

Bento Kobayashi

TANTRA

L'arte di governare i draghi

XIX

Immagina lo spirito simultaneamente dentro e intorno a te, finché l'intero universo si spiritualizza.

L'universo non si fa spiritualizzare a comando, ma l'autore non dice sciocchezze, perché qui, come in ciascuno dei sentieri descritti, egli si riferisce sempre e unicamente all'esperienza soggettiva. È questo il cuore del suo insegnamento: ritrovare la soggettività più piena.

È l'esperienza soggettiva, non l'universo, l'obiettivo della ricerca spirituale. È l'esperienza soggettiva dell'universo, non la sua oggettività materica, il luogo della nostra esplorazione.

L'immaginazione è un fatto attivo: noi creiamo le immagini. Ma l'immaginazione è anche un fatto passivo, come nei sogni ad occhi aperti, quando veniamo (passivamente) immaginati, pervasi da immagini che sembrano crearsi da sole.

Il mondo reale definito per differenza e in opposizione al mondo virtuale, insostanziale, illusorio.

Per la psicologia a noi contemporanea l'immaginazione è attiva nella sua funzione di rappresentarsi una realtà illusoria ed è passiva nella sua facoltà di percepirla, sia pure come simulacro di una realtà autosostenuta dall'attivazione di opportune costellazioni neuronali.

Nel processo immaginativo la mente è al contempo attore e spettatore delle proprie rappresentazioni.

L'autore indica qui il sentiero estremo di ampliare all'infinito l'oggetto della rappresentazione, il soggetto dell'osservazione.

Spaziando dall'infinitamente piccolo all'infinitamente grande la mente si sporge sul baratro del tutto, vacilla, perde il confine, precipita oltre se stessa. L'Ego separato (discreto-confinato) che in Occidente chiamiamo mente, si perde nel vuoto da cui emerge all'unisono il tutto da cui ci eravamo differenziati.

È l'esperienza estatica, l'illuminazione: fugace, stabile o permanente. Per i mistici del cristianesimo è l'esperienza di Dio. Per i mistici buddisti è il satori o il *Wu*, termine tecnico con cui si è cercato di descrivere o per lo meno di definire lo stato di coscienza con cui il ricercatore si pone, *de facto*, al di

là del piano della discriminazione e della differenziazione, e che può variare in qualità e in durata spaziando dal lampo della consapevolezza intuitiva allo stato nirvanico permanente.

È un'esperienza inconfondibile e incomunicabile, ma è solo il preludio dell'esplorazione. È lo sfondamento del muro che pretendeva di separare l'uno da sé stesso. Al di là c'è il non pensiero, la non mente, il non dualismo sul quale l'esploratore smarrito può intraprendere il cammino di ritorno, dalla terra di nessuno della realtà separata verso l'integrità originaria.

Quando nella pratica duale l'uomo e la donna riescono ad abbattere il confine che li separa. Quando il loro respiro si fonde e i loro corpi si riempiono dell'energia del respiro e dell'azione d'amore. Quando dal due nasce di nuovo l'uno, gli amanti si contemplano sulla soglia dell'infinito. Essi non sono più corpo e mente. Non sono più attore e spettatore. Non sono più due, separati dal presunto confine della pelle. Essi tornano di fronte all'infinità dell'uno. Sapranno coglierla?

XX

O buona Devi, entra nella presenza eterea che pervade dall'alto e dal basso la tua forma.

Shiva torna a indirizzarsi direttamente a Devi. Il principio maschile attivo suggerisce la via al principio femminile ricettivo. L'entrare si fa quindi atto di non volontà, si fa abbandono attivo all'esperienza. Si fa rinuncia alla dualità, alla separatezza tra la presenza eterea e colui/colei che la percepisce.

Quando siamo in presenza di qualcuno o di qualcosa noi siamo due: un *essere* e una *presenza* altra. Un *essere* e un *altro* alla cui presenza ci troviamo.

Essere presenti a se stessi indica quindi uno stadio preparatorio, ma ancora ben diverso dall'essere se stessi. Essere presenti a se stessi indica una condizione di presenza mentale, una consapevolezza di Sé che è ancora separazione dal flusso dell'esperienza in Sé.

Lo stadio preparatorio della consapevolezza mentale dovrebbe divenire una condizione permanente del praticante, attento a non lasciarsi sfuggire nessuna opportunità di autoconoscenza. Egli non ha raggiunto l'obiettivo, la meta della sua ricerca. Per questo rimane vigilante e attento. Egli si trova praticamente sospeso tra due vite. Da una lato lo stato di inconsapevolezza di Sé e della separazione che lo attraversa, dall'altro lo stato di superamento della dualità e di abbandono attivo al flusso dell'esperienza.

È una posizione che l'Io percepisce come estremamente pericolosa, e che cerca di dominare ponendosi al di fuori e al di sopra del flusso della vita (o del Tao). Da qui l'Io si illude di poter dominare la

situazione, ma l'unica forma di dominio che la natura gli riconosce è la capacità di mantenersi fermo e distante rispetto alle sorgenti della propria vita.

L'Io, nato dalla separazione, teme di perire se si abbandonerà senza controllo al flusso indifferenziato dell'esperienza. È come il viandante che incontra un fiume sul suo cammino ma che ignora di saper nuotare e ignora che il fiume gli darà tutto il supporto necessario per avanzare nel suo cammino. Egli teme solo che mancandogli la terra sotto i piedi verrà travolto dalla corrente.

Per questo l'Io deve rimanere presente e dominante per lungo tempo e sperimentare gradualmente l'abbandono delle sue presunte sicurezze, dei punti fermi della sua visione del mondo, della fermezza di cui va tanto fiero e che lo paralizza.

Shiva propone a Devi questo sentiero. Le propone di entrare nel flusso della presenza eterea che pervade dall'alto e dal basso la sua forma.

La forma del corpo è simile agli argini del fiume. Quando diventiamo capaci di percorrerla da una estremità all'altra, da una riva all'altra, non ne abbiamo più paura.

Allora noi e il fiume diventiamo una cosa sola, ogni volta che lo desideriamo, perché abbiamo imparato come entrare e come uscire dal flusso, con rispetto e riverenziale timore, ma senza paure irrazionali.

Entrare e presenza sono le chiavi del miracolo, sono la via per fare uno di due, sono la metafora dell'unione duale, dell'atto d'amore che è all'origine della vita.

Entrare nella presenza è abbandono attivo alla fusione con l'eternità. Il presente è presente solo in un luogo e in un momento. Il presente è presente solo qui e adesso.

XXI

Metti la sostanza della tua mente, di ineffabile bellezza, al di sopra, al di sotto, e nel tuo cuore.

Noi siamo unità tripartite. E siamo al di sopra, al di sotto e nel (nostro stesso) cuore. Dice Richard Wolf Nathan: "Quando lo sviluppo embrionale giunge allo stadio di disco germinale, l'organismo si trova ad avere la possibilità o di sviluppare la sua capacità di percepirsi oppure di muoversi nella direzione di crearsi delle difese e di chiudersi. Tutto dipende dalle condizioni dell'ambiente materno in cui il concepito è contenuto. Quello che nella seconda settimana dopo il concepimento era stato un organismo costituito solamente da due strati (uno strato ectodermico di cellule in contatto col tessuto materno e uno strato endodermico di cellule capaci di costruire un nucleo vegetativo a una certa distanza dal tessuto materno stesso) diventa durante la terza settimana un organismo tridimensionale a seguito della formazione di cellule mesodermiche fra l'ectoderma e l'endoderma".

L'origine di ogni uomo, come di ogni animale, è nell'incontro di due (maschio/femmina, ovocita/spermatozoo) che si fanno uno, fondendo i sensi di cui sono portatori, per poi divenire tre differenziandosi nei tre strati embrionali. I significanti accuratamente preservati e selezionati, in un processo lungo quanto la storia del genere umano, si articolano in una nuova, esclusiva catena di sensi, il genoma umano, che sarà il principio organizzatore dell'individuo adulto, cioè di diversi miliardi di cellule perfettamente armonizzate. Noi siamo tutto questo, ciascuno di noi è unico in natura e nell'universo. Ma a tutto ciò attribuiamo ben poco significato. Solo raramente applichiamo la nostra mente all'autoconoscenza e troppo spesso ci accontentiamo delle risposte più superficiali, quelle buone ad appagare il bisogno d'identità dell'ectoderma (cervello/mente). È questo lo st(r)ato di interfaccia tra l'ambiente esterno e l'Io. E, incredibilmente, è nell'ambiente esterno, "nel mondo", che cerchiamo la verità sul nostro conto. Il senso smarrito, il senso della vita in noi, è ciò che cerchiamo fuori dal corpo: dove non può esistere. Lo cerchiamo nelle teorie degli scienziati, nelle parole dei preti, nella saggezza dei maestri. Ma tutti costoro, come chi scrive, possono al più indicarci la via, perché il sentiero scorre dentro di noi, e la meta è in noi, non altrove, non nelle parole altrui.

Il percorso può apparirci solitario, proprio perché, essendo interiore, sembra escludere il mondo e quindi gli altri. Paradossalmente è vero il contrario, più profondamente entriamo in contatto con noi stessi, più porte apriamo, anche inconsapevolmente, sul mondo. Più siamo aperti alla nostra natura profonda, più profondamente stabiliamo il contatto con gli altri: ci innamoriamo della vita.

Questo accade talvolta a chi, in età adulta, si trova in pericolo di vita, e proprio per questo viene investito improvvisamente dal *sensò* della propria vita. Sente ciò che potrebbe perdere e proprio nel sentirlo, sulla soglia di un passaggio potenzialmente irreversibile, si sveglia dal torpore, si ascolta, riflette, è.

Il sentiero della meditazione è un sentiero di trasformazione e ci accompagna verso una soglia. Possiamo scegliere di attraversarla oppure di rispettarla, riportando però con noi l'esperienza di una consapevolezza estrema, di un sapere che rimarrà, per tenerci desti.

Nello stato di veglia introspettiva noi siamo pervasi in noi stessi. Siamo sopra il nostro cuore, perché siamo desti nella mente. Siamo sotto il nostro cuore, perché siamo efficaci nell'azione priva di conflitti. Siamo nel nostro cuore perché siamo costantemente presenti ai nostri sentimenti.

Questa è consapevolezza attiva.

XXII

Considera ogni area della tua forma attuale come illimitatamente spaziosa.

La forma, ogni forma, è la disposizione attraverso cui l'opera di Dio, oppure il Tao cosmico, oppure la saggezza della natura, assume per noi una configurazione percettibile. Noi percepiamo forme. Anche quando queste possono essere particolarmente evanescenti, e assumono piuttosto la veste di formule: chimiche, fisiche, matematiche, spirituali.

Forme e formule sono le parole attraverso cui l'officiante infonde nella materia di un oggetto, altrimenti di uso comune, un nuovo significato trasfigurandola in un oggetto santo, in un mediatore di contatto con l'infinito.

Forma è, in generale, ciò che impronta la materia attivando la sua specifica *totalità*, il suo essere tale. Noi siamo la nostra forma. E la nostra forma è il simbolo, cioè realtà apparente e manifesta di tutto il nostro percorso personale, del nostro Tao individuale, del nostro carattere, della vita trascorsa e in atto. Attraverso la forma, passiva e attiva, dei corpi è possibile leggere gli eventi più significativi della vita trascorsa e dei progetti di vita. La vita trascorsa ha impregnato di sé i corpi, forgiandoli a essere adatti all'ambiente in cui si sono evoluti.

Le esperienze più significative della vita di ciascuno vengono, non a caso, definite formative. Ma troppo spesso non osiamo accettare questa realtà nella sua sostanza più profonda. Preferiamo assumerla come una metafora, come una semplice allusione al fatto che il nostro modo di *pensare* o di *vedere* le cose della vita è influenzato da *concetti* acquisiti nel corso degli anni. La verità è molto più profonda e investe la struttura dei corpi, cellula per cellula, dalla prima differenziazione dei foglietti embrionali alla situazione presente.

Noi siamo registratori viventi della nostra storia personale e della storia della nostra interazione con il mondo. Ogni gesto agito nella vita, ogni gesto inibito, ogni riconoscimento e ogni negazione dei nostri diritti umani fondamentali si è iscritta nel corpo che oggi siamo. La forma è l'espressione visibile di come lo spirito, l'aria che abbiamo respirato, si è fatta materia animata. Secondo la teologia Cristiana non vi è alcuna differenza in Dio tra forma e materia, tra ciò che era potenziale e ciò che si è fatto reale. Questo è quindi il cammino, questa la meta.

Nel suggerirlo all'amata Devi, Shiva le indica il compito di una vita: l'autorealizzazione, il divenire se stessi attraverso il conoscere se stessi. E la nostra realtà è di essere infinitamente spaziosi dentro, ma di essercelo dimenticato e di aver dimenticato in tal modo la nostra intima familiarità con Dio, con l'infinito spaziale e temporale.

Dice Shiva "Considera ogni area della tua forma attuale". Considerare non significa qui formulare un concetto astratto, significa piuttosto osservare con attenzione, compenetrare attraverso la mente per riconnettersi al Sé formale, corporeo.

E in questo percorso, perché il cammino possa proseguire, dobbiamo riaprire, l'una dopo l'altra, le porte che avevamo chiuso alle nostre spalle e di fronte a noi, abbattere, l'uno dopo l'altro, i muri eretti

per tener fuori una paura oramai lontana e spesso irreali. Renderci così infinitamente spaziosi per poter riaccogliere il mondo e la vita.

XXIII

Senti la tua sostanza, ossa, carne, sangue, impregnata di essenza cosmica.

È incredibile come tutti i sistemi di ricerca spirituale riconoscano al corpo una (se non la) posizione centrale e come tutte le gerarchie religiose si affannino a regolarne la spontaneità.

I religiosi di professione sembrano basare sul corpo, e sulla sua gestione, il proprio potere temporale, spacciato per spirituale. Se dessimo retta ai religiosi di professione tutti (o quasi) i sistemi di ricerca spirituale si fonderebbero esclusivamente sulla repressione dei *sentimenti del corpo* e sul controllo dei *vissuti del corpo*.

L'alterazione delle funzioni naturali del corpo tramite il digiuno, l'astinenza sessuale, l'immobilità, l'autolesione, e tramite ogni altra possibile deprivazione, o depravazione, sembra essere lo strumento principe della ricerca spirituale secondo i religiosi professionali. Ma, come sappiamo, il non bere non calma la sete, e l'assenza di cibo non sazia né i corpi né le anime, ma finisce semplicemente per attivare il programma genetico originario rivolto all'appagamento dei diritti/bisogni fondamentali dell'uomo.

Ne scaturisce un ovvio conflitto (non così ovvio fino a pochi anni or sono) tra la ricerca del divino attraverso la deprivazione, e il manifestarsi del "diabolico" attraverso il rinforzato impulso genetico alla sopravvivenza e alla vita. Nel medio evo cristiano abbiamo avuto clamorose dimostrazioni di questo folle sistema di pensiero. Le presunte streghe, ad esempio, venivano gettate nei fiumi con le mani e piedi legati. Se si fossero salvate, galleggiando, ciò sarebbe stato prova della loro possessione demoniaca e le avrebbe quindi condannate al rogo. Se viceversa fossero morte per annegamento, cosa che puntualmente accadeva, ciò avrebbe dimostrato la loro effettiva innocenza o conversione e sarebbero state salve. Nell'al di là. In entrambi i casi i corpi di chi avesse osato di non sottomettersi alla visione "cristiana" sarebbero stati sottomessi, torturati, dilaniati e uccisi, per liberare le anime dal peccato di non essersi genuflesse al potere.

Nella storia intellettuale dell'occidente si trovano due concezioni del corpo che improntano, in modi diversi e talora opposti, la comprensione che l'uomo ha di Sé: la concezione greca e quella biblica. Secondo la prima il corpo è una prigione, o addirittura una tomba per l'anima, e poiché l'uomo è costituito di parti, non si può dire che l'uomo sia corpo, ma piuttosto che posseda un corpo. Secondo l'Antico Testamento invece l'uomo è anche corpo. La Bibbia infatti non riconosce il concetto di corpo come entità separata, ma fa riferimento con le parole *carne* e *anima*, sempre all'uomo intero.

Quando Shiva invita l'amata Devi a sentire la propria sostanza impregnata di *essenza cosmica*, sottolinea la carnalità della ricerca, l'imprescindibilità del corpo per la ricerca ma, invece di proporle il sentiero della deprivazione/esclusione, la invita percorrere il sentiero dell' inclusione/appagamento.

È nel bagnarsi l'una dell'altra che le sostanze, forzatamente separate nell'intelletto si trasfondono di nuovo reciprocamente nella corporeità animica, e questo è già in atto, in ogni istante in ciascuno di noi, non c'è nulla che si debba fare per realizzarlo. Si tratta solo di portare lì l'attenzione, la percezione, per poter sentire di nuovo la realtà della realtà.

XXIV

Supponi che la tua forma passiva sia una stanza vuota con pareti di pelle – vuota.

Noi siamo carne, ossa e sangue, ma siamo anche vuoto. Noi siamo materia e spazio e siamo lo spazio vuoto tra la materia che siamo.

Dal punto di vista soggettivo percepiamo noi stessi come materici, densi e consistenti. Tutto ciò che possiamo toccare con mano ci appare pieno, e siamo abituati a considerarlo reale a differenza di ciò che non dimostra la stessa densità e che abbiamo assunto di ritenere illusorio o virtuale.

Ma noi sappiamo che il punto di vista di un osservatore innocente non è necessariamente l'unico punto di vista possibile. La biologia per esempio ci insegna che nel corpo è in atto un continuo lavoro, che le cellule sono in perenne attività, respirano, si nutrono, si scambiano informazioni essenziali per il mantenimento della loro/nostra vita. E sappiamo che miracolosamente molti miliardi di miliardi di cellule si coordinano, senza nessun intervento consapevole da parte dell'Io per mantenere costante la nostra forma, l'equilibrio metabolico ed energetico ed il nostro *illusorio* senso di identità: la nostra percezione illusoria della realtà che siamo.

Ancora più a fondo, ci ricorda la fisica, noi siamo composti di atomi, la stessa sostanza delle stelle. Ogni molecola contiene un piccolo universo di atomi. E ogni atomo è composto da un nucleo, di materia densa e da uno o più elettroni che gli sciamano intorno, la cui massa è così minuscola da risultare imponderabile. La distanza tra nucleo e nucleo, cioè tra materia densa e materia densa è, al nostro interno, così grande che, secondo la fisica, noi siamo al 99,9 per cento composti di vuoto.

Noi quindi, siamo ossa, carne e sangue dal punto di vista fenomenico soggettivo e siamo vuoto dal punto di vista della fisica, poeticamente siamo corpo e siamo anima al tempo stesso.

Volendo forzare ulteriormente l'incontro tra scienza e poesia o, se preferite tra scienza e spiritualità, potremmo ritenere corpo l'organizzazione molecolare della realtà e anima l'intensità dei legami magnetici all'interno di ogni atomo. Caduca la prima, immortale la seconda.

Shiva trasmette dunque a Devi una conoscenza profonda e sorprendente non solo della natura umana, ma della realtà in senso generale.

Da dove giunga una conoscenza così vicina alle acquisizioni più recenti della scienza moderna non ci è dato sapere, ma non possiamo tralasciare di constatare come una tale visione si sia travasata anche nel pensiero Taoista e Buddista e come sia giunta fino a noi anche attraverso il Cristianesimo.

Nel Nuovo Testamento, infatti, la *teologia del corpo* viene portata avanti da Paolo, il cui autentico concetto di corpo è il *soma*, parola sanscrita che designava la parte divina degli esseri umani. Per Paolo il soma è tanto il corpo terrestre che il corpo celeste, tanto la materia in sé che il legame, privo di materia, con l'infinito. E, sempre secondo il *fondatore* della Chiesa, tale legame è rinforzato dal pneuma, parola greca che significa tanto spirito che soffio, respirazione, e designa nel Nuovo Testamento la vitalità interna dell'uomo.

Dopo aver invitato l'amata Devi a conoscersi attraverso la densità della propria materia ora Shiva la invita a realizzarsi conoscendosi come vuoto, come pura identità insostanziale.

E attraverso Devi questo messaggio torna a noi.