. Collettivamente chiamati ‘tre tesori’ (*sambao*), questi componenti sono il *jing* o essenza, il *qi* o soffio, e lo *shen* o spirito. Ognuno di essi ha due aspetti, legati alla loro natura precosmica o ‘preceleste’ e alla loro forma manifesta o ‘postceleste’.<sup>3</sup>

2. L’Unità viene designata come Yang Puro perché nella rappresentazione di un processo creativo — in questo caso, del processo della creazione in sé — vi è bisogno di un ‘impulso iniziale’, un movimento che è la natura stessa dello Yang.

3. Le definizioni e le traduzioni dei termini *jing*, *qi*, e *shen* sono complesse. In particolare, *qi* viene reso anche come ‘pneuma’, ‘vapore’, ‘energia’, e in altri modi. Anche se ‘soffio’ e ‘respiro’ comprendono solo

## 5. DAO E COSMO

Nei loro aspetti precosmici, *shen*, *qi*, e *jing* rappresentano (in questo ordine) tre fasi consecutive nel processo della generazione del cosmo, dallo stato iniziale di Non-Essere e di Vuoto (*wu*, *xu*) sino alla coagulazione dell'essenza che dà nascita alle 'diecimila cose'. Lo *shen* è il principio che presiede alle entità non materiali (tra cui le divinità, anch'esse chiamate *shen*, 'spiriti'); il *qi* è il principio che mantiene il cosmo in esistenza in tutta la sua estensione e durata; e il *jing* è il principio che presiede alle entità materiali. Quando sono intesi in questi aspetti, i termini *jing*, *qi*, e *shen* sono spesso preceduti dalla parola *yuan*, 'originale' (ovvero *yuanjing*, *yuanqi*, *yuanshen*). In alcuni casi, inoltre, il Soffio Originale (*yuanqi*) è visto anche come principio superiore e precedente all'emergere di essenza, soffio e spirito; in questo caso, il Soffio Originale viene anche chiamato Soffio Ancestrale (*zuqi*), ed è considerato equivalente allo stesso Dao.

Nel mondo manifesto i tre componenti assumono aspetti diversi. Per quanto riguarda l'essere umano, lo *shen* emerge come mente (lo 'spirito conoscitivo', *shishen*, o 'spirito pensante', *sishen*); il *qi* appare come respiro; e le principali materializzazioni del *jing* sono — insieme ad altri componenti liquidi del corpo, come la saliva e lacrime — il seme negli uomini e il sangue mestruale nelle donne.

### *La cosmogonia*

Per spiegare il rapporto tra Dao e cosmo, il *Daode jing* descrive una sequenza di fasi, che corrispondono ad altrettanti stati assunti dal Dao: il Dao stesso, l'Unità, la dualità (Yin e Yang), e infine la molteplicità. Come abbiamo visto, il *Daode jing* esprime questo concetto nel famoso detto, "Il Dao genera l'Uno; l'Uno genera i Due, i Due generano i Tre, i Tre generano le diecimila

alcuni sensi del termine *qi*, queste traduzioni offrono il vantaggio di rendere con lo stesso termine il *qi* del Dao e il *qi* dell'essere umano, che si manifesta primariamente nella respirazione.

cose” (sez. 42). Questa sequenza di base viene sempre rispettata, anche se altri testi o altri autori possono aggiungere fasi intermedie oppure escluderle (come fa il *Zhuangzi*, cap. 23: “Le diecimila cose emergono dal Non-Essere”). E’ evidente che questa ontologia ha senso solo da un punto di vista relativo: nel Dao non vi sono spazio e tempo e dunque non vi sono le condizioni per l’esistenza di stati che si succedano l’uno all’altro. La disposizione verticale dei vari stati serve però a illustrare il processo di discesa dal Dao al cosmo, e implica inoltre — e spesso delinea in modo esplicito — un corrispondente processo di ascesa dal cosmo al Dao, da svolgere mediante il supporto di pratiche adeguate.

Quando questa disposizione gerarchica viene rappresentata come una sequenza temporale, il discorso si sposta dall’ontologia alla cosmogonia, che nel pensiero cinese sono d’altronde strettamente legate l’una all’altra. Nel corso della sua storia, il taoismo ha elaborato diverse narrazioni figurate del processo di creazione del cosmo.<sup>4</sup> Molte di queste narrazioni si servono del concetto di *hundun*, un termine solitamente reso come ‘caos’ o ‘incoato’, nel senso di qualcosa che è appena iniziato a essere, ma già contiene tutto ciò che gradualmente evolve da esso, e da cui infine emerge il cosmo (cf. *Daode jing*, sez. 25: “Vi è qualcosa di incoato eppure compiuto, nato prima del Cielo e della Terra”). In un celebre brano del *Zhuangzi*, questo stato iniziale è rappresentato da un imperatore chiamato Hundun che regnava “sul Centro”. Poiché il suo corpo non aveva aperture, gli imperatori del Nord e del Sud decisero di dargli un aspetto simile a quello di un essere umano, aprendogli occhi, orecchie, narici, e bocca. “Ogni giorno fecero un’apertura, e il settimo giorno Hundun morì” (cap. 7; vedi Watson, *The Complete Works of Chuang-tzu*: 97). Come ha mostrato Norman Girardot, questa storia attribuisce la causa della morte di Hundun, e il passaggio dal caos al cosmo, non solo all’emergere della dualità — gli imperatori del Nord e del Sud — ma anche alla creazione delle istituzioni

4. Vedi Robinet, “Genèses: Au début, il n’y a pas d’avant”.



## CIELI, DIVINITA', E RITUALI

In Cina, i confini tra taoismo, buddhismo, e religione comune sono molto meno marcati rispetto a quanto avviene nelle religioni monoteiste. A seconda delle esigenze e delle circostanze individuali, un laico può dedicare culti e rivolgere preghiere e petizioni indifferentemente a divinità taoiste, buddhiste, o popolari. Dal suo punto di vista, queste divinità fanno parte del pantheon degli 'esseri divini', e questo pantheon è unico.<sup>1</sup>

Se da un lato questo ha posto il taoismo in stretto contatto con la religione comune, dall'altro è stato anche causa di un rapporto controverso. Il taoismo intende intraprendere — nella maggior parte dei casi, va detto, senza successo — il duplice compito ideale di avvicinare la gente comune alle divinità che rappresentano il Dao, e allo stesso tempo di rispondere alle sue più immediate esigenze religiose. Di conseguenza, come ha osservato Peter Nickerson, "i taoisti, proprio perché si basavano su tradizioni di pratica che affermavano di aver superato, erano costretti a tentare di distinguersi dai loro predecessori e dai loro concorrenti popolari".<sup>2</sup> Una delle opzioni era quella di demonizzare gli dèi della religione comune:<sup>3</sup> nel corso della sua storia, il taoismo ha proibito culti rivolti a spiriti e a divinità minori, esattamente come ha proscritto l'agopuntura (la guarigione

1. 'Religione comune' è un termine più appropriato rispetto a 'religione popolare', se con quest'ultimo termine si intendono solo le credenze e i culti delle classi sociali meno elevate. Di fatto, le classi superiori (persino, come è stato dimostrato, la famiglia dell'imperatore) condividevano spesso le stesse credenze e gli stessi culti.

2. Trad. da Nickerson, "Taoism and Popular Religion", 148.

3. Mollier, "Visions of Evil: Demonology and Orthodoxy in Early Daoism".

doveva avvenire attraverso la confessione dei peccati o attraverso altri mezzi rituali sotto il controllo di un officiante taoista) e la divinazione (compiuta da specialisti laici che non appartenevano a scuole o lignaggi taoisti).<sup>4</sup> Ciò nonostante, molti esempi dimostrano che si usava anche il procedimento opposto, ovvero l'integrazione di tali culti e pratiche: per citare ancora Nickerson, “già all'inizio del periodo medioevale, il taoismo comprendeva tra i suoi riti diverse pratiche proibite, e gli stessi culti popolari iniziavano a servirsi di sacerdoti taoisti”.<sup>5</sup>

Uno dei motivi alla base di questi atteggiamenti divergenti — o se si preferisce, contraddittori — può essere l'intento di mettere a profitto la popolarità di certi culti e la richiesta di servizi religiosi di base. Un altro motivo può essere l'intento di non rendersi alieni alla gente comune e di rendere tributo alle tradizioni religiose locali. Un terzo motivo, che in parte combina i due precedenti, può essere quello di fornire il necessario sostegno alle proprie attività e a quelle del tempio. In tutti questi casi, il taoismo ha incorporato alcune pratiche della religione comune nei suoi riti e ha accettato varie divinità della religione comune nel suo pantheon. Tuttavia, il fine dichiarato del taoismo è sempre rimasto quello di ‘trasformare’ (*hua*) la gente comune, un termine che in questo contesto significa educarla a venerare le divinità che impersonano il Dao, invece di affidarsi a culti rivolti a spiriti e a divinità minori, e soprattutto a riti eseguiti da altri officianti — in particolare, il medium o lo ‘sciamano’. Abbiamo già accennato (cap. 3) al fatto che il taoismo definisce tali culti e riti ‘vulgari’ (o ‘profani’, *su*) ed ‘eccessivi’ (o ‘illeciti’, *yin*), e li ha condannati nel corso della sua intera storia.<sup>6</sup> Come è stato notato, il principale concorrente del sacerdote taoista all'interno delle comunità

4. Per l'esempio più noto, vedi Nickerson, “Abridged Codes of Master Lu for the Daoist Community”.

5. Nickerson, “Taoism and Popular Religion”; vedi anche Stein, “Religious Taoism and Popular Religion from the Second to Seventh Centuries”; Lagerwey, *Taoist Ritual in Chinese Society and History*, 241-52.

6. Kleeman, “Licentious Cults and Bloody Victuals”.

## 6. CIELI, DIVINITÀ, E RITUALI

locali, sia nel passato che nel presente, non è il monaco buddhista o il funzionario confuciano, ma il praticante di ‘arti sciamaniche’ che opera entrando in contatto con il mondo degli spiriti.<sup>7</sup>

### *I cieli taoisti*

Insieme al rituale, di cui parleremo più avanti in questo capitolo, uno dei principali elementi che distingue il taoismo dalla religione comune è la rappresentazione dell’ambito celeste. Nel corso della sua storia, il taoismo ha rappresentato questo ambito sotto forma di molteplici sistemi di cieli, solitamente disposti in modo gerarchico. In diversi casi, questi cieli non sono solo residenze di divinità, ma sono anche legati alla rivelazione di insegnamenti e di corpus testuali, e corrispondono inoltre a gradi di ordinazione sacerdotale e a stati spirituali interiori. L’esistenza di questi molteplici sistemi riflette lo sviluppo della religione taoista: varie tradizioni hanno creato un proprio sistema per dimostrare che i rispettivi metodi derivano da un ambito celeste più elevato rispetto a quelli di tradizioni precedenti, e quindi sono più efficaci e concedono l’accesso a uno stato spirituale superiore.

La religione e il pensiero antico fanno riferimento a un unico Cielo (*tian*), visto come la residenza di Shangdi (l’Imperatore Supremo) oppure considerato esso stesso come un’entità divina. Intorno al II secolo a.C. ha origine l’idea dei Nove Cieli (*jiutian*), visti come nove settori orizzontali dello spazio, corrispondenti al centro e alle otto direzioni e complementari ai Nove Continenti (*jiuzhou*) terrestri. Alcuni testi taoisti ereditano questa visione; più spesso, però, i Nove Cieli sono rappresentati nel taoismo in una disposizione verticale (ovvero gerarchica), e ognuno di essi è visto come uno stadio nel processo di differenziazione del Soffio Originale (*yuanqi*) del Dao allorché esso dà alla luce il cosmo. In

7. Seidel, *Il Taoismo, religione non ufficiale della Cina*, 74-75; vedi anche Lagerwey, *Taoist Ritual*, 216-18, che descrive un episodio emblematico.

altri casi, i Nove Cieli sono generati dai soffi delle Tre Chiarezze (Shangqing), le principali divinità taoiste. Le tre divinità producono dapprima i soffi detti ‘misterioso’ (*xuan*), ‘originale’ (*yuán*), e ‘iniziale’ (*shì*); poi ciascun soffio si divide in tre. In questo modo, dunque, i Nove Cieli costituiscono un’ulteriore suddivisione dei cieli delle Tre Chiarezze.

L’idea dei Nove Cieli continuò a esistere durante le Sei Dinastie, ma in una configurazione diversa, legata soprattutto alla Via dei Maestri Celesti. Tre dei nove cieli sono le residenze delle Tre Chiarezze; gli altri sei sono associati con entità demoniache e sono i regni della morte, che si trova nel nord, la direzione che nella cosmologia cinese è associata con il principio Yin e quindi con il numero 6 (vedi tavola 1).

Nuove rappresentazioni dell’ambito celeste emersero dopo le rivelazioni Shangqing e Lingbao. I trentadue cieli del Lingbao sono disposti orizzontalmente, con ogni cielo che occupa un settore di un cerchio. Al loro centro vi è il Grande Velo (Daluo), il cielo supremo. La lingua parlata in queste sfere si basa su suoni rappresentati per iscritto da una sorta di pseudo-sanscrito, chiamato Lingua Segreta del Grande Brahmā.<sup>8</sup> I trentasei cieli dello Shangqing, invece, sono disposti verticalmente. Questo sistema fu creato dopo il modello Lingbao e si basa in parte su esso. In una delle molteplici liste, il cielo supremo è ancora una volta il Grande Velo. Al di sotto si trovano i cieli delle Tre Chiarezze, seguiti dai quattro cieli del ‘popolo-seme’ (*zhongmin*, che sopravvive alla fine del presente ciclo cosmico). Più in basso, rivelando una chiara influenza del buddhismo, si trovano i quattro cieli dell’Assenza di Forma, i diciotto cieli della Forma, e i sei cieli del Desiderio.

Come già detto (cap. 4), le Tre Chiarezze riflettono la sistematizzazione delle tradizioni taoiste dopo le rivelazioni Shangqing e Lingbao. Il termine Tre Chiarezze definisce in generale sia le tre divinità supreme che i cieli in cui risiedono. Anche se questo rimase il modello taoista classico degli ambiti celesti, fu modifi-

8. Bokenkamp, *Early Daoist Scriptures*, 385-89.

## SOTERIOLOGIA

Raggiungere la longevità (*changsheng, shou*) o ottenere l'immortalità (*busi*, ecc.) è il fine dichiarato di pratiche legate a molte tradizioni taoiste, e questi e simili termini sono tra i più frequenti nei rispettivi testi. Entrambi i concetti, inoltre, fanno parte delle descrizioni dello stato di santità o di realizzazione.

In generale, la liberazione è rappresentata nel taoismo secondo due modelli principali: l'«unione con il Dao» (*hedao* e termini simili) e l'incorporazione nella burocrazia celeste (non come divinità, ma come funzionario di quella burocrazia). La più alta forma di liberazione è spesso descritta come «ascendere al Cielo» (*shengtian*), raggiungere l'«immortalità celeste» (*tianxian*), o in termini analoghi. Il concetto generale di immortalità, però, è stato interpretato in modi diversi a seconda delle prospettive dei diversi lignaggi, testi e autori. Il tema è così vasto e complesso che sarà possibile presentare solo alcuni dei suoi aspetti.

### *Terminologia*

Per «soteriologia» si intendono qui in modo generale gli insegnamenti sulla trascendenza (*du*, lett. «oltrepassare, andare al di là»; *chaofan rusheng*, lett. «trascendere l'ordinario ed entrare nella santità»; ecc.) e la liberazione (*jie*), e sugli stati di santità e di realizzazione. Prima di avvicinarci a questo tema, è opportuno esaminare alcuni punti che riguardano la soteriologia taoista nel complesso, e in particolare la sua terminologia.

I termini taoisti che si riferiscono alla santità e alla realizzazione comprendono *shengren* (santo o saggio); *shenren* (uomo divino o «uomo di spirito»); *zhenren* (uomo realizzato, uomo vero, uomo perfetto); *xianren* (immortale, trascendente); e *zhiren*

(uomo compiuto).<sup>1</sup> Questi termini sono spesso usati come sinonimi uno dell'altro, e anche quando si descrivono gerarchie di santità o di realizzazione, la terminologia è lungi dall'essere coerente. In generale, però, si ritiene che lo *shengren* (santo o saggio) e lo *shenren* (uomo divino) possiedano il loro stato sin dalla nascita; si noti, in particolare, che *shengren* è il termine con cui si descrive l'essere pienamente realizzato nel *Daode jing*. La condizione di uomo realizzato (o 'vero', *zhenren*), può invece sia essere innata che derivare dal compimento di pratiche taoiste.<sup>2</sup>

Il più generale dei termini menzionati sopra è *xianren*, solitamente reso come 'immortale' o 'trascendente', anche se nessuna delle due è una vera e propria traduzione. I dizionari di Chinese Classico definiscono *xian* (僊, una forma antica del carattere di uso comune, ovvero 仙) come verbo che significa 'alzarsi in volo agitando le maniche' (ovvero le braccia) in modo simile a un paio di ali.<sup>3</sup> Questa definizione corrisponde alle prime rappresentazioni grafiche degli 'uomini alati' (*yuren*), che sono i progenitori degli immortali in quanto esseri in grado di ascendere al cielo, ed è legata al tema antico dell'"uomo-uccello" (*renniao*), intermedio e messaggero tra cielo e terra.<sup>4</sup>

Tra diverse altre, una descrizione dei gradi di trascendenza che è divenuta classica nel taoismo si trova nel *Baopu zi* (Il Maestro che Abbraccia la Natura Spontanea; cap. 2), risalente al 320 circa. Qui Ge Hong menziona tre gradi, chiamati 'immortalità celeste' (*tianxian*), in cui al termine della vita si ascende direttamente al cielo; 'immortalità terrena' (*dixian*), in cui si continua a risiedere sulle montagne; e 'immortalità attraverso la liberazione

1. La parola *ren*, parte di tutti i composti qui menzionati, non significa 'maschio'. 'Uomo' è usato qui e di seguito nel senso premoderno di 'persona, essere umano'.

2. Sull'"uomo realizzato" vedi Lagerwey, "Zhenren".

3. Questa definizione, che a mia conoscenza è stata data per la prima volta dal lessicografo Duan Yucai (1735-1815), viene spesso citata in fonti e studi più tardi.

4. Huang, *Picturing the True Form*, 135-64; Pregadio, "The Man-Bird Mountain".

dal corpo mortale' (*shijie xian*), che, come vedremo, richiede di attuare una 'morte simulata'. Per quanto riguarda l'ascensione al Cielo, va notato che mentre questo modo di liberazione è il più alto, non trasforma un essere umano in una divinità: anziché divenire un dio, si diviene un assistente degli dèi, o semplicemente uno dei molti immortali che dimorano nei cieli taoisti.<sup>5</sup>

### *La liberazione nel taoismo*

Lo stato di completa liberazione in vita, che nel taoismo è l'unione con il Dao, è alla base del *Daode jing* ed è descritto in molti brani del *Zhuangzi* e in varie altre opere. Per la persona che raggiunge questo grado di liberazione, neppure ascendere al Cielo comporta un cambiamento di stato. Avendo ottenuto la liberazione completa in vita, quell'essere rimane nel mondo sin quando le condizioni che sostengono la sua esistenza si esauriscono. Nulla resta da perfezionare prima o dopo che la sua esistenza si concluda: "Vita e morte non sono diverse per lui", dice il *Zhuangzi* (cap. 2); "egli prende vita e morte come una singola trasformazione (*yihua*)", aggiunge lo *Huainan zi* (cap. 7). Dopo aver trascorso la vita in accordo con il 'mandato' o il 'destino' (*ming*) che gli è stato assegnato dal Cielo, lascia il mondo quando ha terminato di svolgervi la sua funzione.

In altri contesti, questa visione fondamentale viene definita con più precisione oppure modificata in vari modi. Anzitutto, lo stato di perfezione può essere innato o può essere raggiunto per mezzo di pratiche. In conformità con l'enunciato del *Daode jing*, queste pratiche di regola non consistono nell'aumentare il proprio potenziale per la realizzazione, ma nel ridurre ciò che lo ostacola: "Per lo studio, si aumenta di giorno in giorno; per il Dao, si riduce di giorno in giorno" (sez. 48). La riduzione può assumere varie forme: ad esempio, porre fine agli attaccamenti,

5. Lagerwey, *Wu-shang pi-yao*, 181-85. Per una diversa interpretazione, vedi Puett, *To Become a God*, *passim*.

ai desideri, e alla dipendenza dall'attività mentale per mezzo di metodi di meditazione; oppure ridurre le attività o le occupazioni (*shi*) mondane; oppure 'purificare' (*lian*, lett. 'raffinare') i componenti materiali dell'essere umano per mezzo di pratiche interiori, in particolare alchemiche.

In secondo luogo, mentre la liberazione può essere raggiunta in vita, in certi casi essa richiede la rinuncia al corpo mortale e la generazione di una persona immortale. Questo processo ha spesso inizio con il concepimento di un nuovo 'embrione'. Come vedremo, ciò può avvenire in diversi modi, compresi casi in cui i beneficiari delle proprie pratiche, o di quelle effettuate per proprio conto da un sacerdote, sono persone già decedute, ovvero i propri antenati.

Infine, opere agiografiche taoiste e altre fonti menzionano un numero imprecisato di 'immortali' o 'trascendenti' (*xianren*). Ci occuperemo per primo di questo tema.

### *Gli immortali*

Secondo le opere agiografiche, gli immortali taoisti sono personaggi storici, semi-storici, o del tutto leggendari che trascendono i limiti della normale esistenza umana per mezzo delle loro pratiche. Come ha mostrato Benjamin Penny, dei loro poteri fanno parte, in vari modi e misure a seconda dei singoli casi, la capacità di trasformarsi in creature o oggetti diversi; il possesso di corpi straordinari, privi di segni di invecchiamento e capaci di compiere miracoli e prodezze; l'abilità di controllare persone, animali, e oggetti mediante la padronanza del *qi* (il 'soffio' vitale); il dono di guarire i malati; e la facoltà di predire il futuro.<sup>6</sup> Il potere principale posseduto dagli immortali, tuttavia, è certamente quello di raggiungere una durata di vita indefinita. E' soprattutto nelle opere agiografiche che l'idea della perfettibilità umana viene intesa in un senso che è, allo stesso tempo, più

6. Penny, "Immortality and Transcendence", 125-26.



## LA VISIONE DEL CORPO UMANO

E' praticamente impossibile distinguere la visione taoista del corpo dalla visione dell'essere umano nel suo complesso, e questo punto costituisce di per sé un aspetto centrale del modo di vedere taoista. Il taoismo non si interessa all'anatomia e alla fisiologia. Il corpo fisico svolge una funzione diversa: supporta vari tipi di metafore che esprimono il rapporto dell'intera persona con il principio primo, il Dao.

L'enfasi data agli aspetti simbolici del corpo è anche l'aspetto principale in cui il taoismo si distingue dalla medicina tradizionale cinese: il taoismo vede il corpo come strumento per 'tornare al Dao'. Catherine Despeux richiama l'attenzione su questo punto, notando che i taoisti "hanno considerato il corpo nei suoi fini pratici, nelle sue applicazioni, elaborando tecniche corporee di vario tipo che tendono a liberare l'individuo dai vincoli del corpo fisico, e di conseguenza ad affidare un ruolo importante al corpo simbolico".<sup>1</sup>

### *Corpo, forma, persona*

La comune concezione occidentale del corpo come struttura fisica non può trasmettere la complessità della visione cinese premoderna. Questa visione ruota intorno a tre termini principali. Il primo, *ti* 體 o 'corpo', si riferisce alla struttura corporea come un insieme ordinato di parti interdipendenti; denota il corpo fisico fatto di pelle, carne, arti, ossa, muscoli, tessuti, vasi e ogni altro componente materiale. Il secondo termine, *xing* 形 o

1. Trad. da Despeux, "Le corps, champ spatio-temporel, souche d'identité", 87-88.

‘forma’, va inteso — almeno in una prospettiva taoista — soprattutto in contrasto all’idea di ‘assenza di forma’ (*wuxing*), che è propria del Dao. In questo senso, ‘forma’ si riferisce alla caratteristica che identifica ogni entità nel ‘mondo della forma’, distinguendola da tutte le altre ma anche mettendola in relazione con esse. Pertanto la ‘forma’, piuttosto che il ‘corpo’, è il principio di individualità a livello fisico, ed è dunque su questo aspetto che si deve lavorare per ‘tornare al Dao’.<sup>2</sup> Il terzo termine, *shen* 身, è il più ampio e generale: denota l’essere umano in tutti i suoi aspetti sia fisici che non fisici. La migliore traduzione di *shen* è spesso ‘persona’, ma a volte questo termine può anche essere reso come ‘sé stessi’. Ad esempio, un’espressione come *xiushen* significa ‘coltivare la propria persona’ o ‘coltivare sé stessi’; si riferisce alla coltivazione non solo del corpo, ma dell’intera persona.<sup>3</sup>

Ciascuno dei tre aspetti del ‘corpo’ menzionati sopra richiede gli altri due, ma la varietà di concetti espressi da questi termini pone la questione di quale tra essi sia al centro del discorso taoista. Sarebbe difficile dire che il taoismo si concentra sul corpo fisico: diversi luoghi alla base delle pratiche taoiste, ad esempio i tre Campi di Cinabro (*dantian*), non esistono neppure a livello puramente fisico. In altri casi, i luoghi alla base delle pratiche taoiste hanno controparti corporee, ma le loro funzioni emblematiche sono più importanti di quelle svolte dalle parti del corpo in sé. L’esempio principale è quello dei cinque visceri (*wuzang*). Nel suo discorso sui visceri, il taoismo mostra poco o nessun interesse per gli organi fisici di per sé; i visceri servono, invece, da supporti materiali per la rete di corrispondenze che legano

2. Questo è il motivo per cui la purificazione del corpo è chiamata nel taoismo *lianxing* o ‘purificazione della forma’.

3. Altre spiegazioni di questi termini, alcune delle quali contrastano con quelle qui suggerite, si trovano in Kohn, “Taoist Visions of the Body”, 241-47; Sivin, “State, Cosmos, and Body in the Last Three Centuries B.C.”, 14; Despeux, “Le corps, champ spatio-temporel, souche d’identité”, 88-89; Engelhardt, “Longevity Techniques and Chinese Medicine”, 95-96.

## 8. LA VISIONE DEL CORPO UMANO

l'essere umano ai suoi ambiti immediati e remoti: la società e il cosmo.

### *Modelli di 'corpo simbolico'*

Una visione semplicemente anatomica del corpo, pertanto, è la minore di tutte le preoccupazioni nel taoismo. Piuttosto che il *ti* (il corpo fisico), il discorso e le pratiche del taoismo si concentrano sul *xing* (la 'forma') e lo *shen* (l'intera persona). Mantenere il corpo fisico in buona salute non è fine a sé stesso; serve a garantire che il corpo, le sue parti e i suoi organi possano svolgere le loro funzioni emblematiche.



Fig. 5. Figura umana circondata da emblemi cosmologici.

Queste funzioni emblematiche fanno riferimento a quella che Kristofer Schipper ha chiamato la ‘visione simbolica’ del corpo e a quello che Catherine Despeux ha chiamato il ‘corpo simbolico’.<sup>4</sup> Questa visione si basa su certe nozioni e rappresentazioni fondamentali, che ricevono maggiore o minore enfasi a seconda dei singoli casi. All’interno del taoismo nel suo complesso, si possono distinguere cinque diversi modelli del corpo:<sup>5</sup>

1. Il modello cosmologico, dove l’essere umano è visto come un microcosmo che contiene e riproduce tutte le caratteristiche principali del macrocosmo (fig. 5).
2. Il modello politico, dove l’essere umano è paragonato a un sistema amministrativo, che a sua volta è parallelo ai sistemi burocratici dello stato e del cielo.
3. Il modello teologico, che vede il corpo come residenza delle divinità interne visualizzate e nutrite nella meditazione.
4. Il modello naturale, che riguarda la rappresentazione del corpo come paesaggio — in particolare, una montagna — con picchi, corsi d’acqua e altri tratti corrispondenti a specifici luoghi interni o a ‘flussi di energia’ (fig. 6 e 9).<sup>6</sup>
5. Il modello alchemico, dove il corpo contiene gli ingredienti dell’elisir e gli strumenti necessari per comporlo, tra cui la fornace, il tripode, e il fuoco.

4. Schipper, *Il corpo taoista*, 128 segg.; Despeux, “Le corps, champ spatio-temporel, souche d’identité”, 98.

5. Vedi Pregadio, “The Alchemical Body in Daoism”.

6. Per rappresentazioni grafiche, vedi Huang, *Picturing the True Form*, 78-81.

## ‘NUTRIRE LA VITA’

Gli insegnamenti e le pratiche sulla coltivazione di sé nel taoismo possono essere suddivisi in tre gruppi principali, che saranno i temi di questo e dei prossimi tre capitoli:

1. Lo Yangsheng (Nutrire la Vita), comprendente vari metodi tra cui il *daoyin*, la respirazione, e le pratiche sessuali.
2. La meditazione, comprendente metodi quali la visualizzazione delle divinità interiori, la meditazione sull’Unità (o la divinità corrispondente, ovvero l’Uno o il Grande Uno), i ‘viaggi interiori’ verso costellazioni o verso angoli remoti del cosmo, e le pratiche di contemplazione e introspezione.
3. L’alchimia, comprendente il Waidan (Alchimia Esterna) e il Neidan (Alchimia Interna).

Il termine *yangsheng* è però più complesso di quanto questa suddivisione schematica possa far pensare. Da un lato, ‘dare nutrimento alla vita’ può designare il modo di operare del santo taoista e della persona realizzata, indipendentemente dal fatto che tale modo di operare si basi su qualità innate oppure sia il risultato delle loro pratiche. Dall’altro, *yangsheng* è un termine tecnico che designa metodi diversi ma volti in primo luogo a dare beneficio al corpo.<sup>1</sup> Anche in questo secondo senso, d’altronde, il termine è così indefinito che non è possibile compilare una lista precisa di quelli che possono essere designati metodi per ‘nutrire la vita’. Tuttavia, i metodi dello Yangsheng hanno certamente compreso il *daoyin*, la respirazione, le pratiche sessuali, e alcuni regimi dietetici. Altre pratiche più recenti e diffuse al giorno d’oggi, come il Qigong e il Taiji quan (entrambi spesso definiti

1. Vedi Engelhardt, “Longevity Techniques and Chinese Medicine”.

‘taoisti’), possono anch’esse rientrare nel campo dello Yangsheng.

Prima di descrivere le pratiche Yangsheng e il loro rapporto con il taoismo, osserveremo brevemente il ruolo svolto dai principi etici nella coltivazione di sé.

### *Etica e coltivazione di sé*

La coltivazione dei principi etici è vista nel confucianesimo come il compito più importante nella vita di ogni individuo. Benevolenza (o ‘umanità’, *ren*), giustizia (*yi*), ritualità (*li*), saggezza (*zhi*), e sincerità (o ‘affidabilità’, *xin*) sono i cinque fondamenti della vita sociale nella visione confuciana e sono dunque i requisiti fondamentali della vita personale.<sup>2</sup> Questi fondamenti sono illustrati da modelli esemplari che comprendono non solo numerosi personaggi storici, ma anche e soprattutto i sovrani mitici che posero i fondamenti della vita civile.

Il taoismo non rifiuta questi principi, ma li considera secondari rispetto al principio primario, ovvero la coltivazione del Dao sia da parte dell’individuo che, almeno idealmente, da parte dell’intera società. Questo punto di vista è espresso nel modo più esplicito in un brano del *Daode jing*, dove si afferma che la ‘virtù superiore’ (*shangde*) è il non-fare (*wuwei*). Come abbiamo visto (cap. 1), benevolenza, giustizia, e altri principi etici sono forme di ‘virtù inferiore’ (*xiade*) ed emergono soltanto “quando il Dao viene abbandonato” ed è “perduto” (sez. 18 e 38).

Nella prospettiva taoista, tuttavia, l’etica non è un ramo del pensiero filosofico, ma appartiene in primo luogo al campo del Nutrire la Vita. Il discorso taoista sull’etica coinvolge dunque anche principi di comportamento più elementari, spesso espressi sotto forma di ‘precetti’ (*jie*). Il taoismo ritiene che questi princi-

2. *Li* significa più in generale ‘rito’, ma designa anche la ritualità richiesta nel comportamento tra persone diverse, a sua volta strettamente legata alle gerarchie sociali; ad esempio, quelle tra sovrano e suddito, padre e figlio, e marito e moglie.

pi elementari siano alla base della coltivazione di sé e possano servire da fondamento per 'tornare al Dao'. Come ha osservato Livia Kohn, "non è possibile collegarsi agli obiettivi finali previsti dalla tradizione — in qualsiasi modo essa sia definita — senza raggiungere un certo livello di purezza. Questa purezza comporta una dimensione etica e, almeno all'inizio, viene spesso espressa sotto forma di regole morali e di precetti".<sup>3</sup>

Una delle principali opere taoiste su questo tema è il *Laojun shuo yibai bashi jie*, o *180 Precetti Pronunciati dal Signore Lao*, che esiste in diverse versioni tra le quali una con una prefazione del VI secolo.<sup>4</sup> Kristofer Schipper ha assegnato la maggior parte dei precetti elencati in quest'opera alle seguenti categorie principali: alimentazione; comportamento sessuale; rispetto per le donne, per gli anziani e i giovani, per la famiglia e le persone meritevoli, per i servi e gli schiavi, e per gli animali; precetti riguardanti i beni propri (ad esempio contro l'avarizia) e i beni altrui (ad esempio contro il furto e la truffa); e precetti contro l'uccisione di esseri viventi.<sup>5</sup>

Anche se i *180 Precetti* erano formalmente rivolti ai libatori (*jijiu*) del Tianshi dao, molti di essi, se non tutti, erano validi anche per gli adepti laici, e continuarono ad esserlo in tempi successivi. Diverse opere del periodo Tang sullo Yangsheng e la meditazione contengono sezioni dedicate a simili fondamentali principi etici.<sup>6</sup>

### *Pratiche principali*

Tra i vari metodi che possono essere considerati parte dello Yangsheng, qui sarà possibile presentare brevemente solo tre dei più importanti.

3. Trad. da Kohn, *Sitting in Oblivion*, 2.

4. Il testo è tradotto in Hendrichske e Penny, "The 180 Precepts Spoken by Lord Lao".

5. Schipper, "Daoist Ecology: The Inner Transformation", 84-85.

6. Vedi i testi tradotti in Kohn, *Sitting in Oblivion*.

Il *daoyin* (lett. ‘guidare [il *qi*] e distendere [le membra]) è stato definito, in termini occidentali, come una sorta di ginnastica, nel senso che i suoi movimenti garantiscono agilità e coordinamento del corpo.<sup>7</sup> Dal punto di vista di un altro sistema di riferimento, i suoi aspetti formali e la sua posizione nel complesso del taoismo lo rendono simile a quello che lo *hatha yoga* è all’interno dell’induismo. Le posizioni e i movimenti del *daoyin* hanno il fine di eliminare gli ostacoli nel movimento del *qi* all’interno del corpo umano. La pratica è esistita almeno dal III secolo a.C.<sup>8</sup> D’altra parte, va notato che il Canone Taoista contiene una sola opera sul *daoyin*.<sup>9</sup>

Per quanto riguarda la respirazione — dove il ‘respiro’ è inteso come la forma principale che il *qi* assume nell’essere umano — nel taoismo sono esistite diverse pratiche. I termini più comuni che le designano sono *xingqi* (‘circolazione del respiro’) e *tuna* (‘esalare [il vecchio] e inalare [il nuovo respiro]’, ovvero *tugu naxin*). Più in particolare, le pratiche comprendono quelle per ‘trattenere il respiro’ (*biqui*), ‘raffinare il respiro’ (*lianqi*), ‘armonizzare il respiro’ (*tiaoqi*), e ‘diffondere il respiro’ (*buqi*, usato anche per definire pratiche di guarigione in cui un praticante ‘diffonde’ il proprio soffio sulla persona malata). Un altro celebre termine che definisce la respirazione è *zhongxi*, ovvero ‘respirare attraverso i talloni’. Nel *Zhuangzi*, questo termine non designa solo una pratica di respirazione, ma indica la respirazione spontanea della persona realizzata, che non si ferma ai polmoni ma circola attraverso l’intero corpo: “La persona realizzata respira attraverso i talloni; la persona comune respira attraverso la gola” (*Zhuangzi*, cap. 6; vedi Watson, *The Complete Works of Chuang-tzu*, 78).

7. Vedi Despeux, “Gymnastics: The Ancient Tradition”, e Kohn, *Chinese Healing Exercises*.

8. Vedi la traduzione di un manoscritto ritrovato a Mawangdui in Harper, *Early Chinese Medical Literature*, 310-27.

9. Vedi Kohn, *A Sourcebook in Chinese Longevity*, 255-59, dove il testo è curiosamente tradotto nel capitolo dedicato all’Alchimia Interna.



## MEDITAZIONE E CONTEMPLAZIONE

Le pratiche di meditazione svolgono un ruolo importante in varie tradizioni taoiste. Queste pratiche possono essere suddivise in quattro tipi: (1) Visualizzazione delle divinità interiori; (2) Meditazione sull'Unità, o visualizzazione della divinità corrispondente, l'Uno o il Grande Uno; (3) 'Escursioni' verso costellazioni e corpi astrali, o verso i poli più remoti del cosmo; (4) Contemplazione e introspezione. Uno degli aspetti comuni a queste diverse pratiche è il fatto che, a differenza del rituale in cui si comunica con le divinità attraverso l'intermediazione di un sacerdote e per mezzo di documenti scritti, nella meditazione l'approccio con il sacro o con il divino è personale e diretto. Come vedremo, però, anche in questo caso la metafora burocratica e amministrativa svolge un ruolo importante.

Le pratiche di visualizzazione, documentate sin dal II secolo d.C., iniziarono a essere sostituite da metodi di contemplazione a partire dal VII secolo d.C. Le divinità interiori, tuttavia, hanno continuato sino a oggi a svolgere una funzione fondamentale nel rituale taoista: nell'atto più importante della cerimonia, il sacerdote invia le proprie divinità interiori al Cielo per presentare un documento scritto agli dèi. La meditazione, inoltre, è legata ad alcune pratiche relative al Nutrimento della Vita, in particolare quelle basate sulla respirazione, e svolge un ruolo importante anche nell'Alchimia Interna.

### *Le divinità interiori*

Secondo alcune tradizioni taoiste, l'essere umano ospita un vero e proprio pantheon di dèi. I più importanti di essi rappresentano i diversi gradi della suddivisione dell'Unità nella molteplicità, e

sono legati ai principali aspetti dell'ambito cosmico: in particolare, il polo celeste centrale (residenza dell'Uno, Yi, o Grande Uno, Taiyi, ed equivalente al cuore nell'essere umano); l'asse verticale (suddiviso in tre segmenti, corrispondenti ai tre Campi di Cinabro); e l'asse orizzontale (formato dalle quattro direzioni disposte intorno a un punto centrale, corrispondenti ai cinque visceri). Le divinità interiori, inoltre, svolgono ruoli diversi ma legati l'uno all'altro: permettono all'essere umano di comunicare con le corrispondenti divinità del pantheon celeste, servono da amministratori del corpo umano, e mantengono l'equilibrio delle principali funzioni del corpo.

Le due principali fonti antiche sulle pratiche di visualizzazione sono lo *Huangting jing* (Libro della Corte Gialla), opera in poesia che esiste in due versioni, una chiamata Esterna (*Wai*), probabilmente risalente al II secolo, e una chiamata Interna (*Nei*), risalente al tardo IV secolo;<sup>1</sup> e il *Laozi zhongjing* (Libro Centrale di Laozi), scritto in prosa intorno al 200 d.C.<sup>2</sup> I metodi alla base di queste due opere vennero ri-codificati nella seconda metà del IV secolo con le rivelazioni della scuola Shangqing (cap. 4). Come abbiamo già detto, il principale testo di questa scuola, ovvero il *Dadong zhenjing* (Vero Libro della Grande Caverna), si compone pressoché interamente di metodi per la visualizzazione delle divinità interiori.<sup>3</sup>

Lo *Huangting jing* menziona, tra le altre, un'importante serie di divinità che dimorano all'interno del cinque visceri. E' significativo che questi organi siano chiamati 'dipartimenti' (*bu*, lo stesso termine che denota i ministeri del governo) e che ciascuna

1. Sullo *Huangting jing* vedi Robinet, *La meditazione taoista*, 67-116; Despeux, *Taoïsme et connaissance de soi*, 128-49.

2. Sul *Laozi zhongjing* vedi Schipper, *Il corpo taoista*, 124-39; Schipper, "The Inner World of the *Laozi zhongjing*"; Lagerwey, "Deux écrits taoïstes anciens"; Puett, *To Become a God*, 238-44.

3. Vedi Robinet, *La meditazione taoista*, 117-40. Sulle divinità menzionate in un altro testo rivelato della tradizione Shangqing, il *Lingshu zhiwen* (Scritto Sacro in Caratteri Porpora), vedi Bokenkamp, *Early Daoist Scriptures*, 284-85 e 326-27.

divinità risieda nel proprio palazzo. In altre parole, queste descrizioni combinano quelli che abbiamo chiamato il modello teologico e il modello politico o amministrativo del corpo (vedi il cap. 8). Ad esempio, il dio del cuore è descritto come segue:

Il palazzo del dipartimento del cuore è un bocciolo di loto.  
 Al di sotto vi è la casa di un ragazzo, di nome Origine del Cinabro (Danyuan):  
 presiede sul freddo e sul caldo, e armonizza i soffi costruttivi e difensivi.<sup>4</sup>  
 Vestito di un abito di broccato color cinabro agitato dal vento, avvolto in un velo di giada  
 con pendenti d'oro e una cintura vermiglia, siede tranquillo.  
 Regola il sangue, ordina il destino (*ming*), e fa sì che il corpo non deperisca.  
 All'esterno corrisponde alla bocca e alla lingua, ed esala i Cinque Fiori.<sup>5</sup>  
 Se lo chiami in punto di morte, tornerai subito a vivere, e se pratichi questo a lungo, volerai tra le grandi nuvole rosa.  
 (*Huangting jing*, versione 'Interna', sez. 10)

Dettagli quali nomi, aspetti, dimensioni, e abbigliamento degli dèi vengono specificati per servire da supporto alla visualizzazione. In accordo con la classica visione cinese sulla fatale separazione dello spirito (*shen*) dal corpo, i testi avvertono che se le divinità interiori (*shen*) abbandonano le loro residenze, la persona muore. 'Mantenere i propri pensieri' su di esse (*cun*, ovvero visualizzarle) e inviare adeguato nutrimento alle loro

4. Il 'soffio costruttivo' (*yingqi*) circola all'interno del sistema dei condotti (i cosiddetti 'meridiani') e nutre l'intero corpo. Il 'soffio difensivo' (*weiqi*) circola tra la carne e la pelle, e protegge da malattie e altri disturbi.

5. I Cinque Fiori sono le essenze dei cinque visceri.

residenze — in particolare, il proprio soffio (*qi*) e le proprie essenze (*jing*) — permette di mantenerle nelle loro dimore corporee, dove possono svolgere le loro funzioni.

Queste divinità non possiedono esistenza fisica nel senso comune del termine, e appartengono invece a un ambito intermedio tra la forma e l'assenza di forma. Come ha osservato Isabelle Robinet, esse sono 'immagini' (*xiang*) che svolgono un ruolo di intermediazione "tra il mondo delle realtà sensibili e quello dell'Inconoscibile".<sup>6</sup> La persona in cui le divinità risiedono non è posseduta da esse né viene divinizzata dalla loro presenza.<sup>7</sup> L'adepto, piuttosto, diviene il centro di una rappresentazione divina, di cui egli è l'unico creatore e l'unico spettatore. Gli organi e i luoghi in cui gli dèi risiedono cessano di essere semplici parti del corpo, e divengono i supporti che rendono possibile questa rappresentazione.

Le divinità interiori sono letteralmente innumerevoli e testi diversi descrivono diversi pantheon.<sup>8</sup> Qui possiamo menzionare solo due tra le più importanti, entrambe facenti parte del pantheon del *Laozi zhongjing*. La prima è il Supremo Grande Uno (Shangshang Taiyi). La descrizione di questa divinità — che nel senso stretto del termine non è interiore perché risiede poco al di sopra del corpo, ma fa comunque parte del pantheon personale — è simile nello stile e nel contenuto a quelle di altre divinità menzionate nello stesso testo:

Il Supremo Grande Uno è il Padre del Dao ed esiste prima del Cielo e della Terra. Risiede al di sopra dei Nove Cieli, all'interno della Grande Chiarezza (Taiqing), al di fuori delle Otto Oscurità, e all'interno della Tenuità Sottile. Io non conosco i suoi nomi: è il Soffio Originale.

6. Robinet, *La meditazione taoista*, 61.

7. Per una diversa interpretazione, vedi Puett, *To Become a God*, 226-27.

8. Sui tre pantheon principali vedi Pregadio, "Early Daoist Meditation and the Origins of Inner Alchemy", 131-41.

## L'ALCHIMIA ESTERNA

L'alchimia cinese si divide in due rami principali, ovvero il Waidan, o Alchimia Esterna, e il Neidan o Alchimia Interna. Il Waidan (lett. 'elisir esterno'), sorto per primo, si basa sulla composizione di elisir tramite la manipolazione di minerali e metalli, che sotto l'azione del fuoco rilasciano le loro essenze. Il Neidan (lett. 'elisir interno'), oggetto del prossimo capitolo, intende invece produrre l'elisir all'interno della persona stessa, secondo due modelli principali di dottrina e di pratica: primo, riconducendo allo stato originale i principali componenti dell'essere umano, ovvero l'essenza, il soffio, e lo spirito; secondo, purificando la mente da contaminazioni e passioni, al fine di 'vedere la propria natura' (*jianxing*).

Né l'alchimia nel suo insieme, né il Waidan o il Neidan intesi singolarmente, costituiscono una 'scuola' taoista con un corpus canonico definito e una singola linea di trasmissione. Al contrario, ognuno dei due rami mostra una notevole varietà di forme di dottrina e di pratica. Tuttavia, al di là delle sue diverse forme, l'alchimia si fonda sugli stessi principi che riguardano il rapporto tra il Dao e il cosmo nell'intero taoismo. Come abbiamo visto nei capitoli precedenti, il cosmo è visto come l'ultimo stadio in una serie di trasformazioni che comprendono il Non-Essere (*wu*), l'Unità (*yi*), la dualità (Yin e Yang), e infine la molteplicità (le 'diecimila cose'). L'alchimia propone di ripercorrere questo processo a ritroso e di tornare al suo inizio.

*La tradizione Taiqing (Grande Chiarezza)*

Le origini storiche dell'alchimia cinese sono sconosciute. Alcune fonti attribuiscono dottrine e metodi a divinità che dapprima li

trasmisero l'una all'altra nei cieli, e in un secondo tempo li rivelarono all'umanità. Altre fonti, soprattutto agiografiche, consistono di racconti sulla ricerca dell'immortalità, o di leggende su una 'medicina' che si trova nei paradisi degli immortali.

La prima testimonianza storica sul Waidan è legata a uno dei *fangshi* ('maestri dei metodi') del periodo Han (vedi il cap. 3). Intorno al 133 a.C., Li Shaojun suggerì all'Imperatore Wu di compiere offerte a una fornace alchemica per evocare gli esseri soprannaturali, alla cui presenza il cinabro si sarebbe trasmutato in oro. Mangiare e bere da utensili prodotti con quell'oro avrebbe prolungato la vita dell'imperatore e gli avrebbe permesso di incontrare gli immortali. Infine, dopo aver celebrato i rituali Feng e Shan (le più importanti cerimonie imperiali rivolte al Cielo e alla Terra), l'imperatore sarebbe divenuto un immortale:

[Li] Shaojun disse all'imperatore: "Compiendo offerte alla fornace, si possono convocare gli esseri soprannaturali. Dopo averli convocati, il cinabro può essere trasmutato in oro. Quando l'oro è stato prodotto e modellato in recipienti per mangiare e bere, si può prolungare la vita. Prolungando la vita, si è in grado di incontrare gli immortali dell'isola Penglai, che si trova in mezzo al mare. Dopo averli visti e dopo avere celebrato le cerimonie Feng e Shan, non si morirà". (*Shiji*, cap. 28)

Dettagli sulla prima tradizione Waidan propriamente detta emergono solo tre secoli dopo Li Shaojun. Così chiamata dal nome dal cielo da cui discese la sua rivelazione, la tradizione Taiqing (Grande Chiarezza) ebbe origine nel Jiangnan, la stessa regione che, come abbiamo visto, svolse un ruolo cruciale nella storia del Taoismo durante le Sei Dinastie (cap. 4). I suoi testi e metodi furono trasmessi all'Imperatore Giallo dalla Donna Misteriosa (Xuannü), uno dei personaggi semi-divini da cui questo sovrano mitico ricevette insegnamenti sulle arti esoteriche. Poi, intorno all'anno 200, un uomo divino (*shenren*) rivelò i testi Taiqing a Zuo Ci, un altro *fangshi*, e ancora più tardi essi

entrarono in possesso della famiglia di Ge Hong (283-343), che li riassume nei Capitoli Interni del suo *Baopu zi* (Il Maestro che Abbraccia la Natura Spontanea). I tre testi principali sono il *Taiqing jing* (Libro della Grande Chiarezza), il *Jiudan jing* (Libro dei Nove Elisir), e il *Jinye jing* (Libro del Liquore d'Oro). Le versioni di queste opere contenute nell'odierno Canone Taoista permettono di ricostruire i principali aspetti dell'alchimia cinese antica.<sup>1</sup>

Nei testi *Taiqing*, la composizione dell'elisir è la parte centrale di un processo che comprende diverse fasi, ognuna delle quali è caratterizzata dall'esecuzione di riti e cerimonie. La pratica alchemica consiste in questo intero processo, e non soltanto nel lavoro alla fornace. Per ricevere i testi e le istruzioni, il discepolo offre anzitutto pegni al suo maestro e fa voto di segretezza. Poi si ritira su una montagna o in un luogo isolato con i suoi assistenti, e svolge pratiche di purificazione. Dopo avere delimitato lo spazio rituale con talismani (*fu*) per proteggerlo da influenze nocive, costruisce al suo centro la Camera dell'Elisir (*danshi*, il laboratorio alchemico), in cui solo lui e i suoi assistenti possono entrare. Quando le pratiche di purificazione sono completate, il fuoco può essere acceso in un giorno propizio secondo il calendario tradizionale. Questa fase è segnata da un'invocazione indirizzata a varie divinità, ovvero il Grande Signore del Dao (Da Daojun) e i suoi due assistenti, il Signore Lao (Laojun, l'aspetto divinizzato di Laozi) e il Signore della Grande Armonia (Taihe jun):

Quando accendi il fuoco devi compiere una cerimonia accanto al crogiolo. Prendi cinque pinte di liquore bianco di buona qualità, tre libbre di carne di bue essiccata, la stessa quantità di carne di pecora essiccata, due pinte di miglio giallo e di riso, tre pinte di grandi datteri, un quarto di moggio di pere, trenta uova di gallina cotte, e tre carpe, ognuna del peso di tre libbre. Poni le offerte su

1. Sulla tradizione *Taiqing* vedi Pregadio, *Great Clarity*.

tre supporti, e su ognuno di essi brucia incenso in due coppe. Rendi omaggio due volte e pronuncia questa invocazione:

“Questo piccolo uomo, (*nome dell'adepto*), rivolge sinceramente e interamente i suoi pensieri al Grande Signore del Dao, al Signore Lao, e al Signore della Grande Armonia. Ahimè! Questo piccolo uomo, (*nome dell'adepto*), desidera la Medicina della Vita! Guidatelo affinché la Medicina non si volatilizzi e non vada perduta, ma sia invece fissata dal fuoco! Fate sì che la Medicina sia buona ed efficace, che le trasmutazioni avvengano senza esitazioni, e che il Giallo e il Bianco siano interamente fissati! Quando ingerisco la Medicina, fate sì che io ascenda in volo come un immortale, che abbia udienza al Palazzo Purpureo, che viva una vita senza fine, e che divenga un uomo realizzato (*zhenren*)!”.<sup>2</sup>

Offri il liquore, alzati, e rendi omaggio altre due volte. Infine offri noci di kaya, mandarini e pomeli. Poi potrai accendere il fuoco secondo il metodo. (*Jiudan jing*)

Da questo momento, l'alchimista concentra la propria attenzione sulla fornace e sul crogiolo, e compone l'elisir seguendo le istruzioni date nei testi e quelle ricevute dal suo maestro. Quando l'elisir è pronto, ne offre diverse quantità a varie divinità, e ne lascia un'altra parte nel mercato della città, per permettere ad altri di trarne beneficio. Infine, rende ancora una volta omaggio agli dèi, e all'alba di un giorno propizio ingerisce l'elisir.

Oltre a questi aspetti rituali, la tradizione Taiqing è caratterizzata da un insieme di metodi fondamentali, le cui caratteristiche possono essere riassunte come segue. Gli ingredienti vengono riscaldati in un crogiolo, chiuso ermeticamente per evitare la dispersione del 'soffio' (*qi*). Sotto l'azione del fuoco, gli ingre-

2. I termini 'giallo e bianco' si riferiscono all'oro e all'argento. Il Palazzo Purpureo (Zigong) si trova nella costellazione dell'Orsa Maggiore, al centro del cosmo.



## L'ALCHIMIA INTERNA

Il Neidan, o Alchimia Interna, potrebbe essere facilmente interpretato come una semplice trasposizione delle pratiche 'esterne' del Waidan a un piano interiore, ma questo punto di vista sarebbe riduttivo. Ovviamente, il Neidan trae dal Waidan molti termini fondamentali riguardanti operazioni alchemiche, strumenti, ingredienti, e, più importante tra tutti, il termine stesso di 'elisir' (*dan*). Ma nonostante queste e altre analogie, il Neidan deve le sue origini più ai metodi di meditazione sulle divinità interiori che al Waidan. Alcuni aspetti di questi metodi, che come abbiamo visto (cap. 10) comprendevano già immagini alchemiche, si aggiungono a concetti ed emblemi tratti dal sistema cosmologico, a termini e simboli alchemici, e a elementi provenienti da varie altre dottrine e pratiche.

### *La sintesi Neidan*

I maestri Neidan affermano spesso che la loro tradizione sintetizza i Tre Insegnamenti (*sanjiao*), ovvero confucianesimo, taoismo, e buddhismo. Di fatto, i componenti che si possono identificare nel Neidan nel suo complesso sono ancora più numerosi. Concedendo una notevole libertà nel formulare dottrine e nel dar forma a metodi, il Neidan trae insegnamenti dal *Daode jing*, vocabolario dal *Zhuangzi*, emblemi cosmologici dal *Libro dei Mutamenti*, aspetti dei metodi di visualizzazione e meditazione, pratiche fisiologiche (soprattutto quelle riguardanti la respirazione) dalle discipline del Nutrire la Vita (Yangsheng), rappresentazioni del corpo umano dalla medicina tradizionale, linguaggio alchemico dal Waidan, e concetti dottrinali dal buddhismo, dal confucianesimo, e dal neoconfucianesimo.

Con una sola importante eccezione, questa combinazione senza uguali di componenti determina la pressoché completa scomparsa delle divinità interiori. La loro rimozione ha motivi diversi, due dei quali sono particolarmente importanti. Anzitutto, incorporare queste divinità nel Neidan renderebbe necessaria una pressoché irrealizzabile trasposizione del pantheon interno su un modello cosmologico diverso, quello fornito dallo *Cantong qi* (Sigillo dell'Unità dei Tre; vedi il capitolo precedente). In secondo luogo, non sarebbe possibile rappresentare mediante divinità, interne o esterne, la reintegrazione di ciascuna fase ontologica (molteplicità, dualità, unità) nella fase precedente, e ancor meno il ritorno allo stato del Non-Essere. L'unica, ma importante, eccezione è il Bambino Rosso (Chizi), la principale divinità interiore della meditazione taoista antica (vedi il cap. 10). Quando riappare nel Neidan, tuttavia, il Bambino Rosso, che rappresenta il 'vero sé', non è più una divinità posseduta da tutti gli esseri umani: è un'immagine dell'elisir da generare per mezzo della pratica alchemica.

I prestiti appena menzionati avvengono a diversi livelli di ampiezza e di profondità a seconda delle tradizioni e dei loro rappresentanti; ma data la loro varietà, sembra privo di senso supporre che essi abbiano semplicemente svolto un'influenza sul Neidan. Piuttosto, ciascun componente può servire come uno dei diversi elementi che i maestri utilizzano liberamente, e quando lo reputano opportuno, per elaborare i loro discorsi e i loro metodi. Diversi maestri, in particolare, notano che il Neidan può essere compreso solo alla luce del *Daode jing*, da loro considerato l'"origine della Via dell'Elisir d'Oro". Un altro importante componente, ovvero la cosmologia, fornisce immagini (*xiang*) utilizzate non solo per mostrare come modelli cosmici spaziali e temporali vengono replicati nella pratica, ma anche, nelle parole di Li Daochun (fl. 1290), per "dar forma a ciò che non ha forma attraverso la parola, e in questo modo manifestare l'autentico e assoluto Dao".<sup>1</sup>

1. *Zhonghe ji*, citato in Robinet, *The World Upside Down*, 18.

### *Principali lignaggi*

A quanto sappiamo, il Neidan ha avuto origine intorno all'inizio dell'VIII secolo. Sino a oggi, è stato trasmesso in vari lignaggi, ognuno dei quali ha visto a proprio modo il Neidan stesso e la sua pratica.<sup>2</sup> I principali lignaggi sono i seguenti:

1. Zhong-Lü. Così definita dai nomi di Zhongli Quan e Lü Dongbin, due illustri immortali taoisti, questa tradizione, sviluppatasi probabilmente a partire dalla metà dell'VIII secolo, è caratterizzata da una particolare attenzione a pratiche fisiologiche, strettamente correlate a principi cosmologici. Il suo testo principale è il *Zhong-Lü chuan-dao ji* (Antologia della Trasmissione del Dao da Zhongli Quan a Lü Dongbin), il primo importante trattato dottrinale Neidan. Le sue pratiche sono esposte nel *Lingbao bifa* (Metodi Completi del Tesoro Sacro).<sup>3</sup>
2. Nanzong (Lignaggio del Sud). Dopo lo *Cantong qi*, il più importante testo del Neidan è il *Wuzhen pian* (Risveglio alla Realtà), opera in poesia composta da Zhang Boduan (987-1082?). Nel XIII secolo Zhang Boduan venne posto all'origine del Nanzong, e il *Wuzhen pian* divenne la principale fonte testuale di questo lignaggio.<sup>4</sup>
3. Beizong (Lignaggio del Nord). Come abbiamo visto nel cap. 4, il Beizong è il nucleo originario della scuola taoista del Quanzhen, fondata da Wang Zhe (Wang Chongyang, 1113-70). Testi Neidan sono attribuiti sia a Wang Zhe che a uno dei suoi discepoli, ovvero Qiu Chuji, ma la loro autenticità è quanto meno incerta.

2. Vedi Yokote, "Daoist Internal Alchemy in the Song and Yuan Periods".

3. Il *Lingbao bifa* è tradotto in Baldrian-Hussein, *Procédés secrets du joyau magique*.

4. Il *Wuzhen pian* è tradotto in Robinet, *Introduction à l'alchimie intérieure taoïste*, 205-54; Crowe, "Chapters on Awakening to the Real"; Pregadio, *Awakening to Reality*.

4. Longmen (Porta del Drago). Nei periodi Ming e Qing (ovvero dalla metà del XIV all'inizio del XX secolo), molti maestri Neidan dichiarano la loro affiliazione al Longmen (sia prima che dopo la sua costituzione ufficiale da parte di Wang Changyue, 1592-1680), o all'uno o l'altro dei suoi numerosi rami. Il famoso testo noto come *Segreto del Fiore d'Oro* fu posto da Min Yide (1748-1836) a capo del corpus testuale del ramo Jingai del Longmen, dove è ritenuto l'opera principale sulla coltivazione della natura interiore.<sup>5</sup>

### *Natura (xing) ed Esistenza (ming)*

Soprattutto nelle forme che integrano elementi dottrinali provenienti dal buddhismo e dal neoconfucianesimo, il Neidan basa il suo discorso e la sua pratica su *xing* e *ming*, due concetti cardinali nella sua visione dell'essere umano.<sup>6</sup> Opere diverse definiscono il *xing* e il *ming* come “la radice e il fondamento della coltivazione di sé”, “il segreto dell'Elisir d'Oro”, “l'essenziale per la composizione dell'elisir”, e “la sapienza dei divini immortali”.

*Xing* denota la ‘natura interiore’, innatamente risvegliata, che fa capo allo spirito (*shen*) ed è legata alla mente (*xin*). I testi Neidan discorrono spesso sul *xing* utilizzando termini ed espressioni buddhisti, tra i quali ‘vedere la propria natura’ (*jianxing*).<sup>7</sup>

5. Il titolo *Segreto del Fiore d'Oro* fu creato da Richard Wilhelm quando, nel 1929, tradusse quest'opera in tedesco, accompagnata da un “Commentario” dello psicoanalista Carl G. Jung (per la traduzione inglese, vedi Wilhelm e Jung, *The Secret of the Golden Flower: A Chinese Book of Life*). Il titolo originale del testo è *Taiyi jinhua zongzhi*, o *Insegnamenti Ancestrali sul Fiore d'Oro della Grande Unità*.

6. Vedi Robinet, *Introduction à l'alchimie intérieure taoïste*, 165-95; e Pregadio, “Destiny, Vital Force, or Existence? On the Meanings of *Ming* in Daoist Internal Alchemy and Its Relation to *Xing* or Human Nature”.

7. Questo termine può anche essere letto *xianxing*, nel cui caso è inteso come ‘manifestare la propria natura’.

## OPERE CITATE

### Fonti

Le fonti citate nelle edizioni del *Daozang* 道藏 (Canone Taoista) contengono il numero del testo secondo *The Taoist Canon: A Historical Companion to the Daozang*, a cura di Kristofer Schipper e Franciscus Verellen (Chicago: Chicago University Press, 2004).

*Baopu zi* 抱朴子 (Il Maestro che Abbraccia la Natura Spontanea). Titolo completo: *Baopu zi neipian* 抱朴子內篇. Ge Hong 葛洪 (283-343), ca. 320 d.C. Ed. Wang Ming 王明, *Baopu zi neipian jiaoshi* 抱朴子內篇校釋 (seconda edizione riveduta, Pechino: Zhonghua shuju, 1985).

*Cantong qi* 參同契 (Sigillo dell'Unità dei Tre). Titolo completo: *Zhouyi cantong qi* 周易參同契. Prob. ca. 450/600 d.C. Testo in Fabrizio Pregadio, *The Seal of the Unity of the Three: A Study and Translation of the Cantong qi, the Source of the Taoist Way of the Golden Elixir* (Mountain View, CA: Golden Elixir Press, 2011).

*Dadong zhenjing* 大洞真經 (Vero Libro della Grande Caverna). Titolo completo: *Shangqing dadong zhenjing* 上清大洞真經. Tardo IV secolo d.C. *Daozang*, num. 6.

*Daode jing* 道德經 (Libro della Via e della sua Virtù). Prob. ca. 350 a.C. Comm. Heshang gong 河上公, trad. II secolo d.C. Ed. Wang Ka 王卡, *Laozi Daode jing Heshang gong zhangju* 老子道德經河上公章句 (Pechino: Zhonghua shuju, 1993).

*Huainan zi* 淮南子 (Il Maestro dello Huainan). Liu An 劉安 (179?-122), 139 a.C. Ed. He Ning 何寧, *Huainan zi jishi* 淮南子集釋 (Pechino: Zhonghua shuju, 1998).

- Huangting jing* 黃庭經 (Libro della Corte Gialla). Titolo completo: *Huangting neijing jing* 黃庭內景經. Tardo IV secolo d.C. In *Yunji qiqian* 雲笈七籤, 11-12.27b. *Daozang*, num. 1032.
- Jiudan jing* 九丹經 (Libro dei Nove Elisir). Titolo completo: *Huangdi jiuding shendan jing* 黃帝九鼎神丹經. Origin. II secolo d.C. In *Huangdi jiuding shendan jingjue* 黃帝九鼎神丹經訣, cap. 1. *Daozang*, num. 885.
- Laozi zhongjing* 老子中經 (Libro Centrale di Laozi). Titolo completo: *Taishang Laojun zhongjing* 太上老君中經. Origin. ca. 200 d.C. *Daozang*, num. 1168.
- Lingbao wufu xu* 靈寶五符序 (Prolegomeni ai Cinque Talismani del Tesoro Sacro). Titolo completo: *Taishang lingbao wufu xu* 太上靈寶五符序. Origin. tardo III secolo d.C. *Daozang*, num. 388.
- Neiguan jing* 內觀經 (Libro della Contemplazione Interiore). Titolo completo: *Taishang Laojun neiguan jing* 太上老君內觀經. Prob. inizio del VII secolo d.C. *Daozang*, num. 641.
- Neiye* 內業 (La Pratica Interiore). Prob. tardo IV secolo a.C. Testo in Harold Roth, *Original Tao: Inward Training (Nei-Yeh) and the Foundations of Taoist Mysticism* (Columbia University Press, 1999).
- Qingjing jing* 清靜經 (Libro della Chiarezza e della Quiescenza). Titolo completo: *Taishang Laojun qingjing xinjing* 太上老君清靜心經. Ca. 700 d.C. *Daozang*, num. 1169.
- Santian nejie jing* 三天內解經 (Libro delle Spiegazioni Interne dei Tre Cieli). Ca. 450 d.C. *Daozang*, num. 1205.
- Shangqing jiudan shanghua taijing zhongji jing* 上清九丹上化胎精中記經 (Libro delle Memorie Centrali sull'Essenza Embriionale e la Trasformazione Superiore del Nonuplo Elixir della Chiarezza Suprema). Origin. IV secolo d.C. *Daozang*, num. 1392.
- “Shenghua chaodu yinlian bijue” 生化超度陰煉祕訣 (Istruzioni Segrete sulla Purificazione Occulta per il Ritorno alla Vita e la Salvezza delle Anime). Titolo completo: “Yuanshi lingbao ziran jiutian shenghua chaodu yinlian bijue” 元始靈寶自然九

- 天生化超度陰煉祕訣. Periodo Song. In *Lingbao wushang duren shangjing dafa* 靈寶無量度人上經大法, cap. 57. *Daozang*, num. 219.
- Shiji* 史記 (Memorie dello Storico). Sima Qian 司馬遷, ca. 90 a.C. Ed. Zhonghua shuju (Pechino, 1985).
- Wushang biyao* 無上祕要 (I Supremi Principi Essenziali). Tardo VI secolo. *Daozang*, num. 1138.
- Wuzhen zhizhi* 悟真直指 (Spiegazioni Dirette sul Risveglio alla Realtà). Liu Yiming 劉一明 (1734-1821). Ed. *Jingyin Daoshu shi'er zhong* 精印道書十二種 (Jiangdong shuju, 1913).
- Xiuzhen biannan* 修真辨難 (Discriminazioni sulla Coltivazione della Realtà). Liu Yiming 劉一明 (1734-1821). Ed. *Jingyin Daoshu shi'er zhong* 精印道書十二種 (Jiangdong shuju, 1913).
- Xiuzhen houbian* 修真後辨 (Ulteriori Discriminazioni sulla Coltivazione della Realtà). Liu Yiming 劉一明 (1734-1821). Ed. *Jingyin Daoshu shi'er zhong* 精印道書十二種 (Jiangdong shuju, 1913).
- Yijing* 易經 (Libro dei Mutamenti). Parti originali, tardo IX secolo a.C.; appendici, ca. 350-250 a.C. Testo in *Zhouyi yinde* 周易引得 (*A Concordance to Yi Ching*). Pechino: Harvard-Yenching Institute, 1935.
- Zhuangzi* 莊子 (Il Maestro Zhuangzi). Parti originali, IV secolo a.C.; completato nel II secolo a.C. Ed. Guo Qingfan 郭慶藩, *Zhuangzi jishi* 莊子集釋 (Pechino: Zhonghua shuju, 1961).

## Studi

- Andersen, Poul. “*Jiao* [Offering]”. In *The Encyclopedia of Taoism*, a cura di Fabrizio Pregadio, 1: 539-44. London: Routledge, 2008.
- . “Talking to the Gods: Visionary Divination in Early Taoism (The Sanhuang Tradition)”. *Taoist Resources* 5.1 (1994): 1-24.

- . *The Method of Holding the Three Ones: A Taoist Manual of Meditation of the Fourth Century A.D.* London e Malmö: Curzon Press, 1979.
- . “The Practice of Bugang”. *Cahiers d’Extrême-Asie* 5 (1989-90): 15-53.
- Baldrian-Hussein, Farzeen. *Procédés secrets du joyau magique: Traité d’alchimie taoïste du XIe siècle.* Paris: Les Deux Océans, 1984.
- Barrett, T.H. “Reading the *Liezi*: The First Thousand Years”. In *Riding the Wind with Liezi: New Perspectives on the Daoist Classic*, a cura di Ronnie Littlejohn e Jeffrey W. Dippmann, 15-30. Albany: State University of New York Press, 2011.
- . *Taoism under the T’ang: Religion and Empire during the Golden Age of Chinese History.* London: Wellsweep Press, 1996.
- Benn, Charles D. “Daoist Ordination and Zhai Rituals in Medieval China”. In *Daoism Handbook*, a cura di Livia Kohn, 309-39. Leiden: E.J. Brill, 2000.
- . *The Cavern-Mystery Transmission: A Taoist Ordination Rite of A.D. 711.* Honolulu: University of Hawaii Press, 1991.
- Berling, Judith. “Self and Whole in Chuang-tzu”. In *Individualism and Holism: Studies in Confucian and Taoist Values*, a cura di Donald Munro, 101-19. Ann Arbor: Center for Chinese Studies, The University of Michigan, 1985.
- Bokenkamp, Stephen R. “Daoism: An Overview”. In *The Encyclopedia of Religion*, a cura di Lindsay Jones, 4: 2176-92. Seconda edizione. New York and London: Macmillan, 2005.
- . “Daoism and Buddhism”. In *Encyclopedia of Buddhism*, a cura di Robert E. Buswell, Jr., 197-201. New York: Macmillan Reference USA, 2004.
- . “Death and Ascent in Ling-pao Taoism”. *Taoist Resources* 1.2 (1989): 1-20.
- . *Early Daoist Scriptures.* Berkeley: University of California Press, 1997.
- . “Lingbao”. In *The Encyclopedia of Taoism*, a cura di Fabrizio Pregadio, 1: 663-69. London: Routledge, 2008.



## GLOSSARIO

- An Lushan 安祿山 (703-57)  
*bagua* 八卦 (otto trigrammi)  
Baiyun guan 白雲觀 (Abbazia della Nuvola Bianca)  
*bamai* 八脈 (otto vasi)  
Bao Xi 包犧 (altro nome di Fu Xi)  
*Baopu zi* 抱朴子 (Il Maestro che Abbraccia la Natura Spontanea)  
*baoshou* 保守 ('conservare e custodire')  
*baoyi* 抱一 (Abbracciare l'Unità)  
*beidou* 北斗 (Orsa Maggiore)  
Beizong 北宗 (Lignaggio del Nord)  
*bigu* 辟穀 (astenersi dai cereali)  
*bigua* 辟卦 (esagrammi primari)  
*biqu* 閉氣 (trattenere il respiro)  
*bu* 部 (dipartimento)  
*bugang* 步綱 (Passeggiare sulla Rete Celeste)  
*buqi* 布氣 (diffondere il respiro)  
*busi* 不死 ('non morire', immortalità)  
*Cantong qi* 參同契 (Sigillo dell'Unità dei Tre)  
Chan 禪 (scuola buddhista)  
Changsheng dajun 長生大君 (Grande Signore della Lunga Vita)  
*changsheng* 長生 (lunga vita, longevità)  
*chaofan rusheng* 超凡入聖 ('trascendere l'ordinario ed entrare nella santità')
- Cheng Xuanying 成玄英 (fl. 631-50)  
*chiqi* 赤氣 (soffio rosso)  
Chizi 赤子 (Bambino Rosso)

- Chuci* 楚辭 (Canti di Chu)  
*chui* 吹 (suono emesso durante le pratiche di respirazione)  
*Chunqiu fanlu* 春秋繁露 (Rigoglio di Rugiada sugli *Annali delle  
 Primavera e degli Autunni*)  
*chunyang* 純陽 (Yang Puro)  
*cun* 存 ('mantenere [il pensiero]'; visualizzare)  
 Da Daojun 大道君 (Grande Signore del Dao)  
*Dadong zhenjing* 大洞真經 (Vero Libro della Grande Caverna)  
 Daluo 大羅 (Grande Velo)  
*dan* 丹 (elisir)  
*danshi* 丹室 (Camera dell'Elisir)  
*dantian* 丹田 (Campo di Cinabro)  
 Danyuan 丹元 (Origine del Cinabro)  
 Dao, *dao* 道 (Via)  
*Daode jing* 道德經 (Libro della Via e della sua Virtù)  
 Daode tianzun 道德天尊 (Venerabile Celeste del Dao e della sua  
 Virtù)  
*daojia* 道家 ('casa', 'famiglia', o 'lignaggio del Dao')  
*daojiao* 道教 ('insegnamenti del Dao' o 'sul Dao')  
 Daojun 道君 (Signore del Dao)  
*daoshi* 道士 ('maestro del Dao', sacerdote taoista)  
*daoyin* 導引 ('guidare [il qi] e distendere [le membra]')  
*Daozang* 道藏 (Canone Taoista)  
*de* 德 (virtù, efficacia, potere)  
*di* 帝 (imperatore)  
 Ding, Cuoco 庖丁 (personaggio del *Zhuangzi*)  
*dixian* 地仙 (immortalità terrena)  
 Diyi zunjun 帝一天尊 (Venerabile Signore Imperatore Uno)  
*diyu* 地獄 (Prigioni Terrestri; inferno)  
*dizhi* 地支 (rami terrestri)

GLOSSARIO

- Dong Zhongshu 董仲舒 (ca. 179-105 a.C)  
*dongfang* 洞房 (Camera-Caverna)  
 Dongshen 洞神 (Caverna dello Spirito)  
 Dongxuan 洞玄 (Caverna del Mistero)  
 Dongzhen 洞玄 (Caverna della Realtà, o della Perfezione)  
 Doumu 斗姆 (Madre dell'Orsa Maggiore)  
 Du Guangting 杜光庭 (850-933)  
*du* 度 (oltrepassare, andare al di là)  
 Duan Yucai 段玉裁 (1735-1815)  
*duan* 段 (stadio)  
*dumai* 督脈 (Vaso di Controllo)  
*Duren jing* 度人經 (Libro della Salvezza)  
*fandao* 返道 (tornare al Dao)  
*fangshi* 方士 (maestri dei metodi)  
*fangzhong shu* 房中術 (arti della camera da letto)  
*fantai* 返胎 (ritorno all'embrione)  
*fashi* 法師 (maestri rituali)  
 Feng 封 (nome di una cerimonia imperiale)  
 Fengdu 豐都 (nome del regno dei morti)  
*fu* 符 (talismano)  
*fu* 釜 (croggiolo)  
 Fu Xi 伏羲 (imperatore mitico)  
*fuqi* 伏氣 (soffio custodito)  
*fusheng* 復生 ('nuova nascita', rinascita)  
*gaiming* 改名 (cambiare nome)  
*gaiming* 改命 (cambiare destino)  
*ganying* 感應 ('impulso e risposta', risonanza)  
 Gaozu 高祖 (imperatore Tang, r. 618-27)  
 Ge Chaofu 葛巢甫 (fl. 402)  
 Ge Hong 葛洪 (283-343)

- Ge Xuan 葛玄 (164-244)  
*gongde* 功德 (Merito)  
*guan* 官 (postazione)  
*guan* 灌 (irrigare)  
 Guangcheng zi 廣成子 (maestro di Huangdi)  
 Guanyin 觀音 (nome di una divinità)  
*guanyuan* 關元 (Origine della Barriera)  
*Guanzi* 管子 (Il Maestro Guanzi)  
 Guo Xiang 郭象 (252?-312)  
 Guodian 郭店 (sito archeologico)  
*guoqiao* 過橋 (Attraversamento del Ponte)  
 Hangzhou 杭州 (Zhejiang)  
 Hanzhong 漢中 (Sichuan)  
 Hao Datong 郝大通 (1140-1213)  
 Hao Guangning 郝廣寧 (altro nome di Hao Datong)  
*heche* 河車 (Carro del Fiume)  
*hedao* 合道 (unirsi al Dao)  
*heqi* 合氣 (Unione dei Soffi)  
 Heshang gong 河上公 (trad. II secolo d.C.)  
*houtian* 後天 (postceleste, 'posteriore al Cielo')  
*hua* 化 (trasformare)  
 Huainan 淮南 (nome di un regno)  
*Huainan zi* 淮南子 (Il Maestro dello Huainan)  
 Huan 漢桓帝 (imperatore Han, r. 146-68 d.C.)  
*huan* 還 (ritornare)  
*huandan* 還丹 (Elisir del Ritorno)  
*huandao* 還丹 (tornare al Dao)  
 Huang-Lao dao 黃老道 (Via dell'Imperatore Giallo e di Laozi)  
 Huangdi 黃帝 (Imperatore Giallo)  
*Huangdi neijing* 黃帝內經 (Libro Interno dell'Imperatore Giallo)



