

# IL SOGNO DI SVAPNĀMUDRĀ

## DI

### MESKALILA NUNZIA COPPOLA

#### PROLOGO

La storia di Svapnāmudrā (significato: Gesto rituale del sogno) è un percorso formativo. Le tappe si celano tra le parole del racconto. Ogni passo svela significati personali e collettivi. Come si sa, su di un solo mito, come su di un solo sogno, si può lavorare per un'intera vita, trovando sempre nuove rispondenze. La soluzione assoluta non esiste. Dall'antichità a oggi, una volta l'anno, i ricercatori s'impegnano per una settimana di riflessione su questa storia, al fine di scoprirne nuovi significati e scambiare i risultati delle rispettive ricerche. E non accade mai che la teoria dell'uno sconfessa quella di un altro. I simboli polisensibili sono un'immensa miniera, dove ciascuno può trovare i suoi gioielli. Qualche condizione, tuttavia permane: non ci si può improvvisare e insegnarne il percorso, senza le dovute iniziazioni; nemmeno se si pratica yoga da secoli. Di là da questo, ogni altro approccio è valido.

#### LA STORIA

Questa è una tra le 1001 versioni sulla vita della saggia sognatrice.

Nel Sud dell'India, Svapnāmudrā è conosciuta come sposa di Ākāshya (significato, Fatto di cielo). Nel Kashmir, si parla di lei come profetessa e scrittrice. Nel Bengala e nell'Āssam, qualcuno conserva i frammenti sparsi di una cronaca misteriosa. Molte versioni del mito mi sono state trasmesse, le ho rucuciti e sto per dividerle con voi.

Si chiamava Svapnādevi (Signora del sogno). Sulla sua infanzia si sa poco: leggeva le stelle, scriveva poesie, raccontava storie antiche, parlava 108 lingue e cantava inni sacri. La parte oscura delle sue vicende è nascosta tra le stelle e nelle immagini di un sogno. La parte luminosa inizia con l'amore per Ākāshya, il saggio nato da una sacerdotessa e da un eremita.

Dopo il matrimonio, gli sposi si stabilirono a Benares per dedicarsi alla Dea Mahā Tripurāsundarī.<sup>1</sup> Votati all'ascesi e all'adorazione, i due raggiunsero lo stato di liberati in vita: ai loro occhi, il sasso e la pietra preziosa, il dolore e il piacere, il simile e il diverso, così come tutti gli opposti, avevano lo stesso e identico valore. Semplici, sereni e imperturbabili, per numerosi anni, praticarono i riti occulti e insegnarono il Tantra. Svapnādevi si occupava delle richieste dei discepoli e trasmetteva le dottrine segrete, Ākāshya alimentava l'eterno fuoco sacro, leggeva il cielo e impartiva le iniziazioni. Il loro eremo divenne famoso e si popolò di allievi che arrivavano da tutte le parti dell'India. A un certo punto, stanca di tanta popolarità e desiderosa di solitudine, Svapnādevi convinse il marito ad abbandonare Benares per ritirarsi sulla montagna sacra. In quell'oasi di pace, gli sposi ritrovarono la perdita d'intimità, ma il ritiro durò poco: i discepoli e i devoti che li adoravano, come Dei, li raggiunsero presto.

Trascorsero alcuni anni.

Un mattino di fine maggio, Svapnādevi si recò nella giungla a raccogliere dei fiori. Mentre si avvicinava a un cespuglio di gelsomini, vide un bellissimo e strano cobra dagli occhi argentei e dalla pelle verde. Alla vista del sacro rettile<sup>2</sup>, ella fece l'inchino rituale e gli offrì del latte. Grato, il serpente, le sussurrò:

“Luminosa Signora, specchiarmi nell'universo dei tuoi occhi è più gradevole che bere il latte sacrificale<sup>3</sup>. Lo splendore del tuo sorriso sta tramutando il mio veleno in essenza medicinale.<sup>4</sup> In virtù di questo prezioso incontro, conoscerai le emozioni terrene! Ti prego, chiudi il terzo occhio e guarda il

---

<sup>1</sup> Mahā Tripurāsundarī = Dea che con la sua bellezza protegge lo splendore delle tre città sacre.

<sup>2</sup> Sacro rettile = i serpenti sono sacri. Anche Kundalini, la Dea presente come Energia nei Chakra, ha la forma di un serpente arrotolato. La gola del Dio S'iva è adornata da un cobra.

<sup>3</sup> Latte sacrificale: viene spesso offerto ai serpenti. Inoltre, è considerato un antidoto.

<sup>4</sup> Medicinale = il veleno dei serpenti, in dose ridotta è un potente medicinale. In senso metaforico, nelle pratiche del Tantra, alcuni ingredienti sono considerati veleni che possono uccidere o guarire.

mondo con la tua vista umana”. Così parlò il serpente dagli occhi lunari e dalla pelle di smeraldo. Poi scomparve.

Svapnādevi non ebbe modo di replicare. I voti di asceta la obbligavano ad accogliere qualsiasi dono, si trattasse anche di cosa futile, sgradevole o pericolosa. Subito dopo, un lampo squarciò le nuvole e attraversò il corpo della romita, una pioggia torrenziale cadde sulla terra e il suolo si trasformò in un mare di fango. Quando la donna si accorse di avere i piedi inzaccherati, provò fastidio all’idea che la cavigliera d’oro potesse sporcarsi; così, appena le nuvole diradarono, corse allo stagno per lavarla. Si accorse, mentre si chinava, di provare piacere per alcune cose e disgusto per altre. Il ciottolo e la pietra preziosa non avevano più l’identico valore ai suoi occhi. Comprese che il distacco dalle cose terrene non faceva più parte della sua natura e ammirando il riflesso del proprio viso nelle acque, sussultò, trovandosi un’espressione nuova e sconosciuta. Si accorse che iniziava ad avvertire le dieci emozioni umane<sup>5</sup> e nuove sensazioni. Sorpresa dalle nuove percezioni, quando alzò il capo, ella vide un meraviglioso cigno e riconoscendo in esso il veicolo della Dea Sarasvathi<sup>6</sup>, lo salutò e gli offrì dei frangipani.

Così trascorse un’intera giornata.

Svapnādevi avvertì l’intenso desiderio di rivedere Ākāshya, ma il suono dei cembali provenienti dal tempio, attrasse la sua attenzione e incuriosita, ella corse per assistere al rito serale. Troppo tardi, le porte sacre erano chiuse. Allora, sorpresa e confusa, prese a vagare per la foresta, finché giunse all’ombra di un fico sacro, ove un bellissimo sedicenne dalla pelle dorata e dagli occhi color del sole, fissava un silenzioso e immobile asceta. Era impossibile stabilire l’identità del santo perché il volto era nascosto dalle foglie cadenti dell’albero e il corpo era immerso nell’ombra. La sfuggente immagine dell’anacoreta sembrava inerte, come le ceneri di un fuoco estinto. L’adolescente si prostrò ai suoi piedi, coprendoli con una manciata di ibiscus. Osservando il sedicenne dallo sguardo d’oro, Svapnādevi captò la sua muta richiesta d’aiuto e compassionevole, gli rivolse la parola:

“Giovane ricercatore di verità, tu aspetti invano. Questo eremita è in Nirvikalpa Samādhi<sup>7</sup> e niente potrà ridestarlo, anzi potrebbe persino non far ritorno sulla terra. Se cerchi un maestro, dovrai rivolgerti altrove o attendere per un tempo indefinito.” Così parlò la Risvegliata.

Il giovane dallo sguardo dorato cadde in preda alla disperazione. La donna asceta si avvicinò, gli sfiorò i capelli con una lieve carezza, gli asciugò le lacrime con un lembo del suo sārī e mormorò:

“Ragazzo, tu hai risvegliato il sentimento materno nel mio cuore d’eremita. Voglio donarti VĀK SIDDHI, il potere della parola, l’energia che fa avverare tutto ciò che dici”. Così, annunciò l’asceta commossa, toccando la gola del ragazzo e mormorando il mantra di Sarasvathi, Dea della parola.

Al tocco della saggia, il giovane fu scosso dai brividi e perse i sensi. Ritornato alla coscienza, così rispose:

“Sacerdotessa, tu mi hai appena imprigionato in un dono non richiesto. Avrei preferito diventare muto, piuttosto che ricevere questo temibile potere. Non mi resta che usarlo e lo farò all’istante”. Così affermò il fruitore del sacro dono. Poi, volse il capo verso l’asceta meditante:

“Saggio illuminato, eremita in estatica beatitudine, sei così desideroso di perderti nelle brume dell’universo da non accorgerti della mia presenza. Tu ignori il dolore dei miei piedi lacerati dal lungo cammino. Asceta divino, qual è il valore della tua unione con il Cosmo, se ignori l’altrui sofferenza? Affinché tu possa comprendere la mia angoscia, ti obbligherò a vedere il mondo. Quando la luce della stella mattutina toccherà le tue palpebre, ti ridesterai alla vita umana, ne conoscerai grandezza, miseria,

---

<sup>5</sup> Dieci emozioni = piacere, dolore, allegria, tristezza, collera, tranquillità, coraggio, paura, meraviglia, disgusto.

<sup>6</sup> Sarasvathi o Sarasvati = Dea di tutte le arti, soprattutto della musica e della parola, ma anche della formazione perenne. È rappresentata con un sitar o con una tampura. Il suo veicolo è il cigno.

<sup>7</sup> Nirvikalpa Samādhi = stato in cui la coscienza è indifferenziata, priva di rappresentazioni mentali. Il meditante, la meditazione ed il soggetto su cui si medita diventano una sola realtà. Il termine Samādhi indica anche la morte o la tomba di un asceta.

gioie e imperfezioni.”. Così gridò il giovane toccato dalla Signora della parola ...e questa fu la prima profezia.

Nel cielo era presente l'incantatore di serpenti, Ras Alhague, l'astro più luminoso di Ofiuco. Trascorse l'intera notte.

Le stelle scomparvero dal firmamento, Svapnādevi si avviò verso casa e ivi giunta, si sentì stremata. Per la prima volta, avvertì ansia per l'assenza del marito e temé di perderlo per sempre. Frastornata dalle numerose e sconosciute emozioni, si accoccolò sul gradino della capanna e attese.

Al primo raggio di sole, Ākāshya fece ritorno all'abituro, abbracciò la compagna e le raccontò che uno strano bagliore aveva interrotto, bruscamente, la sua meditazione. Felice di rivederlo, Svapnādevi gli offrì un sorriso, dei fiori, dell'acqua, un dolce e una scodella di riso soffiato. Gli porse poi l'anfora del sacro soma<sup>8</sup>, la misteriosa sostanza per i riti tantrici. Il saggio iniziò a bere ma, accorgendosi di non riuscire a dissetarsi, né a fermarsi, ebbe paura: qualcosa era cambiato in lui, stava perdendo il controllo della mente e il distacco dai bisogni. Guardò il corpo della moglie e sentendo un desiderio folle bruciargli la pelle, sconvolto e fremente, le si avvicinò. Svapnādevi, abituata ai piaceri sottili dell'amplesso rituale, non ritrovò nello sposo il raffinato amante del passato. Ākāshya sviluppò un attaccamento eccessivo per la moglie. Uno strano turbamento lo sconvolgeva al solo vederla e lo faceva piangere di nostalgia a ogni sua assenza. Sentendosi lontano dall'amata, ormai inavvicinabile e perduta, l'asceta incominciò a consolarsi con enormi quantità di soma e non seppe più usarlo, come ingrediente rituale. Del resto, nonostante le debolezze acquisite, il saggio restava un eccelso maestro per i discepoli, un saggio consigliere per i dubbiosi, un illuminato di grande compassione per i bisognosi e seguiva a fare miracoli. Egli, inoltre, nonostante la veneranda età, conservava l'aspetto di un ventenne. Anche la saggia conduceva la stessa vita e si occupava del suo seguito, anzi fu molto attenta a non rivelare mai ad alcuno le nuove fragilità del consorte. In realtà, i due sposi erano sotto l'influsso delle emozioni terrene, ricevute sotto forma di benedizione per Svapnādevi e di maledizione per Ākāshya.

Trascorsero quattro anni.

Una notte di fine febbraio, iniziarono i festeggiamenti annuali in onore di Ākāshya che in quel mese era adorato come il Dio S'iva<sup>9</sup>. Svapnādevi fu affascinata dal canto e dalle danze sacre. Presa dall'eccitazione e dalla curiosità, volle capire se fosse ancora presente in lei la capacità di sedurre e quanto reale fosse la sua indifferenza al desiderio. Si concesse lunghe ore d'amore ma, nonostante il piacere intenso, sentì ancora più forte il bisogno di allontanarsi. Alcuni giorni dopo, desiderosa di apportare un cambiamento radicale alla sua vita, ella decise di recarsi nella foresta per adorare la Dea dei sogni e chiederle una visione rivelatrice, attraverso il metodo della Dhyāna Nidrā.<sup>10</sup> Giunta ai piedi di un albero, preparò l'altare votivo, offrì gli ingredienti rituali, accese il fuoco sacro e lo vegliò, fino all'ultima scintilla. A notte fonda, depositò i dodici oggetti magici nel sacchetto del viaggio onirico e preparò il paniere delle offerte. Al momento di costruire lo Yantra<sup>11</sup> dei sogni astrali, ella ricordò di avere una pessima manualità. Pur conoscendo l'uso e l'arcano significato dei colori, non sapeva disegnare. Nel passato, durante i sacri riti, era stato sempre suo marito a raffigurare i simboli. Svapnādevi si sentì afflitta ma non si arrese; dopo un attimo di riflessione, si concentrò sul suono del suo stesso nome e, sfiorando il vaso sacro, invocò la Dea della Conoscenza. Improvvisamente, ricordò che una qualsiasi azione può essere eseguita, anche in maniera simbolica, con l'aiuto delle Mudrā.<sup>12</sup> Eseguì i gesti che rappresentavano le forme da raffigurare e infine, recitò il mantra monosillabico dei sogni. A poco a poco, grazie alla magia del gesto e del suono, l'intera foresta cantò con lei: gli alberi, gli animali, gli insetti e ogni singola creatura erano in sintonia con la divina sillaba dei sogni. La natura

---

<sup>8</sup> Il soma è una bevanda descritta nei primi inni del R̥gveda (tra il 2000 e il 1500 a.C. circa). Si otteneva, spremendo i semi e le foglie di una pianta misteriosa o di più piante. Donava salute, benessere e immortalità. Soma è anche uno dei nomi del Dio della Luna, perciò si tratta di una bevanda lunare.

<sup>9</sup> S'iva = Il Benefico. Uno dei tre aspetti della sacra Trimurti.

<sup>10</sup> Dhyāna Nidrā = meditazione tantrica, attraverso i sogni.

<sup>11</sup> Yantra = diagramma che simbolizza una Divinità o un suo aspetto segreto. Può anche essere un amuleto protettivo.

<sup>12</sup> Mudrā = gesti che sprigionano poteri. In genere, sono associate ai mantra, nel corso delle cerimonie sacre.

intera partecipava alle visioni della meditante e da quel momento, il suo nome divenne Svapnāmudrā. Quella notte, grazie all'incantesimo dei gesti e alla magia delle dodici pietre<sup>13</sup> contenute nel sacchetto, persino i saggi e gli asceti delle foreste limitrofe che non avevano assistito al rito, dormirono all'unisono e vissero lo stesso sogno nel medesimo istante.

Nel cielo vegliava bianca e azzurrina la stella Acamar, Colei che indica la fine del fiume.

## IL SOGNO

Dalle brume della visione collettiva, apparve la Dea dei sogni che si tramutò nel serpente lunare e poi fissò la donna che aveva attivato i sogni di tutti i meditanti:

"Dolce Svapnāmudrā, ti prego, contempla i miei occhi". Così parlò l'affascinante cobra smeraldino dagli occhi d'argento.

La devota fissò fiduciosa le iridi del serpente e in esse vide i suoi stessi globi oculari, vide il triste sguardo del sedicenne, trovò gli occhi luccicanti del marito, ammirò i bulbi oculari di un cigno, fu ammaliata dalle pupille di tutte le creature viventi. Infine, apparvero i tre occhi incantevoli della Dea Mahā Tripurāsundarī che riprese le forme originali<sup>14</sup> e così annunciò:

"Svapnāmudrā, ti ho mostrato la mia Lilā.<sup>15</sup> È arrivato per te il tempo di cambiare. Lascierai le vesti rosse di asceta, ritornerai in città e indosserai tutti i colori. All'esterno, sarai un'anonima terrena. Nel segreto della tua essenza, resterai un'asceta. Eviterai, come già sai fare, di convertire la gente alle tue idee, ti asterrai da ogni forma di proselitismo<sup>16</sup> e rivelerai la mia Conoscenza (Vidyā) solo a chi la desidera perché, come ti è noto, non esiste la Via unica. Durante questo nuovo viaggio, scoprirai la tua Arte." Così affermò la Dea rossa e scomparve, dopo aver scritto su di una foglia il mantra bisillabo HAMSA. La stessa scena appariva nello stesso tempo a tutti i dormienti. Per ogni sognatore, lo spettacolo si arricchiva di contenuti e sfumature derivanti dalle emozioni personali. Nello stesso tempo, s'impreziosiva con le infinite sensazioni trasmesse da tutti coloro che condividevano il viaggio onirico. La natura intera partecipava al sogno. Attraverso Svapnāmudrā, ognuno percepiva un messaggio, lo leggeva secondo le emozioni emergenti e lo traduceva nell'azione inerente ai propri bisogni.

Nel cielo, lungo la Via Lattea, brillava la costellazione del Cigno.

## IL CAMBIAMENTO

Al primo raggio di sole, la Sognatrice riaprì gli occhi e desiderò partire. Pensando al marito, provò compassione. Allora, per spegnere il bruciore del conflitto, decise di vivere ancora un po' con il santo. Per la prima volta, prolungò un'esperienza ormai finita.

Trascorsero quasi due anni.

Con il passare dei giorni, Ākāshya divenne sempre più triste e cupo. Con il trascorrere dei mesi, il malessere derivante dalla diminuzione del distacco ascetico, era tanto profondo, quanto era stato intenso l'equilibrio. Una sera di novilunio, fissando il cielo e scorgendo la Dea Tārā<sup>17</sup>, Svapnāmudrā l'adorò con i riti stagionali e notturni. All'alba, ritornò all'eremo.

"Sono stanca. Desidero ritirarmi verso le colline dell'Ovest. Ritornerò, quando starò meglio" Così bisbigliò la Distaccata, sapendo di mentire per pietà.

"Amica, lascia che io t'accompagni per un piccolo tratto, poi tornerò all'eremo e dalla soglia, resterò a guardarti, mentre t'allontani. Una volta di là dall'orizzonte, parlami. Così, con l'eco del ricordo, potrò

---

<sup>13</sup> Pietre = rubino, perla, smeraldo, diamante, ametista, lapislazzuli, corallo, turchese, opale, occhio di tigre, zaffiro blu e topazio giallo. In mancanza di tali pietre si possono anche usare oggetti, stoffe o sassi dello stesso colore.

<sup>14</sup> Forme originali = La Dea Tripurā assume vari aspetti e nomi.

<sup>15</sup> Lilā = gioco, rappresentazione, opera teatrale, miraggio, trasformazione.

<sup>16</sup> Proselitismo = Il Tantra hindu non pratica proselitismo e non segue istituzioni religiose organizzate, ma non può essere praticato o insegnato da chi non ha ricevuto le dovute iniziazioni.

<sup>17</sup> Tārā significa stella, ma anche pupilla; è la seconda delle dieci Forme della Dea universale.

sentire all'infinito, il suono delle tue mille voci. Permetti poi che io mediti sul tuo nome e sulla tua figura, così che nell'attesa del ritorno, io possa incontrarti nei sogni." In questo modo, implorò l'innamorato, fingendo di sperare.

Invisibile e potente, la stella Kaus Borealis proiettava i suoi raggi arancioni in una teiera colma di luce.

Svapnāmudrā posò la testa sul petto del compagno, gli prese la mano, con l'altra gli cinse la vita e dopo essersi incamminata con lui per un breve pezzo, si allontanò da sola. Una volta di là dell'orizzonte, ella gridò forte il nome del consorte, lo salutò e scomparve per confondersi nei colori della folla cittadina, alla stregua di una comunissima mortale. Un'espressione enigmatica la rendeva assente dal mondo, pur partecipandovi in pieno. Era impossibile capire se l'arcano del suo sguardo velato fosse il riverbero della luna o il muto terrore per un mondo terreno a lei sconosciuto.

Trascorsero cinque anni.

Una sera di fine giugno, mentre meditava sotto il cielo stellato, ella percepì la risonanza di un nuovo astro. Studiare le virtù di quel pianeta si rivelò cosa molto ardua. Allora, Svapnāmudrā decise di ricorrere alle visioni della Dhyāna Nidrā (meditazione nel sogno). Recatasi nel bosco, ella accese il fuoco sacro, lo alimentò con gli ingredienti rituali e lasciò che si consumasse. Quando le ceneri divennero bianche come la Luna, prese il sacchetto con le pietre magiche, recitò il mantra del viaggio onirico e s'immerse nella meditazione. In poco tempo, ai suoi occhi, si spalancò l'Universo: vide tutte le stelle, vagò nel Cosmo, visitò mille pianeti e poi, riatterrando, giunse alle soglie della sua vecchia capanna. Lì, scorse Ākāshya. Lo vide ascendere al cielo e trasformarsi in una stella. All'istante, prese coscienza della morte del compagno e sconvolta, incominciò a tremare.

Al risveglio, Svapnāmudrā dimenticò ogni cosa, compresa la visione. Nel medesimo istante, le fu rivelato il significato di un corpo celeste sconosciuto.

## EPILOGO

Svapnāmudrā rammentò le antiche cronache stellari. Ricordò le sue 1001 vite e i 27 volti della Luna. Rivide il compagno divenuto astro celeste. Infine, imparò a tessere i sogni collettivi, creando la coperta cosmica. E da allora, ogni volta che un gruppo lavora sui sogni, la coltre stellare si arricchisce di un nuovo filamento. E per ogni punto lucente, nell'oscurità della notte, si accende un nuovo sogno illuminante.