

Bento Kobayashi

TANTRA

L'arte di governare i draghi

XXXVII

Guarda amorevolmente un oggetto. Non passare a un altro oggetto. Qui, nel mezzo di questo oggetto, la *benedizione*.

La benedizione è nell'atto stesso. Nel guardare amorevolmente ogni oggetto. Il compito ci può sembrare banale, l'obbiettivo facilmente raggiungibile. Queste obiezioni possono poi ricadere sulla desiderabilità stessa di una pratica che, apparentemente irrilevante, non può che portare a risultati altrettanto privi di qualità.

*Guardare. Amorevolmente. Un oggetto.* È in realtà un vertice difficilmente raggiungibile.

La trentasettesima via si compone di tre elementi: l'intenzione della mente, lo stato del sistema osservante, l'oggetto dell'osservazione. Quando questi tre elementi si coniugano al meglio ne emerge uno stato di completezza non altrimenti definibile che con la parola benedizione.

Quando cogliamo lo sguardo amorevole di una madre verso il suo bambino e allo sguardo pieno di luce gioiosa con cui questi le risponde, cogliamo l'immagine più diretta del processo che stiamo descrivendo. La relazione piena e sana tra una madre e il suo bambino e il dialogo non verbale tra i due può essere osservata, oggi, con mezzi tecnici sofisticatissimi, ma non esiste nessun mezzo per *simulare* un tale evento in modo convincente. La madre a cui mostrate una fotografia del suo bambino non sorride alla fotografia, sorride al proprio bimbo attraverso la fotografia. Il bambino molto piccolo a cui mostrate un'immagine sorridente della madre, ma non la madre stessa, non reagisce. Guardare significa dirigere, volontariamente l'attenzione visiva in una specifica direzione, con l'intenzione di cogliere tutti gli aspetti dell'oggetto osservato. Ma perché ciò sia promettente nel farsi dell'autorealizzazione consapevole, deve avvenire *amorevolmente*. Nella nostra visione attuale amorevolmente significa, al contempo, in modo libero da fini rapaci e libero da conflitti interiori, da doppiezza, da ambivalenze irrisolte.

Lo stato di amorevolezza è *in sé* una benedizione, perché indica uno stato di squisito equilibrio interiore, di flusso energetico e di significanti, non interferito dalle strettoie e dai sensi unici di una mi-

cro o macro cultura dell'ordine dogmatizzato. Lo stato di amorevolezza è il grande assente della nostra cultura e della nostra epoca che sembrano dominati da ben altri valori.

Ma nel segreto dell'intimità milioni di ribelli in armi, le armi del coraggio, della curiosità e dell'amorevolezza, si oppongono, minuto per minuto all'irrompere arrogante delle brigate mercantili che di tutto vorrebbero privarci, per tutto rivenderci sulle loro bancarelle elettroniche.

Il vero movimento clandestino della nostra epoca è l'amore, soprattutto l'amore carnale, da sempre il più dogmatizzato, il più mercanteggiato, il più oltraggiato. L'amore è uno stato di ambivalenza risolta, a-conflittuale.

Ma il terzo e il più prezioso degli elementi di questo sentiero è l'oggetto, l'altro, liberato dall'intricata somma delle nostre proiezioni e delle nostre volizioni più o meno consapevoli. Il terzo elemento è l'oggetto in sé e per sé.

E quando portiamo tutta l'attenzione amorevole di cui siamo capaci sull'oggetto della nostra pratica, nell'attimo sospeso che precede il farsi del sorriso reciproco, proprio allora non lasciamoci respingere dall'apparenza, non fermiamoci alla superficie che protegge il senso del profondo. È nel centro di questo s/oggetto, nel cuore della sua realtà che il processo si completa.

### XXXVIII

Senti il cosmo come *traslucida presenza sempre viva*.

Traslucida presenza è il nome mistico della realtà, ma traslucida presenza ne è anche il nome scientifico. Oggi la realtà descritta da Shiva e quella descritta dalla fisica dei quanti finalmente coincidono. Diversa è la via d'accesso alla consapevolezza. Esperienziale per l'una speculativa per l'altra, ma il fatto della realtà è il medesimo. Non potrebbe essere altrimenti.

Com'è possibile quindi accedere alla consapevolezza esperienziale del cosmo e di noi stessi come parte del tutto? Perché, quando parliamo di consapevolezza, non possiamo sottrarci alla constatazione che, sempre e inevitabilmente, stiamo riferendoci ad un fenomeno intrasoggettivo: che prende corpo in noi.

La pratica bioenergetica ci offre oggi un insieme di consapevolezze esperienziali, supportate dall'evidenza scientifica derivante tanto dalle acquisizioni della fisica quantistica che dalle continue evoluzioni delle neuroscienze.

Le pratiche tradizionali, in particolare il cammino tantrico indicato nelle 112 vie, sono in sé impeccabili ma, nella società contemporanea, si è reso necessario procedere, sin dall'inizio, attraverso *modalità d'accesso* che tengano conto della sempre più puntuale descrizione delle *dinamiche dominanti* che ci posseggono profondamente dall'interno e che richiedono un'elaborazione preventiva

per consentirci di cogliere pienamente il messaggio. Le pratiche più antiche, essendo nate in altri tempi e in altri luoghi, sarebbero per noi inaccessibili o, peggio, solo illusoriamente accessibili, senza l'elaborazione preventiva dei filtri somato/psichici che, nel tempo, abbiamo posto a salvaguardia della nostra integrazione al sistema di norme e di credenze necessari ad aderire all'ambiente relazionale e sociale della prima infanzia. La descrizione di questa *organizzazione cristallizzata di mezzi al fine* è disponibile da molti anni. La introdusse, all'interno del campo psicoanalitico un pupillo di Sigmund Freud: Wilhelm Reich. Questi però cadde in disgrazia e fu espulso dalla Società viennese quando osò contraddire le affermazioni del maestro sul così detto *istinto di morte*. Egli affermò e dimostrò che non di un istinto si trattava ma di un limite concettuale e tecnico della psicoanalisi stessa. Nell'impossibilità di contraddire l'evidenza delle sue dimostrazioni cliniche Reich fu accusato di averle espresse per motivi politici essendo socialista e, sempre per motivi politici, nell'illusorio tentativo di proteggere la scienza giudaica della psicoanalisi dalla velenosa e distruttiva violenza del nascente movimento nazista, Reich fu fatto oggetto di una incredibile violenza psicoanalitica.

Siamo lontani da quel tempo ma solo *pochi* psicoanalisti hanno avuto sin qui l'ardire di esprimersi a favore di Reich, anche se *tutti* ne utilizzano nella loro pratica clinica il concetto cardine da lui introdotto: quello di carattere. Con Reich cominciava a svilupparsi, nel mondo moderno, il paradigma *somatorelazionale* così eretico e innovativo da rappresentare ancora per la quasi totalità degli psicologi una sfida inaccettabile. Noi non siamo tra costoro.

Riteniamo viceversa e non senza ottime ragioni, espresse nel dettaglio altrove, che solo grazie al suo lavoro pionieristico, sia oggi possibile intraprendere una ricerca del Sé più autentica e profonda, non molestata, afflitta e abusata dalla necessità della mediazione interpretativa dello "specialista", ma restituita pienamente al suo attore ed interprete naturale il protagonista dei vissuti stessi.

Per la prima volta, a quanto sembra, la percezione soggettiva e la lettura oggettiva e "scientifica" dei fatti si trovano *vis a vis* nella descrizione di uno spazio esterno all'uomodonna, il mondo, eppure ad esso interno secondo le affermazioni della fisica contemporanea.

Sapremo cogliere l'opportunità? Rimanendo entro i limiti della nostra consapevolezza ordinaria certamente no. È qui che si realizza *pienamente*, oppure non si realizza affatto il cammino della ricerca esperienziale. È qui che possiamo cogliere l'opportunità di un balzo che ci porti al di là oppure rassegnarci alla lettura più superficiale e scontata: decorativa ma non trasformativa.

Reich ebbe l'ardire di concentrare i suoi studi sull'orgasmo genitale arrivando a descrivere l'esperienza che chiamò *orgasmo cosmico*. Non cercate la sua descrizione nei testi di psicoanalisi: non la trovereste. Cercatela invece nella descrizione tantrica, nel sentiero di Shiva, essa si realizza nell'incontro di *due traslucide presenze pienamente vive* congiunte nell'atto d'amore.

## XXXIX

Con estrema devozione, concentrati sulle due congiunzioni del respiro e conosci  
*colui che conosce.*

L'amore è conseguenza dell'essere e quando sarai te stesso amerai te stesso e il mondo intero . La pienezza dell'essere coincide con la pienezza dell'amare. Per questo invita te stesso ad essere pienamente presente alle nozze alchemiche che si replicano ad ogni istante della tua vita e che sanciscono il continuo divenire del rapporto tra la tua realtà personale, cellulare e biologica e l'universo. Fondersi col flusso del respiro è tornare a fluire con la vita. Tra noi e il flusso del respiro non dobbiamo porre alcun ostacolo. Solo così torneremo ad essere pienamente noi stessi. Pienamente connessi all'*essere in perenne divenire.*

Ogni inspirazione e ogni espirazione sanciscono il nostro essere presenti alla vita. Con l'ultimo respiro diamo l'addio alla vita per tornare al mistero da cui siamo venuti. È questa la prima e la più grande verità dell'esistere, tutto il resto è sovrastruttura, decorazione irrilevante, di ciò che è fondamentale. Per *conoscere colui che conosce* è necessario essere presenti al respiro con *estrema devozione*. Uno sguardo distratto non basta. In questa, come in ogni alta pratica, ciò che conta è la totalità della presenza.

Ma uno sguardo distratto sembra essere l'unica pratica consentita dalla cultura attuale, lanciata alla rincorsa di un accumulo di beni e di informazioni sempre più abbondanti e sempre meno essenziali. Un solo istante di *estrema devozione* è tutto ciò che serve per attraversare il diaframma rigido ma sottile tra l'incoscienza e la coscienza, tra l'inconsapevolezza e la piena conoscenza dell'amore, del vivere.

Domandatelo a chi è stato presente all'ultimo respiro di una persona amata. L'ultimo è per sempre. Quella persona non vivrà più, non è data alcuna ulteriore possibilità di interazione, non un sorriso, non uno sguardo, non una carezza, talvolta troppo a lungo rimandata. Non una parola, che doveva forse essere detta. Mille altre cose sono state dette e ridette ma non quella parola. Mille cose sono state fatte e rifatte, ma non quel gesto.

È tempo di *tornare* in contatto coi fondamenti della vita. Questo non può avvenire ascoltando dotte conferenze, ne consultando mille libri sapienziali. La verità è in ciascuno di noi, la verità è ciascuno di noi.

Ascolta la verità ascoltando te stesso e ogni dubbio si dissolverà. Questa è conoscenza congiunta con amore, perché l'amore è assenza di separazione, è assenza di conflitto. Quando amiamo conosciamo per contatto diretto, perché la verità è libera di fluire in noi e tra noi. Quando amiamo l'altro non ci è altro. L'altro è noi stessi.

Quanto poco amiamo e quanto, al contempo, pretendiamo di amare e di essere amati.

*Conoscere colui che conosce* è tutto ciò di cui abbiamo bisogno. Quando arriviamo a conoscere noi stessi attraverso il sentiero dell'amore siamo in contatto col tutto, con la realtà dell'universo e con la realtà del più piccolo degli esseri. Tutti, inevitabilmente, senzienti.

Capire la logica di quest'affermazione non è sufficiente, devi sentirne il sapore per accedere al sapere. Ma finché non sarai totale dentro di te l'amore non fluirà. Sarai un nulla alla ricerca del nulla, attraverso l'intrico di mille parole e di mille concetti.

L'amore è conseguenza dell'essere, e quando sarai te stesso amerai te stesso e il mondo intero. La pienezza dell'essere è la pienezza dell'amare. Per questo invita te stesso a essere pienamente presente alle nozze alchemiche che si replicano a ogni istante della tua vita e che sanciscono il continuo divenire del rapporto tra la tua realtà personale, cellula e biologica e la più ampia realtà che ci circonda.

È qui, nell'atto del congiungersi del respiro che entra col respiro che esce, del mondo di cui ci nutriamo col nutrimento che restituiamo al mondo che si celebra la nostra umanità. L'unico senso della nostra vita. L'unica sorgente di felicità.

## XL

Considera che il pieno sia il tuo proprio *corpo di beatitudine*.

Il corpo è sacro, delimitato da un preciso, inviolabile, confine. Al suo interno ciascuno è signore di se stesso. Chi viola il nostro confine ci sta ferendo o ci sta tradendo. Ma tradire ed essere traditi è l'unico mezzo per trascendere la (propria) realtà apparente e continuare a vivere realizzando la propria essenza.

Tradire dal latino *trado*, trans-do, do attraverso. Ogni cosa che ci attraversa e ci trasmuta sa di tradimento. Ogni atto necessario alla vita biologica e spirituale di ciascuno di noi è tradimento.

Traditore è ogni respiro che ci attraversa e attraverso cui viviamo e di continuo ci trasformiamo.

Traditore è ogni boccone che ci nutre e ci trans-forma biologicamente, trattenendoci nell'al di qua della vita. Traditrice è ogni immagine che muta la nostra visione del mondo. Traditrice è ogni parola che ascoltiamo e che sommata alle innumerevoli parole che l'hanno preceduta e che la seguiranno ci permette di trasformare la nostra comprensione della realtà e di noi stessi nella realtà.

Ogni cultura è quindi fondata sul tradimento ma, pretendendo di rendere permanente il proprio dominio, si sforza, contro natura, di rendere permanente ciò che permanente non può essere: la natura umana la cui essenza è lo stato di impermanenza.

La cultura cristiana fondamento dell'Occidente, si fonda su un atto di tradimento. Al tradimento di Giuda, attraverso cui consegnò Gesù ai suoi aguzzini, seguì il *sé-tradere*, l'arrendersi, di Giuda

stesso alla causa del cristianesimo. Fu in obbedienza infatti che egli si accollò l'ingrato compito di portare a termine l'atto supremo della missione salvifica del Maestro, il suo martirio e contribuì in tal modo, più di ogni altro, alla fondazione del cristianesimo e alla salvezza del genere umano. La salvezza può realizzarsi solo attraverso il tradimento, attraverso la trans-mutazione della realtà. Ma Giuda, nell'atto stesso del tradire, svelò il suo autentico amore per il maestro, quando scelse di comunicargli, con l'immediatezza del linguaggio corporeo, il suo profondo dolore e la sua devozione attraverso un abbraccio e un bacio d'addio: l'ultimo che il maestro ricevette prima del supplizio. Egli non si limitò ad indicarlo ai suoi persecutori, ma disse loro che Gesù sarebbe stato colui che avrebbe baciato, perché era colui che più di ogni altro amava.

Non altrettanto coerente sarebbe stato Pietro, fondatore del culto di Cristo che, nell'arco di poche ore, per aver salva la vita, lo rinnegò pubblicamente più volte. Giuda, al contrario seguì il proprio destino in solitudine. Straziato per la perdita del maestro e forse consapevole del disprezzo che da allora avrebbe bollato il suo nome (ad opera di chi non ebbe il coraggio e la risolutezza di assumersi il compito più ingrato e più necessario di tutto il percorso di Gesù), si impiccò, non prima di essersi liberato degli inutili denari, il cui unico fine era stato di trarre in inganno gli avidi e sciocchi persecutori del suo Maestro. Furono la loro arrogante dabbenaggine e la loro inutile crudeltà a stabilire il primato morale di Gesù e a creare la condizione necessaria alla fondazione del cristianesimo: il miracolo della resurrezione. Egli non cercò di sfuggire al proprio destino ma, attraverso Giuda, lo attuò perché potesse compiersi la sua opera.

Tradirsi, consegnandosi a una volontà più ampia e ineludibile è trascendere i limiti del proprio Io per abbandonarsi con fiducia al processo: è un atto di fede. Lo fece Giuda, ben sapendo a quali conseguenze si sarebbe esposto. Egli eseguì l'ordine di Gesù, come ricorda il vangelo di Giovanni dove si afferma che alla richiesta di chiarimenti su chi lo avrebbe tradito Gesù rispose:

*“È colui per il quale intingerò il boccone e glielo darò”. E, intinto il boccone, lo diede a Giuda Iscariota [...]”. E aggiunse: “Quello che devi fare fallo al più presto”. Preso il boccone egli subito uscì. Ed era notte.”*

Gesù, intingendo per l'ultima volta il pane e offrendolo, con le proprie mani a Giuda gli ordinò di essere lui a tradirlo e svelò, al tempo stesso, il suo amore per il discepolo, nutrendolo come si fa con un fanciullo.

Per ascendere al *corpo di beatitudine* è necessario tradire se stessi e il mondo che crediamo di conoscere e forse di possedere, il “*nostro mondo*”, per consegnarsi a una nuova vita in perenne divenire tra passato e futuro. *Tra.*

## XLI

Mentre vieni accarezzata, dolce principessa, entra *nel carezzare* come nella vita eterna.

Come sarebbe possibile entrare nella vita eterna se non attraverso la più piena esperienza corporea? E come sarebbe possibile entrare pienamente nell'esperienza corporea, nella passione di esistere, se non attraverso il rapporto duale? È in questo che il sacro incontra se stesso. Attraverso il bacio, attraverso la carezza, attraverso la *con-penetrazione* più profonda di due corpi uniti dall'esperienza dell'amore, privo di conflitti e pieno di reciproca devozione. La vita eterna è il presente. L'eterno presente che, nella condizione incarnata, sembra continuamente sfuggirci in un divenire che non può, comunque, che essere presente.

È solo nel presente che possiamo esistere, e solo nel presente possiamo conoscere l'infinito temporale ed esperienziale: l'assenza di confini dell'io, raggiunti e al fine trascesi e ritrovati e trascesi ancora in un perenne divenire. È solo nell'esperienza duale che agli umani è dato incontrare pienamente il presente dissolvendone le illusorie barriere.

Noi sappiamo, sappiamo di sapere, sappiamo pochissimo e, paradossalmente, sappiamo troppo perché "sappiamo male" e il nostro sapere ostacola l'*essere*. Ci preserva dall'essere nell'illusione di proteggerci dalla sofferenza e, al tempo stesso, degrada la nostra esperienza riducendone la pienezza.

Noi non sappiamo, in realtà, ma siamo posseduti da un sapere che si è fatto corpo e che ci governa a nostra insaputa. Se il sapere fosse cosa nostra potremmo metterlo da parte quando ci ostacola, come possiamo mettere da parte i nostri abiti per immergerci nell'acqua del mare. Ma gli abiti mentali che indossiamo sembrano possedere una singolare caratteristica, all'opposto dei vestiti nuovi del re, che tutti vedevano ma che non esistevano, gli abiti mentali di noi tutti sono invisibili ma sono, al contempo, estremamente reali.

Essi, similmente al figlio di dio, si sono fatti carne e ci posseggono, in tal modo, dall'interno. Li possiamo cogliere attraverso la struttura dei pensieri che crediamo *nostri*.

Noi pensiamo di pensare ma, in realtà, siamo di continuo pensati da pensieri che pretendiamo essere nostri. La dimostrazione di questo fatto è a portata di mano di chiunque. Provate in questo stesso istante a smettere di pensare e rimanete per qualche minuto con la mente completamente vuota. Se ci riuscite, ve lo assicuro, siete un'inattesa eccezione alla regola.

Viviamo quindi nell'illusione di un libero arbitrio che ci è stato sottratto da millenni. Per ritrovare l'infinito dobbiamo andare oltre e, attraverso il pensiero, recuperare l'essenza dell'esperienza terrena che, per noi, è l'esperienza della carne.

Tradire per trascendere, andare oltre, come le scritture ci hanno indicato, invitandoci a imitare l'esperienza del Cristo: figlio dell'uomo e figlio di dio.

Ma a noi, fratelli in Cristo, non è richiesta l'Espiazione, l'esperienza pubblica del dolore e della mutilazione della carne, della mortificazione che prelude la morte. Nostra può essere invece l'esperienza del piacere vissuto nella carne, dell'amore corporalmente percepito e non ridotto alla sua espressione evirata e falsamente rassicurante perché ridotta a pura astrazione concettuale.

La mente astratta non è e non è mai stata, il luogo del sacro. Perfino nel paradigma cristiano ritroviamo l'affermazione, attribuita a Gesù *“Prendete e mangiate; questo è il mio corpo”*.

Il corpo non mente, perché il corpo non è solo mente astratta ma è *fatto*. E il fatto del corpo fu voluto da dio stesso a conclusione della parabola terrena del Cristo, col miracolo della resurrezione in carne e ossa, a dimostrazione della *realtà* della natura divina del figlio.

I mortificatori della carne nostri contemporanei ne tengano il dovuto conto e ricordino inoltre che, nel corso dell'ultima cena, Gesù non spezzò il pane della propria erudizione, né versò il vino del proprio perbenismo, ma fece dono del proprio sangue e della propria carne come solo fa chi ama pienamente e con passione.

Oggi noi possiamo replicare questo rito, non nei luoghi di celebrazione previsti dai gestori del potere religioso, che relega la carne a luogo di conflitto tra l'arroganza delle “leggi” e il demonio della spontaneità, ma dovunque sia possibile condividere con coloro che amiamo la pienezza e la profondità dell'esperienza carnale.

Pare che tanti e tanti anni orsono gli uomini avessero una parola sola per sacro e per profano. E così sia.

## XLII

Chiudi le porte ai sensi quando sentirai zampettare una formica. *Allora.*

Le porte della percezione sono il nostro canale di conoscenza. Più siamo aperti al mondo, in essere e in divenire, più siamo aperti alla conoscenza. Ma, nelle società contemporanee, siamo tutti bombardati da una enorme e ridondante quantità di stimoli. L'organismo, dotato di una saggezza antica e più che mai necessaria, ci protegge elevando le soglie della percezione rispetto a tutti quelli che cessano di essere promettenti dal punto di vista delle qualità della vita e della sopravvivenza individuale.

Chi vive da tempo in una grande città non percepisce più il costante odore di benzina che lo avvolge. Chi è esposto in modo continuo a forti rumori perde gradualmente l'udito. E gli stimoli visivi



che continuamente ci raggiungono, direttamente o mediaticamente, perdono ad ogni ripetizione parte del loro significato intrinseco.

In egual misura, chi ha interesse a governarci attraverso la somministrazione di stimoli condizionanti, ne aumenta continuamente l'intensità e la pregnanza, spesso legata alla capacità di stupire, attraverso le somministrazioni di singole immagini o di sequenze che "lascino il segno".

Nel bellissimo film *Lezioni di piano* della regista neozelandese Jane Campion, ambientato ai primi dell'800 in una località dell'Australia, il protagonista maschile Harvey Keitel brucia letteralmente di passione quando scorge, attraverso un piccolo buco nelle calze della protagonista femminile un minuscolo lembo della sua bianchissima pelle, non più esteso della punta di un dito mignolo.

Oggi, per ottenere una risposta appena soddisfacente, le donne occidentali sono costrette a esibirsi indossando capi di intimo che nulla lasciano né vogliono lasciare all'atrofica capacità evocativa e immaginativa dei loro partner.

Se l'innalzamento degli stimoli procurasse appetiti e non abulia, la rivoluzione sessuale auspicata da Wilhelm Reich sarebbe in atto da tempo ma, sfortunatamente, non è così.

Siamo, al contrario, costretti a votare leggi per gestire la riproduzione assistita, mentre l'atto della congiunzione carnale è al contempo sempre più abusato e sempre meno percepito nella sua dimensione di arricchimento, di crescita, di creatività e di contatto col divino cosmico e personale.

Mentre gli stimoli manipolatori, governati dalla *società degli spettacoli*, ci inseguono sin dentro la più protetta intimità diviene inevitabile constatare che l'unica via d'uscita dall'aberrazione consumista delle nostre vite coincide con la nostra capacità di rientrare in noi stessi, non solo metaforicamente, ma attraverso precise pratiche di *attenzione alla vita* che scorre all'interno dei corpi che siamo, nella profondità della nostra essenza, ancora intatta nonostante l'assalto della *società dei poteri* che vorrebbe distorcere le nostre vite asservendole definitivamente alle esigenze di tutti i mercati.

Anche dal punto di vista della ricerca spirituale è peraltro sempre più urgente distanziarsi dalle sorgenti di una spiritualità tutta esteriore, esibita più che vissuta, una *spiritualità dell'immagine*, per ritrovare il sentiero di una spiritualità interiore, personale e profonda: fondata sul flusso *immacolato* del respiro.

È in questa direzione che è tempo di riaprire le porte della percezione perché possano tornare in primo piano le sensazioni più sincere perché biologiche, ingovernabili, imprevedibili e ineludibili che hanno bisogno solo della nostra attenzione per tornare a organizzarsi in sentimenti e a manifestarsi in emozioni, restituendo senso e significato al nostro essere nel mondo. Restituendoci la bussola interiore che i gestori di tutti i poteri non potranno mai sottrarci definitivamente.

È, di nuovo, nell'esperienza duale, nell'esperienza intima e profonda di due corpi che si cercano, che si stimolano, che si accendono l'un l'altro, lontano dal chiasso della vita mediata che possiamo ritrovare noi stessi e il nostro centro.

È in questa relazione che possiamo rischiare di nuovo di aprire le porte della percezione, di dischiudere la porta del cuore nel silenzio della mente e di ascoltare il farsi e il disfarsi del rapporto e della vita che scorre in noi e tra noi per riemergere continuamente rinnovata.

È nell'esperienza profonda del piacere, di morire per rinascere, che possiamo decidere ancora di spalancare le porte della percezione fino ai suoi limiti più estremi, fino a quando sentiremo di nuovo zampettare *una* formica. Fino ad *allora*.

### XLIII

All'inizio dell'unione sessuale, sta *sin dal principio* attenta al fuoco e, continuando così, evita le braci della fine.

Dice Jack Kornfield: "Tutta la pratica spirituale è una questione di rapporti: rapporto con se stessi, rapporto con gli altri, rapporto con le situazioni dell'esistenza". E l'unione sessuale è, per l'intensità e la profondità relazionale e per la qualità sensoriale ed emozionale, la più pregnante tra le relazioni umane.

Gli amanti rappresentano, l'uno per l'altro e ciascuno per sé e con l'altro, la più alta ricerca ed espressione dell'esperienza spirituale.

La loro *attenzione* ai tempi e ai modi della passione si concentra naturalmente nel flusso delle carezze e dell'amplesso. I rumori del mondo sono esclusi dall'intensità protetta del loro vissuto. L'un l'altro si insegnano che cos'è l'amore. L'un l'altro lo apprendono al di là di ogni parola.

Le loro menti si fanno corpo nel modo più totale e il tempo svanisce all'apparire dell'estasi. La meta è solo nel percorso, nell'infinito susseguirsi di un presente dove ciascuno è presente a se stesso e al flusso della vita reciprocamente vissuta. Il piacere dato è piacere ricevuto. L'irrompere delle sensazioni pervade i corpi trasformandoli in essenze pure, pregnanti ed esenti dal tempo e dalle leggi.

Quindi, amore mio, qui e fuori di qui, non trattenermi dall'essere te stessa, consapevolmente. Sii la gioia e il dolore, la passione e la noia, sii una mattina d'estate e una notte d'inverno piovoso, senza stelle né calore. Non trattenermi dall'essere ma sappi anche, quando tu lo vuoi, divenire l'atto stesso del trattenermi, consapevolmente, deliberatamente. Non permettere all'attenzione di eludere la propria natura, perché quella natura sei tu e senza di te il fiume della vita è arido ed orrido a se stesso. Il fiume non trascende la sorgente che è la sua vita stessa.

Fa che i tuoi occhi, ricolmi di stelle, siano aperti sul mondo esterno quanto sulla profondità della tua essenza.

Io ti amo e mi disciolo in te con tutta la mia vita ma, *sin dall'inizio*, curiamo insieme il fuoco della passione che ci unisce. Non concediamo spazio ad alcuna distrazione, rimaniamo *uno*, nel farsi dell'amore, mai lontano da sé. Uno è noi, è molto più di me, molto più di te. Noi è la nostra intensità nel contatto e nel distacco, negli abissi e nelle vette. Uno, noi, è senza paure, senza dubbio alcuno, eppure così pieno di dubbi e di paure vissuti sino in fondo, con stupore con dolore, con sorpresa, con amore.

Uno è ciò che voglio coltivare, con pazienza e umiltà, con gioia e dedizione. Uno è la realtà saziante ed insaziabile, la bestia selvaggia che cacciamo insieme. Quando insieme partecipiamo al flusso e lo chiamiamo vita.