

**Quali altre parole vi aspettate che aggiunga?**

Scritti in memoria di Alfredo M. Cadonna

a cura di Ester Bianchi, Daniela Campo, Maurizio Paolillo

# ***Discriminazioni nella coltivazione della realtà. Brani da un'opera del maestro taoista Liu Yiming*** **劉一明 (1734-1821)**

Fabrizio Pregadio

Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg, Deutschland

**Abstract** This contribution consists of selected passages translated from the *Xiuzhen biannan* 修真辨難 (Discriminations in the Cultivation of Reality), a work by the Daoist master Liu Yiming 劉一明 (1734-1821). Written in 1798, the text is framed as a series of questions and answers between Liu Yiming and an imaginary disciple. The selections are concerned with the following subjects: 1) The Dao, Yin and Yang; 2) Nature and Existence (*xing* 性 and *ming* 命); 3) Confucius and Yan Hui; 4) The One Opening of the Mysterious Barrier; 5) Essence, Breath, and Spirit; 6) The Reverted Elixir and the Great Elixir; 7) Superior Virtue and Inferior Virtue.

**Keywords** Daoism. Neidan. Internal alchemy. Liu Yiming. Human nature.

**Sommario** 1 Introduzione. – 2 Il Dao, lo Yin e lo Yang. – 3 Natura ed Esistenza. – 4 Confucio e Yan Hui. – 5 L'Apertura Una della Barriera Misteriosa. – 6 Essenza, Soffio, Spirito. – 7 Elisir del Ritorno e Grande Elisir. – 8 Virtù superiore e virtù inferiore.

## 1 Introduzione

Chi ha conosciuto Alfredo Cadonna sa che uno dei suoi interessi principali è stato il Neidan 內丹, o Alchimia Interna, e sa anche che uno dei suoi maestri e autori preferiti nell'ambito di questa tradizione è stato Liu Yiming 劉一明 (1734-1821). In questo contributo, traduco alcuni brani da una delle sue opere, il *Xiuzhen biannan* 修真辨難 o *Discriminazioni nella coltivazione della realtà*.

Nato nell'odierna provincia dello Shanxi, Liu Yiming fu un maestro di undicesima generazione del lignaggio Longmen 龍門 (Porta del Drago) e il fondatore di uno dei suoi rami nord-occidentali. Dopo essere guarito da una grave malattia in gioventù, intraprese un lungo periodo di viaggi attraverso la Cina settentrionale che lo portò a incontrare i suoi due principali maestri. Nel 1778, si stabilì sul monte Qiyun 棲雲, nell'odierna provincia del Gansu, e dedicò la seconda metà della sua vita principalmente all'insegnamento e alla scrittura. Le sue opere comprendono commentari a testi Neidan, al *Daode jing* 道德經 (Libro della Via e della sua Virtù), allo *Yijing* 易經 (Libro dei Mutamenti) e a testi buddhisti; opere indipendenti sul Neidan; raccolte di poesie e brevi testi e un voluminoso commentario al romanzo del periodo Ming, il *Xiyou ji* 西遊記 (Viaggio in Occidente), letto alla luce del Neidan.

Il *Xiuzhen biannan* è una delle opere contenute nel *Daoshu shi'er zhong* 道書十二種 (Dodici libri sul Dao; in realtà contenente una ventina di testi). Scritto nel 1798, è strutturato in una serie di domande e risposte - circa 120 in tutto - tra Liu Yiming e un immaginario discepolo. Il testo originale non è diviso in sezioni. Nella mia traduzione, ho aggiunto titoli ai brani selezionati. I riferimenti ai numeri di pagina nel testo originale si trovano alla fine del testo cinese di ogni brano.<sup>1</sup>

## 2 Il Dao, lo Yin e lo Yang

I primi dialoghi delle *Discriminazioni* riguardano il Dao e i principi dello Yin e dello Yang nell'ambito preceleste (*xiantian* 先天) e in quello postceleste (*houtian* 後天). Nonostante questa fondamentale distinzione, Liu Yiming precisa che anche all'interno dell'ambito postceleste è possibile recuperare la 'particella' (*dian* 點) di Soffio preceleste e tornare allo stato di Unità.

<sup>1</sup> La traduzione si basa sull'edizione Yihua tang 翼化堂 (1880) del *Daoshu shi'er zhong*, ristampata in *Zangwai daoshu* 藏外道書, vol. 8 (1992). Il seguito di questo testo, intitolato *Xiuzhen houbian* 修真後辨 (Ulteriori discriminazioni nella coltivazione della realtà) è stato da me tradotto in inglese con il titolo *Cultivating the Tao. Taoism and Internal Alchemy*. Una introduzione al pensiero di Liu Yiming si trova in Pregadio, «Discriminations in Cultivating the Tao».

問曰：何為道？答曰：道者，先天生物之祖氣。視之不見，聽之不聞，搏之不得。包羅天地，生育萬物。其大無外，其小無內。在儒則名曰太極，在道則名曰金丹，在釋則名曰圓覺。本無名字，強名曰道。擬之則非，議之則失。無形無象，不色不空，不有不無。若著色空有無之象，則非道矣。(2b-3a)

Mi chiese: Cos'è il Dao?

Risposi: Il Dao è il Soffio ancestrale preceleste che genera ogni cosa. «Guardandolo, non lo vedi; ascoltandolo, non lo senti; toccandolo, non lo prendi». <sup>2</sup> Avvolge e ricopre Cielo e Terra e dà vita e nutrimento alle diecimila cose. È così grande che nulla è al di fuori di esso, così piccolo che nulla è al suo interno.

I confuciani lo chiamano Grande Culmine (*taiji*), i taoisti lo chiamano Elisir d'Oro (*jindan*), e i buddhisti lo chiamano Illuminazione Completa (*yuanjue*). Fondamentalmente non ha nome o titolo, ma se siamo costretti a dargli un nome, lo chiamiamo Dao. <sup>3</sup>

Se viene determinato, si è in errore; se viene discusso, è perduto. Non ha forma né immagine, non è forma e non è vuoto, non è Essere e non è Non-Essere. Se gli vengono attribuite le immagini della forma e del vuoto, dell'Essere e del Non-Essere, non è più il Dao.

問曰：道既無形無象，是渾然一氣，何以【易】曰：「一陰一陽之謂道」？答曰：「一陰一陽之謂道，」是就道之用言。無形無象，是就道之體言。太極未分之時，道包陰陽、太極既分以後，陰陽生道。若無陰陽，道氣不見。惟陰陽迭運其中，道氣長存，歷萬劫而不壞。在先天則為道，在後天則為陰陽。道者，陰陽之根本、陰陽者，道之發揮。所謂太極分而為陰陽，陰陽合而成太極，一而二，二而一也。(3a)

Mi chiese: Se il Dao non ha forma né immagine, se è il Soffio Uno (*yiqi*) incoato, perché il *Libro dei Mutamenti* (*Yijing*) dice: «Uno Yin, uno Yang, questo è il Dao»? <sup>4</sup>

Risposi: Le parole «uno Yin, uno Yang, questo è il Dao» esprimono l'operazione (*yong*) del Dao. Le parole «non ha forma e non ha immagine» esprimono il fondamento (*ti*) del Dao. Prima che il Grande Culmine si divida [in Yin e Yang], il Dao avvolge lo Yin e lo Yang. Dopo che il Grande Culmine si divide, sono lo Yin e lo Yang a dare vita al Dao.

<sup>2</sup> *Daode jing* 道德經 (Libro della Via e della sua Virtù), sez. 14.

<sup>3</sup> *Daode jing*, sez. 25: «Non conosco il suo nome, ma lo chiamo 'Dao'; se sono costretto a dargli un nome, è 'Grande'» (吾不知其名，字之曰道，強為之名曰大).

<sup>4</sup> *Yijing* 易經 (Libro dei Mutamenti), 'Xici' 繫辭 (Detti aggiunti), sez. A.4; vedi Wilhelm, *I-ching or Book of Changes*, 297. Come in altri termini che incontreremo più avanti (per esempio, *zhenyi* 真 - 'vera Unità'; *chunyi* 純 - 'pura Unità' e *yiqiao* 一竅 'apertura una'), la parola *yi* - 'uno' nel termine 'Soffio Uno' si riferisce allo stato precedente l'emergere dello Yin e Yang, o successivo alla loro ricongiunzione.

Senza lo Yin e lo Yang, il Soffio del Dao non sarebbe visibile. È solo nell'alternanza di Yin e Yang che il Soffio del Dao può crescere e mantenersi per innumerevoli kalpa senza essere danneggiato. Nel preceleste vi è il Dao, nel postceleste vi sono lo Yin e lo Yang. Il Dao è la radice dello Yin e dello Yang, lo Yin e lo Yang sono la manifestazione del Dao.

Quando si dice che il Grande Culmine si divide e diviene lo Yin e lo Yang, e che lo Yin e lo Yang si congiungono e formano il Grande Culmine, si intende che è Uno ma sono due, e che sono due ma è Uno.

問曰：先天後天陰陽各有分界，何以又云後天中返先天乎？答曰：先天一破，生出後天陰陽，而後天陰陽，一動一靜，其中又生先天。至人於此後天中，採取所生一點先天之氣，逆而運之，返本還元，復全太極之體，故曰還丹。(3b)

Mi chiese: Lo Yin e lo Yang precelesti e postcelesti hanno ciascuno i propri confini. Come si può dire allora di «ritornare dal postceleste al preceleste»?

Risposi: La frattura (*po*) del preceleste genera lo Yin e lo Yang postcelesti. Tuttavia, nello Yin e nello Yang postcelesti vi sono movimento e quiescenza, e al loro interno il preceleste viene nuovamente generato.

La persona compiuta raccoglie la singola particella (*yidian*) di Soffio preceleste generata all'interno del postceleste, e la mette in movimento invertendone il corso. Ritornando al fondamento e facendo ritorno all'origine, rende di nuovo integro il corpo del Grande Culmine. È per questo che si chiama Elisir del Ritorno (*huandan*).

### 3 Natura ed Esistenza

Nella visione Neidan, Natura (*xing* 性) ed Esistenza (*ming* 命) sono i due poli principali dell'essere umano. In altre sue opere, Liu Yiming scrive che «Elisir d'Oro è un altro nome per la Natura e l'Esistenza» e che «la Via dell'Elisir d'Oro consiste nella Via della coltivazione di Natura ed Esistenza». <sup>5</sup> *Xing* è inteso come 'natura', nel senso di 'natura umana' o 'natura interiore'. *Ming* significa letteralmente 'ordine, comando, mandato', ma indica anche il 'destino' individuale e nel senso più ampio la propria 'esistenza' nel suo insieme. Mentre il *xing* è sovra-individuale, il *ming* è legato all'esistenza personale. Il *xing* è privo di nascita e morte, mentre tutto ciò che esiste nel dominio del

<sup>5</sup> Per questi e altri enunciati di senso analogo di altri maestri Neidan, vedi Pregadio, «Destiny, Vital Force, or Existence?», 158-60.

*ming* ha un inizio e una fine. Il *xing* fa capo allo Spirito (*shen* 神) e il *ming* fa capo al Soffio (*qi* 氣), oppure sia all'Essenza (*jing* 精) che al Soffio. Al di là di queste definizioni di base, nel secondo dei due dialoghi che seguono Liu Yiming compie un'importante distinzione tra Natura ed Esistenza nello stato preceleste e in quello postceleste.

Come vedremo in questi e in altri brani tradotti più avanti, Liu Yiming lega anche la coltivazione dell'Esistenza e della Natura rispettivamente alla Medicina Esterna (*waiyao* 外藥) e alla Medicina Interna (*neiyao* 內藥). Per chi pratica la via graduale del Neidan, la Medicina Esterna richiede anzitutto di 'invertire il corso' (*ni* 逆) dell'esistenza ordinaria per risalire al Dao e all'ambito preceleste. A questo segue la composizione della Medicina Interna, attraverso cui si ritorna a 'seguire il corso' (*shun* 順) realizzando l'unità dell'ambito preceleste e di quello postceleste.

問曰：內藥了性，外藥了命，是乃修持性命各有時節矣。『易』曰：「先天而天弗違，後天而奉天時，」則是逆施順運兩不相關矣。何以『入藥鏡』云：「先天氣，後天氣，得之者，常似醉」也？答曰：祖師慈悲，分明說了，爾自不悟。夫內藥了性，即「後天而奉天時」；外藥了命，即「先天而天弗違。」「弗違」者，用逆道，先發制人，所以奪造化而結丹。「奉時」者，用順道，天然火候，所以融五行而脫丹。前後兩段功夫，故曰性命雙修。內外一齊修持，故曰逆順並用。(4b-5a)

Mi chiese: La Medicina Interna porta a compimento la Natura (*xing*), la Medicina Esterna porta a compimento l'Esistenza (*ming*). Quindi la coltivazione della Natura e dell'Esistenza hanno i rispettivi tempi. Il *Libro dei Mutamenti* dice: «Quando egli precede il Cielo, il Cielo non gli si oppone; quando egli segue il Cielo, si atiene ai tempi del Cielo». <sup>6</sup> Quindi invertire lo svolgimento e seguire il decorso [della 'creazione e trasformazione', *zaohua* 造化] non sono correlati tra loro. Tuttavia, lo *Specchio per la Composizione della Medicina* (*Ruyao jing*) dice:

Soffio preceleste,  
Soffio postceleste:  
chi li ottiene  
sembra sempre ubriaco.<sup>7</sup>

Qual è il motivo?

Risposi: I nostri maestri ancestrali, guidati da pietà e compassione, hanno spiegato tutto chiaramente. Sei tu che non capisci.

<sup>6</sup> *Yijing*, «Wenyan» 文言 (Spiegazione delle Frasi) sull'esagramma Qian ☰; vedi Wilhelm, *The I-ching or Book of Changes*, 382-3. Su queste frasi, vedi la nota 8.

<sup>7</sup> *Ruyao jing* 入藥鏡 (Specchio per la Composizione della Medicina), poesia nr. 1. Questi versi alludono alla congiunzione degli ambiti preceleste e postceleste. Il discepolo chiede perché allora nel Neidan vi sono due aspetti o stadi che riguardano rispettivamente l'ambito postceleste e quello preceleste, l'Esistenza e la Natura.

La Medicina Interna porta a compimento la propria Natura; questo equivale a dire «quando egli segue il Cielo, si attiene ai tempi del Cielo». La Medicina Esterna porta a compimento la propria Esistenza; questo equivale a dire «quando egli precede il Cielo, il Cielo non gli si oppone».<sup>8</sup>

«[Il Cielo] non gli si oppone» significa che, usando la Via dell'inversione del corso (*ni*), si agisce prima degli eventi. In questo modo, si 'ruba la creazione e la trasformazione' e si coagula l'Elisir.<sup>9</sup> «Si attiene ai tempi [del Cielo]» significa che, usando la Via del seguire il corso (*shun*), si applicano le fasi del Fuoco naturali. In questo modo, si fondono l'uno con l'altro i cinque agenti e si dà alla luce l'Elisir.<sup>10</sup>

La prima e la seconda Via sono due fasi della pratica; per questo si parla di 'coltivazione congiunta di Natura ed Esistenza' (*xingming shuangxiu*). La [Medicina] Interna ed Esterna sono ugualmente coltivate; per questo si parla di 'duplice operazione di invertire il corso e seguire il corso' (*nishun bingyong*).

問曰：性屬陰，命屬陽，是太極所分之陰陽乎？答曰：此有分別。性有氣質之性，有天賦之性；命有分定之命，有道氣之命。氣質之性、分定之命，後天有形之性命。天賦之性、道氣之命，先天無形之性命。修後天性命者，順其造化；修先天性命者，逆其造化。大修行人，借後天而返先天，修先天而化後天。先天後天混而為一，性命凝結，是謂丹成。性命者，陰陽之體。陰陽者，性命之用。但有真假之分，先後之別，惟在人辯的詳細，認的分明耳。(5a-b)

Mi chiese: La Natura fa capo allo Yin, l'Esistenza fa capo allo Yang. Sono gli stessi Yin e Yang che derivano dalla divisione del Grande Culmine?

Risposi: Sono diversi. Per quanto riguarda la Natura, vi sono la Natura che consiste nel proprio carattere (*qizhi*) e la Natura che consiste in ciò che è conferito dal Cielo.<sup>11</sup> Per quanto riguarda l'E-

**8** Nello *Yijing*, queste due frasi descrivono la persona che 'si accorda in virtù al Cielo e alla Terra'. Liu Yiming le usa per descrivere i due aspetti o fasi principali della pratica Neidan, che riguardano rispettivamente l'Esistenza e la Natura. Per coltivare la propria Esistenza è necessario 'invertire il corso' e quindi si 'precede il Cielo'; per coltivare la propria Natura è necessario 'seguire il corso' e quindi si 'segue il Cielo'. Il Cielo non si oppone a chi 'inverte il corso', perché questo significa tornare al Dao.

**9** Questa espressione deriva dal *Ruyao jing*, poesia nr. 8: «Scippa il Cielo e la Terra, ruba la creazione e trasformazione!» (盜天地，奪造化).

**10** Le 'fasi del Fuoco naturali' (*tianran huohou* 天然火候) non seguono una sequenza predeterminata, come è solitamente nel Neidan, ma avvengono spontaneamente. Vedi anche la nota 18.

**11** *Qizhi zhi xing* 氣質之性 (lett., la 'natura materiale') denota il 'carattere' o la 'personalità' di ciascuna persona.

sistenza, vi sono l'Esistenza che consiste nel proprio destino e l'Esistenza che consiste nel Soffio del Dao.<sup>12</sup>

La Natura che consiste nel carattere e l'Esistenza che consiste nel destino sono la Natura e l'Esistenza postcelesti, che sono dotate di forma (*xing*). La Natura che consiste in ciò che è conferito dal Cielo e l'Esistenza che consiste nel Soffio del Dao sono la Natura e l'Esistenza precelesti, che sono prive di forma. Per coltivare la Natura e l'Esistenza postcelesti, si segue il corso della creazione e della trasformazione. Per coltivare la Natura e l'Esistenza precelesti, si inverte il corso della creazione e della trasformazione. Chi pratica la grande coltivazione torna al preceleste servendosi del postceleste e trasforma il postceleste coltivando il preceleste. Quando il preceleste e il postceleste si fondono e divengono una sola cosa, quando Natura ed Esistenza si coagulano tra loro, questo è detto 'portare a compimento l'Elisir (*dancheng*)'.

Natura ed Esistenza sono il fondamento dello Yin e dello Yang; lo Yin e lo Yang sono l'operazione di Natura ed Esistenza. Tuttavia, esiste una distinzione tra il vero e il falso, e vi è una differenza tra il preceleste e il postceleste. Comprenderlo dipende dalla sottigliezza della propria discriminazione e dalla chiarezza del proprio discernimento.

問曰：性命必賴陰陽而後凝結，則是有陰不可無陽，有陽不可無陰。何以又有「群陰剝盡丹成熟」之說？到底用陰乎，不用陰乎？答曰：所用者，真陰真陽，不用者，假陰假陽。真陰真陽為先天，假陰假陽為後天。先天成道，後天敗道。（5b）

Mi chiese: Poiché Natura ed Esistenza dipendono necessariamente dallo Yin e dallo Yang per coagulare [tra loro], questo significa che se vi è lo Yin deve esservi lo Yang, e se vi è lo Yang deve esservi lo Yin. Perché si dice anche: «Quando tutto lo Yin viene interamente dissipato, l'Elisir matura»?<sup>13</sup> In definitiva, si usa lo Yin o non lo si usa?

Risposi: Ciò che si usa sono il Vero Yin e il Vero Yang; ciò che non si usa sono il falso Yin e il falso Yang. Il Vero Yin e il Vero Yang sono quelli precelesti; il falso Yin e il falso Yang sono quelli postcelesti. Quelli precelesti sono una via di realizzazione; quelli postcelesti sono una via di fallimento.

<sup>12</sup> 'L'esistenza consistente nel Soffio del Dao' si riferisce all'incarnazione di una persona all'interno del Soffio Unico (*yiqi*) del Dao, priva di forma e non manifesta nello spazio e nel tempo. Solo secondariamente questo corpo si manifesta come esistenza fisica, soggetta a nascita e morte e ad un 'destino' e una durata di vita particolari per ciascuna persona.

<sup>13</sup> *Wuzhen pian* 悟真篇 (Risveglio alla Realtà), 'Lüshi' 律詩, poesia nr. 13 (Wang, *Wuzhen pian qianjie*, 22).

#### 4 Confucio e Yan Hui

Nell'ambito della trattazione dei concetti di Natura ed Esistenza (*xing* e *ming*), Liu Yiming discute anche la loro funzione nel Confucianesimo. Secondo Liu Yiming, il *Daxue* 大學 (La Grande Sapienza) e il *Zhongyong* 中庸 (Il Giusto Mezzo), due dei principali testi confuciani, contengono insegnamenti che riguardano entrambi i concetti; lo stesso è per le appendici dello *Yijing* (tradizionalmente attribuite a Confucio), come mostra la loro celebre frase, «indagare sui principi e portare a compimento il *xing*, e in questo modo conseguire il *ming*» (*qiongli jinxing yi zhi yu ming* 窮理盡性以至於命). Non vi è dunque contraddizione e neppure reale differenza tra i principi dello *Yijing* e loro applicazione nell'alchimia. Nel terzo dialogo, Liu Yiming affronta inoltre una questione che ha inquietato molti confuciani: perché Yan Hui 顏回, uno dei più esemplari discepoli di Confucio e un modello di virtù, morì in giovane età e non fu invece ricompensato dal Cielo con una lunga esistenza terrena?

問曰：金丹一乘之道，即中庸之道，何以孔子罕言命乎？答曰：罕言者，未嘗不言，不過不輕言耳。蓋命理幽深，其中有奪造化、轉生死之機，言之起人驚疑，然『大學』『中庸』，俱身心性命之學，其中有大露天機處，特人不自識耳。至於贊『易』『十傳』，無非窮理盡性至命之學。後世不明大理，各爭教門，彼此毀謗。彼烏知道義之門即眾妙之門，亦即不二之門乎？(30a-b)

Mi chiese: La Via del Veicolo Unico dell'Elisir d'Oro è uguale alla Via del *Giusto Mezzo* (*Zhongyong*). Perché Confucio ha parlato raramente dell'Esistenza?

Risposi: Che ne abbia parlato raramente non significa che non ne abbia parlato affatto, ma solo che non ne ha parlato troppo o troppo poco.

Di fatto, il principio dell'Esistenza è profondo e oscuro: al suo interno vi sono «il furto della creazione e trasformazione»<sup>14</sup> e il meccanismo dei cicli di nascita e morte. Parlarne lascia la gente sconcertata. Tuttavia, nella *Grande Sapienza* (*Daxue*) e nel *Giusto Mezzo* vi è la sapienza (*xue*) della Natura e dell'Esistenza di corpo e mente, e al loro interno vi sono punti che rivelano interamente il Meccanismo Celeste (*tianji*). È solo che la gente non li capisce. Per quanto riguarda le *Dieci Ali* a supporto del *Libro dei Mutamenti*,<sup>15</sup> non vi è nulla al loro interno che non riguardi la sa-

<sup>14</sup> Vedi nota 9.

<sup>15</sup> Le *Dieci Ali* (*Shiyi* 十翼) sono i testi in appendice al *Libro dei Mutamenti*. Lo 'Shuogua' 說卦 (Spiegazione dei Trigrammi), citato da Liu Yiming in questa frase, è una di queste appendici.



pienza dell'«indagare sui principi e portare a compimento la Natura e a conseguimento l'Esistenza» (*qiongli jinxing zhiming*).<sup>16</sup> Le generazioni successive non hanno compreso i grandi principi, e le diverse scuole in concorrenza tra loro si sono calunniate a vicenda. Come possono costoro sapere che la «porta della moralità e della rettitudine» è uguale alla «porta di tutte le meraviglie», e che dunque non vi sono due 'porte'?<sup>17</sup>

問曰：孔子既言命矣，何不並傳火候？答曰：明卦爻，即是傳火候。其吉凶悔吝之理，即抽添進退之實功，其中天機大露，在人自會之耳。（30b）

Mi chiese: Se Confucio ha parlato dell'Esistenza, perché non ha trasmesso anche le fasi del Fuoco?<sup>18</sup>

Risposi: Comprendere i *gua* (trigrammi ed esagrammi) e le loro linee (*yao*) è uguale a mettere in ciclo le fasi del Fuoco. I loro principi di «buona e cattiva sorte» e di «rimpianto e rimorso» sono uguali alla pratica effettiva dell'«estrarre e aumentare» e dell'«avanzare e ritirare». <sup>19</sup> Al loro interno viene svelato il Meccanismo Celeste, ma questo dipende solo dalla propria comprensione.

問曰：顏子在聖門，居德行之首，「聞一知十」。於夫子之道，「不違如愚，」亦足以發。」夫子深嘉，宜其能了命。何以短命而死乎？答曰：了命不了命，在道理上分別，不在幻形上講究。未了道，雖生如死，能了道，雖死如生。蓋死者幻形，而不死者道。顏子得孔子之道，居「人不堪其憂」之地，

**16** *Yijing*, 'Shuogua', sez. 1; Wilhelm, *The I-ching or Book of Changes*, 262. Qui *ming* può anche essere inteso, forse più correttamente, come 'mandato', compreso il proprio destino.

**17** 'Porta della moralità e della rettitudine' (*daoyi zhi men* 道義之門) si riferisce al Confucianesimo, e 'porta di tutte le meraviglie' (*zhongmiao zhi men* 眾妙之門) si riferisce al Taoismo. La prima espressione deriva dallo *Yijing*, 'Xici', sez. A.5 (Wilhelm, *The I-ching or Book of Changes*, 302-3): «[Il *Libro dei Mutamenti*] porta a compimento la Natura e fa sì che essa continui a mantenersi, ed è la porta di moralità e rettitudine» (成性存存, 道義之門). La seconda espressione deriva dal *Daode jing*, sez. 1: «Mistero e ancora mistero, porta di tutte le meraviglie» (玄之又玄, 眾妙之門).

**18** Le fasi del Fuoco (*huohou* 火候) si usano nella prima fase della pratica Neidan. La domanda del discepolo è appropriata perché questa fase riguarda la coltivazione dell'Esistenza (*ming*). L'Essenza (*jing*) viene fatta circolare in senso inverso, prima verso l'alto lungo il canale *dumai* 督脈 nella parte posteriore del corpo e poi verso il basso lungo il canale *renmai* 任脈 nella parte anteriore. Il ciclo è rappresentato dai dodici 'esagrammi sovrani' (*bigua* 辟卦), che rappresentano una sequenza completa di ascesa e discesa del principio Yang, da Fu ☲ sino a Qian ☰ e poi da Gou ䷋ sino a Kun ䷁. La ripetuta circolazione dell'Essenza produce il primo seme dell'Elisir (o dell'embrione alchemico) nel Campo di Cinabro inferiore.

**19** Le espressioni 'buona e cattiva sorte' (*jixiong* 吉凶) e 'rimpianto e rimorso' (*huilin* 悔吝) fanno parte della terminologia divinatória del *Libro dei Mutamenti*. In fasi diverse del Neidan, 'estrarre e aumentare' (*choutian* 抽添) significa estrarre il Mercurio e aumentare il Piombo, o viceversa estrarre il Piombo e aumentare il Mercurio. 'Avanzare e ritirare' (*jintui* 進退) si riferisce di nuovo alle fasi del Fuoco, che nella prima metà del ciclo viene gradualmente aumentato e nella seconda metà viene gradualmente ridotto.

而樂在其中。「得一善，則拳拳服膺，而弗失之。」是已得先天真一之氣，歸根復命，不為陰陽所拘，到得聖人地位。自不愛此幻形，可以死的矣。觀於匡人之厄，對孔子曰：「子在，回何敢死？」亦足以見生死由己不由天。至於孔子，「不幸短命死」之說，是借顏子而勉眾門人之意。果其短命而死，豈有明道而短命者乎？豈有使不短命之人而學短命者乎？言下分明，何得錯悟。(30b-31a)

Mi chiese: Tra i discepoli del Saggio, il Maestro Yan (Yanzi) era il primo nella condotta virtuosa: «sentiva una cosa e ne capiva dieci». <sup>20</sup> Nella Via di Confucio, «egli non ha mai obiettato, come se fosse stupido», ma «è stato in grado di mettere in atto il mio insegnamento». <sup>21</sup> Essendo assai elogiato da Confucio, sarebbe stato giusto che portasse a compimento la sua Esistenza. Perché invece morì dopo una breve esistenza?

Risposi: Portare o non portare a compimento la propria Esistenza va distinto secondo i principi del Dao e non va discusso sulla base della forma corporea illusoria (*huanxing*). Chi non porta a compimento il Dao può essere vivo ma è come se fosse morto; chi è in grado di portare a compimento il Dao può essere morto ma è come se fosse vivo. Di fatto, ciò che muore è la forma illusoria, e ciò che non muore è il Dao.

Il Maestro Yan ottenne il Dao di Confucio. Dimorava «dove altri non avrebbero sopportato la pena», e lì si diletta. <sup>22</sup> «Quando trovava qualcosa di buono, lo afferrava e lo stringeva a sé senza lasciarselo sfuggire». <sup>23</sup> Quindi aveva ottenuto il Soffio precelestes della Vera Unità, era tornato alla radice e aveva fatto ritorno al mandato (*ming*); non era vincolato dallo Yin e dallo Yang e aveva raggiunto il rango di saggio.

Non essendo attaccato a questo corpo illusorio, poteva morire in qualsiasi momento. Guarda bene all'insidia provocata dalla gente di Kuang, quando [Yan Hui] disse a Confucio: «Mentre voi siete

<sup>20</sup> *Lunyu* 論語 (Dialoghi di Confucio), 5.9: «Quanto a Hui, sente una cosa e ne capisce dieci» (回也聞一以知十). Cf. Lippiello, *Confucio: Dialoghi*, 45.

<sup>21</sup> *Lunyu*, 2.9: «Il Maestro disse: Ho parlato con Hui tutto il giorno e lui non ha mai obiettato, come se fosse stupido. Ma quando si è ritirato, ho osservato la sua condotta: è stato in grado di mettere in atto [il mio insegnamento]. Hui non è stupido» (子曰: 吾與回言終日, 不違, 如愚。退而省其私, 亦足以發, 回也不愚). Cf. Lippiello, *Confucio: Dialoghi*, 13.

<sup>22</sup> *Lunyu*, 6.11: «Il Maestro disse: Hui era davvero un meritevole! Con un solo piatto di riso e un solo mestolo di brodo, viveva in vicolo angusto dove altri non avrebbero sopportato la pena, ma Hui era immutabile nel suo diletto» (子曰: 賢哉回也! 一簞食, 一瓢飲, 在陋巷, 人不堪其憂, 回也不改其樂). Cf. Lippiello, *Confucio: Dialoghi*, 59.

<sup>23</sup> Questa frase proviene dal *Zhongyong* 中庸 (Il Giusto Mezzo), sez. 8. Vedi Lippiello, *La costante pratica del giusto mezzo*, 59.

vivo, come oserei morire?». <sup>24</sup> Ciò basta per capire che la sua vita e la sua morte dipendevano da egli stesso e non dal Cielo. <sup>25</sup>

Quanto alle parole di Confucio, «Purtroppo morì dopo una breve esistenza», <sup>26</sup> significano che scelse Yan Hui [come esempio] al fine esortare tutti i suoi discepoli.

Se davvero [Yan Hui] fosse morto dopo una breve esistenza, come potrebbe chi comprende il Dao avere una breve esistenza? E come potrebbe chi non ha una breve esistenza apprendere mediante lo studio cos'è una breve esistenza? <sup>27</sup>

Se capisci queste parole non appena le ascolti, potresti mai fraintenderle?

## 5 L'Apertura Una della Barriera Misteriosa

Secondo Liu Yiming e altri maestri Neidan, l'Apertura Una della Barriera Misteriosa (*xuanguan yiqiao* 玄關一竅) è il centro non spaziale e non materiale dell'essere umano. Tutti i sinonimi di questo termine elencati da Liu Yiming si riferiscono allo Yin e allo Yang e alla loro congiunzione. L'Apertura Una è anche il luogo in cui, al di là di qualsiasi organo, componente o luogo del corpo fisico, si svolge in realtà l'intera opera alchemica.

問曰：既不在身內，又不在身外。先天之物，果在何處？答曰：在玄關一竅。夫所謂玄關者，乃四大不著之處。非有非無，非色非空，非內非外。又曰：依牝門，曰生殺舍，曰陰陽竅，曰生死關，曰混沌穴，曰龍虎壇，曰龜蛇竅，曰恍惚鄉，曰杳冥地，曰出納戶，曰戊己門。等等異名，總謂玄關竅。在身非心、肝、脾、肺、腎，非眼、耳、鼻、舌、身意，非三百六十骨節，非八萬四千毛孔。古來仙真，不肯分明說破。所以諸多旁門，妄猜私議，皆於一身色象中求之。大錯大錯。吾今與你指出。要知此竅在於六根不著之地，五行不到之處。恍兮惚兮，其中有竅。杳兮冥兮，其內有門，自開自闔。呼之則應，

<sup>24</sup> *Lunyu*, 11.23; Lippiello, *Confucio: Dialoghi*, 127. Liu Yiming si riferisce all'episodio accaduto a Kuang, dove Confucio, scambiato per un avversario politico, fu detenuto per alcuni giorni e perse di vista Yan Hui. Quando i due si rincontrarono, Confucio disse: «Pensavo che fossi morto», e Yan Hui rispose con le parole riportate sopra.

<sup>25</sup> Per quest'ultima frase, vedi *Wuzhen pian*, 'Jueju' 絕句, poesia nr. 54 (Wang, *Wuzhen pian qianjie*, 118): «Ingerisci il granello di Numinoso Elisir, lascialo entrare nel tuo ventre, e per la prima volta capirai che il tuo destino non dipende dal Cielo» (一粒靈丹吞入腹，始知我命不由天).

<sup>26</sup> *Lunyu*, 6.3: «C'era Yan Hui, che amava lo studio: non sfogava su altri la sua collera, non ripeteva mai lo stesso errore. Purtroppo morì dopo una breve esistenza. Ora se n'è andato, e non so chi altro possa amare lo studio come lui» (有顏回者好學，不遷怒，不貳過。不幸短命死矣。今也則亡，未聞好學者也). Vedi Lippiello, *Confucio: Dialoghi*, 55.

<sup>27</sup> In altre parole, secondo alcuni chi ha una breve esistenza non avrebbe compreso il Dao; invece Yan Hui aveva compreso il Dao, quindi la sua esistenza non fu 'breve'. Nessuno può capire cosa sia una 'breve esistenza' per chi ha compreso il Dao.

敲之則靈。明明朗朗，現現成成。迷之則遠隔千里，悟之則近在當前。噫。「神而明之，存乎其人。」非下數十年窮理工夫，不能見此。(7a-b)

Mi chiese: Non solo non è dentro di sé, ma neppure è fuori di sé. Dov'è effettivamente questa cosa preceleste?

Risposi: È nell'Apertura Una della Barriera Misteriosa.<sup>28</sup> Ciò che chiamiamo Barriera Misteriosa è il luogo in cui i quattro elementi non fanno presa.<sup>29</sup> Non è l'Essere e non è il Non-Essere, non è forma e non è vuoto, non è dentro e non è fuori. È chiamata anche Porta del Misterioso-Femmina,<sup>30</sup> Dimora del Dare e del Togliere la Vita, Apertura dello Yin e dello Yang, Barriera della Nascita e della Morte, Cavità dell'Incoato, Altare del Drago e della Tigre, Apertura della Tartaruga e del Serpente, Villaggio del Vago e dell'Indistinto, Territorio del Fioco e dell'Oscuro, Cancelli di Uscita e di Entrata, e Porta di *wu* e *ji*.<sup>31</sup> Ha molti nomi diversi, ma in generale si chiama Apertura della Barriera Misteriosa.

All'interno della persona non è il cuore, il fegato, la milza, i polmoni o i reni; non è gli occhi, le orecchie, il naso, la lingua o la mente pensante personale (*shenyi*); non è le 360 ossa e non è gli 84.000 pori. Sin dai tempi antichi, gli immortali e i realizzati non hanno voluto parlarne chiaramente. Pertanto innumerevoli 'porte laterali' (*pangmen*) hanno fatto congetture avventate e hanno avanzato opinioni personali, cercandola all'interno delle caratteristiche fisiche del corpo. Questo è un grande errore, un grande errore.<sup>32</sup> Lascia che ti dica una cosa. Devi sapere che questa Apertura è in un territorio in cui le sei radici non fanno presa, in un luogo non raggiunto dai cinque agenti.<sup>33</sup> «Vago e indistinto!». Al suo interno vi è un'apertura. «Fioco e oscuro!» Al suo interno vi è una porta.<sup>34</sup>

**28** Sulla parola *yi* — 'uno' in questo termine vedi sopra la nota 4. Nel testo cinese, 「佺」 è usato per rispettare il divieto dell'uso del carattere 「玄」 (*xuan*) nel periodo Qing.

**29** Nel Buddhismo, i quattro elementi (*sida* 四大, 'quattro grandi') sono Terra, Acqua, Fuoco e Vento.

**30** Nel Neidan e altrove nel Taoismo, *xuanpin* 玄牝 non è inteso come un composto formato da un aggettivo e un sostantivo (ovvero 'femmina misteriosa'), ma come un composto formato da due sostantivi (ovvero 'Misterioso-Femmina' o 'il Misterioso e la Femmina'). 'Misterioso' indica il Cielo, o il principio Yang, e 'femmina' si riferisce al principio Yin. *Xuanpin* è uno dei nomi del punto di congiunzione di Yin e Yang.

**31** *Wu* e *ji* 戊己 sono i due tronchi celesti (*tiangan* 天干), rispettivamente Yang e Yin, associati all'agente Suolo (*tu* 土) e quindi al Centro.

**32** 'Porte laterali' designa insegnamenti e pratiche che, nella prospettiva del Neidan, sono ritenuti inadeguati o anche dannosi per la vera realizzazione.

**33** *Liugen* 六根, 'sei radici' è un altro termine di origine buddhista che denota gli occhi, le orecchie, il naso, la lingua, il corpo e la mente, e le rispettive attività sensoriali o mentali.

**34** Queste frasi si basano su *Daode jing*, sez. 21, dove si riferiscono al Dao: «Vago e indistinto! All'interno vi è qualcosa. Fioco e oscuro! All'interno vi è un'essenza» (恍兮惚兮, 其中有物, 窈兮冥兮, 其中有精).

Si apre e si chiude da sé. Se chiami, risponde; se bussi, reagisce. Luminoso e splendente! Completo e compiuto! Gli illusi sono a mille miglia di distanza; i risvegliati gli stanno di fronte. Ahimè! «Comprenderlo mediante lo Spirito dipende da ciascuna persona». <sup>35</sup> Se non indaghi su questi principi e non pratici per diverse decine di anni, non riuscirai a vederlo.

## 6 Essenza, Soffio, Spirito

Essenza (*jing* 精), Soffio (*qi* 氣) e Spirito (*shen* 神) sono i tre componenti principali del cosmo e dell'essere umano. Come indica Liu Yiming, sono anche alla base dei tre stadi principali nella pratica graduale del Neidan, che conducono alla produzione di tre Elisir. Al termine della pratica, i tre componenti sono ricondotti al loro stato originale di Unità. Liu Yiming ricorda anche che Essenza, Soffio e Spirito sono usati nel Neidan nel loro stato preceleste; il lavoro alchemico offre però benefici anche ai loro corrispondenti postcelesti.

問曰：上丹中丹下丹，丹有三乎？答曰：總是一丹。分而言之，下丹者，煉精化氣，中丹者，煉氣化神，上丹者，煉神還虛。三丹之名，是就層次而言。到的還虛地位，精氣神混而為一氣，是名金液大還丹。經書三田、三關之說，均是此意。(42b)

Mi chiese: Elisir superiore, Elisir mediano, Elisir inferiore: ci sono tre Elisir?

Risposi: Sono insieme un unico Elisir. Quando vengono discussi separatamente, l'Elisir inferiore è 'raffinare l'Essenza per trasmutarla in Soffio'; l'Elisir mediano è 'raffinare il Soffio per trasmutarlo in Spirito'; l'Elisir superiore è 'raffinare lo Spirito per tornare al Vuoto'. <sup>36</sup>

I nomi dei tre Elisir si riferiscono ai livelli [della pratica]. Quando si è raggiunta la stazione (*diwei*) del ritorno al Vuoto, allora Essenza, Soffio e Spirito si fondono nel Soffio Uno, chiamato Grande Elisir del Ritorno del Liquore d'Oro (*jinye da huandan*). <sup>37</sup>

Tutti i discorsi sui tre Campi [di Cinabro] e sulle tre Barriere nelle scritture hanno questo significato. <sup>38</sup>

<sup>35</sup> *Yijing*, «Xici», sez. A.12; cf. Wilhelm, *The I-ching or Book of Changes*, 324.

<sup>36</sup> Questi sono i tre stadi principali nella più comune codificazione del Neidan.

<sup>37</sup> Il termine *jinye da huandan* è anche inteso in diversi testi Neidan nel senso di Grande Ritorno del Liquore d'Oro al [Campo di] Cinabro.

<sup>38</sup> 'Tre Barriere' (*sanguan* 三關) ha due significati principali nel Neidan. Nel primo significato, a cui probabilmente allude qui Liu Yiming, questo termine si riferisce ai tre stadi principali della pratica. Nel secondo significato, le 'tre barriere' sono tre punti situati nella parte posteriore del corpo, approssimativamente all'altezza del coccige, del

問曰：精氣神後天乎，先天乎？答曰：是先天。『心印經』云：「上藥三品，神與氣精。恍恍惚惚，杳杳冥冥，視之不見，聽之不聞。從無守有，頃刻而成。」豈可以後天有形之物視之？故大修行人，煉先天元精，而交感之精自不泄漏，煉先天元氣，而呼吸之氣，自然調和，煉先天元神，而思慮之神，自然靜定。先天成，後天化。學者努力修持，方能有驗。否則，後天且不保，而況先天乎？ (43a)

Mi chiese: Si tratta dell'Essenza, del Soffio e dello Spirito postcelesti o di quelli precelesti?

Risposi: Di quelli precelesti. Il *Libro del Sigillo del Cuore* (*Xinyin jing*) dice:

Le tre medicine superiori  
sono Spirito, Soffio ed Essenza.

«Vago e indistinto! Fioco e oscuro!»

«Guardandoli, non li vedi;  
ascoltandoli, non li senti».

Dal Non-Essere abbracciano l'Essere  
e si formano in un istante.<sup>39</sup>

Sarebbe mai possibile considerarli qualcosa di postceleste dotato di forma?

Pertanto, coloro che praticano la grande coltivazione raffinano l'Essenza Originale preceleste, e l'essenza della congiunzione sessuale (*jiaogan zhi jing*) spontaneamente non viene emessa; raffinano il Soffio Originale preceleste, e il soffio dell'ispirazione e dell'espiazione (*huxi zhi qi*) spontaneamente si armonizza; e raffinano lo Spirito Originale preceleste, e lo spirito pensante (*silü zhi shen*) spontaneamente è quiescente e stabile.

Quando si consegue il preceleste, il postceleste viene trasformato. Questo può essere verificato solo se uno studente si sforza di coltivare se stesso. Altrimenti, se neppure il postceleste viene protetto, quanto meno può esserlo il preceleste?

## 7 Elisir del Ritorno e Grande Elisir

I dialoghi che seguono riguardano ancora una volta i due aspetti o fasi principali del Neidan secondo Liu Yiming. Con l'Elisir del Ritorno (*huandan* 還丹) si risale dall'ambito postceleste a quello preceleste; con il Grande Elisir (*dadan* 大丹) si ritorna dall'ambito preceleste

cuore e della bocca. Come mostra l'espressione *qian santian, hou sanguan* 前三田, 後三關, 'davanti i tre Campi, dietro le tre Barriere', corrispondono ai tre Campi di Cinabro posti nella parte anteriore del corpo.

**39** *Xinyin jing* 心印經 (Libro del Sigillo del Cuore), 1a. Le due citazioni provengono dal *Daode jing*, sez. 21 e sez. 14.

ste a quello postcelestese. Il primo stadio è un movimento di ascesa, realizzato 'invertendo il corso'; il secondo stadio - da eseguire dopo il completamento del primo - è un movimento di discesa, realizzato 'seguendo il corso'.<sup>40</sup> Liu Yiming distingue il significato dei termini Medicina Esterna (*waiyao*) e Medicina Interna (*neiyao*) in base all'Elisir del Ritorno e al Grande Elisir. La Medicina Esterna si riferisce al Piombo e al Mercurio all'interno di Kan ☵ e Li ☲, quando il Piombo conquista il Mercurio per formare l'Elisir; la Medicina Interna si riferisce alla congiunzione di Piombo e Mercurio all'interno della persona, quando il Mercurio temprava il Piombo per eliminare ogni rimanente eccesso del principio Yang.

問曰：還丹、大丹之理如何分別？答曰：還丹者，還其原本，後天中返先天也。大丹者，修其原本，無象中生實象也。蓋人自陽極生陰之後，日復一日，陰剝其陽。先天之氣消化，分數大缺。還者以法追攝，漸採漸收，復其本來原有之數，如物已失而復得，已去而復還。此還丹也。然本數雖足，若不經火鍛煉，不能以無形生有形，以無質生有質。故必於還丹之後，重安爐，復立鼎，以鉛投汞，以汞養鉛。用天然真火，鍛煉成真，變為金剛不壞之物。與天地並久，與日爭光。方能全的一個原本。否則，還丹已就，而不修大丹，雖有原本，必不堅固，終有得而復失之時。(11b-12a)

Mi chiese: Come si distinguono i principi dell'Elisir del Ritorno e del Grande Elisir?

Risposi: L'Elisir del Ritorno consiste nel ritornare al fondamento originale (*yuanben*) e nel fare ritorno dal postcelestese al precelestese. Il Grande Elisir consiste nel coltivare il fondamento originale e nel generare immagini concrete all'interno di ciò che è privo di immagini.

Di fatto, dopo che lo Yang culmina e genera lo Yin nell'essere umano, giorno dopo giorno lo Yin dissipa (*bo*) lo Yang.<sup>41</sup> Il Soffio precelestese svanisce e la sua quantità diviene di molto difettosa. 'Ritornare' significa prenderne possesso mediante un metodo (*fa*): gradualmente lo si raccoglie e lo si accumula, e si ritorna alla quantità originariamente posseduta. È come se si trovasse qualcosa che si era persa, come se ciò che se n'era andato facesse ritorno. Questo è l'Elisir del Ritorno.

<sup>40</sup> Su queste fasi del processo alchemico vedi Cadonna, «Quali parole vi aspettate che aggiunga?», 128.

<sup>41</sup> Il termine *bo* 剝 denota anche l'omonimo esagramma che nella serie dei dodici 'esagrammi sovrani' (*bigua*) rappresenta il penultimo stadio dell'ascesa del principio Yin, prima della sua completa supremazia rappresentata da Kun ☷. Vedi questo brano dello *Cantong qi* 參同契 (Il Sigillo dell'Unità dei Tre), sez. 51, che descrive le conseguenze di questo stadio sul principio Yang: «Bo ☵ strappa i suoi arti e il suo tronco, estinguendone la forma. Il Soffio vitale è drenato, lo Spirito supremo è dimenticato ed è perduto» (剝爛肢體，消滅其形，化氣既竭，亡失至神; Pregadio, *The Seal of the Unity of the Three*, 99).

Tuttavia, anche se si possiede la quantità completa originale [di Soffio precelestel], se non viene raffinato per mezzo del Fuoco, non è possibile generare ciò che ha forma mediante ciò che è privo di forma e ciò che ha sostanza per mezzo di ciò che è privo di sostanza.<sup>42</sup> Pertanto, dopo aver ottenuto l'Elisir del Ritorno, è necessario disporre nuovamente la fornace e installare nuovamente il tripode per usare il Piombo al fine di catturare il Mercurio, e il Mercurio al fine di nutrire il Piombo. Usando il Vero Fuoco naturale,<sup>43</sup> si raffinano e si ottengono i Veri [Piombo e Mercurio], che si trasformano in qualcosa di indistruttibile come il diamante (*jingang*; *vajra*). La sua longevità è uguale a quella del Cielo e della Terra, e la sua luce compete con quelle del Sole e della Luna. Solo allora è possibile portare a compimento il fondamento originale.

Altrimenti, se hai ottenuto l'Elisir del Ritorno ma non coltivi il Grande Elisir, il fondamento originale può anche essere presente, ma sicuramente non è solido e stabile. Vi saranno sempre momenti in cui dopo averlo raggiunto lo perdi di nuovo.

問曰：還丹、大丹，即內藥外藥乎？答曰：有數說。以丹道終始而論，則延命之術為外藥，了性之道為內藥。非外藥，不能脫幻身，非內藥，不能脫法身。外藥所以結胎，內藥所以脫胎。以還丹而論，坎為外藥，離為內藥。以大丹而論，真鉛為外藥，真汞為內藥。古人之言，各有所指，不得泥文執象。(12a-b)

Mi chiese: L'Elisir del Ritorno e il Grande Elisir sono uguali alla Medicina Interna (*neiyao*) e alla Medicina Esterna (*waiyao*)?

Risposi: Su questo vi sono diversi discorsi. Per quanto riguarda la Via dell'Elisir nel suo insieme, la tecnica (*shu*) per estendere la propria Esistenza è la Medicina Esterna, e la via (*dao*) per portare a compimento la propria Natura è la Medicina Interna.<sup>44</sup> Senza la Medicina Esterna, non è possibile liberarsi del corpo illusorio (*huanshen*); senza la Medicina Interna, non è possibile dare alla luce il corpo del *dharma* (*fashen*).<sup>45</sup> Per mezzo della Medicina

<sup>42</sup> Queste frasi, comuni nel Neidan, si riferiscono al concepimento, alla gestazione, e alla nascita dell'embrione alchemico.

<sup>43</sup> Sul 'Fuoco naturale' vedi nota 10.

<sup>44</sup> I due diversi termini (*shu* 術 'tecnica' e *dao* 道 'via') che Liu Yiming usa per distinguere la coltivazione di Natura ed Esistenza sono significativi. Normalmente, 'estendere l'Esistenza' (*yanming* 延命) significa incrementare la forza vitale e prolungare l'esistenza fisica. In un altro senso, inteso qui da Liu Yiming, significa anche ritornare al proprio vero 'destino', ricollegandolo a ciò che, come abbiamo visto, Liu Yiming chiama l'Esistenza che consiste nel Soffio del Dao'. Cf. Pregadio, «Destiny, Vital Force, or Existence?», 169.

<sup>45</sup> Nel Buddhismo, il corpo del *dharma* (*dharmakāya*) è il corpo vero e non manifesto del Buddha. Liu Yiming e altri maestri Neidan usano questo termine per indicare il corpo altrettanto vero e non manifesto di ogni persona. Nel prossimo dialogo, Liu Yiming



Esterna si coagula l'embrione; per mezzo della Medicina Interna si dà alla luce l'embrione.

Per quanto riguarda l'Elisir del Ritorno, Kan ☵ è la Medicina Esterna e Li ☲ è la Medicina Interna. Per quanto riguarda il Grande Elisir, il Vero Piombo è la Medicina Esterna e il Vero Mercurio è la Medicina Interna.

Ogni parola degli antichi ha un significato. Non devi impantanarti nelle parole e non devi attaccarti alle immagini.

問曰：真鉛在坎，真汞在離。還丹已結，鉛汞相投矣。何以大丹又有鉛汞，豈非四箇鉛汞乎？答曰：還丹，坎中之鉛，離中之汞，是後天中所藏先天之鉛汞。將此鉛汞返出，是謂還丹，又曰金丹，又曰真種，又曰真鉛。點一己之陰汞，如「磁石吸鐵。」此汞，即離內七般硃砂。汞得鉛氣，霎時而乾。後用已死之真汞中天然真火，溫養十月，抽添運用。鉛氣片片飛浮而去，祇留得一味靈砂，純陽無陰。法身成矣。(12b)

Mi chiese: Il Vero Piombo è all'interno di Kan ☵ e il Vero Mercurio è all'interno di Li ☲. Quando l'Elisir del Ritorno si coagula, Piombo e Mercurio si catturano a vicenda. Perché ci sono di nuovo Piombo e Mercurio nel Grande Elisir? Non sarà per caso che ci sono quattro Piombi e Mercuri?

Risposi: Nell'Elisir del Ritorno, il Piombo all'interno di Kan ☵ e il Mercurio all'interno di Li ☲ sono il Piombo e il Mercurio precelesti contenuti nel postceleste. Estrarre questo Piombo e questo Mercurio si chiama Elisir del Ritorno. È detto anche Elisir d'Oro, Vero Seme e Vero Piombo.

Trasmutare il proprio Mercurio Yin [con questo Vero Piombo] è come la magnetite che attrae il ferro.<sup>46</sup> Questo Mercurio è la settopla Polvere del Vermiglio che si trova all'interno di Li ☲.<sup>47</sup> Quando il Mercurio trova il Soffio del Piombo, si essicca all'istante. Allo-

---

afferma che il corpo del *dharma* equivale all'embrione dell'immortalità, il vero corpo immortale che viene alla luce al compimento della pratica Neidan.

**46** Questa frase allude a un brano del *Longhu jing* 龍虎經 (Libro del Drago e della Tigre), sez. 32: «La magnetite attrae il ferro, attraversando di nascosto partizioni e ostacoli» (磁石吸鐵，隔礙潛通). Il *Longhu jing* è una sorta di 'parafraresi alchemica' della prima parte dello *Cantong qi*.

**47** Nel suo commentario al *Wuzhen pian* ('Lüshi', poesia nr. 4), Liu Yiming spiega che il termine 'settoplo' (*qiban* 七般) si riferisce a 'lacrime, saliva, seme, succhi, soffio (*qi*), sangue e liquidi' (涕唾精津氣血液). Nel *Neidan*, questa è la lista classica delle essenze Yin all'interno del corpo umano, tutte rappresentate dal Mercurio. Cf. *Wuzhen zhizhi* 悟真直指 (Indicazioni dirette sul Risveglio alla Realtà), 1.9b. Quando i testi *Neidan* menzionano la Polvere del Vermiglio (*zhusha* 朱砂) o la Polvere del Cinabro (*dansha* 丹砂), non si riferiscono al 'cinabro' anche se questo è il significato letterale dei due termini. Nell'alchimia cinese, il Cinabro è Yang ma contiene il Mercurio Yin. 'Vermiglio' o 'cinabro' denota dunque il cinabro Yang, e 'polvere' denota il Mercurio Yin in esso contenuto. Pertanto i termini 'Polvere del Vermiglio' e 'Polvere del Cinabro' vanno intesi come 'la vera Polvere Yin all'interno del Vermiglio Yang' o 'la vera Polvere Yin all'interno del Cinabro Yang'.

ra si usa il Vero Fuoco naturale che si trova all'interno del Vero Mercurio ormai morto per 'nutrire [il Piombo] con calore' (*wen-yang*) per dieci mesi attraverso l'operazione ciclica dell' 'estrarre e aumentare'.<sup>48</sup> Poco a poco, il Soffio del Piombo sale verso l'alto e scompare. Ciò che rimane è la Polvere Numinosa (*lingsha*), l'ingrediente unico (*yiwei*), lo Yang puro senza lo Yin. Allora si consegue il corpo del *dharma*.

## 8 Virtù superiore e virtù inferiore

Nell'intero *Xiuzhen biannan*, questo è forse il dialogo che più di ogni altro chiarisce la prospettiva di Liu Yiming sulla coltivazione di Natura ed Esistenza e sulla funzione del Neidan. La coltivazione dell'Esistenza richiede il 'fare' (*youwei* 有為, compresa la pratica alchemica propriamente detta), mentre la coltivazione della Natura avviene attraverso il 'non fare' (*wuwei* 無為). Servendosi di due termini del *Daode jing*, sez. 38, utilizzati anche nello *Cantong qi* 參同契 (Il Sigillo dell'Unità dei Tre), Liu Yiming definisce il primo aspetto o stadio 'virtù inferiore' (*xiade* 下德), e il secondo 'virtù superiore' (*shangde* 上德). Chi è in grado di praticare il 'non fare' può direttamente coltivare la propria Natura, e questo di per sé comporta anche coltivare la propria Esistenza. Tutti gli altri devono invece seguire il percorso graduale del Neidan, coltivando prima la propria Esistenza e poi la propria Natura.

Anche se Liu Yiming sottolinea il primato della virtù superiore su quella inferiore, in realtà non esiste dualismo tra i due stati: di fatto, esiste un solo stato, conseguito in modo innato (o istantaneo) o raggiunto gradualmente. Qui risiede la funzione del percorso graduale della pratica alchemica. L'alchimia è la via della virtù inferiore, ma la virtù inferiore ha un solo fine: condurre alla virtù superiore.

問曰：無為之道，乃上德全形之事，何以下德延命者，亦行無為之道乎？  
答曰：上德者，本原未虧，靈窟未閉。若得真訣，一了百當，直超彼岸。故行無為之道，而有為之事，即在其中，性了而命亦全矣。下德者，先天已虧，百病俱發。縱得師訣，不得直下純一，必須由漸而頓，由勉而安。到了了命之後，與上德者同歸一轍，始可以無為矣。非言上德者，只行無為之事，下德者，只行有為之事也。至於道之極處，有無俱不立，天地悉歸空。不但有為用不著，即無為亦用不著。其所言有為無為，是就修行下手處而論。(34a)

<sup>48</sup> Dieci mesi è la durata simbolica della gestazione dell'embrione alchemico. In questa fase della pratica, 'estrarre e aumentare' (*choutian*) significa aumentare il Mercurio e ridurre il Piombo.

Mi chiese: La Via del 'non fare' è l'opera (*shi*) del mantenere la propria forma corporea (*xing*) intatta attraverso la virtù superiore.<sup>49</sup> Perché nell'estendere la propria Esistenza (*yanming*) attraverso la virtù inferiore si pratica anche la Via del 'non fare'?

Risposi: Nella virtù superiore, l'Origine Fondamentale (*benyuan*) non è ancora carente e il Sacro Rifugio (*lingku*) non è ancora chiuso. Se si ricevono le autentiche istruzioni, «portando a compimento una cosa se ne adempiono cento» e si va direttamente all'"altra sponda" (*bi'an; nirvāṇa*). Pertanto si esegue la Via del 'non fare', ma l'opera del 'fare' è contenuta al suo interno: la Natura è portata a compimento e l'Esistenza è intatta.

Nella virtù inferiore, il preceleste è ormai carente e si sono prodotte le cento malattie.<sup>50</sup> Neppure ottenendo le istruzioni di un maestro si può raggiungere direttamente la pura Unità (*chunyi*): è necessario raggiungere l'immediato attraverso il graduale,<sup>51</sup> partire dallo sforzo e terminare nella stabilità. Portare a compimento la propria Esistenza conduce alla stessa destinazione della virtù superiore; quindi per la prima volta si può praticare il 'non fare'. Tutto questo non significa che la virtù superiore sia solo l'opera del 'non fare', e che la virtù inferiore sia solo l'opera del 'fare'. Quando si raggiunge lo stadio finale della Via, non si pongono né il 'fare' né il 'non fare'. Cielo e Terra ritornano entrambi al Vuoto. Non solo non si applica l'operazione del 'fare', ma neppure si applica l'operazione del 'non fare'. Quando si parla di 'fare' e di 'non fare', ci si riferisce solo al punto di partenza della coltivazione di se stessi.

**49** Nel pensiero di Liu Yiming, 'mantenere la propria forma corporea intatta' (*quanxing* 全形) significa che il proprio Yang preceleste non è mai stato danneggiato dall'ingresso di 'soffi estranei' (*keqi* 客氣). Vedi il brano del *Xiuzhen houbian* citato in Pregadio, 'Superior Virtue, Inferior Virtue', 489, e tradotto in Liu Yiming, *Cultivating the Tao*, 117.

**50** Non solo malattie in senso fisico, ma anche ogni possibile turbamento dell'equilibrio mentale.

**51** Ovvero il 'risveglio immediato' (*dunwu* 頓悟) attraverso il 'risveglio graduale' (*jianwu* 漸悟), che è il compito del Neidan.

## Bibliografia

### Fonti

- Daode jing* 道德經 (Libro della Via e della sua Virtù). *Sibu beiyao* 四部備要.
- Longhu jing* 龍虎經 (Libro del Drago e della Tigre). *Guwen longhu jing zhushu* 古文龍虎經注疏 (Commentario e sotto-commentario al *Testo Antico del Libro del Drago e della Tigre*). *Daozang* 道藏 (DZ 996).
- Lunyu* 論語 (Dialoghi di Confucio). *Lunyu zhuzi suoyin* 論語逐字索引. Hong Kong: Shangwu yinshuguan, 1995.
- Ruyao jing* 入藥鏡 (Specchio per la Composizione della Medicina). *Cui gong ruyao jing zhujie* 崔公入藥鏡注解 (Commentario allo *Specchio per la Composizione della Medicina*). *Daozang* 道藏 (DZ 135).
- Wuzhen pian* 悟真篇 (Risveglio alla Realtà). *Wuzhen pian qianjie* 悟真篇淺解 (Una semplice spiegazione del *Risveglio alla Realtà*). A cura di Wang Mu 王沐. Beijing: Zhonghua shuju 中華書局, 1990.
- Wuzhen zhizhi* 悟真直指 (Indicazioni dirette sul *Risveglio alla Realtà*). *Daoshu shi'er zhong* 道書十二種 (Dodici libri sul Dao). A cura di Yihua Tang 翼化堂, 1880. Rist. in *Zangwai daoshu* 藏外道書, vol. 8. Chengdu: Ba-Shu shushe, 1992.
- Xinyin jing* 心印經 (Libro del Sigillo del Cuore). *Gaoshang Yuhuang xinyin jing* 高上玉皇心印經 (Il *Libro del Sigillo del Cuore* dell'Altissimo Sovrano di Giada). *Daozang* 道藏 (DZ 13).
- Yijing* 易經 (Libro dei Mutamenti). *Zhouyi yinde* 周易引得. Peking: Harvard-Yenching Institute, 1935.
- Zhongyong* 中庸 (Il Giusto Mezzo). *Liji* 禮記 (Memorie sui Riti), sez. 31. *Shisan jing zhushu* 十三經注疏, 1815.

### Studi e traduzioni

- Cadonna, A. «Quali parole vi aspettate che aggiunga?». Il «Commentario» al *Daodejing* di Bai Yuchan, maestro taoista del XIII secolo. Firenze: Leo S. Olschki Editore, 2001.
- Lippiello, T. *Confucio: Dialoghi*. Torino: Einaudi, 2006.
- Lippiello, T. *La costante pratica del giusto mezzo*. Venezia: Marsilio, 2010.
- Liu Y. *Cultivating the Tao. Taoism and Internal Alchemy. The Xiuzhen houbian* (ca. 1798), translated with Introduction and Notes by Fabrizio Pregadio. Mountain View (CA): Golden Elixir Press, 2013.
- Pregadio, F. «Destiny, Vital Force, or Existence? On the Meanings of *Ming* 命 in Daoist Internal Alchemy and Its Relation to *Xing* 性 or Human Nature». *Daoism. Religion, History and Society*, 6, 2014, 157-218.
- Pregadio, F. «Superior Virtue, Inferior Virtue. A Doctrinal Theme in the Works of the Daoist Master Liu Yiming (1734-1821)». *T'oung Pao*, 100, 2014, 460-98.
- Pregadio, F. «Discriminations in Cultivating the Tao. Liu Yiming (1734-1821) and His *Xiuzhen houbian*». *Annali dell'Università degli Studi di Napoli "L'Orientale"*, 37, 2015, 81-108.
- Pregadio, F. *The Seal of the Unity of the Three. A Study and Translation of the Cantong qi*. Mountain View (CA): Golden Elixir Press, 2011.
- Wang Mu 王沐 (a cura di). *Wuzhen pian qianjie* 悟真篇淺解 (Una semplice spiegazione del *Risveglio alla Realtà*). Beijing: Zhonghua shuju, 1990.
- Wilhelm, R. *The I-ching or Book of Changes*. New York: Bollingen, 1950.