

(segue)



lo vedrà dissolversi alla prima contrarietà. Una cosa infatti è il rilassamento, un'altra è la beatitudine, quella pace interiore costante che si raggiunge solo entrando in se stessi ed imparando lentamente a conoscersi. Attraverso l'impegno e la costanza, trasformando il proprio modo di pensare, mutano il comportamento, fonte di tanto dolore e

guai, e la visione della realtà. Quel che ne consegue è uno stato di pacificazione che si riflette in una vita appagante ed equilibrata, il che va ben oltre il benessere comunemente inteso. L'antica saggezza che porta all'elevazione dello spirito e alla pace interiore come stato acquisito, viene insegnata da millenni.

Ciò che libera dalla sofferenza è la conoscenza e i Maestri dell'umanità tuttora insegnano come percorrere la Via. A questo punto, se si ha sete, perché bere l'acqua della foce quando si può bere quella della sorgente?

Samadhana

EMOZIONI E SPIRITUALITÀ

La nostra mente dovrebbe essere perfettamente lucida, in ogni circostanza, ma senza rinunciare al patrimonio emozionale. Riferendomi alle emozioni, mi sono chiesto quale sia la differenza esistente tra un'emozione scelta consapevolmente ed una che ci invade all'improvviso; che differenza esista tra un'emozione che ci facilita la vita, donandoci benessere e positività, ed un'emozione perturbante. Fermo restando che le emozioni sono necessarie quanto il controllo e l'assennatezza, esse sanno dare sapore alla vita, ci riempiono di vigore e gioia o ci fanno toccare i nostri limiti nella sofferenza e nello stress. Mano mano che invecchiamo, diventiamo critici rispetto ad alcune tendenze emotive, siamo consapevoli della qualità delle emozioni e di ciò che possono lasciarci. Con una mente lucida, riusciamo a distinguere le

emozioni controllabili da quelle perturbanti che accadono all'improvviso, evocate in un momento passato e che si realizzano nel tempo presente. Vivere pacificati e inalterati, rinunciando al 'male' e, conseguentemente, alla sofferenza, non significa privarsi delle gioie della vita, né rinunciare ai sensi per ottenere armonia. Se ci priviamo del sonno, se aumentiamo la fame senza mai soddisfarla, o se ci priviamo del rapporto d'amore con una persona, stiamo male. La rinuncia ad andare contro noi stessi, richiede la consapevolezza di controllare le nostre emozioni affinché non debordino. Non c'è nemmeno divieto nei confronti della ricchezza e dell'agio. La povertà, l'obbedienza e la castità sono imposizioni condizionanti che annichiscono la personalità se non sono

scelte consapevolmente, per periodi definiti e nella capacità di sopportarle; solo così possono istruirci sulla vera umiltà, sulla condivisione e sulla partecipazione. Vivere la vera spiritualità ha il significato di esprimere l'etica naturale nel rispetto degli esseri senzienti; il corpo sarà armonico e lo spirito quieto e pacificato, la parola corretta, il pensiero corretto e l'azione corretta. Quello che dovremmo fare è cercare di mantenere la mente presente a se stessa, vivere la mente lucida. Se ci impegniamo realmente, non incolperemo più gli altri delle nostre disgrazie o infelicità, consapevoli di essere noi stessi la causa dei nostri mali.

Swami Shanti Sarasvati

IL MONDO VISIONARIO

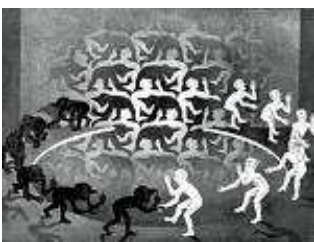
L'umanità sta vivendo un crescente stato di disagio interiore, di caduta di valori e di demotivazione: parallelamente le proposte di soluzione del problema si sono moltiplicate. Con l'intento di informare il lettore su quanto viene espresso al riguardo, dedichiamo questa rubrica, offrendo, anche se non in modo esaustivo, una svariata gamma di orientamento di pensiero, mantenendoci su di una posizione acritica. Riteniamo infatti che ogni mezzo sia di per



sé buono, poichè siamo diversi uno dall'altro e abbiamo diversi punti di vista. Ci troviamo a differenti stadi evolutivi e culturali e reputiamo che la persona debba essere libera nel valutare le diverse posizioni proposte dal mondo contemporaneo. Teniamo comunque a precisare che il ricercatore spirituale non può accontentarsi di migliorare solo temporaneamente la propria condizione interiore, ma che

dovrebbe impegnarsi ad andare oltre, ricercando quello che i Maestri dell'umanità indicano da sempre. Poichè infine la rubrica si propone unicamente di mettere al corrente dell'esistente, l'Associazione Mahamudra si astiene dal consigliare o spingere a sperimentare quanto esposto, declinando ogni responsabilità riguardo alla veridicità dei contenuti tratti dalle fonti indicate.

RIO ABIERTO: DAL TEATRO ALL'AMPLIAMENTO DELLA COSCIENZA



Rioabierto Italia è un sistema di lavoro che si basa su musica, movimento, espressione e centri di energia per armonizzare il corpo, la psiche, la mente e lo spirito. Partendo dal presupposto che il corpo è il corrispondente esatto della vita interiore, vengono utilizzati il movimento e la musica per sbloccare ed esprimere emozioni sopite. I partecipanti si dispongono a cerchio per favorire il contatto tra loro e, accompagnati dalla musica, imitano i movimenti dell'istruttore, che si muove in modo creativo, adattando gli

esercizi e i movimenti a seconda del gruppo con cui lavora.

I movimenti suggeriti aiutano a prendere coscienza dei propri atteggiamenti posturali, stati d'animo, emozioni e meccanismi psicologici, risvegliando in questo modo nuovi stati di coscienza.

Si tratta di una ginnastica espressiva che, oltre a sciogliere i muscoli e le articolazioni, al contempo scioglie anche i blocchi psicologici, che vengono espressi dal partecipante attraverso i gesti e la voce.

Il sistema contempla inoltre il rilassamento e la

meditazione.

Oltre agli incontri di movimento vengono proposti anche i Massaggi Rio Abierto, che portano ad un ulteriore sblocco delle emozioni, talvolta in modo catartico, durante la pratica del massaggio manuale.

Dall'ispirazione di Susana Milderman, un'attrice teatrale argentina che sperimenta le relazioni tra corpo, psiche e spirito (metodo GREIG = ginnastica ritmica espressiva con elementi di yoga e di plastica greca), la psicologa Maria Adela Palcos, sua allieva, fonda nel 1966 a Buenos Aires, il Sistema Rio

(segue)

Abierto, un insieme di tecniche psico-corporee, rafforzandone l'aspetto psicologico e spirituale. Hugo Hugo Ardiles, altro allievo della Milderman, violinista, medico, ricercatore e studioso di discipline orientali, approfondisce e sistematizza il lavoro basandosi invece sui centri di energia. Nel 1984 l'italiano Vincenzo Rossi, l'argentina Claudia

Casanovas e la brasiliana Maria Clotilde Robustelli, che si sono conosciuti durante il corso di formazione a Buenos Aires, fondano a Napoli il primo centro Rio Abierto in Italia, che si diffonderà successivamente in tutta la penisola. Negli anni '90 nasce in Umbria il centro residenziale Ermes. Rio Abierto Italia ha elaborato nel sistema conoscenze apprese dalla

Gestalt, dalla comunità di Findorn e dalla scuola sistemico-relazionale.

Fonti:

www.expresionritmica.com
www.rioabierto.org.ar
www.escuelahugoardiles.com.ar
www.rioabierto.it

BABA BEDI E LE TECNICHE VIBRAZIONALI



Baba Bedi

Baba Pyare Lal Bedi, meglio conosciuto come Baba Bedi, è nato in India il 5 aprile del 1909. Convinto che "le religioni hanno governato attraverso la paura", segue "la voce del cuore", attingendo direttamente dalla "Sorgente esoterica". Nel 1961 fonda a Nuova Delhi l'Istituto di Ricerca del Non-Conosciuto per portare alla luce i misteri dell'uomo e del cosmo, "umilmente ho rivolto lo sguardo verso l'ignoto, esplorato il cuore profondo della creazione e ricevuto nuova conoscenza." "Come un mendicante affamato di nuova conoscenza dei nascosti misteri, porgo la ciotola del mio cuore. Così, per grazia della Sacra Fonte Esoterica, sono arrivato a scoprire (...) tre gloriosi organi della Luce: Intuito, Coscienza Etica e Sensibilità Psichica, organi vibrazionali che

svolgono funzioni evolutive nell'Essere Umano." "La conoscenza della Sacra Sorgente Esoterica ha illuminato il sentiero della ricerca ed ha rivelato il viso della vera regina: la Coscienza, il coordinatore tra l'esistere e l'essere e tra l'essere ed il divenire, la cui meccanica agisce come un ponte tra l'interiorità e l'esteriorità". Nel 1972 si trasferisce in Italia, dove fonda, nel 1978 a Milano, il Centro di Filosofia Acquariana. "Questa nuova Scuola di pensiero filosofico è sorta lavorando mano nella mano con mia moglie (Antonia Chiappini ndr) e a lei va la gratitudine della mia anima". Secondo Baba la crescita Spirituale dell'individuo va di pari passo con la realizzazione della sua vita materiale. "Come è possibile evolvere spiritualmente se si è frustrati nella vita?"

I suoi insegnamenti per intraprendere la via della gioia sono dunque: conoscere se stessi, "cerca te stesso, trova te stesso, conosci te stesso, sii te stesso, ama te stesso..." e la finalità della propria vita, per il raggiungimento della quale è essenziale la scoperta e l'utilizzo dei propri talenti attraverso l'attivazione della sensibilità psichica e l'impiego delle tecniche vibrazionali per il ripristino dell'armonia, all'insegna della piena libertà di agire, seguendo il proprio personale cammino, indipendentemente dalla direzione verso cui tende. "Non si può portare il cavallo al fiume e forzarlo a bere, anche se ha sete, nessuna violazione è possibile al libero arbitrio." Baba abbandona il corpo fisico il 31 marzo 1993. Le sue ceneri sono state sparse sul fiume Gange il 4 gennaio 1998.

(segue)

Centri depositari degli insegnamenti di Baba Bedi sono: il Centro di Benessere Psicofisico, fondato su sua indicazione nel 1989, allo scopo di fare evolvere la ricerca nell'ambito della guarigione spirituale, per l'applicazione, la diffusione e la

sperimentazione delle tecniche vibrazionali per il benessere psicofisico e per la formazione degli operatori vibrazionali; l'Istituto di Pedagogia Acquariana, fondato nel 1992, a cui viene affidato da Baba il compito di diffondere i corsi e i principi metodologici ed educativi,

della ricerca filosofica, etica antropologica e spirituale.

Fonti:
www.centrofilosofiaacquariana.it
Aprato, C. (1996). *Baba Bedi e la via della gioia*.
Baba Bedi, *La Coscienza, l'occhio dell'anima*.

ILCHI LEE E IL DAHN YOGA (BRAIN RESPIRATION)



Ilchi Lee

Il Dahn Yoga o *Dahn Hak* (in Coreano *Dahn* significa energia vitale primaria, comunemente conosciuta anche come chi o ki e *Hak* studio di una teoria o filosofia) risale a migliaia di anni fa. Trasmesso di generazione in generazione, veniva utilizzato per sviluppare corpo e mente. Poi la trasmissione si interrompe.

Nel 1985 Ilchi Lee fonda a Seoul il primo centro di Dahn Yoga, che si basa su semplici esercizi adatti ad ogni tipo di persona. "Il cervello rappresenta la porta di congiunzione fra il corpo, la mente e lo spirito. Per sviluppare le facoltà del cervello bisogna prima di tutto nutrire il suo software con buone informazioni e, successivamente, curare l'hardware, lasciando che il cervello respiri e si rilassi a proprio piacimento". "Lo scopo del metodo è di elevare la consapevolezza umana

fino ad avere un controllo conscio su tutti gli aspetti della nostra vita. Questo metodo permette di raggiungere molti benefici fra i quali migliorare la salute, ottenere un migliore aspetto fisico, aumentare la creatività e l'innovazione, innalzare le capacità dell'intelletto e migliorare l'abilità di interagire con gli altri". Presto questo Yoga si diffonde in America. Nel 1997 viene fondato a Sedona l'Ilchi Meditation Center (SIMC). Nel 2006 vengono introdotti due nuovi metodi: "L'arte di essere senza limiti" che viene pubblicizzata come un'arte marziale non da combattimento e la "Respirazione Jung Choong", che produce una forma di alchimia interna tramite 5 semplici posture e focalizzandosi sulla respirazione, questo per rimuovere l'energia stagnante e accumulare nuova energia nel basso addome.

«L'organizzazione *Dahn Yoga* è stata denunciata da 27 ex membri con l'accusa di manipolazione psicologica, frode e molestie sessuali. Nella querela, gli ex membri sostengono di essere stati «costretti a riconoscere assoluta devozione al leader Ilchi Lee e alla sua "Visione", ossia richiedere ai membri di convogliare tutti i loro averi al Dahn Yoga e distaccarsi completamente dalla loro precedente vita, compresi parenti, amici e qualsiasi interesse personale al di fuori del Dahn.»

<http://www.dahnyoga.com>
Brain respiration, fai respirare il tuo cervello - Ilchi Lee - Edizioni BIS
ABC15 - Forbes

IL PENSIERO DI SHANTI

LE DUE REALTÀ



Ciò che accade sotto i nostri occhi quotidianamente lo chiamo realtà attuale (*ra*); è la realtà a cui siamo abituati, l'unica che conosciamo, sia essa piacevole o meno. In questa realtà viviamo le nostre esperienze, cresciamo osservando oggetti diversi: cose, persone, caratteri, situazioni, scenari... e ci facciamo un'idea del mondo percepito, che misuriamo di continuo e nel quale cerchiamo sempre le coordinate spazio-temporali per non perderci. Quando conosciamo una nuova persona, il sottile smarrimento iniziale proviene dal non sapere mai chi ci troviamo davanti; in un nuovo ambiente cerchiamo di orientarci spazialmente, ascoltando le sensazioni che provengono da 'quel fuori'. Nella *ra* gli eventi sono soggetti alla legge fisica, la nostra stessa struttura corporea non ci consente movimenti diversi da quelli sopportabili senza danno. L'energia di cui abbiamo bisogno proviene dallo specifico nutrimento naturale (*Physis*); i nostri organi ed apparati sono funzionali e soggetti a precisi regimi. Il condizionamento qui è palese. Ogni cosa dipende da ogni altra e tutto combina in un carosello variegato di formazioni pressoché

infinite di causa-effetto. In questa realtà molte cose sono scontate ma una serie in particolare: la nascita, la crescita, il decadimento e la morte. Nessuno sfugge alla legge del cambiamento: ciò che eravamo, ora non siamo e ciò che siamo non saremo; chi guarda scorrere l'acqua di un fiume, vedrà sempre scorrere acqua, ma non sarà mai la stessa. Così fluisce la vita. Ci hanno insegnato che il sogno è la produzione del cervello, che ciò che in esso si realizza non risponde al vero nel senso comune. Ciò che accade nei sogni è frutto di emozioni non metabolizzate, di squilibri bio-fisiologici, che informano chimicamente il nostro cervello il quale reagisce nel sonno. La realtà di sogno (*rds*) di cui sto parlando, non ha a che vedere con questo. Mentre nella *ra* ci si avvale dei sensi e ciò che è così percepito dà valore e solidità all'ambiente e a ciò che contiene, nella *rds* la percezione delle esperienze accade in modo sottile, senza lasciare una traccia misurabile secondo i criteri della *ra*. Nel sogno le caratteristiche fisiche e le forme sono diverse da quelle della *ra*, anche se le sensazioni percettive sono, talora, ancora più vivide. Un oggetto animato, ad esempio un'aquila, nella *rds* può in

un attimo trasformarsi nel dio Giove. Molte proprietà della fisica non si adattano a questa dimensione, nella quale si può volare, passare attraverso i muri, trasformarsi in un batter d'occhio in qualsiasi animale, vegetale o in altra cosa, compresi gli scenari naturali o artificiali, o gli agenti atmosferici. Nella *rds* tutto può dialogare con noi e modificarsi davanti ai nostri occhi. Queste comunicazioni talvolta sono incomprensibili, perché la dimensione si esprime per la maggior parte in modo simbolico: un'anfora rossa, ad esempio, può indicare il cuore, un gatto il sentimento amoroso; una volpe l'astuzia, etc. A queste conclusioni, nella storia dell'uomo, si è giunti molto presto e sia la mitologia che la religione ci informano della esistenza della *rds*. Tutto questo non risulterebbe strano se la *rds* si percepisse solo nello stato di sogno notturno, ma le 'stranezze' si manifestano anche nella *ra*: sono registrati casi di guarigione miracolosa, sparizioni ed apparizioni, ritrovamento a distanza di persone e cose, materializzazioni improvvise di oggetti, telecinesi, fantasmi, l'elenco è lungo. I medici e la scienza per ora non hanno dato risposte convincenti.

(segue)

Per questi, in massima parte, è la suggestione che produce l'effetto placebo o nocebo. Ad esempio, il convincimento della persona che assume pastiglie prive di principi attivi la sana; il convincimento che uno iettatore le porti disgrazia o che qualcuno la fatturi, le arreca un danno reale. Le pratiche magiche prevedevano questi tipi di azione che, purtroppo, ancora oggi non sono state abbandonate. Il principio stesso di voler controllare l'incontrollabile ha sempre spinto l'uomo a cercare soluzioni: la magia ora si è trasformata in scienza.

Far apparire la scienza come qualcosa di pericoloso non sarebbe troppo giusto, ma va da sé che la spinta alla trasformazione della natura per favorire la specie, porterà quest'ultima all'estinzione per autodistruzione. Come ogni cosa, anche la specie è soggetta a finire e, se non sarà ad opera dell'uomo, saranno le ineluttabili condizioni esterne a farlo.

Sulla fine della specie si sono fatte molte illusioni e la cosa è diventata di moda, basta pensare a cosa si dice sul 2012. Consideriamo che l'essere umano è composto da due elementi, uno solido e uno volatile (gli alchimisti direbbero uno fisso e uno mobile). L'aspetto fisso oltre che dal suo corpo è rappresentato anche dalle sue visibili e tangibili realizzazioni, (casa, auto, vestiti, suppellettili, utensili, macchine, oggetti

utili e futili), mentre l'aspetto mobile è il pensiero, che elabora soluzioni per l'attuazione dei desideri di benessere espressi dalla Specie. Quanto vediamo attorno a noi, che non sia 'natura', è pensiero attualizzato. Prima che le cose fossero, sono state pensate, hanno soggiornato cioè nella *rds*. Così, 'tutto è mente', affermano i mistici, tutto si trasforma e tutto è analogo. Nell'analogia globale viene asserito che 'ciò che è in alto è come ciò che è in basso'. Analogia, speculazione, ricerca edonistica, immortalità: queste modalità e conseguimenti possono non essere vissuti in modo consapevole e, in questo caso, le due realtà non sono sovrapponibili, né tendono ad esserlo.

L'unificazione rappresenta dunque l'obiettivo della consapevolezza totale o illuminazione, il fine del viaggio iniziatico.

L'integrazione delle due realtà avviene mediante la consapevolezza della loro esistenza e complementarietà.

Nella *rds* soggiornano idee, programmi e intenti accanto a visioni, desideri e paure, che costituiscono ognuno un mondo, un universo immenso.

Il rapporto tra mondo interiore ed esteriore è analogo a quello tra potenza ed atto. Dalla *rds* il movimento si volge alla *ra* e da questa nuovamente alla *rds*, in continuità eterna.

Non è difficile accettare allora che il pensiero sia sogno in quanto ne

possiede tutte le caratteristiche: imponderabilità, immaginazione, trasformazione e adattamento immediato, prefigurazioni delle azioni e delle conseguenze emotive, o delle azioni e delle azioni conseguenti, a seconda di dove proviene il nostro pensiero e dello stimolo che lo genera¹. Per questo è innegabile che il pensato precipiti in forma solida e appaia nel manifesto, donandoci gli strumenti della *ra*, processo che in alchimia viene denominato 'coagulare'. Il processo inverso, di decadimento e soluzione, 'solvere', genera la trasformazione e il termine di uno stato (morte), che si concluderà nel ritorno del precipitato alla *rds* in modo sublimato. Lo stato di frantumazione della nostra essenza, alla mercé della diade e dell'insorgenza condizionata delle personalità multiple che ci rendono plurifrenici², viene dapprima integrato mediante tecniche mentali re-integrative e, successivamente, elevato mediante il processo cosciente di sublimazione: la *ra* passerà alla *rds*, la matrice dove è stata concepita.

Swami Shanti Sarasvati

¹ Vedi lezioni sul PEAO.

² Vedi lezioni sulle personalità multiple dominanti - Astrologia e Sentiero 2 - 2009

MUSICA

LA MUSICA DEL SILENZIO

*Praticare la conoscenza
vuol dire
acquisire qualcosa ogni
giorno.
Praticare il Tao vuol dire
perdere qualcosa ogni
giorno. (Lao Tzu)*

La musica meditativa è pratica di meditazione e definisce la capacità del suono di condurre al silenzio. Nonostante la meditazione abbia avuto credito, apprezzamento e diffusione soprattutto in Oriente, essa non può essere considerata frutto esclusivo di una specifica tradizione culturale poiché, in quanto intima istanza del profondo, appartiene all'uomo. Il rapporto del meditante con la musica è di ampio respiro, non limitato alla comune sua accezione e all'ordinaria funzione, prevalentemente di ordine estetico e affettivo, ad essa attribuita; egli s'accosta con pienezza al mondo sonoro e vive come densa espressione artistico-musicale il canto della natura: gli uccelli, il frangersi dell'onda, lo scroscio della pioggia, del ruscello, il vento tra le fronde, il crepitio del fuoco hanno il medesimo pregio, la stessa poesia della più ineffabile composizione. La musica da sempre accompagna l'uomo e lo scorrere della sua vita. Ne scandisce i momenti di festa e di sofferenza, la danza, l'emozione, i riti, il desiderio d'Infinito.

Accanto alla voce, per la sua produzione sono stati creati molti strumenti, distinti dalla moderna organologia in idiofoni, membranofoni, cordofoni, aerofoni ed elettrofoni, che permettono all'individuo di esprimersi mediante il linguaggio dei suoni. Ed è proprio la vibrazione sonora l'elemento costitutivo della musica, definita come flusso ritmico, o aperto, di suoni di varia altezza, intensità, timbro e durata. È evidente che ciò presuppone un'organizzazione formale del materiale musicale, esigenza a cui l'uomo, sulla base delle differenti tradizioni socio-culturali, ha dato diversa risposta. L'attenzione che egli ha posto sulla forma, sulla complessità strutturale e sulla loro conseguente evoluzione, lo ha, tuttavia, progressivamente allontanato dall'elemento originario, il suono stesso, che differenti orientamenti del pensiero filosofico e religioso, come attestano scritture quali i Veda e la Bibbia, considerano l'elemento generatore dell'universo. Tale distacco si evidenzia in particolare nel mondo occidentale, in cui gli elementi meditativi, trascendenti, esoterici della vibrazione sonora e quindi della musica, non sono stati considerati e coltivati, spesso per negazione dell'autorità religiosa.

La mente occidentale, dai tratti di più spiccata tendenza logico-razionale, favorisce una produzione musicale più vicina a quanto espresso nei primi due versi del *Tao Tê Ching* sopra indicati: la via della conoscenza che dà vita ad un processo di acquisizione. Nel contesto dell'arte del suono ciò si traduce in un costante sviluppo e mutamento della grammatica, della sintassi, della forma in termini di complessità e dal risultato estetico spesso sublime. La polifonia, il contrappunto, l'armonia e le conseguenti leggi che li governano creano però un complesso intreccio delle parti, in cui il dogmatismo della regola determina lacci compositivi e precise tendenze stilistiche. Artificio, virtuosismo, competenza e giudizio filtrano gli spazi ispirativi, creativi ed esecutivi, rendendo spesso banale e priva di valore artistico la libera espressione musicale, semplice ed intuitiva. Pur non essendo assente l'elemento introspettivo e speculativo, l'alveo in cui scorre la musica occidentale è principalmente estetico ed emotivo. Straordinaria è la sua capacità di dipingere ed indurre nell'ascoltatore stati coscienziali diversi. Il mutamento del colore e della tinta affettiva è presente



(segue)

all'interno della singola composizione e soddisfa la necessità di variazione e novità che la mente non meditante avverte con forza. Un brano monocromo, infatti, crea nell'ascoltatore d'Occidente un senso di noia e di disorientamento, perché si struttura su frequenze e pulsazioni diverse dalla sua visione, spesso contaminata dalla frenesia e da una acquisita evasione dal *qui e ora*.

Il progressivo abbandono della pratica d'improvvisazione in favore di una marcata distinzione di ruolo delle figure del compositore e dell'interprete cristallizza, inoltre, i brani in una forma definita, in cui la libertà espressiva del musicista è costretta e circoscritta a pochi elementi interpretativi di natura dinamica, ritmica, agogica e di fraseggio. Il jazz costituisce un'eccezione in merito, ma l'improvvisazione che lo caratterizza si svolge entro confini armonici e stilistici precisi. Anche in Oriente, ambito in cui la meditazione trova spazio e valorizzazione, il linguaggio musicale acquista, nel suo percorso evolutivo, forme articolate e complessità di prevalente natura ritmica e tecnico-esecutiva; ciò si verifica in particolare nel repertorio con scopo ludico, di intrattenimento o puramente artistico. L'arte, tuttavia, è più intimamente connessa con la pratica introspettiva, con l'afflato del mondo interno, di cui essa si fa voce. L'improvvisazione, che

costituisce l'immediata espressione del proprio vissuto e sentire, è ampiamente utilizzata e consente al discorso musicale di rinnovarsi, anche quando la cornice di forma, entro la quale il musicista opera, è antica e trasmessa da numerose generazioni. Più labile è la tensione del principio di varietà: la composizione non ricerca tratti emotivi diversi, ma è costruita su un'unica tinta, che viene pienamente esplorata e descritta. Il disegno solistico, inoltre, è preferito alla complessità armonica del contrappunto e ciò rende la comprensione più fluida e meno frammentata sotto il profilo attentivo. Il valore attribuito al suono, in quanto elemento primario, fondante e autoreferenziale, è spiccato, come dimostrano la considerazione e l'importanza conferiti al mantra e alla sua forza. Gli strumenti non hanno subito dalla loro nascita sensibili modifiche in termini di materiali, struttura e tecniche di realizzazione, perciò conservano semplicità e purezza timbrica, ne sono un esempio i flauti ney turco, il bansuri indiano, lo xiao cinese, lo shakuhachi giapponese per quanto concerne i fiati, ma l'enumerazione è ampiamente estendibile agli strumenti a corda e a membrana. È la stessa tradizione orientale che comprende ed elabora, secondo i propri criteri musicali la musica meditativa, che trova la sua espressione più manifesta nel contesto

della mistica islamica e del Buddhismo zen. Impossibile e, comunque, non nell'intento di questo scritto, è una comparazione qualitativa delle due tradizioni musicali, a loro volta distinte in una pluralità di sottoinsiemi. Dal punto di vista teorico si collocano su posizioni tra loro lontane e la concisa definizione dei tratti generali che le caratterizzano è funzionale al presente oggetto d'interesse e di analisi: la musica del meditante, la musica di colui che, praticando il Tao, perde qualcosa ogni giorno.

Il riferimento alla perdita di ciò che è dannoso e inutile al fine di realizzare il *wu wei* e di conseguire lo *stare rilassati, in modo naturale, non perturbati*, non può non riflettersi sugli specifici attributi della musica meditativa. Certamente, per quanto sopra esposto, il normale approccio orientale risulta più vicino alla corretta pratica, che richiede però, nel rispetto della soggettività, specifiche caratteristiche trasversali in relazione ai seguenti elementi: finalità; suono, musica, silenzio; altezza, intensità, timbro, durata del suono; tempo, ritmo; ripetitività, novità nel discorso musicale; modalità, tonalità; centralità, spazialità; carattere, emotività; forma; improvvisazione; voce, strumenti, ensemble; tecnica.

(Continua)

Gandharva



POESIA

PREGHIERA HOPI DELLA COMPASSIONE

Ti sento Spirito.

*Ti sento attraverso gli
orecchi dello spirito lupo*

*Ti sento spirito negli
alberi, mentre il vento
mormora tra le fronde che
coprono il mio villaggio
della sera.*

*Ascolto la tua voce
nell'acqua mentre scorre
sulle pietre del ruscello
che passa accanto alla
mia famiglia, alla mia
gente.*

*Ti sento spirito, in tutte le
cose, e ti vedo spirito, ti
vedo attraverso gli occhi
del mio spirito falco.*

*Ti vedo nel viso dei
bambini del mio villaggio
quando fisso i loro occhi.*

*E ti vedo quando guardo
le stelle nella volta del
cielo notturno che copre
la mia casa.*

*Ti vedo al lavoro nelle
pennellate del paesaggio
dipinto, nel deserto che mi
circonda.*

*Ti vedo spirito in tutte le
cose.*

*Ti assaporo, spirito,
attraverso la lingua del
mio spirito serpente.*

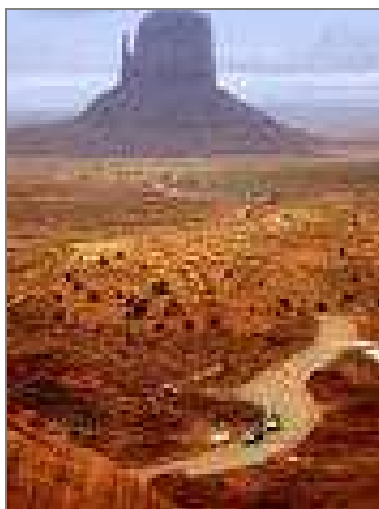
*Assaporo la tua brama
per la mia saggezza.
la tua tolleranza verso il
mio apprendimento.*

*Assaporo la tua
compassione per l'anima
mia.*

*Assaporo la tua
compassione per l'anima
mia.*

"Gli Indiani Hopi, che vivono negli aridi altopiani dell'Arizona, abitano la stessa terra da più di mille anni, più a lungo di qualsiasi altro popolo del Nord America. Essi non sono solo i più vecchi abitanti di questo territorio, ma sono anche considerati dagli altri popoli Indiani, come i detentori di una saggezza profonda e conoscitori di segreti che superano la normale percezione delle cose. Pace, amore e la stretta cooperazione tra clans tribali, sono gli elementi base della loro società. Il popolo Hopi è estremamente spirituale e fieramente indipendente. La loro religione, profonda e legata ad ogni singolo gesto quotidiano, è una solida fune che li tiene uniti al meraviglioso ed imponente ambiente in cui vivono."

Fonti
Hopi - Susanne e Jake Page



PROFEZIE

TRIBÙ HOPI

Piuma Bianca del Clan dell'Orso

“Il Quarto Mondo finirà presto ed il Quinto Mondo comincerà. Questo era ovunque risaputo dagli Anziani. I segni si sono manifestati nel periodo di molti anni e pochi devono ancora manifestarsi.

Questo è il Primo Segno: Noi eravamo informati dell'arrivo degli uomini dalla pelle bianca, simili ai Pahana (Hopi), ma che non vivevano come i Pahana. Questi uomini hanno preso la terra che non è loro ed hanno colpito i loro nemici col Tuono (fucili).

Questo è il Secondo Segno: Le nostre terre vedranno l'arrivo di Ruote che Girano colme di Voci (carri coperti).

Questo è il Terzo Segno: Strani animali simili al bufalo, ma con grandi lunghe corna copriranno la terra in gran numero.

Questo è il Quarto Segno: La terra sarà attraversata da serpenti di ferro (strade ferrate).

Questo è il Quinto Segno: La terra sarà intersecata da gigantesche tele di ragno (linee elettriche-telefoniche).

Questo è il Sesto Segno: La terra sarà intersecata da fiumi di pietra che creano figure nel sole (rilevati stradali e i miraggi

che creano).

Questo è il Settimo Segno: Tu sentirai di un mare diventato nero e di molti esseri viventi morti a causa sua (pozzi di petrolio).

Questo è l'Ottavo Segno: Tu vedrai molti giovani che portano i loro capelli lunghi come quelli del nostro popolo venire ed unirsi alle tribù per imparare la nostra via e la nostra saggezza (Hippies).

E questo è il Nono ed Ultimo Segno: Tu sentirai di un luogo dove si abita, nei cieli sopra la terra, che cadrà con grande fragore. Essa apparirà come una stella blu. Molto presto dopo questo avvenimento, le cerimonie del popolo Hopi cesseranno¹.

Questi sono i Segni che la grande distruzione è arrivata: Il mondo sussulterà su e giù.

L'uomo bianco combatterà i popoli di altre terre, quelli che possiedono la prima luce della saggezza.

Ci saranno molte colonne di fumo e fuoco come quelle che l'uomo bianco ha già fatto nel deserto non lontano da qui. Quelli che abitano e vivono nella terra degli Hopi saranno salvi. Allora ci sarà molto da ricostruire. E presto, molto poco dopo, i

Pahana² torneranno. Essi porteranno con loro l'Aurora del Quinto Mondo. Essi planteranno i Semi della Saggezza nei nostri Cuori. Almeno ora i semi sono stati impiantati. Questi spianeranno la via per Emergere nel Quinto Mondo.”



Martin Gashwesoma

Martin Gashwesoma, anziano del Clan del Fuoco

“Gli Anziani Hopi ci hanno raccontato che quando le piante siano fiorite nel mezzo dell'inverno, sarebbe stato necessario andare a Santa Fe per avvertire tutti delle sofferenze e distruzioni a venire, se non avessero cambiato il loro modo di vivere. Lo scorso anno, nel mezzo dell'inverno, le piante hanno cominciato a fiorire.”

Secondo Martin vi sarà inoltre “un giudizio davanti ad un grande specchio e morte per quelli che sono malvagi e depravati, con

(segue)

solo una manciata di persone sopravvissute in ogni nazione oltremare che verranno allora in questo continente, “che noi chiamiamo paradiso”.

Altre profezie Hopi

“Un'altra profezia Hopi avverte che niente dovrà essere riportato dalla Luna.

Se questo sarà fatto, l'equilibrio delle Leggi e Forze Naturali sarà disturbato, col risultato di terremoti, importanti cambiamenti a livello meteorologico, squilibri sociali”. “ (...) il giorno della Purificazione i veri Hopi voleranno verso altri pianeti in 'vascelli senza ali'³. ”



Martin e la roccia della profezia

Note:

¹ “La fine di tutti i rituali Hopi avverrà quando un Kachina si toglierà la maschera durante una danza nella piazza davanti ai bambini non iniziati. I Kachina sono gli spiriti delle forze

invisibili.

² Pahana è anche detto Fratello Bianco.

³ I sopravvissuti del Grande Diluvio, migliaia di anni fa, si divisero in quattro gruppi che si diressero in tutte le quattro

direzioni.

Solo un gruppo completò il suo viaggio, al Polo Nord e oltre (al di dietro), sotto la guida di una Brillante Stella in cui viaggiava il Grande Spirito Massau'u. All'arrivo, dopo la discesa, egli creò un petroglifo sulla Seconda Mesa, raffigurante una fanciulla che viaggia in un veivolo senza ali a forma di cupola.

Fonti:

www.wovoca.com – Prophecy Hopi
<http://www.dreamscape.com>
<http://www.thedreammasters.org/hopi/martingashweseoma.php>
The Book of the Hopi - Frank Waters

From the Beginning of life to the day of Purification - Dan Katchongva

Associazione Culturale Autonoma Mahamudra
 Via del Progresso, 12
 35030 Peraga di Vigonza (PD)

Cell. 348 7621710
www.mahamudra-pd.org
segreteria@mahamudra-pd.org