DI DEEPAK CHOPRA

Prefazione

La cosa strana del paranormale—o del soprannaturale, del miracoloso, e di tutti gli altri sinonimi—è che non importa quante volte tu lo dimostri, esso resta indimostrato. Ci sono centinaia di studi sulla chiaroveggenza e sulla visione a distanza, che emergono dall'esperienza degli ultimi secoli. Costantemente, come Dean Radin spiega pazientemente in questo libro, gli esperimenti indicano come l'esperienza di leggere la mente di qualcuno, vedere un evento lontano nel tempo, o prevedere il futuro, sia reale. Sin da quando la scienza ha iniziato a demolire la fede come mezzo per conoscere la realtà, i fatti sono sempre stati apparentemente sovrani, e quando uno stesso fatto è dimostrato come vero ripetutamente, ciò è sufficiente a cambiare la realtà accettata. Pertanto come mai, in questo caso, i fatti si sono rivelati inutili?

La risposta è complessa, sottile, e tuttavia comune come ogni pregiudizio radicato. I fatti non fanno cambiare idea così frequentemente come quando confermano ciò che la mente insiste a credere. Pertanto, il percorso dalla fede ai fatti è molto più fragile di quanto ci piaccia pensare, e lungo il cammino s'insidiano credenze retrograde, preconcetti ostinati, attacchi personali, scettici che sanno in anticipo che X non può essere vero, e il più sfuggente degli avversari, la coscienza collettiva. L'opinione di massa può fermare un fatto indesiderato sul momento, cosa che è avvenuta per secoli quando i miracoli, le meraviglie, la magia, e il paranormale erano troppo scomodi da affrontare. Dietro al cliché che si possa creare la propria realtà c'è un'ombra: se non crei la tua realtà, essa sarà creata per te.

Per tale ragione, il dibattito di Radin sulle abilità supernormali, le quali erano state inizialmente spiegate in maniera sistematica in un antico testo indiano conosciuto come *I Sutra dello Yoga* di Patanjali, procede su una linea doppia. Egli presenta la testimonianza accumulata per tutti i tipi di "superpoteri" esortandoci persuasivamente a considerare il perché una cosa può essere provata e smentita al tempo stesso. Tale percorso è l'unico modo sensato per far cambiare idea alla gente, aderendo al noto prover-

bio "Un uomo convinto contro la sua volontà, resta sempre della stessa opinione." Un grande numero di studi controllati ha dimostrato come nel momento in cui alla gente sono presentati fatti che contraddicono le loro più salde credenze, si tenda a ignorare i fatti; ancora più perversamente, più fatti contradditori presenti, più una considerevole percentuale di persone resterà ancora più ancorata alle proprie convinzioni.

Il movimento spirituale etichettato genericamente come New Age ha diviso la società in credenti e non credenti, riguardo a tutte le varie questioni affrontate da Radin, ed egli è maturo nell'approcciare temi caldi in qualità di paciere, e non come un'altra voce che divide. È una scelta felice. Quando la scienza possiede già ampie prove su fenomeni che sono fermamente esclusi dal quadro ufficiale della realtà, vincere consensi richiede una certa conoscenza della psicologia umana. L'arte della persuasione è sottile, ma si basa molto sull'esperienza quotidiana:

> Perché dimostrare che una persona è in errore? Non puoi averla vinta in una discussione, perché se perdi, perdi; e se vinci, perdi. Ti potrà anche far sentire bene. E l'altra persona? L'hai fatta sentire inferiore, hai ferito il suo orgoglio, insultato la sua intelligenza, il suo giudizio, e il rispetto di se stessa.

Questo paragrafo di psicologia pratica, scritto decenni or sono da Dale Carnegie, diventa rilevante in materia di paranormale nel momento in cui si sostituisce la parola *persona* con *scienziato* nella prima frase. La ragione per cui i fatti sono secondari nel dimostrare la validità dei superpoteri è che la scienza, come ogni impresa umana, è supervisionata da individui che hanno un coinvolgimento in quello che fanno, e tale coinvolgimento include orgoglio, intelligenza, giudizio, e rispetto di se stessi, come Carnegie ha afferrato.

Con *Supernormale*, Radin calma le nostre tensioni e al tempo stesso i nostri pregiudizi, mettendoci tutti nelle stesse condizioni.

Egli è disposto a chiamare il percorso dello yoga, che è stato predisposto per sviluppare abilità sovrannaturali, "leggendario", ma rivolge il suo sguardo severo anche alle contraddizioni intrinseche della scienza nel momento in cui si rifiuta di accettare scoperte raggiunte attraverso l'uso impeccabile del metodo scientifico. Come egli nota sarcasticamente, se la scienza deve cambiare nella direzione di una nuova realtà, occorre diminuire il digrignare i denti col tempo.

Ma perché una nuova realtà e cosa ha a che fare con levitazione, chiaroveggenza, invisibilità, e molte altre affermazioni fatte da Patanjali? La semplice risposta è che la vecchia realtà si è consumata. In un capitolo dedicato all'Ottuplice Sentiero della Scienza (un riferimento all'Ottuplice Sentiero del Buddismo), Radin guarda ai principi su cui si basa la scienza moderna e dimostra, piuttosto accuratamente, che molti sono stati frantumati dalla rivoluzione quantistica un secolo fa, e altri si sono stabilmente affievoliti. Nel momento in cui tempo e spazio non furono più assoluti, nel momento in cui oggetti fisici furono ridotti a nuvole danzanti di energia e causa ed effetto diventarono un gioco di probabilità anziché certezze, accadde uno spostamento radicale nel modo di percepire la realtà.

Tale spostamento è sorprendentemente in armonia con gli antichi veggenti dell'India, e per quarant'anni i concetti quantistici sono stati intessuti in concetti spirituali, con voci che vanno da un fisico come Fritjof Capra a un luminare spirituale come il Dalai Lama, a confermare i paralleli.

Radin aggiunge la sua voce a un coro genuino, ma con misura. Il suo talento risiede nel ritornare alle origini e trovare il terreno comune. Ben consapevole che poche persone al di fuori del campo specialistico degli antichi studi indiani sono a conoscenza dei *Sutra dello Yoga*, e che sgraneranno gli occhi nel vedere termini sanscriti come "siddhi" e "samyama", egli si muove esperto tra esperienza comune (specialmente esperienze psi di chiaroveggenza e intuizione sottile) e l'arcano del misticismo. Lo scopo è di persuadere il lettore, non contro il suo volere ma con cooperazione consenziente. "Ti ricordi quando X è successo a te? Bene, la stessa cosa era nota ai veggenti yoga ed è stata dimostrata in laboratorio."

Lo scopo di Radin non è quello di fare della propria versione della realtà quella corretta. Al contrario, egli desidera dimostrare come vi siano più scelte di quante le persone generalmente credano, e alcune di quelle scelte aggiungono un potere più grande alla mente, aumentano il potenziale per svelare una conoscenza superiore, e infine trasformano il cliché "Tu sei l'artefice della tua realtà" in un'esperienza vivente. Radin non fa proseliti su quale versione della realtà ognuno debba scegliere, ma con il suo metodo imparziale egli insiste anche su come alcune realtà che alla scienza appaiono stravaganti, come la realtà dove una persona può levitare, non siano ridicole, superstiziose, o ignoranti. Centinaia di osservatori hanno registrato in diari privati, fatto affermazioni pubbliche e giuramenti sul fatto di aver visto Giuseppe di Cupertino levitare (tra i numerosi santi

cattolici levitanti, questa figura del diciassettesimo secolo era in vita circa cinquant'anni dopo la morte di Shakespeare), e Radin ne prende nota senza scuse o critiche.

Tuttavia questo libro non è un elenco di meraviglie del passato. Va oltre la visione del mondo nella quale i miracoli sono indiscussi e la visione del mondo opposta, nella quale i miracoli sono insensati, al fine di trovare un compromesso. In qualche maniera, è coinvolto il giudizio di Salomone—entrambe le parti hanno qualcosa da dire e qualcosa da imparare da entrambi. (La riconciliazione era nella mente di Einstein quando fece il suo famoso commento, "La scienza senza la religione è zoppa, la religione senza la scienza è cieca.") Chiaramente ciò non è abbastanza, poiché la realtà ci guarda in faccia, e dobbiamo essere connessi con la sua attualità. Infiniti dibattiti su come modellare la realtà—poiché scienza e la religione sono meri modelli—sono digressioni.

Tenendo ciò a mente, Radin non perde di vista il mistero radicale che la realtà presenta, non solo ai mistici ma ai realisti più ostinati tra i pionieri quantistici. Nelle pagine finali del libro sono citate due forti affermazioni dei fatti. La prima viene da Max Planck, che ha dato vita alla rivoluzione quantistica:

> Io considero la coscienza come fondamentale, e la materia come un derivato della coscienza. Non possiamo andare oltre la coscienza. Tutto ciò di cui discorriamo, tutto ciò che noi consideriamo come esistente, richiede una coscienza.

Planck sentiva di star affermando un fatto che non poteva essere dimostrato. Poiché Patanjali e tutti i veggenti vedici hanno sposato la realtà basata sulla coscienza, Radin si è astutamente preso la rivincita. Non è compito dello yoga dimostrare che la coscienza sia il fondamento di ogni esperienza; è compito della scienza dimostrare che non lo sia. Tale prova è lungi dall'essere imminente.

Tuttavia Radin evidenzia ottimisticamente come una nuova generazione di scienziati, meno inclini a digrignare i denti, stia stabilmente arrivando a un compromesso con la coscienza come fattore che non possa essere messo da parte, eluso, tenuto a distanza, o trattato con disprezzo.

A supporto del suo ottimismo, Radin cita un altro pioniere quantistico, Wolfgang Pauli: "È mia opinione personale che nella scienza del futuro la

realtà non sarà né 'psichica' né 'fisica' ma in qualche modo entrambe le cose e in qualche modo nessuna delle due." In altre parole, la questione non è o/o, ma entrambi/nessuno, un punto enfaticamente dichiarato in questo libro. Prendere seriamente coscienza è un passo nell'evoluzione della scienza, passo che estende la natura "inquietante" del mondo quantistico. L'inquietudine non sparisce; né tantomeno le tradizioni della saggezza popolare. Due campi di visionari, da un passato lontano e dalle frange del presente, stanno avanzando verso di noi. Il loro messaggio riguarda l'evoluzione cosciente dell'umanità, e come questo libro perspicace dimostra, quando i due campi di visionari si uniranno, niente sarà più lo stesso.

Prologo

Tutti i problemi dell'uomo derivano dalla sua incapacità di starsene da solo in una stanza.

—Blaise Pascal



C'è voluto del tempo per emergere dal fango. Poi, in un lampo di tempo galattico, abbiamo costruito città magnifiche e civiltà, siamo volati sulla luna e ritorno, abbiamo fatto atterrare robot su Marte. Tali prodezze costituiscono il pinnacolo dell'umanità, il meglio che possiamo sperare di compiere? O possiamo immaginare futuri ancora più sorprendenti? È possibile che i superpoteri descritti nelle antiche leggende, nella fantascienza e nei fumetti ci stiano pazientemente aspettando dietro le quinte, pronti per uno scossone dell'evoluzione umana?

Simili domande sono state poste dai visionari nel corso della storia, e molte tecniche sono state messe a punto per esplorare e sviluppare il nostro potenziale. Uno dei metodi più efficaci è anche uno dei più antichi—lo yoga. La parola *yoga* è affine a *yoke*, che significa "combinare, connettere, o unire." *Ciò che si dice essere unificato*[a] è l'Io individuale con il Tutto.

---

a Ci sono molte interpretazioni delle esperienze di illuminazione e Io, con variazioni che dipendono

Questo stato elevato è l'obiettivo di quasi tutte le pratiche esoteriche. È conosciuto inoltre come uno stato d'*illuminazione*, o *risveglio* o *realizzazione*. Lo spostamento dalla consapevolezza quotidiana a una forma estatica di consapevolezza dà accesso alla conoscenza della Realtà non mediata. Da quella posizione si comprende che la consapevolezza personale diventa allineata con o è assorbita in una Mente Universale, Divina Coscienza, Grande Spirito, Dio, o una moltitudine di altri nomi per il trascendente. Esso scatena inoltre abilità soprannaturali, con "poteri e abilità che vanno ben oltre quelli dei comuni mortali!" come era solito dire il narratore del programma TV degli anni 50 *Superman*.

Almeno, questa è la storia che ci è stata raccontata per millenni da yogin[a], saggi, e mistici di tutte le culture.

La domanda affrontata in questo libro è come interpretare tali fantastiche affermazioni alla luce di cinque secoli di scoperte scientifiche.

In tempi moderni, specialmente nella cultura occidentale, affermazioni riguardanti l'illuminazione o unione con *un Io universale*[b] abbracciano uno spettro di credenze che vanno da una devozione reverenziale ad esasperazione e rabbia verso le chiacchere New Age. Esiste una sostanziale letteratura erudita sul ruolo formativo di misticismo, miracoli, ed affermazioni sul soprannaturale nella religione, ma alla maggior parte degli scienziati (e sorprendentemente, alla maggior parte degli studiosi di religioni comparative) è stato insegnato a considerare le capacità soprannaturali come un imbarazzo dei tempi medievali, e come tale non meritevole di seria attenzione.

Il termine "supernormale" è stato coniato nel 1882 dal classicista britannico Frederic Myers, uno dei fondatori della (londinese) Society for Psychical Research. Myers usava tale termine per indicare fenomeni naturali, legittimi che presagivano un più avanzato stadio futuro dell'umana evoluzione. Tali fenomeni, incluse abilità psichiche come la chiaroveggenza, potrebbero essere etichettati oggi come anomali o incredibili. Eppure nel futuro, secondo la concezione di Myers, nel momento in cui acquisiremo una maggiore consapevolezza di noi stessi, delle nostre capacità e del mondo fisico, il supernormale diventerà completamente normale.

---

da fattori come contesto, cultura, e struttura religiosa.

a N.d.T. praticante di yoga.

b Non tutti i teologi sarebbero d'accordo. Infatti, gli studiosi raramente concordano su qualcosa.

La nostra raffinata comprensione scientifica della realtà ha sviluppato una chiusura verso i resoconti del supernormale? Potrebbe essere che, una volta rimossa la chiusura, vi sia davvero qualcosa d'interessante là fuori? *Tutte* le affermazioni che riguardano esperienze mistiche o psichiche, o che concernono l'unione con la realtà che trascende il mondano, sono necessariamente errate?

Questa domanda è motivata da più di una semplice curiosità. Sappiamo che i resoconti di tali esperienze non sono spariti con l'ascesa stellare della scienza. Molte persone oggi credono ancora nei miracoli e nei fenomeni psichici. Vi credono non per via di storie che hanno ascoltato, o per via di una fede incondizionata, ma per via di un'esperienza in prima persona. *Un sondaggio della commissione Harris*[a] del 2009 ha rilevato come un enorme 76 per cento di statunitensi creda nei miracoli. *Un sondaggio della CBS News condotto*[b] nello stesso anno ha evidenziato come il 57 per cento degli statunitensi creda in uno o più fenomeni psichici. Questa maggioranza include accademici e scienziati ben istruiti, alcuni dei quali sono esperti in fragilità e preconcetti della psiche umana.

Ora sappiamo che le spiegazioni superficiali di tali credenze offerte dagli scettici, ossia che sono dovute puramente a inceppamenti della mente, o a vari difetti educativi o cognitivi, sono semplicemente sbagliate. Un corpo crescente di prove scientifiche indica che alcune esperienze etichettate come psichiche non sono illusioni o allucinazioni—sono casi autentici, dove i "superpoteri" della coscienza accadono, spesso spontaneamente.

Sorprendentemente pochi scienziati hanno prestato attenzione a tali prove. E tuttavia chi riporta queste esperienze le valuta come gli eventi più profondi e trasformativi della propria vita intera. Si potrebbe pensare che questo fatto da solo dovrebbe bastare ad attrarre un po' di attenzione.

A prescindere dalle questioni d'interesse personale, molti dei saggi e dei geni responsabili di aver modellato la civiltà come la conosciamo oggi, hanno scritto a riguardo dell'influenza degli stati elevati di consapevolezza intuitiva nelle loro azioni. Ciò significa che la nostra comprensione dell'esperienza trascendente va oltre il mero interesse accademico—va al cuore delle questioni perenni che hanno catturato l'attenzione di chiunque si sia mai domandato, "Chi sono?", "Perché sono qui?", e "Qual è il senso della vita?"

---

a *www.harrisinteractive.com/vault/Harris_Poll_2009_12_15.pdf*; ultimo accesso 21 agosto 2012.

b *www.cbsnews.com/2100-500160_162-507515.html*; ultimo accesso 21 agosto 2012.

Senza accettare la pressione sociale nella scienza che incoraggia un rifiuto noncurante dell'evidenza, eviteremo dall'altra parte di cadere in un'accettazione acritica e ingenua di tutti i miracoli dichiarati. L'approccio che seguiremo è quello di esaminare uno dei più noti percorsi trasformativi—lo yoga—per vedere se qualcuna delle linee guida all'illuminazione in quella tradizione sia stata scientificamente confermata. Se risulta che vi siano ragioni razionali per accettare anche una soltanto delle affermazioni sulle abilità soprannaturali, anche un pizzico, allora forse i mistici non stavano solamente raccontando frottole e saremmo giustificati nel riconsiderare la saggezza popolare su tali questioni.

Questo argomento non è per tutti. Alcune persone non hanno né la disposizione né la pazienza per considerare seriamente fenomeni che non siano palesemente ovvi. Come disse una volta Woody Allen scherzosamente, "Sono sbalordito dalla gente che vuole 'conoscere' l'universo quando è già abbastanza difficile muoversi a Chinatown." Poi vi sono quelli all'altra estremità, inclusi alcuni devoti yoga, che accettano i superpoteri leggendari descritti negli antichi testi esclusivamente sulla base della fede. Per loro le argomentazioni scientifiche sono tediose e irrilevanti.

Tuttavia fin tanto che queste domande possono essere poste, una frazione della popolazione sarà motivata a guardare oltre i dogma pro e i dogma contro questa ipotesi. Ciò è cosa buona, poiché la storia ci insegna che alcune porzioni della visione scientifica odierna, quella serie di teorie su chi siamo, su cosa siamo capaci, e sulla natura della realtà, sono sbagliate. Lo stesso vale per quella porzione di religione e credenze spirituali. Non sappiamo esattamente dove abbiamo sbagliato, ma se vi è una possibilità per l'umanità di evolversi oltre la sua rozza adolescenza, allora dobbiamo correggere i nostri equivoci, e al più presto. Ciò che esploreremo in questo libro è la possibilità che le leggende sui superpoteri yoga possano offrire indizi su come farlo, o almeno su come poter riconsiderare lo scopo del potenziale umano.

Siamo sulla soglia di acquisire nuove risposte sui leggendari superpoteri. Ciò che scopriremo è che è ora possibile affermare con convinzione che *alcuni* elementi chiave delle storie sui superpoteri yoga sono veri, e di conseguenza vi è una base scientifica per la realtà ontologica delle realtà mistiche dietro a molte religioni. L'universo, e il nostro ruolo in esso, iniziano a sembrare più interessanti di quanto i nostri libri ci abbiano portato

a credere, anche dopo aver preso in considerazione tutte le sorprendenti scoperte che la scienza ha compiuto fino ad ora.

In precedenti testi, ho menzionato le affinità tra le antiche storie di poteri mistici e i numerosi fenomeni psichici comuni, incluse telepatia e precognizione. Ho menzionato come tali abilità, note come *siddhi* (pronunciato sid-hi), siano associate con intense pratiche di meditazione dello yoga avanzato.[1, 2] Parte per via del mio interesse verso questo argomento, nel 2010 *fui invitato*[a] dall'Indian Council for Philosophical Research in qualità di National Visiting Professor. Ho viaggiato in tutta l'India sotto la protezione di questo programma finanziato dal governo indiano, e ho tenuto una serie di conferenze sulla scienza e i siddhi nelle università tradizionali e nelle università specializzate nello studio e nella pratica dello yoga e della medicina ayurvedica. In India, entrambi i tipi di università vantano lo stesso status accademico quando approvate dal governo.

Ho notato che i siddhi yoga, una sottocategoria dei quali gli occidentali chiamerebbero fenomeni psichici, sono così ben integrati nella cultura indiana che quasi nessuno in quel paese si degnerebbe di studiarli scientificamente. Gli effetti psichici sono considerati banali abilità supernormali possedute da alcuni yogin e *sadhus* (uomini santi). Essi sono percepiti come aspetti raffinati della mente e della coscienza che sono stati discussi in gran profondità da studiosi e praticanti per millenni.[3, 4] Perché scomodarsi a studiare qualcosa con i moderni strumenti della scienza quando ciò è stato già accettato come ordinario?

Al contrario, in Occidente la mera esistenza di fenomeni psichici resta una questione dibattuta, nonostante un persistente interesse e le credenze popolari. Vi è una serie di ragioni per questa tensione cronica. Sul versante religioso, all'interno delle tradizioni giudeo-cristiano-islamiche, solo Dio (o coloro da lui indicati) è autorizzato a fare miracoli. Le persone comuni che eseguono tali prodezze sono considerati sospetti (dai teisti) nel migliore dei casi ed eretici nel peggiore. E sul versante scientifico, campeggia una convinzione ben diffusa (ma scorretta, come vedremo)

a Sono grato al Dott. K. Ramakrishna Rao, all'epoca presidente del consiglio, per avermi nominato per questo onore.

che tali fenomeni non possano esistere poiché violano uno o più principi scientifici.

La maggior parte degli scienziati non ha avuto l'audacia di sfidare pubblicamente tale convinzione; è troppo pericoloso nuotare contro corrente. Eppure il marchio di tabù irrazionale non è stato sufficiente a sovrastare la curiosità di tutti circa i fenomeni ai limiti del conosciuto.

E come risultato, paradossalmente l'Occidente scettico ha imparato di più circa l'evidenza scientifica dei siddhi rispetto al comprensivo Oriente.

Prima di iniziare, tre note per il lettore. La prima riguarda i segni diacritici. Alcuni dei termini che utilizzo provengono dall'antica lingua indo-ariana, il sanscrito. C'è un elegante testo tradizionale sanscrito chiamato Devanagari. In epoca moderna un metodo di traslitterazione per il sanscrito, basato sui caratteri latini, è usato per indicare la pronuncia esatta. Lo schema usa una vasta gamma di segni diacritici. Ad esempio, "I Sutra dello Yoga" possono essere scritti come *Yoga-Sūtra*, la filosofia "Sankhya" come *Sāṅkhya*, o "samadhi" come *samādhi*. Queste annotazioni denotano sfumature nel tono e nell'enfasi, ma ho notato che per i lettori madrelingua occidentali tali annotazioni tendono a distrarre, pertanto in questo libro non le uso. Confido che il significato delle parole sarà comunque chiaro.

La seconda nota consiste nel fatto che mentre mi concentro su un testo yoga classico—I *Sutra dello Yoga* di Patanjali—come una comoda mappa storica per discutere delle abilità supernormali, occasionalmente faccio riferimento ad altre tradizioni mistiche e religiose. Procedo così non perché lo yoga e, diciamo, il buddismo tibetano, siano intercambiabili (nonostante il dibattito sui superpoteri fosse una parte importante del primo buddismo[5]), ma perché a volte conviene di più affrontare una storia relativa ad una tradizione piuttosto che ad un'altra. Giustifico questo casuale passare da una tradizione all'altra poiché siamo interessati alle affinità trasversali, e poiché la nostra principale attenzione è rivolta all'evidenza scientifica sulle abilità supernormali piuttosto che ai discernimenti raffinati che ci si aspetta dall'erudizione nella religione comparata.

Infine, a piè di pagina vi sono numerose note che potrebbero chiarire alcuni punti tecnici.

Pertanto mi scuso con i puristi che potrebbero essere infastiditi dalla mia mancanza di attenzione verso la filologia del sanscrito e dalla mia semplificazione di una letteratura religiosa ed etno-storica immensamente ricca.

Supernormale

PARTE I

Dai leggendari superpoteri Yoga ...

In un mondo pre-internet, prima degli smartphone e delle bevande energetiche, c'erano le leggende sui superpoteri. Vedere oggetti nascosti ed eventi lontani. Conoscere il futuro. Camminare sull'acqua. Guarigione immediata.

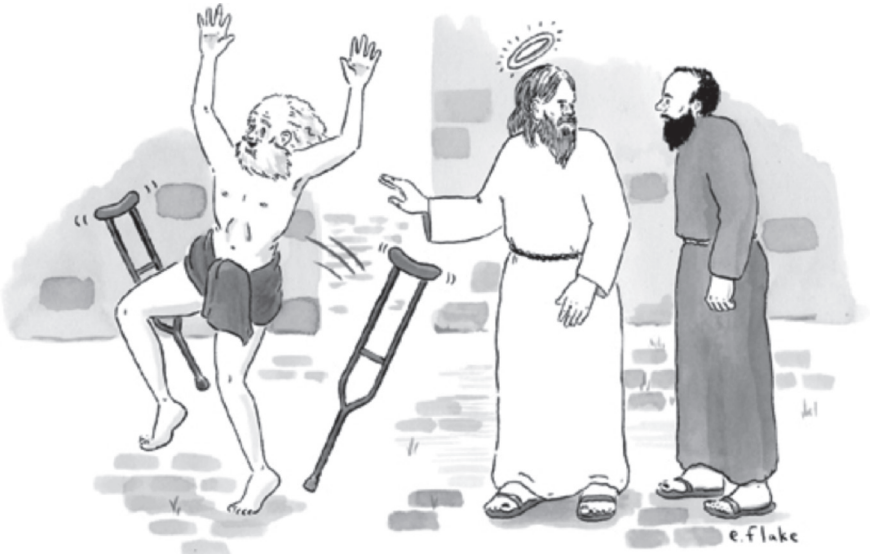
Tali leggende sono ancora animatamente in vita. Sono tematiche principali nella fantascienza e riempiono il settore dell'intrattenimento. La maggior parte della popolazione mondiale crede in una o più di esse. Sono presentate come verità fondamentali nella maggior parte delle religioni. Si sono guadagnate titoli come telepatia, chiaroveggenza, precognizione, e telecinesi. Ma sono reali?

Alcuni scienziati sostengono fermamente di no. Tutte le leggende sulle super abilità, fenomeni psichici, e altri miracoli sono dovuti a un pensare pieno di speranze, favole, e superstizioni.

Costoro affermano che le nostre credenze, entusiasmi, e desideri sono un puro riflesso di come l'attività cerebrale elabori il nostro mondo personale e il senso dell'Io. Possiamo anche godere di queste fantasie, ma ciò non le rende reali. Né tantomeno c'è qualcuno, o persino *qualcosa*, dietro a questa questione. In altre parole, ciò che indichiamo come "io" o "me stesso" non è altro che un'illusione meccanicistica che verrà un giorno simulata su un bel computer. I poteri supernormali non esistono.

Forse è vero.

Forse no.



"Sì, ma buona fortuna a farlo pubblicare sulle riviste con revisione dei pari."

CAPITOLO 1

Introduzione

Inizia dall'inizio e vai avanti finché non arrivi alla fine; poi, fermati.
—Lewis Carroll



Iniziamo con una semplice domanda: Buddha era solamente una brava persona?

Gli insegnamenti di Buddha hanno prosperato per il fatto che egli fosse più attraente e carismatico della maggior parte delle persone, o per il fatto che fosse un grande maestro ed un instancabile portavoce dei poveri? Oppure—e questo è il quesito principale che esploreremo nel dettaglio—per il fatto che fosse un individuo illuminato con una profonda comprensione della natura della Realtà, e per il fatto che possedesse doti soprannaturali?

Ci potremmo porre la stessa domanda a proposito di Gesù, Mosè, Maometto, Milarepa, o di un nutrito numero di figure prominenti associate a illuminazione spirituale, saggezza, o grazia. Si trattava solamente di grandi affabulatori abili nel parlare alle folle, o erano costoro in grado di comprendere in profondità la condizione umana, e le nostre capacità, ancora al di fuori dell'ambito della scienza?

Se è troppo inopportuno porre simili quesiti a proposito di tali icone religiose, potremmo allora considerare una figura più contemporanea: il Dalai Lama ospita regolarmente discussioni tra scienziati e monaci Bud-

disti. Gli scienziati occidentali che si battono per un ambito posto a tali incontri credono segretamente che egli sia un personaggio pittoresco, e non fanno altro che assecondarlo quel tanto che basta per farsi scattare una foto con un famoso premio Nobel in modo tale da poter postarla sulla propria pagina Facebook?

Considerate le lodi entusiastiche[a] a quegli incontri su libri e articoli scritti da giornalisti scientifici privi di frivolezze, e una crescente lista di collaboratori provenienti dall'Università di Harvard, dall'Università di Stanford, dall'Università di Zurigo, dall'Istituto Max Planck di Scienze Cognitive e Cerebrali, e da molti altri, così non sembra. Tuttavia il Dalai Lama prende la reincarnazione e i leggendari superpoteri dello Yoga (i siddhi) molto seriamente. Egli afferma di averne visto alcuni in azione, come oracoli che profetizzano con accuratezza tendenze future.[6] Che cosa conosce che la maggior parte degli scienziati formatisi in Occidente ignora deliberatamente? I superpoteri potrebbero essere reali? Se così fosse, come mai non ne siamo mai venuti a conoscenza attraverso le riviste scientifiche?

Tali domande sono state dibattute per millenni da studiosi e da gente ordinaria. In tempi moderni, la scienza ha per lo più ignorato o denigrato la mera possibilità di superpoteri poiché tali capacità non sono facilmente consentite dalle supposizioni scientifiche occidentali circa le potenzialità della mente umana. Si è evitato di parlarne anche perché ogni risposta fornita andrebbe a infastidire seriamente qualcuno. Se dici sì, "Buddha non era altro che una brava persona," i Buddisti ti lanceranno epiteti. Potranno anche farlo in maniera gentile e compassionevole, ma tu dovrai comunque chinare la testa. Se dici no, "Buddha era qualcosa di più," dovrai allora scansare gli oggetti che ti scaglieranno con egual entusiasmo scienziati e devoti di altre religioni. Come risultato, per il bene della società la domanda resta spesso senza risposta.

Ci saranno sempre persone non soddisfatte di questa lieve deviazione. I cinici provano intenso fastidio nel momento in cui sono sollevate domande circa la possibilità di "qualcosa di più". Gridano accuse di scienza voodoo, e formano gruppi armati per impedire che quelle che considerano correnti nefaste d'irrazionalità avanzino verso di noi.[7] Le loro preoccupazioni,

---

a Per esempio, si veda il libro Train Your Mind, Change Your Brain, di Sharon Begley, editorialista scientifica per il Wall Street Journal ed ex scrittrice scientifica principale di Newsweek.

irrigidite fino all'orlo dell'isteria, non sono senza una giustificazione. La promessa di qualcosa di segretamente pericoloso, oltre il mondano, è stata responsabile di raggiri oscuri, complotti, e caccia alle streghe nel corso della storia. La civiltà abbraccia superstizioni e ignora la razionalità a suo rischio, così è legittimo che sia necessaria una protezione attiva della conoscenza.

Tuttavia qui risiede l'ostacolo: è proprio perché la civiltà deve avanzare oltre la superstizione che siamo obbligati a esplorare con attenzione le abilità supernormali. La risposta è importante per le supposizioni scientifiche di base a proposito della natura del potenziale umano, delle relazioni tra scienza, religione e società, e senza iperbole, alla probabilità che il genere umano continui a sopravvivere.

In più, tutte le inutili preoccupazioni sulla necessità di combattere la superstizione, lo stress su imminenti minacce alla razionalità—tale atteggiamento trasuda forti emozioni, e ciò presenta di per sé motivo di preoccupazione. Come lo psichiatra britannico Anthony Storr scrisse in *Feet of Clay: A Study of Gurus*, "Se una convinzione sia considerata un'illusione o no dipende in parte dall'intensità con cui viene difesa, e in parte dal numero di individui che vi prendono parte" (p. 199).[8] Quando si affronta la possibilità dell'esistenza di superpoteri, molti sono impegnati energicamente in attacchi stridenti o giustificazioni frenetiche, aggiungendo poca argomentazione preziosa al dibattito.

Tuttavia ora si può aggiungere qualcosa di nuovo alla discussione: l'evidenza empirica. I dati di laboratorio accumulati nel corso di numerosi decenni suggeriscono come *qualcosa* di quanto affermato da yogin, mistici, santi e sciamani sia probabilmente vero. E ciò significa che alcune delle supposizioni scientifiche di oggi sono probabilmente errate.

Se non si riesce a digerire il pensiero che ciò che si è imparato a scuola potrebbe non essere completamente corretto (nonostante che i libri di testo vengano continuamente aggiornati), allora ci si può rassicurare: questo non significa che tutti i libri debbano essere cestinati. Considerevoli porzioni della visione scientifica corrente del mondo sono piuttosto stabili e resteranno abbastanza accurate per tutti gli scopi pratici per lungo tempo.

Ma ciò significa che alcune delle nostre supposizioni, incluse alcune idee fondamentali su chi siamo e sul modo in cui il mondo funziona, necessitano di una revisione. La nuova visione emergente del mondo suggerisce, ad esempio, come non sia più sostenibile immaginare l'universo alla stre-

gua di un meccanismo a orologeria senza coscienza. Qualcos'altro sembra star accadendo, qualcosa che riguarda la mente e la coscienza in maniera importante.

Dopo aver consultato una quantità considerevole di evidenza scientifica che dimostra come lo yoga possa migliorare significativamente la salute psichica, il giornalista del *New York Times* William Broad ha scritto in *The Science of Yoga*:

> Mentre la scienza dello yoga può essere dimostrata vera —mentre le sue scoperte possono essere rivelatrici e possono mostrare affermazioni popolari come false o ingannevoli—il campo per sua natura fallisce letteralmente nel produrre una storia completa. Molte delle verità dello yoga vanno sicuramente oltre le verità della scienza. Lo yoga può vedere oltre, e i suoi praticanti avanzati, per quel che so, si possono divertire in campi della coscienza e della spiritualità di cui la scienza non sa nulla. O forse è tutto un nonsenso delirante. Non ne ho idea.[9] (p. 222)

La scienza davvero non sa *nulla* delle più esotiche affermazioni dello yoga? Alla fine di questo libro avremo scoperto che Broad non ha scavato abbastanza in profondità. A dire il vero sappiamo alcune cose.

Fuga nella realtà

Numerosi insegnamenti antichi ci dicono che possediamo la capacità di acquisire poteri straordinari attraverso la determinazione o la grazia. *Le tecniche utilizzate per raggiungere*[a] tali abilità supernormali, conosciute come *siddhi* nella tradizione yoga (dal sanscrito, significa "perfezione" [2, 5]), includono meditazione, danza estatica, percussioni, preghiere, canti, pratiche sessuali, digiuno, o ingerire piante e funghi psichedelici. In tempi moderni, le tecniche includono anche la partecipazione a sport estremi, galleggiare in vasche d'isolamento, l'uso di magneti trans-cranici o la stimolazione elettrica, l'ascolto di toni binaurali, e il neuro feedback.

---

a Ci sono molti termini usati per descrivere i poteri yoga. Tra questi jnana, aisvarya, e vibhuti nei Sutra dello Yoga; siddhi e rddhi in sanscrito buddista; bala nel Mahabharata; e adhisthana e vikurvanain nel Buddismo Mahayana.

La maggior parte di queste tecniche sono modi per trascendere il mondano. Coloro che desiderano evadere da noia e sofferenza si possono tuffare in una moltitudine di sedativi e narcotici. Altri, attirati dalla promessa di una realtà più significativa, o di un corpo e mente più sani, sono attirati da yoga, meditazione, o altre tecniche di espansione della mente o di integrazione corpo–mente.

Le tecniche trasformative sono potenti, e come ogni potere, sono affascinanti e piene d'insidie. Infortuni nello yoga possono accadere quando l'entusiasmo supera il buon senso.[9] La meditazione può portare ad un'estrema introversione, depressione, o edonismo spirituale.[10]

Eppure il bisogno umano di trascendere la monotonia è formidabile e supera facilmente la cautela. Lo vediamo in due delle più popolari tecniche trasformative attualmente disponibili—alcol e tabacco. Queste due sostanze che alterano la mente sono integrate saldamente nel motore economico del mondo moderno. La famiglia media negli Stati Uniti spende più in prodotti basati sul tabacco e relativi accessori che in frutta fresca e latte messi insieme, e più in alcol che in tutte le altre bevande non alcoliche messe insieme.[11]

L'Organizzazione Mondiale della Sanità ha stimato che nel 2007 la spesa sociale per le malattie, gli incidenti e la violenza connessi all'uso di alcol, sia stata di oltre 200 miliardi di dollari all'anno nei soli Stati Uniti.[12] La spesa per l'acquisto di alcol è stata persino superiore, stimata a circa 400 miliardi di dollari l'anno nel 2008.[13] Esiste una simile statistica per il tabacco.[14] Il formidabile desiderio di evasione, considerando solo questi due prodotti, costa alla società bilioni di dollari l'anno. Se includessimo i costi associati all'abuso di sostanze stimolanti e droghe, gioco d'azzardo, e industria dell'intrattenimento, la spesa totale sarebbe sconcertante, una fetta considerevole dell'economia mondiale. L'umanità sembra voler evadere disperatamente.

Con le banche e i mercati azionari su un'incerta montagna russa agli inizi del ventunesimo secolo, una fuga verso l'esterno è diventata troppo rischiosa e troppo costosa per la maggior parte delle persone. E una fuga verso l'interno? Le menti più elevate ci dicono di aver visto qualcosa di bello e sfavillante nelle nostre profondità, qualcosa che promette un enorme avanzamento nel potenziale umano. Dopo aver seriamente intrapreso tale cammino, la maggior parte delle tradizioni esoteriche dicono che sperimenteremo infine veri e propri fenomeni straordinari, inclusa l'acquisizione di poteri supernormali.[4]

I superpoteri Yoga

I testi classici di yoga, come I *Sutra dello Yoga* di Patanjali, scritti circa due mila anni fa, ci dicono in termini concreti che se ti siedi tranquillo, presti attenzione alla tua mente, e pratichi diligentemente, allora potrai acquisire poteri supernormali.[15, 16, 17, 18, 19] Queste capacità avanzate non sono viste come magiche; sono capacità ordinarie che ognuno possiede. La maggior parte delle volte siamo solo troppo distratti per potervi accedere con fiducia.

Il saggio Patanjali ci dice inoltre che questi siddhi possono essere ottenuti assumendo certe droghe, contemplando simboli sacri, ripetendo mantra, attraverso pratiche ascetiche, o attraverso una nascita fortuita. Nella tradizione yoga, i poteri ottenuti attraverso l'uso dei mantra, amuleti, o droghe, non sono visti con lo stesso rispetto, o considerati come permanenti, come quelli guadagnati attraverso una pratica meditativa dedicata.[5]

La promessa di questi superpoteri ha poco a che vedere con la fede religiosa tradizionale, l'intervento divino, o miracoli soprannaturali. Come lo studioso buddista Alan Wallace afferma,

> Nel Buddismo, non ci sono miracoli intesi come eventi soprannaturali, non più di quanto le scoperte e gli usi straordinari del laser siano miracolosi, anche se così possono apparire a coloro che ignorano la natura e il potenziale della luce. Tali contemplativi affermano di aver scoperto la natura e il potenziale della coscienza ben oltre ogni cosa conosciuta nella scienza contemporanea. Quello che potrebbe apparire come soprannaturale a uno scienziato o a un profano potrebbe sembrare perfettamente naturale a un contemplativo esperto, nella stessa misura con cui certe tecnologie avanzate potrebbero apparire miracolose a un contemplativo.[20] (p. 103)

La saggezza yoga descrive molte variazioni dei siddhi. Oggi associeremmo i siddhi elementari ai fenomeni psichici più comuni. Essi includono la *telepatia* (comunicazione da mente a mente); la *chiaroveggenza* (ottenere informazioni su oggetti distanti o nascosti oltre la capacità dei sensi ordinari); la *precognizione* (chiaroveggenza attraverso il tempo), e la *psicocinesi o telecinesi* (influenza diretta della materia attraverso la mente, conosciuta anche come PK).

Per la maggior parte delle persone, le abilità psichiche si manifestano spontaneamente e sono raramente sotto il controllo cosciente. Le esperienze tendono a essere sporadiche e frammentarie, e i casi più forti avvengono soprattutto durante periodi di estrema motivazione. Al contrario, i siddhi sono detti essere molto affidabili e sotto il completo controllo cosciente; come tali potrebbero essere interpretati come forme raffinate e ben coltivate di fenomeni psichici.

I siddhi più avanzati includono l'invisibilità, la levitazione, l'invulnerabilità e la super forza, abilità spesso associate agli eroi dei fumetti. Tutte queste abilità sono inoltre descritte in una forma o nell'altra nello sciamanesimo e negli insegnamenti mistici delle religioni. Infatti, *la maggior parte delle culture*[a] nel corso della storia ha dato per scontato che i superpoteri fossero reali, sebbene rari, e i sondaggi oggi continuano a dimostrare come la maggior parte della popolazione mondiale creda ancora fermamente in una o più di queste capacità.[21]

La scienza convenzionale non è così sicura. *Molti scienziati e studiosi*[b] formatisi con la visione occidentale del mondo vedono tali poteri non come capacità supernormali della mente umana, ma come superstizioni usate meramente per promuovere una fede religiosa.[22]

Chi ha ragione?

Chi ha più probabilità di aver ragione a proposito dei siddhi—le tradizioni della saggezza popolare o l'ortodossia della scienza moderna? Esploreremo questa questione non attraverso il racconto di storie fantastiche, o l'analisi di argomenti religiosi, o esaminando i resoconti di casi (sebbene ne vedremo alcuni). Piuttosto ci concentreremo sull'evidenza sperimentale controllata pubblicata in riviste scientifiche sottoposte a revisione dei pari

---

a Sondaggio Gallup: "Tre Americani su Quattro Credono nel Paranormale"; http://www.gallup.com/poll/16915/three-four-americans-believe-paranormal.aspx, ultimo accesso 3 giugno 2012.

b Ironicamente, gli antichi filosofi greci che svilupparono il concetto di superstizione lo fecero non per rifiutare le credenze religiose, ma come arma retorica per ridicolizzare coloro che insistevano che gli dei fossero capricciosi o immorali. I filosofi ragionarono che gli dei fossero esseri superiori e come tali non potessero ovviamente essere influenzati da umili sacrifici o altre semplici offerte. E così, superstizioso era chi credeva che gli dei mostrassero debolezze umane.

Scopriremo che il metodo scientifico è così potente nel discernere i fatti dalla fantasia che può essere sollevato un forte dibattito in favore di alcuni siddhi genuini. Questo è un esempio dove l'evidenza scientifica batte precedenti convinzioni, ed è inoltre una dimostrazione del potere della scienza di progredire e cambiare dall'interno.

Ciò non è per dire che questa evidenza sia stata caldamente abbracciata. Tutte le realtà organizzate depositarie della sapienza, in contesti scientifici o religiosi, si oppongono strenuamente al cambiamento. Esploreremo anche questa resistenza, poiché ci aiuterà a comprendere il perché siamo solo vagamente consapevoli del nostro vero potenziale.

Cosa ci aspetta

Il nostro approccio a questo argomento è sintetizzato nella Figura 4. Essa mostra due epistemologie di base, o modi in cui possiamo conoscere il mondo—mistico e scientifico. Quello mistico comprende metodi intuitivi e non razionali di conoscere, come l'istinto, i presentimenti, le visioni, e i sogni. Quello scientifico comprende la conoscenza razionale che si manifesta in tre forme primarie: (1) empirica, incluse osservazione e misurazione; (2) teoretica, lo sviluppo di modelli esplicativi; e (3) dibattito, che comprende l'atteggiamento scettico e vigorose discussioni che aiutano a preservare la vitalità dell'inchiesta scientifica.

La Figura 4 mostra il mistico che si sovrappone alla scienza, perché, così come la scienza, le esperienze mistiche sono state ripetutamente osservate, modellate e dibattute. A differenza della scienza, le esperienze mistiche sono state segnalate per millenni, molto più a lungo dei pochi secoli di storia scientifica.

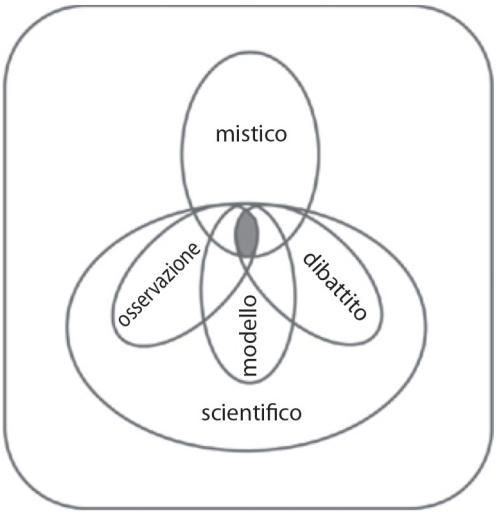


Figura 4. Metodi di conoscenza

Il punto grigio al centro della Figura 4 è un luogo dove tutti i metodi della conoscenza si sovrappongono. Quello è il confine scintillante tra il soggettivo e l'oggettivo, il mistico e lo scientifico. Ecco dove ci stiamo dirigendo.