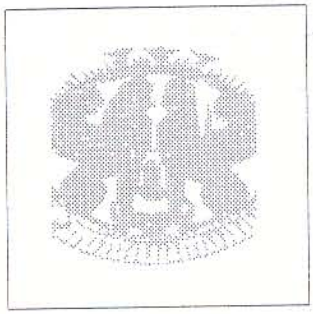


Origine e significato delle Mudra

Marina Ascoli

Mudra significa sigillo, segno o marca [1], "la cui funzione doveva essere quella di confermare o di fornire visibilmente una prova di validità e che dunque divenne un segno manuale, effettuato ponendo mani, dita e braccia in una particolare posizione". [2]

Nella prima parte di questo lavoro si cercherà di ricostruire la storia delle origini e delle trasformazioni che il significato delle Mudra ha subito nel corso del tempo, in connessione con la storia della cultura religiosa orientale.

La seconda parte del lavoro affronterà invece il significato energetico e simbolico delle diverse posture delle mani in relazione alla teoria energetica dei meridiani e al simbolismo dei diversi chakra.

Nell'ultima parte verranno prese in esame le Mudra più frequenti nella pratica dello Yoga.

Le Mudra nell'uso linguistico iconografico, sono le posture simboliche delle mani; quando la posizione coinvolge anche le braccia si usa il termine Hasta.

Il loro significato sta nel determinare ulteriormente, insieme alle posture del corpo, agli attributi (oggetti di vario tipo), ai basamenti delle sculture, il carattere di ciascuna divinità rappresentata; infatti nelle posizioni delle mani si può leggere sia il potere e le facoltà di una determinata divinità, sia il suo stato estatico (profondo), sia il suo particolare stato d'animo.

In molte culture è diffusa la credenza che alcuni gesti sacrali delle mani possono avere la funzione di agire su altri esseri soprannaturali: le mani sono così diventate nel tempo un simbolo di potenza. A questo proposito si può notare, per esempio, che i Brahmini quando pregano, sono soliti tenere le proprie mani coperte, mentre i mussulmani le coprono davanti ad un superiore, come se una pericolosa forza magica potesse fluire attraverso le mani dall'operatore sulla vittima. È interessante osservare come nell'arte cristiana S. Pietro, nell'atto di ricevere le chiavi, è raffigurato con le mani ricoperte dalla falda del proprio manto, così come i cardinali ancora oggi quando si recano a rendere omaggio al Papa si coprono le mani con la cappa.

[1] Per Hammel la parola mudra deriverebbe dal babilonese musarù (sigillo) che nell'antico persiano assunse la forma di muzra, poi in sanscrito la "z" si mutò in "d" e così mudra. Dal *Dizionario dell'induismo*, di Margaret e James Stutley, Ubaldini.

[2] dal *Dizionario induista*, p. 285.

Nello stesso tempo la mudra è anche definita come "un atteggiamento esteriore che simboleggia ed indica un preciso stato interiore di consapevolezza o, per analogia, di ausilio per raggiungerlo".[38]
Ritroviamo questo significato in particolare nella tradizione indiana, nella quale queste sono considerate dei gesti simbolici di determinati stati di coscienza e di conoscenza, e alla quale è necessario riferirsi per ricostruire l'origine dell'uso delle Mudra.
Nella lingua originaria dell'India centrale, il Pali, si usava la parola Mudda per indicare tali gesti solenni.
Proprio in India nei sepolcri nell'Indostan (Mohenjo-daro e Harappa nel Punjab) sono state fatte delle scoperte archeologiche che testimoniano come la presenza nel culto di gesti solenni rituali era già più che sviluppata nella società locale fin dal 1500 a.C. e forse da ancor prima.

Alcune delle tappe fondamentali della storia della cultura religiosa indiana possono essere considerate significative anche per l'evoluzione e la trasformazione del significato assunto dalle mudra nel tempo.
Se ne possono individuare tre:

- l'affermarsi del Brahmanesimo, che sorge intorno all'800 a.C.;
- la nascita e il diffondersi del Buddhismo, specialmente durante l'Impero di Asoka (258-239 a.C.), dentro e fuori dall'India;
- lo sviluppo del sistema religioso Induista.

Durante l'epoca Brahmanica la danza rituale era accompagnata da gesti solenni, una forma di implorazione e adorazione degli dei.
Divenne così usuale accompagnare la recitazione dei Veda anche con movimenti delle mani. Questa connessione tra le Mudra e i Veda è importante perché fece sì che queste fossero considerate gesti creati dagli Dei: in questo modo non solo erano un mezzo per diffondere in modo visivo le sacre scritture ma, nello stesso tempo, evocavano la mistica presenza della divinità in ambito terrestre.
Si narra che nell'antichità classica indiana sia la padronanza delle mudra sia la conoscenza della scrittura facessero parte integrante della formazione delle classi elevate. Successivamente quando sorsero le prime comunità buddhiste si ebbe una profonda trasformazione del significato delle Mudra; la più immediata fu che Bhrama non era più considerato il creatore di quei gesti solenni, bensì questi vennero attribuiti a Buddha.
La leggenda attribuisce al Gautama Buddha (563-483 a.C.) sei gesti solenni [4], che incarnavano lui e la sua dottrina, e si afferma inoltre che "Buddha abbia creato in tutto 64 mudra, con l'ausilio delle quali colui che medita può ridestare la propria natura buddhica".[5]
Ai tempi dell'imperatore Asoka (258-239 a.C.) il Buddhismo divenne religione di Stato in tutto il paese, ad esclusione degli stati del Sud (Stato

[3] Dal *Dizionario di sanscrito*, Ashram Vidya, p. 122.

[4] Di questi, cinque sono i più conosciuti: Bhumispasha mudra o mudra del toccare terra; Abyala mudra o mudra della rassicurazione; Dhyani mudra o mudra della meditazione; Varada mudra o mudra dell'elargizione; Dharmacakra mudra o mudra della ruota del Dharma.

[5] Dal *Dizionario Sanscrito*: "colui la cui natura è la pura conoscenza. Essere risvegliato e realizzato che, rinunciando al Nirvana, si consacra al risveglio delle anime non liberate".

del Tamil e del Malayalam, oggi Kerala). In quegli anni ci fu il Concilio di Patamputra durante il quale ebbe luogo il primo scisma nella storia del Buddhismo, dal quale nacquero due scuole o correnti: la prima chiamata Hinayana, piccolo veicolo o piccola tradizione, la seconda detta Mahayana, grande veicolo o grande tradizione. Quest'ultima produsse un Pantheon costituito di differenti Bodhisattva [6] e l'elemento che li contraddistingueva, nella loro rappresentazione scultorea, erano appunto le mudra; queste esprimevano la compassione, la consolazione, la protezione, che avrebbero aiutato il fedele ad essere guidato alla salvezza. "Questa fu probabilmente un'evoluzione che si autocondizionò e che, alla fine, portò anche a una concezione del senso e dell'importanza di questi gesti indipendentemente dalla tradizione brahmanica. La Mudra si trasformò in gesto solenne mistico che incarnava l'aspetto del santo... ..L'esecuzione delle Mudra divenne così azione magica finalizzata al raggiungimento di quella trascendenza in cui il Divino si unisce a colui che medita manifestandosi così nell'essere umano". [6]

A questo punto ci sembra utile, per penetrare meglio il significato che ebbero le Mudra nel buddhismo, riportare come esempio l'esame del Mandala del Dhyani Buddha, o Buddha delle Meditazioni. "Si tratta di un diagramma spesso rappresentato nell'arte Vajrayana e che occupa un posto importante in alcuni rituali tibetani, presente in tutta l'area di diffusione del Buddhismo vajrayana, dal Tibet all'Indonesia e al Giappone". [7]

Questo mandala è diviso in cinque settori, ciascuno dei quali è presieduto da un Dhyani Buddha che a sua volta è identificato da un particolare mudra, così come da un colore, da un emblema, da un bija mantra, accompagnato da una consorte ed è collegato ad uno degli elementi (terra, aria, fuoco, acqua).

L'esame di questi diversi settori e specialmente delle mudra che li rappresentano è interessante anche perché secondo alcuni [8] il mandala è da considerarsi come una mappa simbolica dell'itinerario meditativo; per cui ogni settore con tutto quello che questo contiene concerne uno stadio meditativo.

Nella tradizione si parte dal settore orientale ed in senso orario si giunge a quello settentrionale per poi passare a quello centrale: quello orientale rappresenta, secondo questa ipotesi, il primo stadio della meditazione.

Nell'ordine i cinque dhyani Buddha con i rispettivi Mudra sono i seguenti:

1. Dhyani Buddha Aksobhya, Bhumispasha mudra o mudra del Toccare la terra;
2. Dhyani Buddha Amoghasiddhi, Abhaya mudra, o mudra della Rassicurazione;
3. Dhyani Buddha Amitabha, dhiyani mudra o mudra di Meditazione (mani in grembo);
4. Dhyani Buddha Ratnasambhava, Vajra o varada mudra, mudra della Elargizione;

[6] Matthias Mala, *Mani magiche*, Ed. Armenia, p.18.

[7] R.S. Bucknell e M. Stuart Fox, *Il linguaggio segreto della meditazione Buddhista*, Ubaldini, p. 24.

[8] Ibidem p.38.

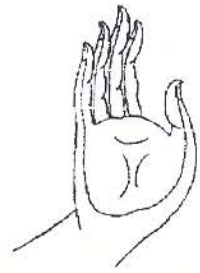
[9] Mara nella Mitologia buddhista rappresenta il Distruttore, il Maligno, colui che cercò di dissuadere il Buddha dalla sua missione, offrendogli poteri temporali.

[10] Da *Il linguaggio segreto della meditazione buddhista* pp. 120-123.

5 Dhyani Buddha Vairoca, posto al centro del mandala, Dharmacakra mudra o mudra Ruota del Dharma.

Il significato di tre di questi mudra è collegato ad eventi particolari della vita del Buddha, Gotama Sakyamuni, vissuto circa 2500 anni fa.
La Mudra della Meditazione allude all'assalto portato da Mara [9] quando Gotama era in meditazione: questo evento a sua volta è stato considerato come un riferimento metaforico all'insorgere dei pensieri distraenti durante la meditazione, per cui questa mudra è stato associata al fluire dei pensieri.
La mudra del Toccare terra è stata associata con il gesto del Buddha di chiamare la terra a testimoniare dei suoi meriti acquisiti nelle esistenze precedenti, sempre allo scopo di respingere gli attacchi di Mara. Questa Mudra è stata collegata allo stadio meditativo della pratica della Retrospezione delle sequenze di pensieri (secondo l'itinerario buddhista della pratica meditativa).
La Mudra della Ruota del Dharma viene collegata alla prima volta in cui Gotama cominciò ad impartire il suo insegnamento in pubblico; questo è considerato il primo evento importante dopo la sua Illuminazione; di conseguenza questa Mudra è in qualche modo associata alla consapevolezza.
La Mudra della Rassicurazione sembra riferirsi a quando Gotama sottomise un elefante selvaggio che gli era stato mandato contro da un rivale geloso. Nel suo insegnamento Gotama paragona "la pratica della presenza mentale al domare un elefante selvaggio; l'elefante è la mente nella sua ordinaria condizione di sregolatezza, e la tecnica per cui lo si doma legandolo ad un palo robusto rappresenta la pratica della presenza mentale". [10]
Da ciò si può inferire che nella similitudine dell'elefante ci si riferisce alla concentrazione: infatti la pratica consiste nel "legare" la mente all'oggetto della meditazione.
La Mudra dell'Elargizione non si riferisce ad un momento particolare della vita di Gotama, ma ad una delle sue qualità: "la magnanimità".
Da questa analisi gli stadi meditativi che emergono sono, nell'ordine, quattro: il flusso dei pensieri, la retrospezione, la consapevolezza e la concentrazione.
Ritornando al nostro excursus storico nell'evoluzione del significato delle Mudra un momento importante si ebbe con il diffondersi del buddhismo in Cina e in Giappone.
Il primo contatto con la Cina risale circa al 260 d.C., quando il monaco Zhu Shikin andò in India in missione ufficiale per studiare il Buddhismo e da allora tra le due culture iniziò un ricco scambio; questo è testimoniato dai ritrovamenti fatti all'inizio del XX secolo nelle caverne di Moqao, situate non lontano dall'oasi di Dunhuang ai margini del deserto dei Gobi, qui erano stati scavati numerosissimi templi, grotte e nicchie, 500 di queste caverne esistono ancora oggi. Venne anche ritrovata una raccolta di più di 40.000 rotoli per la maggioranza di argomento buddhista in diverse lin-

Bhumisparsha mudra



Abhaya mudra

Dhiyani mudra

Varada mudra

Dharmacakra mudra

gue. Inoltre le grotte sono completamente decorate con pitture parietali e con statue che narrano la vita di Buddha.
In Giappone il termine usato per tradurre mudra è Yin, o In, e si riferisce al significato originario della parola usato per definire il gesto solenne rituale delle mani; con questo nome venivano anche indicati degli oggetti che avevano la funzione di mettere un sigillo, come anelli ecc...
In questo paese la presenza del Buddhismo, in particolare il buddhismo tantrico, che si diffuse in modo più consistente all'inizio del IX secolo, con il nome di Shingon, è da collocare verso la fine del VI secolo.
Ancora oggi la setta Shingon è una delle correnti Buddhiste più importante in Giappone. Nello Shingon il significato originario e l'importanza della posizione delle mani era presente in maniera un po' frammentaria, probabilmente a causa della scarsa conoscenza della tradizione delle Mudra e della distanza culturale dal loro paese d'origine. Per cui si affermò un modo proprio di considerare e interpretare i movimenti rituali delle mani e questo a sua volta comportò un approccio più creativo dei monaci alle Mudra. Come risultato si ebbe un lungo elenco di posizioni delle mani in cui si definivano i gesti solenni canonici di Buddha e del Bodhisattva, ai quali venivano attribuiti effetti magico-spirituali. Tanto che in parecchi scritti si parlò della "via della posizione delle dita". [11]

[11] Da *Mani Magiche* p.21.

[12] Eckard Scheleberger *Le Divinità Indiane*, ed. Mediterranee, p.19.

[13] Da *Mani Magiche* p. 19.

L'ultima tappa nella nostra ricostruzione è rappresentata dalla nascita del Sistema religioso induista; infatti contemporaneamente al divulgarsi del Buddhismo in Cina e in Giappone, in India andavano riprendendo forza le dottrine Vediche - Brahmaniche, che portarono alla nascita dell'Induismo come Sistema religioso, nei primi secoli dell'Era Cristiana, anche se le sue radici si rifanno al 3000 a.C.
Questo portò nel tempo ad un declino delle comunità buddhiste.
L'induismo può essere considerato come un sistema religioso, in quanto come religione non ha nessun fondatore e pochissimi dogmi e, al suo interno, nella fase di nascita, si costituirono diversi filoni religiosi, dai quali ne sono stati ricostruiti almeno sei. [12]
L'Induismo ebbe infatti la caratteristica di cercare di integrare nella propria visione del mondo le diverse correnti religiose già esistenti, prima fra queste il Buddhismo. Si assistette così ad un accoglimento e ad un adattamento graduale del patrimonio ideologico buddhista, che ancora oggi continua ad operare al suo interno.
Conseguentemente a tutto ciò si ebbe anche una trasformazione del significato delle Mudra. Da quel periodo in poi esse divennero uno dei mezzi preferenziali dei "mistici yogi. Con l'ausilio della gestualità rituale essi prepararono il loro corpo a divenire dimora di forze spirituali o meglio facendo sì che, tramite l'esercizio delle Mudra, la somma trasformazione, l'illuminazione, divenisse anche una manifestazione fisicamente sperimentabile". [13]

Nell'Induismo ritroviamo Mudra che indicano promesse di protezione (Abhaya mudra), esaudimento di desideri (Varada mudra).
Solo in tempi molto tardi la maggior parte dei gesti è stata tradotta in forma artistica.
Nella iconografia induista si possono distinguere gesti compiuti con una sola mano, o la destra o la sinistra, e gesti compiuti con le due mani unite. [14]
Dall'altra parte anche la dottrina Buddhista fu influenzata dalle usanze induistiche e così insieme a numerose usanze induistiche si affermarono anche delle divinità del pantheon induistico, e con esse aumento notevolmente il canone iconografico delle Mudra.
Fino a qui l'ottica con cui abbiamo studiato le Mudra è stata di tipo storico, questa ci ha premesso di ricostruire il percorso di come esse siano arrivate fino a noi.
Sul valore che ancora oggi viene riconosciuto a questi gesti rituali influisce anche la capacità che ciascuna Mudra ha di far sperimentare al praticante trasformazioni non solo a livello spirituale, ma anche a livello fisico ed energetico.
Saranno questi gli aspetti che verranno esaminati nel prossimo articolo.

[14] Da *Le Divinità Indiane* p. 215.
Va messo in evidenza che le posture delle mani per mezzo delle quali le divinità tengono un attributo o un'arma vanno considerate separatamente dalle mudra, in quanto queste non hanno la magica forza del gesto, che invece risiede negli attributi.