

KARMA e REINCARNAZIONE

Post Numero Uno

RINASCITA O RIMORTE?

Reincarnazione: la stiamo capendo al contrario?

In Occidente usiamo spesso il termine **reincarnazione** come sinonimo di curiosità o speranza: ci piace pensare di essere stati principi o guerrieri, o speriamo in una "prossima vita" per fare meglio quello che non siamo riusciti a fare oggi.

Per noi, è quasi un'estensione dell'ego, infatti viene anche usato come strategia di seduzione: "sento che io e te ci siamo già incontrati in una vita precedente!".

Per le tradizioni orientali, dove questo concetto è nato, la prospettiva è ribaltata.

La reincarnazione non è un premio, è un **ciclo di prigionia** (*Samsara*).

Non si rinasce per collezionare esperienze, ma perché non si è ancora stati capaci di liberarsi dai desideri e dai pesi del **Karma** (altro termine abusato e male interpretato in occidente).

Mentre noi cerchiamo di aggiungere vite al nostro curriculum, i saggi d'Oriente hanno passato millenni a cercare il modo di fermare la ruota e trovare finalmente la pace.

C'è un abisso tra la nostra idea di "ritorno" e il concetto spirituale di "liberazione".

Ecco le differenze che (forse) non conoscevi.

Induismo (Samsara): È la visione più nota. L'anima (*Atman*) trasmigra di corpo in corpo in base al **Karma** (le azioni passate). L'obiettivo finale è il *Moksha*, ovvero la liberazione dal ciclo delle rinascite per unirsi all'assoluto.

Buddismo: Qui c'è una differenza sottile ma fondamentale. Non esiste un "io" o un'anima immutabile che si sposta. Si parla di un **flusso di coscienza** o energia che si manifesta in una nuova vita. Immagina di essere una candela che prima di spegnersi accende un'altra candela. Chi si reincarna? La prima candela? No, non sei più tu, con il tuo "io" ad assumere una nuova vita. Il traguardo è il *Nirvana*, lo spegnimento dei desideri che causano la sofferenza.

Giainismo: Molto radicale. Ogni essere vivente (anche insetti o piante) ha un'anima. La reincarnazione è vista come un peso materiale che "appesantisce" l'anima; solo la non-

violenza assoluta (*Ahimsa*) permette di liberarsi ed è previsto che tu ti possa reincarnare anche in un insetto.

Sikhismo: Crede nel ciclo delle rinascite influenzato dal karma, ma sottolinea che la forma umana è un'occasione preziosa e rara per connettersi con Dio e interrompere il giro.

Religioni Abramitiche (Ebraismo, Cristianesimo, Islam): In genere non la prevedono, preferendo l'idea di una vita singola seguita dal giudizio. Tuttavia, esistono correnti mistiche come la **Kabbalah** ebraica (*Gilgul*) che ammettono la reincarnazione come processo di riparazione dell'anima.

Tradizioni Greche (Orfismo e Platonismo): Anticamente la chiamavano *Metempsicosi*. Credevano che l'anima fosse prigioniera del corpo e dovesse purificarsi attraverso varie vite per tornare al mondo divino.

L'Ego contro il Distacco: due modi opposti di rinascere

Il vero cortocircuito tra Oriente e Occidente sta nel **protagonista** della storia.

In **Occidente**, il nostro approccio alla reincarnazione è profondamente legato all'**Ego**: vogliamo credere che la *nostra* personalità, i *nostri* ricordi e i *nostri* amori sopravvivano al tempo.

Cerchiamo conferme di chi "eravamo" per dare più valore a chi "siamo" oggi.

È un tentativo di rendere l'anima immortale senza rinunciare all'identità.

In **Oriente**, invece, l'obiettivo è il **Distacco**.

La reincarnazione è la prova che siamo ancora troppo attaccati alle illusioni del mondo.

Il traguardo non è accumulare altre esistenze, ma "svuotarsi", superare l'attaccamento all'io e sciogliersi finalmente nell'Universale.

Mentre noi cerchiamo di **ritrovare noi stessi** tra una vita e l'altra, loro cercano il modo per **lasciarsi andare** definitivamente.

Tratto dal Corso: Counseling Filosofico Spirituale

<https://www.studiogayatri.com/corsi/benessere-generale/counseling-filosofico-spirituale/>



Post Numero Due

L'OSSIMORO BUDDHISTA?

Ci sono alcuni testi, come per esempio il Saleyyakasutta o il Culakammavibhangasutta che attesterebbero affermazioni del Buddha su questioni che riguardano il Karma.

Ma quanto sono attendibili? In altri testi, per esempio, Buddha si rifiuta di parlare di certi argomenti perché distolgono il ricercatore dal qui e ora.

Questo è un dilemma classico nello studio del Buddhismo delle origini.

Da un lato abbiamo un Buddha "pragmatico" (che evita la metafisica), dall'altro un Buddha "descrittivo" (che spiega nei dettagli la rinascita e il karma).

Vediamo come gli studiosi e i praticanti orientano questa apparente contraddizione:

La distinzione tra Metafisica e Legge Naturale

Il Buddha si rifiutava di rispondere alle cosiddette "**14 questioni indeterminate**" (es. *il mondo è infinito o finito?*) perché erano speculazioni astratte che non portano alla fine della sofferenza.

Il Karma, invece, era considerato dal Buddha non come un dogma, ma come una **legge psicologica di causa-effetto**.

Ne parlava perché capire che le azioni hanno conseguenze è fondamentale per l'etica (**Sila**), che è la base del sentiero.

L'insegnamento graduale (*Anupubbikatha*)

Il Buddha adattava il messaggio al suo interlocutore:

Ai laici: (come nei sutta citati più sopra) parlava spesso di karma e rinascite favorevoli per incoraggiare una vita etica e armoniosa nella società.

Ai monaci esperti: si concentrava quasi esclusivamente sull'estinzione del sé e sulla vacuità, dove il concetto di "io" che trasmigra perde di significato.

La questione dell'attendibilità storica

Sulla "purezza" di questi testi ci sono diverse scuole di pensiero:

Stratificazione dei testi: Molti filologi ritengono che le descrizioni più "colorite" e dettagliate dei regni di rinascita siano **aggiunte successive** (influenze del folklore indiano o brahminico) per rendere la dottrina più accessibile o sistematica.

Autenticità del nucleo: Il concetto generale di *cetana* (intenzione) come motore del karma è considerato un insegnamento originale. Il Buddha ridefinì il karma: non più un rito esteriore (come per i Brahmani), ma un **fatto mentale**.

E qui ti informo, prendi bene nota, che, inizialmente, si credeva che si potesse ottenere un buon o cattivo karma, non tanto a causa di buone o cattive azioni, bensì se si fosse eseguito un rito alla perfezione oppure no.

Il criterio del "Kalama Sutta"

Il Buddha stesso ha fornito lo strumento necessario per risolvere il dubbio iniziale:

Ha invitato a non accettare nulla per tradizione, scrittura o autorità dogmatica, ma di **testare l'insegnamento** nella propria esperienza.

Se credere che un'azione crudele porti sofferenza ti rende una persona migliore oggi, allora l'insegnamento è utile.

Se la speculazione sul karma diventa un "labirinto di opinioni" che ti blocca, allora rientra tra le domande da scartare.

In pratica, il Buddha usava il karma come **orientamento pragmatico** per l'etica, un deterrente, non come un sistema dogmatico da difendere ad ogni costo.

Tratto dal Corso: Counseling Filosofico Spirituale

<https://www.studiogayatri.com/corsi/benessere-generale/counseling-filosofico-spirituale/>



Post Numero Tre

E' TUTTA COLPA TUA?

ANTROPOLOGIA E KARMA

L'analisi di Obeyesekere (l'antropologo singalese già da me menzionato in altri post) su come la "giustizia cosmica" influenzi la nostra percezione di **merito e fortuna** è particolarmente sottile, perché mostra come abbiamo trasformato un'idea metafisica in un pregiudizio psicologico e sociale.

Appuriamo insieme come questo concetto modella il nostro modo di vedere il mondo:

La "Sindrome del Mondo Giusto"

Obeyesekere osserva che l'essere umano ha un bisogno psicologico di credere che il mondo sia ordinato e prevedibile.

Merito come Causa: Se qualcuno ha successo o è ricco, tendiamo a pensare (spesso inconsciamente) che se lo sia "meritato" attraverso azioni passate o impegno.

Colpevolizzazione della vittima: Al contrario, di fronte a una disgrazia (malattia, povertà), la logica del karma ci spinge a chiederci: *"Cosa ha fatto di male per trovarsi così?"*. La sfortuna smette di essere un evento casuale e diventa una punizione meritata.

Il "Karma Occidentale" vs. Karma Orientale

In Occidente, abbiamo adottato una versione semplificata e "secolarizzata" del karma:

Il Karma come "Conto Corrente": Molti oggi vedono il karma non come un ciclo di rinascite, ma come un sistema di crediti e debiti morali immediati. Si compiono buone azioni con l'aspettativa di una ricompensa futura ("fai del bene e ti tornerà indietro").

Successo e Virtù: Questo ha creato una sovrapposizione pericolosa tra **successo economico e valore morale**. Se il cosmo è giusto, allora chi sta in alto deve essere "buono" e chi sta in basso deve avere qualche colpa.

La razionalizzazione della disuguaglianza

Obeyesekere sottolinea che le dottrine della giustizia cosmica servono spesso a **giustificare lo status quo**:

Invece di vedere la povertà come un problema sociale da risolvere politicamente, la si vede come l'esito di un percorso individuale (karmico o di merito personale).

Questo riduce la spinta alla solidarietà: se la sfortuna di qualcuno è il suo "giusto deserto", l'urgenza di aiutarlo diminuisce.

Il paradosso della fortuna

Mentre gli antichi Greci (prima di Platone) e le tribù studiate da Obeyesekere accettavano la **Tyche** (la fortuna cieca e capricciosa), la nostra cultura spirituale moderna (tipica della new-age americana) fatica ad accettare il caso, colpevolizza chi soffre (te lo sei meritato!) e premia chi è nato in condizioni vantaggiose (te lo sei meritato!).

Vogliamo che tutto abbia una spiegazione etica.

Obeyesekere suggerisce che il "karma" sia diventato lo strumento intellettuale per eliminare l'angoscia della casualità, dando un senso (anche se crudele) alla sofferenza.

In sintesi, per l'antropologo singalese, abbiamo sostituito la natura ciclica e amorale della vita con un **tribunale invisibile**, trasformando ogni nostra fortuna o sventura in una pagella morale.

Tratto dal Corso: Counseling Filosofico Spirituale

<https://www.studiogayatri.com/corsi/benessere-generale/counseling-filosofico-spirituale/>



Post Numero Quattro

ORIGINE ANTROPOLOGICA DEL KARMA

Il pensiero di Gananath Obeyesekere (antropologo singalese) su questo tema è affascinante perché ribalta l'idea comune che il **karma** e la **reincarnazione** siano nati contemporaneamente nei testi sacri indù.

Vediamo insieme un riassunto dei punti chiave della sua tesi:

Assenza nei Veda

Secondo Obeyesekere, nei **Veda** (i testi più antichi), a quanto contrariamente sostiene la new-age occidentale, non esiste una dottrina sistematica del karma o della rinascita come la intendiamo oggi. La religione vedica era focalizzata su sacrifici rituali per ottenere favori dagli dèi in questa vita o l'accesso a un regno dei padri dopo la morte.

La "Rinascita" come processo naturale

L'antropologo sostiene che il concetto di **rinascita** sia originariamente una credenza diffusa in molte **culture tribali** (non solo indiane).

Vediamole insieme:

Ciclo naturale: La rinascita è vista come un fatto ovvio, simile al ciclo delle stagioni o delle piante.

Identità familiare: Si rinasce spesso all'interno dello stesso clan o famiglia.

Assenza di etica: Non esiste l'idea che "se ti comporti bene rinascerai meglio e viceversa". Si rinasce semplicemente perché è così che funziona il mondo.

La rottura: L'arrivo del Karma

Il cambiamento radicale avviene quando a questo processo naturale viene sovrapposta, altrettanto in modo superstizioso, una **giustizia cosmica**.

Vediamo in che modo:

L'elemento etico: Il karma introduce la causalità morale. La rinascita smette di essere un evento "neutro" e diventa una ricompensa o una punizione per le azioni passate.

La sofferenza: Solo con l'unione di rinascita e karma nasce l'esigenza di "liberarsi" dal ciclo (*Moksha* o *Nirvana*), perché il ciclo diventa un peso legato alle proprie colpe.

Origine "Popolare" vs "Sacerdotale"

Obeyesekere ipotizza che queste idee di rinascita provenissero da substrati religiosi locali e tribali (le tradizioni del Gange) e che siano state solo successivamente elaborate ed "eticizzate" dai filosofi e dai rinuncianti (come nel Buddismo e nelle Upanishad).

In definitiva, per Obeyesekere la rinascita è un'idea **antropologica universale**, mentre il karma è una **costruzione intellettuale** successiva che ha trasformato un ciclo naturale in un sistema di giustizia.

Tratto dal Corso: Counseling Filosofico Spirituale

<https://www.studiogayatri.com/corsi/benessere-generale/counseling-filosofico-spirituale/>



Post Numero Cinque

QUESTIONI PARADOSSALI KARMICHE

Immaginate la scena:

Crotone, più di duemila anni fa.

Il grande filosofo Pitagora sta camminando per strada quando si imbatte in un uomo che picchia selvaggiamente un cagnolino.

I guaiti della povera creatura sono strazianti.

Pitagora non tira dritto.

Si ferma, interviene e pronuncia una frase che è rimasta scolpita nella storia:
"Smettila di picchiarlo! In lui ho riconosciuto l'anima di un caro amico defunto: ho sentito la sua voce nel suo lamento!".

Questo aneddoto, tramandato dal filosofo Senofane, non è solo una curiosità storica, ma il cuore pulsante del pensiero pitagorico.

Pitagora credeva fermamente nella **metempsicosi**, la trasmigrazione delle anime.

Per lui, la morte non era una fine, ma un nuovo inizio in una veste differente, e guai ad osare dire il contrario.

Pitagora sentiva che fosse la verità assoluta nascosta dietro il velo della realtà.

Ora però sorge un grave problema.

Qualcuno dovrebbe avvisare l'Universo che la Terra ha ufficialmente esaurito la capienza.

Mi affascina l'idea della **metempsicosi**, ma credo che i sostenitori della reincarnazione non abbiano fatto i conti con il catasto.

Se davvero ogni creatura vissuta decidesse di tornare per un "secondo giro", ci ritroveremmo in un ingorgo metafisico senza precedenti.

Immaginate la scena: miliardi di anime in coda, dai dinosauri depressi agli ultimi acari della polvere, tutti in attesa di un corpo nuovo di zecca.

Il rischio reale è che, per mancanza di spazio e di "materia prima", la qualità delle rinascite crolli drasticamente.

Magari speravi di tornare come un nobile aquilotto reale per sorvolare le vette e ti ritrovi reincarnato in un **batterio dello yogurt** in offerta 3x2 al supermercato, con un'aspettativa di vita di circa dodici minuti prima di finire nello stomaco di qualcuno.

Siamo troppi, e lo spazio vitale è quello che è.

Di questo passo, per evitare il sovraffollamento, l'amministratore del condominio universale inizierà a chiederci di condividere i corpi o di accontentarci di ruoli marginali. Finiremo per rinascere come **pixel di uno schermo** o come quel calzino spaiato che sparisce misteriosamente nella lavatrice, in attesa che si liberi un posto come mammifero.

Forse l'illuminazione spirituale non è altro che la consapevolezza che, in questa vita, è meglio non fare troppi programmi per la prossima: il pianeta è pieno e non accettano più prenotazioni.

Tratto dal Corso: Counseling Filosofico Spirituale

<https://www.studiogayatri.com/corsi/benessere-generale/counseling-filosofico-spirituale/>



Post Numero Sei

L'OLISMO?

SPIRITUALITÀ NON SIGNIFICA ESSERE IRRAZIONALI

Oggi va di moda etichettare la **ragione** come un ostacolo o qualcosa di "inferiore" rispetto all'anima. Spesso si citano le antiche scritture dell'India per giustificare una vaga superiorità dell'intuizione sulla logica. Ma è davvero così?

Se andiamo alla fonte, scopriamo l'esatto contrario.

Prendiamo il **Tattvarthasutra** di Umasvati, uno dei testi pilastro della filosofia Jainista.

Qui si parla del **Karma** non come una punizione magica, ma come una "materia" che oscura le capacità naturali dell'anima.

Ecco il punto chiave:

Tra i vari tipi di karma che velano la nostra conoscenza (**Jnanavarana**), il primo in assoluto è il **Mati-jnanavarana**.

Che cos'è il Mati-jnana?

È proprio la **conoscenza sensoriale e razionale**. È la nostra capacità di usare i sensi, la logica, la memoria e il discernimento per comprendere il mondo.

Cosa ci insegna questo?

La ragione è un potere dell'anima: Se esiste un karma che la "oscura", significa che la razionalità è una funzione naturale e luminosa della coscienza, non un errore da eliminare.

Senza base non c'è altezza: Prima di arrivare alla "conoscenza suprema", dobbiamo pulire la lente della nostra razionalità.

Contro la superficialità: Chi disprezza la logica in nome della "vibrazione" sta spesso ignorando che, secondo i testi antichi, indebolire la ragione significa assecondare l'oscuramento del proprio Sé.

Marketing del "Sentire": Esaltare l'intuizione (Anima) a discapito della logica (Mente) crea un'attrattiva emotiva forte, ma filosoficamente incoerente.

La Mente come alleata

In un approccio olistico coerente, la mente non è un nemico da abbattere, ma una funzione biologica e metafisica necessaria:

Senza mente non c'è **discernimento**.

Senza mente non c'è **integrazione** dell'esperienza spirituale.

In verità, chi separa mente e anima sta applicando un **riduzionismo spirituale**, che è l'esatto opposto dell'olismo.

La vera evoluzione non è diventare meno razionali, ma diventare **pienamente consapevoli**, usando la logica come uno strumento affilato e non come un limite.

Tratto dal Corso: Counseling Filosofico Spirituale

<https://www.studiogayatri.com/corsi/benessere-generale/counseling-filosofico-spirituale/>



Post Numero Sette

LA MIA RELIGIONE?

Esistono oltre 4.000 religioni nel mondo. Tutti i fedeli sono convinti, con la stessa intensità, di aver trovato l'unica strada giusta.

Se ognuno afferma che la sua è l'unica verità, la logica ci dice che una sola è vera e migliaia di altre sono false, o più probabilmente che nessuna di esse sia vera, poiché all'interno di una stessa religione ci sono, oltre modo, ipotesi in forte contrasto tra di loro.

La sincerità del sentimento non è una prova di verità. Se fossi nato altrove, saresti altrettanto convinto di una verità opposta.

Da dove ha origine il nostro "sentire" religioso?

La maggior parte delle persone eredita la religione dalla famiglia o dalla cultura di appartenenza, ma anche tra coloro che si ribellano alla tradizione è praticamente impossibile che qualcuno di essi abbia analizzato migliaia di sette prima di scegliere il proprio credo; semplicemente si sceglie quello più affine al proprio profilo psicologico.

Cosa mi rende più sicuro? Quale credenza elimina la mia paura della morte? Quale mi fa sentire più protetto? Quale soddisfa il mio bisogno di sentirmi più importante degli altri? Quale mi concede ipotesi di riscatto qualora io, ora, mi senta un fallito?

Inoltre:

Il Bisogno di Ordine e Controllo

"Quale credenza trasforma il caos del mondo in un piano preciso?"

(Spesso accettiamo una dottrina perché l'idea che tutto accada per un "disegno superiore" è meno spaventosa dell'idea che la vita sia governata dal caso).

L'Appartenenza e l'Identità

"Quale gruppo mi offre una comunità pronta ad accogliermi a patto che io la pensi come loro?"

(Il bisogno di non essere soli è un collante potentissimo: la verità passa in secondo piano rispetto al sentirsi parte di una 'famiglia').

La Delega della Responsabilità

"Quale fede mi permette di non dover decidere da solo cosa è bene e cosa è male?"

(Avere un codice di regole preconfezionato toglie il peso della scelta etica individuale e ci fa sentire "giusti" seguendo semplici istruzioni).

Il Desiderio di Giustizia Retributiva

"Quale religione promette che chi mi ha fatto del male verrà punito, se non ora, in un'altra vita?"

(l'idea di un "tribunale finale" soddisfa il nostro desiderio di vendetta o giustizia che la realtà spesso nega).

Il Pregiudizio di Conferma

"Quale dottrina conferma quello che già penso del mondo, senza mai mettermi in discussione?"

(Scegliamo ciò che ci dà ragione, non ciò che ci sfida a cambiare prospettiva).

Tratto dal Corso: Counseling Filosofico Spirituale

<https://www.studiogayatri.com/corsi/benessere-generale/counseling-filosofico-spirituale/>



NATYAN

**Università Popolare Studio Gayatri – Via Monte Santo,33 – 20900
Monza (MB)**

www.studiogayatri.com - info@studiogayatri.it - www.gayatricorsionline.com

Cel. 333 4822351 – WhatsApp 351 3825959