

Secondo il Vêdânta, Purusha che lo ripetiamo è âtman quando si manifesta come jîvâtman nella forma vivente dello stato individuale viene rivestito da cinque «guaine» o «involucri» chiamati *kosha* che sono altrettanti gradi di manifestazione. Da ricordare bene che partendo dal più alto al più basso, solo il primo è paragonabile a Īśvara. Mentre gli altri quattro sono caratterizzati da jîvâtman. Il primo *kosha* o «guaina della Beatitudine» *Anandamaya-kosha*, il «Sè» in questo stato primordiale del *karana-sharira* (corpo casuale) come abbiamo detto è identico a Īśvara. Essa si fa sentire quando si «raccolgono» in senso etimologico dal latino religio i frutti delle «azioni non azioni» interiori godendo di una pace, gioia, fortuna e beatitudine senza sforzo. *«Situato più all'interno è il «Sè» fatto di beatitudine da Lui e riempito. Questo, invero, è foggiato a mo' di uomo, quindi può essere scambiato per un individuo. La gioia è la sua testa, il piacere è il suo lato destro, il godimento il suo lato sinistro, la sua felicità è il corpo, il Brahmā il suo sfondo, il sostrato-supporto»*[\[1\]](#)

Anandamaya-kosha si attiva in maniera spontanea nel sonno profondo, mentre durante la veglia o il sogno è solo parziale perché dipende dalla vista e dal contatto con un oggetto. Da precisare che questa guaina non è associata con Paramatman perché sostanzialmente è sola una modificazione sostanza-natura, come effetto di azioni meritorie, inserito all'interno degli altri *kosha* che sono altrettante modificazioni. Il secondo *kosha* o «guaina della luce intellegibile» è *Vijnanamaya-kosha* della Conoscenza integrale universale composto dai cinque *tanmatra*, «concepibili», ma non «percettibili», nel loro stato sottile; e consiste nella congiunzione della *buddhi* alle facoltà principali di percezione che procedono rispettivamente dai cinque *tanmatra*, ed il cui sviluppo esteriore costituirà i cinque sensi nell'individualità corporea. *«Associata agli organi percettivi, la buddhi, con le sue modificazioni, prende le caratteristiche di agente sperimentatore. Essa rappresenta la guaina dell'intelletto ed è causa di trasmigrazione.»*[\[2\]](#)

La terza *kosha* o «guaina mentale» è *Manomaya-kosha* dove: *«Gli organi di percezione, associati alla mente, formano la guaina fatta di mente. Essa è causa di distinzione [falsa rappresentazione del reale] e si esprime con le nozioni del "mio" e dell'"io". Essa, interpenetrando la guaina precedente, ha il potere di creare le differenziazioni.»*[\[3\]](#)

La quarta *kosha* o «guaina della vita» *Pranamaya-kosha* comprende le facoltà vitali del *prana*, cioè i cinque *vayu* che tra poco andremo a vedere. Aggiungiamo che così come le malattie mentali sono dovute da una errata «forzatura» del *chitta*, «l'ostruzione» dei canali dove scorre l'energia *pranica* che mantiene in vita il corpo è causa delle malattie del fisico. *Vijnanamaya*, *manomaya* e *pranamaya* costituiscono la *sukshma-sharira*, in opposizione a quella *sthula-sharira*; che è l'ultima *kosha* «guaina del corpo» è *Annamayakosa* *«Questo corpo è il prodotto del cibo e costituisce la guaina del cibo. Vive a causa del cibo e muore se ne è privo. È un miscuglio di pelle, carne, sangue, ossa e altre relatività; così esso non potrà mai essere l'eternamente puro Ātman che non deve la sua esistenza a nessuno fuorché a sé stesso.»*[\[4\]](#)

Ora andiamo elencare le cinque funzioni vitali che prendono il nome di *vāyu*. Queste funzioni sono: *prana* l'aspirazione ascendente si estende dal naso al cuore in rapporto con bocca, parola e polmoni. La sua funzione è l'assorbimento dell'energia e la regolare tutti gli altri *vāyu*. Il secondo è *apana* l'inspirazione discendente si trova da plesso solare ai piedi, nella zona pelvica. La sua funzione è l'escrezione e l'eliminazione: è la forza che si muove verso il basso e verso l'esterno. Tutte le funzioni escretorie sono associate ad *apana*. Nella fase intermedia troviamo *vyana* governa la circolazione a tutti i livelli e si muove attraverso il centro del corpo nei polmoni e si espande in tutto il corpo. E attraverso esso che agiscono i muscoli e le articolazioni ed è responsabile della postura, del movimento e della coordinazione.

La penultima è *udana* l'espiazione si trova tra il naso e la sommità della testa, in rapporto specifico con il cervello, naso e occhi ed è associato all'espiazione. Responsabile della fonazione e deglutizione. Etimologicamente la parola «espiazione» significa allo stesso tempo mandare fuori l'aria

dai polmoni e morire entrambi in rapporto con l'udana. L'ultima vāyu samana si estende dal cuore al plesso solare. *Samana la digestione, o l'assimilazione sostanziale intima, per la quale gli elementi assorbiti divengono parte integrante dell'individualità.*[5] Si muove tra il diaframma e l'ombelico associato alla nutrizione ed accrescimento del corpo. Responsabile della digestione: e produce fame e sete. Questi cinque vāyu sono collegati ai centri di forza lungo la colonna vertebrale. Il controllo di queste cinque energie conferisce una salute perfetta e una vita lunga. Nello Hathayoga, con il prāṇāyāma, si producono determinati effetti psicofisici considerevoli.

[1] Taittiriya Upanisad: II, V, I.

[2] Sankara - Vivekacūḍāmaṇi, p.111

[3] Sankara - Vivekacūḍāmaṇi, p.102

[4] Sankara - Vivekacūḍāmaṇi, p.98

[5] Brahma-Sutra, 2° Adhyaya, 4° Pada, sutra 8 a 13. - Chhandogya Upanishad, 5° Prapathaka, 19° a 23° Khanda; Maitri Upanishad 2° Prapathaka, shruti 6.

SCHEMA RIASSUNTIVO

Kosha - le cinque guaine dell'essere umano

Sthula-sharira

Jīva - Annamayakosa (guaina del cibo)

Sukshma-sharira

Prana - Pranamaya-kosha (guaina della vita)

Manas - Manomaya-kosha (guaina della mente)

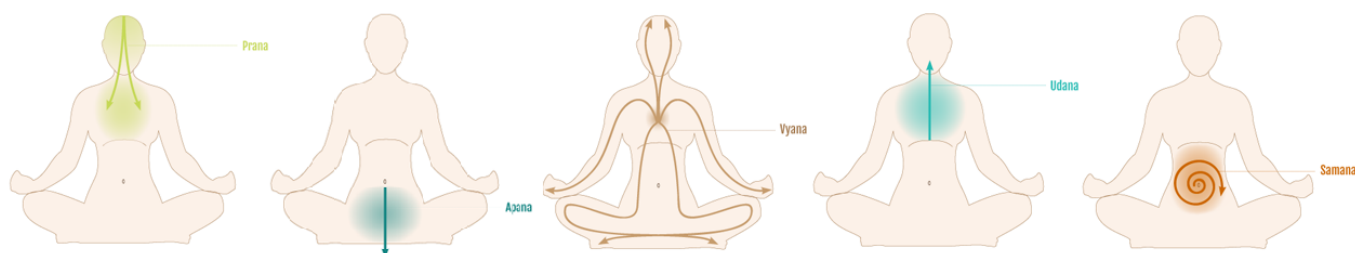
Buddhi - Vijnanamaya-kosha (guaina dell'intelletto)

Karana-sharira

Īśvara - Anandamaya-kosha (guaina dell'illuminazione)

Vāyu - i cinque soffi vitali

Prana - apana - vyana - udana - samana



Se hai letto fino in fondo hai dimostrato interesse per questo contenuto.
Per piacere esprimi una tua reazione cliccando su una delle emoticon
Grazie!

