

CHAKRA ASTRALI E CENTRI ETERICI SECONDO L'ANTROPOSOFIA

di Gabriele Burrini

Sull'onda del movimento New Age si è attualmente diffuso un vasto e capillare interesse per la dottrina orientale dei chakra¹, un interesse oggi finalizzato soprattutto a scopi salutistici, nel senso che i chakra vengono intesi come centri energetici grazie alla cui attivazione il corpo umano può ripristinare la naturale armonia psico-fisica corrosa dalle tensioni quotidiane e dallo stress. Questa è la strada del Reiki, della cristalloterapia, della cromoterapia dei chakra e del balancing dell'aura, nei quali è perlopiù un operatore-guru che attiva i chakra del "paziente" imponendo su di essi le mani o collocando particolari cristalli o fasci di luce.

Diverso era l'uso della dottrina dei chakra secondo lo yoga indiano, che in essi vide le tappe di un severo cammino interiore di liberazione, fatto di meditazioni sulle Scritture, di recitazioni liturgiche dei mantra, di autocontrollo del respiro e di posture fisiche: un cammino mistico, insomma, o "mentale", che apriva l'anima umana al colloquio con l'Assoluto. Secondo lo yoga indiano sono sette i chakra disposti lungo l'asse centrale del corpo (sushumnâ), coincidente con la colonna vertebrale: sahasrâra-cakra o chakra coronale dai mille petali (nel luogo della fontanella), ajña-cakra o chakra frontale a due petali (fra le sopracciglia), vishuddha-cakra o chakra della laringe a sedici petali, anâhata-cakra o chakra del cuore a dodici petali, manipûra-cakra o chakra del plesso solare a dieci petali, svâdhishtana-cakra o chakra ipogastrico a sei petali, mûlâdhâra-cakra o chakra della radice a quattro petali. Sui petali sono iscritte le consonanti e le vocali dell'alfabeto sanscrito, utilizzate come mantra specifici per il risveglio di ciascun chakra.

Lo stesso cammino "mentale" dei chakra si ritrova nel buddhismo. Nel Piccolo Veicolo (Theravâda), tuttavia, la dottrina dei chakra era assente. Essa compare soltanto nel buddhismo tantrico Vajrayâna, sviluppatosi intorno al VII secolo d.C. e diffusosi in Tibet. Questa corrente ammette però soltanto quattro chakra: il chakra coronale, il chakra della laringe, il chakra del cuore, il chakra dell'ombelico, corrispondenti rispettivamente ai quattro corpi sottili che il Vajrayâna attribuisce al Buddha: il Sahajakâya, il Sambhogakâya, il Dharmakâya e il Nirmanakâya², che sono rispettivamente il Corpo della Grande Beatitudine, il Corpo di comunione con i Bodhisattva (gli angeli buddhisti, in senso lato), il Corpo della Legge, il Corpo apparizionale o fisico.

Come far rivivere, in modo idoneo alla civiltà moderna, questa lontana "mappa interiore", questa affascinante "geografia dell'anima", connessa con il mondo degli archetipi spirituali? Nel rispondere a tale quesito Rudolf Steiner dà del sistema dei chakra una personale interpretazione contenuta in L'iniziazione (Ed. Mediterranee, Roma 1999) e in La scienza occulta (Milano 1969, pp. 283, 299 e sgg.). Cercheremo di riassumerla.

Che funzione hanno secondo Steiner i chakra?

Come i cinque sensi sono gli strumenti di percezione di cui è dotato il corpo fisico, così i chakra, una volta ridestati da una giusta disciplina spirituale, diventano gli strumenti di percezione di cui è dotato il corpo astrale³: nuove antenne che guidano l'anima umana a percepire le segrete connessioni dei regni della natura con l'uomo. R. Steiner considera i seguenti quattro chakra in senso discendente:

1. Chakra vicino alla laringe, a sedici petali
2. Chakra della regione del cuore, a dodici petali
3. Chakra vicino alla bocca dello stomaco (plesso solare), a dieci petali
4. Chakra presso l'ombelico (ipogastrico), a sei petali.

Nell'uomo comune - sostiene Steiner - i chakra, anche se esistenti, appaiono di colore scuro e sono immobili, invece in chi pratica la disciplina spirituale i chakra assumono un colore chiaro e una certa mobilità, un effetto di rotazione. La disciplina, infatti, in quanto favorisce l'evoluzione spirituale, dà come primo risultato la purificazione del corpo astrale, quindi di tutta la nostra attività mentale e sensoriale, e produce determinate modificazioni proprio a livello dei chakra.

I chakra astrali e il ruolo dell'immaginazione

Il cammino immaginativo che porta ad attivare questi quattro chakra è un percorso di autodomínio interiore, di educazione morale, di fiducia nelle sane potenzialità dell'Io. La via indicata da R. Steiner ha in sé le forze della morale stoica o buddhista, in quanto educa il singolo individuo non al rispetto di incomprensibili norme o di inaccessibili dogmi, ma a sviluppare le virtù umane più positive, quelle che possono accrescere l'amore per la conoscenza.

1. Chakra della laringe. Il percorso spirituale che Steiner suggerisce per ridestare il chakra della laringe, è molto simile all'Ottuplice Sentiero buddhista: retta visione, retta rappresentazione, retta parola, retto agire, retto metodo di vita, retto sforzo, retta consapevolezza, retta concentrazione. R. Steiner dà, però, una sua libera interpretazione dell'Ottuplice Sentiero, più adeguata al mondo moderno. Questi otto tipi di esercizi di autocontrollo, che sono quasi un codice morale di impronta stoica atto a favorire la temperanza, risveglieranno otto petali di questo chakra; gli altri otto, suggerisce Steiner, si ridesteranno da soli, perché in realtà già si sono formati e attivati in una lontanissima epoca, quando l'uomo li ha ricevuti come doni di natura. Attualmente dunque essi ricompaiono da soli con il risveglio dei primi otto. Ma se il seguace della disciplina spirituale non cura abbastanza l'aspetto logico e razionale della sua educazione interiore, se rinuncia alla lucidità del pensare lasciando prevalere in sé la fantasticheria o il sensazionalismo, allora potrà succedere che la pratica meditativa porti a tener desti soltanto gli otto petali di cui la natura ci fece dono. L'Ottuplice Sentiero indicato da R. Steiner non è ancora la vera e propria disciplina additata dalla Scienza dello spirito: essa è soltanto un primo invito a coltivare l'interiorità in nome di un'etica di perfezionamento, di una volontà di nobilitazione, di un modello di saggezza quale può essere il saggio greco o l'asceta buddhista che è signore di sé e dominatore delle sue passioni. Questo il cammino che Steiner addita a chi ricerca la consapevolezza, finché la sorveglianza su di sé non sia diventata abitudine. Avverte peraltro il fondatore dell'antroposofia che lo sviluppo irregolare di un chakra può portare non solo a fantasticherie, ma anche a un certo squilibrio interiore, con l'accentuazione della paura, dell'invidia, della vanità, dell'orgoglio, dell'ostinazione, insomma a un disordinato accrescersi della sensibilità visionaria.

Funzione del chakra della laringe: il risveglio di questo chakra dà la possibilità di penetrare con lo sguardo illuminato nel modo di pensare di un altro essere; schiude la visione profonda delle leggi dei fenomeni naturali che verranno percepite in modo immaginativo, come figure dalle diverse forme. Un pensiero di vendetta assumerà allora figura appuntita, un pensiero benevolo apparirà sotto forma di fiore che si schiude; pensieri esatti si riveleranno sotto forma simmetrica.

2. Chakra del cuore. Anche in questo caso, come nel precedente, verrà sviluppata con la disciplina soltanto la metà dei petali, in questo caso sei; gli altri sei petali ricompariranno da soli. Il chakra del cuore si attiva attraverso l'educazione di sei qualità, così indicate dalla Scienza dello spirito: controllo della logicità dei pensieri, controllo delle azioni logicamente concatenate l'una all'altra, perseveranza, comprensione per gli altri, spregiudicatezza, imperturbabilità fra gioia e dolore.

Funzione del chakra del cuore: questo chakra ci permette di toccare con mano il modo di sentire di altre anime, la sensibilità degli animali e delle piante. Le percezioni si rivelano in questo caso non sotto forma di immagini, bensì attraverso una modalità interiore paragonabile al senso di freddo e di caldo. Tutto ciò che cresce e si sviluppa suscita calore interiore; tutto ciò che appassisce o muore suscita freddo interiore. Se però si persegue uno sviluppo irregolare di queste qualità, si finisce con il diventare troppo sensibili agli altri: si percepiscono i sentimenti altrui, ma ci si allontana dal prossimo; si percepisce la "freddezza" delle altrui opinioni ma si diventa ostili a chi le concepisce. Anche in questo caso R. Steiner ribadisce la necessità dell'adeguata preparazione morale come propedeutica alla disciplina interiore: chi farà a meno di questa dimensione etica andrà incontro, nel

corso del cammino spirituale, a errori e illusioni.

3. Chakra dello stomaco. Per attivare questo chakra occorre imparare a conoscere l'origine delle proprie sensazioni: da che cosa sorge un' impressione, un ricordo? Suggestioni, impressioni, ricordi, stati d'animo sorgono molto spesso da una zona profonda dell'anima umana, che la psicologia chiama inconscio. Chi segue una via spirituale deve però liberarsi dal dominio di questa zona, deve sottrarsi alle illusioni che possono provenire dalle sensazioni, prestando fede soltanto a ciò che realmente ha visto e udito.

Funzione del chakra dello stomaco: ci consente di conoscere le qualità nascoste delle anime ma anche il ruolo vivente che animali, piante, minerali e fenomeni atmosferici hanno nell'economia della Terra. Se il risveglio dei precedenti chakra si manifestava attraverso la forma e il calore, ora il risveglio del chakra dello stomaco si rivela attraverso la luce e il colore.

4. Chakra dell'ombelico. Questo chakra si ridesta quando nell'essere umano non vi sono contraddizioni interiori fra corpo, anima e spirito, quando tutto è in armonia. Ma se il corpo ha ancora bisogno di un eccitante, è inutile costringerlo; se l'anima ha ancora bisogno di emozioni è inutile vietargliele. "Una virtù la cui pratica costa sforzo non ha per l'esoterismo alcun valore", scrive Steiner.

Funzione del chakra dell'ombelico: ridestando questo chakra si entra in contatto con gli esseri dei mondi superiori quando essi, dal mondo spirituale, discendono verso di noi e si fanno percepibili sul piano astrale.

I centri eterici ridestati dall'ispirazione e dall'intuizione

Il sentiero dell'immaginazione, fin qui illustrato, purificando il corpo astrale e ridestando i chakra, fornisce all'uomo nuove antenne che consentono di percepire certi fenomeni sovrasensibili. Ma questo è solo la prima parte del cammino.

Il successivo percorso spirituale coincide con lo sviluppo degli altri due gradi della conoscenza superiore, l'ispirazione e l'intuizione, che si realizzano attraverso la purificazione del corpo eterico e l'ascolto della "parola interiore". Solitamente l'uomo non è consapevole della sua vita eterica e dei movimenti di questo corpo sottile, che è alla base di tutti i fenomeni vitali. Ma se l'uomo persegue un cammino di conoscenza che lo porta ad acquisire capacità sovrasensibili, allora può vivere una nuova vita che lo renderà cosciente della propria attività eterica e spirituale.

Il nuovo percorso prende avvio dal fatto che i chakra astrali, una volta risvegliati, destano il movimento delle correnti eteriche nella regione del cuore, le quali vanno ad animare tutta la dimensione interiore del meditante: sono come un focolare che leva alte fiamme verso l'alto, verso il polo neuro-sensoriale (la testa). Si formano così i tre nuovi centri eterici dell'essere umano: i centri della testa, della laringe e del cuore.

1. Centro eterico della testa. Il primo centro eterico che si crea in seguito agli esercizi di concentrazione e di meditazione si trova nella testa, dove tali esercizi danno come primo frutto il "pensiero libero dai sensi", che si raccoglie in un centro del quale il meditante ottiene completa padronanza. Questo primo centro sorge dall'acquisizione di una ben precisa qualità: la capacità di scindere nei propri pensieri la verità dalla semplice opinione. Questa qualità è la prima delle "quattro qualità" che consentono alle forze attivate dagli esercizi di maturare e al meditante di ottenere la conoscenza superiore, come si legge nel libro *Iniziazione*. Di questo centro ha scritto anche M. Scaligero (*Tecniche della concentrazione interiore*, Ed. Mediterranee, Roma 1975, p. 92), dicendo che esso è localizzabile tra l'epifisi e l'ipofisi, ghiandole che nel cervello rappresentano due poli opposti - introversione ed estroversione -, che si accordano solamente grazie all'animazione del centro eterico della testa.

2. Centro eterico della laringe. Una volta consolidato il centro della testa, questo favorisce, attraverso nuovi esercizi di concentrazione, la formazione del centro eterico nella regione della laringe. Da tale centro si dipartiranno nuove correnti eteriche che saliranno al chakra a due petali (fra le sopracciglia) e poi passeranno lungo le mani, formando attorno al corpo eterico un "tessuto" di correnti, che avrà il compito di percepire tutto ciò che al soggetto affluisce dall'ambiente circostante. Questo centro viene portato a maturazione dalla pratica della "seconda qualità": la

giusta valutazione della realtà oltre ogni parvenza. Occorre rendersi conto che anche l'azione più umile e insignificante - come un gesto della mano - ha la sua funzione nell'economia dell'universo: l'importante è che ogni pur piccola azione venga compiuta con consapevolezza.

3. Centro eterico del cuore. Intensificando gli esercizi di concentrazione e di meditazione, l'uomo consolida un nuovo centro nella regione del cuore, la cui maturazione è dovuta alla quarta "qualità"⁴, che comprende l'amore per la libertà interiore, il desiderio del superamento di sé, della propria natura personale, del "proprio" punto di vista. Questo è il momento in cui il cercatore dello Spirito acquisisce il dono della "parola interiore": le cose e i fenomeni gli rivelano la loro vera natura spirituale; il meditante afferra in modo vivo gli insegnamenti dei grandi maestri dell'umanità, come i discorsi del Buddha o i Vangeli.

Una volta che si sono destati questi centri eterici, si apre per il meditante una vita nuova. Per esempio, se ora percepisce attraverso il vishuddha-chakra determinate figure sovrasensibili, sarà cosciente non solo della loro diversa provenienza (se cioè derivano da oggetti costruiti dall'uomo oppure da minerali, vegetali, animali), ma saprà anche di poter agire su queste figure attraverso pensieri e sentimenti.

Secondo Rudolf Steiner la mappa interiore dell'uomo è dunque la seguente in senso evolutivo:

1. Chakra laringeo, a sedici petali = Ottuplice Sentiero.
2. Chakra della regione del cuore, a dodici petali = Sei qualità: logicità dei pensieri, azioni logicamente concatenate l'una all'altra, perseveranza, comprensione per gli altri, spregiudicatezza, imperturbabilità fra gioia e dolore.
3. Chakra del plesso solare, a dieci petali = Consapevolezza delle forze inconse.
4. Chakra ipogastrico, a sei petali = Accordo fra corpo, anima e spirito.
5. Centro eterico della testa = La capacità di scindere nei propri pensieri la verità dall'opinione.
6. Centro eterico della laringe = La giusta valutazione della realtà oltre ogni parvenza.
7. Centro eterico del cuore = L'amore per la libertà interiore, il desiderio del superamento di sé, della propria natura personale, del "proprio" punto di vista.

NOTE

1 In sanscrito si scrive cakra ma si legge "ciakra". La grafia "chakra" nacque dalla trascrizione inglese del termine sanscrito.

2 Cfr. G. Burrini, "Il buddhismo e la Scienza dello spirito", in R. Steiner, Buddha, Ed. Antroposofica, Milano 1997.

3 Secondo R. Steiner l'essere umano possiede quattro corpi incarnati: il corpo fisico (corrispondente al regno minerale e rappresentato elettivamente dallo scheletro), il corpo eterico (o vitale, corrispondente al regno vegetale e rappresentato nell'uomo dal sistema ghiandolare), il corpo astrale (corrispondente al regno animale e mediato dall'attività del sistema nervoso), l'Io, di cui è dotato solo l'essere umano e mediato dal sistema sanguigno). L'uomo è però destinato a sviluppare in futuro anche altri corpi superiori: il Manas, la Buddhi e l'Atman. Cfr. A. Gallerano - G. Burrini, L'antroposofia. Il messaggio di Steiner, Xenia, Milano 1996, p. 46.

4 La "terza qualità" riassume le "sei qualità" destinate, come si è visto, ad attivare il chakra del cuore, o anâhata-chakra.

BIBLIOGRAFIA

- Avalon A., *Il potere del Serpente*, Ed. Mediterranee, Roma 1968. I chakra secondo lo yoga tantrico hindu.
- Dasgupta S. B., *Introduzione al buddhismo tantrico*, Ubaldini, Roma 1977. Punto di vista buddhista.
- Eliade M., *Le Yoga, immortalité e liberté*, Parigi 1954, pp. 241 e sgg.
- Johari H., *Chakras. Energia vitale*, Armenia, Milano 1993. I chakra secondo un moderno guru tantrico.
- Nâropâ, *Iniziazione. Kâlacakra*, a cura di R. Gnoli e G. Orofino, Adelphi, Milano 1994. Punto di vista del buddhismo tibetano.
- Pigani E., *Channel. I medium della Nuova Era*, Ed. Mediterranee, Roma 1993, pp. 88-89 e pp. 181-183. Punto di vista del New Age.
- Scaligero M., *Kundalini d'Occidente. Il centro umano della potenza*, Ed. Mediterranee, Roma 1980. Cap. 6: "Il Centro della Forza" relativo al centro del volere (plesso solare o hara).
- *La Via della Volontà solare. Fenomenologia dell'Uomo interiore*, Tilopa, Roma 1962. Cap. V: "Il sole che splende tra gli occhi" relativo al centro eterico della testa e all'ajñacakra.
 - *Psicoterapia. Fondamenti esoterici*, Perseo, Roma 1974: § 36, "Il centro delle forze di vita".
 - *Tecniche della concentrazione interiore*, Ed. Mediterranee, Roma 1975. Cap. XIII "Il centro della Forza" e cap. XIV "L'Io e il centro della Forza".
 - *Yoga, Meditazione, Magia*, Teseo, Roma 1971. Cap. XII: "Etere del cuore".