

Un Cerchio



Introduzione pag. 1

l'Osho Inipi Circle

il lavoro pag. 2

le paure pag. 3

le separazioni pag. 6

Osho, l'Inipi e il Cerchio

Osho pag. 9

l'Inipi pag. 10

il Cerchio pag. 11

Conclusioni pag. 15

Legenda pag. 16

Ringraziamenti

Introduzione

La prima volta che sedetti in un *cerchio* (1998) la mia emozione fu grandissima: qualcosa di simile ad una profonda nostalgia, come ritrovarsi a casa dopo un lunghissimo esilio e provare dolore per il tempo perduto in attesa di quel ritorno, di quel ritrovarsi. Piansi ininterrottamente per tre giorni, nulla di simile alla tristezza, anzi piuttosto uno sciogliersi del cuore, una purificazione come ne avrei conosciute ancora, un profondo senso di liberazione.

Mi sono seduta in moltissimi altri cerchi ed ogni volta ritrovo una magia che cercherò di descrivere più avanti; fa da premessa una panoramica sul lavoro dell'Osho Inipi Circle (v.pag. 2), all'interno del quale il *cerchio* svolge una funzione fondamentale quale strumento di trasformazione.

Difficile distinguere il lavoro dell'Osho Inipi Circle dalla mia vita, nella quale ha portato una qualità fino ad allora bramata, ma sconosciuta; è stato una scuola, un rifugio, una casa per il mio cuore, un terreno fertile per la mia anima, fonte di ispirazione e il luogo dove ho rischiato di più, scoprendone i benefici; è stato un sogno che ancora si realizza giorno per giorno.



Osho Inipi Circle - Cerchio della Sacra Pipa - Gran Sasso d'Italia (TE) - 1999

“Le stelle si muovono in cerchio, il sole si muove in cerchio, le stagioni si muovono in cerchio, la vita si muove in cerchio - ogni cosa si muove in modo circolare”

Osho

L'Osho Inipi Circle

Il Lavoro

L'Osho Inipi Circle è fondato da **Arshad Moscogiuri**¹ nel 1996, e si chiamerà così dal 1987; nasce per onorare la visione di **Osho**² in sintonia con la via naturale all'essenza con lo scopo di trasformare attivamente le separazioni, in armonia con i cicli della Natura: il calendario degli appuntamenti è infatti creato in coincidenza con alcuni momenti di particolare armonia vibrazionale tra le energie del Cosmo e quelle della Terra.

La "Rosa dei Varchi" è una serie di appuntamenti, date sacre ed importanti per tutte le culture del pianeta (equinozi, solstizi, alcuni pleniluni, etc.), cui vengono associate le tamatiche che si volgono in ogni gruppo, sintetizzando scienze e conoscenze di differenti tradizioni. Molto spesso tali date sono arrivate a noi "camuffate" da festività o come ricorrenze religiose, talvolta hanno cambiato faccia e nome per sfuggire a roghi e persecuzioni, ma nella loro sostanza mantengono intatta la loro potenzialità di evoluzione. Vengono recuperati e attualizzati Rituali e tecniche appartenenti a diverse antiche tradizioni; nei gruppi, sempre diversi ed originali e di forte potere trasformativo, si alternano dinamicamente sessioni, class multimediali, celebrazioni, meditazioni sociali, espressioni creative, condivisioni, show, tecniche di meditazione tradizionali o meno, interrelazioni, così da essere circondati di rapporti di amicizia, amore e verità, per aprirci. Sono rivisti, o riscoperti, aspetti storici, artistici, culturali esoterici e simbolici che hanno contribuito a formare il nostro sistema di credenze, ostacolo principale all'essere "sé stessi".

Per mezzo di questo lavoro diviene esperienza diretta la connessione esistente tra i cicli della Natura e il ciclo interiore della nostra energia.



Osho Inipi Circle - La Rosa dei Varchi 2011

“ La magia della semplicità, la semplicità della magia.”

Arshad

Le paure

Osho, al quale questo lavoro è ispirato, ha individuato tre paure fondamentali che sono comuni a tutti gli esseri umani, e che si incontrano sempre quando si è in un cammino di ricerca: sono la paura della pazzia, quella dell'orgasmo o estasi, e della morte. Non sono personali, sono collettive, provengono dall'inconscio collettivo, da condizionamenti culturali o religiosi, collezionate in millenni di storia nei quali sono addirittura state alimentate, o sfruttate, per fini legati prevalentemente al potere.



*“La maggioranza è formata da folli, da veri folli.
Guardati dalla maggioranza.
Se tante persone seguono qualcosa,
è una prova sufficiente che è una cosa sbagliata.
La verità accade agli individui, non alle masse.”*
Osho

La paura di impazzire è essenzialmente quella di essere soli, di confrontarsi con la propria vera natura; vi è sempre paura dello sconosciuto, perfino quando si tratta di esplorare sé stessi, di contattare la propria essenza più profonda. Abbiamo perduto l'abilità di riconoscere quali sono le nostre radici, ciò che crediamo di essere noi stessi si svela come “preso in prestito” nella fitta rete dei condizionamenti sociali. E prendere coscienza di questo può precipitarti dentro di te ad una velocità tale da dare le vertigini, farti sentire improvvisamente smarrito, puoi avere paura di impazzire. Così, tutto ciò che ci siamo costruiti intorno ci separa dalla natura e dal rischio di contattare una naturale essenza, ci allontaniamo dal suolo, dal pianeta, da tutto ciò che può ricondurci a un contatto con la terra.

*“Tutte le paure devono essere lasciate andare.
E tutto ciò che separa - pensieri, feeling, emozioni:
tutti questi devono essere lasciati andare.
Cosicché rimane soltanto un'unità organica
di coscienza.”*
Osho



La paura dell'orgasmo, dell'estasi, in essenza è senso di colpa; donne e uomini sono stati condizionati a credere di non avere il diritto ad essere felici, a vivere in gioia e abbondanza, in estasi.

Una cultura di rinuncia e doveri li ha relegati nell'ottica che la sofferenza sia uno stato eroico, beato ed edificante.

Nella cultura cattolica, nella quale sono nata e cresciuta, portiamo con noi un “peccato” fin dalla nostra nascita, per non parlare di quanto sia peccaminoso sentirsi attratti da altri esseri umani, di sesso opposto. L'orgasmo, massima espressione del piacere e, in una visione più ampia, lo stato di beatitudine che ci è proprio come diritto di nascita, più volte descritto dai mistici, sono divenuti qualcosa al quale non ci riteniamo degni di aspirare senza per questo incorrere in qualche punizione, sia essa divina o sociale. L'altro quindi, potenziale scintilla di innesco di stati di grazia, o di celebrazione, è tenuto a distanza con diffidenza, allontanato con il giudizio, ritenuto colpevole delle nostre infelicità; ne consegue una profonda separazione, essere aperti e in contatto profondo e vero con gli altri, è veramente raro.



*“La morte sarà bellissima,
se sai comunicare con la morte. E' un dissolversi,
cadi di nuovo nella fonte dell'essere per rilassarti
e per rinnovarti”*
Osho

La paura della morte è di base paura dello sconosciuto, ciò che è ignoto ci spaventa, pertanto ce ne allontaniamo. E' la più comune delle paure, cui è possibile ricondurre molte altre, così radicata nell'uomo di tutte le epoche, da aver fornito nel tempo un perfetto strumento di controllo e di potere. Vivere nella paura di morire significa condurre una vita piena di angosce, di infelicità, in cui non vi è spazio per sentire veramente sé stessi. Da qui la separazione conseguente, quella da sé stessi, appunto.

*“Come pesci nel mare, credere o meno ai condizionamenti non evita di venire bagnati dall'oceano di inconscio che ci circonda.
Migliaia di anni di storia hanno dunque creato sistemi di credenze e paure che risuonano dentro di noi, che sono nell'inconscio collettivo.
Ne risulta un essere umano contemporaneo profondamente separato; diviso da se', corpo testa spirito. Diviso dagli altri, giudizio, costume, difficoltà di relazione. E diviso dalla natura che lo circonda.
Si possono così individuare le tre separazioni fondamentali.
Ognuna delle separazioni è in relazione con le paure fondamentali; e, come queste si intersecano l'un l'altra, così fanno con le separazioni, e le separazioni tra loro.
La paura di impazzire (essere soli) comporta la divisione dall'ambiente, dalla natura.
La paura dell'orgasmo (colpa) aggrava la separazione dall'altro.
La paura della morte (sconosciuto) ci allontana da noi stessi.
Il riflesso di queste separazioni fondamentali è particolarmente evidente nell'individuo e nella società attuale.”*

Arshad

Le separazioni

Alle tre paure sopra descritte, Arshad ha connesso tre corrispondenti separazioni: ci separiamo, ci allontaniamo, da ciò che ci spaventa, può essere l'ignoto, o quel che crediamo possa darci dolore, fisico, emozionale o psicologico che sia.

La paura ci spinge a sviluppare strategie per difenderci a priori, ci spinge a limitarci, a rinchiuderci in un bozzolo protettivo. Il bozzolo ci difende dalle nostre paure ma limita la nostra esistenza.

La paura di impazzire, cui ho accennato, e in genere quella di essere soli, ci allontanano da una via naturale, dalla naturale relazione con tutto ciò che esiste, e in particolare dal pianeta. Il sistema che l'uomo ha costruito intorno a sé non prevede interazioni amevoli con l'ambiente; come i nostri più antichi predecessori al cospetto dei fulmini, temiamo l'ambiente circostante, specchio di una essenzialità e semplicità che esula dai nostri attuali canoni di "normalità".

Su un piano metafisico siamo canali del costante interscambio energetico che si attua tra la terra e l'universo circostante; ignari di questo, abbiamo costruito case e città nelle quali vivere, che paiono fatte apposta per impedire che ciò che è naturale (la terra, l'acqua o le piante) ci contatti, quasi fosse contaminante.

La terra, grande alchimista, trasforma tutto (addirittura il carbone sarà diamante, un giorno, e il letame, aiuole fiorite): è sicuramente esperienza diretta di chiunque, per fare un esempio semplicissimo, quanto sia piacevole e quale grande ristoro si possa trarre da una semplice passeggiata all'aria aperta.

E' difficile riconoscere, e assumersi la responsabilità di essere, in quanto esseri umani, la massima espressione dell'evoluzione su questo pianeta: probabilmente questo ci porterebbe a condurre una vita tale da essere considerati "pazzi".

Permettersi di essere veramente e profondamente naturali, esprimere completamente sé stessi e la propria più intima natura, può condurre in spazi in cui è possibile contattare la propria paura di impazzire.

Viviamo quindi una profonda separazione dalla natura circostante, da Madre Terra, un allontanamento doloroso le cui conseguenze non sono solo ambientali, ma interiori.



La paura di fonderci con ciò che ci circonda non fa eccezione riguardo i rapporti con gli altri esseri umani. La più profonda fusione tra due esseri è l'orgasmo, stato che egualmente temiamo, in quanto condannato da millenni di condizionamenti religiosi e sociali. Quest'ultimi hanno fatto sì che praticamente tutto ciò che può essere piacevole sia in qualche modo "sbagliato": l'uomo vive così una profonda separazione tra le sue credenze e le sue pulsioni. L'energia castrante dei sensi di colpa ha fatto sì che nascesse, e crescesse via via, una profonda incomunicabilità tra uomini e donne, diffusasi poi al sistema sociale. Viviamo isolati, frammentati in piccoli nuclei familiari e, nonostante la natura insegni che scambio e varietà rafforzano, difficilmente siamo liberi da pregiudizi.

Sembra quasi sia andato perduto qualcosa di prezioso come il senso della fratellanza e della sorellanza, anelito dei nostri cuori oltre che fonte di nutrimento, traviato da una cultura che induce alla diffidenza reciproca, anche in comunione di genere.

Da non sottovalutare inoltre la contemporaneità dell'antico concetto di "divide et impera" (*locuzione latina*: "dividi e domina"), teso ad alimentare le nostre paure inconsce, a frammentarci.

La società per un verso e la religione dall'altro, incrementando le angosce o generando sensi di colpa, hanno contribuito a creare in noi profonde separazioni: dalla natura, dagli altri e quindi dal nostro stesso sé.



“La separazione dall’altro ha diverse radici e riflessi.

*La prima radicale separazione è quella dalla madre,
alla nascita.*

*Si tratta di una separazione naturale, che può essere alleggerita o
aggravata dal modo in cui si viene alla luce.*

Questo dipende a sua volta da fattori sociali e culturali.

*Tali fattori sono poi determinanti per quanto riguarda
altri due tipi di separazione:*

*quella nel rapporto tra i sessi e con la sessualità,
e quella che riguarda più in generale le relazioni con gli altri esseri
umani.*

*Attualmente, la disgregazione del tessuto sociale è giunta
a livelli mai sperimentati prima, agevolando*

isolamento, diffidenza, paura.” Arshad

Il risultato è un continuo stato di non-rilassamento e una restrizione della coscienza cui il nostro intero sistema si è adattato, rendendo difficile il naturale contatto con noi stessi. Uniformarci a usi e costumi, o modelli, che non ci appartengono o addirittura contrastano con i nostri più reali intenti, ci ha progressivamente allontanati, separati dal nostro più profondo sé. Identificati con le nostre sicurezze, non possiamo più essere noi stessi, ma la risultante di tutti i nostri condizionamenti, e lasciarli andare significherebbe non esistere più.

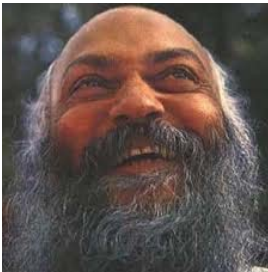
Reprimere, negare, o anche semplicemente non conoscere le proprie emozioni o non esservi in contatto, ci rende vittime di condizionamenti limitanti, oltre a renderci inaccessibili i nostri più profondi talenti.



“Ci vuole un uomo nuovo dentro per un mondo nuovo fuori”
Arshad

Osho, l'Inipi e il Cerchio

In questo panorama caotico si intrecciano paure fondamentali o derivate e separazioni più o meno profonde; l'intuizione di Arshad nella creazione dell'Osho Inipi Circle è stata quella di associare a questi tre Elementi (Osho, l'Inipi ed il Cerchio, appunto) e al loro grande potere trasformativo, alcune delle separazioni fondamentali: **Osho**, per mezzo del suo costante invito a vivere il momento, qui ed ora, e a conoscere sé stessi in profondità, ci induce ad immergerci, oltre la paura, nella totalità della vita; **Inipi** è un antico e sacro Rituale di riconnessione con la natura e con gli altri, con i quali sediamo in **Cerchio** in armonia e verità, al di là delle comuni e reciproche paure.



Ho incontrato **Osho** molti anni fa e, come è inevitabile nell'incontro con un Maestro, la mia vita è profondamente cambiata. So bene che questo può apparire un po' scontato, ma questa è la verità: egli entra nella vita dei suoi discepoli scuotendoli dalle fondamenta, li riconosce, e li invita a riconoscere sé stessi come dei Buddha, anche se l'intensa attività mentale, cui siamo usi, ce ne distoglie. Il Maestro invita a esplorare gli spazi di silenzio, pace e meditazione che attendono nel nostro centro

interiore, in cui non possono esistere separazioni; egli ci sprona costantemente a vivere secondo il nostro più profondo sentire, liberi da condizionamenti e paure. Per ricondurti verso te stesso ti induce ad affrontare le tue paure, così da dissolverle, a sciogliere i tuoi sensi di colpa per mezzo della celebrazione e a liberare la tua unica e inimitabile follia, dando così spazio ai tuoi talenti creativi.

Ha fornito un grande contributo alla terapia contemporanea grazie alla sua rivoluzionaria e originale visione.

Se è pur vero che un Maestro usi ogni mezzo per risvegliarci dal torpore nel quale viviamo, ignari di quanto realmente accade fuori e dentro di noi, l'invito principale di Osho è la pratica della Meditazione. Egli ha suggerito numerose tecniche (che definisce "strumenti di liberazione"), alcune appartenenti alle tradizioni più antiche, come la Vipassana, altre create appositamente per l'uomo moderno, tenendo conto della realtà frenetica in cui vive. Tra quest'ultime particolarmente attinente agli argomenti fin qui trattati è la **Meditazione Dinamica**³, la favorita dei discepoli in tutto il mondo per il suo elevato potere trasformativo. Questa tecnica permette di confrontarsi in maniera diretta, con il supporto della presenza e dell'intento, con le principali paure individuate da Osho: è utilizzata una sintesi di diverse tecniche il cui risultato è di enorme efficacia, dalla respirazione caotica, alla catarsi, alla bioenergetica, alla contemplazione e alla celebrazione, considerata anch'essa uno strumento di trasformazione e liberazione.

Non meno apprezzata è la **Meditazione Kundalini**⁴, considerata complementare alla Dinamica, ideale per risvegliare l'energia vitale.

Nonostante abbia suggerito ai suoi discepoli ben più di cento diverse tecniche, raccomandandone la pratica, Osho invita a vivere ogni esperienza ed ogni momento in una qualità di Meditazione.

Egli è un Maestro di sintesi, capace di svelare il patrimonio mistico sviluppato in diverse epoche e culture, e renderlo accessibile all'uomo contemporaneo per la sua trasformazione interiore.

L'Osho Inipi Circle ha l'intento di portare questa visione in armonia con una via naturale; la via naturale può essere definita come la scienza esatta delle relazioni tra gli esseri umani, la Madre Terra e il resto del cosmo.

Il lavoro si avvale tra l'altro di antiche tradizioni e Rituali, tra cui quelli nativi, rivissuti alla luce della Meditazione e delle attuali conoscenze scientifiche ed esoteriche.

“Qualsiasi cosa ti riconduca a te stesso, è Meditazione.”

Osho

Il principale, tra i rituali, è l'**Inipi**, o Sweat Lodge (Capanna Sudatoria), appartenente alla tradizione Lakota dei nativi americani, ai quali va tutta la mia gratitudine per aver tramandato questo Rituale di grande semplicità e intensità, nonostante le persecuzioni e i massacri. E' un Rituale molto sacro e di purificazione, in grado di connettere profondamente con Madre Terra; la capanna emisferica, costituita da una struttura di rami di salice ricoperta di pesanti tessuti, è infatti considerata l'utero di Madre Terra, nel quale entriamo spogliandoci delle nostre identificazioni per rinascere, purificati: Inipi significa infatti, nella lingua Lakota, “nascere ancora”.



E' collegato per mezzo del sentiero sacro, delimitato da sassi, alla buca del fuoco, dove alcune pietre vengono arroventate per essere poi portate nell'Inipi, in cui su di esse sarà gettata dell'acqua allo scopo di generare calore e vapore.

L'intento originario di questo rituale è quello di donare il proprio sudore alla terra, in quell'ottica di interazione e scambio con la natura tipica della cultura nativa; questo aiuta la purificazione del corpo per mezzo dell'eliminazione di tossine e impurità, e quella dello spirito: le preghiere, i canti sacri, le energie che si rendono disponibili e alle quali noi ci apriamo, conducono ad infiniti spazi interiori, per purificarci.

Dai Lakota possiamo apprendere a riconoscere e onorare la profonda connessione esistente tra tutti gli elementi e tra tutto ciò che è visibile e invisibile.

Un Inipi è composto da quattro round o stadi, ognuno dedicato ad una direzione (Nord, Est, Sud e Ovest), alle quali sono anche connessi colori ed elementi: il Nord, simboleggiato dal colore rosso, rappresenta la terra ed è connesso con il regno materiale; l'Est, simboleggiato dal colore giallo, rappresenta l'aria ed è connesso con la mente; il Sud, simboleggiato dal colore bianco, rappresenta il fuoco ed è connesso con lo spirito; l'Ovest, simboleggiato dal colore nero, rappresenta l'acqua ed è connesso con il mistero.

“Nell'Inipi il corpo è messo a dura prova, il calore e il buio possono talvolta apparire come ostacoli insormontabili. Ma nella sua concezione l'Inipi non è una sfida, ma un atto d'amore; non si entra nella capanna per sopportare o per resistere al calore, bensì per riconoscere nel caldo un amico, un alleato, un amante. E' un atto del cuore, non un gesto del potere” (Arshad).

Questo cambia radicalmente le cose, e la situazione estrema diventa grande occasione di confronto con se' stessi e con il "Mitakuye Oyasin", letteralmente "tutte le nostre relazioni", e queste sono le parole che dichiariamo entrando e uscendo dall'Inipi: le nostre relazioni con ogni cosa, che vediamo e non vediamo, che conosciamo o che ignoriamo.

Siedi sulla nuda terra, nudo tu stesso, e poiché il calore richiede fiducia e abbandono, naturalmente si apre uno spazio di gratitudine e preghiera. E' esperienza condivisa da molti quella di sentirsi realmente fusi con la terra, abbandonati proprio come tra le braccia di una madre.

La funzione specifica dei Rituali è proprio questa: emozionarci mentre siamo orientati verso il Sacro, verso la ricerca. In questo modo si accede allo spirituale passando attraverso l'emozionale: è la via naturale all'essenza, insita nell'uomo in ogni tempo e luogo, così come in ciò che ci circonda.

L'Inipi ci rimette in relazione con noi stessi, con gli altri, con il Pianeta e con il Mistero, e questo accade grazie all'alchimia dell'amore.

Ed è proprio amore quello che si può percepire, e del quale ho profonda esperienza diretta, sedendo con altri fratelli e sorelle in un luogo che è, e non sono solo parole, "al di là dello spazio e del tempo".

La fiducia di chi si apre apre anche il tuo cuore, e la forza dello stare in verità tra esseri umani risuona nella tua anima.

"... (l'Inipi) è uno dei sette sacri Riti che la Donna Bisonte Bianco ha consegnato all'inizio dei tempi al popolo Lakota per vivere in pace, umiltà, rispetto e gratitudine, per camminare in modo equilibrato nel mondo e per tutte le relazioni con gli altri uomini, con ogni forma vivente, con la terra e con lo Spirito"

M. Romano



Dall'iconografia classica alle pratiche magiche esoteriche, possiamo osservare come la forma del **cerchio** sia utilizzata per definire perfezione, completezza, protezione, totalità. E' l'aspetto che mi ha più colpito, che più "risuona" con me all'interno del lavoro dell'Osho inipi Circle, e che pertanto intendo approfondire.

Nel mio percorso di ricerca ho appreso che, quando un cerchio di persone si tiene per mano, i cuori prendono dopo qualche minuto a battere all'unisono. Fatto questo che ritengo estremamente esplicativo dell'armonia che naturalmente si può creare: sedendo in un cerchio puoi veramente sentirti parte di qualcosa di eterno, poiché molte sono le memorie che portiamo dentro di noi di questa esperienza. In tutti i tempi infatti gli umani si sono radunati in cerchio nella consapevolezza, probabilmente inconscia, che questo costituisse un simbolo di unione, di completezza, di perfezione, di pienezza, ma anche di continuità e ciclicità, di armonia e coesione, simbologia peraltro comune a tutte le culture.

Simbolo di eternità e di completezza, il cerchio diviene emblema tradizionale di ciò che non ha inizio né fine. Antichissimi testi indiani, i Veda, lo ritenevano un potente campo di energia psicofisica, una sorta di area sacra.

Il disco del sole è la sorgente della nostra vita, e presso i popoli primitivi la circonferenza con il punto centrale è ancora la sua raffigurazione, il suo calore è

associato all'amore, e la sua luce alla bellezza e alla verità. Il simbolo alchemico dell'oro è ugualmente un cerchio.

*"Il simbolo del **cerchio**, si manifesta nel culto solare dei primitivi o nelle religioni moderne, nei miti o nei sogni, nei motivi mandala dei monaci tibetani, nei piani astronomici, indica sempre l'aspetto essenziale della vita, la sua complessiva e definitiva globalità."*

C. G. Jung



*"Nel linguaggio dei simboli, il **cerchio** rappresenta l'Universo che lo Spirito cosmico sostiene e anima.*

*Fra il punto centrale (lo Spirito) e la periferia (la Materia), avvengono degli scambi ininterrotti, e sono questi scambi che producono la vita. La materia è il ricettacolo di tutte le ricchezze, ma è lo spirito ad animarla, a lavorarla, a organizzarla, affinché tutte le possibilità che essa contiene possano manifestarsi. Il **cerchio**, privato del suo punto centrale, è l'immagine del caos.*

*Questa legge può essere compresa anche nella vita interiore. La peggior cosa che un essere umano possa fare è spezzare il legame con il proprio centro (lo spirito), per essere soltanto un **cerchio**, una materia non ancora organizzata, una terra arida, un deserto. Per diventare un mondo organizzato, una terra fertile, dobbiamo sempre legarci al punto centrale: lo spirito."*

O. M. Aïvanhov

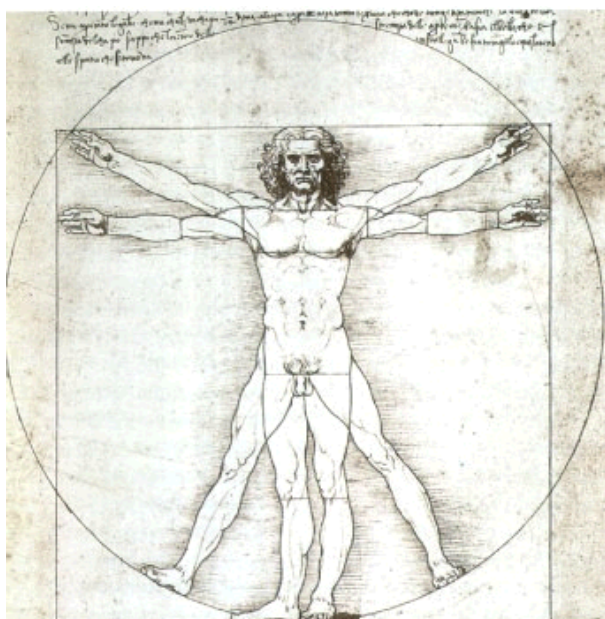


*"Nulla tradizione islamica, la forma circolare è considerata come la più perfetta di tutte, ed è per questo che i poeti dicono che il **cerchio** formato dalla bocca è la forma più bella, in quanto è completamente rotonda"*

(www.fralenuvole.com)



Essere in un cerchio con altre persone è un'esperienza straordinaria: è veramente una occasione preziosa e unica per essere in contatto con i propri fratelli e sorelle, perché esattamente questo divengono coloro coi quali sediamo, tutti sullo stesso piano, in uno spazio e atmosfera in cui nessuno è più in alto o più in basso, in cui ciascuno ha eguale valore, eguali meriti. Punto cruciale è l'assenza di giudizio, che fa sì che ciascuno possa esprimere la propria verità senza timore, appunto, di essere discriminato per questa. E' esattamente quello di cui abbiamo bisogno per aprirci, fiducia nel fatto che essere sé stessi non comporti conseguenze dolorose. Al contrario, in un cerchio la "guarigione" di uno è la "guarigione" di tutti: e uso il termine guarigione proprio perché possono essere compresi e risolti molti dei "mali" che affliggono le nostre relazioni, con noi stessi e gli altri. Il *Mitakuye Oyasin*, la nostra relazione con tutto ciò che ci circonda, può essere purificata dall'accettazione dell'altro, dalla reciproca comprensione, in una relazione che (guarda caso...), diviene circolare. Un fluido interscambio di amore e di fiducia. Questa è la magia di un cerchio: ascoltare qualcuno che, come te, talvolta ha paura di impazzire o che, come te, magari non riesce mai a sentirsi sereno o che, come te, si angoscia nell'ansia per il suo futuro, o nella paura della morte, dimenticandosi così di vivere la propria vita. Non posso dimenticare quello che ha significato per me udire altri voci descrivere il mio stesso cuore, la sua volontà di volare, le sue ombre, i suoi timori. Da questo confronto, che avviene semplicemente nel momento, può venire una maggiore distanza rispetto ogni ferita. E questa distanza induce sollievo, crea lo spazio per un'esplorazione interiore che può essere molto profonda, in quanto condivisa e sostenuta dal collettivo. Questo "sentire insieme" ha rapito la mia anima, divenendo una scelta per la mia vita.



*Immagine dell'uomo vitruviano; Leonardo Da Vinci lo realizzò nel 1490, riprendendo il testo del terzo libro del De Architectura del celebre architetto romano Vitruvio, riguardante le proporzioni umane: "Vitruvio, architetto, mette nella sua opera d'architettura che le misure dell'omo sono dalla natura distribuite in questo modo. Il centro del corpo umano è per sua natura l'ombelico; infatti, se si sdraia un uomo sul dorso, mani e piedi allargati, e si punta un compasso sul suo ombelico, si toccherà tangenzialmente, descrivendo un **cerchio**, l'estremità delle dita delle sue mani e dei suoi piedi"*

Nel contesto rituale, il cerchio esprime la volontà di creare uno spazio in cui richiamare energie ancestrali, legate all'universo e alle sue dinamiche energetiche, cui attingere quell'energia necessaria al compimento dei rituali.

Il centro del cerchio è il simbolo del principio da cui tutto trae origine e cui tutto ritorna, e dal quale ogni punto della periferia è equidistante. Questa è lo sviluppo del punto centrale, la sua manifestazione: tutti i punti della circonferenza si ritrovano al centro del cerchio, *“che è il loro principio e la loro fine”* (Proclo).

Il rapporto fra il centro e il cerchio è paragonato da alcuni autori greci a quello di Dio con la Creazione, da altri il centro è ritenuto il padre del cerchio, e secondo altri ancora lo contiene.

L'Osho Inipi Circle pone al centro dei cerchi che vi si svolgono Osho, in quanto fonte di ispirazione di tutto il lavoro e simbolo del risveglio dell'umano, dell'infinita compassione dell'esistenza.

Considero un cerchio di cuori come uno spazio sacro, un vero e proprio Tempio per il culto dell'amicizia e dell'armonia.

*“...uno stare insieme che riscopre il sapore
della fratellanza e della sorellanza,
l'umiltà di stare con il cuore più vicino alla Terra,
un approccio d'amore e di rispetto,
la chiave dell'ironia e quella della meditazione.”*
Arshad



Un cerchio simbolo dell'unità: diverse vie per una sola verità.

Conclusioni

Nei cerchi ho appreso molto, sciolto molti tabù, scoperto e manifestato talenti, creato amicizie, guarito separazioni - anche profonde talvolta - nelle mie relazioni, mi sono vergognata, mi sono nutrita, ho dato e ricevuto abbracci e amore, ho perdonato e sono stata perdonata, ho guarito vecchie ferite, ho accolto le nuove, ho sperimentato la solidarietà, ho pianto, ho riso molto, perfino di me: ho avuto paura, qualche volta mi sono sentita senza speranza, altre ho scoperto di potercela fare, ho aperto il mio cuore e nessuno mi ha ferito, anzi, mi hanno dato il coraggio di andare avanti, e molto altro. Ho visto accadere questo e molto di più anche a centinaia di altre persone, ho assistito alla magia della trasformazione dei loro volti, che divenivano radiosi anche solo dopo un solo week-end.

La frequentazione dell'Osho Inipi Circle, i profondi legami di amicizia che vi ho creato, e la mia fiducia in questo percorso, hanno fatto sì che tutt'ora io viva in questo cerchio. Dall'evoluzione del lavoro dell'O.I.C. è infatti nata la "Osho Circle School: comune, centro di meditazione, scuola di ricerca interiore", dove vivo, condividendo la qualità del "muoversi come un cerchio" nella vita quotidiana.

Ho l'onore e il piacere di essere parte dello Staff dell'Osho Inipi Circle fin dalla sua fondazione; Arshad, che considero mio fratello, e il lavoro che ha creato, manifestazione della sua genialità, ha significato veramente molto: mi ha restituito, tra l'altro, il senso del sacro, che avevo erroneamente estromesso dalla mia vita insieme alle religioni organizzate, requisito essenziale per nutrire la mia fiducia.

La compilazione di questa tesi è stata un'occasione per rivisitare un lungo percorso di trasformazione, per chiarire dentro di me alcune tematiche o connessioni, o ricordare tappe importanti del viaggio.

La scelta delle immagini si è attenuta rigorosamente al tema del cerchio.

La scelta delle citazioni, delle quali è indicato l'autore o la fonte, è stata facilitata dal fatto che Osho e Arshad (ai quali la maggior parte sono rifetite), sono rispettivamente un prolifico oratore ed un virtuoso della scrittura; varie altre sono state selezionate in quanto attinenti agli argomenti trattati e aderenti al mio pensiero.



Legenda

- ¹ **Arshad Mauro Moscogiuri:** Counselor, sannyasin dal 1987, creatore dell'Osho inipi Circle, della Rosa dei Varchi e del Corso di Esoterismo Contemporaneo. Nel 2000 è tra i fondatori della Osho Circle School, della quale attualmente è co-direttore e Presidente.
Ha maturato una lunga esperienza nel mondo della comunicazione (giornalismo, radio, tv) e dello spettacolo, prima di dedicarsi completamente al lavoro dell' Osho inipi Circle.
La sua ricerca si espande, tra ironia e sacralità, nella sintesi del patrimonio mistico e scientifico dell'uomo con la via naturale, sostenuto dalla visione del Maestro Osho.
Da anni portatore di Chanupa (la Sacra Pipa) e di Inipi secondo la tradizione Lakota, con la medicina del Corvo Imperiale, Acharya di Osho, è mio Amico e Fratello, oltre che qualcuno a cui devo molto.
- ² **Osho** (1931-1990) è un Maestro illuminato contemporaneo la cui saggezza, intuizione e il continuo stimolo a evolvere nella sfera della consapevolezza, nutrono, ispirano e alimentano la vita e la ricerca di centinaia di migliaia di persone in tutto il mondo. Con i suoi discorsi e il suo rendere attuali antiche tradizioni di meditazione, ha messo le basi per la nascita di ciò che definisce "l'Uomo Nuovo": un essere umano liberato dalla follia che sembra caratterizzare il suo passato, un uomo la cui esistenza si fonda sulla consapevolezza, la celebrazione della vita e la libertà.
Ha lasciato il corpo nel 1990 e ha dettato la sua stessa epigrafe:
"Osho. Mai nato, mai morto, ha solo visitato questo pianeta terra dall'11 dicembre 1931 al 19 gennaio 1990".
Centinaia di libri sono stati pubblicati e tradotti in moltissime lingue, contenenti i discorsi che egli ha rilasciato in più di trent'anni a gruppi di discepoli (migliaia, a volte)
Sono sannyasin di Osho dal 1987 ed è sua abitudine dare un nuovo nome ai suoi discepoli, a simboleggiare la loro disidentificazione e la rinascita ad una nuova vita; il nome che mi ha dato è Ma Prem Mahashakti (dal Sanscrito: grande energia d'amore).
- ³ **Meditazione Dinamica:** dura un'ora ed è divisa in cinque stadi, è ideale praticarla allo spuntare del sole e interamente a occhi chiusi. Il primo stadio è la respirazione caotica; in questo metodo la respirazione deve essere il più veloce possibile, pur rimanendo profonda, ed è necessario concentrarsi sull'espiazione dal naso; Osho invita a "diventare" il respiro, lasciando il corpo morbido e libero di assecondarlo. Il secondo stadio è la catarsi: qui la mente, destabilizzata dal respiro caotico, può dare libero sfogo alla follia, va assecondata. Il terzo stadio utilizza i principi della bioenergetica: prevede che si salti sul posto a braccia alzate e atterrando sui talloni; ad ogni salto si lascia uscire il suono "uh!". Il quarto stadio è scandito da uno "stop" ed è richiesto di rimanere come congelati; tutta l'energia mossa negli stadi precedenti è ora libera di fluire, mentre restiamo perfettamente immobili. Il quinto stadio è dedicato alla celebrazione.
Per tutto il giorno si potrà godere di ottima vitalità.
(per sapere di più sulle tecniche si consulti Osho, "Il libro arancione", Ed.Mediterranee)
- ⁴ **Meditazione Kundalini:** dura un'ora ed è divisa in quattro stadi, è ideale praticarla sul finire del giorno. Si può essere a occhi aperti o chiusi nei primi due stadi, a occhi chiusi nei rimanenti. Il primo stadio: si rimane morbidi e sciolti, lasciando che tutto il corpo si scuota. Nel secondo si danza, lasciando il corpo libero di muoversi come meglio desidera. Il terzo stadio è detto "dell'osservazione": si resta immobili, semplici testimoni di ciò che accade dentro e fuori di noi. Nel quarto stadio è richiesto di rilassarsi e rimanere quieti.
(per sapere di più sulle tecniche si consulti Osho, "Il libro arancione", Ed.Mediterranee)

Ringraziamenti

Desidero innanzitutto citare Talasi Vanessa Lombardi e di Sudhiro Coyote Donovan, che voglio ringraziare per il valore che hanno nel mio cammino personale, e nel lavoro descritto in questo elaborato.

La prima, Talasi, co-fondatrice e attualmente co-direttrice della Osho Circle School, che voglio ringraziare per la sua luce, che ha brillato e brilla su questo lavoro, sempre di estrema ispirazione, e per la sua grazia e generosità.

Sudhiro, da più di trentacinque anni porta nel mondo la potente medicina del popolo Lakota, arricchita dalla sua devozione per il Maestro Osho, con umiltà e cuore puro; è lui che ha trasmesso ad Arshad il rituale dell'inipi, e a tutti noi un cammino di verità e di amore.

Ringrazio tutti coloro che hanno fatto parte di questa esperienza, in tutti questi anni di meraviglia.

Ringrazio la Osho Circle School, e quanti vi vivono, per supportare la mia creatività e colorare la mia vita, per condividere i miei giorni.

Ringrazio Osho, per avermi scelta come discepola, o aver acconsentito affinché io lo scegliessi quale Maestro.

Grazie ad Arshad, amato discepolo della vita, ideatore e creatore di molte magie, grazie per essermi amico, per avermi sempre sostenuto, per aver portato nella mia vita le Direzioni, e stimolato a cercare la mia, per essere costante esempio di verità e devozione, e per avermi ricordato di essere una donna.



Fine