

Sebastiano Arena

# Filosofie Orientali

I grandi temi delle tradizioni di Oriente



Erba Sacra  
Edizioni

# INDICE

		pag.
Prefazione		3
Capitolo 1	Che cosa sono le filosofie orientali	5
Capitolo 2	Il Vedismo	10
Capitolo 3	Le Upanishad	15
Capitolo 4	Il Samkhya	20
Capitolo 5	Lo Yoga di Patanjali	26
Capitolo 6	Il Bhagavad Gita	32
Capitolo 7	Il Jainismo	37
Capitolo 8	Il Buddha	43
Capitolo 9	La Filosofia Buddhista	49
Capitolo 10	Il Buddismo Mahayana	55
Capitolo 11	Il Buddismo Vajrayana	61
Capitolo 12	Confucio e il confucianesimo	67
Capitolo 13	Mencio	73
Capitolo 14	Xunzi	78
Capitolo 15	Laozi e il Taoismo	82
Capitolo 16	Zhuangzi	87
Capitolo 17	Yin e Yang e l'I Ching	92
Capitolo 18	Lo Shintoismo	99
Capitolo 19	Lo Zen	104
Capitolo 20	Il Neoconfucianesimo	109
Conclusione		114
Glossario delle Filosofie Orientali		116

## **PREFAZIONE**

Le filosofie orientali rappresentano uno dei patrimoni più vasti e affascinanti della storia del pensiero umano. Nate in contesti geografici, culturali e religiosi differenti, esse hanno cercato per millenni di rispondere alle stesse domande fondamentali che hanno accompagnato l'essere umano in ogni epoca: chi siamo, quale significato ha l'esistenza, qual è il rapporto tra l'uomo e il cosmo, come affrontare la sofferenza, quale percorso conduce alla saggezza e alla realizzazione di sé.

A differenza di quanto spesso si pensa, le filosofie orientali non costituiscono un sistema unico e omogeneo. Dietro questa espressione si nasconde una straordinaria varietà di tradizioni che si sono sviluppate in India, Cina, Giappone, Tibet e in molte altre aree dell'Asia. Alcune hanno assunto una forma prevalentemente religiosa, altre hanno mantenuto un carattere più filosofico, altre ancora hanno integrato riflessione teorica, pratica spirituale, etica e ricerca interiore in un unico percorso esistenziale.

Nel corso dei secoli queste tradizioni hanno elaborato concetti profondi e originali: il Dharma, il Karma, il Tao, il Nirvana, il Vuoto, l'Illuminazione, la non-dualità, la compassione, l'armonia con la natura e molti altri temi che ancora oggi continuano a suscitare interesse e ispirazione. La loro influenza non si è limitata ai paesi di origine, ma ha progressivamente raggiunto il mondo occidentale, contribuendo a trasformare il modo di concepire la spiritualità, la psicologia, l'educazione, la salute e il rapporto con l'ambiente.

Questo volume non si propone soltanto di presentare le principali correnti filosofiche dell'Oriente, ma anche di evidenziare i punti di contatto e le differenze con la tradizione filosofica occidentale (di cui ho pubblicato un testo specifico). Pur sviluppandosi lungo percorsi storici differenti, Oriente e Occidente hanno spesso affrontato problematiche comuni: la natura della realtà, il rapporto tra unità e molteplicità, il significato della conoscenza, la ricerca della felicità, il ruolo dell'etica e il mistero del trascendente. Mettere in dialogo queste prospettive significa ampliare il nostro sguardo e comprendere più profondamente la ricchezza dell'esperienza umana.

Nel testo il lettore troverà numerosi riferimenti comparativi che consentono di cogliere analogie e differenze tra pensatori, scuole e tradizioni appartenenti ai due grandi orizzonti culturali. Tali collegamenti non hanno lo scopo di ridurre le differenze, ma di favorire una comprensione più ampia e integrata della storia del pensiero.

A completamento dell'opera ho inserito un ampio glossario dei principali termini, concetti, scuole, personaggi e pratiche delle tradizioni orientali. Questo strumento consente al lettore di orientarsi più facilmente tra le numerose nozioni presentate e costituisce un utile supporto sia per chi si avvicina per la prima volta all'argomento sia per chi desidera approfondirlo in modo sistematico.

La conoscenza delle filosofie orientali riveste inoltre un'importanza particolare per coloro che operano nell'ambito delle discipline olistiche, delle pratiche energetiche, della crescita personale e delle cure naturali. Molte delle metodologie oggi diffuse in Occidente, infatti, affondano le proprie radici nelle grandi tradizioni filosofiche e spirituali dell'Asia. Concetti come equilibrio, armonia, energia vitale, interconnessione tra corpo, mente e spirito, meditazione, consapevolezza e sviluppo interiore derivano direttamente o indirettamente da sistemi di pensiero quali il Vedānta, lo Yoga, il Buddhismo, il Taoismo e altre scuole orientali. Una conoscenza adeguata di tali fondamenti filosofici permette quindi di comprendere più profondamente il significato originario di molte pratiche contemporanee, evitando interpretazioni superficiali e favorendo un approccio più consapevole, rigoroso e rispettoso delle tradizioni da cui esse provengono.

L'auspicio è che questo libro possa diventare non soltanto un percorso di studio, ma anche un viaggio attraverso culture, idee e visioni del mondo che, pur nate in tempi e luoghi lontani, continuano ancora oggi a parlare all'uomo contemporaneo. In un'epoca caratterizzata da rapidi cambiamenti e da una crescente interconnessione tra i popoli, la conoscenza delle filosofie orientali può contribuire a sviluppare una visione più aperta, inclusiva e consapevole della realtà, favorendo quel dialogo tra tradizioni che rappresenta una delle più preziose opportunità culturali del nostro tempo.

**Sebastiano Arena**

## **CAPITOLO 1 - Che cosa sono le filosofie orientali**

### **La ricerca della liberazione, dell'armonia e della saggezza**

Quando in Occidente si parla di filosofia, si pensa quasi immediatamente a Socrate che dialoga nelle piazze di Atene, a Platone che riflette sul mondo delle Idee, ad Aristotele che classifica la realtà, oppure a Cartesio, Kant e Hegel. La filosofia appare allora come una ricerca razionale della verità attraverso il pensiero critico, l'argomentazione logica e l'analisi concettuale.

Le filosofie orientali nascono invece in un contesto profondamente diverso. Pur non rinunciando alla riflessione teorica, esse sono generalmente meno interessate alla costruzione di sistemi concettuali astratti e maggiormente orientate alla trasformazione concreta dell'essere umano. La domanda fondamentale non è semplicemente: «Che cos'è la verità?», ma piuttosto: «Come posso liberarmi dalla sofferenza?», «Come posso vivere in armonia con l'universo?», «Come posso risvegliarmi alla mia vera natura?».

Per questa ragione, nelle tradizioni orientali, filosofia, spiritualità, meditazione, etica e pratica esistenziale costituiscono spesso aspetti inseparabili di un'unica ricerca.

La saggezza non viene concepita come un insieme di nozioni da apprendere, ma come una trasformazione dell'intero essere.

Un uomo può conoscere mille libri e rimanere ignorante. Può invece aver compreso profondamente una sola verità e diventare saggio.

Questa idea attraversa gran parte delle tradizioni dell'India, della Cina, del Tibet e del Giappone.

#### **Una filosofia come via di vita**

Nella cultura occidentale moderna esiste una certa distinzione tra teoria e pratica.

Si può essere professori di etica senza essere necessariamente persone virtuose. Si può studiare la religione senza essere religiosi. Si può insegnare filosofia senza che la propria vita ne sia realmente trasformata.

Nelle grandi tradizioni orientali questa separazione appare molto meno evidente.

Il Buddha non è semplicemente un pensatore che espone una teoria sulla sofferenza: egli indica un sentiero concreto per superarla.

Laozi non costruisce una metafisica del Tao come farebbe un filosofo occidentale; invita piuttosto a vivere in sintonia con il flusso della natura.

Confucio non elabora una teoria politica astratta; cerca di formare uomini virtuosi capaci di costruire una società armoniosa.

Patanjali non discute soltanto la mente umana; propone una disciplina capace di trasformarla.

La filosofia diventa così una vera e propria arte del vivere.

### **La centralità dell'esperienza interiore**

Uno degli aspetti più caratteristici delle filosofie orientali è il valore attribuito all'esperienza diretta.

In Occidente la verità viene spesso cercata attraverso il ragionamento logico e la dimostrazione. In Oriente la conoscenza autentica è frequentemente associata a una forma di esperienza interiore.

Le Upanishad insegnano che il Sé non può essere conosciuto attraverso le parole ma mediante una realizzazione diretta.

Il Buddhismo sostiene che la vera comprensione nasce dall'osservazione consapevole della mente.

Lo Zen afferma che l'illuminazione non può essere spiegata ma soltanto vissuta.

Il Taoismo considera insufficiente ogni definizione concettuale del Tao.

Questa prospettiva non implica un rifiuto della ragione, ma il riconoscimento dei suoi limiti.

La ragione può indicare una direzione.

Il cammino, però, deve essere percorso personalmente.

### **Il problema della sofferenza**

Mentre gran parte della filosofia greca si interroga sull'essere, sulla conoscenza e sulla politica, molte tradizioni orientali pongono al centro il problema della sofferenza.

L'esperienza umana appare segnata dalla fragilità.

Tutto cambia. Tutto invecchia. Tutto muore. Gli affetti si trasformano. Le persone amate scompaiono.

Le condizioni materiali mutano continuamente. La ricerca della felicità sembra spesso destinata alla frustrazione. Il Buddhismo parte precisamente da questa constatazione.

La prima delle Quattro Nobili Verità afferma che l'esistenza ordinaria è caratterizzata dalla sofferenza.

Ma anche l'Induismo, il Jainismo e molte altre tradizioni individuano nella sofferenza una conseguenza dell'ignoranza spirituale.

L'uomo soffre perché si identifica con ciò che è mutevole e impermanente.

La liberazione consiste allora nel riconoscere una dimensione più profonda della realtà.

### **Il concetto di liberazione**

Una delle differenze più significative rispetto alla filosofia occidentale riguarda l'importanza attribuita alla liberazione spirituale.

Nell'India antica questa liberazione prende il nome di Moksha.

Nel Buddhismo viene chiamata Nirvana.

Nel Jainismo rappresenta la purificazione completa dell'anima.

Nel Taoismo si manifesta come armonia perfetta con il Tao.

In tutte queste tradizioni la liberazione non è semplicemente una condizione futura dopo la morte. È una trasformazione della coscienza che può iniziare già durante la vita.

L'individuo passa da una percezione frammentata e limitata della realtà a una comprensione più ampia e profonda.

### **Il tempo ciclico e il tempo lineare**

Le filosofie orientali e occidentali differiscono anche nella concezione del tempo.

La tradizione biblica e gran parte della cultura occidentale interpretano il tempo come un percorso lineare: creazione → storia → compimento finale.

Molte tradizioni orientali concepiscono invece il tempo come ciclico. L'universo attraversa infiniti cicli di manifestazione e dissoluzione. Gli esseri viventi nascono, muoiono e rinascono.

Le stagioni, i ritmi cosmici e le trasformazioni della natura diventano simboli di questa visione. Da qui nasce il concetto di Samsara, il ciclo delle rinascite. La liberazione consiste nel trascendere tale ciclo.

### **L'armonia invece del dominio**

La cultura occidentale moderna, soprattutto dopo la rivoluzione scientifica, ha sviluppato una forte tendenza al controllo e alla trasformazione della natura.

Molte tradizioni orientali hanno invece privilegiato l'idea dell'armonia.

Il Taoismo rappresenta forse l'esempio più evidente. L'uomo non deve dominare il mondo, deve imparare a collaborare con esso.

Laozi utilizza spesso l'immagine dell'acqua. L'acqua non combatte, non oppone resistenza. Eppure riesce a modellare le montagne.

La forza autentica non consiste nell'imporre la propria volontà, ma nel partecipare intelligentemente ai processi naturali.

### **Oriente e Occidente: differenze e convergenze**

Sarebbe tuttavia un errore contrapporre rigidamente Oriente e Occidente.

Esistono sorprendenti convergenze.

Il Brahman delle Upanishad presenta analogie con l'Uno di Plotino. Il distacco buddhista ricorda alcuni aspetti dello Stoicismo. La compassione del Bodhisattva presenta punti di contatto con l'amore cristiano. Il Tao richiama in parte il Logos di Eraclito. La meditazione orientale trova corrispondenze nella mistica cristiana, ebraica e islamica.

Le differenze esistono, ma non devono nascondere il fatto che tutte le grandi tradizioni filosofiche cercano di rispondere alle medesime domande fondamentali: Chi siamo? Perché soffriamo? Qual è il senso dell'esistenza? Come possiamo vivere bene? Esiste una realtà ultima?

### **Le grandi correnti delle filosofie orientali**

Nel corso dei secoli l'Oriente ha prodotto una straordinaria varietà di scuole e tradizioni.

Tra le più importanti troviamo:

- Vedismo
- Upanishad
- Induismo
- Yoga
- Samkhya
- Vedanta
- Jainismo
- Buddismo Theravada
- Buddismo Mahayana
- Buddismo Vajrayana

- Taoismo
- Confucianesimo
- Zen
- Shintoismo
- Sikhismo
- Neo-Confucianesimo

Ognuna propone una prospettiva originale, ma tutte condividono la convinzione che la vera conoscenza debba trasformare la vita.

### **Conclusione**

Le filosofie orientali costituiscono uno dei più vasti patrimoni spirituali e intellettuali dell'umanità. Esse non offrono soltanto teorie sulla realtà, ma indicano percorsi concreti di trasformazione personale.

Attraverso la meditazione, la disciplina etica, la contemplazione, la devozione, il servizio e la ricerca interiore, invitano l'essere umano a superare l'ignoranza, la sofferenza e l'egoismo per scoprire una dimensione più profonda della propria esistenza.