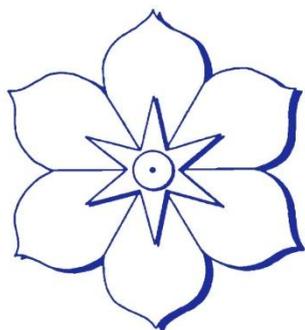


Paideia®



«Allora tutto è il Maestro: la natura, il sole splendente, l'aria tersa, il cielo azzurro, le montagne, gli alberi ... »

Luglio – Agosto 2018

SOMMARIO

Il Sofista
La Morte del Fisico Denso
Convibrare col Maestro
Verso la Coscienza Osservante

Il Sofista

Questo dialogo sarebbe la continuazione del Teeteto, e affronta lo stesso tema con un diverso punto di vista.

Mentre il Teeteto ha un taglio più soggettivo, il Sofista ha uno sguardo più oggettivo.

Esso è una guida formidabile nella scoperta dei meccanismi mentali. E per noi, che cerchiamo la “Sofia immacolata e pura”, è un’ autentica benedizione.

Seguiamolo dunque senza paura di addentrarci nel groviglio delle argomentazioni, certi che la *diairesi*, il distinguere, lo spiegare, nel senso etimologico di togliere le pieghe, sarà come una lampada che illumina tutti gli angoli di una caverna buia.

Dunque seguiremo questa Luce con gioia e con l’ adeguata *Filia*. Ecco l’ *Eros* filosofico che è indispensabile per affrontare un dialogo un po’ ostico ma certamente una miniera di conoscenza veramente meravigliosa.

Chi scrive vorrebbe soffermarsi su ogni concetto, perché ognuno di essi è uno stimolo alla *nòesis*, e, come tutti gli scritti dei grandi Maestri, è una sintesi da cui si può partire per ulteriori considerazioni, perché nasconde un “mondo” molto più vasto, alto e luminoso.

Platone scrive non perché ricerca l’ autoaffermazione o qualche vantaggio egoico, ma per portare Luce e per portarci alla Luce. Dunque è un puro atto d’ Amore per l’ umanità ignorante. Ignorante, non malvagia. Anzi, Egli dice che l’ intelligenza dell’ uomo cerca il bene, per sua stessa natura. Ora, gli uomini si distinguono in ignoranti e sapienti... e filosofi, cioè amanti di sapienza.

I primi non cercano, i secondi hanno già trovato, i terzi sono in ricerca.

A volte questa ricerca è inconscia e si esprime con il “mal di vivere”: si è insoddisfatti di tutto e tutte le conquiste in termini egoici si rivelano insoddisfacenti e vuote.

Allora la filosofia può venirci in aiuto e si può approdare a una grande avventura, la più bella in assoluto che possa capitare a un uomo. È come entrare in un castello che da anni si è visto solo dall’ esterno. Addentrandosi nelle stanze interne a poco a poco si scoprono grandi tesori che, man mano che si procede, si rivelano sempre più preziosi, splendidi e... sorprendenti.

È con questo atteggiamento di stupore che si vuole accedere alla pagina platonica e questa “meraviglia” si vuole comunicare al ricercatore che “cerca con cuore sincero”.

È necessario comunque fare una selezione dolorosa, lenita solo dalla speranza che il lettore si possa innamorare del testo e soprattutto del significato più profondo che in esso si nasconde. Così accedendovi direttamente può scoprire gli immensi tesori che vi si trovano.

Prima definizione: il sofista è un cacciatore di giovani ricchi

Il Teeteto si conclude con questa frase di Socrate:

“Ma domani mattina, Teodoro, incontriamoci di nuovo qui”¹ (*Teeteto*, 210d).

Ovviamente per continuare il discorso sulla conoscenza, che non aveva trovato risposta adeguata. Il *Sofista* si apre con Teodoro che dice:

¹ Platone, *Tutti gli scritti*, a cura di G. Reale, Ed. Bompiani.
Tutte le citazioni sono da riferire a questo testo

“Secondo l'accordo di ieri, Socrate, siamo qui di persona e puntualmente, e conduciamo uno straniero, quest'uomo qui, originario di Elea, compagno dei seguaci di Parmenide e di Zenone, un uomo che è un autentico filosofo.

Socrate: Ma non è che tu, Teodoro, ci porti, senza rendertene conto, non uno straniero, ma un qualche dio? [...] costui, che ti accompagna, potrebbe essere uno degli esseri superiori, che viene per osservare e per confutare noi che siamo uomini dappoco, un dio che è abile nella confutazione.

Teodoro: [...] a me quest'uomo non sembra per niente un dio, ma divino sì: infatti, io chiamo divini tutti i filosofi.

Socrate: E fai bene, amico” (*Sofista*, 216a-c).

Perché Platone insiste molto nell'affermare che i filosofi sono divini? Almeno gli autentici filosofi?

Per il semplice fatto, asseriamo noi, che il filosofo deve curarsi della Verità, in sé e per sé, piaccia o non piaccia all'ego.

E già questa intenzione lo mette in collegamento con il piano universale o mondo archetipico, o mondo delle idee che dir si voglia.

E questo è il piano divino.

Dobbiamo partire da questo presupposto per capire il dialogo.

Perché, se il filosofo è divino ed è la meta che gli aspiranti alla filosofia devono raggiungere, è assolutamente necessario che egli sia distinto dal suo nemico peggiore: il sofista.

Questi è, per così dire, l'usurpatore che ha sottratto il regno al legittimo re e degrada il principio di verità finalizzando a sé tutte le risorse. Egli tiranneggia sui sudditi creando tristezza, malumore, ansie e angosce e un perversimento dei costumi.

“Socrate:[...] Il genere del sofista è riottoso e difficile da catturare” (218d).

E ancora:

“Per ora, infatti, tu e io, per quanto riguarda il sofista, abbiamo in comune soltanto il nome, mentre la cosa a cui diamo questo nome, forse, l'abbiamo in noi stessi, ciascuno per conto proprio” (218c).

È molto importante tutto questo perché è esplicito che “la cosa a cui diamo questo nome l'abbiamo in noi stessi, ciascuno per conto proprio”. Non si sta parlando di un fatto oggettivo esteriore, ma di una condizione interna, di un meccanismo interno che oscura la nostra luce.

È giusto, doveroso, indispensabile conoscerlo per liberarsene.

Accordatisi sul metodo, per cui “tutti risponderanno con calma” (217d), e scelto Teeteto come interlocutore, lo straniero di Elea comincia la sua ricerca.

Ricordiamo che Teeteto rappresenta la mente onesta, aperta, che ama la conoscenza e vi impegna tutte le energie.

E iniziamo con un paragone: il pescatore con la lenza, poiché

“[...] Trattando di una cosa di poco conto, cerchiamo di porla come modello per la cosa più importante” (218d).

Adesso inizia il metodo diairetico, con cui si distingue e si separa in modo da mettere a fuoco il problema.

Come il grano si separa dalla pula, così la verità deve essere sfrondata dalla falsità. E soprattutto dal meccanismo mentale che la genera.

Intanto si parla dell'arte del pescare:

“Straniero: Il pescatore con la lenza [...] lo porremmo come possessore di un'arte, o come uno senza arte, ma che abbia un'altra capacità?

Teeteto: Non è affatto senza arte” (218e-219a).

Quindi non stiamo parlando di qualcosa che è privo di valore.

Anche l'attività razionale è un'arte non certo priva della sua ragion d'essere e di importanza. Quindi non si vuole sminuire o disprezzare nulla.

Le arti a loro volta si distinguono in acquisitive e produttive. Di queste ultime fanno parte l'agricoltura e l'artigianato.

“Straniero: D'altro canto, dopo questa, l'intera specie dell'apprendere e quella del conoscere e quella del guadagnare, del lottare, del cacciare – poiché nessuna di queste attività costruisce qualcosa, ma alcune si impadroniscono, con parole o con azioni, di ciò che esiste ed è già nato, altre, invece, non permettono ad altri di impadronirsene –, soprattutto, credo, attraverso tutte quante queste parti, può mettersi in evidenza un'arte detta «acquisitiva»” (219c).

Questa distinzione è fondamentale: la mente razionale è permeata di acquisizione, svolge un'attività centripeta, si muove in funzione di un interesse egoico.

Questa è la sua natura. Finché si è identificati con essa non c'è scampo: è la sede dell'ego, della contrapposizione soggetto-oggetto e la sua funzione tende a preservare l'ego, che deve distinguersi e autoaffermarsi.

Adesso si impone un'ulteriore distinzione: l'arte che si esercita tramite scambio (come nel caso in cui, per esempio, due persone si scambiano regali, o nella remunerazione dopo un lavoro), e quella esercitata senza scambio che consiste “nel suo complesso dell'impadronirsi, con fatti o con parole”, e che possiamo chiamare “arte dell'impadronimento”.

Poi occorre distinguere l'arte che si esercita in maniera nascosta come la caccia, e la lotta che si esercita apertamente.

Nella lotta c'è più eroismo e lealtà, c'è un rischio che si deve correre. Nella caccia c'è un sistema subdolo e astuto.

A livello mentale, ci può essere una presa di posizione schietta e leale su un tema e difenderlo in nome di una verità, correndo il rischio di essere confutati e criticati. Oppure si può agire un po' nell'ombra, senza urtare la suscettibilità o la subcoscienza dell'interlocutore ma, sotto sotto, cercando di portarlo alle proprie posizioni.

La caccia a sua volta si divide in caccia agli esseri inanimati e caccia agli esseri animati. E quest'ultima, in caccia agli animali terrestri e caccia agli animali acquatici, la pesca. A sua volta, la pesca si suddivide in due categorie, quella esercitata con la rete e quella esercitata con dei “colpi”. Quella esercitata con colpi che vanno verso l'alto e che implica che il pesce abocchi, è proprio la pesca con la lenza.

“Straniero: Non ci accorgiamo, forse, per gli dèi!, che l'uno è affine all'altro?

Teeteto: Chi? A chi?

Straniero: Il pescatore con la lenza al sofista” (221d).

In che modo?

Sono tutt'e due cacciatori.

Cercano di impadronirsi dell'altro senza scambiare alcunché.

Agiscono in maniera nascosta.

Si volgono verso esseri animati.

Fin qui c'è un'analogia perfetta.

“Teeteto: Sembrano procedere insieme.

Straniero: Si allontanano, invece, a partire dalla caccia agli esseri viventi: l'uno verso il mare, i fiumi, i laghi, per cacciare gli animali che in essi vivono [...] L'altro verso la terra e certi diversi fiumi, che sono come prati non avari di ricchezza e di gioventù, per impadronirsi delle creature che in essi vivono” (222a).

Quali sono questi “certi diversi fiumi”? Potremmo avanzare l'ipotesi che si tratti dell'emotività (acqua in movimento, secondo l'alchimia) dei giovani, che aboccano alle chiacchiere dei sofisti.

Dunque il sofista è un cacciatore di animali domestici (e in questo le due vie si separano) che va a caccia di uomini. Ma c'è la caccia violenta “il brigantaggio, la cattura degli schiavi, la tirannide, l'arte della guerra” (222c), e

“Invece, l'arte di parlare nei tribunali, nelle assemblee popolari, nelle conversazioni, [...] la chiameremo «arte della persuasione»” (222c-d).

Diremmo oggi l'arte di manovrare i *mass-media*, di convincere a livello politico, di giustificare certi comportamenti, di creare un movimento di opinione. Quest'arte della persuasione si può svolgere in pubblico e in privato. Il sofista la svolge in privato.

Una mente che affronta il pubblico corre molti rischi, perché può essere attaccata da altri e confutata, ma difficilmente il *manas* si confronta con altri (in questo caso si aprirebbe alla ricerca).

Il sofista, invece, cerca il proprio interesse e dunque non si espone.

E nell'arte della persuasione dobbiamo distinguere quella che mira a fare doni e quella che mira al guadagno.

La prima è quella degli innamorati che “a quelli che si sono lasciati catturare fanno per lo più dei doni” (222e). Questa è “una specie dell'arte di amare”. Per quanto egoica, in questa specie di arte c'è un donarsi, per quanto esiguo.

Quella che rimane è l'arte dell'adulazione

“[...] che proclama di effettuare le conversazioni a scopo di virtù, ma si procura denaro in ricompensa [...] [e] si dà l'aria di educare, questa caccia che si fa a giovani ricchi e di famiglia illustre [...] deve essere chiamata «arte sofistica»” (223a-b).

La stessa cosa può dirsi della mente razionale asservita ai desideri: essa giustifica le istanze periferiche della persona, quindi tende a gratificare la nostra parte giovane e ricca in quanto contiene una notevole carica energetica per auto-perpetuarsi.

Seconda definizione: *il sofista è un mercante che scambia nozioni per denaro*

Nel passo successivo, lo straniero fa un discorso che mira a precisare ulteriormente: la relazione che il sofista instaura con gli altri è di tipo commerciale. Cioè, il fine è il denaro e la ricchezza.

Egli, si badi bene, non vende un proprio prodotto, come per esempio potrebbe fare un contadino.

Quindi ciò che vende non nasce da lui, ma prima è acquisito e poi rivenduto, con relativo guadagno.

C'è, dunque, una sorta di “arte dell'importazione e della esportazione”. Anche qui bisogna fare un'ulteriore precisazione.

“[...] L'arte musicale nel suo complesso, ogni volta che, da città a città, è di qui comprata e di là trasportata (e venduta), e la pittura e l'arte dei prestigiatori, e molte altre arti che riguardano l'anima, alcune trasportate e vendute per divertire, altre, invece, per uno scopo serio, ci permettono di chiamare, a buon diritto, colui che le trasporta e le vende «mercante», né più né meno di chi vende cibi e bevande” (224a).

Gli artisti che vogliono divertire e che per questo prendono una mercede fanno parte, come si dirà dopo, dell'“arte dell'ostentazione” (224b), mentre la vendita di nozioni serie è l'arte sofistica.

Soffermiamoci un momento perché tutto ciò ha diverse implicanze.

Impegnare le facoltà mentali solo per sete di guadagno significa rendere tutto appannato, degradato, senza luce e senza slancio. La mente non crea, ma acquisisce e vende. Le nozioni possono provenire dal “basso”, dal piano delle percezioni, pulsioni varie, paure, bisogni di compensazione, ecc. Oppure si può attingere dall'alto, dal piano noetico. La mente quando è a servizio della verità è filosofica, altrimenti è sofistica.

Gli artisti ugualmente corrono il rischio, quando non sono canali della bellezza trascendente, di essere... esibizionisti, degradando una nobilissima possibilità. Comunque, la condizione degli artisti è più rischiosa, possono essere... “fischiati”.

Terza definizione: *il sofista è un rivenditore al dettaglio di nozioni*

“Straniero: In terzo luogo, io credo, che tu non darai nessun altro nome se non quello di poco fa [mercante] a colui che si stabilisce in una città, alcune nozioni compra, altre costruisce egli stesso su questi medesimi temi, e le vende, essendosi prefisso di trarre di che vivere da questa attività” (224d).

Qui c'è tutta una vasta gamma di personaggi che appartengono a questa categoria. Pensiamo per esempio a certi giornalisti che da un fatto o da qualche notizia elaborano, assemblano le nozioni interpretandole non secondo verità ma rendendole sensazionali, incuranti del male che possono arrecare ai singoli o alla società.

Platone duemilaquattrocento anni fa li aveva definiti... sofisti:

“[...] La parte dell'arte acquisitiva che si attua mediante scambi, commerci, sia per rivendita, sia per vendita di prodotti propri, in entrambi i casi, qualunque cosa sia il genere che vende nozioni su simili temi, sempre tu lo chiamerai, come appare evidente, «sofistica»” (224e).

Siamo ben lontani dal dono assolutamente gratuito che i grandi dell'umanità fanno agli uomini!
(*continua*)

[...] **La morte del fisico denso non è una morte ma un semplice cambiamento di stato.**

22. *Ma a coloro che mi onorano e che hanno la loro mente a Me rivolta, che sono sempre fedeli, concedo piena sicurezza e immancabile possesso.*

23. *Anche coloro che, con fede e devozione, onorano altri Deva, essi invero onorano sempre Me, o Kaunteya, benché non in modo conforme ai veri precetti.*

Rimane sempre valida la preghiera rivolta a qualunque Divinità e concepita secondo la nostra coscienza del momento, purchè con movente puro e sincera devozione.

24. *In verità fruisco di tutti i sacrifici e ne sono il Signore, ma costoro non mi conoscono nell'essenza, quindi sono destinati a cadere [perché non si uniscono direttamente all'Uno].*

23. *Coloro che onorano i Deva vanno ai Deva, quelli che onorano i Pitṛ vanno ai Pitṛ, quelli che onorano i Bhūta vanno ai Bhūta, ma coloro che onorano Me vengono a Me.*

Se il cuore dell'uomo è rivolto agli Dei va agli Dei, se ai geni inferiori e malvagi va a questi, se all'Uno-*Íśvara* va a *Íśvara*; se, infine, è rivolto al *Brahman nirguṇa* va al *Brahman* incondizionato e assoluto.

L'essere può costruirsi la sua prigione di dolore o la sua beatitudine illimitata: la conoscenza porta agli Dei di qualunque ordine e grado, l'ignoranza ai *Bhūta*, la Sapienza-saggezza (che è il superamento dell'una e dell'altra) al *Brahman*-senza-secondo.

Convibrare col Maestro

Quando si incontra un Maestro realizzato, ecco che tutti i nostri problemi sono risolti.

Poter fare una domanda e ricevere una risposta vera e adeguata è un grande privilegio e una grande benedizione.

E si apre un periodo felice in cui Lui si concede con la Sua parola, il Suo esempio, la Sua vibrazione, la Sua immensa ricchezza, ai vari livelli del nostro essere.

Tutto è così naturale, ovvio, normale, dolce e fluido.

E ogni volta che c'è un confronto con Lui l'io deve prendere atto del proprio limite: quanto ci concediamo? quanto siamo attaccati a dei contenuti transeunti?

Siamo costretti a fare una radiografia interiore e a "vedere".

E questo avviene perché nel preciso momento dell'incontro il limite svanisce, l'anima mette le ali, tutto sembra così facile e semplice, e la realizzazione è vicina "come un frutto di mirabolano sul palmo della mano".

E Lui te lo dice pure: "Tu sei già Quello"! E lo senti, quasi, è lì, perché non lo vedo? Ma non hai bisogno di vederlo perché c'è una specie di oscura evidenza.

Nel momento dell'incontro vivi una felicità senza motivo, senza oggetto né clamore.

Essa è pura, dolce, serena, piena, completa. Oh, non manca nulla!

E il Maestro ti parla, a volte della Dottrina, a volte delle cose di ogni giorno, a volte dei fratelli, ma poco importa, è la vibrazione che si innalza e ti prende.

Ecco, per dirla con Platone ti fa l'"incantesimo". Sì, sei incantato da qualcosa che non capisci ma che ti rapisce. Le Sue parole, per così dire, non vengono dall'esterno, ma dall'interno di noi stessi, come se scaturissero da un'unica Sorgente che include gli interlocutori.

Ecco l'incanto, la "magia", l'iniziazione silenziosa.

E tutta la tua vita è costellata da queste pietre miliari, da queste tappe di luce in cui si assapora una stupenda sensazione di essere compresi e trascesi: c'è il Maestro, c'è tutto!

"Il Signore è il mio pastore e non manco di nulla".

Ma quanto l'ego regge questa "qualità" così alta e rarefatta? Quanto possiamo stare ad abbeverarci a questa fonte inesauribile?

Ed ecco che premono i contenuti dell'io: il bisogno di sperimentare, il bisogno del noto, il bisogno di affettività e gratificazioni.

E il Maestro ti lascia sempre libero di ritornare al tuo torpore quotidiano .

E così possono passare lunghi anni tra momenti di ardore ascetico e periodi di risacca.

E c'è il momento in cui il Maestro si ritira...

E il discepolo accusa il colpo.

Il discepolo o l'io?

Il discepolo sa che il rapporto si sta spostando di livello, anzi, che il vero rapporto col Maestro è stato sempre di là dalla mente.

Adesso è venuto il momento di esserne consapevole.

Il discepolo “sente” che c’è una maggiore intimità col Maestro e che una benedizione sempre più sollecita e accudente l’accompagna, “sente” che c’è una Provvidenza silenziosa e discreta che “al dimandar precorre”.

Eppure l’io è triste, talora in ansia (“se il Maestro non mi parla chi mi potrà comprendere?”), un baratro di solitudine si apre dinanzi a lui e pensa che la sua vita sia completamente fallita (“Mi è stata data un’opportunità incredibile, perché non mi sono donato di più? Perché non sono stato più ubbidiente, più lanciato, più disponibile, più abbandonato? Ho sprecato una grande occasione!”).

Ma il discepolo sa che proprio a tutto questo si deve rinunciare: all’io e a tutta la sua problematica, compreso l’attaccamento al corpo del Maestro.

Egli d’altra parte ce l’ha sempre detto: ogni cosa può essere il Maestro, un libro, un incontro fortuito con una persona, un pensiero risolvete ecc.

Tutto può insegnarci qualcosa, se siamo ricettivi e aperti alla verità.

Egli non ha mai voluto stimolare l’individualità ma è semplicemente una Presenza densa di consapevolezza e illuminante.

E da parte del discepolo non dovrebbe esserci un ego curioso e mendicante, ma una coscienza inclusiva che accetta la sua situazione senza lamenti, che cerca di stare su se stessa, di staccarsi da tutte le richieste dell’io compresa quella di volere il Maestro a modo suo.

Ed ecco che allora una più vasta comprensione si apre: non si dice che il Maestro è, quanto meno, un coscienza universale? E non ci ha detto sempre che siamo Uno?

Adesso è venuto il momento di cogliere un altro livello esistenziale del Maestro, di instaurare con Lui un dialogo realizzativo senza parole, ma fatto di silenzio, di consapevolezza, di intuizione, di vibrante osmosi.

A poco a poco si può cogliere un’essenza di là dalle forme.

Allora tutto è il Maestro: la natura, il sole splendente, l’aria tersa, il cielo azzurro, le montagne, gli alberi...

E anche dentro di noi: l’onestà intellettuale, la ricerca sincera e determinata, le giuste domande, il silenzio fiducioso e gioioso... tutto ci parla del Maestro.

C’è una preghiera che dice:

“Oh Maestro

Tu che sei in me e in ogni cosa

Fa’ che ti riconosca...”

Che, dunque, si aprano questi occhi ciechi

Che si illumini questa vista offuscata

Che si sveli la luce incommensurabile della Verità

Che si pervenga all’abbandono consapevole nell’infinito e onnipervadente Amore.

Verso la Coscienza Osservante

Un'esperienza di meditazione

La quotidiana meditazione inizia con l'attesa gioiosa di ritrovarsi in se stessi.

Sedersi e chiamare a raccolta tutte le facoltà fisiche e intellettive, le mette per così dire sull'*attenti*. Attestarsi sul "qui e ora", sull'istante che è punto d'ogni arrivo e d'ogni partenza, al di fuori del flusso del tempo comunemente inteso, offre una forte sensazione di stabilità. Per rallentare il ritmo pensativo e predisporre a penetrare nel territorio dell'interiorità a volte basta semplicemente prestare attenzione al respiro, al suo punto d'entrata e d'uscita dalle narici, così come è d'uso presso i buddhisti Theravada. La respirazione introduce efficacemente alla osservazione, perché calmando il flusso dei pensieri con la sua cadenza di mantice che soffia con regolarità su un immateriale fornello alchemico, schiarisce lo scenario interno e inoltre allena a concentrarsi su un punto alla volta. È importante prendere consapevolezza delle distrazioni che sopravvengono, ma molto più lo è il percepire l'istante del loro arrivo.

Quando si passa all'osservazione del corpo fisico, a questo punto si è conseguito un buon raccoglimento interiore, per cui è possibile avvertire la solidità sostanziale delle membra non già come pesantezza, ma come necessario punto d'appoggio per la mente. Le scritture sapienziali ci ripetono quanto sia importante conseguire la nascita in un complesso psicofisico umano, e questa stabilità nella meditazione è uno dei vantaggi che ne abbiamo. Adesso si può offrire alla mente l'impegno di considerare i sensi fisici e le percezioni ad essi collegate, partendo da un primo scelto a caso fra i quattro situati nel capo e via via aggiungendo gli altri, fino a comporre una sinfonia della realtà esterna percepibile; per ultimo, si può considerare il senso del tatto che è molteplice ed esteso e ha bisogno d'una attenzione tutta sua, perché da solo forma un *corale*.

A questo punto, tutte le facoltà sono vigili e attente, pronte ad intraprendere il viaggio verso i corpi più sottili che si possono immaginare "agganciati" ai *cakra*, perciò visualizzandoli si può concentrarsi sui vari siti lungo la colonna vertebrale, a volte anche corredandoli immaginativamente con i corrispondenti colori (a partire dal basso: rosso, arancione, giallo, verde, azzurro, indaco, fino al violetto del *cakra* coronale; sono i colori dello spettro solare visibile, nello stesso identico ordine, dalla frequenza minore alla più alta) e acuendo l'orecchio interiore per avvertire l'energia vibrante che li permea; ciò può riuscire abbastanza facilmente, e per quanto concerne le energie dell'emozione, nella quasi totalità di chi si siede a meditare il *cakra manipura* è così vibrante che dà la sensazione di essere ancorato a quello del cuore. Il plesso solare ospita sempre il fremito dell'energia emotiva, nel quotidiano basta fermarsi un attimo ad ascoltare per avvertirlo; nella meditazione è davvero possibile osservare questa energia nelle sue molteplici espressioni e ci si offre l'opportunità di interrogarla, dedurne la genesi e comprenderla.

Quando si osservano i sentimenti e dal plesso solare non arrivano sollecitazioni disarmoniche, le energie di questo livello appaiono molto più "alte" rispetto alle precedenti, e si manifestano in espansioni di amore inclusivo, in aneliti verso il divino; è possibile percepirli dipartirsi dal petto ed espandersi a ventaglio fino alla sommità del capo; quando invece c'è tensione emotiva, il piano sentimentale viene oscurato.

Finalmente si passa all'osservazione dei pensieri, ma qui viene da chiedersi anche cosa si è fatto fino a questo punto, perché tutto il processo d'osservazione richiede l'uso della mente e della volontà, ed esige la formulazione di precise istruzioni da parte di un settore della coscienza, che comanda, ad un altro settore che esegue, e tutto ciò per mezzo del pensiero; e naturalmente il settore della coscienza cui spetta comandare sta ad osservare se l'altro settore esegue gli ordini: ecco che adesso, guardando col senno di poi, si comprende che fino a quel momento non s'era fatto altro che osservare la mente osservante le energie! Questo ogni volta appare così lampante che richiederebbe un approfondimento dottrinale e alcune delucidazioni, ma non sempre è facile ricordare quello che nasce durante la meditazione in quanto la memoria in questo contesto a volte ha un funzionamento non convenzionale.

Si passa quindi a seguire il caleidoscopio dei pensieri che sbocciano l'uno dall'altro, a volte immagini, a volte concetti, a volte intere frasi che si formano con una loro bellezza compiuta.

Così si può immaginare d'essere affacciati ad una finestra e si guardasse sfilare una serie di forme e rappresentazioni quasi come gente a passeggio. In questo stadio di sdoppiamento del *manas* può verificarsi qualche interessante fenomeno: una proiezione mentale, nitida come una visione, assolutamente slegata dalla concatenazione dei pensieri, può, con tutte le caratteristiche del sogno, occupare la mente, così che da questa contemplazione ci si scuote chiedendosi di cosa mai si tratti e quale messaggio contenga questa visione, poiché lascia nella memoria una traccia tanto durevole da consentire, a fine meditazione, di ricordare con grande precisione ogni particolare visto. Oppure, può succedere che dallo stato di osservazione dei pensieri si passi a uno slittamento verso un altro stato che è simile al sonno ma non ne ha la pesantezza, è piuttosto una sospensione serena e intensa in una condizione rigenerante dove i pensieri sono sostituiti da una "nota-colore" continua di sostegno, e dalla quale si esce non con la modalità del risveglio dal sonno, ma con un passo di spostamento assolutamente indefinibile. Altre volte, invece, dall'osservazione si passa all'identificazione ed è necessario, non appena se ne ha coscienza, riportarsi alla finestra. Da qui, quando lo scorrere delle immagini-pensieri ha acquisito un suo ritmo, anch'esso osservabile, si può arretrare fino allo sfondo, al proiettore che origina lo spettacolo.

Non avviene sempre, né per molto tempo, ma già la stessa tensione dell'anima a ricadere sulla rutilante trama di luce che compone incessantemente le immagini della *māyā* restando inalterato, da' l'accesso a uno stato che è un pallido riflesso dell'*ānanda*, suprema beatitudine. Essa è lì, a un passo, appena velata dal suono residuo della mente.

Per un tempo palpitante su un filo sospeso sull'abisso, l'intelletto si protende e resta in attesa con il suo incerto vuoto, che è comunque il meglio che possa offrire a questo punto del cammino, finché la mente inquieta, stanca di essere governata e ridotta al silenzio, riprende le sue domande petulanti e continue, e non si può ignorarla perché ha già attivato il ricordo dell'impegno che ci aspetta, o la consapevolezza del piede intorpidito, o un altro pensiero qualsiasi pur di condursi fuori dallo scomodo paradosso d'una condizione di oblio. A malincuore sempre, riaffiora il contatto con la dimensione fenomenica, ma è già presente il germe dell'attesa di un altro atto di offerta al Tutto, domani, alla stessa ora, con la stessa dedizione e lo stesso immutato amore.