

La pratica dell'immanenza

Yoga di Emmanuel Carrère.

di [Daniela Angelucci](#) – 12 Luglio 2021



All'inizio degli *Yoga Sutra* di Patanjali, testo millenario della letteratura indiana e trattato di meditazione e psicologia della mente, viene proposta una definizione dello yoga che riassume l'intero sistema, e che si può tradurre in questo modo: "Lo yoga è la cessazione degli stati mutevoli della mente". Non è il caso di addentrarsi tra le differenze delle numerose possibili traduzioni, concernenti soprattutto cosa intendere come cessazione (eliminazione? diminuzione? trasformazione?), ma anche riguardanti la difficoltà di tradurre con *mente* un sostantivo sanscrito (*citta*) ben più complesso. Quello che si può dire però è che al centro di queste poche parole c'è un nodo teorico che ha impegnato e impegna da millenni anche la filosofia occidentale: il lavoro incessante della nostra mente è ciò che ci caratterizza in quanto umani, ciò che consente la produzione di opere e di imprese della cultura e del pensiero, ma questa stessa potenzialità è ciò che ci dannava, che ci rende inquieti, che ci porta sempre altrove, un po' più in là, verso il futuro, oppure indietro nel passato, separandoci dal nostro presente e dalla vita in sé.

Le attività e le immagini mentali descritte come stati mutevoli, come vortici, sono indicate in sanscrito con il sostantivo *vṛtti* (quasi una onomatopea, si potrebbe dire un

po' scherzosamente) la cui radice *vṛt* significa girare, ruotare, sottolineandone l'aspetto attivo, frenetico, divagante. Inoltre, il commentatore degli *Yoga Sutra* Edwin F. Bryant scrive che «se *citta* è il mare, le *vṛtti* sono le onde, le forme specifiche che assume» (Bryant 2019, p. 65). **E poiché le onde non sono certamente pensabili separate dal mare dal punto di vista della sostanza, la nostra mente è letteralmente fatta, costituita, formata di vortici, è movimento perenne.** Pensare di arrestare questi vortici – o, in altre parole, di invertire la nostra tendenza a trascendere il presente corporeo immergendoci in una esperienza di godimento della vita immanente – è dunque un compito che si presenta quasi come impossibile, al di là dell'umano. Non a caso, l'ultimo livello dello yoga, il suo culmine, è il *samādhi*, unione con il divino. In termini occidentali potremmo tradurre questo stato di beatitudine e di unità come superamento del dualismo tra mente e corpo, spirito e materia.

Il tentativo di superare il dualismo di cui, nella nostra tradizione, Cartesio è il nome (quasi un marchio, chissà quanto fino in fondo meritato) è una operazione che pochi autori occidentali hanno in effetti messo al centro del loro pensiero, ma che trova per esempio una sua apparizione nel concetto deleuziano, e prima ancora spinoziano, di immanenza assoluta. Se Gilles Deleuze, anche insieme a Félix Guattari nel volume *Mille piani*, individua vari modi per esperire l'immanenza – di cui il più efficace è l'arte con la sua capacità di fare un uso non meramente comunicativo del linguaggio –, lo yoga propone la pratica. **La pratica yoga, in cui l'attenzione prima concentrata su un punto si diffonde in tutto il corpo, lentamente, faticosamente, conduce a un fare senza più fare, esperienza sfuggente che tuttavia può esperire, magari solo per un attimo, anche il principiante.**

Ma l'interrogativo a cui rispondono la nozione di immanenza, lo stato del *samādhi*, la pratica e il "sistema" yoga, è in fondo lo stesso: posto che l'umano è colui che continuamente trascende il proprio presente e il proprio corpo attraverso la perenne attività mentale, **come far cessare (eliminare? diminuire? trasformare?) questa inquietudine che a volte diviene un vero e proprio tormento, e aderire – solo per un momento, puntualmente – a quella che Deleuze chiamava la vita immanente, e che lo yoga chiama unione, assorbimento del sé?** Poiché siamo irrimediabilmente occidentali, un corollario di questa domanda potrebbe chiedersi se è sempre auspicabile tale contatto immediato con le forze vitali, con i sensi e la gioia del corpo, se è desiderabile una esperienza di rinuncia allo schermo della cultura, del simbolico, del linguaggio.

Queste domande impossibili, senza risposta, sono anche quelle al centro dell'ultimo libro di Emmanuel Carrère che, contrariamente a quello che si dice in molte recensioni pubblicate alla sua uscita, preoccupate per lo più di censurare l'egocentrismo e il

narcisismo dell'autore o impegnate in una stucchevole disamina di ciò che è vero e ciò che è falso nel racconto, è *proprio un libro sullo yoga*. E, aggiungerei, è proprio un libro, scritto con competenza e capacità di catturare i lettori, e cioè è letteratura, qualcosa che parla a tutti, che dà da pensare, non qualcosa che serve come oggetto per giudizi morali o indagini biografiche. Insomma, tornando a ciò che ci interessa, dobbiamo dare credito al suo titolo, *Yoga*. **Al centro di ogni vicenda raccontata, e molte vicende accadono a Carrère o vengono da lui immaginate, c'è infatti sempre la preoccupazione della possibilità di acquietare la vorticosità mentale, a volte dannazione ma a volte anche piacere, scoperta, appagamento.**

La lotta tra queste due possibilità, la contraddizione insita in questa descrizione, è mostrata quasi plasticamente nella prima parte del libro. L'autore, impegnato in un seminario intensivo di meditazione Vipassana in cui si pratica il silenzio e l'isolamento assoluto, viene richiamato a Parigi dove nel frattempo è avvenuta la strage della redazione di Charlie Hebdo, durante la quale è morto un suo amico. Di fronte all'imperturbabilità dei suoi compagni di meditazione rispetto alle esigenze dell'amicizia, della professione, dei rapporti umani, l'autore si dichiara diviso. E poi ancora, nella parte centrale del libro, in cui Carrère racconta la sua esperienza nell'ospedale psichiatrico di Sainte Anne, è in atto la stessa urgenza: **qui la necessità di acquietare i tormenti dell'attività mentale mostra il suo volto più doloroso, quello della terapia elettroconvulsiva cui l'autore viene sottoposto.**

Non a caso è François Roustang, psicoanalista che ha frequentato i seminari di Lacan, a **suggerire a Carrère di attraversare l'orrore provando a non opporsi**: «Quello che sta vivendo è orribile: bene. Lo viva. Vi aderisca. Sia quell'orrore. Se deve morire, ne morirà. Non cerchi né ragioni né mezzi per uscirne. Non faccia niente, lasci perdere: solo così può verificarsi un cambiamento». Non a caso, perché la dimensione del reale lacaniano, rispetto al quale la realtà che viviamo è l'elaborazione mediata appunto attraverso l'attività mentale, simbolica e immaginaria, è un altro concetto che descrive la vitalità (e l'orrore) del contatto immediato con l'immanenza, e con cui potremmo far risuonare la definizione di yoga.

Infine, la contraddizione tra trascendenza dei pensieri e immanenza del corpo, della vita, tormenta Carrère relativamente all'attività dello scrivere, in una riproposta dell'interrogativo di ogni autore, letterato, filosofo: scrivere o vivere? Osservare o aderire al reale della vita? **Sono molti i passi di questo *memoir*, romanzo, autobiografia, in cui Carrère gira intorno a questa scissione della sua vita da reporter e da pensatore, soprattutto ricordando continuamente ai lettori il medium della scrittura, riportando i pensieri e le vere e proprie giravolte mentali sorte durante la stesura, quando per**

esempio lo scrittore incita se stesso a non rimandare ad altri suoi libri senza spiegazione, tentando di abbandonare l'illusione, la speranza, che i suoi lettori conoscano tutti i suoi libri. Per questo motivo, è commovente ma anche straziante il finale del libro, in cui Carrère guarda con desiderio ma anche con malinconia e nostalgia alla giovane donna, il suo nuovo amore, che sale leggera in una verticale gioiosa e spensierata, praticando yoga "come tutte le ragazze del mondo", lasciandosi andare ai movimenti felici del corpo al di là o al di qua di ogni tormentata alternativa.

Riferimenti bibliografici

E.F. Bryant, *Gli Yoga sūtra di Patanjali*, Edizioni mediterranee, Roma 2019.

G. Deleuze, F. Guattari, *Mille piani. Capitalismo e schizofrenia*, Orthotes, Napoli-Salerno 2017.

J. Lacan, *Il seminario XXIII. Il sinthomo*, Astrolabio, Roma 2006.

E. Carrère, *Yoga*, Adelphi, Milano 2021.