

DANIEL MEUROIS

Così curavano

*dagli egizi agli esseni:
comprendere e praticare*



Edizioni



AMRITA

Un'ottica sacra

C'era una volta...

Durante le mie molte incursioni in quella che oggi si è convenuto di chiamare “biblioteca dell’Akasha”, ho avuto modo di avvicinarmi molto spesso ai Centri terapeutici.

Tanto nell’Egitto del faraone Akhenaton quanto nella Palestina delle comunità essene, mi ha sempre colpito la constatazione che quei Centri erano ben lungi dall’essere semplici ospedali o dispensari.

In quei tempi che ci sembrano più lontani di quanto siano in realtà, i concetti di salute o di malattia erano necessariamente legati (dovrei dire “inchiavardati”) alla dimensione sacra dell’essere umano.

Il corpo non veniva considerato come un semplice meccanismo terrestre perfezionato: veniva percepito, in primo luogo, come la parte tangibile di un Tutto che affondava le radici in un universo celeste incommensurabile, l’universo del Divino.

La dimensione fisica, palpabile, veniva dunque vista quale anello conclusivo della catena della Creazione; la materia densa rappresentava cioè il primo gradino della scala attraverso la quale l’uomo poteva risalire fino al sottile Oceano della Cause.

Qualsiasi terapeuta padrone della propria arte sapeva di dover risalire il più in alto possibile lungo questa scala per identificare la o le origini di una malattia, se voleva tentare di disinnescarla.

Dal momento che l’essere umano veniva concepito come un albero con radici in primo luogo celesti, non ci si poteva

permettere, idealmente, di mettere mano al suo equilibrio in condizioni o in luoghi qualsiasi; per questo, quasi tutti i Centri terapeutici erano anche dei templi. Qui tutto era imperniato sulla dimensione sacra dell'essere; non di rado venivano chiamati Case della Vita, e ad essi erano strettamente connessi luoghi iniziatici: erano, cioè, dei "luoghi di passaggio" in tutti i sensi del termine. Non era quindi possibile diventare terapeuti senza essere innanzitutto sacerdoti, ossia senza essersi dedicati abbastanza a lungo a un'autentica riflessione metafisica.

Il percorso formativo sfociava da sé in una percezione più elevata, per cui la morte non veniva più vista come opposta alla vita, né la malattia come l'opposto della salute. Salute, malattia e morte erano considerate piuttosto come stadi diversi della metamorfosi di un'immensa Corrente di Vita in perpetuo movimento; stadi le cui molteplici manifestazioni, in definitiva, avevano un unico scopo, grande e sublime: la maturazione della coscienza e il suo purificarsi in vista di una felicità a venire.

Di conseguenza si insegnava, che, contrariamente alle apparenze, nulla era l'opposto di nulla. La morte non proclamava la sconfitta della vita, e la malattia traduceva semplicemente una mancanza di dialogo armonioso fra l'anima e il corpo.

Partendo da queste certezze, le varie scuole terapeutiche cercavano di operare in un contesto che tenesse sempre conto del carattere eminentemente sacro dell'Oceano di Vita in cui tutti siamo immersi... e che, in ogni istante, ci attraversa.

La mia intenzione, in quest'opera, certo non è di perorare il ritorno ad un sistema che mescoli sacerdoti, templi e terapie: se ebbe una sua grandezza e una sua bellezza, quel sistema generò anche, è evidente, una coorte di eccessi e di aberrazioni. Ne faccio menzione soltanto perché desidero attirare l'attenzione del lettore sull'aridità dissacrante che, ormai, regna nei nostri sistemi di cura.

Quale ospedale o dispensario può onestamente vantarsi, oggi, di essere un luogo di salute? Quanti medici o terapeuti hanno l'impressione di andare a lavorare con gioia, ogni mattino, in un luogo che trasuda speranza di guarigione? Probabilmente, pochissimi.

E quale ammalato, poi, può consentirsi di parlare della propria anima a un tecnico che è ai comandi di una macchina capace di "affettargli" il corpo?

Il mio intento, dunque, è di prendere dal passato soltanto quello che di positivo ha da insegnarci: la sua luminosa visione di Ciò che siamo, la ricerca di un contesto dove bellezza e dolcezza hanno anch'esse un ruolo terapeutico.

Le condizioni di base

Il santuario

Sì, prendiamo il coraggio di usare quest'espressione: creiamo un *santuario*. Non un santuario legato a un dogma, ma il santuario di tutte le possibilità, uno spazio di tenera luce e di libertà. Perché è precisamente così che ha da essere un posto che pretende di partecipare al ritrovamento dell'armonia tra corpo e anima.

La stanza delle terapie sia dunque concepita come un luogo in cui ci sentiremo profondamente a casa, un luogo che ha i colori della nostra anima, certo, ma anche abbastanza neutro per accorgersi con le sfumature del cuore di tutti quelli che ci entreranno.

In base alle regole degli egizi e degli esseni, l'ideale sarebbe che fosse piuttosto sobrio. Tutti gli oggetti, utili o simbolici che vi troveranno posto verranno innanzitutto scelti in funzione della purezza estetica. È importante capire che, a modo loro, diventeranno anch'essi dei ponti, punti di riferimento e di ancoraggio che il malato potrà avere la gioia di ritrovare ad ogni sua visita.

Non dimentichiamo che un simbolo è una presenza viva, collegata a un archetipo, e che una luce sistemata in modo appropriato può favorire lo stato di coscienza che a quell'archetipo fa riferimento. Allo stesso modo, la scelta oculata dell'incenso può facilitare la sintonia della persona con ciò che sta per ricevere. Non avrete difficoltà a capire che tutto questo riguarda tanto il terapeuta quanto la persona che riceve la cura.

Un vero e proprio santuario fa pensare a uno spazio fuori dal tempo, a una parentesi che consenta un dialogo intimo tanto orizzontale quanto verticale: qui, l'umano è chiamato a comunicare con il Divino non solo in modo ricettivo, ma anche attivamente.

Più la semplice bellezza del santuario darà l'idea che esso sia un ponte, più terapeuta e malato saranno facilitati nel muoversi lungo le molte rive delle proprie rispettive dimensioni.

Ricordiamoci che il bello non richiama soltanto un piacere

per l'occhio, ma è in primo luogo una carezza per l'anima, un elisir che dolcemente la induce ad aprirsi...

Il rito dei solstizi

Tutte le grandi tradizioni sono d'accordo su questo punto: non c'è santuario senza consacrazione. Ma cos'è, giustappunto, una consacrazione? È in primo luogo un gesto naturale, un gesto di offerta. È l'offerta a Ciò che ci trascende, a Ciò che passa attraverso di noi e ci spinge ad amare. È un'assoluta dedica alla Vita.

In tal senso, non vi è alcun bisogno di riferirsi a una fede particolare per consacrare un luogo e tracciare il perimetro sacro del suo spazio. Dal momento che il cuore umano è il luogo del perfetto matrimonio tra ciò che chiamiamo Alto e Basso, è sufficiente che il cuore del terapeuta sia puro, amorevole e... gioioso, perché la consacrazione sia tale.

Il faraone Akhenaton riteneva che il vero sacerdozio fosse di fatto uno stato di... padronanza. Padronanza dell'allineamento dei nostri vari mondi interiori, padronanza alla quale ogni essere umano può aspirare anche al di fuori da un contesto religioso, e che gli accade di vivere, in modo spontaneo, in certi istanti privilegiati.

È in questo spirito, aperto e non dogmatico, che vi presento dunque il breve rituale che segue. È un rituale semplicissimo, entrato in vigore alla fine del regno di Akhenaton e ripreso in seguito per la consacrazione dei *bethsaid* esseni. Veniva ripetuto due volte all'anno, ai solstizi. Era l'occasione, per il terapeuta, di rinnovare il suo patto d'amore, la sua alleanza con il Divino, accertandosi della purificazione del suo luogo di lavoro.

Ecco come procedere:

- il giorno prima del solstizio, sistemate un'abbondante presa di sale marino agli angoli della stanza di terapia. Il sale avrà come effetto di aspirare, assorbire e infine dissolvere eventuali energie residue della dimensione eterica della stanza.
- il giorno del solstizio, con un buon incenso (per esempio l'incenso terapeutico della tradizione tibetana) o con un involtino di salvia secca, fate tre volte il giro della stanza in senso orario.

- Ora ripetete il triplice giro tenendo in mano una piuma, con cui tracerete dei segni nell'aria: tanto gli egizi quanto gli esseni tracciavano il segno della croce ansata, oggi chiamata croce della vita egiziana, simbolo di fecondità e di equilibrio. Ma potreste preferire il segno della croce cristiana, o un altro dei simboli principali che sia più vicino alla vostra sensibilità personale.

La ragione del gesto consiste nel lasciare l'impronta di un archetipo nella controparte eterica del luogo in cui lavorate. La piuma, proprio per la sua struttura, è da sempre ritenuta un potente sensore di energia sottile ed è per questo che, idealmente, bisognerebbe trovarne una che sia abbastanza grossa: andrebbe benissimo una penna d'oca.

- La fase seguente della consacrazione consiste nell'accendere una fiammella nel centro della stanza: all'epoca si usavano le lampade ad olio o a canfora, ma è ovvio che oggi è meglio usare la fiamma di una candela, tanto più semplice da maneggiare.

- Sedetevi di fronte alla fiamma: dopo un istante in cui vi ricenterete, in un unico movimento passate rapidamente le due mani aperte sopra la fiamma e portatevele sopra al capo, a palmi in giù. È un movimento che va dalla parte anteriore alla parte posteriore del capo, e che verrà ripetuto tre volte. Ha la funzione di purificare la natura eterica della vostra aura, mettendola in sintonia vibratoria con la controparte sottile dell'elemento Fuoco. Non è soltanto un bel simbolo, è un gesto che va compiuto in vera comunione con lo spirito del Fuoco.

Ora viene il momento della preghiera, o invocazione. Anche in questo caso è bene affidarsi allo slancio del cuore, alla propria sensibilità. Personalmente, però, vi consiglio l'inno seguente, dal momento che riveste un carattere davvero universale; era l'inno creato dal collegio dei terapeuti che operavano nella cerchia più vicina ad Akhenaton:

*«Tu, Sole dell'Increato,
benedici e consacra questo luogo
non come un luogo di potere,
ma come un punto di equilibrio,*

*di condivisione, di consolazione e di equità.
 Tu, Sole dell'Increato,
 abita questo corpo e questo cuore,
 queste mani e questa bocca,
 non come tuoi servitori soltanto
 ma come tuo tempio perfetto».*

- La consacrazione, idealmente, si conclude con un momento di meditazione. Va da sé tuttavia che questo breve rituale va compiuto in modo consapevole, ossia in un'atmosfera meditativa.

Penso sia inutile precisare che questa prassi non ha niente a che vedere con un compito svolto meccanicamente, tanto per “fare le cose per bene”: la coscienza del consacrato di un santuario ha la missione di collegarsi alla Fonte divina per operare in simbiosi con il luogo e ciò che questo rappresenta.

Gli abiti del terapeuta

Fra gli antichi a cui ci riferiamo, la veste del terapeuta era davvero importante: bisognava che rimandasse un'immagine di purezza, la purezza con cui intendeva lavorare. I terapeuti creavano quest'immagine tanto per loro stessi quanto per le persone che curavano; ritenevano che i loro abiti, proprio come l'arredamento del santuario terapeutico, fossero anch'essi un punto di riferimento mentale e affettivo di cui i malati potevano aver bisogno lungo il cammino della sperata guarigione.

Probabilmente, oggi, non è il caso di adottare un atteggiamento così sistematico rispetto alla questione dell'abito, perché i tempi sono cambiati: tutti sanno che l'abito non fa il monaco, e che i tempi in cui, per essere credibili, bisognava indossare una veste di un dato colore sono ormai superati; ciò nonostante, tengo a parlare di questo argomento perché è meno futile e meno secondario di quanto sembri.

L'elemento importante, è il concetto di “punto di riferimento”. Quasi tutte le persone realmente sofferenti vivono in una sorta di dispersione che può presentarsi sul piano delle forze vitali, sul piano interiore, oppure su entrambi i piani contemporaneamente. Il fatto che possano avere un'immagine stabile e unificata del loro terapeuta, può allora diventare un aiuto sup-

plementare per il loro bisogno di raccoglimento e di centrarsi.

È ovvio che la qualità di una cura non è sistematicamente condizionata da considerazioni di ordine visivo come queste, tuttavia il modo in cui la cura verrà recepita, le condizioni in cui verrà accolta, sono di per sé fattori che non vanno trascurati. L'immagine che un terapeuta dà di sé, a volte può influire inconsciamente sull'apertura delle porte che accoglieranno la sua azione terapeutica.

Quando l'armonia diventa un segno di alleanza, può decuplicare l'impatto di una tecnica terapeutica.

Concludendo, mi sembra importante aggiungere che non si tratta di circondarsi di una montagna di orpelli fondati su una manciata di nozioni rituali o estetiche. Per me, l'ideale sarebbe riuscire a conformarsi a questi suggerimenti vivendone l'aspetto sacro, ma rimanendo sobri, semplici e discreti. Queste tre qualità evitano di prendersi troppo sul serio e di cristallizzarsi negli schemi: sono indissociabili, in fin dei conti, dall'operare ispirati dall'amore.

L'allineamento del terapeuta

Curare è uno stato di coscienza

Sebbene descriva un metodo di lavoro e raccolga un certo numero di prassi terapeutiche, questo non è un libro “tecnico” nel senso più freddo del termine.

Gli esercizi che vi sono descritti avranno ben poca efficacia se verranno presi e applicati come semplici ricette; in verità, rappresentano soltanto la parte apparente, o emersa, di Ciò che aiuterà l'altro. Voglio dire che l'aspetto tecnico sarà solo l'ultima ruota del carro con cui ci muoveremo.

Certamente non basta appendere al muro un diploma, né accumulare un certo numero di conoscenze intellettuali e meccaniche per trasformarsi all'improvviso in un terapeuta: questo termine rinvia necessariamente ad una qualità della persona, ad una dimensione del cuore che non hanno nulla a che fare con elementi opzionali...

In Egitto e presso la fratellanza essena, gli aspiranti terapeuti non venivano reclutati fra chi dava prova di saper assorbire puramente e semplicemente una conoscenza; erano tenuti sotto osservazione per lunghi mesi, a volte per anni, per assicurarsi che fossero dotati di un'umanità profonda, e della capacità di manifestarla. Le capacità di ascolto e il carisma erano le prime qualità di cui andavano in cerca gli insegnanti incaricati di scegliere gli allievi e formarli.

La qualità del terapeuta risulta, in primo luogo, da uno stato di coscienza. Scrivendo queste parole mi rendo conto che sembrano scontate, ma per esperienza so anche che certe cose che si

danno per scontate sono ormai talmente banalizzate che è bene ricordarle.

Quando parliamo di *stato di coscienza*, per definizione ci poniamo al di là dello stato d'animo, ovvero al di là delle possibili fluttuazioni di umore, delle emozioni e quindi degli incerti della vita personale.

Da questo punto di vista per *coscienza* qui s'intende il diamante assoluto della nostra Coscienza, ciò che gli orientali chiamano *atma*. Si tratta dell'Essenza dell'essere, di Ciò che, in noi, non può venire né sporcato né ferito. Parliamo della parte più immacolata e più potente di noi, di quella che, per natura, è in stretto e permanente contatto con la Realtà divina.

È con questo spazio aperto sull'Infinito che il santuario terapeutico cercherà di metterci in sintonia.

Con tale orientamento interiore, le cure dispensate non saranno dunque mai un "fatto egoico" del terapeuta; egli si limiterà a fungere da intermediario fra le dimensioni del Sottile e il piano dell'esistenza terrena. Ciò significa che la guarigione non è qualcosa di sua proprietà, non ne fa una sfida personale perché non è in guerra con nulla; non combatte, ma cerca invece di pacificare, di riallacciare connessioni interrotte, di ricostruire ponti attraverso i quali nuovamente le correnti vitali potranno svolgere il proprio ruolo.

Quando si comprende il significato di tutto questo, necessariamente bisogna ammettere che il punto di vista globale da cui il terapeuta vede se stesso e la vita deve restare vigile, aspirato cioè alla verità, permanentemente.

Sul frontone di certe Case della Vita egizie, si poteva leggere questa iscrizione: *Offriamo ciò che siamo*. Questo sottintendeva una ricerca perenne della trasparenza, e anche che quella certa luce foriera di guarigione si sarebbe diffusa attraverso il terapeuta solo se questi si fosse mantenuto fluido. Possiamo dedurne che l'intensità di una terapia energetica è proporzionale all'umiltà, nel senso nobile del termine, con cui la terapia è dispensata.

Analogamente, la padronanza dell'arte terapeutica da parte di certi esseni risultava prima di tutto dal loro essere al Servizio, uno stato incompatibile anche solo con l'idea di dominare una vibrazione. In realtà, la vera "padronanza" è radicalmente estra-

nea al concetto di dominazione. Dominare significa piegare, mentre essere padroni di qualcosa significa entrare in una comprensione intima e globale ed elevarsi abbastanza per raggiungere lo scopo voluto.

Dare dimostrazioni?

In questo stato di coscienza, il terapeuta non dovrebbe neppure essere sfiorato dall'idea di dover dare dimostrazioni. Mi ricordo personalmente di un aneddoto che si raccontava sulla personalità del Maestro Gesù, che, come ormai è noto, proveniva direttamente dalla comunità essena della Palestina*.

Lo avevano chiamato al capezzale di una donna che, da molti giorni, soffriva di terribili dolori addominali. Pregato di intervenire, Gesù aveva semplicemente posato le mani sul ventre malato, e poi se n'era andato. Quella stessa sera si era informato dello stato della donna che aveva curato. «Cammina di nuovo, perché non ha più male — gli risposero. — Ma alcuni dicono che è stato per il decotto che ha bevuto poco prima del tuo intervento...». «E allora?», disse il Maestro, mentre il discepolo lo guardava interdetto, di fronte a tanto distacco. «E allora? — riprese una seconda volta, con tono piuttosto divertito. — Non mi hai forse detto che era guarita? Per me è sufficiente...»

Questo aneddoto, da solo, illustra bene un livello di coscienza che merita una riflessione. Oggi viviamo in una società in cui veniamo educati automaticamente a dover dare continue dimostrazioni del nostro valore e del nostro successo. La nozione di prestazione è così onnipresente che sta diventando pian piano un veleno per l'anima e per il corpo.

È evidentemente legittimo che un terapeuta operi con la speranza di avere successo, e non sarebbe neanche coerente che si estraniasse da tutto, esibendo un profilo eccessivamente basso: la falsa umiltà è certamente un ostacolo quanto l'essere pretenziosi.

Ciò che questo aneddoto ci insegna, è la futilità della rivendicazione: nulla e nessuno dovrebbe essere combattuto quando si tratta della salute di un essere umano: che sia stato questo

* Cfr. Anne Givaudan e Daniel Meurois, *L'altro volto di Gesù. Memorie di un Esseno*, Edizioni Amrita, 1986, Torino.

o quel metodo a venire a capo della sofferenza, poco importa ad un vero terapeuta sul piano strettamente personale: la sua soddisfazione nasce innanzitutto dal fatto che la persona che ha curato (che non è un “suo” paziente) stia meglio...

In questo campo, non ci sono coppe da vincere!

È facendo costante riferimento a questo atteggiamento ideale che ora vi invito a proseguire...

Esercizi preparatori

La dilatazione dei nadi

La rete dei nadi del corpo umano è globalmente paragonabile alla rete vascolare o nervosa. Attraverso di essa la forza vitale, chiamata *prana*, irrorata l'organismo eterico: vi sono nadi comparabili a fiumi, altri a torrenti, altri ancora a ruscelli. È a partire dall'ordito dei nadi e dei chakra che il corpo assume la sua struttura, dunque questa rete energetica precede l'esistenza stessa del corpo; è per questo che, per un terapeuta, è essenziale mantenere in buono stato la propria rete di circolazione sottile.

Durante una terapia, infatti, essa funge da cinghia di trasmissione, e quindi bisogna provvedere con regolarità alla sua manutenzione. L'esercizio che segue sarà un po' come dragare il letto di un fiume dalle sostanze alluvionali, un po' come una ripulitura, una... detartrasi.

Il nostro corpo, con le sue mille attività, produce delle scorie, alcune delle quali si annideranno precisamente lungo i nadi, non diversamente da certe sostanze grasse in eccesso che pian piano vanno a depositarsi sulle pareti delle arterie se abbiamo una cattiva igiene alimentare.

Le scorie che riguardano la rete dei nadi sono essenzialmente d'ordine psichico e respiratorio; ossia sono generate dalla natura dei nostri pensieri e dal nostro modo di respirare; in altri termini, è la qualità e la quantità del prana che invitiamo a circolare nei nadi a far sì che essi siano correttamente irrorati oppure che si intasino e si sclerotizzino.

Riassumendo, la dilatazione del sistema circolatorio energetico è importantissima se vogliamo che il prana possa svolgervi il proprio ruolo riparatore, costruttivo e di trasmissione. Ecco come procedere.