



Università
Ca'Foscari
Venezia

Corso di Laurea magistrale in
Lingue e Civiltà dell'Asia e
dell'Africa Mediterranea

Tesi di Laurea

L'Uomo è come il Cosmo

Lo sviluppo delle tecniche di
coltivazione personale come
mezzo per diventare *xian* dalla
formazione dell'Impero al terzo
secolo.

Relatore

Ch.ma Prof.ssa Tiziana Lippiello

Correlatore

Ch. Prof. Franco Gatti

Laureanda/o

Alessandra Troia

Matricola 851514

Anno Accademico

2018 / 2019

Abstract

Le tecniche di coltivazione personale in Cina ebbero un notevole sviluppo in seguito alla formazione della teoria di cosmologia relativa secondo la quale Uomo, Cielo e Terra sono tra loro correlati e identici. Tale teoria portò alla nascita di una categoria di specialisti nelle varie arti e tecniche che riguardavano non solo la comprensione del cosmo e le sue influenze sulla vita quotidiana, ma anche nella coltivazione personale, i *fangshi*. Le tecniche di coltivazione personale divennero, successivamente, appannaggio di coloro che volevano diventare esseri trascesi, capaci di comprendere il Dao ed elevarsi al pari del Cielo e della Terra: *xian*. Queste tecniche vennero ricondotte ad antichi sovrani e saggi dell'antichità capaci di innalzarsi quali *xian*. La prima raccolta sistematica di questi personaggi è il *Liexian Zhuan*, agiografia che descrive brevemente la vita e le tecniche di coltivazione personale praticate da questi personaggi. Con la rivelazione taoista dei Maestri Celesti, tali tecniche e la concezione di *xian* vennero sistematizzate all'interno del taoismo. Proprio in questa cornice il taoista Ge Hong scrisse una nuova agiografia di tali personaggi divenuti, in parte, delle vere e proprie divinità, per ampliare l'opera precedente: il *Shenxian Zhuan*. Attraverso l'analisi di queste due opere e della cornice culturale in cui sono state compilate verrà analizzata l'evoluzione delle tecniche di coltivazione personale da semplici azioni per mantenere uno stato di buona salute a rituali religiosi.

Parole chiave: *xian, fangshi, Daoismo, Liexian zhuan, Shenxian zhuan*

Indice

前言.....	4
Introduzione	6
1. Divinità, <i>fangshi</i> e <i>xian</i> nell'epoca pre-Imperiale	12
1.1. Le divinità degli Xia, degli Shang e degli Zhou.....	13
1.2 L' <i>Yijing</i> , il primo trattato di divinazione.....	17
1.4 Lo sviluppo dei <i>fangshi</i> e la cosmologia correlativa.....	18
1.5 Le arti numeriche dei <i>fangshi</i>	22
1.6 Le arti mediche dei <i>fangshi</i>	26
1.7 La persona divina come ideale degli <i>xian</i>	29
2. Le tecniche per raggiungere lo stato di <i>Xian</i> nei primi anni dell'Impero.....	32
2.1 Lo sviluppo del culto <i>xian</i> e della Via Huang-Lao	32
2.3 Le arti sessuali.....	39
2.4 Le tecniche di circolazione del <i>qi</i>	44
2.5 Le diete.....	51
3. La descrizione degli <i>xian</i> all'interno del <i>Liexian zhuan</i>	53
3.1 L'opera	54
3.2 L'importanza del <i>Liexian zhuan</i> nel processo di sistematizzazione delle dottrine taoiste	57
3.3 Organizzazione dell'opera.....	59
3.4 Le diete degli <i>xian</i>	61
3.5 Arti e tecniche dei <i>xian</i>	65
3.6 Le caratteristiche fisiche degli <i>xian</i>	70
3.7 Eremitismo e ascensione	72
4. La fine della dinastia Han e il periodo Wei-Jin, la formazione del Taoismo e la nuova visione della trascendenza.	76
4.1 La Grande Pace e la rivolta messianica dei Turbanti Gialli	78
4.2 I Maestri Celesti	83
4.3 Le divinità interiori e la loro visualizzazione.....	90
4.4 La Via Taiqing	94
5. La descrizione degli <i>xian</i> all'interno del <i>Shenxian zhuan</i>	100
5.1 Scritto esoterico del Maestro che abbraccia la semplicità.....	101
5.2 Paternità e trasmissione di <i>Biografie di Shen e Xian</i>	105
5.3 Importanza dell'opera	108
5.4 Diete	110
5.5 Arti e tecniche	114
5.6 Caratteristiche fisiche.....	116
5.7 Ascensione ed eremitismo.....	118

Conclusioni	121
Appendice 1	123
Bibliografia	131

前言

本论文主要讨论从秦代到魏晋初时期修仙技术的发展。公元前三世纪，人们对求长生、不死很有兴趣，他们想获得和天地一样的寿命。在那个时期，获得与天地等的寿命而求道的人，被认为是仙。仙不同于人类也不同于神。

求长生、求道、成仙都是与道教有相关的概念，但是道教前这些概念还是很重要的。谁想变成仙或是获得长生都需要从事特定的技术。文化的改变必然会影晌技术发展的历程，所以研究修仙技术的经过应该着力研究文化发展特别是宗教和迷信的发展进程。本论文以主要通过介绍中国的两部仙传和它们的文化背景来分析修仙技术的发展。

仙传并不是从历史角度解析仙人的生活，但它们可能转递着某一个时代的修技术，从而帮助人们阐释宗教的演变。比如，一部仙传中关于彭祖的描述，让人了解了是运用他什么样的技术修炼成仙的，那个有写仙传时期什么发展等，不让我们对他历史上是否官员有知识。因此，本论文只立足于分析仙传文化和与其相对应的文化发展背景，并不解释道教教义的发展水平。

本文第一章看重解释“仙人”概念和修仙技术的由来，第二章主要以马王堆出土的医书为材料，分析秦汉时期的修仙技术。中国的宗教学者特别是道教学者大都同意修道技术和修仙技术源自于中国古代的祖先崇拜，是从远古的巫术或方术演变而来的。从出土的文物中，可以看出表夏朝时期的祖先崇拜一半是宗教仪式一半是政治仪式而最重要的祖先是王的，他称为上帝。商朝时期也很注重，但上帝不仅是王的祖，他还是天的最重要神。夏商两代是建成天地生神的时期，而伏羲、女娲、西王母、神农、黄帝等的神话故事也是这个时期诞生的。人们崇拜神或是他们的先祖，而巫师是唯一能与神和祖先沟通的人，他们是神鬼的代言人、可以求鬼神赐福或用药物治病救人。能治病救人的巫师也被成为巫医，周朝时期的方士们也有这样的能力。每一个方士都有专项的技能：天文、历法、占卜、农业、房中术、治病等等。他们这些能力据说是来源于相关宇宙学。按照相关宇宙学理论，人类、天和地都是从道而来，道造成阴阳，阴阳不断的变化造成人、天、地和万物，它们都拥有从道而来的“气”，于是方士们认为人们做什么都是与天地有在天和地有影响。方士使用治病术和房中术的墓表都是为了帮助人们获得健康长寿，战国时期，这种方士技术得到了充分的发展，以致于修仙者也纷纷采

用方士的治病术和房中术来改变自己的“气”，最终得道成仙。20世纪在马王堆出土的中国古医书让我们知道汉代初期的人们是如何运用仙术追求长生不老的，其中房中术是一个很重要的技术，此外还有行气（导引、行气、服气）和卻穀等技术。

本文第三章主要介绍刘向的《列仙传》，并分析公元前1世纪对修仙技术的整理。公元前1世纪前，人们并没有对修仙技术进行的整理，所以刘向写的《列仙传》是中国历史上第一部系统介绍和整理仙人及他们所运用的仙术的著作。《列仙传》一书按年月顺序罗列了70传记，每一个传记都描述了某个仙人的仙术、吃食以及他是如何度世或上升。其中最重要的技术是行气、卻穀和房中术，很多仙人都很多仙人都有快步行走、熟知天文甚至解剖尸体的技能。这部著作不仅让人们了解了公元前1世纪时期的仙人以及他们所运用的仙术（这些仙术与马王堆医书中描述的仙术十分相似），同时，也向人们展示了那个时期的文化特点，特别是方士之术和黄老之学华。黄老之学华，是黄帝和老子之学的合称，是都叫的理论根源，道教中把黄老和老子的智慧作为生活和政治上的教义。

本文第四章解释了公元2世纪的道教构成和在中国不同地区的发展。公元2世纪出现了许多道教组织，有太平道、黄布道、现四川地区的天师道和江南地区的太清道，这些组织所运用的道术和道书很多，而且还有一些道书在今天已经不为人所熟知，比如，《太上老君中经》与《靈寶五符序》。因此，这个时期修仙的概念也有改变，按照太清道的道义成仙具有天命的性质，同时，修仙技术发生了改变，房中术变成了一个小术，考思与炼金术则成为最重要的仙术。

本文最后一章主要讨论在江南繁荣的文化背景葛洪所创作的《神仙传》。《神仙传》的原本已经失传，但是在很唐松时期的很多类书中有《神仙传》的引文，让我们得以窥探到这本书的原貌。《神仙传》作者葛洪的祖先和老师都是太清道士，因此这本仙传中认为炼金术才是最重要的仙术。不同于刘向的仙传，葛洪的仙传中通过名仙传记来转播作者自己思想，因此，通过这本仙传人们可以了解世纪的江南地区人们修仙的看法是怎样的，由于葛洪所描述的文化背景不是基于宏观思想上的，因此在分析本仙传的时候，需要特有谨慎和辩证的态度。分析这本仙传不仅让我们知道葛洪生活的时代修仙技术状况，同时也能更加了解道教的发展背景。

附录阐释我从那集类书和道藏内的书恢复原状神仙传和恢复原状的过程。

Introduzione

La ricerca dell'immortalità, intesa come l'estensione della durata vitale al punto da renderla pari a quella di Cielo e Terra, è un elemento attestato all'interno della cultura cinese prima del terzo secolo a.C.. Tale concetto era indicato con le locuzioni “non morire” (*busi* 不死) e “lunga vita” (*changsheng* 長生). Coloro i quali, invece, erano stati capaci di ottenere una vita dalla durata pari a quella di Cielo e Terra e avevano ottenuto il *dao* 道 vennero definiti, intorno alla fine del terzo secolo a.C., come asceti al Cielo, esseri trascesi simili alle divinità o, per lo meno, superiori ai comuni esseri umani (*xian* 仙),¹ ma diversi dalle divinità che abitano il Cielo e la Terra (*shen* 神).²

La ricerca di una lunga vita dalla durata pari a quella di Cielo e Terra e dell'ottenimento del *dao* sono concetti tradizionalmente attribuiti al Taoismo, tuttavia la loro origine precede qualsiasi forma di religione organizzata.³ L'idea che si potesse

¹ Campany 2009 p. 33

Xian è un termine che non ha un proprio corrispettivo in italiano o in inglese, tradizionalmente viene tradotto con “immortale” e negli anni novanta dello scorso secolo Stephen R. Bokenkamp ha proposto la traduzione di *xian* con la parola “transcendent.”# L'immortalità degli *xian* deriva dal fatto che essi, attraverso la pratica di tecniche e arti, riescono a evitare la morte purificando il corpo, ovvero eliminando gli elementi mortali, altri invece, fingendo la loro morte lasciano sulla terra le spoglie mortali per poter ascendere e purificarsi, come una crisalide. L'idea di costoro come esseri trascendenti deriva dalla concezione che essi, una volta ottenuto lo stato di *xian* o, per ottenerlo, ascendevano al Cielo; in realtà con il processo di sistematizzazione avvenuto nei secoli, alcuni acquisirono lo stato di “*xian* terrestri” (*dixian* 地仙) e continuano a vagare sulla terra. Entrambi i termini hanno dunque le loro limitazioni nel descrivere questo concetto propriamente cinese ed i suoi sviluppi, sebbene trovi più appropriata la traduzione fornita da Bokenkamp, pertanto si userà prevalentemente la trascrizione del termine nella forma *xian*. Per indicare il loro stato, verrà a volte impiegato il termine “trascendente” oppure “colui che ha ottenuto la trascendenza” quando ci sono espliciti riferimenti ad un'elevazione nei cieli, nei riferimenti a questi prima del secondo secolo della nostra era, oppure nei casi in cui ci siano forti collegamenti con il concetto cinese di “trascendere il mondo” (*dushi* 度世), ovvero elevarsi al di sopra dei comuni esseri umani.

² Il termine *shen* pone, anch'esso, degli enormi problemi traduttologici. Spesso viene tradotto con la parola *divinità*, tuttavia anche questa traduzione è incapace di rendere il significato originale, o per meglio dire i vari significati. Tale termine, infatti non soltanto indica le divinità del pantheon, tra le quali sono annoverati anche alcuni *xian*, ma indica anche la “parte spirituale” dell'essere umano e successivamente le divinità che presiedono al corpo umano, parzialmente speculari a quelle del cosmo. Nel presente lavoro, dunque, l'impiego del termine *divinità* verrà usato solamente in relazione agli esseri divini che abitano nel Cielo, negli altri casi verrà impiegata la trascrizione *shen*.

³ La definizione di Taoismo è ancora largamente dibattuta in ambito accademico. L'antica divisione tra “taoismo filosofico” (*daojia* 道家) e “taoismo religioso” (*daojiao* 道教) è ormai respinta da molti studiosi, in particolare Bokenkamp (1997), pp. 10-15 e Robinet, (1997), pp. 3-6. Al tempo stesso definire cosa sia Taoista e cosa non lo sia, dunque il Taoismo, resta ancora un interrogativo aperto. Bokenkamp definisce il Taoismo come “la più alta religione della Cina caratterizzata dalla dottrina per cui il *dao* eterno e

divenire *xian* attraverso la pratica di alcune tecniche e arti era, nella forma di una tradizione non coesa, già presente nel tardo terzo secolo a.C. che fu stabilizzata e iniziò ad essere documentata nei primi secoli della nuova era.⁴ Le pratiche necessarie per poter ottenere questo stato subirono dunque dei mutamenti e vennero sistematizzate parallelamente all'evoluzione culturale e religiosa in Cina.

Il Taoismo solamente dalla seconda metà del secolo scorso è diventato oggetto di continui studi e ricerche da parte dei sinologi occidentali i quali contribuirono a eliminare l'aura di orientalismo che circonda tale religione.⁵ Negli anni Novanta il sinologo francese Franciscus Verellen in un articolo sullo stato dell'arte degli studi sul Taoismo notava come le fasi di formazione di tale religione basate sulle fonti primarie e sui ritrovamenti archeologici fosse un ambito relativamente giovane, inoltre auspicava un approccio allo studio di quella che è la più alta religione della Cina da parte di sinologi e studenti di sinologia non solamente concentrato sulle pratiche o sulle dottrine come fossero due aspetti separati, ma intersecandole tra di loro e con il contesto socio-politico e culturale che le circondava.⁶

Lo studio del Taoismo attraverso un'analisi delle agiografie si è invece sviluppato a partire dagli inizi del nuovo secolo. Dopo il lavoro pionieristico di Max Kaltenmark di analisi e traduzione dell'opera *Biografie di illustri xian* (*Liexian zhuan* 列仙傳; DZ 294; d'ora in avanti *Liexian zhuan*) nel 1953, lo studio delle agiografie Taoiste o del Taoismo

primordiale agisce nella storia umana sia direttamente, attraverso le sue rappresentazioni, sia indirettamente, per mezzo del pantheon di divinità comprese quelle che risiedono nel corpo umano” (Traduzione leggermente modificata di Bokenkamp (1997) p. 12). Questa definizione tuttavia, come nota Gil Raz, è scevra della concezione che questo possa essere approcciato attraverso atteggiamenti rituali, e coloro i quali riescono in ciò ottengono lo stato di *xian* (Raz (2004) p. 23). Al tempo stesso la definizione di Bokenkamp sembra, a mio avviso, rappresentare il *dao* come una forza che agisce per volontà, quando esso è pura spontaneità. Pertanto la definizione temporanea che permette di definire cosa sia Taoismo e cosa non lo sia, o lo sia parzialmente, per questa tesi è: “il Taoismo è la più alta religione della Cina caratterizzata dottrina per cui il *dao* spontaneo, eterno e primordiale agisce nella storia umana sia direttamente, attraverso le sue rappresentazioni, sia indirettamente, per mezzo del pantheon di divinità comprese quelle che risiedono nel corpo umano e colui il quale lo approccia per mezzo di atteggiamenti rituali diventa uno *xian*.” La dicitura Taoismo *ante litteram*, ripresa dalla traduzione di una discussione di Anna Seidel tradotta da “un gruppo di suoi amici” e inclusa nel secondo numero del settimo volume della rivista *Taoist Resource*, è impiegata per indicare quegli elementi che rientrano nella definizione di taoismo ma furono presenti prima che il termine *daojiao* venisse coniato (Seidel (1997) p. 46)

Al tempo stesso è impossibile definire a parole ed in breve il concetto di *dao*, pertanto le caratteristiche di questo verranno delineate nel corso dei seguenti capitoli.

³ Company p.xiii

⁴ Ibid.

⁵ Kohn (2000) p.xiv

⁶ Verellen (1995) pp.

ante-litteram,⁷ ha iniziato a svilupparsi relativamente tardi. Dopo gli studi di Paul Katz del 1999 sul culto dello *xian* Lü Dongbin e lo studio dei frammenti dell'ormai persa raccolta *Daoxue zhuan* 道學傳 pubblicato da Bumbachen nel 2000, altri due sinologi hanno fondato il loro lavoro sulle agiografie: Suzanne Cahill e Robert Campany. In particolare, Campany con il suo lavoro su *Biografie di Shen e Xian* (*Shenxian zhuan*, 神仙傳)⁸ del 2002 e con lo studio del 2009 sugli *xian* basato prevalentemente su materiale agiografico ha riconsiderato l'approccio allo studio del Taoismo attraverso lo studio delle agiografie per la loro funzione didattica e per il loro essere un esempio di *modus operandi* per gli adepti più diffuso rispetto ai testi esoterici.

L'obiettivo di questo elaborato è, dunque, esaminare gli sviluppi delle tecniche e arti *xian* nel periodo che si estende dalla formazione dell'Impero fino agli inizi del quarto secolo d.C. in particolare attraverso l'analisi di due agiografie e il clima culturale nel quale vennero composte: *Biografie di illustri xian* (*Liexian zhuan* 列仙傳; DZ 294; d'ora in avanti *Liexian zhuan*) scritta nel primo secolo a.C. e *Biografie di Shen e Xian* (*Shenxian zhuan*, 神仙傳) composta agli inizi del quarto secolo d.C..

La scelta di descrivere pratiche religiose e tracciarne l'evoluzione attraverso lo studio delle agiografie deriva dalla loro funzione didattica: sono dei casi studio di modelli religiosi esemplari. L'agiografia di uno *xian* di certo non permette di trarre informazioni storiche sulla sua esistenza ma sono testimonianze del processo storico durante il quale la nozione di *xian*, degli adepti che avevano ottenuto tale stato e delle pratiche a loro associate si svilupparono.⁹ Le agiografie sono inoltre evidenze dello sviluppo religioso del periodo in cui vennero scritte.¹⁰ Per questo motivo la descrizione delle due agiografie è preceduta da una rappresentazione degli sviluppi generali che ebbero l'idea di *xian* e le pratiche collegate all'ottenimento di tale stato.

Il primo capitolo delinea il substrato culturale dal quale si formarono la concezione degli *xian* e in particolar modo le tecniche e arti a questi associate. A livello

⁷ Come verrà evidenziato nelle pagine successive il *Liexian zhuan* è un'opera che considero appartenente al Taoismo *ante litteram* in quanto scritta in un'epoca nella quale non era ancora stato coniato il termine *daojiao*.

⁸ Campany (2002)

Campany traduce il titolo *Biografie di divini trascesi* ed è tradizionalmente indicata anche con il titolo di *Biografie di divini immortali*, tuttavia nell'analizzare le agiografie in questa contenute ho riscontrato una divisione tra la figura di *xian* e *shen*. Le biografie di alcuni *xian* narrano degli incontri di questi con degli "uomini del Cielo" (*tianren*, 天人) o *shen* pertanto ho deciso di fornire la traduzione di cui sopra.

⁹ Campany (2009) p.21

¹⁰ Ibid

accademico c'è un generale accordo che il Taoismo, e in particolare l'idea della trascendenza, affondi le sue radici nel culto degli antenati e nei culti locali delle divinità, nella religione dei *wu* 巫 e nelle varie conoscenze tecniche dei “Maestri delle tecniche” (*fangshi* 方士, d'ora in avanti *fangshi*). Inoltre, verrà evidenziato come nella formazione dell'idea di lunga vita e successivamente di *xian* la cosmologia correlativa ebbe un ruolo preminente in quanto questa stabilisce precise correlazioni tra la natura l'uomo e la società:¹¹ l'uomo diviene così un microcosmo che rispecchia il macrocosmo e pertanto può cogliere il *dao* che è spontaneo, eterno e primordiale e allo stesso tempo è la madre di tutti i “diecimila esseri” (*wanwu*, 萬物).

Il secondo capitolo è una trattazione dell'idea di *xian* e delle pratiche per ottenere tale stato nei primi secoli dell'Impero. Le informazioni sugli *xian* sono come in epoca pre-Imperiale ancora sparse e non sistematizzate tuttavia l'attenzione verso queste figure inizia ad essere maggiore in quanto la ricerca della vita eterna era nell'agenda di alcuni Imperatori e funzionari. Gli scavi archeologici effettuati in Cina a partire dalla seconda metà del secolo scorso, hanno consentito di fare enormi passi avanti in questo ambito in particolare per i dipinti murali che rappresentano persone zoomorfe, ovvero corrispondenti all'idea che all'epoca si aveva degli *xian*, e grazie ai manoscritti nei quali vengono delineate pratiche macrobiotiche per l'estensione della vita e in parte per la comprensione e l'ottenimento del *dao* dunque per divenire *xian*. Attraverso l'analisi di alcuni dei manoscritti ritrovati nella Tomba 3 di Mawangdui¹² verranno quindi analizzate le principali pratiche per ottenere lo stato di *xian*: le arti sessuali (*fangzhong* 房中), le tecniche di circolazione del *qi* (*xingqi* 行氣) e le diete.¹³

Il terzo capitolo è interamente dedicato alla raccolta di agiografie del primo secolo a.C.: il *Liexian zhuan*. All'interno di quest'opera, nella sua forma *recepta*, sono presenti

¹¹ Graham (1989) pp.313-370

¹² Gli scavi avvenuti negli anni Settanta dello scorso secolo nel sito archeologico di Mawangdui 馬王堆 (situato vicino la città di Changsha 長沙, capoluogo della provincia cinese dello Hunan 湖南) hanno portato alla luce tre tombe i cui contenuti sono stati fondamentali per i sinologi interessati alla cultura, in particolar modo artistica e filosofico-religiosa dei primi anni dell'Impero. Oltre a utensili e altre opere artistiche di notevole interesse, primo fra tutti lo stendardo funebre ritrovato nella Tomba numero 2, tali scavi hanno portato alla luce numerosi manoscritti di stampo filosofico e religioso. I testi qui presi in considerazione sono stati ritrovati nella Tomba numero 3 appartenente ad un giovane membro della famiglia Li 利 morto nel 168 a.C..

¹³ Le Arti sessuali e le tecniche di circolazione del *qi* non sono definite da un nome unico all'interno della tradizione cinese. Gli appellativi dati a queste mutarono con l'evolversi di queste tecniche e con la loro sempre maggior differenziazione.

settanta brevi agiografie di *xian* le quali consentono di individuare quali fossero le arti sessuali, le pratiche di circolazione del *qi* e le diete attribuite a questa categoria di persone trascese. Sono dunque dei casi studio esemplari che permettono di verificare quale fosse la narrativa principale e la percezione di tali figure nell'epoca in cui vennero scritte, quali fossero considerati i prerequisiti per diventare *xian* nel primo secolo a.C. e come questi siano inscrivibili al culto *xian*, ovvero ad un Taoismo *ante litteram*.

All'interno del quarto capitolo verranno tracciati gli sviluppi religiosi che interessarono la Cina nel secondo secolo d.C.. Questo periodo vide la nascita del Taoismo vero e proprio, in quanto la ritualità assume un ruolo di rilievo e si inizia ad impiegare il termine *daojiao*. In particolare, verranno analizzati i concetti alla base della Via della Grande Pace (*Taiping dao* 太平道; d'ora in avanti Via Taiping) e della Via dei Maestri Celesti (*Tianshi dao*, 天師道) entrambe basate su testi rivelati. In seguito, verranno analizzati gli sviluppi del taoismo nell'area di Jiangnan 江南, ovvero l'area costiera a sud del fiume Azzurro. In quest'area circolavano vari testi che è possibile definire Taoisti, in particolare vi erano i primi testi esclusivamente dedicati alle divinità interiori questa regione funse da scenario allo sviluppo della Via Alchemica o Via della Grande Purezza (*Taiqing dao* 太清道, d'ora in avanti Via Taiqing). Proprio in seno a questa regione nella quale vi era un enorme fermento filosofico fu scritta la raccolta di agiografie *Biografie di Shen e Xian*.

Il quinto ed ultimo capitolo è dunque l'analisi dei casi studio presenti all'interno di questa agiografia la quale ci permette di definire quali fossero gli attributi necessari per ottenere lo stato di *xian* per i Taoisti della regione di Jiangnan alla fine del terzo secolo e agli inizi del quarto secolo d.C.. Analizzando tale opera è dunque necessario, come nel caso del *Liexian zhuan*, tenere ben presenti quale fosse il clima culturale nel quale fu scritta ed il background dell'autore. Non devono essere considerate rappresentative di tutto il Taoismo, o Taoismo *ante litteram*, ma di quello del pubblico al quale tali opere si riferiscono e quello proprio della formazione culturale dell'autore.

L'opera *Biografie di Shen e Xian* non è giunta a noi come opera indipendente, perciò le cautele nella sua analisi devono essere maggiori in quanto è stata ricostruita attraverso un processo filologico. La versione che ha fornito da base per il quinto capitolo di questo lavoro è derivata da una ricostruzione fatta personalmente dall'autore basata sul lavoro svolto agli inizi del presente millennio dal sinologo americano Robert Ford

Campany. Il processo filologico svolto dall'autore, dunque il lavoro di ricostruzione dell'opera *Biografie di Shen e Xian*, è descritto in Appendice.

Questa tesi è stata per larga parte scritta durante il periodo di quarantena nazionale per evitare la diffusione del coronavirus Covid-19 pertanto presenta inevitabili carenze bibliografiche per l'impossibilità di accedere ad alcune fonti. Per quanto riguarda i manoscritti di Mawangdui non sono riuscita a consultare tutte le trascrizioni, e in questi casi verrà indicato in nota che la discussione è basata sulla traduzione commentata fornita da Donald Harper. I riferimenti alle fonti primarie, ad esclusione delle Storie dinastiche, sono basati sull'edizione del database ScriptaSinica,¹⁴ in bibliografia verranno forniti i link alla prima pagina delle opere. La versione dei testi contenuti all'interno del Canone Taoista citati nelle seguenti pagine, ad esclusione di poche eccezioni, verranno dopo la prima occorrenza indicati usando il numero a questi associati da Schipper nella sua opera di Concordanze al Canone Taoista.¹⁵

Le fonti secondarie sono invece carenti per due motivi: l'impossibilità di consultazione di varie monografie o articoli non presenti in formato digitale a causa della pandemia mondiale che ha interessato in particolar modo il nord Italia nei primi mesi dell'anno 2020 e per l'impossibilità di consultare le fonti giapponesi per carenze linguistiche. L'accademia giapponese ha da sempre prodotto notevoli lavori nell'ambito della ricerca sul Taoismo, sugli *xian* e sulle pratiche per estendere la propria vita; un'eventuale futura integrazione di tali fonti potrebbe portare a un riesame di quanto scritto in questa tesi.

Molte opere di letteratura critica in lingua occidentale trattano gli argomenti contenuti all'interno di questa tesi in maniera settoriale, l'obiettivo di questa tesi è pertanto quello di integrare tali nozioni che sono state in parte largamente discusse con le fonti primarie ed in particolare con le agiografie le quali sono una fotografia che ci permette di comprendere quale fosse la concezione diffusa degli *xian* o degli adepti e quale fosse il livello di sviluppo delle varie pratiche in una determinata epoca e in un determinato luogo.

¹⁴ La pagina iniziale di Scripta Sinica è raggiungibile al seguente link: <http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihp/hanji.htm>

¹⁵ Schipper (1975)

1. Divinità, *fangshi* e *xian* nell'epoca pre-Imperiale

La ricerca dell'immortalità, intesa come l'estensione della durata vitale al punto da renderla pari a quella di Cielo e Terra, è un elemento attestato all'interno della cultura cinese prima del terzo secolo a.C.. Tale concetto era indicato con le locuzioni “non morire” e “lunga vita.” Coloro i quali, invece, erano stati capaci di ottenere una vita dalla durata pari a quella di Cielo e Terra e avevano ottenuto il *dao* vennero definiti, intorno alla fine del terzo secolo a.C., come asceti al Cielo, esseri simili alle divinità o, per lo meno, superiori ai comuni esseri umani.¹

Rintracciare con precisione l'origine di tali concetti e le idee alla loro base è molto complicato per la quasi totale assenza di fonti in particolare per quanto riguarda il periodo che va dalla semi-legendaria Dinastia Xia (*Xia dai* 夏代; circa 2100 a.C. - circa 1600 a.C.) fino alla fine del periodo degli Zhou Occidentali (*Xi zhou* 西周; circa 1027 a.C. - 770 a.C.), includendo dunque la dinastia Shang (*Shangchao* 商朝; circa 1600 a.C. - circa 1027 a.C.) nota anche con il nome Yin 殷. Solamente a partire dalla dinastia degli Zhou orientali (*Dong zhou* 東周; 770 a.C. - 256 a.C.) si ha una quantità rilevante di informazioni sul concetto di vita eterna e di ascensione, grazie al fermento culturale e alla produzione testuale che si svilupparono in questo periodo.²

Prima del terzo secolo a.C., il termine *xian* era impiegato anche con la grafia 僊 per indicare un movimento di salita verso l'alto, un'elevazione, dunque un'ascensione. Il movimento verso l'alto era collegato ai “voli estatici” ispirati alla seconda ode del quinto capitolo dell'opera *Odi di Chu* (*Chuci* 楚辭) (d'ora in avanti indicato con il nome *Chuci*) intitolata *Vagare lontano* (*Yuanyou* 遠游). Quest'opera contiene varie odi scritte durante il periodo degli stati combattenti e attribuite a Qu Yuan 屈原 (340 a.C. - 278 a.C.) ministro del regno di Chu (*Chuguo* 楚國). Sebbene all'interno della sopracitata opera il termine *xian* appare in altri brani, l'ode “Vagare lontano” divenne il prototipo di tutte quelle opere che descrivono gli *xian* come figure distaccate dalla società le quali

¹ Campany (2009) p. 33.

² La maggior parte di tali testi furono ritenuti essenziali per lo sviluppo sociale, politico e culturale della Cina, per tale motivo vennero non solo tramandati nei vari secoli successivi fino ai giorni nostri.

allontanandosi dalla società trovano dimora sulle montagne o in Cielo. L'intera ode descrive un volo cosmico durante il quale il protagonista incontra divinità celesti, *shen*, ed esseri trascesi, coloro che verranno in poi appellati con il termine *xian*.³

1.1. Le divinità degli Xia, degli Shang e degli Zhou

Agli albori della civiltà cinese, gli *shen* erano considerati delle vere e proprie divinità, probabilmente forze della natura antropomorfizzate e divinizzate o derivanti dalla pratica religiosa del culto degli antenati diffusa a partire dall'epoca Shang. In questa stessa epoca prese origine la credenza di una "esistenza dopo la morte", il defunto poteva proteggere la propria famiglia e fornirgli indicazioni sul come agire. Ai defunti, percepiti come entità arbitrarie che dovevano essere sistematizzate al pari delle divinità naturali, erano indirizzate le pratiche divinatorie intese come l'atto di interrogare i propri antenati sul buono o cattivo esito di un'azione che si stava per compiere.⁴ Gli antenati verso i quali era rivolto il culto non erano solamente quelli della propria famiglia, ma sembra che i vari defunti fossero organizzati secondo una gerarchia rispecchiante le dinamiche di potere sulla terra: l'antenato di una famiglia guidava l'intera famiglia; l'antenato del capo villaggio era superiore a quelli delle singole famiglie e così via, fino ad arrivare all'antenato del sovrano, superiore a tutti gli antenati e denominato *Di* 帝.⁵

Durante la Dinastia Zhou gli antenati e le divinità naturali iniziarono a essere percepiti come individui abitanti un luogo di perfezione posto in armonia con quello degli esseri umani.⁶ Le iscrizioni su bronzo risalenti a questo periodo descrivono gli antenati quali spiriti che supportavano la propria progenie e il benessere di questi ultimi per mezzo del loro supporto soprannaturale.⁷

Durante il periodo degli Zhou orientali, ci furono degli enormi cambiamenti a livello religioso, politico e culturale. L'importanza del culto degli antenati dell'imperatore

³ Campany (2009) pp. 3,4

⁴ Puett (2002) pp. 31- 54

⁵ Maspero (1981) p. 9. Keightley (1999) pp. 252-253 solleva dei dubbi per quanto concerne l'assimilazione dell'antenato principale di epoca Shang con la divinità suprema di quell'epoca 帝 ovvero "La Divinità Suprema," anch'essa chiamata *Di*, alla quale era attribuito il controllo sugli eventi naturali e sugli antenati.

⁶ Puett (2002) p. 54,55

⁷ von Falkenhausen (1994) p. 2

andò gradualmente scemando,⁸ il vuoto lasciato da questo venne colmato da una serie di culti di stato “artificiali” che miravano ad astrarre divinità cosmologiche, probabilmente derivate dagli antichi culti delle forze naturali.⁹ Tale processo portò a uno sviluppo ulteriore dell’idea di un mondo ultraterreno speculare a quello in cui viviamo; sebbene i due mondi siano separati, l’aldilà in parte rifletteva l’organizzazione politica e sociale terrestre: la gerarchia degli spiriti corrispondeva quella dei funzionari.¹⁰ Questa visione è largamente documentata durante l’epoca Han, tuttavia l’organizzazione delle tombe, opere di architettura sotterranea simili ad abitazioni all’interno delle quali erano posizionati, oltre a elementi personali dei defunti, utensili rituali e “utensili spirituali” (*mingqi* 命器), permette di estendere tale visione anche ai periodi pre-Imperiali.¹¹

In epoca Shang, sebbene il culto degli antenati fosse un elemento importante, la loro posizione all’interno del pantheon era inferiore a quella dei sovrani precedenti, dei loro antenati, delle forze della natura e della “Divinità Suprema” (*Di* 帝). Al tempo stesso il confine tra divinità della natura, antichi Sovrani e loro antenati era molto labile.¹² Il processo di venerazione delle forze naturali e la loro personificazione si sviluppò molto probabilmente in questo periodo durante il quale vennero iscritte all’interno di un pantheon nel quale è possibile trovare sia divinità diffuse su un territorio più ampio sia divinità locali. Tale frammentazione religiosa continua fino ad oggi all’interno del territorio cinese sebbene alcune divinità locali vennero, con il tempo, riconosciute in tutto il territorio.

In Cina non esistono storie mitologiche sulla creazione del Cosmo da parte di divinità, ma esistono miti, molto probabilmente risalenti al periodo paleolitico, riguardanti alcuni personaggi capaci di modificare il mondo ed erano probabilmente tra le figure venerate dagli inizi della dinastia Shang: *Pan Gu* 盤古 e *Nuwa* 女媧.¹³ Successivamente apparvero altri eroi e saggi sovrani che divennero parte della mitologia per le loro invenzioni o per le loro azioni; tra questi coloro i quali continuarono ad avere un ruolo di rilievo furono l’inventore della caccia *Fu Xi* 伏羲, l’inventore del fuoco *Sui Ren* 燧人 e l’inventore dell’agricoltura *Shennong* 神農. A costoro fece seguito colui che

⁸ Le motivazioni alla base di ciò possono essere ritrovate nel fatto che il numero di antenati era divenuto incredibilmente ampio e perciò fu limitato il culto agli antenati precedenti non più di cinque generazioni.

⁹ von Falkenhausen (1994) p. 8

¹⁰ Seidel (1997) 46-48.

¹¹ von Falkenhausen (1999) pp. 474-476; Falkenhausen 2006 p.302

¹² von Falkenhausen (1999) pp. 253-254

¹³ von Falkenhausen (1999) pp. 66- 68

per primo fondò il governo: Huangdi 黃帝. Essi vennero poi sistematizzati come i regnanti del periodo che precede la dinastia Xia: i Tre Sovrani (*San huang* 三皇) e i Cinque Imperatori (*Wu di* 五帝).¹⁴ Tra questi *Shennong* 神農 e *Huangdi* 黃帝, unitamente agli altri Imperatori predinastici, i loro maestri e altri saggi legendari, assunsero a partire dal terzo secolo a.C. un ruolo di rilievo nella trasmissione delle pratiche per l'ascensione.

Le attività divinatorie legate ai culti degli antenati o delle forze della natura, non erano appannaggio di tutti gli uomini ma, per poter comunicare con gli spiriti, era necessario l'intervento di un mediatore chiamato "*Wu*" 巫. Costoro, solitamente donne, permettevano la comunicazione con l'aldilà, con gli antenati e con le forze della natura, prevalentemente attraverso danze estatiche.¹⁵ Sono figure assimilabili agli sciamani. Gli scavi archeologici hanno portato alla luce la presenza di credenze e pratiche *wu* risalenti all'epoca neolitica, in particolare alla Cultura Yangshao 仰韶 (5000 a.C. - 3000 a.C.), dunque precedenti alla dinastia Xia.¹⁶ La figura dei *wu* era il perno attorno a cui ruotava tutta la cultura religiosa di epoca Shang e continuarono ad avere un ruolo importante a corte anche successivamente.¹⁷ Secondo quanto detto da Sima Qian 司馬遷 (circa 145 a.C. - circa 86 a.C.) nel suo "Memorie di uno storico" (*Shiji* 史記, d'ora in avanti abbreviato in SJ),¹⁸ in epoca Shang i *wu* occupavano posizioni di rilievo all'interno della corte, erano interpellati nell'interpretazione dei presagi e il loro intervento si dimostrò fondamentale.¹⁹ Si occupavano inoltre di registrare ciò che accadeva in Cielo.²⁰ Il

¹⁴ von Falkenhausen (1999) pp. 55, 68-70

¹⁵ *Shuowen jiezi* 說文解字 alla voce 巫 si legge "Wu è la persona che si occupa dei riti sacrificali. Donna capace di servire ciò che non ha forma e tramite le danze è capace di soggiogare gli spiriti" (*Wu: zhuyue. Nu nengshi wuxing, yiwu xiangshenzhe ye* 巫: 祝也。女能事無形, 以舞降神者也。象)

¹⁶ La cultura Yangshao fu la prima cultura neolitica scoperta in Cina; la scoperta risale al 1920 ad opera dello svedese J.G. Anderson nella contea Mianchi 澠池 dello Henan 河南. Per ulteriori dettagli sulla cultura Yangshao vedere Chang (1999) pp. 49- 52

¹⁷ Si trovano riferimenti ai *wu* anche durante il periodo delle Sei Dinastie. Shafer (1951), p.157

¹⁸ Lo SJ è la prima opera storiografica cinese, considerata la base delle storie dinastiche. Narra gli eventi della storia cinese a partire dall'epoca dei Cinque sovrani mitologici fino al regno dell'imperatore Wu degli Han. Per informazioni su quest'opera consultare Nienhauser (2011), p.463-484

¹⁹ SJ 1. 100, 101. Sima Qian annota le attività di due *wu* attivi in epoca Shang: il primo era attivo sotto il regno di Taiwu 太戊 ed era chiamato *Xian* 咸, il secondo era attivo sotto il regno dell'imperatore Zhuyi 祖乙 ed era chiamato *Xian* 賢. Sebbene i due nomi abbiano una pronuncia omofona, essi sembrano non essere la stessa persona in quanto anche l'opera "Scritto di Shang" (*shangshu* 尚書), probabile fonte usata da Sima Qian per comporre la sua opera, li indica come due persone distinte. Vedi *Shangshu* 31

²⁰ SJ 4.1343

compito principale dei *wu* era, tuttavia, quello di effettuare esorcismi; essendo capaci di comunicare con gli spiriti avevano il potere di soggiogarli e scacciarli se erano “spiriti malvagi” (*gui* 鬼). I *wu* erano pertanto impiegati principalmente durante i rituali per esorcizzare gli spiriti causa della siccità e indurre le piogge esponendosi davanti alle divinità. L’esposizione consisteva nell’innalzarsi su una pira infuocata offrendosi in sacrificio.²¹ Un altro tipo di esorcismo compiuto dai *wu* aveva come obiettivo la liberazione delle persone possedute dai demoni per curarle.

In questo periodo, probabilmente, era già diffusa la credenza per cui alcune malattie fossero causate dalla possessione di demoni e dunque, l'unico metodo per guarire una persona era effettuare un esorcismo. Coloro che praticavano questi esorcismi erano indicati, nelle iscrizioni risalenti all’epoca Shang, anche con il carattere *Yi* 醫,²² che può essere reso con il termine “guaritori”.²³ Nei periodi successivi costoro vennero chiamati “sciamani-guaritori” (*wuyi* 巫醫)²⁴ per distinguerli dagli *yi*, ovvero coloro i quali guarivano senza esorcismi. Tali pratiche di guarigione e di divinazione, oltre alle conoscenze che si trovavano alla base delle varie tecniche, almeno fino al periodo “Stati combattenti” (*Zhanguo shidai* 戰國時代; 453 a.C. - 222 a.C.), erano trasmesse come parte dell’eredità familiare.²⁵ Questo metodo di diffusione del sapere mette in luce il carattere esoterico delle tecniche e delle pratiche che si muovevano tra il mondo dei vivi e l’occulto, riguardanti la divinazione e la guarigione.

Durante l’epoca Zhou, i *wu* rimasero delle figure centrali nella vita del popolo, in alcuni regni assolvevano incarichi governativi legati ai riti (*li* 禮), il cuore pulsante della burocrazia. In particolare essi si occupavano dei rituali per la pioggia e di tutti quei rituali per scacciare demoni e spiriti appellandosi, tramite questi alle divinità; è probabile che avessero un ruolo anche nei sacrifici *Feng* 封 e *Shan* 禪 svolti per celebrare la floridità del regno.²⁶ Il loro impiego e la loro importanza a corte andò progressivamente diminuendo in quanto, a seguito della diffusione del confucianesimo, i riti divennero

²¹ Xuyet (1976) p.196. Per ulteriori informazioni riguardanti i rituali di esposizione in Cina vedere Shafer (1951).

²² Harper (1998) p. 43

²³ Sebbene in un contesto moderno tale termine sia più opportuno tradurlo con la parola “medico”, ho scelto di rendere tale carattere utilizzando il termine guaritore in quanto, nell’antichità, la professione di curare i malati non aveva un carattere puramente scientifico ma era caratterizzato da una forte sfumatura magica.

²⁴ Harper (1998) p. 43

²⁵ Harper (1998) p. 46

²⁶ Successivamente tali sacrifici rituali vennero svolti al fine di segnare l’inizio di una nuova dinastia Per ulteriori informazioni riguardanti i sacrifici *Feng* e *Shan* vedere: Lippiello (1996), Bokenkamp (2002)

appannaggio degli ufficiali confuciani i quali si astenevano dal parlare di eventi straordinari e di divinità.²⁷

1.2 L'Yijing, il primo trattato di divinazione

L'epoca Zhou, e in particolare il periodo denominato “Primavera e Autunno” (*Chunqiu* 春秋; 770 a.C. - 454 a.C.), vide un incremento dell'interesse da parte dell'élite nei confronti dell'astrologia e della cosmologia, nonché della comprensione dei meccanismi che regolavano il mondo, l'universo e l'essere umano. Secondo la tradizione, durante questo periodo vennero sviluppati dal Duca di Zhou (*zhou gong* 周公) il *Classico delle odi* (*Shijing* 詩經), il *Classico dei documenti* (*Shujing* 書經 noto anche con il nome di *Shangshu* 尚書) e i nuclei fondamentali del *Libro dei Mutamenti* (*Yijing* 易經 noto anche con il nome di *Zhouyi*, 周易, d'ora in avanti *Yijing*). Quest'ultima opera è un trattato di divinazione basato su sessantaquattro esagrammi formati dall'unione di otto trigrammi costituiti dall'alternarsi di linee intere, o Yang 陽, e linee spezzate, o Yin 陰;²⁸ la creazione dei trigrammi e degli esagrammi è stata attribuita a Fu Xi. Il testo canonico dell'*Yijing* è costituito dal testo *Tuan* 彖, attribuito al Re Wen degli Zhou (*Zhou Wenwang* 周文王), che descrive il significato di ciascun esagramma sotto forma di giudizi, e dal testo *Yaoci* 爻辭 attribuito al Duca di Zhou che attribuisce un giudizio a ciascuna riga dell'esagramma: all'interno dell'opera ogni esagramma è seguito da un giudizio generale e uno particolare che concerne le linee che lo compongono.²⁹ Al testo canonico vennero poi aggiunti sette commentari noti con il nome di “Le dieci ali” (*Shiyi* 十翼) attribuiti a Confucio (*kongzi* 孔子, noto anche con il nome di *Kongfu Zi* 孔夫子 o *Kongqiu* 孔丘; 551 a.C. - 479 a.C.) il filosofo dello stato di *Lu* 魯 padre del Confucianesimo.³⁰

²⁷ *Lunyu* 7.21 afferma “Il Maestro non parlava mai di eventi straordinari, dell'uso della forza, di disordini e di divinità” Traduzione tratta da Lippiello (2006) p. 75

²⁸ In realtà i tipi di linee sono 4, le linee del giovane Yin e del giovane Yang sono considerate linee statiche, mentre quelle del vecchio Yin e del vecchio Yang sono considerate dinamiche che possono diventare intere o spezzate in base alla posizione che occupano all'interno dell'esagramma.

²⁹ Xuyet (1976) pp. 162-165

³⁰ *Ibid.*

L'*Yijing* fu da subito considerata un'opera fondamentale non soltanto per la divinazione poiché il suo carattere oscuro, cosmologico ed etico lo rese, nei secoli successivi, il testo dal quale furono originate teorie filosofiche e religiose. In particolare, all'interno dei commentari è sviluppata la teoria Yin e Yang, due principi opposti tra loro che, obbedendo alle proprie leggi, producono movimento e trasformazione continui. Il saggio è dunque colui che riesce a penetrare la volontà del Cielo in quanto è capace di comprendere i sessantaquattro trigrammi come espressione della trasformazione continua dell'universo generata da quella di Yin e Yang.³¹ Oltre ad affermare ciò, il commentario dell'*Yijing* intitolato "Grande commentario" (*Xici* 繫辭), spiega come da movimento e trasformazione continui derivano gli esagrammi, i quali sono l'immagine riflessa dell'universo, anch'esso derivato dalla divisione del *dao* in Yin e Yang. Viene dunque sviluppato il concetto per il quale il *dao* è la sintesi degli opposti che verrà poi mutuato dal Taoismo.

1.3 Lo sviluppo dei *fangshi* e la cosmologia correlativa

Il periodo Stati Combattenti venne così denominato poiché fu caratterizzato da una condizione di belligeranza tra i vari Stati presenti all'epoca sul territorio cinese. Durante questo periodo di disordine politico venne posta una maggior enfasi sul definire le tecniche di quantificazione del *dao*; ciò portò allo sviluppo della tendenza a razionalizzare le correnti di pensiero, dunque alla proliferazione dei Maestri, e favorì l'incremento della specializzazione delle conoscenze che si concretizzò con i "Maestri delle Tecniche" (*fangshi* 方士, d'ora in avanti *fangshi*) più raramente chiamati anche "Maestri delle Arti" (*fangshu* 方術, d'ora in avanti *fangshu*), ovvero specialisti del sapere.³²

Il discorso filosofico e quello tecnico non erano entità isolate ma si influenzarono a vicenda in particolare a partire dal terzo secolo a.C, quando la natura del corpo e dello spirito divennero un argomento di speculazione filosofica.³³ Alla base del discorso filosofico del periodo Stati Combattenti e dello sviluppo delle tecniche e arti dei *fangshi*

³¹ Xuyet (1976) p. 166

³² Harper (1998) p. 47

³³ Harper (1998) p. 112

vi era un interesse nei confronti della natura oltre a una integrazione armoniosa tra filosofia naturale e pratiche occulte,³⁴ ovvero quelle pratiche magico-religiose sviluppate dalle pratiche dei *wu*, in particolar modo dai meccanismi di interazione con il mondo oltre quello umano³⁵. Inoltre, il discorso filosofico e quello tecnico possiedono entrambi come fondamenta la cosmologia correlativa, che stabilisce precise correlazioni tra la natura, l'uomo e la società: l'uomo è il microcosmo che rispecchia il macrocosmo che è la natura e la società si modella su di essi.³⁶

Secondo i principi della cosmologia correlativa ciò che accomuna Natura, Uomo e Società è inizialmente il rapporto di Yin e Yang la cui mutazione continua dell'uno nell'altro genera il continuo mutamento di tutto l'universo. Questa teoria venne poi integrata, agli inizi del terzo secolo a.C., con il sistema “Cinque Fasi” (*Wu xing* 五行) ad opera di Zou Yan 騶衍 (305 a.C. - 240 a.C.). Costui era un esperto della teoria Yin e Yang e “avendo osservato a fondo il loro alternarsi, formulò delle teorie stravaganti e non ortodosse sul loro continuo mutamento” (*shenguan yinyang xiaoxi er zuo guai yu zhi bian*, 深觀陰陽消息而作怪迂之變),³⁷ all'interno di un'opera ormai perduta la quale è un compendio della storia a partire da Huangdi.³⁸ In questa opera Zou Yan osservò come dal momento della separazione di Cielo e Terra, le “Cinque Virtù” (*Wu de* 五德) si siano alternate di pari passo all'alternarsi dei governi.³⁹ Le Cinque Virtù non sono altro che le Cinque Fasi delle quali si parla per la prima volta all'interno del saggio *Grande piano* (*Hongfan*, 洪範) dello *Shangshu*. Sebbene a noi non sia giunta alcuna opera attribuita a Zou Yan, troviamo la sua dottrina all'interno del *Lushi-Chunqiu* 呂氏春秋.⁴⁰ Le Cinque Fasi sono rappresentate da Cinque elementi ai quali viene attribuito un colore specifico, queste si susseguono in continuazione secondo una logica di sopraffazione dell'una sull'altra: alla fase Terra-Giallo succede la fase Legno-Verde, questa viene poi sconfitta

³⁴ Harper (1998) p. 11

³⁵ Sebbene alcune pratiche magiche sembra che fossero diffuse in quasi tutti gli Stati del territorio cinese, Yue 越 e Song 宋 sono considerati gli stati nei quali le pratiche sciamaniche e magiche, dunque la religione sciamanica, erano più diffusi. Le persone di Yue, anche in epoca Han, erano considerate come più inclini alle pratiche magiche; pertanto gli specialisti provenienti da questa regione erano tenuti in gran conto.

³⁶ Graham (1989) pp. 313-370

³⁷ SJ 74. 2344

³⁸ Ibid

³⁹ Ibid

⁴⁰ La descrizione della teoria di Zou Yan è descritta nel capitolo 13 del *Lushi-Chunqiu* ed è tradotta in Xuyet (1976) pp. 15-16

dalla fase Metallo-Bianco sulla quale vince Fuoco-Rosso a sua volta annientata dalla fase Acqua-Nero.

La sintesi di Yin e Yang e Cinque Fasi creò i presupposti per un'ulteriore evoluzione delle varie tecniche proto-scientifiche durante la dinastia Qin e la Dinastia Han a opera dei *fangshi*. Sebbene all'interno della biografia del primo imperatore della Dinastia Qin (*Qinshi Huangdi*, 秦始皇帝) Sima Qian impieghi per la prima volta il termine *fangshi* per indicare coloro che si presentarono alla corte dell'Imperatore con la promessa di possedere le conoscenze per l'ottenimento dell'immortalità, la loro origine potrebbe essere più antica. Parte del loro sapere e delle loro pratiche sembra avere origine all'interno della cultura degli *wu*, in particolare per le pratiche esorcistiche. I *fangshi* erano per lo più maestri itineranti che diffondevano a selezionati discepoli il loro sapere scientifico e le proprie visioni politiche e militari,⁴¹ e molto probabilmente godevano dell'appoggio dell'élite. I *fangshi* a cui fa riferimento Sima Qian all'interno dello SJ erano tenuti in alta considerazione da alcuni membri dell'élite di epoca Han poiché avevano conoscenze in molti ambiti del sapere, in particolar modo quello scientifico.

I *fangshi* erano gli specialisti delle tecniche e arti che si svilupparono durante il periodo Stati combattenti ricoprendo vasti ambiti della scienza dell'epoca. Tali tecniche non sono basate solamente sulla filosofia naturale ma anche sul discorso sull'occulto,⁴² il loro obiettivo era dunque quello di comprendere e spiegare la realtà visibile e quella non visibile, l'ambito in cui agiscono l'uomo e gli spiriti, sebbene questi non siano entità separate. Le loro arti non erano dunque limitate al solo raggiungimento della condizione di immortalità, ma avevano come obiettivo la comprensione e il controllo dell'intero cosmo.

Le tecniche dei *fangshi*, sebbene abbiano come campi d'interesse vari e diversi aspetti del cosmo che pur si intersecano tra loro, presentano dei riferimenti culturali comuni.⁴³ Fondamento comune è il *dao* inteso come “via.” Ottenere il *dao* significa comprendere la “via”, ovvero il percorso ed il modo di procedere, del cosmo intero. Il *dao* è “la madre di tutto ciò che esiste sotto il Cielo” (*Tianxia zhi mu* 天下之母),⁴⁴ l'entità generatrice dell'unità indifferenziata che dividendosi forma le polarità opposte di Yin e

⁴¹ DeWoskin (1981) pp. 81-82

⁴² Per una discussione sul rapporto tra filosofia naturale e il discorso sull'occulto nel periodo Stati combattenti rimanda a Harper (1999) pp.813-814

⁴³ Alcuni di questi riferimenti riguardano la totalità delle Tecniche ed Arti, altri solo alcune.

⁴⁴ *Daodejing* 25, 6

Yang e quali a loro volta danno origine alla triade “Cielo-Terra-Uomo” (*Tian-Di-Ren* 天地人) a cui fa seguito la generazione delle diecimila cose.⁴⁵ Questa concezione del *dao*, sebbene sia scevra delle connotazioni religiose che assumerà con l'insorgere del taoismo durante la dinastia degli Han Orientali (*Dong Han* 東漢; 25 d.C. -220 d.C.), ha una forte caratteristica metafisica capace di renderlo centrale nel pensiero e nelle concezioni filosofiche, religiose e tecniche del periodo “Stati Combattenti”. Esso è il perno della cosmologia correlativa, l'origine del cosmo. Se il *dao* è l'origine, il *qi* è la sua emanazione e permea il Cielo, la Terra, l'Uomo e le diecimila cose. Il *qi* ha caratteristiche qualitative proprie di ognuna delle diecimila cose, e proprio questo essere comune a tutto lo rende una scala che può essere salita raffinando il proprio *qi* e mutandolo fino a renderlo *jing*.⁴⁶

Il termine *jing* era inizialmente un concetto religioso, indicava ciò che era puro e perfezionato, e assunse la connotazione fisiologica per la prima volta all'interno del saggio “Neiye” 內業 dell'opera Guanzi 管子, in collegamento con *qi* e *shen* 神 (spirito).⁴⁷ Questi tre termini non persero le loro caratteristiche religiose, e ciò contribuì alla formazione dell'idea di una similitudine tra uomo e spiriti. La capacità degli spiriti o dei demoni era ben nota sin dall'antichità e per scacciarli si ricorreva alle pratiche dei *wu*, la grande innovazione di questo periodo risulta essere la capacità dell'uomo di perfezionarsi e mutare fino a diventare simili agli *shen*. La produzione filosofica subendo una forte influenza religiosa, evidenziò un ampliamento del pantheon al cui interno vi erano, oltre agli *shen* anche personaggi leggendari, o semi-legendari, dell'antichità.

Ognuno di questi personaggi aveva delle caratteristiche peculiari e alcuni di questi erano collegati alle tecniche ed arti dei *fangshi*. Erano i patriarchi di una certa tecnica oppure l'avevano appresa dalle divinità per poi trasmetterla a discepoli selezionati, alcuni dei quali vennero a loro volta inclusi all'interno del pantheon. La trasmissione è infatti un elemento molto importante all'interno della cultura dei *fangshi*. Il loro sapere era considerato esoterico in quanto veniva trasmesso segretamente solo a discepoli scelti per mezzo di opere scritte, chiamate *fang-shu* 放書, alle quali era affiancata una trasmissione orale, elemento che conferiva al loro sapere una caratteristica esoterica. L'essere in possesso dei *fang-shu*, conoscere le formule in questi contenute e gli insegnamenti di un

⁴⁵ *Commentario Heshang gong al Daodejing (Daode zhanjing zhu* 道德真經諸, DZ 682) DZ 682.3.20.141a-141b

⁴⁶ Campany (2002), p. 18

⁴⁷ Harper (1998) p. 119

maestro erano gli attributi principali dei *fangshi*.⁴⁸ Questa peculiarità unitamente al loro ambito di azione favorirono l'opera di mecenatismo compiuta dall'élite nei loro confronti e l'interessamento di alcuni sovrani a circondarsi di questi specialisti.

Le tecniche e arti appannaggio dei *fangshi* possono essere raggruppate in due categorie basate sulla divisione delle opere letterarie all'interno del "Trattato sulle arti e la letteratura" (*Yiwenzhi* 藝文志) della "Storia dinastica degli Han Occidentali" (*Hanshu* 漢書, d'ora in avanti abbreviato in HS):⁴⁹ "Arti numeriche" (*shushu* 術數) e "Tecniche mediche" (*fangji* 方技). A queste si aggiunge un'ulteriore categoria che per alcuni aspetti è iscrivibile ai *fangshi*, per altri è più vicina alla cultura dei filosofi e degli ufficiali: "Tecniche belliche" (*bingjia* 兵家). L'inclusione della categoria delle tecniche belliche all'interno delle arti dei *fangshi* è dovuta all'importanza che l'osservazione dello Yin e dello Yang, del Cielo e l'attenzione al corretto susseguirsi delle Cinque Fasi, avevano nella pianificazione di campagne belliche ed attacchi militari.⁵⁰

1.4 Le arti numeriche dei *fangshi*

L'osservazione dell'alternanza di Yin e Yang, del Cielo e delle Cinque Fasi erano il cuore delle Arti numeriche. Queste derivano dalle conoscenze divinatorie e annalistiche di Xi 羲 ed Ho 和,⁵¹ e sono l'astrologia (*tianwen*, 天文), la compilazione del calendario (*lipu* 曆譜), la divinazione tramite gli steli di achillea ed i gusci di tartaruga (*shigui*, 蓍龜), la miscellanea di metodi divinatori (*zazhan*, 雜占) e infine il metodo delle forme (*xingfa*, 刑法).⁵²

⁴⁸ Harper (1998) p. 51

⁴⁹ Tale trattato rappresenta il catalogo della biblioteca imperiale, e suddivide i libri in "Classici" (*Liuyi*, 六藝), "Scuole di pensiero" (*zhuzi*, 諸子), "Trattati militari" (*bingshu*, 兵書), "Arti numeriche" (*shushu*, 術數) e "Tecniche mediche" (*fangji*, 方技)

⁵⁰ HS 30.1760

⁵¹ HS 30.1775.

Secondo lo SJ Xi ed Ho erano funzionari dell'imperatore leggendario Yao (*Yao* 堯) (circa 2200 a.C.) e la loro mansione era quella di osservare il cielo e formare un calendario dei mutamenti avvenuti in questo.

⁵² Sebbene questa differenziazione tra le varie arti e tecniche sia del primo secolo d.C., anno in cui fu compilato lo HS, ho scelto di mantenerla per indicare la differenziazione all'interno delle Arti numeriche poiché è l'unica giunta fino a noi che suddivide le varie arti di specializzazione secondo un'agenda coerente, e poiché tutte le discipline elencate risultano essere attestate in epoca "Stati Combattenti". Al tempo stesso ho eliminato dall'elenco l'apparato riguardante le cinque fasi in quanto, personalmente, ritengo questa

L'astrologia aveva come obiettivo l'osservare il Cielo al fine di individuare eventuali schemi ripetitivi nel movimento degli astri e annotare la loro posizione nei momenti fasti e in quelli nefasti così da poterli prevedere semplicemente osservando eventuali movimenti anomali dei pianeti.⁵³ L'astronomo era infatti capace di prevedere i momenti nefasti in quanto comprendeva i messaggi del Cielo e li traduceva nel linguaggio degli uomini. Essendo il *dao* di Cielo, Terra e Uomo correlati,⁵⁴ l'osservazione di fenomeni nefasti nel cielo significava che ci sarebbero stati problemi sotto il Cielo oppure, erano considerati conseguenze della cattiva condotta del Sovrano e perciò erano importanti indicatori per analizzare la condotta di un regnante e fornirgli indicazioni.

L'arte degli esperti nella compilazione del calendario era considerata "arte della Via" (*daoshu* 道術) attraverso la quale "i saggi comprendono il destino" (*shengren zhi ming* 聖人知命).⁵⁵ Costoro come gli astrologi erano capaci di prevedere calamità e prosperità. Al fine di determinare i calendari, l'inizio e la fine delle stagioni e il momento opportuno per i rituali, essi dovevano conoscere i momenti di congiunzione dei pianeti e il movimento del sole e della luna.⁵⁶ Tutti questi elementi sottostavano alla teoria delle Cinque fasi e Yin e Yang: una deviazione dallo schema definito di successione degli eventi porterebbe il disordine tra gli uomini. Il compito degli astronomi e dei compilatori dei calendari era di conseguenza quello di controllare che gli eventi si succedessero secondo i principi stabiliti e di annotare i vari eventi.⁵⁷ Gli esperti in tale area del sapere e gli astrologi erano i *fangshi* che, nel corso del tempo, attrassero maggiormente le attenzioni dei sovrani, unitamente agli specialisti nella divinazione tramite gli steli di achillea ed i gusci di tartaruga.⁵⁸ Costoro, come coloro che si occupavano di redigere i calendari derivano dai *wu* di epoca Shang. La divinazione per mezzo degli steli di achillea è il metodo di consultazione dell'*Yijing*: attraverso una accurata procedura si ottiene uno dei sessantaquattro esagrammi e la sua lettura, basata sul testo canonico e le sue appendici,

concezione alla base delle altre Tecniche numeriche; inoltre i libri contenuti in questa sezione sembrano essere, in riferimento ai titoli, per la maggior parte trattati tecnici e filosofici sul principio Cinque Fasi, sul principio Yin Yang e le loro influenze nel cosmo.

⁵³ HS 30.1765

⁵⁴ Xuyet (1976) p.177

⁵⁵ Ibid.

⁵⁶ Ibid.

⁵⁷ DeWoskin (1983) p. 6

⁵⁸ Ibid

fornisce il responso alla domanda posta.⁵⁹ Per ottenere un responso attendibile bisognava attuare prima la plastromanzia, in seguito il responso dato da questa pratica poteva essere confermato o meno dalla consultazione degli esagrammi attraverso il metodo degli steli di achillea. L'*Yijing* divenne dunque il principale manuale di divinazione per l'interpretazione del volere celeste.

Gli specialisti del metodo delle forme erano capaci di comprendere le forme e le misure ideali per la costruzione di una città, di una casa o di un muro; inoltre, basandosi sul suono e sulla lunghezza di uomini e di animali domestici, avevano la capacità di comprendere se questi fossero veramente un uomo o un animale domestico e non uno "spirito maligno" (*guishen* 鬼神). Coloro che avevano questa capacità erano capaci di vedere la vera natura di ogni essere vivente e percepire le presenze malevole in una stanza.⁶⁰ È molto probabile che costoro conoscessero tutti gli spiriti maligni o benigni sui quali avevano ricevuto informazioni dal loro maestro.⁶¹

Tra le altre tecniche divinatorie quelle che sembrano avere un'importanza maggiore sono l'arte dell'interpretazione dei sogni, l'arte di prevedere future sventure basata sull'apparizione di animali funesti, le tecniche per far scendere la pioggia e le tecniche di coltivazione del terreno basate sugli insegnamenti del divino Shennong.⁶² Le tecniche per far scendere la pioggia subirono in questo periodo l'influenza della cosmologia correlativa e dunque l'uomo, con le sue azioni, diviene in grado di garantire lo sviluppo della vegetazione sulla terra, provocando i mutamenti nel Cielo che portano alla pioggia. Tale arte, insieme ai metodi delle forme che permettevano di individuare gli spiriti che si erano impossessati di uomini o di animali domestici, trae le sue origini dalle arti magiche dei *wu* e conservarono tali caratteristiche magiche in maniera maggiore rispetto alle altre arti numeriche. Tra i Maestri delle arti numeriche sembra dunque esserci una divisione tra divinatori e "maghi", sebbene entrambi condividevano le basi culturali come la concezione di cosmologia correlativa, gli ultimi erano generalmente "divinatori free lance."⁶³ Anche le tecniche di coltivazione del terreno basate sugli insegnamenti del

⁵⁹ Per una descrizione più accurata del metodo di divinazione attraverso gli steli di achillea si rimanda a Xuyet (1976) pp. 168-170

⁶⁰ DeWoskin (1983) p. 15

⁶¹ La trasmissione della conoscenza di spiriti da maestro ad allievo è la parte centrale dei rituali di ordinazione taoista dei secoli successivi, ed è molto probabile che questa pratica abbia origine dalla trasmissione di conoscenze da maestro ad allievo propria dei *fangshi*.

⁶² DeWoskin (1983) pp. 1772-1773

⁶³ Dewoskin (1983) p.9

divino Shennong si inseriscono nel panorama culturale della cosmologia correlativa. I lavori agricoli erano considerati una cooperazione tra Cielo e Terra e i rituali agrari risultarono essere l'inserimento dell'Uomo tra queste due forze nelle vesti di garante dello sviluppo della vegetazione sulla terra e del movimento degli astri.⁶⁴ L'importanza data a questa tecnica di coltivazione della terra rispetto ad altre è, probabilmente, dovuta al fatto che questa viene fatta risalire all'antico e mitologico sovrano Shennong al quale è attribuita l'invenzione dell'agricoltura. Shennong avrebbe trasmesso questa a discepoli selezionati, e ciò la rese simile ad un *fang-shu* di formule esoteriche che potevano essere trasmesse solo a selezionati discepoli e non “alla persona non adatta” (*feiqiren* 非其人).⁶⁵ Tra le opere afferenti alla categoria delle tecniche numeriche ve ne sono alcune attribuite a personaggi mitologici dell'antichità e pertanto il valore attribuito dai *fangshi* a queste rispetto ad altre doveva essere maggiore: due opere sono attribuite a Shennong,⁶⁶ due opere riguardanti le arti della compilazione dei calendari sono attribuite all'imperatore leggendario Zhuan Xu 顓頊,⁶⁷ quattro opere sono attribuite a Huangdi.⁶⁸

A Huangdi sono attribuiti anche alcuni dei testi appartenenti alle Tecniche mediche in quanto tra il quarto secolo a.C. ed il primo secolo a.C. questi assunse le caratteristiche del “discepolo archetipo al quale i maestri esoterici rivelarono i segreti del cosmo,”⁶⁹ diventando così il primo discepolo a cui figure leggendarie e divinità impartirono gli insegnamenti riguardanti la cura della persona e le pratiche per mantenere e migliorare il proprio stato di benessere fino ad estendere la propria vita e, in alcuni casi, diventare *xian*.

⁶⁴ Xuyet (1976) p. 197

⁶⁵ Harper (1998) pp. 62-64

⁶⁶ L'opera in ventisette *pian* intitolata *Le cinque fasi del mondo ultraterreno di shennong* (*Shennong dayou wuxing* 神農大幽五) ed appartenente alle opere sulla teoria delle cinque fasi, l'opera in quattordici *pian* intitolata *Gli insegnamenti di Shennong sulla coltivazione del terreno nella forma di tian* (*shennong jiao tianxiang tu gengzhong* 神農教田相土耕種).

⁶⁷ *Tecniche calendriche di Zhuan Xu* (*Zhuanxu li* 顓頊曆) in ventuno *pian*, *Tecniche calendriche di ZhuanXu basate sulle Cinque fasi* (*Zhuanxu wuxing li* 顓頊五星曆) in quattordici *pian*.

⁶⁸ L'opera di astrologia in trentatré *pian* intitolata *I qi dell'universo* (*huangdi zaziqi* 黃帝雜子氣), l'opera calendrica *L'arte del calendario in cinque fasi di Huangdi* (*huangdi wujia li* 黃帝五家曆) in trentatré *pian*, l'opera sulle cinque fasi in venticinque *pian* intitolata *La teoria Yin-Yang di Huangdi* (*Huangdi Yinyang* 黃帝陰陽) e l'opera sull'interpretazione dei sogni in undici *pian* dal titolo *Tecnica dell'interpretazione dei sogni di huangdi* (*Huangdi zhangliu zhanmeng* 黃帝長柳占夢).

⁶⁹ Harper (1998) p.61 “He was the archetypal disciple to whom esoteric teachers revealed the secrets of the cosmos”

1.5 Le arti mediche dei *fangshi*

Le tecniche mediche derivano, anche queste, dall'azione degli sciamani-guaritori. Inizialmente le cause di tutte le malattie e i disturbi fisici erano ricondotte ai demoni e la cura era esorcizzare il paziente. Intorno al quarto secolo a.C. si era sviluppata la concezione secondo la quale il corpo è formato da componenti fisici e componenti spirituali,⁷⁰ di conseguenza la visione delle malattie non era più solamente legata agli spiriti ma, subendo l'influenza della cosmologia correlativa, divenne ontologica e fisiologica. Le teorie Yin e Yang e delle Cinque fasi erano dunque considerate applicabili anche all'organismo umano il quale venne considerato come una riproduzione del cosmo. I processi che avvengono all'interno del corpo umano, considerato un microcosmo, sono collegati a quelli del macrocosmo, e dunque ai processi dell'universo.⁷¹

L'acquisizione di queste teorie da parte degli specialisti nelle arti mediche avvenne gradualmente in un periodo di tempo che si estende tra la fine del periodo degli stati combattenti e il primo secolo a.C.. I manoscritti sulle tecniche mediche scoperti di recente a Mawangdui 馬王堆 mostrano scarse evidenze di tali teorie, le quali sono invece molto presenti all'interno del *Opera Esoterica di Huangdi* (*Huangdi neijing* 黃帝內經), la cui compilazione avvenne in un vasto arco temporale che va dal secondo secolo a.C. fino agli inizi del terzo secolo d.C..⁷² Ciò che permise l'applicazione della teoria Yin e Yang e delle Cinque Fasi al corpo umano fu lo sviluppo della teoria dell'origine fisiologica delle malattie.

Intorno al terzo secolo a.C. i praticanti delle tecniche mediche basavano le loro azioni sulla concezione che il benessere e la condizione di salute fossero dovuti alla libera circolazione di sangue (*xue* 血) e *qi* all'interno dei vasi (*mai* 脈).⁷³ Le malattie erano

⁷⁰ Harper (1998) p. 78

⁷¹ Harper (1998) p. 71

⁷² Unschuld (2003) p.2-3

Il catalogo della libreria imperiale presente all'interno dello HS cita un'opera con lo stesso nome in 18 *juan* tra i testi medici. Due secoli dopo tale opera non era più in circolazione ed è giunta fino a noi come un'opera composta da due testi: *Huangdi neijing suwen* 黃帝內經素問 e *Huangdi neijing lingshu* 黃帝內經靈樞. I successivi riferimenti a *Opera esoterica di Huangdi* saranno basati su *Huangdi neijing suwen*.

⁷³ La sempre crescente specializzazione nella medicina e nella sistematizzazione dei disturbi fisici che necessitano l'intervento di un medico portò ad uno sviluppo nella conoscenza della fisiologia dei vasi e di conseguenza il numero di vasi identificati all'interno del corpo umano aumentò. La teoria dei vasi si sviluppò, infatti, nel secondo secolo a.C. per le necessità di razionalizzare la comprensione delle malattie e

dunque individuate attraverso una diagnosi della funzionalità dei vasi e venivano generalmente curate, attraverso terapie mediche, farmaceutiche o macrobiotiche il cui obiettivo era quello di ripristinare il flusso di *qi* e sangue all'interno dei vasi. In altri casi si continuava a far ricorso alle pratiche magiche; in tali occasioni magia e medicina erano considerate le due facce della stessa medaglia. Le tecniche mediche di intervento sui vasi in caso di malattie dovute ad un problema nel loro funzionamento o a condizioni esterne quali i morsi di animali selvaggi prevedevano l'ingestione di erbe medicinali o decotti, la cauterizzazione (*jiu* 灸) e in alcuni casi la successiva incisione con "pietre appuntite" (*bian* 砭).⁷⁴ Solamente alla fine del terzo secolo a.C. si sviluppò l'agopuntura quale pratica che prevedeva l'applicazione aghi metallici chiamati *zhen* 鍼, in determinati punti del corpo detti *xue* 穴.⁷⁵ Tale pratica deriva dall'incisione dei vasi per mezzo delle pietre appuntite, i punti *xue* erano gli stessi nei quali il paziente veniva inciso e gli stessi dove si praticava la cauterizzazione; la cauterizzazione e l'agopuntura, infatti, venivano usate contemporaneamente dal medico Chunyu Yi 淳于意,⁷⁶ al quale sono attribuiti numerosi trattati medici all'interno dei quali vi è la prima sistematizzazione dei disturbi medici.

L'obiettivo primario delle tecniche mediche non era solamente quello di curare le malattie o qualunque situazione necessiti l'intervento di uno specialista, ma quello di prevenire l'insorgenza di tali disturbi e dunque vivere una lunga vita in salute; un buon medico era colui il quale, come Bian Que 扁鵲 (circa sesto secolo a.C.),⁷⁷ individuava le malattie prima che queste si manifestassero.⁷⁸ Non sempre l'origine di queste tecniche di prevenzione e cura è conosciuta, ma alcune di queste sono attribuite ai saggi dell'antichità che erano stati capaci di estendere la propria vita e raggiungere la condizione di *xian*, oppure a quelle divinità che avevano trasmesso tali conoscenze ad uno dei saggi dell'antichità dando così il via alla trasmissione terrestre di tali conoscenze. Le teorie fisiologiche su cui erano basate tali tecniche di prevenzione delle malattie e cura del proprio corpo funsero da base razionale per il culto della trascendenza, o culto *Xian*,

creare un sistema comune di conoscenza tra i vari *fangshi* e curatori dei vari regni. Per informazioni sullo sviluppo della teoria dei vasi si rimanda a Unschuld (2003) pp. 167-180.

⁷⁴ Harper (1998) p. 91

⁷⁵ Harper (1998) p. 92

⁷⁶ SJ 150. 2794-2820

⁷⁷ DeWoskin (1983) p. 19-20

⁷⁸ SJ 105. 2793 afferma come Bian Que aveva previsto le malattie che avrebbero colpito il marchese Huan di Qi 齊桓侯

sviluppatosi intorno al terzo secolo a.C..⁷⁹ Al tempo stesso le arti e la concezione del corpo umano erano basate su un'interpretazione esoterica del *Classico della Via e della Virtù* (*Daodejing* 道德經, d'ora in avanti *Daodejing*), considerato un manuale di coltivazione fisica, ovvero di “coltivazione di sé stessi” (*yangsheng* 養生); molta della terminologia medica ha, infatti, il suo *Locus Classicus* all'interno dell'opera scritta da Laozi.

Le arti di preservazione del proprio corpo mirate ad allungare la durata vitale, sebbene si influenzino a vicenda e spesso furono praticate insieme, possono essere suddivise in diete, tecniche di respirazione, arti sessuali (*fangzhong* 房中) e arti ginniche (*daoyin* 導引). Queste tecniche di coltivazione della propria vita erano praticate dall'élite e dagli adepti del culto *xian*. Questi ultimi non solo miravano a migliorare sé stessi, ma vedevano come fine ultimo di queste arti la trasformazione del loro corpo in spirito. È possibile che tali tecniche avessero influenzato il culto *xian*, o addirittura fossero la sorgente culturale da cui questo si originò, e che quest'ultimo avesse a sua volta influenzato la loro evoluzione e il loro successivo impiego da parte degli adepti taoisti. Coloro i quali miravano alla trascendenza, molto probabilmente, avevano una conoscenza più ampia di queste tecniche grazie agli insegnamenti trasmessi dal loro maestro oppure erano capaci di leggere il significato esoterico dietro tali insegnamenti, il quale era invisibile a coloro che non erano iniziati al culto *xian*.⁸⁰ L'obiettivo primo di tali tecniche, comune all'élite e a coloro che miravano all'ottenimento dello status di trascesi, era l'assunzione di *qi* e *jing*. Le tecniche di respirazione del *qi* dell'atmosfera, inteso come materia gassosa diffusa nel cosmo la quale concentrandosi all'interno di un organismo lo animava, prevedevano l'inalazione di questo e la sua all'interno del corpo. Le diete erano basate, invece, sulla concezione che il *qi* di determinati alimenti o droghe servisse per dare vitalità al corpo; le arti sessuali prevedevano che l'essenza Yin della donna rafforzasse l'essenza Yang dell'uomo il quale, praticando l'astensione dall'eiaculazione

⁷⁹ Harper (1998) p.114

⁸⁰ Il volume limitato di testi giunti fino a noi riguardanti tali pratiche e l'assenza, nel *corpus recepto*, di opere relative ai metodi di ottenimento dello stato di *xian* sono elementi che non permettono un'indagine approfondita sul rapporto tra tecniche di coltivazione della propria vita e metodi per il raggiungimento della trascendenza, e sulle differenze tra le pratiche degli adepti e quelle di uso generale. Le differenze tra i risultati desiderati dalle due tipologie di praticanti di tali arti (élite e adepti del culto *xian*) sono tuttavia individuabili nell'approccio che successivamente ebbero nei confronti di queste (in particolare nei confronti delle arti sessuali) élite e adepti taoisti: i primi volevano mantenere uno stato di salute, i secondi volevano realizzare l'ideale taoista e dunque erano viste come il modo attraverso cui far emergere lo spirito trascendente.

durante i rapporti sessuali, la conservava e la impiegava per rafforzare il proprio corpo.⁸¹ Infine le arti ginniche avevano come obiettivo la circolazione del *qi* in modo corretto all'interno del corpo.

I testi sulla coltivazione personale e sulle tecniche mediche scoperti a Mawangdui, insieme alle opere ritrovate all'interno della tomba 247 di Zhangjiashan 張家山,⁸² sembrano indicare l'attitudine dell'élite nei confronti di queste pratiche nel secondo secolo a.C.. Sebbene i testi sulle arti sessuali lì ritrovati siano i più antichi riferimenti a tali tecniche, il corpus di opere scavate contribuisce a definire quali fossero le varie tecniche mediche in uso durante gli Stati combattenti, la dinastia Qin e i primi anni della dinastia degli Han Occidentali. Le idee espresse in questi manoscritti sono presenti anche nelle successive teorie taoiste:⁸³ alcune pratiche, magiche e non, trovano corrispondenze nei rituali taoisti e nelle pratiche da questi compiuti non solo a livello linguistico.

Le arti mediche dei *fangshi*, sviluppate dalle pratiche esorcistiche dei *wu*, influenzate dalla teoria della cosmologia relativa e dal *Daodejing*, ebbero un ruolo fondamentale nello sviluppo della concezione che rendeva possibile l'allungamento della vita di una persona e di conseguenza ognuno era capace di divenire uno *xian*; pertanto i *fangshi* fornirono le basi per lo sviluppo del taoismo alla fine della dinastia degli Han orientali.

1.6 La persona divina come ideale degli *xian*

Un'altra opera che ebbe un notevole influsso sulle teorie di coltivazione personale, è il *Zhuangzi* 莊子. Questo testo aiutò a definire le caratteristiche dello *xian* e fornisce indicazioni sulle qualità e gli attributi associati a questi al tempo della sua compilazione.⁸⁴ Tale opera venne considerata un testo della scuola taoista già nel primo secolo a.C..⁸⁵

⁸¹ Harper (1987) p.548-549

⁸² Sito archeologico nella provincia cinese dello Hubei 湖北 scoperto nel 1983. La tomba 247 è stata datata metà secondo secolo a.C.

⁸³ Harper (1987) p. 554

⁸⁴ Sebbene all'interno dell'opera il termine *xian* è presente in sole due occasioni, coloro che successivamente vennero definiti tali hanno caratteristiche assimilabili all'"uomo perfetto" (*zhiren*, 至人), al seggio (*shengren*, 聖人), all'"uomo completo" (*zhenren*, 真人) e più di tutti all'"uomo divino" (*shengren*, 神人) descritti in vari aneddoti del *Zhuangzi*

⁸⁵ In HS 30.1730 l'opera è catalogata come opera taoista

Tradizionalmente è attribuita al filosofo Zhuang Zhou 莊周 (quarto secolo a.C.),⁸⁶ tuttavia è molto probabile che costui scrisse solo i primi sette capitoli dell'opera chiamati "capitoli interni" (*neipian* 內篇) e considerati il fulcro della sua dottrina. I successivi capitoli, ovvero i "capitoli esterni" (*waipian* 外篇) e i "capitoli miscellanei" (*zapiian* 雜篇), sono considerati aggiunte postume dei suoi discepoli i quali ampliarono quanto detto nei capitoli originali diventando un ponte tra la dottrina filosofica e i racconti dei secoli successivi.⁸⁷ L'opera si apre con la descrizione del "volo estatico"⁸⁸ di un pesce denominato Kun 鯀 dopo essersi trasformato nell'uccello Peng 鵬. Tale aneddoto si ricollega all'idea di *xian* in quanto questi, non solo erano stati capaci di estendere la loro durata vitale, ma avevano subito una trasformazione diventando capaci di "volare" o per meglio dire "librarsi in volo seguendo il vento" (*xian* 僊). Se la trasformazione del pesce Kun nell'uccello Peng è materiale, la trasformazione degli *xian* è interna, realizzano di essere parte integrante dell'universo nello stesso modo in cui questo è parte di loro. Il vento su cui si libra il volo Peng è lo stesso degli *xian* ed è il *qi* del vento piuttosto che la forza della natura nella sua componente materiale.

Il Zhuangzi, concentrandosi sulla liberazione dalle costrizioni sociali per seguire la propria vera natura, afferma come l'uomo seguendo il *dao* agirà secondo questo e quindi seguirà il concetto di "non-azione" (*wuwei* 無為) espresso da Laozi. Tale visione venne successivamente implementata: il saggio che voleva ottenere lo stato di *xian*, doveva ritirarsi dalla vita pubblica su una montagna per praticare la vita ascetica. Non tutti coloro che godevano dello stato di *xian* avevano praticato la vita ascetica, molti di loro erano stati anche sovrani, funzionari o addirittura commercianti, per questo motivo la necessità di vivere isolato dal mondo fisicamente è sempre stata argomento di discussione.⁸⁹ L'elemento che non venne messo in discussione fu l'importanza di agire

⁸⁶ SJ 62.2143-2146

⁸⁷ Watson (1968) pp. 14-15

⁸⁸ Graham (1987) p. 8 associa il "volo estatico" ed il vagare espressi all'interno dell'opera al "viaggio psichedelico" degli anni sessanta del secolo precedente, piuttosto che ad un vero e proprio volo.

⁸⁹ La discussione riguardante l'importanza del vivere una vita ascetica al fine di ottenere lo stato di *xian* prima, e di saggio taoista dopo continuò nel corso delle varie dinastie al punto che il poeta Bai Juyi 白居易 (772–846) decretò la capacità di isolarsi svolgendo il proprio impegno burocratico il miglior modo per condurre una vita ascetica: "L'ascetismo più elevato si ha a corte, quello di più basso livello si ha nell'eremo su una collina. L'eremo sulla collina è desolato, la corte è caotica, non come l'eremitismo mediano: isolarsi dal mondo mantenendo il proprio impiego burocratico" (*Dayin zhu chaoshi, xiaoyin ru qiufan. qiufan tai lengluo, chaoshi tai xiaoxuan. Buru zuo zhongyin, yin zai liusiguan*, 大隱住朝市, 小隱入丘樊。丘樊太冷落, 朝市太囂宣。不如作中隱, 隱在留司管)

secondo *ziran* e *wuwei*, dunque secondo il *dao*. I personaggi valutati positivamente da Zhuangzi e poi ripresi dal culto *xian* e dal taoismo erano coloro i quali, come il cuoco Ding (*Paoding*, 庖丁)⁹⁰ erano capaci di concentrare l'attenzione sulla situazione nel suo intero e dimenticare sé stessi diventando parte del cosmo così da agire spontaneamente, senza le costrizioni imposte dalla conoscenza formale. Le energie spontanee devono prima essere educate al fine di evitare l'uso del cuore per pensare, l'uso dei nomi per categorizzare e percepire le azioni come aventi un inizio e una fine.⁹¹

Il *Zhuangzi* all'interno del primo capitolo descrive un uomo divino il quale divenne l'archetipo dell'uomo che aveva ottenuto la trascendenza. Tale personaggio di cui non è fornito il nome vive sul monte Guye 姑射⁹² “ si astiene dai cinque cereali ma [al posto del cibo] respira vento e beve rugiada” (*bushi wugu, xifeng yinlu* 不食五穀, 吸風飲露), si muove sulle nuvole o sul dorso di un drago per viaggiare anche oltre il mondo conosciuto e la sua capacità di controllare il *qi* lo rende abile nel prevenire le malattie altrui.⁹³ Per diventare simili a costui era necessario sviluppare la propria *virtus* (*de* 德) al punto da poter abbracciare le diecimila cose come fossero un tutt'uno.⁹⁴ L'astensione dai cereali è la più importante delle tecniche dietetiche per l'ottenimento dello stato di *xian* e viene qui associata, come in altri testi, alle tecniche di respirazione, oltre che alla percezione di un'unità tra Uomo, Cielo e Terra così come avviene nella cosmologia correlativa.

Gli elementi che gettarono le basi per la formulazione dell'idea di *xian* come stato che può essere raggiunto derivano, dunque, dalla funzione degli sciamani e dei loro rituali i quali furono in seguito parzialmente mutuati dai *fangshi*. Questi fondendo tali elementi con la teoria della cosmologia correlativa svilupparono un sistema esoterico-scientifico che consentiva la comprensione del cosmo e la coltivazione di sé stessi al fine di comprendere e ottenere il *dao* decantato all'interno del *Daodejing* dunque divenire simile all'uomo divino e all'uomo perfetto di Laozi.

⁹⁰ *Zhuangzi* 3.117-124

⁹¹ Graham (1987) p. 7

⁹² *Liezi* 2.44-46 colloca le montagne di Guye in “un arcipelago tra il fiume Giallo ed il Mare” (*haihe zhou zhong* 海河洲中) e fornisce un'ulteriore descrizione dello *shenren* descritto da Zhuangzi.

⁹³ Molto probabilmente questo elemento si riconduce alla sua conoscenza delle arti mediche quali arti per prevenire le malattie.

⁹⁴ *Zhuangzi* 1. 30

2. Le tecniche per raggiungere lo stato di *Xian* nei primi anni dell'Impero

Le arti mediche dei *fangshi*, sviluppate dalle pratiche esorcistiche dei *wu*, influenzate dalla teoria della cosmologia relativa e dalle opere appartenenti alla scuola del *dao*, il *Daodejing* e il *Zhuangzi*, ebbero un ruolo fondamentale nello sviluppo della concezione secondo la quale ognuno era capace di divenire uno *xian* seguendo un determinato regime di vita. Questa concezione divenne in parte la base per lo sviluppo della concezione taoista del corpo umano e del cosmo sviluppata alla fine della dinastia Han.

Coloro i quali avevano una ampia conoscenza delle pratiche per estendere la propria durata vitale erano per la maggior parte praticanti itineranti che cercavano supporto tra gli aristocratici. Questi ultimi erano più interessati della gente comune ad ottenere la lunga vita e divennero i mecenati di tali figure. I testi ritrovati nella tomba numero tre a Mawangdui, appartenente ad un giovane membro della famiglia Li 利 morto nel 168 a.C., dimostrano come l'interesse nei confronti di tali pratiche, probabilmente per i risultati che dichiaravano di ottenere, era diffuso all'interno dell'élite che metteva in pratica gli insegnamenti di queste tecniche nella vita privata.

2.1 Lo sviluppo del culto *xian* e della Via Huang-Lao

Il patronaggio dei *fangshi* al fine di apprendere le loro tecniche e ottenere la lunga vita fu in seguito anche parte della politica culturale di alcuni imperatori, in particolare del fondatore dell'Impero cinese Qin Shi Huangdi, e dell'imperatore Wu degli Han (Hanwudi 漢武帝; r. 140 a.C. -87 a.C.). Qin Shi Huangdi volendo ottenere l'immortalità tanto per la sua dinastia quanto per se stesso, si circondò di *fangshi* prevalentemente provenienti dal conquistato stato di Yan 燕, i quali “praticavano la Via degli *xian*” (*weifangxiandao*, 為方僊道) ed altre tecniche.¹ Egli inviò, inoltre, un gruppo di *fangshi*

¹ SJ 28.1368,1369

alla ricerca della “droga della vita eterna degli *xian*” (*xianrenbusizhiyao*, 仙人不死之藥) e organizzò una spedizione di mille persone per raggiungere le isole *Penglai* 蓬萊, *Fangzhang* 方丈 e *Yingzhou* 瀛洲 le quali erano considerate la dimora degli *xian*.² L’Imperatore Wu, volendo anche lui ottenere la vita eterna e cogliere i segreti degli *xian*, su indicazione del medico-*fangshi* Li Shaojun 李少君, iniziò i preparativi per “il sacrificio alla divinità della fornace” (*cizao*, 祠竈),³ inviò un gruppo di *fangshi* sull’isola *Penglai* a cercare i *xian*, e iniziò i preparativi per la trasformazione del cinabro in oro, pratica svolta da *Huangdi* che permette di poter vedere i *xian* e, se seguita dal compimento dei sacrifici *Fang* e *Shan*, permette di non morire.⁴

La politica culturale dei due imperatori fu, molto probabilmente, influenzata dalle teorie della “Via Huang-Lao” (*Huanglaodao*, 黃老道).⁵ Queste teorie si svilupparono a partire dal periodo Stati combattenti integrando le dottrine espresse da *Laozi*, all’interno del *Daodejing*, con quelle attribuite a *Huangdi*. Quest’ultimo, non solo era considerato il discepolo ideale a cui gli immortali consegnarono i loro insegnamenti per raggiungere lo stato di *xian*, ma era anche il fondatore dello stato, l’imperatore che coltivò il Dao riuscendo a diventare *xian* e l’antenato che creò la cultura.⁶

La Via Huang-Lao era una teoria di governo che attribuiva a quest’ultimo le stesse caratteristiche del cosmo; se la cosmologia correlativa metteva in relazione Uomo, Natura e Società e dunque la triade Uomo Cielo e Terra derivata dalle polarità opposte di Yin e Yang, ora questi avevano le stesse strutture ma la loro interdipendenza era più flebile. Secondo gli aderenti a questa Via, solamente colui il quale metteva in pratica le tecniche di coltivazione personale al fine di mantenere uno stato di salute eccellente era capace di fare esperienza del Dao e ottenerlo. Avendo raggiunto una tale posizione di superiorità, egli poteva diventare un sovrano perfetto in quanto agiva secondo il principio di *wuwei* e non era turbato dai sentimenti e dal mondo esterno; diveniva come i saggi sovrani dell’antichità. Il sovrano perfetto della Via Huang-Lao aveva la capacità e l’autorità a regnare su ciò che ha un nome per concessione di ciò che non è definibile: il *dao* gli

² SJ 6.252 e 247

³ Per ulteriori riferimenti alla “divinità della fornace” (*zaoshen* 竈神) si rimanda a Stein (1972)

⁴ SJ 12. 455

⁵ Queste teorie sono identificate anche con l’appellativo “Daoismo Huang-Lao.” Personalmente ritengo che l’utilizzo del termine Daoismo sia, in questo contesto, anacronistico.

⁶ Cao (2007) p.57-58

concede il mandato a regnare sulle cose che hanno un nome, siano questi oggetti tangibili o intangibili.⁷

La pratica del *dao*, unitamente all'obbedire alle regole e ai divieti intrinseci in questo e dunque comportandosi secondo la natura intrinseca permetteva di fare esperienza del *dao* stesso ed ottenerlo. Le tecniche di coltivazione personale della Via Huang-Lao avevano come obiettivo l'unificare *jing* e *shen*, assicurare che tutte le azioni fossero conformi al *dao* secondo l'ordine e le trasformazioni di Yin e Yang e pertanto godere di una vita lunga quanto quella di Cielo e Terra.⁸

La formazione della Via Huang-Lao avvenne in contemporanea ad una maggiore sistematizzazione delle arti mediche. Nel campo della medicina, a partire dalla fine degli Zhou ed in particolare con l'unificazione dell'Impero, avvenne una sempre maggiore sistematizzazione nella concezione della fisiologia e le malattie vennero associate in prevalenza a fattori che potevano essere bene identificati, riducendo il carattere magico. La causa di ciò può essere ricondotta alla necessità di costruire una nuova idea del corpo umano che rispondesse ai cambiamenti ciclici riscontrabili in natura, ovvero secondo la ciclicità Yin e Yang, dei Cinque Elementi e, in particolar modo delle stagioni; eziologie arbitrarie come insetti e demoni non erano più accettati. Tale sistematizzazione dell'interno dell'uomo ha il suo corrispettivo all'esterno, ovvero alla sistematizzazione dell'impero e della burocrazia.⁹

Il processo di sistematizzazione medica e la formazione della via Huang-Lao avvennero, inoltre, durante il periodo nel quale le arti dei *fangshi* per ottenere la vita eterna e le tecniche adoperate dagli adepti del culto *xian* per l'ascensione vennero rilette alla vita privata delle persone. Le tecniche di circolazione del *qi*, le arti sessuali e le diete promosse dai *fangshi* riscontrabili nei manoscritti di Mawangdui e Zhang jiashan non sono presenti all'interno dei testi medici di epoca Han. Tale assenza è sintomatica del fatto che queste tecniche erano già all'epoca associate a un'idea religiosa di igiene macrobiotica e le pratiche per l'ottenimento dello stato di *xian*, dunque non potevano

⁷ Cao (2007) p.7

⁸ SJ 13. 3289,3292.

Gli studi sui manoscritti riconducibili alla Via Huang-Lao hanno permesso di identificare quanto scritto da Sima Tan in riferimento alla "Scuola del Dao" (*Daojia*, 道家)

⁹ Unchuld (2003) nell'analizzare i contenuti del testo medico *Huangdi neijing* 黃帝內經素問 mette in evidenza quali furono i mutamenti della scienza medica e cerca di tracciarne le cause.

essere accettate nel nuovo sistema terapeutico basato, come l'Impero, sul valore confuciano di ordine.¹⁰

Questa differenziazione tra i *fangshi* che praticavano tecniche e arti con finalità religiose e i *fangshi* che facevano riferimento alle nuove concezioni avanzate dallo sviluppo della medicina e dalla Via Huang-Lao è evidente all'interno dello SJ: i primi sono descritti come reazionari, figure che facevano riferimento alla magia e oscuravano la mente dei loro seguaci portando l'Impero alla rovina; i secondi erano considerati promotori di una visione che rispettava i valori Confuciani.

Il ritrovamento di manoscritti dedicati alle tecniche per l'allungamento della durata vitale e l'importanza sempre crescente che ebbe il culto *xian* dalla fine del periodo Stati combattenti unitamente alla descrizione del patrimonio librario contenuto all'interno della Libreria Imperiale della Dinastia Han descritto nello HS, confermano come queste tecniche e arti continuarono ad occupare un posto di rilievo nella vita degli intellettuali, dunque dei funzionari. Prendendo in considerazione il fatto che le tecniche dei *fangshi* per allungare la vita, ovvero le tecniche di circolazione del *qi*, le arti sessuali e le diete, vennero escluse dalla nuova medicina e relegate al reame magico-religioso, non è da escludere la possibilità che queste e le tecniche del culto *xian* conversero formando un corpus di arti atte ad ottenere il *dao* e dunque trascendere avendo ottenuto lo stato di *xian*.¹¹ Queste erano praticate nella vita privata da funzionari e da persone del popolo, piuttosto che da *fangshi*.¹² I praticanti delle tecniche *xian* erano iniziati a queste da un Maestro il quale possedeva tali conoscenze e le trasmetteva, sotto forma scritta e orale, solo a discepoli scelti. Questi Maestri vennero chiamati anche con il nome "Maestri del *dao*" (*daoshi* 道士, d'ora in avanti *daoshi*); tale definizione denota come questo insieme di credenze, pratiche e i rituali di trasmissione possa essere definito Taoismo *ante litteram*.¹³

Coloro che praticavano queste tecniche non si limitavano a seguirne una sola ma la maggior parte degli adepti le praticava in contemporanea. Non solo venivano praticate

¹⁰ Unschuld (2003) p. 329

¹¹ Per tali motivi, da questo punto in avanti, tali tecniche e arti nella loro generalità verranno definite in questa tesi anche come "tecniche *xian*".

¹² Non esistono testimonianze riguardanti l'orientamento delle persone del popolo nei confronti di queste, tuttavia ritengo che la presenza di figure altre rispetto ai funzionari all'interno delle agiografie degli *xian* e il fatto che, spesso, i *fangshi* operavano tra la gente comune e non solo a corte siano un'indicazione non trascurabile dell'ampia diffusione di queste tecniche e arti in tutti gli strati della società.

¹³ Seidel 2008 (tr. Lothar von Falkenhausen) p.148

in contemporanea ma anche il linguaggio di queste si sovrappone in molti punti. La finalità ultime di queste pratiche psicosomatiche è l'eliminazione del *qi* stagnante e la conservazione di quello puro che avviene tramite la circolazione e purificazione del *qi* ingerito, condizione sine qua non poter ottenere la *virtus* (de, 德), fondersi con il *dao* e divenire *xian*.¹⁴

Ad oggi non sono state ritrovate opere o altri oggetti che possono indicarci una eventuale gerarchia nella loro pratica durante il periodo Han occidentali, tanto meno è possibile identificare quale sia la più antica tra loro: la tradizione fa risalire tali tecniche agli *xian* dell'antichità oppure direttamente agli *shen* i quali trasmisero queste ad un discepolo scelto, generalmente identificato con Huangdi.

Nelle pagine successive, dopo una descrizione delle caratteristiche attribuite agli *xian* durante le prime due dinastie dell'Impero, verranno descritte alcune tecniche *xian*: le diete, le arti sessuali e infine le tecniche di circolazione del *qi*. La scelta di analizzare queste tecniche e non altre è dovuta alla presenza di largo materiale su queste.¹⁵

2.2 Le caratteristiche degli *xian* alla formazione dell'Impero

L'unificazione dell'Impero da parte della Dinastia Qin pose quest'ultima davanti alla necessità di dover ridefinire un apparato burocratico stabile e unificato per l'intero territorio. La necessità di stabilizzazione e riorganizzazione non fu limitata all'apparato burocratico del reame degli uomini, ma si estese anche a quello delle divinità le quali vennero gradualmente organizzate secondo la burocrazia imperiale ridefinendo la "burocrazia soprannaturale."¹⁶ Agli inizi dell'Impero le divinità erano notevolmente aumentate rispetto all'epoca Shang, e possono essere divise in tre categorie: universali, regionali e locali.¹⁷ Tra queste divinità non vi erano solamente le divinità naturali come

¹⁴ Seidel (1997) p. 42-44

¹⁵ Sebbene le fonti per un'analisi di queste ai giorni nostri non siano limitate come qualche decennio fa, è indubbio che futuri scavi archeologici e ricerche potrebbero ampliare ulteriormente la nostra conoscenza di tali tecniche.

¹⁶ Seidel (1997) p. 44

¹⁷ Raz (2004) pp. 51- 108. Sebbene questa divisione si basa su quella effettuata da Raz il quale divide i culti del primo periodo Imperiale su quattro livelli, associazioni di culto minori (small cultic associations), culti locali (local cultic center), culti generale (general cultic center) e culti universali (universal cultic center), gli ultimi due livelli sono stati qui accorpati in un unico. Tale scelta è scaturita dal fatto che, per questa discussione, non sia importante la presenza o meno di supporto della Corte imperiale dietro ad un culto, ma si vuole solamente evidenziare la differente diffusione geografica.

la Stella Polare (*weidou*, 維斗), quelle dell'antichità come Fu Xi o la Regina madre d'occidente (*Xiwangmu*, 西王母), ma erano presenti anche coloro che avevano ottenuto la trascendenza come per esempio Laozi o altri *xian* i quali non subirono un processo di deificazione così preponderante.¹⁸ Con il termine burocrazia soprannaturale viene identificato dunque, in questo periodo storico, il reame burocratizzato dei morti che si trova all'interno delle Montagne sacre: gli esseri umani erano semplicemente bloccati in questa replica del mondo umano,¹⁹ assumendo varie funzioni, mentre gli *xian* come le divinità erano superiori a questo sistema e lo presiedevano.

L'elemento che accomuna questi abitanti superiori della burocrazia celeste è espresso all'interno del *Zhuangzi*: ottenere il *dao* che non agisce e non ha forma, che può essere trasmesso ma non ricevuto, che esisteva prima di Cielo e Terra ma non invecchia.²⁰ Già a partire dal periodo degli Stati Combattenti, dunque, l'ottenimento del *dao* era la condizione *sine qua non* poter essere inclusi nella burocrazia celeste. Il raggiungimento di questo stato si manifesta con diversi tipi di mobilità, alcuni salirono verso il Cielo come Huangdi, altri raggiunsero le isole sulle quali dimorano gli immortali e stabilirsi lì, presero dimora sulle montagne oppure erano capaci di volare sulle nuvole o sui fiumi. La mobilità verso l'alto è evidenziata dalle componenti del carattere *xian*: l'uomo e la montagna dove l'uomo entra in una montagna oppure si eleva oltre la montagna. Questa incredibile mobilità è dovuta alla capacità di tali figure di purificare il loro *qi* fino a renderlo estremamente puro, ciò li rende capaci di controllare tutti gli elementi materiali e diventare un tutt'uno con loro. Il *qi* di queste persone è dunque equivalente al *qi* primordiale (*yuanqi*, 元氣) il quale aggregandosi in maniera diversa origina le centomila cose. Gli *xian*, dunque, diventano capaci di equiparare il proprio *qi* a quello che pervade tutte le cose, che si trova all'origine di queste, e non più solamente a quello dell'uomo. Questo elemento risulta evidente anche all'interno dei voli estatici, nella capacità di volare sulle nuvole o di richiamare per porre sotto il proprio controllo i demoni e gli spiriti e persino di far discendere sulla terra i draghi (*long*, 龍); alcuni degli *xian* preminenti, infatti ascesero al cielo sul dorso dei draghi come Huangdi.

Il volo è espressione dell'affinità che c'è tra gli *xian* e gli uccelli. I primi sono spesso rappresentati nelle immagini sulle pareti delle tombe oppure nelle statuine

¹⁸ Per un'analisi approfondita sul processo di deificazione di Laozi si rimanda a Seidel (1969), per ulteriori informazioni sulla Regina madre d'occidente si rimanda a Fracasso (1988).

¹⁹ Robinet (1979) p. 53; Seidel (1987) p. 228

²⁰ Zhuangzi 6.246-247

funerarie di epoca Han con il corpo coperto di piume mentre cavalcano delle nuvole di *qi*.²¹ Altre volte, invece, sono rappresentati come persone zoomorfe, simili ad uccelli o con altre caratteristiche animali, per esempio gli occhi quadrati o le orecchie allungate. Costoro, molto probabilmente, mutarono la loro forma con l'assimilazione e purificazione del *qi*. Le divinità della più remota antichità avevano caratteristiche fisiche distinte rispetto agli uomini comuni e non si sa se sono stati generati in tal modo oppure sono stati in grado di mutare la loro forma fisica come avvenne per gli *xian* in epoche successive. L'immagine spesso associata a coloro che praticavano le arti per divenire trascendenti, oppure avevano raggiunto tale stato, è quella di persone capaci di mutare la propria forma. Questa abilità di mutare è collegata al continuo mutare della natura, nel ciclo di Yin e Yang e delle Cinque Fasi: avendo raffinato il *qi* e fatto esperienza del *dao*, costoro erano capaci di modificare la consistenza e l'organizzazione del proprio *qi* a seconda delle situazioni, facendo proprio il mutamento (*bianhua*, 變化). Il mutamento è ciò che li rende capaci di entrare nel fuoco e non bruciare, di entrare nell'acqua e non annegare, di volare sulle nuvole; come il *dao* che può essere duro o morbido, Yin o Yang, oscuro o luminoso, egli costantemente trasforma, disperde e concentra il proprio *qi*, ovvero se stesso.²²

Il corpo di colui che ha purificato il *qi* diviene come luce e ombra allo stesso tempo, come il sole e la luna, ed emana fasci di luce brillanti che annunciano il suo avvicinarsi. Interiorizzando la luce egli riesce a percepire la vera forma di tutte le cose affinché ciò che naturalmente è invisibile diventi manifesto.²³ Lo *xian* è dunque capace di vedere spiriti e divinità che normalmente sarebbero nascosti all'uomo comune e di palesare o nasconde sé stesso agli occhi degli uomini in base alle circostanze.

Il *Zhuangzi* associa queste caratteristiche all'"Uomo completo" (*zhenren*, 真人), termine usato come sinonimo di *xian* anche all'interno della letteratura Han.²⁴ Allo stesso modo lo *Huainanzi* 淮南子, opera compilata da numerosi *fangshi* riuniti alla corte del principe Liu An di Huainan (*huainan wang liuan*, 淮南王劉安) (179 a.C. - 122 a.C.), descrive gli Uomini completi, i Saggi e gli "Uomini perfetti" (*zhiren*, 至人) come persone capaci di ignorare gli stimoli esterni e trarre la propria *virtus* dal *dao* rendendoli

²¹ Sulla rappresentazione degli *xian* nelle tombe di epoca Han e precedenti si rimanda a Lai (2015) e James (1996)

²² Isabelle Robinet (1979) p. 40

²³ Robinet (1985) p. 91-94

²⁴ Raz (2004) p.110

indifferenti alle emozioni e alla morte percepita non come la fine della vita ma come una trasformazione, il ritorno alla condizione originaria prima della nascita.²⁵

L'ottenimento di una estesa durata vitale e l'ascensione al Cielo seguita dall'ottenimento di una posizione nella burocrazia sovranaturale accomunano tutti gli *xian*, ciò che li distingue è la modalità di ascensione. Coloro che ascendono senza lasciare tracce di sé sulla terra erano considerati *xian* di ordine superiore rispetto a coloro i quali, pronti per la trascendenza rimangono sulla terra o raggiungono tale stato *post mortem*: non tutti coloro che hanno raggiunto lo stato di *xian* ascendono immediatamente lasciando le proprie componenti "biodegradabili"²⁶ nel reame umano, e non tutti lo ottengono in terra.²⁷ Questi ultimi sono gli adepti meno perfezionati i quali apparentemente muoiono ma diventano *xian* nel palazzo dell'Estremo Yin situato a Nord dell'universo per poi assumere il loro posto nel mondo soprannaturale. Questo processo avviene generalmente in tre fasi: prima diventano esseri viventi dalla durata vitale estesa, successivamente trascendono e diventano parte della burocrazia soprannaturale.²⁸ L'ascensione è dunque un mutamento, l'uomo diviene allineato con Cielo e Terra.²⁹ Tale sistema di differenziazione degli *xian* basata sulla loro ascensione si sviluppò tra il primo e il secondo secolo d.C. e venne anche maggiormente articolato nei secoli successivi. Le pratiche che portano un uomo a diventare *xian* hanno, invece, un elevato livello di sviluppo già agli inizi dell'Impero, in particolare risultano preminenti le arti sessuali, le diete e le pratiche di circolazione del *qi* considerate successivamente pratiche di meditazione.

2.3 Le arti sessuali.

²⁵ Huainanzi 7

La visione della morte come trasformazione è collegata anche alla concezione delle due anime di un individuo: l'anima *po* 魄 (anima terrestre e Yin) e l'anima *hun* 魂 (anima celeste e Yang). Questa divisione delle anime, di cui si ha traccia a partire dal *Commentario di Zuo alle Cronache delle primavere ed autunni* (*Chunqiu zuozhuan* 春秋左傳), prevede che dopo la morte l'anima *po*, collegata al corpo materiale, si aggiri intorno alla tomba del defunto per poi ritornare alla terra, mentre l'anima *hun*, collegata allo spirito, ritorna al cielo e dunque subisce una trasformazione, non una conclusione.

²⁶ Seidel (1987) p. 230

²⁷ Kohn (1990) p. 1

²⁸ Kohn (1990) pp. 2-3

²⁹ Puett (2002) p. 213

Le arti sessuali (*fangshu*, 房術) per nutrire sé stessi erano diffuse già durante il periodo Stati combattenti. Tra i manoscritti ritrovati a Mawangdui quattro di questi sono dedicati alle arti sessuali praticate durante il periodo Stati Combattenti, Qin e Han. Prima che tali documenti venissero alla luce, le uniche informazioni che si avevano su tali arti erano i titoli delle opere, presenti nella sezione “Centro della Camera” (*fang zhong*, 房中) del trattato dello HS sui libri presenti all’interno della Biblioteca Imperiale dove le arti sessuali sono definite “la più alta espressione della propria natura e il reame del Tao” (*fangzhongzhe qigxingzhiji, zhidaozhiji* 房中者情性之極至道之際).³⁰ Nessuna delle opere annotate nello HS sulle arti sessuali sono giunte fino a noi tuttavia è plausibile che i manoscritti di Mawangdui esemplificano i contenuti di tali opere.³¹ L’obiettivo di tali opere è quello di descrivere il modo corretto di avere rapporti sessuali i quali se sono troppo frequenti o vengono eseguiti impropriamente portano alla morte prematura.

L’origine delle arti sessuali non è omogenea; osservando i titoli delle opere presenti all’interno dello HS è possibile notare come queste siano attribuite a personaggi semi-mitologici dell’antichità i quali erano associati anche con altre pratiche di igiene macrobiotica. Tra questi vi è lo *xian* Rong Cheng 容成, secondo la tradizione maestro di Huangdi, al quale è attribuita l’opera in ventisei *zhuan* intitolata *Via dell’Yin di Rong Cheng* (*Rong Cheng Yindao* 容成陰道), gli Imperatori mitologici Yao 堯 e Shun 舜 ai quali è attribuita un’opera in ventitré *zhuan* intitolata *Via dell’Yin di Yao e Shun* (*Yao Shun Yindao* 堯舜陰道), ai due sovrani Shang Tang 湯 (circa 1675 a.C. – circa 1646 a.C.) e Pan Geng 盤庚 (circa 1401 a.C. – circa 1373 a.C.) è attribuita l’opera in venti *zhuan* intitolata *Via dell’Yin di Tang e Pan Geng* (*Tang Pan Geng Yindao* 湯盤庚陰道) e infine vi è Huangdi al quale è attribuita un’opera in venti *zhuan* intitolata *Formule di Huangdi e dei Tre Sovrani per nutrire lo Yang* (*Huangdi sanwang yang Yang Fang* 黃帝三王養陽方).³² Al periodo Han vengono fatte risalire altre due opere, organizzate per dialoghi, nelle quali due *xian*, ancelle della Regina Madre d’occidente, trasmettono a Huangdi i principi della coltivazione personale attraverso le arti sessuali: la prima è intitolata *Classico dell’ancella Immacolata* (*Sunü jing*, 素女經) nella quale l’ancella Sunü istruisce Huangdi, la seconda è intitolata *Classico dell’ancella Oscura* (*Xuannü jing*, 玄女經) dove

³⁰ HS 30. 1778-1779

³¹ Harper (1987) p. 541

³² HS 30. 1778

a impartire gli insegnamenti è l'ancella Xuannü.³³ Anche all'interno dei manoscritti di Mawangdui, in particolare l'opera alla quale è stato attribuito il titolo di *Le dieci domande* (*Shiwen* 十問)³⁴ e organizzata sotto forma di dialoghi tra un adepto e il suo insegnante, tali arti sono attribuite a personaggi semi-mitologici dell'antichità: Huangdi ricevette gli insegnamenti sulle arti del “coito con Yin” (*Jie Yin* 接陰) da Da Cheng 大成 e Cao Ao 曹熬,³⁵ Yao ricevette gli insegnamenti sulle arti sessuali da Shun,³⁶ lo *xian* Wangzi Qiao 王子喬 ricevette gli insegnamenti sulla “cura del pene” (*Juan zhi baoai* 脛之葆愛) dallo *xian* Peng Zu 彭祖³⁷ e Pan Geng ricevette gli insegnamenti sulla “Via del coito con Yin e nutrirsi del *qi* degli *shen*” (*Jie Yin shi shenqi zhi dao*, 接陰食神氣之道) da Gou Lao 耆老.³⁸

La pratica delle arti sessuali aveva come obiettivo l'assorbimento di *qi* e *jing*: il *jing* Yin proprio del sesso femminile, durante i rapporti sessuali, fortifica il *jing* Yang proprio del sesso maschile. L'uomo può fortificare il suo *jing* solo astenendosi dalla dispersione del seme (indicato anch'esso con il carattere *jing*, 精): trattenendo la sua essenza sessuale sviluppata durante il coito, egli la immette in circolazione nel proprio corpo fortificandolo, ovvero raffinando il proprio *qi*. Egli può fare ciò con la pratica del *coitus conservatus*, dopo l'orgasmo femminile l'uomo estrae il pene impedendo il proprio orgasmo, oppure attuando il *coitus thesauratus*, premendo sull'uretra al momento dell'eiaculazione, in questo modo non vi è dispersione di liquido seminale ma ritorna in circolazione all'interno del corpo.³⁹ La pratica di ritenzione seminale, o di “eccitazione senza dispersione” (*dong er buxie* 動而不瀉) al fine di coltivare se stesso nella letteratura tradizionale viene chiamata anche “riappropriarsi dell'essenza seminale e rifornire il cervello” (*huanjing bunao* 還精補腦), in quanto l'eiaculazione era considerata causa di

³³ Xuan Nu e Su Nu sono considerate due ancelle di Xiwang Mu

³⁴ Wei; Hu (1992) pp.93-129

³⁵ Wei; Hu (1992) p.98, 101

Da Cheng è un personaggio misterioso al quale è attribuito un insegnamento all'interno del *Zhuangzi*. Cao Ao è un nome non attestato all'interno della letteratura ricevuta.

³⁶ Wei; Hu (1992) pp.110-112

³⁷ Wei; Hu (1992) pp.112-116

Il manoscritto non identifica tali personaggi come *xian* ma, in epoca Han erano considerati tali; inoltre Wangzi Qiao è identificato con l'appellativo Wangzi Qiaofu 王子巧父, l'identificazione tra i due è stata effettuata in fase di trascrizione dell'opera.

³⁸ Wei; Hu (1992) p.117

Gou Lao non è un nome attestato nella letteratura ricevuta

³⁹ Needham (1983.5.5) p. 199

stanchezza e di decadimento del corpo, non un atto catartico.⁴⁰ Gli insegnamenti che Cao Ao trasmette a Huangdi nell'opera *Dieci Domande* consistono nella descrizione dei benefici scaturiti dall'astenersi dall'eiaculazione praticando “i nove arrivi senza dispersione” (*jiuzhi wu xing*, 九至勿星): la vista e l'udito migliorano, la voce diventa più chiara, la pelle diviene luminosa, la schiena diventa imperturbabile, le cosce e il sedere diventano di forma quadrata, il vapore passa libero tra i vasi, la vita diventa priva di calamità, si allunga la propria durata vitale e infine si diventa capace di illuminare il proprio spirito, ovvero diventare *xian*.⁴¹

Tra i *qi* dell'uomo quello Yin legato al pene è, secondo Peng Zu, il più importante e se viene impiegato impropriamente “muore” prima dell'uomo. Per questo motivo una attenta cura dei genitali unita alle altre pratiche di circolazione del *qi* e ad una parsimonia nella pratica del coito, non solo allungano la vita dell'uomo ma gli consentono di viaggiare liberamente.⁴² Questa è una delle caratteristiche associate agli *xian*.

Il coito non è solamente una pratica che nutre il *qi* maschile ma nutre anche quello femminile: la donna, durante l'atto sessuale, completa il ciclo delle “dieci intermissioni” (*shisi*, 十巳).⁴³ Queste rappresentano gli stadi della trasformazione dell'essenza sessuale femminile la quale diviene sempre più concentrata durante il rapporto.⁴⁴ Tale concentrazione di *jing* è necessaria anche per ripristinare quella perduta con le emorragie mestruali (*yuejing*, 月經); ogni mese la donna perde *jing* che deve riprendere attraverso le pratiche di coltivazione personale per poter ottenere una lunga vita e, in caso, ascendere. Per l'uomo il seme è considerato il suo *qi* più importante, allo stesso modo il *jing* che la donna produce con l'orgasmo è il *qi* femminile fondamentale.⁴⁵

Per l'uomo e per la donna l'attivazione del *jing* sessuale fa fluire, nell'intero corpo, *qi* purificato.⁴⁶ Questi benefici possono essere ottenuti solamente se la congiunzione di Yin e Yang avviene secondo le regole che dettano i movimenti e le azioni da compiere anche prima di compiere la penetrazione. I manoscritti *Congiungere Yin e Yang* (*He Yin*

⁴⁰ Wile (1992) p.5

⁴¹ Wei; Hu (1992) p.98

⁴² Wei; Hu (1992) p.105 attribuisce questo a MWSVI.A.4 (Wei; Hu (1992) pp.104-110), tuttavia concordo con Harper (1987) p.400 che il *jian* 41 di tale manoscritto sia quello conclusivo di MWSVI.A.6(Wei; Hu (1992) pp.112-116) e i *jian* 52-59 associati a MSVI.A.6 siano in realtà parte di MSVI.A.4

⁴³ Wei; Hu (1992) p.135

⁴⁴ Harper (1987) p. 591

⁴⁵ Umekawa (2003) p. 9

⁴⁶ Wile (1992) p.6

Yang, 合陰陽)⁴⁷ e *Discussione della Via Superiore nel Mondo* (*Tianxia zhidao tan*, 天下至道談)⁴⁸ ritrovati a Mawangdui descrivono le varie posizioni e le accortezze da tenere nella penetrazione: angolazione, profondità e frequenza. L'obiettivo di queste accortezze è di fare in modo che l'uomo conservi il suo *jing* e acquisti quello femminile, pertanto è la donna che guida l'atto sessuale con lo scopo di produrre nuovo *jing* tenendo per sé quello migliore e trasmettendo il resto al partner.⁴⁹ È la donna che con le sue reazioni, ovvero gli "otto movimenti" (*badong*, 八動),⁵⁰ indica all'uomo come agire e mostra a lui come circola il *qi* fino a raggiungere lo stato di "Vasta completezza" (*dazu*, 大卒).⁵¹

Tale potenza del coito deriva dalla procreazione, dal "piantare il proprio seme" (*zhongzi*, 種子) per dare origine ad una nuova vita; per coloro i quali praticavano le arti sessuali per raggiungere lo stato di *xian*, la congiunzione di Yin e Yang era più importante della procreazione in quanto attraverso questa potevano generare in loro stessi un embrione divino dal quale sarebbe emerso lo spirito trascendente.⁵² Sebbene l'idea della formazione di un embrione spirituale appare solo all'interno di letteratura più tarda rispetto ai manoscritti di Mawangdui, non è da escludere la possibilità che tale visione fosse nella sua fase di sviluppo durante la Dinastia Han. Resta tuttavia evidente l'importanza dell'atto sessuale in Cina come mezzo di nutrire sé stessi.

I manoscritti di Mawangdui sono la più antica fonte ad oggi conosciuta sulle arti sessuali; questi non solo forniscono preziose informazioni sulle indicazioni per congiungere Yin e Yang al fine di nutrire il proprio *qi*, ma forniscono informazioni anche sulla cura dei propri organi genitali, su come curare l'impotenza (*buqi*, 不起) e aumentare il desiderio femminile (*yigan*, 益甘) oltre a fornire delle ricette per favorire il rapporto sessuale (*bianjinnei*, 便近内) e descrivere l'anatomia della vagina.⁵³ I termini utilizzati

⁴⁷ Wei; Hu (1992) pp. 130-133

⁴⁸ Wei; Hu (1992) pp.141-157

⁴⁹ Umekawa (2003) p. 10

⁵⁰ Wei; Hu (1992) p. 133; Wei; Hu (1992) p.51

⁵¹ Wei; Hu (1992) p.135

Harper (1998) p.421.4 identifica questo stato come la completezza di un ciclo, ovvero dell'atto sessuale, tuttavia è possibile che il significato denoti la completezza del ciclo di nutrimento e fortificazione del proprio *qi*.

⁵² Kristofer Schipper (1978) p.370-71

⁵³ Wei; Hu (1992) pp. 10,13 (Harper 1998 pp. 328,329) sulla disfunzione rettile; Wei; Hu (1992) p.20 (Harper 1998 p. 334) sul modo corretto di lavare il pene; Wei; Hu (1992) pp.23-25 (Harper 1998 p. 336,337) sull'aumentare il desiderio sessuale femminile; Wei; Hu (1992) pp.27-29 (Harper 1998 pp. 339,340) sul favorire il rapporto sessuale; Wei; Hu (1992) p. 61 (Harper 1998 p. 359) è considerato una rappresentazione della vagina.

per indicare i genitali maschili e femminili sono vari all'interno dei manoscritti di Mawangdui, alcuni di questi rappresentano un linguaggio poetico ed esoterico, mentre l'uso dell'espressione "varco oscuro" (*xuanmen*, 玄門) per indicare la vagina deriva dall'espressione "varco del femminile oscuro" (*xuanpin zhimen*, 玄牝之門) che si trova nella stanza sei del *Daodejing*, e l'utilizzo della dicitura "infante scarlatto" (*chizi*, 赤子) per identificare il pene trova il suo *locus classicus* all'interno della stanza cinquantacinque del *Daodejing*. Anche altri termini che fanno riferimento alla coltivazione del sé hanno un significato esoterico e traggono la loro origine dal libro attribuito a Laozi.

Le arti sessuali, erano ritenute una delle tecniche principali per poter purificare il *qi*, tuttavia queste non erano appannaggio dei soli adepti del culto *xian* ma venivano considerate pratiche di igiene macrobiotica e venivano impiegate nella vita privata da quei funzionari che patrocinavano i *fangshi* per nutrire la propria vita, senza mirare all'ascensione. I materiali a noi giunti, inoltre, attestano come queste arti non potevano da sole contribuire all'ottenimento del Dao da parte del praticante ma dovevano essere affiancate dalle tecniche di circolazione del *qi*, con le quali molte volte condividono il linguaggio esoterico, e all'assunzione di determinate droghe secondo un preciso regime dietetico.

2.4 Le tecniche di circolazione del *qi*

Il termine tecniche di circolazione del *qi* è riferito a tutte quelle pratiche che, per allungare la propria durata vitale e fare esperienza del Dao, miravano a purificare il proprio *qi* e farlo circolare nel corpo in maniera autonoma. La differenza tra queste tecniche e le arti sessuali è dunque quantitativa, per le ultime servivano due persone, le prime sono tecniche da svolgere in solitaria. Con il termine tecniche di circolazione del *qi* ci si riferisce alle pratiche di assorbimento di questo attraverso la respirazione (*fuqi*, 服氣), di circolazione del *qi* attraverso la meditazione (*xingqi*, 行氣) e di esercizi ginnici (*daoyin*, 導引). Queste tre pratiche erano tutte praticate autonomamente e avevano come obiettivo l'assunzione, la purificazione e la circolazione del *qi* puro per poter allinearsi con Cielo e Terra e fare esperienza del *dao*, ovvero ritornare al proprio principio originario.

L'origine di queste sembra essere antecedente al quarto o terzo secolo a.C.. In questo periodo il *Daodejing* attribuito al Laozi era considerato, da una larga fetta dei *fangshi* e dagli appartenenti al nascente culto *xian*, un manuale esoterico di coltivazione personale. Tale testo infatti include molti riferimenti alla coltivazione personale, tuttavia solamente chi aveva ricevuto gli insegnamenti da un maestro era capace di comprendere affondo quanto espresso all'interno dell'opera. Ciò che differenzia i praticanti di tali tecniche per ottenere lo status di trascendente e chi le considerava semplici pratiche di igiene personale è riscontrabile nella natura dei primi: questi sono superiori alla gente comune e al pari delle divinità, hanno determinate caratteristiche fisiche, una vita estremamente longeva, appaiono giovani nonostante l'età avanzata e possono modificare sé stessi.⁵⁴

Un altro testo che fa riferimento alla coltivazione personale per l'ottenimento di uno stato superiore a quello degli uomini comuni è il capitolo quarantanove del *Guanzi* 管子 intitolato *Neiye* 内業. Questo testo fa riferimento al *dao* come qualcosa che può essere ottenuto, del quale si può fare esperienza, poiché “il *dao* è proprio ciò con cui l'uomo coltiva il proprio cuore-mente e con cui corregge le forme” (*Daoyezhe [...] suoyi xiuxiner zhengxinge* 道也者 [...] 所以脩心而正形也).⁵⁵ Secondo l'autore del *Neiye* colui che era capace di coltivare sé stesso interiormente e comprendere la vera natura di tutti i diecimila esseri poteva fare esperienza del *dao*. La coltivazione personale è il mezzo per concentrare dentro di sé il *jing*, ovvero il *qi* che è l'origine della vita e della conoscenza, e non disperderlo. Questo processo può avvenire solo se l'adepto individualmente entra in armonia con tutto ciò che lo circonda, comprende il ciò che pervade tutto il cosmo e ottiene la liberazione.⁵⁶

L'opera *Shiwen* riprende i concetti espressi dal *Neiye* di accumulazione e liberazione all'interno del dialogo tra Huangdi e Rong Cheng.⁵⁷ Huangdi interroga il suo maestro sulla formazione della vita, su cosa scaturisce la morte, sul perché alcune persone muoiono precocemente mentre altre hanno vita lunga e conclude chiedendogli la ragione per cui il *qi* delle persone a volte è contratto e altre è espanso. La risposta che fornisce Rong Cheng può essere considerata il manifesto delle pratiche di circolazione del *qi*. Tale risposta inizia esprimendo un concetto fondamentale: la Via per una vita estesa nel tempo

⁵⁴ Company (2009) p. 48

⁵⁵ *Guanzi* 49.776

⁵⁶ Puett (2002) p. 112

⁵⁷ Wei; Hu (1992) pp.104-110,113 (Harper 1998 pp. 393-399)

sta nel relazionarsi con Cielo e Terra. Il loro *qi* mensilmente si esaurisce e si rigenera e l'uomo, per ottenere una lunga vita deve rifarsi alla natura di questi e metterla in pratica all'interno del proprio corpo. Colui che mette in pratica ciò diviene un "uomo del *dao*" (*Daozhe*, 道者) il quale è superiore anche ai Saggi (*shengren*, 聖人).⁵⁸ L'origine di Cielo e Terra è collegata a "ciò che non ha evidenza" (*wuzheng*, 無徵), "ciò che non ha forma" (*wuxing*, 無形) e "ciò che non ha corpo fisico" (*wuti*, 無體).⁵⁹ Colui che riesce a coltivare il proprio *qi* e a concentrare il suo *jing* accumula "ciò che non ha evidenza" attraverso tecniche di respirazione della "rugiada dolce" (*ganlu*, 甘露) e la conseguente circolazione della saliva concentrata del tipo "sorgente di giada" (*yaochuan*, 瑤泉) e "coppa luminosa" (*lingzun*, 靈尊).⁶⁰ Il *locus classicus* per "rugiada dolce" è la stanza trentadue del *Daodejing*, mentre la "sorgente di giada" è un riferimento al "laghetto di giada" (*yaochi*, 瑤池) del Monte Kunlun dove risiede la Regina madre d'occidente. Questi elementi sono esemplificativi del carattere esoterico di tali pratiche e testi: solamente colui il quale, grazie agli insegnamenti di un maestro, conosceva il significato oscuro dietro tali parole poteva comprendere il vero significato dei testi e il modo corretto di svolgere le tecniche.

Rong Cheng procede poi ad elencare i risultati della pratica di respirazione svolta all'alba (*chaoxi* 朝息), di quella svolta durante il giorno (*zhouxi* 晝息), di quella del tramonto (*muxi* 暮息) e infine di quella da svolgere a mezzanotte (*banye zhi xi* 半夜之息). La respirazione all'alba permette di allinearsi con il Cielo: trattenere il *qi* che si è ispirato ed espirare quello stanziato nel corpo durante la notte permette di irradiare luce.⁶¹ La respirazione del giorno deve essere leggera e permette al *qi* di circolare liberamente nei vasi,⁶² mentre la respirazione svolta al tramonto deve essere profonda e lenta, così da comprendere le forme degli spiriti terrestri e celesti.⁶³ Dopo tale respirazione si può dormire e svegliarsi poi a mezzanotte per una respirazione lenta e profonda; solamente per quest'ultima respirazione, l'autore, indica esplicitamente la posizione da tenere.⁶⁴ Queste sono le pratiche di accumulazione del *jing* attraverso la coltivazione del *qi* da

⁵⁸Wei; Hu (1992) p. 104 (MSVI.A.4 *jian* 26-27, Harper (1998) p. 393)

⁵⁹ Ibid. (MSVI.A.4 *jian* 27-28, Harper (1998) p. 393)

"Ciò che non ha evidenza," "ciò che non ha forma" e "ciò che non ha corpo fisico" sono epiteti del Dao attestati all'interno del *Guanzi* e dello *Huainanzi*.

⁶⁰ Wei; Hu (1992) p. 104 (MSVI.A.4 *jian* 28-29, Harper (1998) p. 394)

⁶¹ Wei; Hu (1992) p. 105 (MSVI.A.4 *jian* 33-35, Harper (1998) p. 396)

⁶² Ibid. (MSVI.A.4 *jian* 35-36, Harper 1998 p. 396)

⁶³ Ibid. (MSVI.A.4 *jian* 36-37, Harper 1998 p. 396)

⁶⁴ Ibid. (MSVI.A.4 *jian* 37-38, Harper 1998 p. 396)

eseguire giornalmente secondo il ciclo di dispersione e accumulazione, ovvero l'alternarsi del giorno e della notte, senza permettere alle emozioni di disperdere ciò che non deve essere disperso; e dunque morire prematuramente. L'uomo che, con queste pratiche ha penetrato il *dao*, può controllare vita e morte, dunque vivere a lungo e comprendere Cielo e Terra così da diventare simile ad uno spirito, si muove sfiorando le nuvole e può effettuare la “Liberazione dalla forma” (*xingjie*, 形解).⁶⁵

La liberazione dalla forma, cui fa riferimento Rong Cheng, è probabilmente la pratica legata al concetto di liberazione espresso all'interno del *Guanzi* ed è la stessa praticata dai *fangshi* chiamati a corte da Qin Shi Huangdi.⁶⁶ La “liberazione dalla forma” è collegata alla pratica di “liberazione dalle spoglie mortali” (*shijie*, 尸解) dei secoli successivi: entrambe le pratiche denotano la trasformazione di una persona comune in un essere trascendente o *xian* a seguito di una preparazione, ovvero la pratica degli esercizi di coltivazione personale. La prima, tuttavia, indica che il corpo materiale dell'adepto si dissolve e scompare, essendo quindi un tipo di ascensione senza morte, mentre la seconda implica la morte e la conseguente presenza del cadavere o di altri oggetti simbolici che fungevano da “cadavere illusorio” nel reame umano, divenendo quindi un tipo di ascensione *post-mortem*.⁶⁷ La letteratura ricevuta fornisce informazioni sulla liberazione dal cadavere attestando la presenza di diverse tipologie di esecuzione e nel terzo e quarto secolo d.C. viene considerata la modalità di ascensione degli *xian* di più basso livello, gli “*xian* per liberazione dalle spoglie mortali” (*shjiexian* 尸解仙).⁶⁸ Per quanto riguarda la tecnica di “liberazione dalla forma”, questa non sembra definire una categoria inferiori di immortali in questo contesto, ma semplicemente la culminazione di un percorso di purificazione del *qi* e dunque lo stadio precedente alla conoscenza del *dao* e al divenire *xian*.

Il concetto di “eliminare il vecchio e accogliere il nuovo” (*tugu naxin*, 吐故納新)⁶⁹ è presente anche all'interno del *Zhuangzi* dove viene associato a movimenti quali “soffiare e inalare” (*Chuixu*, 吹噓) e “espirare e inspirare” (*huxi*, 呼吸) e ad alcune

⁶⁵ Wei; Hu (1992) p. 113 (MSVI.4 *jian* 54-57, Harper 1998 pp.397-398)

⁶⁶ SJ 28.1368,1369

La pratica viene chiamata da Sima Qian “liberazione dalla forma dissolvendosi e trasformandosi” (*xingjie xiaohua*, 形解銷化)

⁶⁷ Cedzich (2015) p. 11

⁶⁸ *Baopuzi* 2.18

⁶⁹ Nelle opere successive questa formula si trova abbreviata con i soli due caratteri *tuna* 吐納 per esprimere l'assorbimento del *qi* positivo e l'eliminazione di quello vecchio e stantio presente nel corpo.

pratiche ginniche come pratica di coloro che miravano a vivere una vita lunga come Pengzu.⁷⁰ Espirare e inspirare erano considerati i due tempi della respirazione: l'espiazione (*xi*, 吸) tende verso l'alto ed è Yang, appartiene dunque alla "regione superiore del corpo" (*shangbu*, 上部) che comprende cuore e polmoni; l'inspirazione (*hu*, 呼)⁷¹ tende verso il basso ed è Yin, appartiene dunque alla "regione inferiore del corpo" (*xiabu*, 下部) che comprende fegato e reni. Quando si respira l'aria inspirata scende direttamente verso fegato e reni, passa poi per la milza e da qui risale ai polmoni e al cuore per essere espulsa.⁷² Tale circolazione del respiro riproduce all'interno del corpo il movimento cosmico di Yin e Yang, diventando un vero e proprio microcosmo riflesso del cosmo esterno.⁷³ Affinando la propria respirazione, un uomo non respira più semplicemente aria ma *qi* puro, con questo coltiva se stesso raffinando se stesso, in modo da diventare come le divinità che dimorano sulle isole e gli antichi saggi.⁷⁴ Per poter affinare la propria respirazione serve tuttavia conoscere come il *qi* circola all'interno del proprio corpo; gli adepti del culto *xian* nel terzo e secondo secolo a.C. avevano pertanto conoscenze mediche.

Un'altra conoscenza fondamentale che costoro dovevano avere corrisponde alla circolazione del *qi* nel mondo, nella sua evoluzione annuale e giornaliera. Quest'ultima come quella umana è composta da due tempi: il "qi vivo" (*shengqi*, 生氣) rappresentate lo Yin corrispondente al giorno, e il "qi morto" (*siqui*, 死氣) rappresentante lo Yang corrispondente alla notte.⁷⁵ Comprendere l'orario giusto in cui praticare le respirazioni del *qi* è dunque fondamentale per immagazzinare e conservare solo il *qi* necessario a coltivare sé stessi e dunque trasformarsi. Il manoscritto *Eliminare i cereali e nutrirsi di qi* (*quegu shiqi*, 卻穀食氣) ritrovato a Mawangdui è una delle prime opere a descrivere un regime stagionale di pratiche di respirazione dalle quali poteva beneficiare solo chi

⁷⁰ Zhuangzi 15.536

⁷¹ Despeaux (1995) indica come *hu*, oltre ad essere il termine standard per l'esprire, è uno dei "Sei respiri" (*liuzi jue*, 六子訣) e indica un soffiare l'aria con le labbra a forma di cerchio. Gli altri respiri sono *si* 呬 ovvero una leggera esalazione a labbra socchiuse, *he* 呵 che indica un respiro forte a bocca aperta accompagnato da un suono gutturale, *xu* 嘘 espirazione delicata e profonda a bocca aperta, *chui* 吹 uno sbuffo a labbra leggermente aperte e *xi* 嘻 una soffice e profonda esalazione a labbra socchiuse. Per ulteriori informazioni si rimanda a Despeaux 1995 e Maspero 1981 p. 497-498.

⁷² Maspero (1937) p. 183,184

⁷³ Robinet (1993) p. 85

⁷⁴ Robinet (1993) p.84

⁷⁵ Maspero (1937) pp.354,355

seguiva determinate accortezze dietetiche, e dunque non assumeva più cereali.⁷⁶ Il manoscritto presenta numerose lacune, tuttavia afferma come il crepuscolo e l'alba sono i momenti nei quali effettuare la respirazione e che in base alla stagione non solo la tipologia di *qi* da assumere e da rifiutare cambia ma risulta differente anche la quantità di quelli permessi. Il rapporto tra adepti del culto *xian* e *fangshi* è dunque molto stretto: i primi avevano esportato le conoscenze dei secondi su un piano più religioso senza tradire le basi scientifiche alla base di queste sviluppate dai *fangshi* sul corpo umano e sull'alternanza di Yin e Yang nell'universo.

Le pratiche di respirazione erano spesso associate con le pratiche ginniche. Queste ultime, movimenti leggeri del corpo per raggiungere varie posizioni mentre si guida il proprio *qi* all'interno del corpo, erano generalmente impiegate per alleviare disturbi fisici: il carattere *yin* 引 del binomio *daoyin* 導引, termine utilizzato per indicare queste tecniche, è impiegato nell'accezione di "tirare fuori (il dolore)" o il rafforzamento del *qi*.⁷⁷ Tra i testi ritrovati a Mawangdui vi è lo *Immagini di esercizi ginnici* (*daoyin tu*, 導引圖) che rappresenta quarantaquattro figure in varie posizioni ad ognuna delle quali è attribuito un nome.⁷⁸ Molte delle figure e i loro titoli sono danneggiati, ma i titoli che sono pervenuti integralmente sembrano indicare come alcune di queste siano usate per curare dei disturbi fisici, mentre altre erano indicate come routine di igiene macrobiotica.⁷⁹ Alcuni titoli fanno riferimento alla respirazione, il legame tra queste due pratiche rimase importante anche nei secoli successivi per l'ottimale circolazione di *qi*.⁸⁰ Non è tuttavia presente alcun riferimento specifico alla funzione delle arti ginniche per estendere la durata vitale, è dunque molto probabile che queste vennero mutate dagli adepti del culto *xian* e successivamente dal Taoismo solo in un secondo momento assumendo un ruolo importante tra le pratiche di circolazione del *qi*, in particolare per guidare il *qi* che è germogliato.⁸¹

⁷⁶Wei; Hu (1992) pp.1-9 (Harper (1998) pp. 305-309)

Sull'assunzione dei cereali, l'eliminare i cereali e le pratiche dietetiche si rimanda al capitolo successivo. I riferimenti a questo manoscritto sono basati sulla traduzione in Harper (1998) pp.305-309 in quanto, a causa della pandemia di Covid-19, non sono riuscita a consultare la copia e a trascrizione del manoscritto.

⁷⁷ Kohn (2008) pp.11-12

⁷⁸ Harper (1998) pp. 310-327

I riferimenti a questo manoscritto sono basati sulla traduzione in Harper (1998) pp.310-327 in quanto, a causa della pandemia di Covid-19, non sono riuscita a consultare la copia e la trascrizione del manoscritto.

⁷⁹ Harper (1998) p. 25

⁸⁰ Kohn (2008) p.40

⁸¹ Kohn (2008) p.15

Le pratiche di circolazione del *qi* attraverso la meditazione sono invece non attestate nei manoscritti ritrovati. Tuttavia, è probabile che nella respirazione, così come negli esercizi ginnici vi sia una meditazione, intesa come la visione e la guida della circolazione del *qi* all'interno del corpo dell'adepto basate su insegnamenti trasmessi oralmente dal maestro al suo allievo per guidarlo nell'ottenimento del *dao*, o semplicemente per migliorare la sua igiene macrobiotica. All'interno dei testi taoisti successivi, tali pratiche sono associate alla visualizzazione di divinità interne al corpo che rappresentano le divinità della burocrazia soprannaturale, questo tipo di meditazione è probabile che abbia le sue origini nel commentario Heshang Gong al *Daodejing* (*Daode zhenjing zhu*, 道德真經注; DZ 682; d'ora in avanti *Heshang Gong*). Il commento alla stanza sei dell'opera di Laozi fa riferimento a cinque spiriti che risiedono nelle cinque viscere, se questi sono coltivati allora non si muore (*busi*, 不死), se le cinque viscere sono danneggiate gli *shen* dipartono dal corpo.⁸² Quest'opera nata sotto l'influenza della scuola Huang-Lao è la riprova di un collegamento tra le pratiche di coltivazione del sé per ottenere una vita eterna e la pratica di governo secondo i principi del *dao*. La datazione di questa è ancora dibattuta all'interno del mondo accademico, generalmente viene fatta risalire tra il primo e il secondo secolo a.C.. Se questo dato fosse confermato, tale opera risulterebbe indicativa del fatto che le pratiche di coltivazione del sé fossero considerate aventi un carattere religioso anche all'interno della scuola Huang-Lao.⁸³ Tale datazione, tuttavia, non consente di sapere se anche nei primi anni dell'Impero vi fosse una corrispondenza tra spiriti e il proprio corpo, e se questi fossero speculari degli spiriti del cosmo.

L'assenza di ulteriori materiali lascia questa osservazione una mera supposizione; solamente il ritrovamento di nuovi manoscritti potrà indicare se tale pratica era già diffusa agli inizi dell'Impero o si fosse sviluppata successivamente.

Durante la dinastia degli Han occidentali le pratiche per ottenere la trascendenza sembrano essere considerate parte integrante del patrimonio delle tecniche dei *fangshi*. La catalogazione dei libri presenti all'interno della Biblioteca imperiale in quell'epoca presenta all'interno della sezione "Tecniche pratiche" sottosezione *shenxian* 神仙 contenente dieci libri. Probabilmente i libri catalogati come tali riguardavano l'impiego

⁸² DZ 682.1.20.125b

I cinque spiriti sono *hun* 魂, *po* 魄, *shen* 神, *jing* 精, *zhi* 志; le cinque viscere sono il fegato (*gan*, 肝), polmoni (*fei*, 肺), cuore (*xin*, 心), reni (*shen*, 腎), e milza (*pi*, 脾).

⁸³ Chan (1991) p. 89-118

di pratiche di igiene macrobiotica associata al culto *xian*, questo elemento evidenzia come tra queste ci fosse una mutua influenza.⁸⁴

2.5 Le diete

La già citata opera *Eliminare i cereali e nutrirsi di qi* si apre indicando come coloro che non mangiano i cereali si nutrono di pyrrosia (*shiwei*, 石韋) e procede indicando metodi di respirazione del *qi*. L'eliminazione dei cereali, denominata all'interno della letteratura successiva con i termini *bigu* 辟穀 e *juegu* 絕穀, è la pratica dietetica più diffusa tra coloro che volevano ottenere la trascendenza e non indica prettamente l'astensione dei cereali, ma più ampiamente l'astensione dai comuni cibi derivanti dall'agricoltura.⁸⁵ Questi dovevano essere sostituiti da cibi alternativi, tuttavia non esiste un unico regime dietetico per coloro che intendevano purificare il corpo e diventare *xian*. L'alimento sostitutivo dei cereali tenuto maggiormente in considerazione era il *qi*. Come nota il titolo dell'opera di cui sopra, questo poteva essere ingerito e sostituire i cereali, divenendo uno degli elementi base della dieta dell'adepto *xian*, la respirazione di *qi*, dunque, assume anche la funzione di nutrimento. L'opera *Vagare lontano* dell'antologia *Elogie di Chu* afferma che seguendo l'esempio di Wang Qiao 王喬, identificato con il già nominato *xian* Wangzi Qiao, una dieta a base dei “sei *qi*” (*liuqi*, 六氣), corrispondenti ai *qi* dei quattro punti cardinali più quelli di Cielo e Terra, e di altri tre *qi* quali il “*qi* della mezzanotte” (*hangxie*, 沆瀣), il “*qi* del mezzodi” (*zhengyang*, 正陽) e il “*qi* dell'aurora” (*chaoxia*, 朝霞) consente di far entrare *qi* e *jing* ed espellere ciò che non è puro e pulito dall'interno del corpo.⁸⁶ I tre *qi* nominati dall'elegia “Vagare lontano” sono presenti anche all'interno dell'opera “Eliminare i cereali e nutrirsi di *qi*” dove il primo deve essere consumato durante l'estate, il secondo durante l'inverno e il terzo durante la primavera e l'estate,⁸⁷ affermando in questo modo la superiorità di un

⁸⁴ Harper (1998) p. 7

⁸⁵ Campany (2009) p.51

I successivi usi del termine “cereali” fanno riferimento ai cibi provenienti dall'agricoltura consumati dall'élite; nel caso in cui ci sia la necessità di indicare uno specifico cereale questo verrà indicato con il proprio nome.

⁸⁶ *Chuci* 5.166,167

⁸⁷ Wei; Hu (1992) pp. 1-9 (Harper (1998) p. 307-308)

regime dietetico basato sul *qi* rispetto a quello basato sui cereali i quali sono associati al decadimento e alla morte.⁸⁸

Altri sostituti dei cereali erano medicinali, liquori, piante o minerali impiegati anche nella medicina o nelle pratiche di igiene macrobiotica. All'interno dell'opera *I dieci quesiti* Wang Qi 王期 istruisce il Re Zhao di Qin (*Qinzhao Wang*, 秦昭王) (r. 306 a.C. - 251 a.C) su come prolungare la sua vita:⁸⁹ osservare il sole e la luna e ispirare le effusioni della loro essenza, nutrirsi di pino (*song*, 松) e tuia (*bai*, 柏) e bere il “fiore della sorgente” (*quanying*, 泉英) delle bestie selvatiche,⁹⁰ egli può contrastare l'invecchiamento e diventare luminoso.⁹¹ Nell'opera *Ricette per nutrire sé stessi* (*Yangsheng fang*, 養生方), ritrovato a Mawangdui, sono raccolte varie ricette di igiene macrobiotica,⁹² tuttavia alcune di queste hanno come obiettivo quello di aumentare il *qi* e di allungare la vita.⁹³ Tali obiettivi coincidono con quelli delle pratiche *xian*, pertanto è probabile che gli adepti di tale culto utilizzassero le stesse ricette per preparare droghe da sostituire ai cereali. Tra gli ingredienti di queste ricette sono l'asaarum (*xixin*, 細辛), lo zenzero (*jiang*, 薑), la cannella (*jungui*, 菌桂), l'aconito (*wuhui*, 烏喙), la resina di pino (*songzhi*, 松枝) e le giugiole (*suanzao*, 酸棗) oltre alla mica (*yunmu*, 雲母) e lo *pianshi* 駢石, un minerale non attestato. Questi elementi, ad esclusione dello *pianshi*, sono attestati come nutrienti degli *xian* nelle opere successive, pertanto è probabile che le pratiche dietetiche degli adepti del culto *xian* derivano dalla materia medica dei *fangshi*, e la influenzarono.

⁸⁸ Campany (2009) p.73

⁸⁹ Wang Qi non è attestato altrove.

⁹⁰ Harper (1998) p. 388.5 riconduce tale termine a saliva, latte, sperma o decotto dei genitali.

⁹¹ Wei; Hu (1992) p.127

⁹² Wei; Hu (1992) pp.10-63 (Harper (1998) pp.328-361)

I riferimenti a questo manoscritto sono basati sulla traduzione in Harper (1998) pp.310-327 in quanto, a causa della pandemia di Covid-19, non sono riuscita a consultare la copia e la trascrizione del manoscritto.

⁹³ Wei; Hu (1992) p.43,46-48 (Harper (1998) pp.347,349-350)

3. La descrizione degli *xian* all'interno del *Liexian zhuan*

La morte dell'Imperatore Wu degli Han avvenuta nel 87 a.C. segnò il declino degli Han Occidentali. I problemi di successione imperiale portarono alla diffusione delle tecniche di predizione basate sullo studio dei presagi; per esempio l'ascesa al trono dell'Imperatore Xuan 宣 (r. 74 a.C. – 48 a.C.), figlio dell'Imperatore Wu, corrispose ad una predizione e ad alcuni messaggi celesti nel parco imperiale;¹ in questo clima aumentò l'appoggio ai *fangshi* e alle loro tecniche ed arti. Sebbene durante il regno dei due Imperatori furono istituiti nuovi culti imperiali e nuovi sacrifici, le informazioni che si avevano sugli *xian* erano disseminate in vari scritti o appannaggio della tradizione orale. La vita, le imprese e le tecniche per l'estensione della durata vitale nonché tutte le altre tecniche e pratiche di coloro che erano riconosciuti come *xian*, unitamente alle informazioni attinenti ai regimi dei seguaci del culto *xian*, erano frammentate. La comprensione di queste deriva dagli scritti delle tecniche ed arti proprie dei *fangshi*, dalle storie, sparse nei vari libri che narravano le vicende delle epoche precedenti ovvero i racconti dei vari territori vicini e lontani, degli esseri soprannaturali o leggendari.² Un'ulteriore fonte di informazioni sull'argomento erano, probabilmente, le storie che venivano tramandate oralmente dalla tradizione.³

La prima opera che raccoglie le vite di illustri personaggi i quali furono capaci di ottenere lo stato di *xian*, è *Raccolta di Biografie di illustri xian* (*Liexian zhuan* 列仙傳; DZ 294; d'ora in avanti *Liexian zhuan*), storicamente attribuita al famoso bibliografo di corte Liu Xiang 劉向 (79 a.C. - 8 a.C.) e datata alla fine della dinastia degli Han Occidentali. Le biografie contenute all'interno di quest'opera, per quanto brevi, permettono di comprendere quali erano le pratiche associate ai vari *xian*, dunque quelle più diffuse.

¹ Xuyet (1976) p. 24

² Tali personaggi leggendari e soprannaturali, con il passare del tempo, vennero considerati *xian* e quasi tutti furono assorbiti all'interno del pantheon taoista, in tempi e modi diversi.

³ La presenza di informazioni relative agli *xian* nelle leggende tramandate oralmente è una congettura. Tale visione, tuttavia, sembra essere avvalorata dalla presenza di questi personaggi nelle composizioni letterarie dette "inferiori" dei secoli successivi, il teatro ed i racconti fantastici, che iniziarono ad acquisire una più ampia fama anche tra i letterati in epoca Song.

3.1 L'opera

La paternità e l'autenticità di questa opera della Dinastia degli Han Occidentali, sono state molte volte messe in dubbio durante la Dinastia Song 宋 (960 - 1276 d. C.) per motivi di incongruenze storiche e in particolar modo per le incongruenze geografiche. All'interno dell'opera i nomi di alcuni luoghi non corrispondono a quelli attribuiti durante la dinastia degli Han Occidentali, ma l'autore si riferisce a questi con nominativi attestati solamente in epoche successive.⁴ Per contro, è importante notare come tale opera, o uno scritto omonimo trattante lo stesso argomento, fosse già conosciuta nel periodo degli Han Orientali poiché Ying Shao 應劭 (II secolo d.C.) nel suo commento allo HS cita alcuni passaggi del *Liexian zhuan*.⁵

Risulta plausibile che durante gli Han Orientali e prima del 1019 d.C., anno in cui l'opera fu inserita nel suo stato attuale all'interno del Canone Taoista (*Daozang*, 道藏), fosse in circolazione in diverse versioni in quanto, alcune volte, viene considerata un'opera che consta di settantuno *pian*, altre volte di settantadue *pian*, oppure come un'opera costituita da più di settanta *pian*, mentre la versione *recepta* contiene settanta *pian*.

Al tempo stesso, nonostante i problemi di collocazione storica dell'opera, risulta essere molto plausibile l'attribuzione a Liu Xiang della paternità del *Liexian zhuan*, in una versione molto simile che venne editata nel corso dei secoli successivi fino a diventare l'opera inserita all'interno del Canone Taoista di epoca Song.

Liu Xiang, nato con il nome di Geng Sheng 更生, nome di cortesia Zi Zheng 子政, aveva un rimarchevole interesse per le arti relative alla longevità e alla trascendenza, in particolare quelle alchemiche. Il padre di Liu Xiang, Liu De 劉德 (? - 57 a.C.), nome di cortesia Lu Shu 路叔, secondo quanto affermato dalla sua biografia,⁶ coltivava le tecniche *Huang-Lao* ed era tra i sostenitori dell'idea espressa nel *Daodejing* di “sapersi

⁴ Kaltenmark (1953) p. 3

⁵ Ibid.

⁶ HS, 36.1927

contentare.”⁷ Quando costui fu nominato in posizioni governative a Huainan 淮南,⁸ venne in possesso di un libro sulle tecniche degli spiriti inviati dagli *shenxian* 神仙 per produrre l’oro: un trattato sulle tecniche alchemiche intitolato *Documenti segreti dal Giardino del grande tesoro [conservati] all’interno del cuscino (Zhenzhong hongbao yuanmi 枕中鴻寶苑秘)*.⁹ Liu Xiang molto probabilmente lesse questo libro in giovane età e lo considerò come un’opera molto peculiare e, per questo motivo, lo presentò all’imperatore Xuan affermando di esser capace di produrre l’oro e convocare gli spiriti inviati dagli *shenxian*.

In seguito al fallimento di diversi e dispendiosi tentativi di produrre l’oro, Liu Xiang fu imprigionato e messo a morte, venne poi salvato per intercessione del fratello, il quale riuscì ad ottenere la grazia per lui.¹⁰ Dopo esser stato ricacciato dalla corte imperiale per aver partecipato ad una congiura, fu riammesso nel 33 a.C. e sette anni dopo iniziò il suo lavoro, presso la Biblioteca Imperiale di Chang’an 長安,¹¹ di catalogazione e collazione dei testi lì presenti.¹² Fu aiutato nell’impresa dal figlio Liu Xin 劉欣 (46 a.C. - 23 d.C.)¹³ il quale dopo la morte del padre portò a termine il lavoro.¹⁴ Durante il suo lavoro all’interno della Biblioteca Imperiale di Chang’an, Liu Xiang venne in contatto

⁷ *Daodejing* 44

⁸ Luogo situato tra il Fiume Azzurro (*changjiang*, 長江) ed il Fiume Giallo (*huanghe*, 黃河) corrispondente all’attuale provincia cinese Anhui 安徽. Huainan fu, qualche anno prima, il luogo in cui vari *fangshi*, studiosi e filosofi si riunirono su invito del principe Liu An 劉安 per scrivere vari libri su tutto lo scibile dell’impero in quell’epoca.

⁹ HS, 36.1928-1929.

Sebbene questo testo non è giunto fino a noi, la presenza nel titolo della locuzione “[conservati] all’interno del cuscino” conferma la sua caratteristica di testo esoterico in quanto, durante la dinastia degli Han Occidentali, era costume degli studiosi nascondere all’interno del cuscino questa tipologia di testi ritenuti devianti ed inferiori rispetto ai Classici.

¹⁰ HS 36.1929

¹¹ L’attuale Xian 西安 (capoluogo della provincia cinese dello Shaanxi 陝西) fu la capitale dell’impero cinese durante le due dinastie Han e durante la dinastia Tang.

¹² HS 36.1949 – 1950

Le modalità con cui Liu Xiang effettuò tale lavoro non sono ancora del tutto chiare. Risulta, tuttavia, molto probabile che costui non soltanto lesse le opere che erano già presenti all’interno della biblioteca, ma anche quelle presenti nelle collezioni private di tutto l’impero, giunte a Chang’an in risposta ad un editto imperiale. Se ciò dovesse essere vero, è probabile che la catalogazione delle opere non fu completa in quanto si ritiene che molti collezionisti privati non osavano ammettere di possedere libri suscettibili di censura.

¹³ Per la biografia di Liu Xin vedere lo HS, 36.1967 - 1972

¹⁴ Il risultato del lavoro fu annotato da Liu Xiang all’interno dell’opera intitolata “registro della classificazione” (*bielu*, 別錄). Di tale opera non abbiamo il testo trasmesso ma è giunta fino a noi l’opera “I sette registri” (*qilüe*, 七略) scritta da Liu Xin, considerata una rielaborazione di quanto scritto dal padre a cui furono aggiunti i risultati del lavoro di catalogazione effettuato quest’ultimo dopo la morte del padre.

con l'opera intitolata *Illustrazioni di illustri xian* (*Liexian tu*, 列仙圖)¹⁵ attribuita a Ruan Cang 阮倉 (? - ?). Probabilmente fu proprio basandosi su quest'opera che Liu Xiang iniziò a scrivere le biografie di *xian* dopo aver completato le raccolte di biografie di illustri uomini e di illustri donne.¹⁶ Queste raccolte, ad eccezione della *Raccolta di biografie di donne illustri* (*Lienü zhuan*, 列女傳), non vengono riportate dallo HS nella biografia di Liu Xiang. La similitudine tra l'impostazione di *Raccolta di biografie di donne illustri* e del *Liexian zhuan* fa tuttavia pensare che le due opere siano state scritte dallo stesso autore. L'opera di Ruan Cang non è giunta fino a noi, ciò nonostante è possibile ritenere, basandosi sul titolo di questa, che fosse una raccolta di illustrazioni di *xian*, e funse da modello a Liu Xiang per la stesura del suo *Liexian zhuan*, o gli fu da ispirazione.¹⁷ L'interesse di Liu Xiang per le arti alchemiche ed i vari tentativi di ottenere l'oro, la sua conoscenza dei vari testi legati alle arti dei *fangshi* e agli *xian*, oltre al fatto che egli fu sicuramente l'autore dell'opera *Raccolta di biografie di donne illustri* che per impostazione risulta essere molto simile al *Liexian zhuan*, sono tutti elementi che ci portano a concordare con quanto affermato all'interno del JS, e quindi ad attribuire la paternità dell'opera a Liu Xiang.

Anche Ge Hong 葛洪 (283 - 343), nel suo *Scritti esoterici del Maestro che ha abbracciato la semplicità* (*Baopuzi neipian* 抱樸子內篇, d'ora in avanti *Baopuzi*) attribuisce il *Liexian zhuan* a Liu Xiang. Ge Hong nel capitolo "Discorsi sugli Xian" (*Lun Xian*, 論仙)¹⁸ del *Baopuzi* definisce Liu Xiang un uomo dalla vasta erudizione, capace di penetrare il sublime e di distinguere ciò che esiste da ciò che non esiste. Egli, pertanto, non avrebbe mai potuto scrivere un libro, in questo caso il *Liexian zhuan*, che tratti di ciò che non esiste: gli *xian*.¹⁹ Ge Hong continua il suo discorso affermando attraverso un ragionamento logico l'esistenza di questi. Se crediamo solo ai racconti che trattano di ciò che, per motivi empirici, siamo certi sia esistito, allora non dovremmo credere nemmeno allo *Shiji* di Sima Qian poiché non abbiamo prove che gli eventi narrati siano realmente accaduti in quanto non esistono testimoni diretti. Di conseguenza, se riteniamo che gli

¹⁵ Opera che non è giunta fino a noi.

¹⁶ HS, 33. 982

¹⁷ La struttura del *Liexian zhuan* sembra indicare come tale opera dovesse essere, nella sua forma originale, accompagnata da illustrazioni dei vari *xian* descritti. Tali illustrazioni sono andate perse e potrebbero essere quelle dell'opera di Ruan Cang o ispirate ad esse.

¹⁸ *Baopuzi* 2

¹⁹ *Baopuzi* 2. 16

eventi narrati all'interno dello *Shiji* siano realmente accaduti, affermare che gli *xian* descritti da Liu Xiang non esistano solamente in quanto non abbiamo prove certe della loro esistenza diventa un'assurdità.²⁰ All'interno dello stesso capitolo Ge Hong ammettendo che i fallimenti di Liu Xiang nel produrre l'oro fossero semplicemente dovuti al fatto che egli si basò unicamente sulle letture delle opere ma non ebbe mai un maestro che trasmettesse lui i principi esoterici, la parte fondamentale nel processo alchemico della produzione dell'oro e delle droghe, ribadisce l'attribuzione del *Liexian zhuan* a Liu Xiang. Il fallimento di quest'ultimo nel produrre l'oro, dunque, non deve costringerci a pensare che egli non avesse alcuna conoscenza sull'argomento di cui parla, per quanto questo sia profondo ed arcano²¹.

Considerando quanto affermato da Ge Hong, nonché le informazioni sull'opera e l'autore presenti all'interno delle storie dinastiche, possiamo considerare l'opera come risalente alla fine della dinastia degli Han Occidentali. Una datazione anteriore risulta essere impossibile in quanto Xuan Su 玄俗 (biografia LXX),²² l'ultimo *Xian* descritto, era un medico e farmacista attivo durante gli Han Occidentali nello Hejian, 河間.²³ Possiamo inoltre ritenere l'attribuzione della paternità dell'opera a Liu Xiang come un dato quasi certo.

3.2 L'importanza del *Liexian zhuan* nel processo di sistematizzazione delle dottrine taoiste

Gli *xian* descritti all'interno del *Liexian zhuan* sono una rappresentazione degli esseri umani i quali, secondo quello che diventerà poi l'ideale Taoista, sono stati capaci di prolungare la propria durata vitale. Il prolungamento della durata vitale era considerato il risultato delle pratiche di purificazione fisica e spirituale, capaci di rendere il corpo più leggero. Queste pratiche unitamente all'acquisizione del *dao* attraverso un moto di non-

²⁰ *Baopuzi* 2.16,17

²¹ *Baopuzi* 2.21,22

²² DZ 294 *xia* 8.269a-b

Nel citare le agiografie di *Liexian zhuan* in questo testo verranno indicati i riferimenti bibliografici all'intera narrazione alla prima occorrenza, solo nel caso di citazioni testuali verranno ripetuti i riferimenti bibliografici.

²³ Lo Hejian è assimilabile all'attuale provincia cinese dello Hebei 河北.

azione tendente verso questo, erano i presupposti, le condizioni *sine qua non*, per cui si verificasse l'ascensione. L'uso di determinati nutrienti, le pratiche di circolazione del *qi*, oltre alle arti sessuali promosse dai *fangshi* per l'allungamento della durata vitale, diventano ciò che permette agli uomini di estendere negli anni la propria esistenza; tuttavia, una persona diviene *xian* se e solo se tali pratiche risultano associate al conseguimento del *dao*. Se le pratiche dei *fangshi* portano all'ottenimento del *dao*, allora non solo attraverso queste si è capaci di allungare la propria durata vitale, ma si diviene capaci di diventare *xian*.

La scelta di Liu Xiang di indicare all'interno del titolo dell'opera i personaggi da lui descritti come *xian*, e dunque come persone che non hanno raggiunto ancora lo stato di *shenren*, il più alto stadio della trascendenza, è interessante. La presenza all'interno del *Liexian zhuan* di personalità successivamente ritenute, dalla tradizione e dalle dottrine taoiste, *shenren* o divinità che occupano posizioni di rilievo all'interno della burocrazia soprannaturale è una dimostrazione del fatto che, durante la dinastia Han Occidentale, il Taoismo era ancora nel suo stato di formazione. È probabile che, durante questa fase iniziale di sistematizzazione degli elementi "popolari" e mitologici, Liu Xiang impiegò il termine *xian* come sinonimo di *shenren* in quanto la differenza tra *xianren*, *zhenren* e *shenren* è un concetto attestato nel secolo successivo. Il *Classico della grande Pace* (*Taiping jing* 太平經, d'ora in avanti *Taiping jing*), apparso per la prima volta nel secondo secolo d.C. afferma come lo stato di *xianren* indica il più basso livello di ascensione, al quale fa seguito lo stato di *zhenren* e infine il più alto stadio della trascendenza, ovvero quello di *shenren*.²⁴ Questa concezione è tuttavia successiva alla compilazione del *Liexian zhuan* e pertanto è possibile che durante gli Han Occidentali, non solo *xian* e *zhenren* erano impiegati come sinonimi, ma che *shenren* e *shenxian* indicassero lo stesso concetto.

La composizione del *Liexian zhuan* risulta dunque uno step importante nel processo di sistematizzazione del Taoismo e di formazione del suo pantheon. In particolar modo, quest'opera è una dimostrazione di come le tecniche e delle pratiche dei *fangshi* vennero mutate dagli adepti del culto *xian*, assumendo dunque un carattere religioso, per esprimere i propri concetti di allungamento della durata vitale e del raggiungimento di quella situazione di elevazione spirituale propria degli *shenxian*. I *daoshi* erano, dunque, *fangshi* che impiegavano le proprie conoscenze in uno scenario religioso e magico-

²⁴ *Taiping Jing* 8.258

spirituale. *Liexian zhuan* può essere di conseguenza considerata un'opera fondamentale all'interno del processo di formazione di alcune delle dottrine taoiste, in special modo della dottrina denominata "Taoismo dell'ascensione" (*Shenxian Daojiao* 神仙道教), la quale ebbe il suo apice durante il periodo Wei-Jin e delle Dinastie del sud e del nord (*Weijin nanbeichao* 魏晉南北朝).

Il *Liexian Zhuan* è uno dei primi scritti che considera il cinabro (*dan*, 丹) una droga per allungamento della vita.²⁵ Il cinabro era, nel momento storico in cui fu compilata tale opera, utilizzato dagli alchimisti solamente per ottenere l'oro, pratica in cui Liu Xiang fallì. Precedentemente alla compilazione del *Liexian zhuan*, e comunque fino all'incirca al I secolo d.C., era credenza comune che l'ingestione del cinabro portasse ad un mutamento del colore della pelle facendola diventare di color rosso. Alcuni dei personaggi le cui vite sono descritte all'interno della suddetta opera sono rossi per aver ingerito il cinabro. Al tempo stesso, questo minerale ha allungato la loro durata vitale, e associando il cinabro al mercurio questi sono divenuti *xian*. L'impiego del mercurio per la creazione di una droga per ottenere lo stato di *xian* è diverso dall'impiego che i *fangshi* ne fecero alla corte dell'Imperatore Wu degli Han. Questi ultimi lo usarono come strumento per richiamare gli *xian*, al contrario per i personaggi di Liu Xiang è un elemento capace di trasformare la persona che ne fa uso.

I personaggi del *Liexian zhuan* sono esempi della veridicità delle pratiche dei *fang-shi* quali tecniche *xian*. Il fatto che costoro e le arti praticate da questi siano il soggetto di un'opera attribuita al bibliotecario imperiale rivela la diffusione nell'élite, ovvero tra i letterati, della Dinastia degli Han Occidentali del culto della trascendenza e delle pratiche esoteriche, o perlomeno della letteratura su queste ultime.²⁶

3.3 Organizzazione dell'opera

Analizzando il contenuto dell'opera nella sua forma complessiva è possibile osservare come le biografie non siano ordinate per importanza, ma cronologicamente. L'autore, o colui che ha successivamente compiuto la sistematizzazione dell'opera, ha

²⁵ M. Kaltenmark (1953) p. 18

²⁶ La diffusione della letteratura sulle arti esoteriche o delle pratiche dei *fangshi* è attestata anche in epoche precedenti. Per ulteriori informazioni sull'argomento si rimanda a Harper (1998)

posto come prima la biografia di Chisong zi 赤松子 (biografia I).²⁷ A questi Liu Xiang attribuisce la carica di “Ufficiale amministrativo di seconda classe della pioggia” (*Yushi* 雨師)²⁸ nel periodo in cui regnava Shennong,²⁹ ovvero prime dell’ascesa di Huangdi (biografia VI).³⁰ Secondo ciò che scrisse Sima Qian all’interno dello SJ, nel momento in cui quest’ultimo iniziò a prendere potere, Shennong era oramai in declino. Chisong Zi è tuttavia considerato, da altre opere, come uno dei Maestri di Huangdi o di altri Imperatori leggendari, questa ambiguità non è scaturita da una incomprensione o dall’ignoranza di Liu Xiang o degli editori successivi ma, essendo Chisong Zi uno *xian*, egli ha una vita estesa come Cielo e Terra e può apparire, a suo piacimento sulla terra per trasmettere le pratiche di igiene macrobiotica religiosa a discepoli scelti. Le successive biografie continuano in ordine cronologico fino ad arrivare alla già citata ultima biografia, relativa a Xuan Su, ambientata nell’epoca degli Han Occidentali. Tale assunto ci porta a considerare che Ning Feng zi 甯封子 (biografia II),³¹ Ma Shi Huang 马师皇 (biografia III)³² e Chijiang Ziyu 赤将子與 (biografia IV)³³ sebbene vissero sotto Huangdi e furono suoi ministri, nacquero prima di lui. A conclusione di ciò è possibile affermare che, nella versione ricevuta, le biografie risultano essere organizzate cronologicamente e non per importanza.³⁴ Per questo motivo il *Liexian zhuan* sembra discostarsi dal *Lienu zhuan* che è organizzato per tematiche. Se tuttavia si osservano le varie sezioni all’interno di quest’ultima opera, è possibile riscontrare un ordine cronologico anche nell’organizzazione di queste biografie.

²⁷ DZ 294 *shang* 08.251b

²⁸ Hucker (1985) p.421 attesta il significato del termine *shi* per le cariche ufficiali di epoca Zhou con la locuzione “Ufficiale amministrativo di seconda classe” e non riporta alcuna traduzione per l’epoca Han. Considerando che Chisongzi visse prima degli Zhou e che il sistema di cariche della dinastia Han si ispirò a quello Zhou, la carica a lui attribuita è stata tradotta basandosi sulla traduzione di Hucker.

²⁹ Sebbene la tradizione ci abbia consegnato un’immagine di Shennong quale un antico Imperatore, il primo capitolo dello SJ afferma che Shennong fosse in realtà il nome di un clan, e non di un imperatore. Secondo Sima Qian a questi succedettero *Huangdi*, *Zhuanxu* 顓頊, *Diku*, 帝嚳, *Tangyao* 唐尧, *Yushun* 虞舜

³⁰ DZ 294 *shang* 08.252a-b

³¹ DZ 294 *shang* 08.251b

³² DZ 294 *shang* 08.251b-252a

³³ DZ 294 *shang* 08.252b

³⁴ Nel caso in cui alcune biografie di *xian* siano collocate in un periodo più tardo rispetto ad altre successive, non è da considerare questo un errore dell’autore nell’ordinarle cronologicamente, ma è dovuto al fatto che gli *xian*, in quanto tali, avevano allungato la loro durata vitale e pertanto agivano nel regno degli uomini comuni anche più volte a distanza di anni o secoli.)

3.4 Le diete degli *xian*

Delle settanta biografie all'interno dell'opera ventinove contengono indicazioni riguardanti il regime alimentare dei singoli *xian*. Tra le pratiche dietetiche indicate nessuna è caratterizzata dal consumo dei cereali o di “cinque cereali” (*wugu* 五穀). L'astinenza dai cereali non era considerata un elemento fondamentale nei regimi dietetici dei *fangshi*, tuttavia, come osservato nel precedente capitolo, durante i primi secoli dell'Impero era ritenuta un elemento cardine del processo di purificazione spirituale al fine di divenire *xian*. Le biografie di due *xian* all'interno del *Liexian zhuan* affermano in maniera esplicita che costoro praticavano l'astinenza dai cereali; tale affermazione non viene però indicata con il binomio *bigu* 辟穀, usato nei periodi successivi per indicare l'astinenza dai cereali quale pratica taoista, ma in due modi diversi riconducibili ai manoscritti di Mawangdui; pertanto è possibile ipotizzare come all'epoca questa non fosse ancora una pratica universalmente condivisa dagli adepti. All'interno della biografia di Chijiang Zi Yu il quale ricoprì il ruolo di “addetto alla creazione delle bare per la famiglia imperiale” (*mugong* 木工)³⁵ sotto i due imperatori mitologici Huangdi e Yao Liu Xiang afferma che costui “non si nutriva dei cinque cereali” (*bushi wugu* 不食五穀).³⁶ L'astinenza dai cinque cereali riprende la descrizione dello *shenren* all'interno del *Zhuangzi*, tuttavia anche in questo caso tale locuzione non indica una dieta scevra di carboidrati, ma sottolinea come costui non si nutrisse dei cibi comuni.

L'assenza di cereali all'interno della dieta degli *xian* sembra essere un elemento generalmente condiviso, inoltre è possibile notare che un considerevole numero di *xian*, sui quali Liu Xiang fornisce indicazioni riguardanti il regime alimentare, basavano la loro alimentazione sull'assunzione di minerali. Chixu Zi 赤须子 (biografia XLI),³⁷ *xian* dalla vita molto lunga e “dirigente degli addetti alla pesca” (*zhuyushi* 主魚史)³⁸ sotto il regno del duca Mou dei Qin (*Qin Mugong* 秦穆公),³⁹ e Lingyang Ziming 陵陽子明 (biografia LXVII)⁴⁰ si nutrivano di “lardo di pietra” (*shizhi* 石脂). Questo minerale, largamente

³⁵ Hucker (1985) p. 337

³⁶ DZ 294 *shang* 08.252a

³⁷ DZ 294 *xia* 08.261b

³⁸ Hucker non rileva questa carica, per tale motivo ho proceduto a fornirne una traduzione personale.

³⁹ DZ 294 *xia* 08.261b

⁴⁰ DZ 294 *xia* 08.268a-b

impiegato nella medicina per curare varie malattie, si presenta in cinque colori, in accordo a quelli che sono i colori delle cinque fasi,⁴¹ e se assunto per lungo tempo rinvigorisce il *qi*, fortifica le ossa e la carne alleggerendo il corpo e nutre le cinque viscere.⁴² L'assunzione del "lardo di pietra," unito ad altri minerali, divenne un elemento importante delle pratiche alchemiche dei secoli successivi.⁴³

Fang Hui, 方回 (biografia VII),⁴⁴ eremita vissuto al tempo dell'imperatore mitologico Yao 堯, e Xuan Su si nutrivano entrambi di mica (*yunmu*, 雲母).⁴⁵ La popolarità della mica nella dieta degli *xian*, e in generale nelle diete per l'estensione della durata vitale, è molto vasta.⁴⁶ Questo era considerato uno dei minerali che ingeriti danno la capacità di librarsi in volo e di estendere la propria durata vitale,⁴⁷ in quanto espelle i *qi* negativi, fortifica il *jing* e se assunto per lunghi periodi rende il corpo leggero.⁴⁸

Il minerale presente all'interno della dieta di Lü Shang, 吕尚 (biografia XII),⁴⁹ precettore del re Wen (*Wen wang* 文王) e del re Wu (*Wu wang* 武王) degli Zhou,⁵⁰ e di Qiong Shu 邛疏 (biografia XVIII),⁵¹ "cancelliere del dignitario di frontiera in epoca Zhou" (*Zhoufengshi* 周封史),⁵² è la "pietra grassa" (*shisui* 石髓).⁵³ Il primo nel suo regime

⁴¹ I colori sono verde-azzurro (*qing*, 青), rosso scarlatto (*chi*, 赤), giallo (*huang*, 黄), bianco (*bai*, 白) e nero (*hei*, 黑)

⁴² Classico sulle erbe di Shennong (*Shennong Bencao Jing* 神農本草經, d'ora in avanti *Shennong Bencao jing*) 1.279

⁴³ Raz (2004) p.77

⁴⁴ DZ 294 *shang* 08.253a

⁴⁵ Per una discussione dettagliata sull'uso e sull'importanza della mica nella Cina medievale consultare Shafer (1955) p.265-286.

⁴⁶ Ge Hong nella sua opera *Shenxian Zhuan*, afferma che la mica era un elemento anche nella dieta di vari personaggi tra i quali vi è anche il famoso *xian* Peng Zu, 彭祖, il quale secondo Liu Xiang si nutriva di cassia e sesamo.

⁴⁷ *Baopuzi* 11. 196

⁴⁸ *Shennong Bencao jing* 1.278

⁴⁹ DZ 294 *shang* 08.254a

⁵⁰ Sebbene Liu Xiang non fornisce informazioni sulla sua carica, lo SJ 32.1477 e seguenti afferma che Lü Shang era conosciuto con l'appellativo Taigong Wang, 太公望 e il *Lushi Chunqiu* 4.3 afferma che un tale Lü Wang era il precettore del Re Wen e del Re Wu (*Wenwang, wenwu shi Lü Wang*, 文王、武王師吕望). Considerato ciò, il Lü Shang descritto da Liu Xiang non può che essere il Taigong Wang dello SJ ed il Lü Wang del *Lushi Chunqiu*, semplicemente indicato con diversi appellativi

⁵¹ DZ 294 *shang* 08.255b

⁵² Traduzione dell'autore

⁵³ *Needham* 5.3 p.11 indica che con questo termine viene indicata la stalattite.

alimentare univa il consumo di muschio e loto all'ingestione della "pietra grassa",⁵⁴ Qiong Shu la ingeriva bollita. Un altro minerale presente nella dieta di alcuni *xian* quali Ren Guang 任光 (biografia XXXIV)⁵⁵ e Chi Fu 赤斧 (biografia V XI)⁵⁶ è il cinabro. All'epoca di Liu Xiang, questo minerale era usato nelle ricette alchemiche per ottenere l'oro, o per creare droghe capaci di chiamare gli *xian* o gli *shen*, ma se assunto polverizzato (*shadan* 沙丹) era non solo in grado di curare tutte le malattie nutrendo il *jing* e il *qi* positivo eliminando quello negativo, assunto per lungo tempo permetteva di non morire.⁵⁷ Il metodo di assunzione, tuttavia, è ben diverso da quello delle pratiche alchemiche. Chi Fu oltre ad ingerire il cinabro era in grado di purificarlo, dunque ottenere il mercurio, e consumava questi due unitamente al salnitro (*xiaoshi*, 消石), altro minerale il cui consumo rendeva il corpo leggero.⁵⁸

Gli altri regimi alimentari di cui abbiamo informazioni prevedono il consumo di piante ed erbe largamente impiegati nella medicina tradizionale cinese. Rilevante è la presenza del Pino (*song* 松) e di parti di questo: Wo Quan, 偓佺 (biografia VI),⁵⁹ Du Zi, 犢子 (biografia XLIV)⁶⁰ e Chixu Zi si nutrivano di semi di pino (*songshi* 松實); Qiu Sheng, 仇生 (biografia XVI),⁶¹ della resina di pino (*songzhi* 松脂) raccolta nel sesto mese;⁶² Mao Nu, 毛女 (biografia LIV)⁶³ di aghi di pino (*songye* 松葉); e Wen Bin, 文賓 (biografia LVII)⁶⁴ di pinoli (*songzi* 松子). Gli aghi di pino permisero a Mao Nu, secondo la sua biografia all'interno del *Liexian zhuan*, di non percepire più il freddo o la fame, e di sentirsi leggera quasi capace di volare. Il pino, i semi di pino e la resina di questo divennero parte dei regimi alimentari di coloro che aspiravano a diventare *xian* (successivamente divennero anche elementi della dieta dei *daoshi*) in quanto avevano la proprietà di rendere il corpo leggero, e dunque conferiva la capacità di librarsi in volo

⁵⁴ Il carattere *shi* è assente nella biografia Lü Shang all'interno del *Liexian zhuan* del DZ; in questo caso, seguendo il lavoro di Kaltenmark, tale carattere è stato aggiunto per completezza basandosi sulla versione di questa agiografia all'interno di YWLJ 78.1327 dove è attribuita al *Liexian zhuan*.

⁵⁵ DZ 294 *shang* 08.259a-b

⁵⁶ DZ 294 *xia* 08.266b

⁵⁷ *Shennong Bencao jing* 1.278

⁵⁸ *Shennong Bencao jing* 1.278

⁵⁹ DZ 294 *shang* 08.252b

⁶⁰ DZ 294 *xia* 08.262a-b

⁶¹ DZ294 *shang* 255a

⁶² E. Bretschneider (1895) V.2 p.443

⁶³ DZ 294 *xia* 08.264b-265a

⁶⁴ DZ 294 *xia* 08.256b

sulle nuvole o seguendo il vento. La resina, gli aghi, la corteccia bianca della radice, la corteccia del tronco, le escrescenze, le pigne, i semi ed i fiori del pino furono poi costantemente impiegati nella medicina tradizionale cinese⁶⁵.

Altri elementi comuni nell'alimentazione degli *xian* del *Liexian zhuan* sono frutti e fiori di piante, semi e radici varie. Rilevante è il regime dietetico seguito da Shantu 山圖 (biografia LI)⁶⁶ per guarire. Tale dieta, che assume la doppia valenza macrobiotica e religiosa, era stata consigliata lui da un Uomo-del-Dao (*daoren* 道人) e consisteva nell'uso di *Rehmania glutinosa* (*dihuang* 地黃) che impediva al corpo di invecchiare rinforzando sangue, ossa e carne,⁶⁷ Angelica cinese (*danghui* 當歸), *Notopterygium incisum* (*qianghuo* 羌活), *Hracleum* (*duhuo* 獨活), e *Sophora flavescens* triturrata (*kushen san* 苦參散); tutte queste sono utilizzate anche ai giorni nostri come erbe officinali dalla medicina cinese.

Tra gli *xian*, inoltre, ve ne sono due che si nutrono di *jing*: Guanling Yin 关令尹 (biografia X)⁶⁸ e Juan Zi 涓子 (biografia XI). Il nutrirsi di *jing* è un *topoi* comune nella letteratura bibliografica su *xian*, *shen* e *shenxian* che si svilupperà successivamente, e darà origine alla “respirazione embrionale.” I *jing* esteriori vengono assorbiti con una particolare respirazione capace di rendere il corpo immortale,⁶⁹ ed è quindi la dieta superiore che non prevede alcun alimento se non *jing*. Per gli adepti, al fine di estendere la durata della propria vita, raggiungere uno stato di ascesi elevato e diventare *xian* (o *shenxian*) era necessario sostituire ogni tipo di alimento con i *qi* e dunque nutrirsi di questo.⁷⁰ Sebbene nella letteratura taoista la formula più comune derivante dallo *Huainanzi* è “nutrirsi di *qi* al fine di far risplendere il proprio spirito e allungare la propria durata vitale” (*shiqizhe shnming er shou* 食氣者神明而壽),⁷¹ è possibile che Liu Xiang, sebbene conoscesse la pratica dell'eliminazione degli alimenti per nutrirsi esclusivamente di *qi*, abbia indicato come elemento della dieta di questi due immortali *jing*, ovvero *qi* concentrato e purificato, per evidenziare un loro status elevato. L'autore, tuttavia, accordò

⁶⁵ E. Bretschneider (1895) V.2 p.443

⁶⁶ DZ 294 *xia* 08.264a

⁶⁷ *Shennong Bencao jing* 279

⁶⁸ Il nome proprio è Yin Xi, 尹喜, egli è e conosciuto principalmente per il suo ruolo di guardiano del passo occidentale che varcò Laozi prima di recarsi in Occidente, pertanto egli è passato alla storia con l'appellativo Guanling Yin: Yin il guardiano del passo.

⁶⁹ Maspero (1937) pp.200,201

⁷⁰ Maspero (1937) p. 202.

⁷¹ *Huainanzi* 4.143

solo a Laozi 老子 la capacità di nutrirsi di *qi*, forse perché conscio del processo di deificazione di Laozi che stava avvenendo lentamente in quel periodo storico.

Osservando l'alimentazione degli *xian*, è possibile notare che gli alimenti e le droghe da questi assunte siano riconducibili alle pratiche dietetiche dei *fangshi*, infatti all'interno del *Shennong Bencao jing* ci sono erbe e minerali che erano parte integrante del regime alimentare dei *fangshi* e degli *xian* descritti da Liu Xiang Tali pratiche si svilupparono successivamente fino a raggiungere la forma di regimi dietetici molto rigidi ma mai unificati. Il loro stadio in questo periodo della storia cinese è, tuttavia, rappresentativo sia del processo di accorpamento di vari culti e teorie religiose che caratterizzò la dinastia Han, sia delle prime fasi di formazione del Taoismo quando il culto dell'ascensione e della perfezione spirituale, derivante dai *fangshi* e dagli adepti del culto *xian*, iniziava ad assumere sempre più un distinto carattere religioso e intersecarsi con le teorie attribuite a Huangdi e Laozi e con quelle espresse all'interno del *Zhuangzi*.

3.5 Arti e tecniche dei *xian*

Il *Liexian zhuan*, oltre a fornire importanti informazioni sui regimi alimentari degli *xian*, ha il pregio di essere una delle poche fonti descrittive di quali fossero le arti e le tecniche (*jishu* 技術) attribuite agli *xian* nel primo secolo a.C.. Come analizzato nel capitolo precedente, tali arti e tecniche sono sovrapponibili a quelle adoperate dei *fangshi*. L'obiettivo finale questi ultimi, esperti nelle arti mediche e farmaceutiche, non era il guarire ma far in modo che le malattie non si presentassero. Tale prevenzione era possibile attraverso la purificazione e il mantenimento costante del corpo nella sua forma naturale, oltre che del rispetto della propria "natura innata" (*xing* 性). Questo era realizzabile seguendo un particolare regime alimentare e praticando le tecniche di igiene macrobiotica, che erano all'epoca della compilazione del *Liexian zhuan* già parte del repertorio del culto *xian*: le pratiche di circolazione del *qi* e le arti sessuali alle quali si andarono ad aggiungere i rituali (*li*, 禮). Quali arti e tecniche fossero proprie della routine di un individuo piuttosto che di un altro dipendeva esclusivamente dagli insegnamenti che questi aveva ricevuto dal proprio maestro e pertanto si basavano sull'appartenenza di questo ad una scuola di trasmissione del pensiero e delle pratiche.

La biografia di Ningfeng Zi all'interno dell'opera di Liu Xiang riporta che il "Regolatore delle ceramiche" (*taozheng* 陶正)⁷² alla corte di Huangdi, aveva appreso da un *xian* l'arte del fuoco, ovvero la capacità di gestirlo (*zhanghuo* 掌火) e produrre da questo "fumi di cinque colori diversi" (*wuse yan* 五色煙).⁷³ Dopo aver appreso l'arte del fuoco, Ningfeng Zi accese un fuoco e, buttatosi tra le fiamme, si bruciò divenendo capace di librarsi nell'aria seguendone il fumo. Quando il fuoco si spense, tra le ceneri furono ritrovate solamente le sue ossa⁷⁴. L'azione compiuta dal secondo immortale descritto all'interno del *Liexian zhuan* è molto simile a quella compiuta da Chisong Zi. Quest'ultimo entrò nel fuoco e si bruciò, poi "seguendo il vento e la pioggia si librò in aria" (*sui fengyu shangxia* 隨風雨上下) giungendo presso la dimora di Xiwang Mu 西王母 sul Monte Kunlun (*Kunlun shan* 崑崙山), considerato una delle isole sulle quali risiedevano i *xian*.⁷⁵ Le similitudini tra le due pratiche all'interno delle rispettive biografie sono evidenti: entrambi dopo esser entrati nel fuoco si bruciarono ed infine si librarono in aria seguendo i fumi del fuoco nel caso di Ningfeng Zi o seguendo il vento e la pioggia nel caso di Chisong Zi. L'azione compiuta da questi è assimilabile a quella taoista del "Rilascio dal fuoco" (*huojie* 火解), antica forma del "Liberazione dalla spoglie mortali" (*shijie* 尸解).⁷⁶

La biografia di Chisong Zi all'interno dell'opera *Appunti sulla ricerca del soprannaturale* (*Soushen ji* 搜神記, d'ora in avanti *Soushen ji*)⁷⁷ afferma che costui "poteva entrare nel fuoco e non bruciare" (*neng ruhuo bushao* 能入火不燒);⁷⁸ tale versione sembra indicare come la pratica venne ripetuta più volte. La ripetizione

⁷² Carica attribuita a Ningfeng Zi nel *Liexian zhuan*. Il nome della carica è stato qui tradotto basandosi sulla traduzione di Kaltenmark. Hucker non riporta tale carica.

⁷³ DZ 294 *shang* 08.251b

⁷⁴ Secondo la sua biografia all'interno del *Trattato della Grande Purezza sulla Ginnastica e sul Nutrire sé stessi* (*Taiqing daoyin yangsheng jing* 太清導引養生經; DZ 818; per ulteriori informazioni su quest'opera si rimanda a Schipper e Verellen p.95) 30.819b solamente i suoi vestiti non bruciarono.

⁷⁵ Il Monte Kunlun si trova al confine tra lo Xingjian, il Tibet e il Qinghai. Le conoscenze geografiche dell'epoca erano molto limitate e tale monte era considerato un'isola situata nel Mare occidentale (*xihai*, 西海) nella quale risiedevano gli *xianren* e la zona sud era riservata alle stanze di pietra di Xiwangmu ed il suo entourage.

Per ulteriori informazioni su Xiwangmu ed il suo entourage si rimanda a Cahill (1993)

⁷⁶ Kaltenmark, 1953 p. 45.7

⁷⁷ Opera della Dinastia Jin (*jindai*, 晉代) attribuita a Gan Bao 干宝 (m. 336). È una delle più ampie raccolte di testi sulle anomalie del primo periodo medievale cinese. Per ulteriori informazioni sullo SSJ vedere Company 2015 e Company 1996.

⁷⁸ *Shoushen ji* p.2

dell'azione di Chisong Zi può essere giustificata da due motivi. *In primis* la pratica *shijie* prevede la possibilità di ritorno della persona nel regno degli uomini. In secondo luogo, il fuoco aveva proprietà purificatrici e secondo le credenze ed i riti tradizionali il fuoco è portatore di pioggia.⁷⁹ Per questo motivo egli, nel suo ruolo di “Maestro della pioggia,” aveva il compito di controllare questo agente atmosferico e far piovere nei periodi di siccità.⁸⁰ Per tali motivi non è implausibile che Chisong Zi si fosse gettato diverse volte nelle fiamme per far piovere senza mai bruciarsi e che alla fine, dopo un periodo di raffinazione spirituale, questi abbia praticato la versione *huojie* della tecnica *shijie*.⁸¹

La tecnica di “Rilascio del cadavere” all'interno del *Liexian zhuan* non è presente solamente nella sua versione “Rilascio dal fuoco”. Lu Shang, il già citato precetto del Re Wen e del Re Wu, arrivato all'età di duecento anni annunciò la propria morte. Dopo che morì, ci furono degli impedimenti che ritardarono la tumulazione del defunto, quando il figlio poté finalmente seppellire il padre, all'interno della bara non trovò il cadavere ma uno scritto profetico nell'ambito della letteratura *chenwei* 讖緯 in sei volumi intitolato *Sigillo di giada* (*Yuqian* 玉鈐).⁸² La sostituzione del cadavere con talismani magici, dunque con testi *chenwei* è un tipo di *shijie* molto comune. Un altro tipo di Liberazione dalle spoglie mortali prevede che il defunto lasci dietro di sé i propri indumenti, in particolare i sandali o la cintura. Questo è il caso di Pingchang Sheng 平常生, (biografia XXI)⁸³ uomo dalle origini ignote il quale morì e risorse un numero considerevole di volte. Per evitare un'inondazione egli si rifugiò in cima ad una montagna ed avvisò la popolazione che questa sarebbe durata per cinque giorni; la sua previsione si avverò e quando i cittadini salirono sulla montagna a rendergli omaggio, questi trovarono solamente i vestiti e la cintura di cuoio dello *xian*. La sua storia, sebbene breve, mette in evidenza come la tecnica *shijie* non dovesse necessariamente essere compiuta una volta nella vita, invece poteva essere compiuta più volte. Per questo motivo non è da escludere la possibilità che anche Chisong Zi avesse compiuto *huojie* più volte. Simile alla storia di

⁷⁹ Schafer (1951) cita varie descrizioni di rituali durante i quali il fuoco, in particolare la pira infuocata sul quale era posto l'officiante, era usato per richiamare la pioggia e quindi porre fine al periodo di siccità.

⁸⁰ Sull'uso del fuoco durante i rituali per far piovere si rimanda a Schafer 1951

⁸¹ Kaltenmark (1953) p. 45.7

⁸² Questo testo viene identificato nel capitolo “Sulle tradizioni” (*duisu*, 對俗) del *Baopuzi* come un testo militare. Considerando la sua natura divina “sigillo di giada” potrebbe essere il nome generico di una categoria di testi *chenwei*. Tali testi erano considerato messaggi profetici emanati dal Cielo e il riceverne uno simboleggiava la stipula di un contratto con quest'ultimo, dunque la ricezione di un “mandato” e il conferimento di poteri sugli spiriti. Per ulteriori informazioni sui testi *chenwei* si rimanda a Seidel (1983)

⁸³ DZ 294 *shang* 08.256a

Pingchang Sheng è quella di Gu Chun 谷春 (biografia LII).⁸⁴ Dopo la sua morte il suo corpo non si raffreddava e pertanto la famiglia, dopo aver adempiuto agli obblighi del lutto, non osava chiudere la bara.⁸⁵ Passarono tre anni e il cadavere di lui era sparito lasciando all'interno della bara, anche in questo caso, solamente i vestiti.

Coloro che praticavano *shijie*, venivano considerato *xian* del rango più inferiore la cui durata vitale era pari a quella del cielo e della terra, ed erano costretti a restare tra le montagne. Tale pratica prevede la morte apparente del corpo e successivamente la resurrezione nel mondo ultraterreno in un corpo spirituale. Tale corpo spirituale era, al momento della morte di costoro, non ben definito e pertanto con questa pratica potevano perfezionarlo nel regno ultraterreno prima di diventare *xian*. All'interno dei contesti rituali era invece associata, già in epoca Han, al rito di morte apparente, ovvero un altro uomo o un oggetto simbolico erano posizionati a guisa del cadavere durante un rituale e si procedeva a simulare la morte così da avere una metamorfosi (*bianhua* 變化)⁸⁶ simbolica del soggetto da vivo a morto.⁸⁷

Il *Liexian zhuan* ci fornisce anche un accurato esempio di metamorfosi slegata dalla pratica *shijie*. Se *shijie* prevede la morte e poi una metamorfosi dello in modo da rendere la persona un *xian* terrestre, *bianhua* è la capacità di mutare la propria forma seguendo la costante metamorfosi delle diecimila cose: conoscere come cambiare e come attuare la metamorfosi è detto Dao. Fang Hui, quando fu rinchiuso con la forza da un uomo che voleva apprendere da lui le sue tecniche del Dao, adoperò la tecnica della metamorfosi per scappare (*hui hua er deiqu* 回化而得去).⁸⁸ Un altro esempio di metamorfosi presente in “Raccolta di Biografie di illustri *xian*” è quella attuata da Xiuyang Gong 修羊公 (biografia XXXVIII):⁸⁹ poiché come molti *xian* e *fangshi* non voleva presentarsi a corte del sovrano, questi si trasformò in una pecora bianca (*huawei baiyang* 化爲白羊).⁹⁰

⁸⁴ DZ 294 *xia* 08.264a-b

⁸⁵ Tale azione, molto probabilmente, deriva dalla credenza, diffusa già in epoca Han, che un uomo dopo la sua morte può diventare uno spirito (*gui*, 鬼) se la sua morte e le pratiche di lutto e sepoltura non aderiscono ai rituali preposti (generalmente di stampo Confuciano).

⁸⁶ SJ 28.1368-1369

⁸⁷ Maspero (1937) p.178

⁸⁸ DZ 294 *shang* 08.253a

⁸⁹ DZ 294 *shang* 08.260a-b

⁹⁰ Ibid.

La scelta di non presentarsi a Corte e di non servire il Sovrano era largamente diffusa. La trasformazione in una pecora di colore bianco e nascondersi in un gregge è un ulteriore *topos* ricorrente

Tra le varie tecniche ed arti praticate dagli *xian* vi sono le arti sessuali e le tecniche ginniche, pratiche impiegate dai *fangshi* per aumentare la propria vita che furono poi mutate dal daoismo. A differenza dei manoscritti ritrovati a Mawangdui, all'interno del *Liexian zhuan* lo *xian* Rongcheng Gong (biografia VII)⁹¹ conosceva perfettamente la pratica *budao* 補導, riferita al *coitus thesauratus*, devenendo quindi un esponente delle arti sessuali e non delle arti di respirazione e circolazione del *qi*. Altra sua caratteristica era quella di poter “afferrare il *jing* dell'oscuro femminile” (*qujingyuxuanpin* 取精玄牝) e dunque “desiderando che il suo spirito non morisse mai, aveva esteso la propria durata vitale e coltivava il proprio *qi*” (*qiyao gushen busishousheng yangqizheye*,

其要谷神不死守生養氣者也).⁹² si apre con la frase “designò sé stesso il maestro di Huangdi” (*zicheng Huangdi shi* 自稱黃帝師),⁹³ elemento presente anche nel manoscritto *Le dieci domande*, e si chiude affermando come egli fu il Maestro di Laozi. Quest'ultima affermazione, sebbene possa sembrare assurda poiché Huangdi è di vari secoli antecedente a Laozi, se si prende in considerazione la longevità di Rongcheng Gong o la capacità degli *xian* di rango più elevato di manifestarsi nel regno degli uomini, tale assurdità svanisce.

La biografia di Peng Zu (biografia XVII)⁹⁴ narra di come lui padroneggiasse le “tecniche ginniche della circolazione del soffio” (*daoyin xingqi* 導引行氣), termine con il quale vengono indicate tutte le pratiche di circolazione del *qi* finalizzate all'estensione della durata vitale.

Gli *xian* descritti all'interno dell'opera di Liu Xiang, come le figure celesti rappresentate sotto forma di statue o disegni murari nelle tombe di epoca Han Occidentali, avevano la capacità di librarsi in aria seguendo gli agenti atmosferici quali pioggia e vento, seguendo i fumi del fuoco oppure sul dorso di animali fantastici. Questo librarsi in volo, molto simile ad un viaggio estatico, è un *topoi* ricorrente nelle agiografie di *xian* anche dei periodi successivi. Chijiang Zi Yu, come Chisong Zi, si librò in aria seguendo il vento e la pioggia, Ma Dan 马丹 (biografia XX)⁹⁵ e Dongfang Shuo 东方朔 (biografia XLII)⁹⁶ si librano in aria entrando in un turbine di vento: nel primo caso il vento

⁹¹ DZ 294 *shang* 08.252b-253a

⁹² DZ 294 *shang* 08.252b

⁹³ Ibid.

⁹⁴ DZ 294 *shang* 08.255a-b

⁹⁵ DZ 294 *shang* 08.256a

⁹⁶ DZ 294 *xia* 08.261b-262a

era così forte da far volare via i tetti dalle case, nel caso di Dongfang Shuo l'agente atmosferico appare solamente per permettere l'ascesa dello *xian* in quanto si avvicinavano tempi travagliati.⁹⁷ La biografia di Zi Ying 子英 (biografia LV)⁹⁸ è, invece, un esempio di ascensione sul dorso di animali magici; lo *xian* si librò in aria sul dorso della carpa rossa (*chili* 赤鯉) che aveva pescato e allevato con amore, fino al punto in cui a questa spuntarono le corna e le ali e fece salire lo *xian* sul suo dorso per volare via. Altri esempi di *xian* che si allontanarono dal mondo degli esseri umani, andando verso l'alto sono Huangdi, Mashu Huang e il maestro della forgiatura dei metalli, Taoan Gong 陶安公 (biografia LX),⁹⁹ i quali si librarono in aria sul dorso di un drago (*long* 龍); Xiao shi 萧史 (biografia XXXV) e la moglie Nong Yu 弄玉, figlia del duca Mu di Qin,¹⁰⁰ volarono via seguendo una coppia di fenici (*fenghuang* 鳳凰).¹⁰¹

All'interno della biografia di Xiao Fu 箫父 (Biografia XIII)¹⁰² e di Peng Zu Liu Xiang, per indicare la loro ascensione, impiega il carattere *sheng* 昇, che indica propriamente un movimento di salita verso l'alto. Il primo ascende dopo aver acceso dei fuochi, in una pratica assimilabile a quella di Ningfeng Zi, il secondo "ascese come *xian* e se ne andò via" (*shengxian erqu* 昇仙而去),¹⁰³ quasi a simboleggiare una capacità di questi di ascendere senza aiuti o mediazioni.

3.6 Le caratteristiche fisiche degli *xian*

La capacità di volare è strettamente collegata al concetto di *xian*. Il volo è un elemento importante, come visto nel capitolo precedente, all'interno delle prime descrizioni e rappresentazioni di *xian* risalenti all'incirca al quarto secolo a.C.. Questi primi *xian* erano descritti come solo parzialmente umani, zoomorfi, con il corpo ricoperto

⁹⁷ Il regno dell'Imperatore Xuan degli Han

⁹⁸ DZ 294 *xia* 08.265a

⁹⁹ DZ 294 *xia* 08.266a-b

¹⁰⁰ DZ 294 *shang* 08.259b

¹⁰¹ Ibid.

La carpa, il drago e le fenici sono animali importanti nella cultura cinese, ed anche all'interno del Taoismo, simboleggianti una lunga durata vitale e di essere mediatori divini tra mondo delle divinità e mondo degli umani

¹⁰² DZ 294 *shang* 08.254a-b

¹⁰³ DZ 294 *shang* 08.251b

di piume o in possesso di ali,¹⁰⁴ erano capaci di volare e si trovavano ubicati nelle montagne o sulle isole distanti dal regno degli uomini.¹⁰⁵ Durante la dinastia degli Han Occidentali questa idea di *xian* per metà umano e per metà animale non era stata del tutto abbandonata ma la componente zoomorfa era sempre più limitata. All'interno del *Liexian zhuan* vi sono, tuttavia, tre *xian* che rispecchiano la descrizione più arcaica: Wo Quan aveva piume sul corpo ed occhi quadrati, Mao Nu era un *xian* donna con il corpo ricoperto di piumino e Ning Xiansheng 甯先生, maestro di Zi Zhu 子主 (biografia LIX),¹⁰⁶ aveva “il corpo ricoperto di piume e le orecchie lunghe” (maishen guanger 毛身廣耳).

Le orecchie lunghe sono, anch'esse, una caratteristica comune a vari *xian*. Ning xiansheng, Wu Guang 務光 (biografia XV)¹⁰⁷ e Huang Yuanqiu 黄院丘 (biografia LXV)¹⁰⁸ vengono descritti come uomini dalle orecchie lunghe.

La biografia di Du Zi descrive, come costui appariva sempre diverso e sottolinea la caratteristica delle sue orecchie e delle sue sopracciglia: le prime erano lunghe e le seconde si rinvigorivano nel tempo. La descrizione di questo *xian* unisce, pertanto, due caratteristiche fondamentali: le orecchie lunghe e la trasformazione sia intesa come apparire sempre diverso, cioè soggetto a mutamento, sia intesa come le sopracciglia che rinvigoriscono.

Il tema della trasformazione di elementi fisici, in particolar modo del ringiovanimento, all'interno delle biografie della nostra agiografia non è sporadico: i capelli di Rongcheng Gong 容成公 da bianchi diventarono neri ed i suoi denti ripresero forza, lo stesso accadde a Jiqiu Jun 稷丘君 (biografia XXXIX),¹⁰⁹ Chixu Zi vide i suoi capelli allungarsi ed i denti riprendere forza. Anche Gui Fu 桂父 (biografia XXXI)¹¹⁰ viene descritto come una persona i cui capelli mutavano costantemente colore, mentre i capelli di Zhu Huang 朱璜 (biografia LXIV)¹¹¹ crebbero dopo che questi andò sul monte

¹⁰⁴ Alcune volte le piume sono indicate con il carattere *mao* 毛 che attualmente significa “pelo, peluria” ma in passato sembra aver una connotazione simile a piume (*yu* 羽).

¹⁰⁵ Company (2002) p. XX.

Tali luoghi sembrano combaciare con quelli descritti all'interno del *Classico dei Mari e dei Monti* (*Shanhaijing* 山海經)

¹⁰⁶ DZ 294 *xia* 08.266a

Ning Xiansheng non ha una sua descrizione ma è inserita nella biografia del suo discepolo, Zi Zhu.

¹⁰⁷ DZ 294 *shang* 08.254b-251a

¹⁰⁸ DZ 294 *xia* 08.267b-268a

¹⁰⁹ DZ 294 *shang* 08.260b

¹¹⁰ DZ 294 *shang* 08.258b

¹¹¹ DZ 294 *xia* 08.267a-b

Fuyang (*fuyang shan* 浮陽山) con il suo maestro, il *daoshi* Yuanqiu 院丘, il quale gli indicò come guarire dalla malattia che lo affliggeva sin dalla tenera età. Diverso è il caso di Chi Fu 赤斧 la cui occupazione era quella di “archivista del tempio del Gallo di giada” (*wei bijici zhubu* 為碧雞祠主簿), egli dopo aver fatto uso di mercurio, cinabro e salnitro per trent’anni ritornò bambino ed i suoi peli e capelli divennero rossi.¹¹²

3.7 Eremitismo e ascensione

Un elemento comune a molti degli *xian* all’interno del *Liexian zhuan* è la loro abilità di predizione. Liu Xiang non afferma quali tecniche divinatorie impiegassero ma sottolinea semplicemente la veridicità delle loro predizioni come nel caso dei già nominati *xian* Lu Shang e Chixu Zi. Il primo era capace di predire sin dalla sua nascita il destino dei vivi e dei morti. Tale capacità, secondo l’opera di Liu Xiang era una capacità innata dello *xian* e non è possibile ricondurla a nessuna delle pratiche di predizione basate, per esempio, sull’osservazione degli eventi naturali o celesti proprie dei *fangshi* o degli esperti di testi *chengwei*. Liu Xiang in riferimento a Chixu Zi afferma come costui predisse una calamità, e dopo che questa si avverò, molti iniziarono a seguire i suoi insegnamenti. Dalla descrizione fornita all’interno dell’opera appare plausibile la circostanza per cui la predizione di Chixu Zi derivasse da un’osservazione di qualche tipo, forse legata ai fenomeni naturali; tuttavia, la sua biografia non fornisce ulteriori dettagli e per tale motivo è impossibile ricondurre tale abilità ad alcuna delle pratiche dei *fangshi*. La biografia di Youbo Zi 幼伯子 (biografia XXIX)¹¹³ descrive come costui predisse un pericolo per le generazioni future della famiglia della quale era un *cliens*, ma non vi sono informazioni sulle modalità della sua predizione o se questa si dimostrò successivamente veritiera.

Liu Xiang, infine, indica per alcuni *xian* il luogo in cui essi si ritirarono o nel quale si erano ritirati prima degli eventi narrati nella loro biografia. Laozi ed Yin, il guardiano del Passo occidentale, si ritirarono oltre il passo occidentale per diffondere la dottrina del

¹¹² I capelli che diventano rossi, oppure il corpo che cambia colore fino a diventar color del cinabro, dopo aver fatto uso di mercurio e cinabro è un elemento comune nelle descrizioni che vennero fatte successivamente degli *xian* o dei *shenxian*.

¹¹³ DZ 294 *shang* 08.258a

Dao. Le “Due ninfe del fiume” (*jiang feiernu* 江妃二女) (biografia XXIV),¹¹⁴ invece, si ritirarono sul Fiume Azzurro (*changjiang* 長江); questa è l’unica biografia nella quale il luogo del ritiro dalla società e dagli uomini comuni è un fiume. I restanti personaggi, escludendo coloro che entrarono nell’acqua come Qin Gao, si ritirarono tutti sulle montagne. Il vagare tra le montagne, ovvero il rifugiarsi su un monte conducendo una vita eremitica, è una caratteristica comune a quasi tutti gli *xian* descritti da Liu Xiang; è possibile, dunque, che molti di loro avessero praticato *shijie* diventando degli *xian* terrestri. Tale dato, tuttavia, non viene esplicitato forse perché era una conoscenza diffusa durante l’epoca in cui l’opera venne scritta oppure perché in quel periodo la pratica *shijie* non designava ancora uno stato di *xian* inferiore agli altri. Le montagne sulle quali essi si rifugiarono non furono monti casuali ma, nella maggior parte dei casi, sono luoghi che hanno acquisito importanza all’interno del taoismo e, forse, la avevano già all’epoca in cui fu compilato il *Liexian zhuan*. Chisong Zi, come detto in precedenza, si ritirò sul Monte Kunlun. Un’altro *xian* che si ritirò su una di quelle che erano considerate le isole degli immortali è Anqi Xiangsheng 安琪先生 (biografia XXX).¹¹⁵ Costui visse come venditore di perle all’epoca di Qinshi Huangdi, e dopo aver parlato con l’imperatore per tre notti e tre giorni invitò quest’ultimo ad andarlo a cercare qualche anno dopo nelle isole Penglai 蓬萊. Nella tradizione Taoista o comunque nella tradizione legata al culto *xian*, l’isola di Penglai era popolata da *xian* e *shenxian*, e si trova nel Mare orientale (*donghai*, 東海). Pinchang Sheng, invece, si ritirò sul Monte Emei (*Emei shan* 峨眉山), luogo che divenne successivamente una delle “trentasei caverne celesti” (*ershiliu dongtian* 二十六洞天).

Zhuji Weng 祝鸡翁 (biografia XXXVII)¹¹⁶ e Chixu Zi si ritirarono entrambi sul monte Wu (*wushan* 吳山), luogo comune a molte storie di spiriti e fantasmi o legende taoiste. Questo luogo assunse una notevole importanza in quanto è il monte dove si trovano la “Grotta dello spirito del tuono” (*leishendong* 雷神洞) e la “grotta dei *zhenren*” (*zhenrendong* 真人洞), luoghi in cui, nei secoli successivi, molti *daoshi* si ritirarono per coltivare sé stessi.

¹¹⁴ DZ 294 *shang* 08.256b-257a

¹¹⁵ DZ 294 *shang* 08.258a-b

¹¹⁶ DZ 294 *shang* 08.259b-2560a

La presenza all'interno del *Liexian zhuan* di alcuni *xian* già citati all'interno dei manoscritti di Mawangdui mette in evidenza come tali figure erano, alla fine della Dinastia Han Occidentali, già parte fondamentale del pantheon degli adepti del culto *xian* e del Taoismo *ante litteram*. Sebbene le tecniche e le arti associate a tali figure all'interno di questa agiografia non coincidono con quelle da loro enunciate nei manoscritti, è possibile notare come le due fonti descrivono probabilmente due aspetti degli *xian* più antichi e la raccolta agiografica, compilata un secolo dopo i testi ritrovati a Mawangdui, mette in luce l'evoluzione di tali tecniche ed arti.

Questi elementi consentono di osservare come il culto *xian* fosse diffuso nel primo secolo a.C. e come le tecniche ed arti si siano affinate ed evolute assumendo una sempre maggiore organizzazione e definizione. La separazione tra la pratica ai fini di mantenere l'igiene macrobiotica e la pratica con fini religiosi risulta evidente, e la scrittura del *Liexian zhuan* conferma come lo stato di trascendenza era percepito come ottenibile.

Le diete sembrano assumere un ruolo di rilievo rispetto agli scritti precedenti. Gli elementi ingeriti dagli illustri *xian* erano parte fondamentale della *materia medica* dei *fangshi* e dei guaritori-medici. In quest'ultimo caso, minerali e piante, hanno un potere curativo e sono associate alla teoria di Yin e Yang e delle Cinque fasi; nel contesto religioso degli *xian*, invece, sembrano essere slegati da queste caratteristiche e sono assunti per le loro proprietà di nutrimento del *qi* e come unici componenti della dieta.

Le arti sessuali, al contrario, sembrano assumere un ruolo marginale nel sistema *xian* dove si dà maggiore enfasi alle pratiche di circolazione del *qi*. L'attribuzione delle prime a Rongcheng Gong il quale le trasmise a Huangdi e Laozi denota, tuttavia, come queste avevano ancora una riguardevole importanza. Le pratiche di circolazione del *qi* assumono qui un'evoluzione notevole e sembrano assumere un ruolo preponderante, insieme alle diete, nella vita e nelle pratiche dell'uomo nel processo di raggiungimento dello stato di *xian*.

Il regno dell'Imperatore Wu segnò l'apice per le dottrine Huang-Lao, nonché per il culto *xian* ed il Taoismo *ante litteram*. Dopo la sua morte l'importanza delle prime per l'élites diminuì gradualmente e gli aspetti esoterici come la vita eremitica e le tecniche *xian* continuarono ad attrarre seguaci in particolar modo ai livelli più bassi della burocrazia e della popolazione. Queste attirarono nuovamente l'attenzione dei funzionari

di alto rango e dell'Imperatore solamente tre secoli dopo con la formazione del culto Taoista e con l'inizio delle rivolte ispirate da principi messianici.¹¹⁷

¹¹⁷ Seidel (2008; tr. Lothar von Falkenhausen) p.148

4. La fine della dinastia Han e il periodo Wei-Jin, la formazione del Taoismo e la nuova visione della trascendenza.

La morte dell'imperatore Wu avvenuta nell'anno ottantasette a.C. segnò il declino del mecenatismo imperiale nei confronti del culto *xian* e delle teorie Huang-Lao. Le pratiche di coltivazione personale che miravano alla trascendenza e non alla semplice igiene macrobiotica, avendo un carattere fortemente esoterico, non furono dimenticate ma continuarono a circolare negli strati più bassi della burocrazia assumendo caratteristiche locali.

L'interpretazione dei presagi auspicali, non solamente quelli legati ai movimenti degli astri ma anche l'apparizione di animali con caratteristiche divine o di iscrizioni e testi profetici e opere della tradizione *chenwei* segnarono l'evoluzione dell'Impero. In particolare, l'ascesa al trono e la caduta di Wang Mang 王莽 (r. 9 d.C. -25 d.C.) furono caratterizzate dall'interpretazione dei messaggi celesti che conferirono a quest'ultimo e successivamente ritrassero il mandato a regnare.¹ A seguito del breve interregno fu ristabilita la dinastia Han, denominata Han Orientali (*Dong Han*, 東漢) (25 - 220) ad opera dell'Imperatore Guang Wu 光武 (r. 25-57) il quale basò il suo diritto al trono e la sua superiorità sugli altri pretendenti su testi profetici.² L'occulto continuò ad affascinare i sovrani i quali si circondarono di *fangshi* capaci per lo più di comprendere i segni del Cielo.

Il primo secolo fu generalmente caratterizzato da una critica verso le pratiche *xian* in un'ottica razionalista che trovò la sua massima espressione all'interno dell'opera *Soppesare i discorsi* (*Lunheng* 論衡) scritta da Wang Chong 王充 (27 - 97). Egli riteneva che l'uomo doveva basarsi solamente su fatti reali e non pensare di poter sottomettere i fenomeni naturali attraverso i riti. In particolare, all'interno del settimo capitolo dell'opera intitolato *Il vuoto del Dao* (*Daoxu* 道虛) Wang Chong afferma che non si possa

¹ D'ora in avanti la dicitura d.C. nella datazione verrà omessa ed impiegata solamente nel caso in cui si faccia riferimento ad una datazione che comprende a.C e d.C.

² Per ulteriori informazioni sull'impiego a livello politico degli scritti politici di Wang Mang e di Guang Wu si rimanda a Xuyet (1976) pp.29- 39

ottenere lo stato di *xian*. Per supportare la sua teoria egli usa l'esempio di Huangdi: costui non avrebbe mai potuto ascendere al Cielo in quanto atto impossibile, tantomeno avrebbe potuto farlo sul dorso di un drago in quanto questi non possono volare fino al Cielo e se si questi animali di dovessero servire delle nuvole e della pioggia per librarsi in aria vuol dire che quando queste svaniranno ci si dovrebbe ritrovare in una pozza d'acqua.³ Usando la stessa argomentazione per assurdo egli critica l'idea che possano esistere persone piumate e sottolinea come le tecniche di circolazione del *qi* e la pratica di nutrirsi di questo per rendere il corpo più leggero, trasformarlo e dunque trascendere siano irrazionali. All'interno dello stesso capitolo Wang Mang definisce il concetto di liberazione dalle spoglie mortali come assurdo e infondato.⁴ Quest'opera, sebbene critica nei confronti delle pratiche *xian*, simboleggia come queste e le rispettive credenze religiose fossero ampiamente diffuse.

Il secolo successivo si aprì con un processo per magia nera all'interno dell'harem del Palazzo Imperiale: ognuna delle donne presenti all'interno del gineceo, concubine o serve, praticava le arti magico-religiose della propria regione d'origine, per lo più culti illeciti e ciò produsse non poche tensioni nell'Impero.⁵ Al contempo le pressioni ai confini, caratterizzate prevalentemente dalle incursioni dei "barbari,"⁶ e le rivolte contadine sempre più numerose unitamente alle lotte per il potere portarono ad una rapida successione di reggenti e Imperatori inesperti, di conseguenza la stabilità dell'Impero era in pericolo.

Questo secolo fu inoltre lo scenario della nascita del Taoismo con la rivelazione di varie opere. La ribellione messianica dei "Turbanti Gialli" (*Huangjin* 黄巾) di ispirazione religiosa legata al *Classico della Grande Pace* che pose fine alla dinastia Han, la nascita della prima comunità religiosa taoista detta "Via dei Maestri Celesti" (*Tianshi dao* 天師道) nel territorio dell'attuale Sichuan e la formazione della "Via della Grande Purezza" (*Taiqingdao* 太清道) nel territorio di Jiangnan 江南,⁷ crearono un enorme fermento religioso in tutti gli strati della società. La formazione di diverse Vie Taoiste portò anche ad una revisione delle pratiche di coltivazione personale al fine di ottenere lo stato di *xian*. La formazione del Taoismo quale religione, probabilmente non sarebbe stata

³ *Lunheng* 7.313-315

⁴ *Lunheng* 7.331-332

⁵ Xuyet (1976) p. 41

⁶ Con il termine barbari si fa riferimento alle popolazioni che vivevano oltre i confini dell'Impero.

⁷ Territorio a sud del Fiume Yangzi.

possibile senza l'arrivo in Cina del Buddhismo (*fojiao* 佛教) il quale già a metà del secondo secolo era considerato dagli adepti del taoismo della Via dei Maestri Celesti una forma inferiore di Taoismo e Buddha era percepito come una manifestazione del divino Laozi.⁸

4.1 La Grande Pace e la rivolta messianica dei Turbanti Gialli

Durante il regno dell'Imperatore Shun 順 degli Han (r.126-145) un uomo di Langya 琅琊⁹ chiamato Gong Chong 宮崇 presentò a corte un'opera che era stata rivelata al suo maestro, il *daoshi* Yu Ji 于吉,¹⁰ intitolata *Classico della Grande Pace con il titolo blu* (*Taiping qingling shu* 太平清領書). Quest'opera trattava del *dao* di Cielo, Terra e Uomo, di Yin e Yang e delle Cinque Fasi e conteneva le indicazioni per uno stato prospero e duraturo. Questo libro fu considerato eretico e dunque custodito in segreto. Un'opera dal titolo simile *Classico della Grande Pace del calendario dell'origine conservato nei Palazzi Celesti* (*Tianguan li baoyuan taiping jing* 天官歷包元太平經) fu presentata all'imperatore Cheng 成帝 (r.32 a.C. -7 a.C.) degli Han Occidentali dal *fangshi* Gan Zhongke 甘忠可. Quest'opera di stampo profetico affermava che la Dinastia Han era alla fine di un ciclo cosmologico e dunque il Cielo avrebbe inviato sulla terra lo *zhenren* Chisong Zi per rivelare il *dao*.¹¹ Sebbene una continuità delle due opere in seno ad una stessa scuola di trasmissione non è rintracciabile, entrambe le opere dichiarano che l'obiettivo finale per l'umanità doveva essere il raggiungimento della "Grande Pace", appunto *Taiping* 太平, e fornirono la base per la stesura dell'opera *recepta* intitolata *Taiping jing*.¹² Questa nozione risalente alla fine del periodo Stati Combattenti era molto diffusa durante gli Han e indicava una situazione politica di tranquillità e ordine mentre all'interno di queste opere era associata alla "più alta antichità" (*shanggu* 上古), periodo

⁸ Kleeman (2016), p. 14

⁹ Situato nell'attuale provincia cinese dello Shandong 山東省

¹⁰ Alcune fonti riportano il suo nome come Gan Ji 干吉. Non è ad oggi certo quale delle due forme sia corretta in quanto l'ambiguità fu causata probabilmente da un errore di trascrizione.

¹¹ Kaltenmark (1979) p.19

¹² Hendrisha (2006) p.38 nota come l'opera nella versione giunta a noi è stata, quasi senza dubbio, canonizzata e sistematizzata intorno al sesto secolo.

durante il quale regnavano la stabilità e l'armonia.¹³ La più alta antichità era caratterizzata dai governi di “saggi virtuosi” (*shengxian* 聖賢) che governavano nutrendo il proprio *qi* e seguendo il *dao*, evitando di infliggere le punizioni; le loro azioni erano dunque caratterizzate dai principi di *wuwei* e *ziran*. Il governo delle generazioni successive divenne sempre più complicato e decadente, per questo ognuno doveva ritornare al *dao*, “l'origine del *qi*” (*qi zhi yuan* 氣之元) o il *qi* primordiale, attraverso un esercizio spirituale di “Meditazione sull'Uno” (*shou yi* 守一).¹⁴

Il testo rivelato allo *zhenren* Yu Ji da uno *shenren* inviato dal Cielo contiene insegnamenti e dottrine salvifiche per poter ricreare nel mondo la Grande Pace, inoltre evidenzia in alcuni passaggi l'importanza degli esercizi spirituali e descrive altri metodi per l'ottenimento della lunga vita e della trascendenza.

All'interno del testo è inoltre possibile ritrovare un'evoluzione della cosmologia correlativa: Cielo, Terra e Uomo devono essere in “comunicazione costante” (*xiangtong* 相通) così come Yin, Yang e “Armonia centrale” (*zhonghe* 中和) la quale altro non è che la commistione di Yin e Yang. Solo quando questi saranno in armonia e i tre *qi* unificati ci potrà essere nel mondo il *qi* della Grande Pace. Proprio questa armonia è ciò che lo *zhenren* vuole insegnare al Sovrano mostrandogli il testo rivelato, quest'ultimo a sua volta deve incoraggiare la circolazione di idee non solo in tutti gli strati della società ma anche con i barbari oltre le frontiere,¹⁵ e controllare che queste idee siano in accordo con le divinità. Inserendosi in un periodo di caos durante il quale molti intellettuali chiedevano riforme, il *Taiping jing* fornì delle soluzioni piuttosto pratiche per poter uscire dal periodo turbolento in cui si trovava l'Impero all'interno del quale la gente povera era sempre più numerosa, e dunque ristabilire ordine e armonia.

L'armonia, in particolare quella dei *qi*, può avvenire solamente se ognuna delle nove categorie di persone armonizza il proprio *qi* con le altre categorie di persone. Questa gerarchizzazione delle persone in nove categorie non è propriamente sociale o economica ma ha forti sfumature religiose in quanto ognuna è caratterizzata da un proprio *qi*. La categoria più eminente è quella degli “*Shenren* senza forma che sono immersi nel *qi*” (*wuxing weiqi zhi shenren* 無形委氣之神人) i quali hanno conoscenza del *qi* primario, a questi fanno seguito i “Grandi *shenren*” (*da shenren* 大神人) associati al Cielo e gli

¹³ Sullo sviluppo del concetto di Grande pace si rimanda a Hendriske (2006) pp.4-13

¹⁴ Kaltenmark (1979) pp.22,23

¹⁵ Kaltenmark (1979) pp.26,27

zhenren associati alla terra, successivamente vi sono gli *xianren* associati alla mutazione del tempo, ovvero le quattro stagioni, e i “Grandi uomini del *dao*” (*Dadaoren* 大道人), nelle categorie inferiori vi sono, in ordine, i saggi, i virtuosi, gli uomini comuni e gli schiavi.¹⁶ Tale distinzione crea una separazione tra *zhenren* e *xianren*, questi due termini non sono più sinonimi, come in testi precedenti, ma indicano due ruoli posti in rapporto gerarchico. Questa divisione e il concetto alla base per cui ad ogni categoria corrisponde un *qi* che deve armonizzarsi agli altri sembra indicare che, per i seguaci della Via Taiping (*Taiping dao* 太平道), ovvero la setta religiosa taoista basata su tale testo, l’ascensione non è qualcosa che può essere ottenuta. Essendo le nove categorie fisse ed immutabili, un uomo non può aspirare a diventare *xian* e dunque trascendere, tali caratteristiche sono prestabilite alla nascita; anche l’accumulazione di *dao*, *virtus* e ricchezze sono condannate se non vengono poi condivise con la comunità.¹⁷ La morte è vista come un passaggio inevitabile nella vita delle persone, se un uomo ha vissuto una vita gioiosa ed i suoi discendenti continuano ad avere una vita gioiosa, alla sua morte egli verrà iscritto nei registri delle buone azioni, altrimenti in quello delle cattive azioni. Il giudice supremo e detentore dei registri delle buone e cattive azioni è il “Signore del Cielo” (*Tian jun* 天君) che è comparabile al Direttore del destino qui identificato con lo “Spirito del cuore” (*Xinshen* 心神).¹⁸

Il *Taiping jing* successivamente afferma che alcune persone eccezionali possono trascendere e ottenere una lunga vita se seguono determinate pratiche di cui la più importante è il vivere moralmente, seguendo dunque i precetti e le proibizioni.¹⁹ Tra le tecniche per ottenere la lunga vita vi è anche la Meditazione sull’Uno che prevede la visualizzazione di luci colorate al fine di diventare internamente luminoso e dunque eliminare tutte le malattie causate dai peccati. Tra le pratiche di igiene macrobiotica descritte nel testo è possibile trovare delle affinità con quelle praticate dagli *xian* del *Liexian zhuan* e quelle indicate nei manoscritti di Mawangdui: l’impiego dell’agopuntura e del moxibustione per garantire la circolazione di Yin e Yang; nutrirsi moderatamente fino ad ingerire solamente *qi* e *jing*, dunque nutrirsi di aria o ingerire droghe. L’innovazione di queste pratiche è che, in particolare quelle di circolazione del *qi* sono

¹⁶ *Taiping jing* 42.41.138b

¹⁷ *Taiping jing* 67.41.212b

¹⁸ *Taiping jing* 111

¹⁹ Kaltenmark (1979) p. 41

connesse alla meditazione.²⁰ L'impiego di *fu* 符²¹ per curare malattie, eliminare calamità e proteggere dagli spiriti,²² deriva in parte dalla funzione di questi nei manoscritti di Mawangdui dove, tuttavia, è assente la capacità di questi di evitare le calamità. Tra le pratiche che non sembrano avere precedenti nel culto *xian* vi sono due tipi di meditazione: la prima basata sulla visualizzazione degli spiriti degli organi interni i quali hanno caratteristiche antropomorfe;²³ la seconda prevede la chiusura delle nove aperture, il rilassamento del corpo, a cui fa seguito una situazione di caos nella quale la circolazione del *qi* si connette ad un embrione presente nella pancia.²⁴ Quest'ultimo tipo di meditazione è molto simile alla "Respirazione embrionale" (*taixi* 胎息), pratica sviluppata nel periodo Tang e Song che prevede la respirazione dall'ombelico e dai pori della pelle, non dal naso e dalla bocca, oppure il nutrimento dello *shen* interiore per mezzo di *qi* raffinato e tramutato in *shen*.²⁵ La meditazione e visualizzazione degli *shen* interiori è presente già nel commentario *Heshang Gong* al *Daodejing*, tuttavia fu proprio a partire dal secondo secolo e gli inizi del terzo che questa pratica si sviluppò notevolmente.²⁶

Il *Taiping jing* ha anche un messaggio politico, questo testo, infatti, vuole educare non solo i sovrani ma tutto il popolo a preparare la venuta dell'era della Grande Pace in quanto colui che governa è guidato dal Cielo. Il Cielo descritto all'interno di questa opera è fonte di ordine e regolamentazione, qualità che devono essere comprese e impersonate anche dagli uomini.²⁷ In quest'ottica il sovrano deve assicurare la distribuzione equa dei raccolti e prevenire il loro deterioramento. Tale programma politico di welfare diffuso può essere percepito come la ricetta di cui aveva bisogno la Cina del secondo secolo al fine di ridimensionare il crescente impoverimento e di conseguenza il malcontento della popolazione.

²⁰ Kaltenmark (1979) pp. 41-44.

²¹ I *fu* sono disegni, o meglio parole celesti, disegnati su un foglio ed impiegati, successivamente in varie pratiche. La traduzione comune è "talismani", ho tuttavia deciso di non tradurre tale termine in quanto il termine talismano, nella lingua italiana, indica anche oggetti con potere spirituale, e dunque per evitare confusione ho scelto di mantenere la trascrizione fonetica.

²² Kaltenmark (1979) pp.43,44

²³ TPJ 61.41.234b

Sebbene il *Commentario Heshang Gong* parli di *shen* interiori, non afferma se queste fossero antropomorfe.

²⁴ TPJ 68.41.222b-223

²⁵ Despeux in Pregadio 2008, pp.993-994

²⁶ Lo sviluppo delle pratiche di meditazione e visualizzazione degli *shen* interiori verrà trattato più avanti in questo capitolo.

²⁷ Hendriske (2006) p.49

Questo sentimento della popolazione fu intercettato nell'anno 171 da Zhang Jue 長角 (? - 184). Egli era un seguace della dottrina Huang-Lao e lesse un libro che univa le teorie Yin e Yang e dei Cinque elementi con le pratiche degli *wu*: *Libro della Grande Pace con il titolo blu*.²⁸ Tale testo, il quale come detto in precedenza funse da base per la successiva compilazione del *Taiping jing*, conteneva probabilmente al suo interno le teorie politiche di welfare e l'idea salvifica dell'avvento dell'era della Grande Pace. Furono proprio queste idee di riorganizzazione politica e sociale come elemento chiave per la salute e la felicità di ogni persona oltre che il concetto di moralità individuale quale condizione *sine qua non* per il ritorno alla Grande Pace che permisero a Zhang Jue di raccogliere seguaci per mutare l'ordine sociale di quel periodo.²⁹ Egli era originario dell'attuale Hebei 河北 e da qui iniziò a raccogliere seguaci senza troppe difficoltà e dar luogo nell'anno 184 alla ribellione dei Turbanti Gialli.

In un periodo nel quale le ribellioni popolari erano frequenti, tale movimento ebbe una maggiore importanza rispetto agli altri. Zhang Jue riuscì con facilità a raccogliere un numeroso numero di seguaci per le sue capacità magico-curative, dandosi l'appellativo di "Grande Saggio" (*Daxian liangshi* 大賢良師) istruì i suoi seguaci e li esortò a diffondere i suoi insegnamenti per educare gli altri, in dieci anni raccolse seguaci nell'ordine dei centomila organizzandoli in plotoni guidati da trentasei *fang* 方 ovvero generali (*jun* 軍).³⁰ Costoro dichiaravano l'avvento dell'era del Giallo, la quale secondo la teoria delle cinque fasi doveva succedere alla dinastia Han. Le loro rivendicazioni trovarono un supporto non ufficiale anche da alcuni ufficiali civili a corte, e dopo che l'attacco alla capitale per mano del *fang* Ma Yuanyi 馬元義 nell'anno 184 fu sventato poiché un adepto avvertì l'Imperatore, Zhang Jue che, quasi imitando il Maestro Celeste voce narrante del *Taiping jing*, si proclamò "Generale del Cielo" (*Tiangong jiangjun* 天公將軍), unitamente a due discepoli che presero rispettivamente il titolo di "Generale della Terra" (*Digong jiangjun* 地公將軍) e "Generale dell'Umanità" (*Rengong jiangjun* 人公將軍), esortarono tutti i *fang* all'azione, questi occuparono varie province e comanderie dell'Impero uccidendo numerosi ufficiali civili e militari prima di essere sconfitti dall'esercito imperiale.³¹

²⁸ HHS 30b.1084

²⁹ Hendriske (2006) pp. 30,31

³⁰ HHS 71.2299

³¹ HHS 71.229-330

La rivolta dei Turbanti gialli non solo determinò l'inizio della caduta degli Han Orientali, ma fu una delle prime organizzazioni propriamente Taoiste, la Via della Grande Pace. La loro importanza nell'evoluzione del taoismo risiede in una pratica largamente impiegata da loro per curare le malattie ed il disordine sociale: la confessione dei peccati. Essi credevano che le malattie cosmiche, politiche e personali fossero causate dalla cattiva condotta dei singoli, in particolare questi peccati erano il fallimento nell'agire secondo il proprio ruolo sociale, dunque le nove categorie elencate nel *Taiping jing*, di conseguenza erano la causa dell'impedimento alla circolazione del *dao*.³² Sia il *Taiping jing* che la pratica della confessione dei peccati e l'idea che le azioni umane bloccassero la circolazione del *dao* non furono appannaggio esclusivo della Via della Grande Pace di Zhang Jue ma erano elementi di rilievo anche all'interno della Via dei Maestri Celesti: la più importante e longeva divisione del Taoismo in Cina.

4.2 I Maestri Celesti

La Via dei Maestri Celesti è nota anche con il nome di “Via delle cinque staia di riso” (*Wudoumi dao* 五斗米道) in quanto le famiglie dovevano offrire, durante i tre ritrovi annuali, cinque staia di riso per poter sostenere le spese rituali della comunità,³³ e, sicché gli adepti ritenevano che le loro pratiche erano ortodosse e la loro concezione del *dao*, chiamato anche Uno (*yi*, 一) era quella corretta, è chiamata anche “Via dell'Uno ortodosso” (*Zhengyi dao* 正一道).³⁴

L'origine dei Maestri Celesti risale al 142 quando la “nuova apparizione di Laozi” (*Xinchu Laozi* 新出老子) o “Signor Lao” (*Laojun* 老君) si mostrò a Zhang Ling 張陵 sul monte Richiamo della gru (*Heming shan* 鶴鳴山),³⁵ sul quale egli si era ritirato per studiare il *dao*, rivelandogli alcune scritture celesti e attribuendogli il titolo di Maestro Celeste (*Tianshi*, 天師).³⁶ Queste rivelazioni da parte della divinità Laozi segnano l'inizio del Taoismo propriamente detto. Zhang Ling, chiamato successivamente anche Zhang

³² Bokenkamp (1997) p.33

³³ Kleeman (2016) p. 5

³⁴ D'ora in avanti gli appellativi Maestri Celesti e Via dell'Uno ortodosso verranno usati indistintamente.

³⁵ Situato circa cinquanta chilometri ad ovest dell'attuale città di Chengdu 成都

³⁶ Bokenkamp (1997) p.34

Daoling 張道陵, iniziò a raccogliere seguaci nel “territorio di Yi” (*Yizhou* 益州)³⁷ e a insegnare loro il *dao*; tale insegnamento era basato sui testi a lui rivelati, in particolare sul *Daodejing* e sul commentario a questo testo intitolato *Xiang'er* 想爾.³⁸ Tra i testi che Zhang Daoling ricevette da Laozi è annoverato anche il *Taiping jing*, inoltre il commentario al *Daodejing* fa riferimento ad un testo simile e condivide con questo testo alcune delle dottrine;³⁹ ciò nondimeno in un testo risalente al 255 intitolato *Comandamenti e ammonizioni per le famiglie del dao* (*Da Daojia lingjie* 大道家令戒)⁴⁰ afferma come Zhang Jue, il leader dei Turbanti Gialli, non godeva di buona reputazione tra i credenti dell'Uno ortodosso.⁴¹ Le informazioni sulla vita di Zhang Daoling e sui primi anni del gruppo dei Maestri Celesti a noi giunte sono scarse, tuttavia sappiamo che alla sua morte il titolo di Maestro Celeste passò a suo figlio Zhang Heng 張衡 (? - 179) e poi al nipote Zhang Lu 張魯 (? - 215), creando l'inizio di una trasmissione ereditaria del titolo.⁴² Le prime informazioni sull'organizzazione dei Maestri Celesti derivano da una stele risalente all'anno 173,⁴³ tuttavia la maggior parte delle informazioni sono relative agli anni successivi al 191, anno in cui Liu Yan 劉焉 (? - 194), “Governatore regionale” (*Zhoumu* 州牧)⁴⁴ di Yi 益, inviò Zhang Lu nominato “Comandante militare volontario della milizia locale” (*Duyi sima* 督義司馬)⁴⁵ e Zhang Xiu 張修, il quale dopo aver

³⁷ Uno dei “nove territori” (*Jiuzhou*, 九州) nei quali era diviso l'Impero

³⁸ Ritenuto a lungo perduto, un'edizione manoscritta di tale commentario è stata ritrovata all'interno delle grotte di Mogao (*Mogao ku*, 莫高窟) di Dunhuang 敦煌 (situato nell'attuale regione cinese Gansu 甘肅) e fu catalogata dal British Museum come “Manoscritto di Stein 6825” (*Stein manuscript 6825*). I riferimenti a quest'opera sono basati sull'edizione critica di Rao Zhongyi 饒宗頤 (2015).

³⁹ Bokenkamp (1997) pp. 67.14

⁴⁰ Questo testo è giunto fino a noi all'interno dell'opera *Scrittura delle ammonizioni e dei comandamenti insegnati dai Maestri Celesti nel testo della legge dell'Uno ortodosso* (*Zhangyi fawentianshi jiao jieke jing* 正一法文天師教戒科經; DZ 120)

⁴¹ Kleeman, *Celestial Masters*, p. 13

⁴² La Via dei Maestri Celesti è l'organizzazione taoista più longeva ed ha mantenuto la trasmissione ereditaria del titolo in seno ai membri della famiglia Zhang. Dopo la morte del sessantaquattresimo Maestro Celeste, Zhang Yuanxian 張源先 (1971 - 2008), il titolo di sessantacinquesimo Maestro Celeste è tutt'oggi ancora conteso.

⁴³ La stele o suoi calchi non sono giunti ai giorni nostri tuttavia una trascrizione di questa effettuata dall'epigrafista di epoca Song, Hong Kuo 洪适, è stata trasmessa. Per una traduzione in inglese della stele ed un commento a questa si rimanda a Kleeman, *Celestial Masters*, pp. 74 - 78

⁴⁴ Hucker p. 336

⁴⁵ T.d.a.

Hucker (1985) non riporta questo titolo, tuttavia tale traduzione è basata sulla sua descrizione dei titoli *du* 督 (supervisore non regolare con delega temporale, Hucker (1985) p. 532), *yibing* 義兵 (milizia locale,

comandato una rivolta di stampo religioso nel 184⁴⁶ fu nominato “Comandante delle milizie alleate” (*Biebu sima* 別部司馬),⁴⁷ ad Hanzhong 漢中⁴⁸ per riprenderla.⁴⁹ Zhang Xiu morì durante la missione e Zhang Lu dopo aver occupato il territorio lo governò per circa ventiquattro anni, dal 191 fino al 215, anno nel quale egli si arrese a Cao Cao 曹操 (155 - 220), fu infeudato e la comunità dei Maestri Celesti fu smembrata e rilocalizzata in tutto il territorio del Regno di Wei 魏 guidato da Cao Cao. Questa diaspora costrinse la comunità a riformarsi: l’organizzazione teocratica in ventiquattro unità amministrative chiamate *zhi* 治 non era più adatta ad un territorio così vasto. Ogni *zhi* era guidata da un *jijiu* 祭酒⁵⁰ il quale oltre a possedere il potere temporale era anche l’autorità religiosa più alta dopo il Maestro Celeste e istruiva i fedeli alla religione attraverso la recitazione corale del *Daodejing*; in seguito alla diaspora la comunicazione tra i *jijiu* e il Maestro Celeste divenne sempre più lenta e difficile, pertanto i primi avevano sviluppato una maggiore autonomia nella creazione di nuove parrocchie e nella nomina dei funzionari religiosi.⁵¹

All’interno della comunità taoista dei Maestri Celesti ognuno aveva un rango specifico conferito attraverso un rituale di ordinamento religioso che prevedeva la consegna di un “registro” (*lu*, 籙) che attribuiva all’adepto un gruppo di *shen* protettivi all’interno del proprio corpo e imponeva lui dei precetti da seguire. Il numero di *shen* e di precetti incrementava con l’avanzamento del proprio rango. Questa progressione avveniva attraverso l’educazione a compilare i documenti ufficiali indirizzati al Cielo, fino a raggiungere lo stato di libationer.⁵² Gli *shen* protettivi e gli *shen* soprannaturali inviavano dei report sulla condotta della persona ad un burocrate Celeste, probabilmente uno dei “Tre ufficiali” (*San guan* 三官) il quale, valutando la condotta dell’adepto basandosi sul livello di sviluppo personale di questo in relazione al rango che egli

Hucker p. 268) e *sima* 司馬 che ho inteso nel senso più ampio possibile con il termine comandante (Hucker (1985) p. 452)

⁴⁶ HHS 75.2432

⁴⁷ T.d.a

⁴⁸ Valle del Sichuan poco più a nord di quella in cui erano collocati i primi Maestri Celesti

⁴⁹ SGZ 8.263

⁵⁰ Il *jijiu* è letteralmente “colui che versa le bevande durante i rituali.” Per l’assenza di un epiteto per tale ruolo nella cultura italiana ho deciso di lasciare la trascrizione dei caratteri onde evitare confusioni.

⁵¹ Kleeman (2016) pp.116,117

I funzionari religiosi, ad esclusione dei *jijiu* sembrano essere una creazione successiva al periodo di Hanzhong. Su questo tema si rimanda a Kleeman (2016) pp.118-124

⁵² Kleeman (2016) p.5

possedeva,⁵³ inscriveva le azioni di condotta positiva e i meriti che contribuivano ad allungare la durata vitale sullo “abaco sinistro” (*zuoxie* 左契) mentre le cattive azioni ed i demeriti che avvicinavano la data della morte sempre più, togliendo giorni di vita, erano segnato sullo “abaco destro” (*youxie*, 右契).⁵⁴ Il computo delle azioni veniva fatto durante le tre riunioni annuali delle parrocchie durante le quali si aggiornavano anche i registri dei vivi e dei morti e ogni famiglia doveva offrire le cinque staia di riso.⁵⁵

Le cattive azioni, ovvero le azioni che andavano contro i precetti del *dao*, considerato la divinità suprema al tempo stesso personificata ed astratta che poteva manifestarsi come il “Supremo signor Lao” (*Taishang Laojun* 太上老君) o come un trio di dignitari chiamati “I tre puri” (*Sanqing* 三清),⁵⁶ erano considerate la causa delle malattie nella persona e delle calamità nel mondo. Per curarsi l’adepto doveva ricorrere alla confessione: dopo esser entrato nelle camere del silenzio ed aver riflettuto sulle sue azioni negative doveva condurre il rituale proprio della confessione, in alternativa doveva scrivere una petizione nella quale elencava i suoi demeriti in tre copie indirizzate ai Tre ufficiali: la copia rivolta al Cielo veniva collocata sulla cima d’una montagna, una in acqua e la terza era seppellita. Se dopo questi rituali l’adepto non era curato allora la sua malattia era causata dalla perdita di fiducia nel *dao*.⁵⁷ Ogni adepto aveva tre possibilità di indulgenza prima di essere punito.⁵⁸

La responsabilità personale delle proprie malattie e del malessere collettivo, nonché tre possibilità di indulgenza prima di ricevere le punizioni, unitamente al carattere del commentario *Xiang'er* quale testo indirizzato a tutta la popolazione e non solamente all’élite fu una delle possibili cause della vasta diffusione del Taoismo dell’Uno ortodosso.

Il commentario al *Daodejing* rivelato dall’Altissimo signor Lao quale manifestazione del *dao* a Zhang Daoling istruiva gli adepti a rispettare i precetti del *dao* e afferma in molti punti che chiunque abbia fede e si comporti in accordo con questo può

⁵³ Kleeman (2016) p. 4

⁵⁴ Kleeman (2016) p. 84

⁵⁵ Bokenkamp (1997) p.36

⁵⁶ Kleeman (2016) p.4

⁵⁷ Bokenkamp (1997) p. 35

⁵⁸ SGZ 8.263

diventare un taoista (*daoren* 道人), e dunque aspirare alla lunga vita ed al raggiungimento dello stato di *xian* indicato nel testo come “*xian-gentiluomo*” (*xianshi* 仙士).⁵⁹

Lo *Xiang'er*, benché sia un commentario di glosse fonetiche dei caratteri basate su una presunta affinità etimologica di grafie omofone,⁶⁰ è più simile ad un trattato che guida gli adepti nella comprensione del funzionamento del *dao* nel mondo e nell’agire in accordo con quest’ultimo. È fondato su una metafisica pratica e una cosmologia non mistica, in quanto l’obiettivo principale del testo è rimodellare la società: alcuni passaggi sembrano indirizzati al Sovrano ciò nondimeno sono indirizzati al popolo dato che, per funzionare in accordo con il *dao*, tutta la società ed il cosmo devono essere in accordo con ciò che è all’origine e pervade tutte le cose.⁶¹

Il *dao*, secondo il commentario non risiede in uno specifico punto del corpo umano ma è ovunque, entra ed esce dal corpo e si disperde sotto forma di *qi*.⁶² Quando i *qi* si agglomerano, formano *jing* che condensandosi forma gli *shen* che risiedono all’interno del corpo.⁶³ Il *jing* è dunque ciò che genera e nutra gli *shen*, pertanto non deve essere disperso, diversamente si va in contro alla morte e non si è più in armonia con il *dao*, dunque non si è capaci di raggiungere la lunga vita e diventare *xian-gentiluomo*.

L’adepto che voleva raggiungere questo stato e diventare una persona del *dao* preservare ed armonizzare i *qi*, *jing* e *shen* presenti all’interno del proprio corpo evitando di provare emozioni violente come passione, preoccupazione, rabbia e gioia. Queste emozioni causano la fuoriuscita di *jing* e all’allontanamento del *dao*, e devono essere regolate dal cuore,⁶⁴ pertanto l’adepto deve eliminare queste tendenze “devianti” (*xie* 邪) diventando come la donna, l’infante e l’acqua: “chiaro e imperturbabile” (*qingjing* 清靜). Essere chiaro ed imperturbabile sembra essere la caratteristica primaria per coloro che

⁵⁹ Il testo riporta la dicitura *xian-gentiluomo*, questa non deve essere erroneamente percepita come una visione maschilista, secondo la quale solamente gli uomini sono in grado di raggiungere questo stato; per i Maestri Celesti donne e uomini avevano le stesse possibilità di raggiungere tale stato.

⁶⁰ Bokenkamp (1997) p. 37

Tale metodologia di commentario è nota con il termine *xungu* 訓詁 ed è la stessa usata nel periodo degli Han Orientali per costruire i commentari ai Classici.

⁶¹ Bokenkamp (1997) p.39

⁶² Rao (2015) p.28; Bokenkamp (1997) p.89

I successivi riferimenti testuali al commentario *Xiang'er* saranno forniti in traduzione dell’autore basata su quella in Bokenkamp (1997) e segnati tra parentesi nel seguente modo: (Bokenkamp p. X)

⁶³ La concezione che gli *shen* sono concentrazioni di *jing* è ripetuta più volte all’interno del commentario: Rao (2015) p. 24, 27, 28, 33.

⁶⁴ Rao (2015) p.36

seguono gli insegnamenti del *dao* unitamente a seguire i suoi precetti ed avere fiducia in esso.⁶⁵ solo in questa condizione gli *shen* personali potevano essere nutriti.⁶⁶

Il commentario *Xiang'er* al *Daodejing*, sebbene non fornisce esplicite indicazioni sulle tecniche e le arti che l'adepto doveva praticare per ottenere lo stato di *xian*, fornisce indicazioni sui comportamenti errati e le pratiche eretiche che allontanano il *dao* accorciando la durata vitale. In particolar modo le pratiche contro cui si scaglia con più veemenza sono alcune arti sessuali e alcune arti di meditazione. I taoisti dell'Uno ortodosso non erano contrari a tutte le arti sessuali ma non concepivano il *coitus reservatus* ed il *coitus thesaurus* per contenere il *jing* e nutrire il proprio cervello, ovvero le false arti decantate da Huangdi, Sunü, Gongzi 龔子 e Rongcheng.⁶⁷ Essi accettavano le pratiche sessuali, in particolare quella detta “unione dei *qi*” (*heqi* 合氣) la quale è un vero e proprio rito, condotto sotto la guida di un maestro, nel quale la penetrazione è preceduta da una serie di visualizzazioni e di massaggi con mani e piedi fatti da entrambi i partner;⁶⁸ tuttavia i rapporti sessuali nella maggior parte dei casi dovevano essere mirate alla riproduzione. Dopo la riproduzione essi non dovevano avere più rapporti sessuali, alcuni adepti esemplari, infatti, non avevano alcun rapporto sessuale sin dalla giovane età creando da subito gli *shen* interiori, come “Cielo e terra che non hanno templi ancestrali e i draghi che non hanno discendenti” (*Tiandi wu ci long wu zi* 天地无祠龍無子).⁶⁹

Coloro che intraprendono il percorso per diventare *xian* si distinguono dalla “gente comune” (*suren* 俗人) poiché, sebbene entrambi abbiano paura della morte, i primi “mantengono i precetti credendo nel *dao*” (*xindao shoujie* 信道守戒)⁷⁰ e se non hanno la possibilità di nutrirsi di cereali, allora il *qi* diviene il loro nutrimento⁷¹; la gente comune al contrario “abbandona le spoglie mortali prima del tempo” (*weiyang tuisi* 未央蛻死)⁷² e se non hanno cereali di cui nutrirsi sono destinati a morire,⁷³ ciò è dovuto al fatto che loro a differenza degli *xian* che “non seguono la pratica dei corpi” (*buxing shixing* 不行

⁶⁵ Rao (2015) p.48

⁶⁶ Rao (2015) p.25, 36

⁶⁷ Rao (2015) p. 28, 55

⁶⁸ Bokenkamp (1997) p. 44

⁶⁹ Rao (2015) p.26 (Bokenkamp p.84)

⁷⁰ Rao (2015) p. 43 (Bokenkamp p.110)

⁷¹ Rao (2015) p. 45

⁷² Rao (2015) p. 43 (Bokenkamp p. 110)

⁷³ Rao (2015) p. 45

尸行) seguono questa pratica contraria al *dao* e di conseguenza non sono capaci di perfezionare il proprio corpo.⁷⁴ Il corpo dei mortali perisce mentre quello di coloro che sono stati capaci di trattenere il *dao* va incontro a trasformazione e rinnovamento.⁷⁵ Tale rinnovamento avviene nella “Grande oscurità” (*Taiyin* 太陰):⁷⁶ coloro che hanno accumulato buone azioni così da poter raggiungere il *dao* non hanno più un posto dove stare nel mondo, pertanto “lo abbandonano e simulando la morte passano attraverso la Grande oscurità per far rinascere la propria immagine” (*biqu tuosi guo dayinzhong er fiyibian shengyang* 避去托死過太陰中而復一邊生像).⁷⁷ La Grande oscurità è dunque il luogo nel quale i taoisti che hanno seguito le pratiche ed i precetti, richiamati dal *dao*, vanno per rinascere e dunque ottenere la longevità.⁷⁸ La simulazione della morte è rappresentata come una pratica simile alla liberazione dalle spoglie mortali, in questo caso risulta necessaria per ultimare la coltivazione personale e diventare una immagine senza forma e materia così da rinascere,⁷⁹ e sembra essere l’unica via per ottenere definitivamente lo stato di *xian*.

Lo *Xiang'er* senza dubbio pone un'enfasi maggiore sul comportamento corretto che gli adepti devono seguire piuttosto che sulle tecniche ed arti da praticare, questa componente morale ebbe una presa maggiore sulla popolazione ed era in grado al tempo stesso di porgere a quest'ultima una soluzione ai problemi che l'affliggevano; ognuno poteva aspirare a diventare *xian* se si comportava secondo le regole morali e l'era della Grande Pace sembrava un'utopia realizzabile se ognuno si comportava bene e guidava gli altri nel comportarsi bene. Questa semplicità e la promessa dell'arrivo di un'epoca migliore contribuirono probabilmente alla lunga vita dei Maestri Celesti anche dopo la loro diaspora ed alla loro diffusione capillare in tutto il regno di Wei, guidato da Cao Cao, e oltre. Tuttavia, la diffusione della Via dell'Uno ortodosso in tutta la Cina avvenne successivamente per la frammentata situazione politica nella quale verteva la Cina e si scontrò con altre Vie di taoismo sviluppate in altre parti dell'attuale territorio cinese, in particolare a Jiangnan.

⁷⁴ Rao (2015) p.26 (Bokenkamp p. 85)

⁷⁵ Rao (2015) p. 36

⁷⁶ In questo contesto il termine *yin* sembra avere il suo significato originario di oscurità contrapposto a *yang* che è luce, e non come principio *yin* della teoria *yin* e *yang*.

⁷⁷ Rao (2015) p. 38 (Bokenkamp p. 102)

⁷⁸ Rao (2015) p.62

⁷⁹ Pregadio (2018) p.387

4.3 Le divinità interiori e la loro visualizzazione

Tra il secondo e l'inizio del terzo secolo apparvero, nella regione dello Jiangnan, due testi il cui soggetto principale era la meditazione sugli *shen* presenti all'interno del corpo: il *Classico centrale dell'altissimo Laozi* (*Taishang Laojun zhongjing* 太上老君中經; DZ 1168)⁸⁰ attribuito al deificato Laozi e il *Classico del cortile giallo* (*Taishang huangting waijing yujing* 太上黃庭外景玉經; DZ 332) attribuito al Grande Signore del *dao* (*Da Daojun* 大道君). Entrambi i testi esortano l'adepto a visualizzare gli *shen* presenti all'interno del proprio corpo e nutrirla con il proprio *jing e qi*; ogni *shen* risiede in un *locus* preciso e ha una propria funzione.⁸¹

Il *Classico centrale* consiste di cinquantacinque capitoli, in ognuno dei quali è descritto uno *shen*, il ruolo che questo occupa all'interno del corpo umano, come nutrirlo e il suo corrispettivo nel pantheon esterno oltre alla sua collocazione all'interno del calendario liturgico.⁸² Il *Classico del cortile giallo* descrive meno *shen* ognuno dei quali governa un organo e le funzioni a questo correlate. Entrambi i testi, tuttavia, condividono la pratica per nutrire gli *shen* interiori affinché questi continuino a svolgere le loro funzioni tra cui la comunicazione con le divinità del pantheon esterno cui sono associate. Durante la meditazione sugli *shen* interiori, l'adepto, visualizza *qi e jing* e il loro flusso all'interno del corpo per consegnarli ai primi.

Il *Classico Centrale*, tuttavia, per la sua estensione e per la sua dovizia di particolari rispetto al *Classico del cortile giallo*, verrà di seguito preso in maggiore considerazione. Quest'opera descrive lo "infante scarlatto" quale *shen* interiore che risiede in ogni persona dalla nascita e si trova all'interno dei dotti gastrici del "Grande granaio" (*Taicang* 太倉), identificato con lo stomaco o con la cistifellea. L'infante scarlatto del *Classico centrale* non è più come nei manoscritti di Mawangdui identificato con il pene, ma assume una valenza che diventerà poi importante nelle future pratiche di coltivazione personale in seno al taoismo. All'interno di quest'opera l'infante scarlatto è "Yang originario" (*Yuanyang* 元陽) e viene chiamato anche con gli appellativi "Infante-

⁸⁰ All'interno del Canone Taoista tale opera è presente anche all'interno dell'opera enciclopedica *Yunji qiqian* 雲笈七籤 (DZ 1032; d'ora in avanti YJQQ) ai capitoli 18 e 19 con il titolo *Calendario di giada del palazzo di perle* (*Zhugong yuli* 珠宮玉曆).

⁸¹ Pregadio (2006) p. 132

⁸² Schipper (1979) p. 77

cinabro” (*Zidan* 子丹), “io” (*wu* 吾) e “maestro dell’io autentico che costantemente mi guida lungo la Via della lunga vita degli *shen* e *xian*” (*zhenwu zhi shiye changjiaowu shenxian changsheng zhi dao* 真吾之師也常教吾神仙長生之道).⁸³ Esso è dunque lo *shen* interiore che rappresenta se stessi, la forma perfetta di sé, e seguendolo si può diventare *xian* dunque trascendere la condizione umana. Come l’infante scarlatta guidi la persona lungo la via degli *xian* e degli *shen* non è chiaro dal testo, probabilmente era parte del corpus di insegnamenti esoterici trasmessi oralmente, insieme all’opera, dal maestro all’allievo. Egli, sebbene sia presente in ogni essere umano, è probabile che guidi lungo la Via solamente coloro che sono capaci di visualizzarlo e nutrirlo e ricevere da lui nutrimento, dunque gli adepti. I nutrimenti di questo *shen* interiore sono “*jing* giallo” (*huangjing* 黃精), “*qi* rosso” (*chiqi* 赤氣), “oro giallo” (*huangjin* 黃金), “gnocchi di giada” (*yuer*, 玉餌), lo “elisir divino” (*shendan* 神丹), “escrescenze luminose e piante” (*zhicao* 芝草) e beve la “sorgente del nettare” (*liquan* 醴泉).⁸⁴ Il *jing* giallo e il *qi* rosso sono nutrienti forniti all’infante scarlatta dalla persona: derivano dal sole e dalla luna che si trovano sotto i capezzoli.⁸⁵ L’adepto focalizzando il suo pensiero su questi, li conduce nel “palazzo cremisi” (*jiangong* 絳宮), nel “cortile giallo” (*huangjing* 黃庭) e nella “camera purpurea” (*zifang* 紫房) per riempire poi il grande granaio e nutrire l’infante scarlatta.⁸⁶ Tutti gli altri nutrienti sono forniti lui dalla madre, la “Donna di giada della misteriosa luminosità” (*Xuanguang yunü* 玄光玉女) o “Grande Yin” (*taiyin* 太陰),⁸⁷ la quale è identificata con la Regina madre d’occidente nonché madre del *dao*. Costei insieme al padre dell’infante, il “Vecchio giallo del centro supremo” (*Zhongji huanglao* 中極黃老), lo allevano per fargli raggiungere lo stato di *xian*.⁸⁸ L’infante scarlatta, che è presente in tutti gli uomini e donne è dunque l’origine dello stato di *xian* e *shen*, la sua evoluzione porterà l’io perfetto a trascendere. Tale visione sembra essere il substrato dell’ideale taoista, sviluppato successivamente, della creazione di un embrione spirituale all’interno del corpo che rappresenta il “corpo spirituale” del sé risvegliato.⁸⁹

⁸³ DZ 1168 *shang* 46.222a

⁸⁴ DZ 1168 *shang* 46.222b

⁸⁵ Il sole e la luna rappresentano probabilmente due *shen* interiori.

⁸⁶ DZ 1168 *shang* 46.222a

⁸⁷ DZ 1168 *shang* 46.222a

⁸⁸ DZ 1168 *shang* 46.222b

⁸⁹ Pregadio (2018) p. 397

Le pratiche di meditazione, visualizzazione, ingerimento del *qi* e la sua circolazione, sebbene predominanti, non sono le uniche pratiche *xian* a cui il *Classico centrale* fa riferimento. L'infante scarlatto ha all'interno del testo la sua residenza anche nel "Campo di cinabro" (*dantian* 丹田), ovvero il palazzo nel quale è conservato il *jing* spirituale della persona che corrisponde nei maschi allo sperma e nelle donne al flusso mestruale. Questo luogo è "la radice dell'uomo" (*renzhishen* 人之根) dal quale si "originano i cinque *qi*" (*wuqi yuan* 五炁之元).⁹⁰ Il Campo di cinabro oltre ad essere il magazzino all'interno del quale è conservato il *jing* è anche la "porta dell'unione e armonizzazione di Yin e Yang" (*he he yinyang zhi men* 合和陰陽之門)⁹¹ ovvero il luogo nel quale le essenze sessuali di uomini e donne si incontrano. Questo passaggio oltre a evidenziare come le arti sessuali siano un elemento importante delle tecniche *xian* anche in quest'epoca, afferma che lo *shen* il quale presiede questo luogo è Confucio.⁹²

L'attribuzione del ruolo di *shen* dell'unione tra uomo e donna a Confucio collega il *Classico Centrale* alla tradizione dei testi *chenwei*. Oltre a incidere sulla scena politica in quanto testi portatori di profezie attribuiti a Confucio, questi testi ebbero una notevole influenza su alcuni testi che apparvero nel secondo e terzo secolo nella regione di Jiangnan e che si possono definire taoisti.⁹³ Uno di questi è lo *Spiegazione dei cinque fu dei tesori luminosi dell'altissimo* (*Taishang lingbao wufu xu* 太上靈寶五符序; DZ 388; d'ora in avanti nel testo *Wufu xu*) compilato tra il terzo e gli inizi del quinto secolo che descrive alcune tecniche per l'ingestione del *qi*, in particolare quelli dei corpi celesti e delle cinque direzioni, e di altri alimenti ricorrenti nelle diete degli *xian* o degli adepti, tecniche per curare le persone ed allungare la durata vitale, alcuni importanti *fu* ed il loro impiego.⁹⁴ In particolare questo testo fornisce una descrizione della pratica di liberazione dalle spoglie mortali per diventare uno *xian* di rango inferiore: uno *xian* terrestre che non ascende al cielo ma continua a vagare sulla terra, specialmente tra le montagne. La pratica descritta all'interno del *Wufu xu* prevede che l'adepto ingerisca "la droga per la liberazione dalle spoglie mortali" (*shijie yao* 尸解藥) formata da grasso di bue, "argento liquido" (*shuiyin* 水銀) e stagno (*xi* 錫) che deve essere assunto per nove giorni tre pillole

⁹⁰ DZ 1168 *shang* 46.224b-254a

Il carattere *qi* 炁 presente all'interno del testo è una variante grafica del carattere *qi* 氣.

⁹¹ DZ 1168 *shang* 46.225a

⁹² Ibid.

⁹³ Sull'importanza dei testi della tradizione *chenwei* per lo sviluppo del taoismo si rimanda a Seidel (1983).

⁹⁴ Per una discussione sull'opera e la sua compilazione si rimanda a Raz (2004).

tre volte al giorno.⁹⁵ Dopo aver fatto ciò la tecnica prevede che egli posizioni sotto il suo ombelico il *fu* del “Vivente celato del grande mistero del tesoro luminoso” (*lingbao taixuan yinsheng* 靈寶太玄陰生) scritto in rosso su seta bianca. Successivamente in un giorno *wu* 戊 o *ji* 己 egli deve distendersi a terra rivolto verso occidente e visualizzare se stesso come morto per un periodo di tempo indefinito, deve poi abbandonare nello stesso luogo i propri vestiti ed entrare in una montagna. Una volta che si sarà allontanato a sufficienza dal proprio luogo di origine deve cambiare nome e non fare più ritorno; nel luogo in cui si era disteso ed aveva abbandonato i propri vestiti apparirà un cadavere il quale successivamente scomparirà.⁹⁶ Tale pratica di liberazione dalle spoglie mortali mostra alcune differenze con quelle descritte all’interno del *Liexian zhuan*: in primis è associata ad una pratica di meditazione, a una pratica alchemica e prevede l’utilizzo di *fu*, in secondo luogo secondo questa evoluzione l’adepto non deve più tornare nel proprio luogo d’origine e cambiare nome. La locuzione “modificare il nome” (*gaiming* 改名) è omofona a “modificare il destino” (*gaiming* 改命) e simboleggia non solo aggirare il registro dei morti, in quanto il suo nuovo nome non sarebbe apparso nei registri, ma indica il disfarsi della propria vecchia persona, simboleggiata dai vestiti che abbandona dietro di sé, per poter generare il suo nuovo corpo.⁹⁷ La liberazione dalle spoglie mortali viene qui associata agli *xian* terrestri ovvero gli adepti che non sono ancora in gradi di “ascendere al cielo alla luce del giorno” (*bairi shengtian* 白日升天) e dunque devono modificare il proprio corpo perfezionandolo.

Il *Classico centrale*, il *Classico del cortile giallo* e il *Wufu xu* possiedono un forte linguaggio alchemico, in particolare l’ultima opera contiene anche alcune ricette alchemiche. Questi tre testi si svilupparono tutti nel territorio a sud del Fiume Yangze, la regione Jiangnan, luogo che era stato patria di alcuni *fangshi* molto importanti e *xian* del passato; in questa stessa regione, alla fine del secondo e agli inizi del terzo secolo, si sviluppò la “Via della Chiarezza Suprema” (*Taiqing dao* 太清道). Questa fu la Via taoista prominente nei territori meridionali della Cina durante il terzo e quarto secolo e all’interno della quale le tecniche alchemiche per la produzione degli elisir (*dan* 丹), considerate le più alte tecniche per raggiungere lo stato di *xian* al pari della meditazione, si svilupparono.

⁹⁵ DZ 388 2.10.746b-747a

⁹⁶ DZ 388 *zhong* 10.746b

⁹⁷ Pregadio (2018) p. 391

4.4 La Via Taiqing

La Via Taiqing, come la Via dei Maestri Celesti, è una via rivelata. Durante il periodo di caos alla fine della dinastia Han uno *shen* rivelò a Zuo Ci 左慈 dei *Classici degli xian sull'Elisir d'oro* (*Jindan xianjing* 金丹仙經) mentre quest'ultimo si era ritirato sul Monte Pilastro del Cielo (*Tianzhu shan*, 天柱山) per meditare.⁹⁸ Questi libri sono il *Classico dell'elisir della Grande purezza* (*Taiqingdan jing* 太清丹經), il *Classico dell'elisir dei nove tripodi* (*Jiudingdan jing* 九鼎丹經) e il *Classico dell'elisir del Liquore d'oro* (*Jinyedan jing* 金液丹經),⁹⁹ i testi che formano il nucleo dottrinale e testuale della Via Taiqing.¹⁰⁰ Zuo Ci tuttavia non riuscì a comporre l'elisir, o gli elisir, di questi testi e per questo motivo migrò ad est, attraversando il fiume Azzurro, e si stabilì nell'area di Jiangnan. Giunto in quest'area egli trasmise i testi a Ge Xuan 葛玄 (164 - 244) il quale li trasmise a Zheng Yin (? - circa 302) che fu maestro di Ge Hong.¹⁰¹

Lo *shen* dal quale Zuo Ci ricevette i testi è anonimo, questo elemento pone dei problemi sull'origine della trasmissione di tali opere; tuttavia attraverso la lettura dei testi del *corpus* della Via Taiqing è chiaro che ognuno di questi ha un'origine divina. Questi testi furono generati nel Cielo della Grande purezza dove risiedono le divinità più importanti, pertanto erano scritti in una forma intelligibile esclusivamente a costoro in quanto i grafemi erano formati spontaneamente per la condensazione del *qi*.¹⁰²

La versione di questi testi che fu trasmessa al genere umano, tradotta in un linguaggio comprensibile, non è la versione integrale che circola nel Cielo, ma ne è una forma parziale.¹⁰³ La trasmissione terrestre di tali scritti segue dunque un rituale specifico durante il quale il maestro chiede alle divinità il permesso di trasmettere gli insegnamenti alchemici. Al contempo lo *Istruzioni sul classico dell'elisir divino dei nove tripodi di Huangdi* (*Huangdi jiuding shendan jingjue* 黃帝九鼎神丹經訣; DZ 885; d'ora in avanti *Testo dei nove elisir*), il cui primo capitolo è probabilmente lo *Scritto dell'elisir dei nove tripodi* rivelato a Zuo Ci,¹⁰⁴ afferma come la versione di questo che circolava nel Cielo di

⁹⁸ *Baopuzi* 4.62

⁹⁹ *Ibid.*

¹⁰⁰ Pregadio, (2005) p. 3

¹⁰¹ *Baopuzi* 4.62

¹⁰² Pregadio, (2005) p. 39

¹⁰³ *Ibid.*

¹⁰⁴ Pregadio, (2005) p. 55

tale testo porta il nome di *Classico superiore dei nove metodi della principessa del dao primordiale dei nove Cieli* (*Jiutian yuandao jun jiufang zhi shangjing*, 九天元道君九方之上經) e che fu trasmesso dalla donna celeste Xuannü durante l'alta antichità agli *zhenren* Wang Qiao, Qisong Zi e Huangdi.¹⁰⁵ Huangdi è anche in questo caso l'adepto esemplare al quale vengono trasmessi gli insegnamenti, insieme ai suoi due maestri. Anche lo *Classico dell'elisir della Grande purezza* e lo *Scritto dell'elisir del Liquore d'oro* non furono trasmessi nella loro forma originale oltre il periodo delle Sei Dinastie ma all'interno del Canone Taoista sono presenti alcune opere che avendo un titolo simile affermano di avere stretti legami con questi o di esserne estrapolazioni, anche se il rapporto di tali testi non è confermato.¹⁰⁶

I testi della Via Taiqing e le pratiche alchemiche da questi descritte traggono la loro origine dal patrimonio culturale dei *fangshi*. L'alchimia aveva già assunto nel terzo e nel secondo secolo a.C. una parziale forza celeste; Qin Shi Huangdi e l'Imperatore Wu si affidarono ai *fangshi* per poter allungare la loro durata vitale e si servirono di questi per produrre l'oro con un procedimento capace di richiamare gli *shen*. L'alchimia prima della rivelazione della Via Taiqing a Zuo Ci era, dunque, un mezzo per convocare gli *shen* e non per ottenere la lunga vita o lo stato di *xian* attraverso l'assunzione dell'elisir; questi due risultati erano possibili solo se alla produzione dell'oro attraverso un processo alchemico seguivano i rituali *feng* e *shan*. La produzione alchemica dell'oro, senza alcuna componente spirituale o religiosa, rimase successivamente appannaggio dei *fangshi*. Zuo Ci stesso è all'interno delle storie dinastiche designato come un *fangshi*: la sua biografia all'interno dello HHS è presente nella sezione "Biografie di *fangshu* esemplari" (*Fangshu liezhuan* 方術列傳).¹⁰⁷ Sebbene in questa versione della sua biografia sono descritte le sue capacità di metamorfosi, pratica attribuita agli adepti del culto *xian* e successivamente ai taoisti piuttosto che ai *fangshi*, e il suo rapporto burrascoso con Cao Cao, non vi è alcun accenno alla rivelazione dei testi celesti che andarono poi a formare il *corpus* originario della Via Taiqing o alle pratiche alchemiche. Unico riferimento è la dicitura "sin dalla giovane età era simile ad uno *shen*" (*Xiao you shendao* 小有神道)¹⁰⁸ che non viene

¹⁰⁵ DZ 885 2.31.590b

¹⁰⁶ Pregadio, (2005) p. 52-57

¹⁰⁷ HHS 82 *shang-xia*

¹⁰⁸ HHS 82 *xia*. 2747

Per le traduzioni integrali della biografia di Zuo Ci contenuta all'interno dello HHS si rimanda a Xuyet (1976) pp 138-139 e DeWoskin (1983) pp.83-86

articolata. La sua categorizzazione come *fangshu* è tuttavia importante in quanto segnala come il divario tra alcuni *fangshi* e i maestri taoisti, o *daoshi*, si andò via via accorciando verso la fine della dinastia Han. Se i taoisti della Via Taiping e quelli della Via dell'Uno ortodosso mutuarono dal patrimonio culturale dei *fangshi* prevalentemente le pratiche di guarigione e di farmacologia, i taoisti della via Taiqing si basarono sulle tecniche alchemiche, mediche e farmacologiche, oltre che sulle arti calendriche, per sviluppare il proprio rituale alchemico di composizione dello “elisir” (*dan* 丹) e per evidenziare le funzioni e proprietà di questo.

L'elisir era concepito come la rappresentazione del *jing* del *dao* indefinito e indiviso,¹⁰⁹ il crogiuolo all'interno del quale era contenuto e i composti impiegati per chiuderlo assumevano un ruolo di rilievo. I composti principali per chiudere il crogiuolo erano il “Giallo misterioso” (*xuanhuang* 玄黃) attraverso il quale il *jing* dell'elisir e quello del suo contenitore impersonavano l'unione dei *jing* di Cielo e Terra, lo stato antecedente la dualità e dunque l'Uno indifferenziato; e lo “Argilla del Sei e Uno” (*Liuyi ni* 六一泥) il quale, oltre a prevenire la rottura del crogiuolo, rappresenta le sette fasi della formazione del mondo dal *dao* che precedettero la manifestazione e avvennero nello stato di “caos primordiale” (*hundun* 混沌). Attraverso la ricostruzione dello stadio primordiale ed originario del *dao* il crogiuolo permette agli ingredienti dell'elisir di rilasciare il proprio *jing* nella fornace, attraverso il fuoco, facendo in modo che questi si riagglomerino come elisir se e solo se il crogiuolo è perfettamente chiuso.¹¹⁰ Oltre a questa concezione cosmologica dell'elisir, i riti e le cerimonie compiuti ad ogni passo del procedimento sono gli elementi che distinguono l'alchimia della Via Taiqing dalla mera procedura tecnica dei *fangshi*.¹¹¹ La prima pratica cerimoniale nel processo di composizione dell'elisir è quello della ricezione delle scritture e delle istruzioni orali dal proprio maestro, questi infatti per la loro origine divina erano tenuti segreti e solo coloro che si erano dimostrati degni potevano riceverli. Dopo aver ricevuto le scritture e le istruzioni orali, l'adepto insieme ai suoi attendenti, solitamente due, si ritira su una montagna o in un posto isolato. Giunti nel luogo designato per la composizione dell'elisir l'adepto e gli attendenti si “purificano” (*zhai* 齋) per un periodo di tempo variabile in base all'elisir da produrre, successivamente procedono a purificare l'area designata allo svolgimento della pratica

¹⁰⁹ Pregadio (2005) p.75

¹¹⁰ Pregadio, (2005) pp. 75-78

¹¹¹ Pregadio, (2005) p.79

alchemica; generalmente questa procedura viene svolta tramite l'impiego di *fu* per allontanare i demoni e ottenere la protezione degli *shen* celesti.

La data del ritiro e dell'inizio della composizione dell'elisir, nonché quella per l'approvvigionamento degli ingredienti necessari è determinata da specifiche regole che fanno riferimento al ciclo delle Cinque fasi ed in particolare alle arti calendarie per la decisione del giorno propizio per l'acquisto degli ingredienti e dell'inizio della procedura di composizione dell'elisir. Anche la costruzione del laboratorio, chiamato "Camera del Forno divino" (*shenzao wu* 神竈屋), e della collocazione della "fornace" (*lu* 爐) seguono accorgimenti specifici e rituali. Ottenuto l'elisir, prima di poterlo ingerire o impiegare per chiamare *shen*, scacciare demoni o curare malattie, l'adepto deve effettuare delle invocazioni agli *shen* chiedendo loro il permesso di poter aprire il crogiuolo e successivamente effettuare delle cerimonie, a volte con l'offerta di parte dell'elisir agli *shen*, prima di poterlo assumere.¹¹²

I testi alchemici della Via Taiqing acclamavano questa come la forma superiore di taoismo, e la sua importanza fu conclamata nel quarto secolo dall'opera di Ge Hong *Capitoli esoterici del Maestro che abbraccia la semplicità* la quale, a differenza del *Wufu xu*, pone una maggiore importanza sulle arti alchemiche e sulla meditazione. Ge Hong ricevette gli insegnamenti della Via Taiqing dal suo maestro Zheng Yin, tuttavia era probabilmente in possesso del materiale testuale relativo all'alchimia e di altre scritture taoiste sin dalla sua infanzia: Ge Xuan il quale ricevette i testi e gli insegnamenti ed i testi da Zuo Ci era suo parente e tali testi, unitamente ad altre opere taoiste, circolavano all'interno del loro lignaggio familiare.

Il *Baopuzi* fornisce chiare descrizioni ed esemplificazioni delle pratiche taoiste e descrive i metodi alchemici della Via Taiqing, il loro sviluppo iniziale e la base culturale dal quale si svilupparono. Ge Hong riteneva lo *Scritto esoterico dei Tre Sovrani* (*Sanhuang neiwen* 三皇内文), il *Grafico della forma reale dei cinque picchi* (*Wuyue zhenxing tu* 五嶽真形圖) e i testi a questi correlati,¹¹³ nonché le scritture della Via Taiqing e quelle sulla meditazione le tradizioni più importanti.¹¹⁴ Il suo maestro, Zheng Yin, considerava lo *Scritto esoterico dei Tre Sovrani* e il *Grafico della forma reale dei cinque picchi* come le scritture più importanti del *dao*, in particolare la prima aveva il

¹¹² La descrizione dei rituali e delle cerimonie è basata su: Pregadio, (2005) pp. 79-99

¹¹³ Queste due opere non ci sono state trasmesse nella versione che circolava durante il periodo nel quale Ge Hong scrisse il *Baopuzi*

¹¹⁴ Pregadio, (2005) p. 127

potere di tenere lontani i demoni, allontanare il *qi* negativo, neutralizzare le sfortune e le calamità, inoltre colui il quale otteneva questo testo diveniva capace di trasformarsi e nell'agire non doveva più preoccuparsi dell'identificazione di luoghi e giorni propizi.¹¹⁵ Entrambi i testi avevano inoltre il potere di convocare gli *shen* per chiedere loro protezione, erano dunque simili ai *fu*.¹¹⁶ L'alchimia, secondo Ge Hong, aveva le stesse proprietà di questi testi, l'adepto era infatti capace di convocare vari *shen* di alto o basso rango e il solo possedere l'elisir gli consentiva di scacciare i demoni.¹¹⁷ A differenza di quanto dichiarate nel *Wufu xu*, il *Baopuzi* considerava le erbe medicinali come inferiori agli elisir; le prime consentono, secondo Ge Hong, solamente di allungare la propria vita e di curare le malattie ma sono scevre di qualunque beneficio religioso,¹¹⁸ i secondi al contrario, oltre ad avere capacità curative, possedevano anche le proprietà dei *fu*, ricreano lo stadio originario di indifferenziazione del cosmo e consentivano di diventare *xian*. Ge Hong, in aggiunta, considerava le droghe mediche, le arti sessuali e le tecniche di circolazione del *qi* come ancillari alle pratiche alchemiche; colui che perseguiva tali tecniche e arti senza affiancarle all'alchimia avrebbe solo nutrito sé stesso:¹¹⁹ Huangdi, associato con le arti sessuali e quelle alchemiche ascese al Cielo sul dorso di un drago per merito delle prime e non delle ultime.¹²⁰

L'unica altra pratica alla quale Ge Hong attribuisce le capacità di convocare gli *shen*, scacciare i demoni ed ottenere lo stato di *xian*, nonché un ruolo all'interno della burocrazia soprannaturale è la meditazione. All'interno del *Baopuzi* sono descritti due tipi di meditazione: "Sorvegliare l'Uno autentico" (*shou zhenyi* 守真一) che consiste nella meditazione e visualizzazione degli *shen* interiori che sono l'Uno,¹²¹ e "Sorvegliare l'Uno misterioso" (*Shou Xuanyi* 守玄一), più semplice da eseguire della precedente, che prevede la divisione dell'adepto in più persone durante la meditazione.¹²²

Il secondo secolo fu caratterizzato da una disintegrazione politica contrapposta all'insorgenza di varie Vie taoiste. Le due aree di maggior sviluppo religioso furono la

¹¹⁵ *Baopuzi* 19.308

¹¹⁶ Pregadio (2005) p. 128

¹¹⁷ Ibid p. 129

¹¹⁸ *Baopuzi* 18.221

¹¹⁹ Pregadio (2005) p. 134-136

¹²⁰ *Baopuzi* 6.118

¹²¹ *Baopuzi* 18.298, 18.300

¹²² *Baopuzi* 18.298

zona occidentale dell'Impero Han, ovvero la regione di Shu, e la zona di Jiangnan situata ad est, sulla costa. Se ci fossero collegamenti tra le due Vie taoiste al momento della loro contemporanea formazione è un interrogativo ancora irrisolto, tuttavia in seguito alla diaspora dei Maestri Celesti la loro tradizione taoista entrò in contatto con quelle sviluppate a Jiangnan. Il buddhismo, introdotto in Cina durante il periodo degli Han Orientali sicuramente funse in parte da catalizzatore per la nascita del taoismo come religione organizzata che mutuò molti dei suoi elementi dalle tradizioni culturali in auge in Cina.

Ge Hong con il suo *Scritto esoterico del Maestro che abbracciò la semplicità* ha delineato lo sviluppo della conoscenza fino agli inizi del quarto secolo, in particolare della conoscenza legata all'ottenimento dello stato di *xian*. I meriti di Ge Hong nell'offerirci un'immagine relativamente completa dello sviluppo del taoismo sono collegati anche alla sua raccolta di biografie intitolata *Biografie di shen e xian* (*Shenxianzhuan* 神仙傳) oramai perduta. La visione di Ge Hong sull'immortalità e le tecniche e arti *xian* che egli attribuisce agli *xian* e agli *shen* all'interno della sua raccolta di biografie verranno illustrati nel seguente capitolo.

5. La descrizione degli *xian* all'interno del *Shenxian zhuan*

Ge Hong nacque nel 283 da una famiglia dell'aristocrazia meridionale, e come i suoi antenati anche lui servì l'amministrazione imperiale in vari ruoli civili e militari. Rimasto orfano di padre all'età di tredici anni e avendo perso i libri da quest'ultimo raccolti a causa delle guerre e degli incendi, Ge Hong continuò a studiare ricopiando opere.¹ All'età di quattordici anni divenne un tutee di Zheng Yin il quale, dopo averlo testato per capire se fosse degno, gli trasmise i suoi *fang-shu*.² Tra questi testi vi erano anche i testi della Via Taiqing trasmessi a Zheng Yin dallo zio paterno di Ge Hong, Ge Xuan. Egli era avvezzo alla lettura e per tutta la vita Ge Hong raccolse e ricopiò testi della tradizione letteraria e religiosa presenti nel territorio del regno di Shu. La sua conoscenza, in particolare delle tecniche *xian* delle quali valutava l'alchimia e la meditazione come tecniche superiori, è manifesta all'interno dei venti *pian* del *Baopuzi*, concentrati sulle pratiche ed idee legate alla religione Taoista e del culto *xian*, e all'interno dei cinquanta *pian* del suo *Scritti essoterici del Maestro che abbraccia la semplicità* (*Baopuzi waipian* 抱樸子外篇; d'ora in avanti in nota *BaopuziWP*): discussioni sul sapere e la cultura dei letterati.³

Ge Hong, nonostante ricevette gli insegnamenti della Via Taiqing dal suo maestro, non fu un alchimista o un esponente del Taoismo della Via Taiqing. Egli fu piuttosto un letterato che collezionò e unificò le tecniche *xian* che si erano sviluppate nel corso dei secoli fino ai suoi giorni.⁴ Il *Baopuzi* è la più importante fonte per lo studio delle tradizioni letterarie e religiose degli inizi del quarto secolo per le numerose informazioni che contiene su vari concetti, credenze e pratiche diffuse all'epoca.⁵ La composizione del *Baopuzi* e dello *Scritti essoterici del Maestro che abbraccia la semplicità* avvenne

¹ *BaopuziWP* 50.652,653

² Company (2002) p. 14

³ Per una traduzione dell'opera *Scritti esoterici del Maestro che abbraccia la semplicità* si rimanda a Ware 1966, Che 1999 e Pregadio 1987 offrono una traduzione parziale. Per una traduzione dell'opera *Scritti essoterici del maestro che abbraccia la semplicità* si rimanda a Sailey 1987

⁴ Company (2002) p.8

⁵ Pregadio (2019) p. 1

probabilmente in contemporanea alla collezione del materiale per la composizione della sua opera agiografica intitolata *Biografie di Shen e Xian*.⁶

Xian e *shen* sono termini che attraversano tutte le opere di Ge Hong unitamente al discorso sulle tecniche per l'estensione della vita e quello sulle tecniche *xian*. Il *Baopuzi* fornisce un'ampia descrizione di tali concetti e del modo in cui erano percepiti da Ge Hong e dall'élite a cui erano indirizzati i suoi scritti attraverso il metodo del dialogo tra l'autore e un interlocutore per lo più immaginario. *Biografie di Shen e Xian* è invece la rappresentazione descrittiva e prescrittiva della religione evidenziata all'interno del *Baopuzi* attraverso l'impiego di figure che probabilmente erano conosciute al lettore.

I concetti e le pratiche descritti da Ge Hong sono il frutto dell'evoluzione delle tecniche *xian* o delle tecniche macrobiotiche per l'estensione della vita e anche dell'influsso che su queste ebbero lo sviluppo non solamente religioso ma anche culturale che interessò il territorio cinese dal secondo secolo. Dopo una breve descrizione di questi nella forma in cui vengono delineati all'interno del *Baopuzi*, si procederà all'analisi dell'opera *Biografie di Shen e Xian*, in particolare alle tecniche descritte all'interno di questa raccolta di agiografie.

5.1 Scritto esoterico del Maestro che abbraccia la semplicità

“Per quale motivo ti stupisci solamente del fatto che gli *xian* siano diversi dagli uomini comuni e a differenza di questi non muoiono?” (*He duguai xianzhe zhi yi buyu fanrenjie si hu*, 何獨怪仙者之異不與凡人皆死乎)⁷ è la domanda retorica posta da Ge Hong al suo interlocutore il quale gli aveva chiesto delucidazioni sugli *xian*. A questa domanda fa seguito la riflessione dell'autore il quale afferma che tutti gli esseri viventi i quali ricevono il *qi* non hanno una forma fissa ma al contrario le trasformazioni sono una costante degli animali e degli esseri umani:⁸ la trasformazione in *xian* non si discosta dal principio del mutamento della natura. Gli *xian* sono coloro che “per mezzo dell'ingestione di droghe coltivano il proprio corpo, per mezzo delle arti occulte allungano la loro vita”

⁶ Company (2002) p. 15

⁷ *Baopuzi* 2.13 (Che p. 65)

⁸ Ibid

(*yi yaowu yangsheng yi shushu yanming* 以藥物養身以術數延命)⁹ e ciò gli permette di vivere a lungo e non mutare il loro corpo originario. Questa definizione che può sembrare in contrasto con il principio di mutamento descritto precedentemente, in realtà è la riconferma di questo: l'ottenimento dello stato di *xian* non sempre è una trasformazione fisica. Il principio di questi e degli *shen* non può essere percepito dai sensi di un normale essere umani, così come non tutti sono in grado di percepire il “profondo mistero del *dao* e della sua *virtus*” (*daode zhi youxuan* 道德之幽玄).¹⁰ Coloro i quali non hanno una profonda visione ed un udito eccellente non sono capaci di fare esperienza della vera forma degli *xian* e della loro voce.¹¹

La ricerca della lunga vita e l'ottenimento dello stato di *xian*, dunque la comprensione del *dao*, non sono obiettivi appannaggio di tutti per Ge Hong. All'interno del *Baopuzi* tali condizioni sono determinate dal Cielo” (*tian ming* 天命): nel momento in cui si forma l'embrione di ogni essere umano esso riceve il *qi* e in base a questo la sua condizione viene stabilita. Il *jing* che egli riceve proviene da una stella: solo coloro i quali sono nati in “congiunzione” (*zhi*, 值) con la stella della saggezza possono diventare saggi, coloro i quali sono nati in congiunzione con la stella della longevità possono divenire longevi, coloro i quali sono nati in congiunzione con la stella dello stato di *xian* possono diventarlo e così via.¹² Per questi motivi chiunque, indipendentemente dal suo strato sociale, può diventare *xian* o comprendere i principi del *dao* se è predestinato dal Cielo che opera in modo involontario e non arbitrario:¹³ la congiunzione con il *qi* di *shen* e *xian* è “ciò che ‘cio che così è da se’ conferisce” (*ziran suo bing* 自然所稟).¹⁴

Nascere in congiunzione con la stella dello stato di *xian* non è sufficiente per ottenere tale stato, questa predestinazione deve essere perseguita con la pratica di arti e tecniche precise che possono essere insegnate solamente da un maestro.¹⁵ Il maestro è dunque colui che riesce a comprendere se una persona sia degna, tra i suoi discepoli, di ottenere le istruzioni essenziali, ovvero le arti *xian* che conserva nascoste.¹⁶ I discepoli

⁹ Ibid.

Nel tradurre il termine *shushu* 術數 ho seguito la traduzione in Che p. 65

¹⁰ Ibid

¹¹ *Baopuzi* 2.14

¹² *Baopuzi* 12. 205 (Che p. 160)

¹³ Pregadio 2019 p. 4

¹⁴ *Baopuzi* 12.205 (Che p.161)

¹⁵ Ibid.

¹⁶ *ibid.*

ricevono dal maestro una droga già sintetizzata oppure la ricetta segreta per comporla autonomamente.¹⁷

Le istruzioni essenziali che il maestro consegna al proprio discepolo, generalmente sotto forma di testi e insegnamenti orali, gli consentono di ottenere lo stato di *xian*, o semplicemente una vita lunga. Tuttavia, a queste pratiche deve essere associata la coltivazione della propria *virtus* e avere una buona condotta per poter estendere la propria vita. Coloro i quali non soddisfano questo prerequisito essenziale vedranno la propria durata vitale decurtata di alcune unità.

Tale concezione per cui le buone azioni sono necessarie per estendere la propria durata vitale, e le cattive azioni portano a un decurtamento della propria durata vitale in base alla gravità dell'azione commessa riportata all'Amministratore del destino da varie divinità residenti nel corpo,¹⁸ è affine al precetto delle buone azioni della Via dei Maestri Celesti. Non è improbabile che Ge Hong abbia scritto questo passaggio per cercare di incorporare tale concezione nella religione di Jiangnan; egli infatti afferma di non essere capace di giudicare quanto di ciò sia vero poichè “il *dao* del Cielo è distante e oscuro e demoni e spiriti sono difficili da comprendere” (*Tiandao miaoyuan guishen nanming* 天道邈遠鬼神難明).¹⁹ Tale meccanismo retorico fu probabilmente impiegato da Ge Hong per unificare le varie culture e Vie religiose taoiste che erano presenti nel territorio. Questa agenda è percepibile quando egli citando l'opera *Testo del Sigillo di Giada*, probabilmente la stessa opera che nel *Liexian zhuan* si trova al posto del cadavere di Lu Shang dopo che questi ascese per il rilascio delle spoglie mortali, afferma che “coloro che desiderano diventare *xian* terrestri devono avere un computo di trecento buone azioni, coloro che desiderano diventare *xian* celesti devono avere un computo di mille e duecento buone azioni” (*ren yu dixian dangli sanbai shan yu tianxian li qianerbai shan* 人欲地仙當立三百善欲天仙立千二百善).²⁰ La divisione tra *xian* celesti e *xian* terrestri da un punto di vista gerarchico è prevalentemente legata allo sviluppo religioso di Jiangnan; a queste due categorie se ne aggiunge una terza, gli “*xian* per rilascio delle spoglie mortali” (*shijie xian* 尸解仙).²¹ In altri passi dell'opera Ge Hong chiarisce come questi ultimi siano gli *xian* di grado più basso dato che, a differenza degli altri due, non hanno ancora

¹⁷ *Baopuzi* 13

¹⁸ Pregadio (2019) p. 18

¹⁹ *Baopuzi* 6.114

²⁰ *Baopuzi* 3.47

²¹ *Baopuzi* 2.18

ottenuto il *dao* e perciò si estraniavano dalla mondanità. Questo è uno dei motivi per cui alcuni *xian* pospongono la loro ascensione al Cielo, solitamente ingerendo metà dose dell'elisir divino, per restare sulla terra;²² quindi restano *xian* terrestri prima di diventare *xian* celesti.

Estraniarsi dal mondo e ritirarsi sulle montagne non è dunque, per lui, una condizione necessaria per diventare *xian* o ottenere la lunga vita; la pratica delle tecniche e delle arti è invece il “fondamento” (*ben* 本) o l’“essenziale” (*yao* 要) per diventare *xian*. Tra le tecniche ed arti essenziali Ge Hong cita la “conservazione del *jing*” (*bao jing* 寶精), termine che si riferisce alle arti sessuali, le tecniche di “circolazione del *qi*” (*xing qi* 行氣) e “ingerire la droga superiore” (*fu yida yao* 服一大藥), l'elisir divino.²³ All'interno dell'opera sono descritte anche altre opere essenziali come per esempio le arti ginniche, l'astensione dai cereali, l'utilizzo dei *fu*, le arti dell'invisibilità, tecniche per evitare il freddo o il caldo e per camminare sull'acqua, nonché la meditazione, pratica alla quale è dedicato tutto il capitolo diciotto dello *Scritti esoterici del Maestro che abbraccia la semplicità* intitolato *Autenticità terrestre* (*Dizhen* 地真).²⁴ Questa era unitamente all'alchimia e all'impiego delle opere dal carattere talismanico *Scritto dei Tre sovrani e Grafico dei cinque picchi*, la pratica di coltivazione personale più importante. In particolare, Ge Hong mette in evidenza i benefici del “meditare sull'Uno” che consiste nel visualizzare gli *shen* situati nel proprio corpo che rappresentano il *dao*: accedere al mondo sovranaturale e comunicare con gli *shen* esteriori.²⁵

Le altre pratiche sono considerate arti minori (*xiaoshu* 小術), e hanno benefici limitati; alcune consentono di prolungare la vita, altre di evitare le malattie, pertanto se non sono praticate unitamente alle tecniche ritenute superiori, allora i loro benefici sono limitati e non consentono di ottenere lo stato di *xian*.

Le caratteristiche degli *xian* e degli *shen*, nonché le idee religiose e le discipline legate all'ottenimento della trascendenza descritte sotto forma di dialogo pedagogico e retorico trovano la loro espressione all'interno dell'opera *Biografie di Shen e Xian* la

²² Pregadio (2019) pp.15-16

²³ *Baopuzi* 8.136

²⁴ *Baopuzi* 18

Tda

²⁵ *Baopuzi* 18

quale sembra avere come obiettivo la trascrizione di modelli esemplari da seguire e affermare l'esistenza di tali figure.²⁶

5.2 Paternità e trasmissione di *Biografie di Shen e Xian*

L'opera *Biografie di Shen e Xian* è tradizionalmente attribuita a Ge Hong. Egli stesso all'interno della sua autobiografia elenca le opere da lui scritte tra le quali vi è l'opera intitolata *Biografie di Shen e Xian* in dieci *juan* la quale tratta delle biografie di “coloro i quali non sono tradizionalmente elencati [all'interno delle sezioni Biografiche dei vari testi]” (*su suo buliezhe* 俗所不列者).²⁷ La biografia di Ge Hong all'interno del *Libro dei Jin* (*Jinshu* 晉書) riprende quanto detto dall'autore attribuendo a lui la compilazione di una raccolta di biografie su *shen* e *xian* in dieci *juan*.²⁸ L'assenza di un testo *recepto* di tale agiografia, se non nella forma di più tarde ricostruzioni, pone il problema di quali biografie furono scritte dall'autore del *Baopuzi* e quali furono, invece, integrate in epoca successiva.

Il commentario al *Sanguo zhi* 三國志 (d'ora in avanti SGZ) completato da Pei Songzhi 裴松之 (372–451) nel 429 contiene i più antichi riferimenti testuali di *Biografie di Shen e Xian* nel commento alle biografie di Jie xiang 介像,²⁹ Li Yiqi 李意其³⁰ e Dong Feng 董奉.³¹ Pei Songzhi, inoltre afferma come tale opera era indirizzata ad oscurare la mente delle masse, tuttavia per l'ampia circolazione di questa ha deciso comunque di citarla.³²

Un'altra opera datata alla fine dello stesso secolo nella quale vi sono dei riferimenti allo *Shenxian zhuan* è il *Zhengao* 真誥 (DZ 198). L'autore dell'opera e del suo commentario, il taoista Tao Hongjing 陶弘景, afferma come i riferimenti a Feng Junda 封君達, Shen Xi 沈羲, Lu Gong 呂恭, Luan Ba 樂巴, Dongling shanmu 東陵聖

²⁶ Penny (1993) p.3

²⁷ *Baopuzi* 3.46

²⁸ *Jinshu* 72.1912

²⁹ SGZ 63.1426

³⁰ SGZ 32.891

³¹ SGZ 49.1192

³² SGZ 63.1426

母, Feng Gang 鳳綱, Chen Anshi 陳安世, Li Shaojun e la “Moglie di Liu Gang” (*Liugangqi* 劉綱妻), chiamata nelle fonti successive con l’appellativo “Signora Fan” (*Fan furen* 樊夫人) derivino da un’opera intitolata *Shenxian zhuan*.³³

Tao Hongjing, tuttavia, si limita a citare l’opera senza indicarne l’autore ma considerato che la sua biografia nella *Storia dei Liang* (*Liangshu* 梁書) afferma che egli “all’età di dieci anni ottenne l’opera *Biografie di Shen e Xian* di Ge Hong” (*Nian shisui de Ge Hong Shenxian zhuan* 年十歲得葛洪神仙傳),³⁴ appare quasi improbabile che egli estrapolò tali informazioni da un’altra opera con lo stesso titolo.

L’altra opera risalente al periodo delle Sei dinastie, a noi giunta in forma integrale, che attribuisce alcune biografie allo *Shenxian zhuan* è il *Commentario al classico dell’acqua* (*Shijingzhu* 水經注; d’ora in avanti SJZ) di Li Daoyuan 酈道元 (? - 527). All’interno di quest’opera le biografie di Feng Junda,³⁵ Wei Shuqing 衛叔卿³⁶ e Ling Shouguang 靈壽光³⁷ sono introdotte dalla formula “*Biografie di Shen e Xian* afferma” (*Shenxian zhuan yue* 神仙傳曰) mentre la biografia di Laozi è introdotta dalla dicitura “*Biografie di Shen e Xian* del Maestro che abbraccia la semplicità afferma” (*Baopuzi shenxian zhuan yue* 抱樸子神仙傳曰).³⁸

Il trattato sull’agricoltura *Tecniche base del popolo di Qi* (*Qimin yaoshu* 齊民要術; d’ora in avanti QMYS) di Jia Sixie 賈司勳 scritto nel regno di Wei 魏 attribuisce alla raccolta di agiografie di Ge Hong la biografia di Dong Feng,³⁹ di Shen Xi,⁴⁰ la biografia della Signora Fan,⁴¹ di Jia Xiang,⁴² di Wang Xing 王興,⁴³ e la biografia comune di Hu gong 壺公 e Fei Changfang 費長房.⁴⁴

Considerato il relativamente elevato numero di citazioni e il commento di Pei Songzhi sull’opera di Ge Hong, in particolare sulla sua diffusione, è possibile presupporre

³³ DZ 198 10.35.95b-97a

³⁴ *Liangshu* 51.742

³⁵ SJZ 2.24a

³⁶ SJZ 19.35.a

³⁷ SJZ 32.9b

³⁸ SJZ 17.13b

³⁹ QMYS 4.200

⁴⁰ QMYS 10.575

⁴¹ QMYS 10.576

⁴² QMYS 10.577

⁴³ QMYS 10.648

⁴⁴ QMYS 10.633

che tale opera fosse in circolazione tra gli eruditi nel periodo che si estende tra il quarto ed il sesto secolo. La stessa fama doveva avere anche durante la Dinastia Sui 隨 in quanto fu citata da varie opere religiose e non, ed è presente nei trattati bibliografici delle storie dinastiche e all'interno dei cataloghi delle biblioteche private anche sotto la Dinastia Tang e la Dinastia Song. Fu probabilmente durante la Dinastia Yuan o la successiva Dinastia Ming che tale opera andò perduta.⁴⁵

Le diverse ricostruzioni dell'opera fatte nei secoli successivi sono dunque basate su vario materiale bibliografico religioso e non. Oltre alle già citate opere, le quali sono le prime citazioni di *Biografie di Shen e Xian*, le fonti dalle quali è stata ricostruita l'opera sono i *leishu* 類書⁴⁶ e le opere contenute all'interno del Canone Taoista.

I *leishu* all'interno dei quali vi sono varie biografie attribuite all'opera di Ge Hong sono lo *Yiwen leiju* 藝文類聚 (d'ora in avanti YWLJ) compilato tra il 622 ed il 624 su ordine del primo imperatore Tang, il *Taiping yulan* 太平御覽 (d'ora in avanti TPYL) ed il *Taiping guangji* 太平廣記 (d'ora in avanti TPGJ) entrambi ordinati dal primo imperatore Song nell'anno 977. All'interno di queste opere molte delle biografie di *xian* sono attribuite allo *Shenxian Zhuan* tuttavia non ci è possibile sapere con precisione se queste corrispondano perfettamente alla versione scritta da Ge Hong, oppure subirono un lavoro editoriale di riscrittura.⁴⁷ Lo stesso ragionamento è possibile estenderlo anche ai testi all'interno del Canone Taoista. In particolar modo sono presenti citazioni dell'opera all'interno de *La borsa di perle delle tre caverne* (*Sandong zhunang* 三洞珠囊; DZ 1139; d'ora in avanti SDZN),⁴⁸ enciclopedia taoista compilata all'incirca nell'anno 680 da Wang Xuanhe 王懸河; *Scrigno di perla del giardino degli xian* (*Xianyuan bianzhu* 仙苑編珠; DZ 596; d'ora in avanti XYBZ),⁴⁹ *leishu* religioso compilato nel decimo secolo da Wang Songnian 王松年; *Registro degli xian delle tre caverne* (*Sandong qunxian lu* 三洞

⁴⁵ Penny 1993 pp.42-43

⁴⁶ I *leishu*, generalmente tradotti con il termine “enciclopedia,” sono delle raccolte di citazioni tratte da opere e organizzate per argomenti, pertanto ritengo che una traduzione più corretta, seppur limitante, in lingua italiana sarebbe “enciclopedia antologica.” Si è preferito pertanto lasciare il termine nella sua trascrizione in Pinyin e non tradurlo.

⁴⁷ In particolare, il TPYL attribuisce molte biografie, o sezioni di queste, ad un'opera intitolata *Liexian zhuan*. Tali biografie non sono presenti all'interno dell'edizione del *Liexian zhuan* a noi giunta e pertanto potrebbero essere una attribuzione erronea a questa ed un riferimento al *Shenxian zhuan*, tuttavia tali frammenti sono stati esclusi da questa discussione per l'incertezza della loro attribuzione.

⁴⁸ Per informazioni sull'opera si rimanda a Schipper e Verellen (2004) pp. 440-441

⁴⁹ Per informazioni sull'opera si rimanda a Schipper e Verellen (2004) pp.885-886

群仙錄; DZ 1248; d'ora in avanti SDQXL),⁵⁰ *leishu* religioso scritto da Chen Baoguang 陳葆光 nel dodicesimo secolo e ispirato all'opera *Scrigno di perla del giardino degli xian*; infine il compendio religioso dell'undicesimo secolo *Le sette targhe della libreria di nuvole* (*Yunji qiqian* 雲笈七籤; DZ 1032; d'ora in avanti YJQQ) compilata da Zhang Junfang 張君房.⁵¹

Tutte queste opere sono posteriori rispetto all'epoca in cui lo *Biografie di Shen e Xian* venne compilato, pertanto il materiale da esse riportato molto probabilmente non coincide interamente con la versione dell'opera che circolava durante il periodo delle Sei Dinastie ma subì modifiche dettate dalla struttura dell'opera, dal messaggio che si voleva veicolare e l'orientamento dell'autore. Analizzando tali opere compilative è tuttavia possibile inferire quali fossero le biografie che con molta probabilità costituivano il nucleo originale dell'agiografia ma non se il loro contenuto coincide.⁵²

5.3 Importanza dell'opera

Le biografie presenti all'interno dell'opera di Ge Hong mettono in luce come questa non fosse solamente una raccolta di quelle biografie che non vengono inserite all'interno delle opere ufficiali ma, anche se questa fosse stata l'agenda dell'autore, l'importanza di tale è maggiore. In seguito alla compilazione del *Liexian zhuan*, non vi è evidenza di nessun'altra agiografia di stampo Taoista, o per lo meno legata agli *xian*.

L'epoca degli Han Orientali fu contraddistinta dallo sviluppo delle prime tradizioni taoiste a livello popolare e al tempo stesso l'élite era maggiormente interessata alle arti dei *fangshi*. Questi ultimi probabilmente coltivavano le tecniche del *dao* in privato. In questo scenario vennero scritte delle biografie di *xian* ma furono per lo più inserite all'interno di altre opere.

Biografie di Shen e Xian è dunque la seconda agiografia in seno alla tradizione degli *xian* e la prima agiografia che è possibile definire Taoista per sé.

I meriti di questa agiografia per lo studio dell'evoluzione delle tecniche *xian* e della concezione che l'élite, di cui faceva parte Ge Hong e alla quale è indirizzata l'opera,

⁵⁰ Per informazioni sull'opera si rimanda a Schipper e Verellen (2004) pp.886-887

⁵¹ Per informazioni sull'opera si rimanda a Schipper e Verellen (2004) pp.943-945

⁵² La selezione di biografie presa in considerazione nelle prossime pagine è descritta in appendice.

aveva non solo delle tecniche ma anche degli *xian* e degli *shen*. Se infatti si paragonano gli *xian* e gli *shen* presenti in questa opera con quelli presenti all'interno del *Liexian zhuan* è possibile notare che, escludendo coloro i quali sono collocati storicamente dopo il primo secolo a.C., le figure descritte da Ge Hong non appaiono all'interno dell'opera di Liu Xiang. Unica eccezione sono Laozi⁵³ e Pengzu;⁵⁴ le biografie di queste due figure, fondamentali per il taoismo e più in generale per le tecniche *xian*, sono diverse dalle altre. Per quanto riguarda Laozi, la sua biografia si apre con una rassegna delle diverse narrazioni riguardanti la sua nascita e le sue successive apparizioni nelle diverse epoche con un nome diverso; quest'ultimo aspetto unitamente alla percezione che i contemporanei, o predecessori, di Ge Hong avevano di lui come divinità viene criticato dall'autore il quale lo ritiene uno *xian* e non la personificazione del *dao*. Questa tecnica narrativa evidenzia come probabilmente l'agenda del Maestro che abbraccia la semplicità nello scrivere la sua opera agiografica fosse quella di delineare una visione della Via da lui ritenuta corretta e superiore alle altre.

La biografia di Pengzu si discosta dalle precedenti narrazioni della sua vita in quanto egli non ascende al Cielo, a differenza di quanto scritto nel *Liexian zhuan*, ma è rappresentato come il possessore di una Via della longevità molto limitata: egli diviene il rappresentante di alcune tecniche minori. Allo stesso tempo nel descrivere la sua biografia, Ge Hong sfrutta l'autorità che Pengzu aveva nella tradizione per criticare, attraverso la sua voce, alcune concezioni delle tecniche *xian* come per esempio le arti sessuali o l'ascetismo, e per descrivere le diverse tipologie di *xian*. Tale tecnica narrativa per cui Ge Hong espone la propria concezione delle tecniche *xian* o la propria visione del *dao* attraverso la voce di figure autorevoli, è un espediente usato più volte all'interno dell'opera.

⁵³ TPGJ 1.1-4

Nel citare le agiografie di *Biografie di Shen e Xian* d'ora in avanti verranno indicati in questo testo i riferimenti bibliografici all'intera narrazione alla prima occorrenza, solo nel caso di citazioni testuali verranno fatti riferimenti precisi.

⁵⁴ TPGJ 2.8-11

In TPYL 811.3734a vi è una biografia di Rongcheng Gong attribuita a *Biografie di Shen e Xian*, tuttavia tale biografia contiene solamente otto caratteri e dice: "Rongcheng Gong ingerì i tre gialli e ottenne lo stato di *xian*" (*Rongchenggong fu sanhuang dexian*, 容成公服三黄得仙). La brevità di tale passaggio in confronto alle altre biografie, in particolare di coloro i quali erano considerati sin dall'antichità maestri delle tecniche *xian*, mi ha portato ad escludere la sua figura da questa trattazione e come Campany la considero un "frammento", ovvero parte di biografia il cui corpus originale è andato perso.

La presenza della biografia di Zhang Daoling⁵⁵ dimostra invece che Ge Hong era a conoscenza della Via dei Maestri Celesti che lui chiama con il nome “Via del patto dell’Uno Ortodosso” (*Zhengyi mingwei zhi dao* 正一明威之道),⁵⁶ della trasmissione di questa da parte di una “Figura celeste” (*Tianren* 天人) a Zhang Daoling,⁵⁷ dell’istituzione dei *juejiu* e del sistema amministrativo, oltre che della pratica delle confessioni. All’interno della biografia, prima dell’arrivo di Zhang Daoling nel regno di Shu, l’autore afferma che costui ricevette lo Elisir dei nove tripodi di Huangdi e poiché non poteva permettersi l’acquisto degli ingredienti decise di migrare. L’inclusione della biografia del primo Maestro Celeste e l’identificazione di questo come colui che ricevette un elisir prima dell’incontro con la Figura celeste sul monte Richiamo della Gru conferma che, nel quarto secolo, la Via dei Maestri Celesti o almeno notizie su questa erano giunte nella regione di Jiangnan. Inoltre, dimostra come probabilmente l’autore nel raccogliere le informazioni per compilare la sua opera, e nello scriverla, volesse includere non solo le figure tradizionali o quelle più popolari a sud del fiume Azzurro, ma ricollegare anche le altre figure che avevano acquisito fama negli altri territori della Cina alla tradizione preminente nella sua regione, la Via Taiqing, affermando la superiorità di questa.⁵⁸

Biografie di Shen e Xian è dunque un’opera che fornisce indicazioni sullo sviluppo delle tecniche *xian* nei primi secoli della nostra era, tuttavia queste informazioni sono poste in modo oggettivo da Ge Hong il quale oltre a mettere in luce come non ci fosse un’idea unica di *xian* e *shen*, fa trasparire la sua visione religiosa.

5.4 Diete

Ge Hong mette in evidenza all’interno di molte biografie il regime alimentare degli *xian* e degli *shen*. L’astensione dai cereali è la pratica dietetica più comune all’interno delle biografie e i principali alimenti sostitutivi sono minerali, piante o *qi*, alcuni seguivano semplicemente una dieta vegetariana o alcuna dieta particolare, altri

⁵⁵ TPGJ 8.55-58

⁵⁶ TPGJ 8.56

⁵⁷ Ibid.

⁵⁸ Campany (2002) pp. 354-356

ancora, secondo la loro biografia, non mangiavano oppure digiunarono per un periodo di tempo limitato.

Bo He 帛和,⁵⁹ Chen Zihuang 陳子皇,⁶⁰ Ge Xuan⁶¹ e Taishan Laofu 泰山老父⁶² si nutrivano di “radice di *atractylis*” (*zhu* 朮 / 朮). All’interno dei manoscritti di Mawangdui, questo alimento, è presente quale composto per creare due rimedi per curare le ferite inflitte da un’arma,⁶³ mentre il *Shennong Bencao jing* lo inserisce tra gli alimenti più potenti e afferma come questo, se ingerito a lungo rende il corpo leggero, allunga la durata vitale e inibisce la sensazione di fame.⁶⁴ Ge Hong all’interno del *Baopuzi*, afferma che la radice di *atractylis* conferisce forza e salute facendo ringiovanire il corpo, e sostituisce i cereali.⁶⁵ L’importanza di questo alimento è evidenziata all’interno della raccolta di agiografie in quanto, ad esclusione di Ge Xuan il quale si nutriva abitualmente di *atractylis*, l’ingestione di questa è un metodo trasmessi: Bo He ricevette tale metodo dal suo maestro Dong Feng 董奉, Taishan Laofu lo apprese da un uomo del dao il quale “aveva sul capo una luce bianca” (*toushang baiguang*, 頭上白光)⁶⁶ e Chen Zihuang “ottenne il metodo essenziale di ingerire *atractylis* che permette di diventare *xian*” (*dei erzhu yaofang fuzhi de xian* 得餌朮要方服之得仙).⁶⁷ L’assunzione di *atractylis*, dunque era un importante elemento nel percorso dell’adepto per ottenere la longevità, se non lo stato di *xian* e all’ingestione di questa era associata l’eliminazione dei cereali. Diverso è invece il caso di Lu Nüsheng 魯女生:⁶⁸ narrando la sua biografia, Ge Hong afferma che costei sin dalla giovane età amava il *dao* e precocemente iniziò a eliminare i cereali e a

⁵⁹ TPYL 663.3091b

TPYL considera questa voce come proveniente dall’opera *Biografie degli adepti del dao* (*Daoxue zhuan*, 道學傳) tuttavia in *Baopuzi* 19.308 vi è la stessa versione dell’ottenimento delle scritture da parte di Bo He, pertanto è probabile che sia un’erronea attribuzione da parte dei compilatori del TPYL oppure che le due raccolte di biografie riportassero le stesse informazioni su Bo He.

⁶⁰ YWLJ 81.138

⁶¹ TPGJ 71.441-444

⁶² TPGJ 11.73

⁶³ Harper (1998) p.228,229,285 (MSI.E 18, 199)

A causa della pandemia di Covid-19 non sono riuscita a verificare le trascrizioni del manoscritto pertanto tali riferimenti sono basati sulla traduzione commentata di Harper (1998)

⁶⁴ *Shennong bencao jing* 1.279

⁶⁵ *Baopuzi* 11.178,188

⁶⁶ TPGJ 11.73

⁶⁷ YWLJ 81.1386

⁶⁸ TPYL 96.4150b

sostentarsi di *atractylis*, acqua e sesamo (*huma*, 胡麻) altro alimento la cui ingestione consentiva di prevenire l'invecchiamento.⁶⁹

Tra gli altri alimenti di origine vegetale vi sono le “radici di asparagi” (*tianmendong* 天門冬) che sono l'unico alimento ingerito da Gan Shi 甘始,⁷⁰ il “calamo” (*changp*, 菖蒲) era l'alimento di cui si nutriva Wang Xing,⁷¹ mentre Li Shaojun si nutriva di giuggiole grandi come meloni.⁷² Secondo lo *Shennong Bencao jing* le radici di asparagi permettono di evitare la morte (*qu fush*, 去伏屍),⁷³ il calamo, sebbene non presente all'interno del *Shennong Bencao jing* è associato all'*atractylis* nella biografia di Shangqiu Zixu all'interno del *Liexian zhuan* ed era uno degli ingredienti del “Metodo dei tre cieli del Tesoro luminoso” (*Lingbao santianfang* 靈寶三天方) ricetta che permetteva di padroneggiare “mille trasformazioni del corpo e ascendere al [Cielo] Taiqing” (*bianxing qian hua shangsheng taiqing* 變形千化上升太清).⁷⁴

La resina di pino invece era ingerita da Zhao Qu 趙瞿 unitamente ai pinoli,⁷⁵ e Huang Chuping 皇初平⁷⁶ la ingeriva unitamente ai *fuling* 茯苓, ovvero escrescenze fungine che crescono sulle radici dei pini.⁷⁷ Questi ultimi erano considerati da Ge Hong tra le “droghe superiori degli *xian*” (*Xianyao zhi shang* 仙藥之上) al pari dell'*atractylis*, delle radici di asparagi, del calamo e delle giuggiole.⁷⁸

Coloro che si nutrivano di minerali sono Wang Lie 王烈,⁷⁹ il quale si nutriva di “essenza gialla” e “efflorescenze di piombo” (*qian hua* 鉛華),⁸⁰ Jiao Xian 焦先 si nutriva di “pietre bianche cotte” (*zhu baiseshe* 煮白石),⁸¹ e Wei shuqing la cui alimentazione era a base di mica nei cinque colori.⁸² La mica è per Ge Hong uno dei minerali più importanti le cui potenzialità sono inferiori solamente agli elisir: all'interno della biografia di Liu

⁶⁹ *Baopuzi* 11.186

⁷⁰ TPYL 40.319b

⁷¹ TPGJ 10.70,71

⁷² TPGJ 9.59

⁷³ *Shennong Bencao jing* 1.279

⁷⁴ DZ 388 *zhong* 10.736a

Per una descrizione sull'uso del calamo nella letteratura taoista si rimanda a Bokenkamp (2015)

⁷⁵ TPGJ 10.71

⁷⁶ TPGJ 7.44,45

⁷⁷ Non esistendo un corrispettivo italiano di *fuling* ho preferito lasciarlo nella trascrizione in pinyin.

⁷⁸ *Baopuzi* 11.177

⁷⁹ TPYL 40.319b

⁸⁰ Tda.

⁸¹ TPYL 849.3928a

⁸² TPGJ 4.29,30

Gen 劉根⁸³ viene descritto l'incontro di questi con uno *shen* il quale gli trasmette i propri insegnamenti ed in particolare afferma che la mica, come il “realgar” (*xionghuang*, 雄黃), siano inferiori agli elisir e, sebbene queste sostanze non permettano di cavalcare i draghi, consentono all'adepto che li ingerisce di comandare i demoni e gli spiriti, effettuare trasformazioni e ottenere una lunga vita.⁸⁴

Alcuni personaggi avevano un'alimentazione mista di elementi vegetali e minerali come Pengzu il quale si nutriva di cassia, mica, “polvere di corna di cervo” (*fen mijiao* 粉麋角), saliva e *qi*; altri digiunavano come Sun Deng 孫登 che non fu mai visto mangiare,⁸⁵ o Zuo Ci il quale mentre fu imprigionato da Cao Cao riuscì a resistere un anno senza nutrirsi.⁸⁶ Al contrario la biografia di Zhang Daoling e quella di She Zheng 涉正⁸⁷ registrano come costoro non seguissero alcuna dieta particolare.

Un'altro elemento molto diffuso nell'alimentazione degli *xian* e degli adepti sono le droghe e gli elisir. Le prime permettono di non morire e di ringiovanire o di non sentir fame, i secondi consentono di ascendere al Cielo e diventare *xian*. Spesso le agiografie affermano solamente che l'adepto ingerì la droga o che la fece ingerire ad altre persone al fine di guarirli, tuttavia ci sono alcune testimonianze del nome della droga: Feng Heng ingeriva “Argento liquido” (*yinshui* 銀水),⁸⁸ Ling shouguang ingeriva “pillole di fine senza fine” (*weiyang wan* 未英丸),⁸⁹ Liu Zheng 劉政 ingeriva “pillole di infiorescenza vermiglio” (*zhuying wan* 朱英丸).⁹⁰ La maggior parte delle biografie, tuttavia, contiene l'elemento dell'ingestione di un elisir per ottenere lo stato di *xian*; alcuni lo inseriscono per intero, altri lo ingeriscono in parte per poter continuare a stare sulla terra. Tale elemento tuttavia è collegato all'importanza che la pratica alchemica aveva per l'ottenimento dello stato di *xian* secondo Ge Hong.

⁸³ TPGJ 10. 67,69

⁸⁴ TPGJ10.68

⁸⁵ TPGJ 9.63,64

⁸⁶ TPGJ 11.76-78

⁸⁷ YJQQ 109.38.389b

⁸⁸ TPYL 812.3740bb

⁸⁹ YJQQ 109.38.1772

⁹⁰ TPGJ 5.33

5.5 Arti e tecniche

La quasi totalità delle biografie attribuite all'opera *Shenxian zhuan* descrivono gli adepti come praticanti dell'alchimia, la loro ascensione, infatti, è possibile per l'ingestione di un elisir. In particolar modo Ge Xuan 葛玄⁹¹ è associato all'elisir descritto nel *Classico dell'oro liquido dei nove [tripodi] (jiudan jinlie jing 九丹金洌經)*, Yin Changsheng 陰長生⁹² a quello descritto nel *Classico dell'elisir divino del Taiqing (taiqing shendan jing 太清神丹經)* e Maming sheng 馬鳴生⁹³ all'elisir del *Classico dell'elisir divino del grande Yang (Taiyang shendan jing 太陽神丹經)*. Altri sono associati con un elisir o un metodo per creare gli elisir ma l'agiografia non fornisce la fonte testuale. Per esempio, Li Shaojun è collegato al “metodo esoterico per creare l'elisir sulla fornace” (*shendan luhuo zhi fang*, 神丹爐火之方), Zuo Ci 左慈⁹⁴ prima di partire come *xian* ingerì lo “elisir ripiegato nove volte” (*jiuzhuan dan*, 九轉丹) e Zhang Daoling ricevette il “Metodo di Huangdi dell'elisir dei nove tripodi” (*Huangdi jiuding dan fa*, 黃帝九鼎丹法) il quale è uno dei tre elisir più importanti per la Via Taiqing.

Le tecniche alchemiche non sono tuttavia le uniche ad essere annotate nelle biografie, vi sono anche le tecniche curative, quelle di ingestione e circolazione del *qi*, le tecniche di meditazione, le arti di trasformazione della propria forma e degli altri esseri umani, animali o oggetti, le arti sessuali e quelle divinatorie.

Una vasta descrizione di tecniche è presente nella biografia di Liu An,⁹⁵ quando gli “Onorabili otto” (*Ba gong* 八公)⁹⁶ esposero le loro tecniche al principe di Huainan. Tra queste tecniche, che sembrano descritte in un ordine crescente, vi sono la capacità di controllare gli eventi atmosferici, gli animali e gli spiriti, la moltiplicazione della propria forma, la capacità di portare l'oscurità in pieno giorno, di vagare nel vuoto, di uscire dai luoghi chiusi e camminare lunghe distanze velocemente, nonché la capacità di entrare nell'acqua e non bagnarsi o entrare nel fuoco e non bruciarsi, di trasformare la propria

⁹¹ TPGJ 71.441,444

⁹² TPGJ 8.54

⁹³ TPGJ 7.48,49

⁹⁴ TPGJ 11.76,78

⁹⁵ YJQQ 109.38.39

⁹⁶ Il termine *gong* è generalmente tradotto con il termine duca, tuttavia in questa occasione ritengo abbia la funzione di appellativo per persone degne di rispetto. Per ulteriori informazioni sugli usi del termine *gong* in riferimento a titoli onorifici si rimanda Hucker (1985) p.290

forma e spostare gli oggetti, evitare le calamità e allungare la vita, infine le arti alchemiche le quali permettono di volare, cavalcare i draghi e volare nel Cielo Taiqing. Da questa descrizione è chiaro come per Ge Hong solo l'alchimia potesse far sì che un adepto diventi *xian*, mentre le altre tecniche e arti degli Onorabili otto sono considerate inferiori.

Le arti sessuali e le tecniche di circolazione del *qi*, non sono presenti tra quelle presentate a Liu An, ma sono descritte in altre biografie. Le prime, all'interno della biografia di Zhang Daoling e di Liu Gen sono indicate con il termine “camera centrale” e vengono designate come tecniche raccomandate insieme alla circolazione del *qi*. Lo *shen* che trasmette le sue tecniche a Liu Gen afferma che queste sono complementari all'ingestione dell'elisir per l'ottenimento dello stato di *xian*. All'interno delle biografie di Baishi Xiansheng 白石先生⁹⁷ e di Pengzu le arti sessuali sono indicate con il termine “Via del dare e ricevere” (*jieaojie zhi dao* 交接之道) e sono considerate tra le arti primarie.⁹⁸ L'ultimo in particolare afferma come sia pericoloso astenersi dai rapporti sessuali in quanto permettono la circolazione ed l'assorbimento del *qi*, paragonandole al rapporto tra Cielo e Terra; a queste fanno seguito le tecniche dell'ingestione del *qi*, di respirazione e di meditazione per mezzo della visualizzazione delle divinità interiori.⁹⁹ Pengzu, infatti è descritto come una persona dalla vita estremamente lunga il quale eccelle nelle tecniche del “nutrire” (*bu* 補) e nel “circolare” (*yin* 引) ma non pratica le tecniche ingannevoli della trasformazione o di interazione con gli spiriti.¹⁰⁰

Le tecniche di trasformazione sembrano, dunque essere poco importanti per Pengzu e per gli Onorevoli otto insegnanti di Liu An al fine di ottenere lo stato di *xian*, tuttavia all'interno dell'opera vi sono varie testimonianze di questa pratica. Zuo Ci, per esempio, aveva l'abilità di modificare se stesso ed anche gli altri oggetti, Huang Chuping mutava le pietre in pecore, Luan Ba,¹⁰¹ gli Onorevoli otto e Dongling Shengmu 東陵聖母¹⁰² mutavano se stessi. Nella biografia di quest'ultima la trasformazione è strettamente legata all'abilità di sparire e apparire a piacimento.¹⁰³

⁹⁷ TPGJ 7.44

⁹⁸ Penny (1993) p.97

⁹⁹ TPGJ 2.10

¹⁰⁰ TPGJ 2.8

¹⁰¹ TPGJ 11.75,76

¹⁰² YWLJ 91.1578

¹⁰³ Penny (1993) pp.101,102

Le tecniche e le arti degli *xian* e degli *shen* sebbene eterogenee tra loro evidenziano, comunque, la visione che Ge Hong aveva di queste, in particolare quali fossero le più importanti e quali fossero delle tecniche e arti minori.

L'utilizzo dei *fu* è un'altra pratica molto diffusa nelle varie agiografie. Questi possono essere divisi in quattro categorie: i *fu* per la protezione individuale come quello usato da Chen Anshi¹⁰⁴ per proteggersi dagli attacchi degli animali; quelli per curare e per effettuare esorcismi impiegati per esempio da Yin Gui 尹軌;¹⁰⁵ quelli per effettuare lunghe distanze in poco tempo distribuiti per esempio da Li Yiqi;¹⁰⁶ quelli ritrovati nella bara al posto del cadavere dell'adepto che aveva praticato la liberazione dalle spoglie mortali come nel caso di Jie xiang.¹⁰⁷

5.6 Caratteristiche fisiche

L'apparenza fisica all'interno di *Biografie di Shen e Xian* è un importante marcatore del livello degli adepti. All'interno della già citata biografia di Pengzu costui, rispondendo alle domande della “donna dell'harem imperiale” (*cainü*, 採女) inviata dal sovrano per interrogarlo, descrive vari tipi di *xian* tra i quali vi sono: coloro che ascendono al Cielo senza ali e si innalzano con il corpo, coloro i quali si trasformano in uccelli per volare tra le nuvole, alcuni si rendono irriconoscibili, altri hanno strane ossa sul volto ed alcuni con il corpo piumato. Analizzando le varie agiografie, tuttavia, non tutti questi tratti fisici sono presenti ma le descrizioni fisiche evidenziano come costoro fossero diversi dai comuni esseri umani.

La caratteristica fisica più comune è quella di apparire giovani nonostante l'età avanzata o di tornar giovani una volta che ci si appresta a studiare il *dao*. Tra questi vi

¹⁰⁴ TPGJ 5.37

¹⁰⁵ TPGJ 30.89

¹⁰⁶ TPGJ 10.70

¹⁰⁷ TPGJ 13.89,90

Campany (2002) pp. 64,65 evidenzia cinque tipologie di *fu* impiegate all'interno di *Biografie di Shen e Xian*, ho deciso di non riportare la categoria dei *fu* impiegati per individuare le sostanze medicinali in quanto non l'ho riscontrata nelle biografie da me analizzate.

sono Baishi Xiansheng, Bo Shanfu 伯山甫,¹⁰⁸Huang Chuping e Liu Ping 劉憑 il quale all'età di trecento anni aveva l'aspetto di un bambino.¹⁰⁹

Li Gen 李根¹¹⁰ aveva le pupille quadrate, tratto somatico che secondo il *Libro degli xian* (*xianjing* 仙經) simboleggiava che una persona aveva superato l'età di ottocento anni; Ruo Shi 若是,¹¹¹ invece aveva gli occhi profondi, il collo lungo, le spalle come un aquilone e il naso scuro.

Laozi è la figura le cui caratteristiche fisiche sono descritte più nel dettaglio, egli aveva la barba lunga, le orecchie lunghe con tre aperture, gli occhi larghi, i denti spaziosi e la bocca quadrata; inoltre sulla testa aveva i segni dei Tre e dei Cinque, e del sole e della luna, sulla pianta dei piedi aveva Yin e Yang e i Cinque e sui palmi delle mani aveva il carattere “dieci” (*shi* 十).¹¹²

Wu Yan 巫炎,¹¹³ e Taishan Laofu sono invece gli unici due personaggi i quali hanno sopra la testa una luce, il primo di colore porpora, il secondo di colore rosa ed entrambi i personaggi sono descritti in dialogo con l'Imperatore Wu degli Han il quale li incontra sul ciglio della strada; Dongguo Yan 東郭延,¹¹⁴ invece emana luce dal proprio corpo solamente di notte.

La fisiognomica diventa una caratteristica importante di coloro che sono destinati a diventare *shen* o *xian* o a incontrarli.¹¹⁵ Chengwei qi 程偉妻¹¹⁶ si rifiuta di consegnare al marito gli insegnamenti che possedeva poichè lui non aveva le caratteristiche fisiche per ottenerle, lo *shen* che si presenta a Liu Gen afferma che quest'ultimo aveva le “ossa di uno *xian*” (*xian gu* 仙骨)¹¹⁷ e per tale motivo aveva potuto incontrarlo. Un ulteriore caso in cui viene fatto riferimento alla fisiognomica come marcatore per ottenere lo stato di *xian* si trova all'interno della biografia di Wang Yuan 王遠.¹¹⁸ Costui dopo essersi liberato delle sue spoglie mortali fingendo la sua morte si dirige a casa di Cai Jing 蔡經

¹⁰⁸ TPGJ 7.48

¹⁰⁹ TPGJ 13.88

¹¹⁰ XYBZ 18.431a

¹¹¹ YJQQ 109.38.382b,383a

¹¹² TPGJ 1.2

¹¹³ TPGJ 11.73,74

¹¹⁴ SDQX 3.54.396b

¹¹⁵ Penny (1993) p. 79

¹¹⁶ YWLJ 78.1328

¹¹⁷ TPGJ 10.68

¹¹⁸ TPGJ 7.45-48

il quale per conformazione delle ossa aveva la possibilità di divenire *xian* ed era predestinato ad occupare un ruolo all'interno della burocrazia imperiale. Cai jing allora dopo aver ricevuto gli insegnamenti da Wang Yuan effettua la liberazione dalle spoglie mortali,¹¹⁹ così da poter purificare il suo corpo corrotto.¹²⁰

5.7 Ascensione ed eremitismo

L'agiografia di Wang Yuan mette in confronto due tipi di *shijie* diversa, il primo si libera dalle spoglie mortali come una cicala per potersi perfezionare sui monti, Cai Jing invece si perfeziona per mezzo della pratica di liberazione dalle spoglie mortali, nello stesso modo nel quale il commentario *Xiang'er al Daodejing* e il *Taiping jing* vedevano tale pratica come un processo di perfezionamento del corpo che avviene nella Grande Oscurità.¹²¹ In *Biografie di Shen e Xian* non viene tuttavia mai nominata la Grande Oscurità come luogo di perfezionamento ma gran parte delle agiografie narrano come l'adepto abbia compiuto questa pratica.

La liberazione dalle spoglie mortali, sebbene per Ge Hong caratterizzi gli *xian* di rango inferiore, è la pratica di ascensione maggiormente presente all'interno delle agiografie. Dong Feng¹²² annunciò la sua morte qualche giorno prima, così come fece anche Wang Yuan, e poco tempo dopo la sua morte fu avvistato in un altro luogo mentre all'interno della sua bara “vi era solamente un taglio di seta con su un lato disegnato un corpo umano e sull'altro un *fu* di color cinabro ” (*weicun yibo yimian shuzuo renxiang yimian danshu zuo fu* 唯存一帛一面畫作人形一面丹書作符).¹²³ I *fu* sono gli elementi che più spesso sostituiscono il cadavere dell'adepto che aveva praticato la liberazione dalle spoglie mortali; altri oggetti sono gli indumenti, in particolar modo la cintura come nel caso di Ge Xuan, le calzature nel caso di Ji Liao 蘇遼.¹²⁴ In altri casi la liberazione dalle spoglie mortali permette dell'adepto di liberarsi anche dei doveri civili e sociali come

¹¹⁹ TPGJ 7.46

¹²⁰ Company (2002) p. 266

¹²¹ Company (2002) pp. 60, 265-266

¹²² TPGJ 12.83-85

¹²³ TPGJ 12.84

¹²⁴ TPGJ 12.82,83

La trascrizione del nome è basata su quella fornita in Company (2002) p.169.

per esempio Chengwei Qi la quale per mezzo di tale pratica si allontana dal marito o Fei Changfang 費長房¹²⁵ il quale per poter seguire Hu Gong 壺公, su indicazione di quest'ultimo, dichiara alla famiglia di essere malato e il giorno della partenza posiziona al suo posto un tronco di bambù il quale agli occhi della famiglia sarebbe apparso come il suo cadavere.

La partenza come *xian*, in altri casi, non è preceduta da liberazione dalle spoglie mortali ma avviene dopo che 'adepto si era ritirato, spesso su un monte. Questo è il caso di Liu Gen il quale ascese dopo essersi ritirato sulla Montagna Testa di pollo (*jitou shan*, 鷄頭山),¹²⁶ o Feng Gang che partì come *xian* dopo aver preso dimora nella Montagna Polmoni della terra (*difei shan* 地肥山).¹²⁷ Li Yiqi è invece uno dei personaggi dei quali non si hanno informazioni sull'ascensione dopo aver preso dimora su una montagna, tale caratteristica è quella degli *xian* terrestri descritti nel *Baopuzi* i quali non ascendono al Cielo ma restano a vagare sulle montagne oppure risiedono temporaneamente su queste insieme ad altri *xian* come nel caso di Wei Shuqing.¹²⁸ Costui dopo esser diventato *xian* fu inviato da Laozi per conferire con l'Imperatore Wu degli Han ma fu deluso dal tono di quest'ultimo e si ritirò sul Monte Hua dove poco tempo dopo il figlio, mandato dall'Imperatore, lo vide insieme ad altri *xian*.

Le montagne per Ge Hong sono solamente luogo nel quale vagano gli *xian* o dove gli adepti si ritirano per ascendere. Molti personaggi, infatti, prima di ascendere per mezzo dell'elisir, ingeriscono solamente metà di questo per poter restare tra la gente. La reclusione è dunque legata solamente a coloro i quali stanno per ascendere, oppure a coloro i quali si perfezionano e ricevono gli insegnamenti dai loro maestri.

L'ascensione in pieno giorno è la tipologia di ascensione indicata da Pengzu e dallo *shen* che discute con Liu Gen come la più importante.¹²⁹ Tra coloro i quali asciesero in pieno giorno vi sono Yin Changsheng 陰長生 il quale ascese dopo aver passato trecento anni tra le persone,¹³⁰ Chen Anshi che ascese dopo aver ottenuto il *dao*, Zhang Daoling ascese insieme agli unici discepoli ai quali aveva consegnato i suoi metodi, Zhao Sheng 趙昇 e Wang Chang 王張, e Wu Yan il quale prima di ascendere ingerì "argento

¹²⁵ TPGJ 12.80-82

¹²⁶ Nell'attuale provincia dello Henan

¹²⁷ TPGJ 4.24

¹²⁸ TPGJ 4.28-30

¹²⁹ Penny 1993 p. 85

¹³⁰ TPGJ 8.53-55

liquido” (*yin shui*, 銀水). Tutti questi personaggi ascendono dopo aver ottenuto lo stato di *xian* ed aver passato ulteriore tempo nel mondo umano, sono dunque assimilabili alla categoria di *xian* celesti descritta da Ge Hong all’interno del *Baopuzi*.

Biografie di Shen e Xian è dunque una serie di casi esemplari di personaggi i quali hanno compiuto il loro destino di diventare *xian*. Le loro agiografie permettono di cogliere quale fosse il panorama culturale alla base dell’ottenimento di tale stato.

Innanzitutto, la predestinazione, espressa attraverso la fisiognomica o, nel caso di Lü Gong 呂恭,¹³¹ per assonanza del nome con quello di uno “*xian* dell’archivio della Suprema armonia del [Cielo] Taiqing” (*Taiqingtaihefu xianren* 太清太和府仙人) che egli incontra mentre raccoglieva erbe, è un elemento fondamentale.

La predestinazione, tuttavia, non è la condizione *sine qua non* per diventare *xian*; coloro i quali sono predestinati devono compiere il loro destino attraverso delle pratiche che comprendono l’alimentazione, le tecniche di respirazione e circolazione del *qi* nonché le arti sessuali. In particolar modo l’alchimia, e la conseguente ingestione dell’elisir è ciò che rende un’adepto uno *xian* e gli conferisce la capacità di ascendere immediatamente se l’elisir è assunto per intero, oppure di continuare a vagare nel mondo per poi completare il processo di ascesa al Cielo. Le altre pratiche ed arti diventano dunque secondarie e corollarie a questa.

La descrizione degli *xian* è dunque qui soggetta, come nel caso del *Liexian zhuan* all’ambiente culturale ed al periodo storico in cui l’opera è stata scritta.

¹³¹ TPGJ 9.64

Conclusioni

La lunga vita è sin dalla più alta antichità, sia essa leggendaria o reale, collettiva come il culto degli antenati o personale una delle ricerche religiose, filosofiche e scientifiche preminenti nella Cina pre-Medievale.

Questo lavoro ha tentato di dimostrare come la ricerca della lunga vita, in particolar modo quella individuale che consiste nelle pratiche macrobiotiche e successivamente nelle pratiche *xian* (basate sullo sviluppo filosofico in particolare dalla cosmologia correlativa e dalle teorie delle Cinque Fasi e Yin e Yang), si sia gradualmente evoluta da una serie di dottrine e pratiche sviluppate in modo non coeso e disomogeneo fino a caratterizzare sistemi religiosi unitari e inclusivi.

Le tecniche *xian*, derivate dalla tradizione dei *wu* e dalle pratiche dei *fangshi*, in particolare da quelle mediche, sin dalla loro formazione continuarono ad avere come principio il *dao* e il suo ottenimento, partendo dalla concezione fondamentale della cosmologia correlativa per la quale l'uomo è come il cosmo.

Nel presente lavoro risulta evidente come durante il processo di sistematizzazione alcune pratiche *xian* non ebbero sempre la stessa preminenza, in particolare le arti sessuali erano centrali nei primi anni dell'Impero ma persero la loro importanza con l'evoluzione delle Vie Taoiste nel secondo secolo. Anche le tecniche di meditazione subirono dei mutamenti: inizialmente erano basate sul visualizzare il *qi* che circola nel corpo umano e nutre i vari organi; successivamente si formò l'idea che il *qi* interno al corpo nutre gli *shen* interiori e pertanto la visualizzazione della circolazione era basata sull'indirizzare il *qi* agli *shen*. Ad oggi non è ancora chiara l'origine della concezione secondo la quale all'interno del corpo umano ci siano degli *shen* i quali hanno un corrispettivo nella burocrazia celeste, futuri studi in questo ambito o ritrovamenti nei vari scavi archeologici in atto sul territorio cinese potrebbero chiarire l'origine di questa credenza. Altro elemento di rilievo è l'importanza sempre maggiore che l'alchimia acquisì. Se nei primi secoli dell'Impero questa era considerata un mezzo per convocare gli *xian*, nei secoli successivi, in particolare a seguito delle rivelazioni celesti a Zuo Ci tale pratica divenne nell'area di Jiangnan la più alta tecnica taoista per ottenere lo stato di *xian* mentre nelle regioni occidentali del territorio cinese non era considerata una pratica fondamentali.

L'impiego delle agiografie come punto di partenza per lo sviluppo della presente tesi ha permesso di metter in luce il fatto che le condizioni per l'ottenimento dello stato

di *xian* mutarono con i secoli ed anche le concezioni di questi. Se inizialmente qualunque adepto del culto *xian*, purché degno, poteva ottenere tale status, successivamente iniziò a svilupparsi la concezione della predestinazione; pertanto la “scalata sociale” verso la burocrazia sovranaturale era destinata a coloro che erano predestinati dal Cielo, ovvero dal *dao*. La varietà di agiografie ha permesso anche di tracciare un quadro generale della gerarchia delle tecniche ed arti e delle diete, lavoro che sarebbe stato molto più complicato, se svolto sulla base dei testi dottrinali. Al tempo stesso uno studio limitato solamente ai contenuti delle agiografie senza dar conto delle evoluzioni culturali che portarono alla loro redazione sarebbe stato incompiuto e limitato.

Questo lavoro si propone dunque di evidenziare a grandi linee lo sviluppo di uno degli aspetti fondamentali del Taoismo, ovvero la ricerca della trascendenza. Le ricerche sul Taoismo e in particolare quello sulle pratiche per diventare *xian* e sulla dottrina alla base di queste sono ancora nuove e discretamente limitate o formulate in forma disomogenea, un po' come lo erano le pratiche *xian* prima del terzo secolo a.C., e necessitano di una costante ricerca accademica. Il proliferare delle dottrine New Age negli ultimi decenni ha condotto a una concezione distorta del Taoismo in tutte le sue componenti e compito dell'accademia resta, dunque, quello di formare e informare la popolazione su quale sia la visione corretta. Parafrasando il commentario *Xiang'er* si può dire che “tali scritti devianti emergono poiché la verità sul *dao* è nascosta e i mortali che praticano le false arti acclamandole come insegnamenti del *dao* producono solo frottole le quali non devono essere udite.”¹

¹ Basata su Rao (2015) p. 40 (Bokenkamp p. 104)

Appendice 1

La ricostruzione di *Biografie di Shen e Xian*

L'opera *Biografie di Shen e Xian* non è stata trasmessa nella sua forma integrale. Le versioni ricevute contengono probabilmente interpolazioni più tarde.¹ La più antica di queste datata alla fine del sedicesimo secolo e contenuta nella raccolta *Guang Han Wei congshu* 光漢魏叢書 compilato da He Yunzhong e su questa sono basate le successive versioni contenute all'interno del *Longwei mishu* 龍威秘書 del 1794, *Zhengding Han Wei congshu* 正定漢魏叢書 del 1791 e infine la versione contenuta all'interno del *Shuoku* 說哭 del 1915. Un'altra ricostruzione dell'opera è quella contenuta nell'enciclopedia *Siku quanshu* 四庫全書 basata sulla versione edita agli inizi del diciassettesimo secolo da Mao Jin (1599-1659).² La versione contenuta nell'opera *Guang Han Wei congshu* è stata di recente considerata una ricompilazione di epoca Ming basata sulle citazioni contenute in vari *leishu*, la versione compilata da Mao Jin contiene biografie che sono molto più difficili da rintracciare.³ Per tale motivo, seguendo l'invito di Campany a ricreare un personale lavoro di collazione, la versione usata all'interno del Capitolo 5 è una ricostruzione puramente personale basata su un numero di opere limitato: YWLJ, TPGJ, TPYL, XYBZ, YJQQ, SDQX.

La versione qui utilizzata è stata sviluppata basandosi sull'immensa, per quantità e qualità di lavoro, traduzione annotata e commentata di Campany. Quest'ultimo divide le agiografie in tre gruppi (A, B, C) in base ai primi riferimenti all'opera, ed essendo le agiografie da lui incluse nel gruppo C quelle che con meno probabilità costituirono l'opera *Biografie di Shen e Xian* sono state escluse da questa tesi. Per quanto riguarda gli altri due gruppi non trovo motivo di separarli e pertanto non ho fatto alcuna grande distinzione nella mia trattazione. Campany, inoltre, definisce alcune Biografie come "frammenti" per la loro estrema brevità che le differenzia dalla discorsività delle altre. Essendo questi molto brevi e scarsamente rappresentati nel *leishu* impiegati per la presente ricostruzione sono stati esclusi dalla trattazione. Un'altra categoria di agiografie

¹ Campany (2002) p.121

² Campany (2002) p.122

³ Campany (2002) p.123

escluse da questa trattazione sono quelle di dubbia paternità: alcune biografie sono, all'interno dei *leishu* attribuite ad altre opere e pertanto qui sono state escluse. L'unica eccezione è la biografia di Bo He la quale è presente all'interno del TPYL ma viene attribuita all'opera *Daoxue zhuan* 導學傳 i cui frammenti sono stati analizzati da Bumbacher. Una versione molto simile è contenuta all'interno di un'altra opera di Ge Hong, il *Baopuzi*, pertanto è stata inclusa in questa discussione

La tabella seguente indica nella prima colonna le agiografie contenute nel Gruppo A e nel Gruppo B di Campany, la seconda i riferimenti bibliografici in questa tesi. La terza colonna indica il motivo dell'esclusione di determinate agiografie dalla discussione sul *Biografie di Shen e Xian* del quinto capitolo.

Agiografie del Gruppo A di Campany	Riferimenti bibliografici in questa tesi	Annotazioni
Bo He 帛和	TPYL 663.3091b	Identificata come appartenente all'opera <i>Daoxue zhuan</i> , tuttavia la stessa versione è presente nel <i>Baopuzi</i> di Ge Hong pertanto è stata inclusa in questa discussione.
Chen Anshi 陳安世	TPGJ 5.37	
Cheng Wei qi 程偉妻	YWLJ 78.1328	
Dong Feng 董奉	TPGJ 12.83-85	
Dong Ling Shengmu 東陵聖母	YWLJ 91.1578	
Fan Furen 樊夫人	TPYL 724.3339°	
Feng Gang 鳳綱	TPGJ 4.24	

Feng Heng 封衡	TPYL 812.3740b	
Gan Shi 甘始	TPYL 40.319°	
Ge xuan 葛玄	TPGJ 71.441- 444	
Guang Chengzi 廣成子	TPGJ 1.5-6	
Hu Gong e Fei Changfang 壺公 e 費長房	TPGJ 12.80-82	
Ji Liao 蘇遼	TPGJ 12.82-83	
Peng Zu 彭祖	TPGJ 2.8-11	
Jiao Xian 焦先	TPYL 849.3928°	
Jie Xiang 介象	TPGJ 13.89-90	
Laozi 老子	TPGJ 1.1-4	
Li A 李阿	TPGJ 7.50	
Li Babai 李八百	TPGJ 7.49-50	
Li Gen 李根	XYBZ <i>zhong</i> 18.431°	
Li Shaojun 李少 君	TPGJ 9.59	
Li Yiqi 李意期	TPGJ 10.70	
Li Zhongfu 李仲 甫	TPGJ 10.69-70	
Ling Shouguang 靈壽光	YJQQ 109.38.1772	
Liu Gen 劉根	TPGJ 10.67-69	

Liu An 劉安	YJQQ 109.38.393a- 394°	
Liu Jing 劉京	/	I riferimenti di Campany non attestano la citazione di questa agiografia come derivante dal Biografie di Shen e Xian
Lü Gong 呂恭	TPGJ 9.64	
Luan Ba 樂巴	TPGJ 11.75-76	
Shen Xi 沈羲	XYBZ <i>shang</i> 18.421a-b	
Wang Yuan 王遠	TPGJ 10.72	
Wang Zhongdu 王仲都	SDQX 16.54.531b	
Wei Shuqing 衛 叔卿	TPGJ 4.29-30	
Yin Changsheng 陰長生	TPGJ 8.54	
Zhao Qu 趙瞿	TPGJ 10.71	
Zuo Ci 左慈	TPGJ 11. 76-78	
Chao Fu 巢父 e Xu You 許由	/	Campany definisce questa agiografia "fragment" e pertanto non è stata inclusa in questa discussione.
Gaoqiu Gong 高 丘公	/	Campany definisce questa agiografia "fragment" e pertanto non è stata inclusa in questa discussione.
Heixue Gong	/	Campany definisce questa agiografia "fragment" e pertanto non è stata inclusa in questa discussione.

Kangfeng zi	/	Campany definisce questa agiografia "fragment" e pertanto non è stata inclusa in questa discussione.
Lilou Gong 離婁公	/	Campany definisce questa agiografia "fragment" e pertanto non è stata inclusa in questa discussione.
Xian Men	/	Campany definisce questa agiografia "fragment" e pertanto non è stata inclusa in questa discussione.
Xiumei Gong	/	Campany definisce questa agiografia "fragment" e pertanto non è stata inclusa in questa discussione.
Agiografie del Gruppo B di Campany		
Baishi Xiansheng 白石先生	TPGJ 7.44	
Ban Meng 班孟	TPGJ 61.382	
Bao Jing 鮑靚	TPYL 3093-2/3040-1	
Bo Shanfu 伯山甫	TPGJ 7.48	
Chen Chang 陳長	/	Non sono riuscita ad inteficare questa agiografia
Chen Zihuang 陳子皇	YWLJ 81.138	
Dai Meng 戴孟	/	I riferimenti di Campany non attestano la citazione di questa agiografia come derivante dal Biografie di Shen e Xian
Dong Jing 董京	YWLJ 78.1328	

Dongguo Yan 東 郭延	SDQX 3.54.396b	
Gan Ji 于吉	XYBZ 18.423a	
Ge Yue 葛越	XYBZ 18.425b	
Gui Jun 桂君	SDZN 42.636b	
Heshang Gong 河上公	YWLJ 78.1330	
Hua Ziqi 華子期	YJQQ 109.38.384a-b	
Huang Chuping 皇初平	TPGJ 7.44,45	
Kong Anguo 孔 安國	TPGJ 13.88	
Kong Yuanfang 孔元方	TPYL 845 3908a-b	
Le Zichang 樂字 長	/	I riferimenti di Company non attestano la citazione di questa agiografia come derivante dal Biografie di Shen e Xian
Li Changzai 李常 在	TPGJ 12.85-86	
Li Ming 離明	XYBZ <i>shang</i> 18.417	
Liu Ping 劉憑	TPGJ 11.74-75	
Liu Rong 柳融	/	I riferimenti di Company non attestano la citazione di questa agiografia come derivante dal Biografie di Shen e Xian
Liu Zheng 劉政	TPGJ 5.33	
Lu Nüsheng 魯女 生	TPGJ 96.4150-b	

Lu Quan 盧全	/	I riferimenti di Company non attestano la citazione di questa agiografia come derivante dal Biografie di Shen e Xian
Maming Sheng 馬鳴生	TPGJ 7.48.49	
Mao Ying 茅盈	/	I riferimenti di Company non attestano la citazione di questa agiografia come derivante dal Biografie di Shen e Xian
Mozi 墨子	SDQX 16.54.524b	
Ruoshi 若是	YJQQ 109.38.382b- 383°	
She Zheng 涉正	YJQQ 109. 38.389b	
Shen Jian 沈建	YJQQ 109.38.384a	
Shen Wentai 沈 文泰	YJQQ 109.38.383a-b	
Sun Bo 孫博	YJQQ 109.38.389b- 390°	
Sun Deng 孫登	TPGJ 9.63-64	
Taishan Laofu 泰 山老父	TPGJ 11.73	
Wang Lie 王烈	TPYL 40. 319b	
Wang Xing 王興	TPGJ 10.70-71	
Wang Yao 王遙	TPGJ 10.72	
Wang Zhen 王真	XYBZ <i>xia</i> 18.436b	

Wu Mu 吳睦	TPYL 662.3086b	
Wu Yan 巫炎	TPGJ 11.73-74	
Yan Qing 嚴青	/	I riferimenti di Campany non attestano la citazione di questa agiografia come derivante dal Biografie di Shen e Xian
Yin Gui 尹軌	TPGJ 30.89	
Zhang (Dao)Ling 張(道)陵	TPGJ 8.55-58	
Tai Yang Nü 太 陽女	XYBZ <i>shang</i> 18.417b	
Feihuang zi	/	Campany definisce questa agiografia "fragment" e pertanto non è stata inclusa in questa discussione.
Liu Yuanfeng	/	Campany definisce questa agiografia "fragment" e pertanto non è stata inclusa in questa discussione.
Rongcheng Gong 容成公	/	Campany definisce questa agiografia "fragment" e pertanto non è stata inclusa in questa discussione.

Bibliografia

Fonti primarie

Baopuzi nei pian 抱朴子內篇: Ge Hong 葛洪 (283–343), *Baopuzi nei pian jiaoshi* 抱朴子內篇校釋, Wang Ming (ed.)

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@134^2068183740^802^^^30307011@@1745484143>

Baopuzi wai pian 抱朴子外篇

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@134^2068183740^807^^^403070120001^246@@1292737718>

Daode zhanjing zhu 道德真經註; DZ 682

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@77^920768887^802^^^60304001000400030007@@1918681296>

Daodejing 道德經

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@29^1977020050^802^^^30527074@@1121769525#top>

Hanshu 漢書: Ban Gu 班固 (32–92), Beijing, Zhonghua shuju, 1975.

Hou Hanshu 後漢書: Fan Ye 范曄 (398–445), Beijing, Zhonghua, 1965.

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@134^2068183740^807^^^403110040001^1@@1733461867>

Huainanzi 淮南子

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@134^2068183740^802^^^30310015@@1287916796>

Huangdi jiuding shendan jingjue 黃帝九鼎神丹經訣; DZ 885

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@77^920768887^802^^^60304001000400090006@@1300987473>

Jin Shu 晉書: Fang Xuanling 房玄齡 (578–648), Beijing: Zhonghua shuju, 1974.

Liang shu 梁書: Yao Silian 姚思廉 (557–637), Beijing: Zhonghua shuju, 1974.

Lienüzhuan 列女傳: Liu Xiang 劉向 (79–8 BC)

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@134^2068183740^807^^^60209003000100010001^113@@@222060992>

Liexian zhuan 列仙傳; DZ 294

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@134^2068183740^802^^^60304001000200100005@@@505544783>

Liezi 列子

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@29^1977020050^802^^^30307010@@@385297155#top>

Lunheng 論衡: Wang Chong 王充 (27 - 97), *Lunheng jiaoshi* 論衡校釋, Wang Hui (ed.)

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@77^920768887^802^^^30310017@@@1220373471>

Lunyu 論語

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@29^1977020050^802^^^30505008@@@1937305552#top>

Lushi Chunqiu 呂氏春秋

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@29^1977020050^802^^^30310016@@@1016001487#top>

Qimin yaoshu 齊民要術

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@29^1977020050^802^^^30306001@@@1136890837#top>

Sandong qunxian lu 三洞群仙錄; DZ 1248

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@77^920768887^807^^^60304001000800550001^1@@@356803202>

Sandong zhunang 三洞珠囊; DZ 1139

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@77^920768887^802^^^5030400100060039@@@487849324>

Sanguozhi 三國志: Chen Shou 陳壽 (233–297)

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@134^2068183740^802^^^30202004@@@1408418362>

Shanhaijing 山海經

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@29^1977020050^802^^^30310019@@1502011547#top>

Shennong Bencao Jing 神農本草經

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@29^1977020050^807^^^5030906000010001^2324@@1409382806#top>

Shiji 史記: Sima Qian 司馬遷 (145 a.C. –86 a.C.), Beijing, Zhonghua Shuju, 1975.

Shuijingzhu 水經注: Li Daoyuan 酈道元 (470–527).

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@134^2068183740^802^^^30527039@@2056608337>

Shuowe jiezi 說文解字

Soushenji 搜神記

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@29^1977020050^802^^^30310005@@337012527#top>

Taiping guangji 太平廣記: Li Fang 李昉 (925–996) et all

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@134^2068183740^802^^^30311005@@473370565>

Taiping jing 太平經; DZ 101.a

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@134^2068183740^802^^^5030400100060001@@1122321961>

Taiping yulan 太平御覽: Li Fang 李昉 (925–996) et all

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@134^2068183740^802^^^30311006@@35651270>

Taiqing daoyin yangsheng jing 太清導引養生經; DZ 818

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@77^920768887^802^^^60304001000400070028@@2137672402>

Taishang huangting waijing yujing 太上黃庭外景玉經; DZ 332

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@77^920768887^802^^^60304001000300010016@@418258098>

Taishang Laojun zhongjing 太上老君中經; DZ 1168

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@77^920768887^802^^^5030400100070002@@1172958902>

Taishang lingbao wufu xu 太上靈寶五符序; DZ 388

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@77^920768887^802^^^60304001000300020001@@2118941741>

Xianyuan bianzhu 仙苑編珠; DZ 596

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@134^2068183740^802^^^60304001000300100007@@890719692>

Yiwen leiju 藝文類聚: Ouyang Xun 歐陽修 (557–641), et al

Yunji qiqian 雲笈七籤 DZ 1032

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@134^2068183740^802^^^5030400100050045@@643735134>

Zhangyi fawentianshi jiao jieke jing 正一法文天師教戒科經; DZ 120

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@134^2068183740^807^^^60304001000400060006^2@@1524831067>

Zhengao 真誥; DZ 198

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@134^2068183740^802^^^5030400100050029@@1563270041>

Zhuangzi 莊子

<http://hanchi.ihp.sinica.edu.tw/ihpc/hanji?@29^1977020050^802^^^30307004@@2081508052#top>

Fonti Secondarie

- Arrault, Alain, et al. 2003. *Divination et société dans la Chine médiévale. étude des manuscrits de Dunhuang de la Bibliothèque nationale de France et de la British Library*. A cura di Marc Kalinowsky. Parigi: Bibliothèque nationale de France.
- Assandri, Friederike. 2009. *Beyond the Daode jing: Twofold Mystery in Tang Daoism*. Cambridge: Three Pines Press.
- Barrett, Timothy H. 1996. *Taoism under the T'ang*. Londra: The Wellsweep Press.
- Bokenkamp, Stephen R. 1996. «Record of the Feng and Shan sacrifices». In *Religion of China in Practice*, di Donald S. Lopez Jr., 251–60. Princeton: Princeton University Press.
- . 1997. *Early Daoist Scriptures*. Berkeley and Los Angeles, California: University of California Press.
- . 2007. *Ancestors and Anxiety*.
- . 2015. «The herb calamus and the transcendent Han Zhong in Taoist literature». *Studies in Chinese Religions* 1 (4): 293–305.
- Bumbacher, Stephan Peter. 2000. *The Fragments of the Daoxue zhuan: Critical Edition, Translation and Analysis of a Medieval Collection of Daoist Biographies*. Frankfurt: Peter Lang.
- Cahill, Susanne E. 1993. *Transcendence and Divine Passion: the Queen Mother of the West in Medieval China*. Stanford: Stanford University Press.
- Campany, Robert Ford. 1996. *Strange Writing: Anomaly accounts in early medieval China*. Albany: State University of New York Press.
- . 2002. *To Live as Long as Heaven and Earth*. 1^o ed. 2 vol. Daoist Classics 2. Berkeley and Los Angeles, California: University of California Press.
- . 2009. *Making transcendents: ascetics and social memory in early medieval China*. University of Hawai'i Press.
- Cao, Feng. 2017. *Daoism in Early China: Huang-lao Thought in Light of Excavated Texts*. New York: Palgrave Macmillan.
- Cedzich, Ursula-Angelika. 2001. «Corpse Deliverance, Substitute Bodies, Name Change, and Feigned Death: Aspects of Metamorphosis and Immortality in Early Medieval China». *Journal of Chinese Religions* 29 (1): 1–68.

- Chan, Alan K. L. 1991. *Two Visions of the Way A Study of the Wang Pi and the Hoshang Kung Commentaries on the LaoTzu*. Albany: State University of New York Press.
- Che, Philippe. 1999. *Le voie des divins immortels. Les cchaptaires discursifs du Baopuzi neipian*. Paris: Gallimard.
- Despeux, Catherine. 1995. «L'expiration des six souffles d'après les sources du Canon taoique: un procede classique du Qigong». In *Hommage a Kwong Hing Foon: Etudes d'histoire culturelle dela Chine*, a cura di Jean-Pierre Diény, 129–63. Parigi: College du France, Institut des Hautes Etudes Chinoises.
- . 2008. «Taixi». In *Encyclopedia of Taoism*, a cura di Fabrizio Pregadio. Vol. 2. Routledge.
- Despeux, Catherine, e Livia Kohn. 2003. *Women in Daoism*. Cambridge, Massachussets: Three Pines Press.
- DeWoskin, Kenneth J. 1981. «A Source Guide to the lives and Techniques of han and Six Dynasties Fang-Shih». *Society for the Study of Chinese Religions Bulletin* 9 (1): 79–105.
- DeWoskin, KJ. 1983. *Doctors Diviners and Magicians of Ancient China : Biographies of Fang-Shih*. 1st Edition edition. New York: Columbia University Press.
- Eskilden, stephen. 1998. *Asceticism In Early Taoist Religion*. Albany: State University of New York Press.
- . 2015. *Daoism, Meditation, and the Wonders of Serenity*. State University of New York Press.
- Falkenhausen, Lotar von. 1994. «Sources of Taoism: Reflections on Archaeological Indicators of Religious Change in Eastern Zhou China». *Taoist Resource* 5 (2): 1–12.
- . 1999. «The Waning of the Bronze Age: Material Culture and Social Development 770-481 B.C.» In *The Cambridge History of ancient China*, di Michael Loewe e Edward L. Shaughnessy, 450–543. Cambridge: Cambridge University Press.
- . 2006. *Chinese Society in the Age of Confucius (1000-250 BC): The Archaeological Evidence*. Los Angeles: Cotsen Institute of Archaeology: UCLA.
- Fracasso, Riccardo. 1988. «Holy Mothers of Ancient China: A New Approach to the Hsi-wang-mu 西王母 Problem». *T'oung Pao* 74 (1/3): 1–46.
- Graham, Angus Charles. 1987. *Chuang-Tzu. The Inner Chapters*. London: Mandal Books.
- . 1989. *Disputers of the Tao: Philosophical Argument in Ancient China*. La Salle, IL: Open Court.

- Guolong, Lai. 2015. *Excavating the Afterlife: The Archaeology of Early Chinese Religion*. Washington: University of Washington Press.
- Gulik, Robert H. van. 2003. *Sexual Life in ancient China. A preliminary survey of Chinese Sex and society from ca. 1500 B.C. till 1644 A.D.* Leiden boston: Brill.
- Harper, Donald J. 1985. «A Chinese Demonography of the Third Century B. C.» *Harvard Journal of Asiatic Studies* 45 (2): 459–98.
- . 1987. «The Sexual Arts of Ancient China as Described in a Manuscript of The Second Century B.C.» *Harvard Journal of Asiatic Studies* 47 (2): 539–93.
- . 1998. *Early Chinese Medical Literature. The Mawangdui Medical Manuscripts*. Vol. 2. The Sir Henry Wellcome Asian Series 2. London and New York: Kegan Paul international.
- Hendrischke, Barbara. 2000. «Early Daoist Movements». In *Daoism Handbook*, di Livia Kohn, 136–64. Leiden: Brill.
- . 2006. *The Scripture on Great Peace. The Taiping Jing and the beginnings of daoism*. Daoist Classics series 3. Berkley, Los Angeles, London: University of California Press.
- Hu Fuchen 胡孚琛. 1995. *Weijin Shenxian Daojiao: Baopuzi Neipia Yanjiu* 魏晉神仙道教: 抱樸子內篇研究 (Taoismo degli Shen e degli Xian nel Periodo Wei-Jin: Studio sul Baopuzinei pian). Taipei: Taipei shangwu.
- Hucker, Charles O. 1985. *A Dictionary of Official Titles in Imperial China*. Stanford: Stanford University Press.
- James, Jean M. 1996. *A Guide to the Tomb and Shrine Art of The Han Dynasty 206 B.C. - A.D. 220*. Lewiston: The Edwin Mellen Press.
- Kalinowsky, Marc. 1991. *Cosmologie et divination dans la Chine ancienne: Le Compendium des Cinq Agents (Wuxing dayi, VIe siècle)*. Paris: École Française d'Extrême-Orient.
- Kaltenmark, Maxime. 1953. *Le Lie-sien tchouan: Biographies légendaires des immortels taoïstes de l'antiquité*. Pechino: Centre d'études sinologiques de Pékin.
- . 1979. «The ideology of the T'ai-p'ing Ching». In *Facets of Taoism. Essays in Chinese religion*, di Holmes Welch e Anna Seidel. New Haven, London: Yale University Press.
- Katz, Paul R. 1999. *Images of the Immortal: The Cult of Lü Dongbin at the Palace of Eternal Joy*. Honolulu: University of Hawai'i Press.

- Keightley, David N. 1999. «The Shang: China's First Historical Dynasty». In *The Cambridge History of Ancient China. From the Origins of Civilization to 221 B.C.*, di Michael Loewe e Edward L. Shaughnessy, 232–91. Cambridge: Cambridge University Press.
- Kern, Martin. 2015. «The “Masters” in the “Shiji”». *T'oung Pao* 101 (4/5): 335–62.
- Kleeman, Jerry F. 2016. *Celestial Masters. History and Ritual in Early Daoist Communities*. Cambridge, London: Harvard University Press.
- Kohn, Livia. 1990. «Transcending Personality: From Ordinary to Immortal Life». *Taoist Resource*, 1990.
- , a c. di. 2000. *Daoism Handbook*. Leiden: Brill.
- . 2008. *Chinese healing Exercises. The tradition of Daoyin*. Honolulu: University of Hawai'i Press.
- Lau, D.C. 1982. *Tao Te Ching*. Hong Kong: Hong Kong University Press.
- Levi, Jean. 1982. «L'abstinence des céréales chez les taoïstes». *Études Chinoises*, n. 1: 3–47.
- Lippiello, Tiziana. 1996. «On the secret texts of the feng and shan sacrifices». *Annali di Ca' Foscari*, 399–406.
- Loewe, Michael, e Edward L. Shaughnessy, a c. di. 1999. *The Cambridge History of ancient China*. Cambridge: Press Syndicate of the university of Cambridge.
- Maspero, Henri. 1937. «Les procédés de “nourrir le principe vital” dans la religion taoïste ancienne». *Journal Asiatique*, 177–252.
- . 1981. *Taoism and Chinese Religion*. Tradotto da Frank A. Kierman. Amherst: The University of Massachusetts Press.
- Needham, Joseph et al 1956. *Science and Civilisation in China*. Vol. 2, *History of Scientific Thought*. Cambridge: Cambridge University Press.
- . 1974. *Science and Civilisation in China*. Vol. 5, *Chemistry and Chemical Technology*. Pt. 2, *Spagyric Discovery and Invention: Magisteries of Gold and Immortality*. Cambridge: Cambridge University Press.
- . 1976. *Science and Civilisation in China*. Vol. 5, *Chemistry and Chemical Technology*. Pt. 3, *Spagyric Discovery and Invention: Historical Survey, from Cinnabar Elixirs to Synthetic Insulin*. Cambridge: Cambridge University Press.
- . 1983. *Science and civilization in China*. Vol. 5, *Chemistry and Chemical Technology*. Pt. 5, *Spagyric Discovery and Invention: Physiological Alchemy* Cambridge: Cambridge University Press.

- Needham, Joseph, e Lu Gwei-Djen. 2000. *Science and Civilisation in China*. Vol. 6, *Biology and Biological Technology*, Pt. 6, *Medicine*. A cura di Nathan Sivin. 1 edition. Vol. 6 part 6. Cambridge University Press.
- Nielsen, Bent. 2003. *A Companion to Yi Jing Numerology and Cosmology*. London, New York: Routledge Curzon.
- Penny, Benjamin David Cooper. 1993. «Early Daoist Biography: A Study of Shenxian zhuan». Australian National University.
- . 2000. «Immortality and Transcendence». In , di Livia Kohn, 109–33. Leiden: Brill.
- Pines, Yuri, Gideon Shelach, Lotar von Falkenhausen, e Robin D. Yates. 2014. *Birth of an Empire: The State of Qin Revisited*. Berkley and Los Angeles, California: University of California Press.
- Poo, Mu-Chou. 1995. «The Images of Immortals and Eminent Monks: Religious Mentality in Early Medieval China (4-6 c. A.D.)». *Numen* 42 (2): 172–96.
- Pregadio, Fabrizio. 2005. *Great Clarity. Daoism and alchemy in early medieval China*. Stanford: Stanford Universitu Press.
- . 2006. «Early Daoist Meditation and the origins of inner alchemy». In *Daoism in History: Essays in Honour of Liu Ts' un-yan*, di Benjamin David Cooper Penny, 121–58. Routledge.
- . 2008. *The Encyclopedia of Taoism*. 2 vol. London, New York: Routledge.
- . 2018. «Which is the daoist immortal body». *Micrologus* XXVI: 385–407.
- . 2019. «Seeking immortality in ge Hong's Baopu zi neipian». *Unedited Draft*.
- Puett, Michael J. 2002. *To become a god. Cosmology, Sacrifice, and Self-Divnation in Early China*.
- Rao Zongyi 饒宗以. 2015. *Laozi Xiang'er Zhu jiaodeng 老子想爾注校證* (Analisi del Commentario Xiang'er al Daodejing). Hong Kong: Zhonghua shuju
- Raz, Gil. 2004. «Creation of Tradition: The five Talismans of the Numinous Treasure and the formation of early Daoism». Indiana University.
- . 2012. *The Emergence of Daoism: Creation of Tradition*. London: Routledge.
- Robinet, Isabelle. 1979. «Metamorphosis and Deliverance from the Corpse in Taoism». *History of Religions* 19 (1): 37–70.
- . 1993. *Taoist Meditation: The Mao-shan Tradition of GreatPurity*. Tradotto da Julian F. Pas e Norman J. Girandot. SUNY Series in Chinese Philosophy and Culture. Albany: State University of New York Press.

- . s.d. «Metamorphosis and Deliverance from the Corpse in Taoism». *History of Religions*.
- . s.d. «The Taoist Immortal: Jesters of Light and Shadow, Heaven and Earth». *Journal of Chinese Religions* 13–14: 87–105.
- Roth, Harold D. 1991. «Psychology and Self-Cultivation in Early Taoistic Thought». *Harvard Journal of Asiatic Studies* 51 (2): 599–650.
- . 1993. «Text and Edition in Early Chinese Philosophical Literature». *Journal of the American Oriental Society* 113 (2): 214–27.
- Sabattini, Mario, e Paolo Santangelo. 2011. *Storia della Cina*. Bari: Laterza.
- Schafer, Edward H. 1951. «Ritual Exposure in Ancient China». *Harvard Journal of Asiatic Studies* 14 (1/2): 130–84.
- Schipper, Kristofer. 1965. *L'Empereur Wou des Han dans la legende taoiste: Han Wou-ti nei-tchouan*. Paris: École Française d'Extrême- Orient.
- . 1975. *Concordance du Tao-Tsang: Titres des Ouvrages*. Paris: École Française d'Extrême- Orient.
- . 1979. «Le Calendrier de Jade – Note sur le Laozi zhongjing –». *Nachrichten der Gesellschaft für Natur- und Völkerkunde Ostasiens* 124: 75–80.
- . 1993. *The Taoist Body*. Tradotto da Karen c. Duval. Berkley, Los Angeles, London: University of California Press.
- Schipper, Kristofer, e Franciscus Verellen, a c. di. 2004. *The Taoist Canon: A Historical Companion to Daozang*. 3 vol. Chicago: Chicago University Press.
- Seidel, Anna. 1969. «The Image of the Perfect Ruler in Early Taoist Messianism: Lao-tzu and Li Hung». *History of Religions* 9 (2/3): 216–47.
- . 1982. «Tokens of immortality in Han Graves». *Numen* 29: 79–122.
- . 1983. «Imperial Treasure». In *Tantric and Taoist Studies in honour of R.A. Stein*, di Michael Strickmann. Vol. 2. Bruxelles: Institut Belge des Hautes Etudes Chinoises.
- . 1987a. «Post-Mortem Immortality or: The Taoist Resurrection of the Body». In *Gilgul: Essays on Transformation, Revolution and Permanence in the History of Religions*, di S. Shaked e D. Shulman, 223–37. Leiden, The Netherlands: Brill.
- . 1987b. «Traces of Han Religion in Funeral Texts Found in tombs». In *Dōkyō to shūkyō bunkai*, a cura di Kan'ei Akizuki, 21–57. Tokyo: Hirakawa.
- . 1997. «Taoism: The Unofficial High Religion of China». *Taoist Resource* 7 (2): 39–72.

- . 2008. «The Emperor and His Councillor Laozi and Han Dynasty Taoism». Tradotto da Lotar von Falkenhausen. *Cahiers d'Extrême-Asie* 17: 125–65.
- Shaughnessy, Edward L., a c. di. 1997. *New Sources of Early Chinese History. An introduction to the reading of inscription and Manuscripts*. New Heaven: Birdtrack Press.
- Sivin, Nathan. 1968. *Chinese alchemy: Preliminary Studies*. Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press.
- Stein, Rolf A. 1972. «Spéculation mystiques et thèmes relatifs aux 'cuisines' du taoïsme». *Annuaire du Collège de France*, 489–99.
- Strickmann, Michael. 1978. «The Longest Taoist Scripture». *History of Religions*, 1978.
- «Talking to the Gods: Visionary Divination in Early Taoism (The Sanhuang Tradition).» 1994. *Taoist Resource* 5 (1): 1–24.
- Tzu, Chuang. 1968. *The Complete Works of Chuang Tzu*. Tradotto da Burton Watson. First Edition edition. New York: Columbia University Press.
- Umekawa, Sumiyo. 2003. «Transmission of Sexual Positioning in Relationship with Female Orgasm». Asian Society for History of Medicine; Symposium on the History of Medicine in Asia.
- Unschuld, Paul. U. 2003. *Huang Di Nei Jing su Wen. Nature, Knowledge, Imagery in an Ancient Chinese Medical Text*. Berkley and Los Angeles, California: University of California Press.
- . 2016. *Huang Di Nei Jing Ling Shu*. Oakland: University of California Press4.
- Verellen, Francius. 1995. «Taoism». *Journal of Asian Studies* 54: 322–46.
- Wang Lijian, 王力堅. 2018 *Weijinnanbeichao wenxue kuayu yanjiu* 魏晉南北朝文學跨域研究 (Studio della letteratura del period delle Sei Dinastie). Taipei: Yuanhua wenchuang
- Ware, James. 1966. *Alchemy, Medicine and Religion in the China of A.D. 320: The Nei P'ien of Ko Hung (Pao-p'u tzu)*. Cambridge: MIT Press.
- Watson, Burton. 1968. *The Complete Works of Chuang Tzu*. New York: Columbia University Press.
- Wei Qipeng, Hu Xianghua 魏啓鵬, 胡翔驊. 1992. *Mawangdui Hanmu Yishu Xiaoshi* 馬王堆漢墓醫書校釋 (Analisi dei Testi Medici ritrovati nelle Tombe di epoca Han a Mawangdui). Chengdu: *Chengdu Chubanshe*
- Welch, Holmes e Anna Seidel, a c. di. 1979. *Facets of Taoism. Essays in Chinese Religion*. New Heaven, London: Yale University Press.

Wile, Douglas. 1992. *Art of the Bedchamber. The Chinese Sexual Yoga Classics Including Women's solo Meditation Texts*. Albany: State University of New York Press.

Xuyet, Ngo Van. 1976. *Divination Magie et politique*. You-Feng.

Yoke, Ho Peng. 2007. *Explorations in Daoism Medicine and alchemy in literature*. Routledge. Oxon.