

DON MIGUEL RUIZ

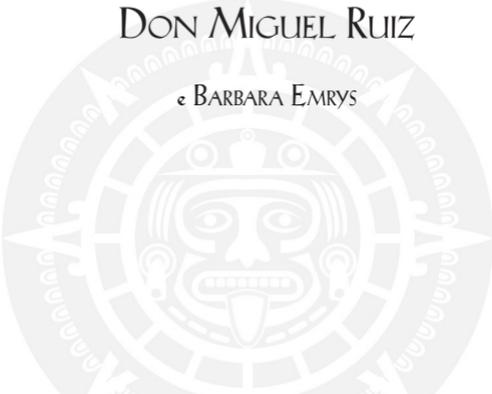
L'ARTE TOLTECA  
della VITA e della MORTE



Viaggio nel cuore e nella mente di  
uno sciamano del nostro tempo

DON MIGUEL RUIZ

e BARBARA EMRYS



L'ARTE TOLTECA  
della VITA e della MORTE

Viaggio nel cuore e nella mente  
di uno sciamano del nostro tempo



EDIZIONI  
**IL PUNTO**  
D'INCONTRO



## Dedica



Dedico questo libro, con tutto il mio amore e la mia gratitudine, alla giovane donna che nell'ottobre del 2010 lasciò il suo corpo fisico e mi donò il suo cuore. Grazie alla sua generosità e a quella della sua famiglia ho potuto viaggiare per il mondo portando a molte persone il mio messaggio d'amore, consapevolezza e gioia. Grazie a lei ho potuto realizzare anche questo libro con Barbara Emrys che, con la sua immaginazione e il suo talento, ha dato vita in queste pagine alla storia di don Miguel Ruiz.

A tutto il personale dell'ospedale che mi ha preso in cura quando ho avuto un infarto, durante il successivo trapianto e fino a oggi, offro la mia più profonda gratitudine.

Dedico questa storia meravigliosa anche ai miei figli, alle mie nuore e a tutta la mia famiglia, che amo molto. Questo libro è anche per i miei lettori, la cui crescente consapevolezza mi ha spinto, negli ultimi quindici anni, a diffondere il mio messaggio in modi creativi e avvincenti. Per me è evidente che il loro amore per la saggezza ha fatto del mondo un luogo più felice dove vivere.



## Prefazione

Questo libro narra gli eventi della mia vita. A differenza dei miei precedenti scritti, fonde il potere dell'immaginazione con gli insegnamenti della saggezza tolteca. Racconta la storia di un sogno mistico che feci molti anni fa, durante il coma farmacologico di nove settimane che seguì al mio infarto.

Si dice che quando spiriamo i ricordi di tutta una vita balenino davanti ai nostri occhi. Qualcosa di simile accadde anche a me mentre il mio corpo combatteva disperatamente per la vita e la mia mente si espandeva andando verso l'infinito.

Si potrebbe affermare che durante quelle lunghe settimane sognai il mio lascito. Il lascito personale è la raccolta di tutte le esperienze della propria vita. È la somma di tutte le nostre azioni, le nostre reazioni, le nostre emozioni e i nostri sentimenti. È ciò che offriamo a chi resta dopo avere abbandonato il corpo fisico. È tutto ciò che siamo, la nostra completezza. Il lascito viene determinato dai ricordi che altri hanno di noi e, più autentici siamo, più brillante sarà.

Ho scritto questo libro per fare un regalo ai miei figli, ai miei studenti e a tutti quelli che, con il loro amore, mi hanno aiutato a tornare in vita. Ai miei figli, alla mia famiglia, ai miei amici e alle mie compagne consegno le mie memorie e il mio amore incondizionato. A coloro che desiderano imparare dalle mie parole offro

l'esperienza della mia vita. L'amore eterno che provo verso il mondo è il mio dono a questo pianeta meraviglioso. L'autenticità della mia consapevolezza è il mio dono all'umanità.

Le nostre vite nello stato di veglia sono, come i nostri sogni notturni, opere d'arte. Questo libro è un'opera dell'arte della narrazione e riguarda alcune interazioni assolutamente reali tra me e mia madre, doña Sarita, stimata guaritrice di San Diego e mia maestra e guida per gran parte della mia vita. Dal momento del mio infarto, il 28 febbraio 2002, feci tutto ciò che le era possibile per evitare che il mio corpo morisse. Usando tutta la forza della sua fede, riunì i suoi figli e i suoi apprendisti per fare una serie di rituali in mio favore. Agì instancabilmente, giorno e notte, per restituirmi alla vita e alla coscienza. Era determinata a farmi tornare in salute nel mio corpo. In molte occasioni andò in trance o in profonda meditazione con l'intenzione di entrare nel mio sogno per esigere che io rifiutassi la morte.

Quelle incursioni nel mio stato di sogno sono la base di questo libro. In esso, quando mia madre mi affronta, la faccio parlare con il personaggio principale della mia storia, che è la mia conoscenza. In questa fantasia, la conoscenza è rappresentata da una misteriosa creatura chiamata Lala, che è l'incarnazione di tutto ciò in cui credo e di tutto ciò che dà forma alla mia storia, proprio come la vostra conoscenza vi aiuta a creare la storia della vostra vita.

Molti personaggi meravigliosi regalano a questa storia energia e vitalità. Ognuno di essi rispecchia me stesso e contribuisce a suo modo alla mia guarigione. Sebbene alcuni nomi e alcuni dialoghi siano stati romanzati, tutti questi personaggi rappresentano amici, studenti e familiari veri e propri. Alcuni sono morti, altri vivono e ridono ancora con me, ma tutti hanno arricchito il mio mondo.

Il mio amore per ognuno di loro è grande e la mia gratitudine per il ruolo che hanno avuto nella mia vita e nella mia guarigione è sconfinata.

Forse può sembrare che le nostre esperienze – le vostre e le mie – siano molto diverse. Il vostro personaggio principale è diverso dal mio e probabilmente i vostri comprimari non assomigliano alle persone della mia storia. Ma anche se possiamo sembrare diversi, voi siete, come me, una parte essenziale del sogno dell'umanità. Avete cercato la verità attraverso i simboli, come ho fatto io. Siete la conoscenza che cerca di redimere se stessa, come sono stato io. Voi siete il vostro salvatore, siete potenzialità pura in azione. Dio rappresenta la verità che siete, e la verità vi libererà.

Lasciate che questo libro vi aiuti a capire queste cose. Ascoltate, osservate e osate cambiare il vostro mondo, un mondo fatto di pensieri e di reazioni automatiche. Permettete agli eventi della mia vita di ispirare in voi nuove intuizioni sul vostro sogno e sulle sfide che tale sogno sta affrontando. Un bravo studente approfitta di qualsiasi informazione gli si offra e, come dimostra la mia storia, la vita fornisce tutta l'informazione di cui abbiamo bisogno.

Con tutto il mio amore e la mia considerazione,

– MIGUEL ANGEL RUIZ



## Prologo

Strattono il lenzuolo, che si è aggroviato e mi stringe le caviglie. Raggiungo il telefono, prendo la chiamata e qualcuno mi parla. Una donna mi chiede chi sono, dove sono. Sembra difficile che io riesca a ricordarlo e sappia rispondere prima che la parola mi lasci per sempre. Cerco di mettermi a sedere, invece rotolo fuori dal viluppo di lenzuola e cado a terra. Il dolore per fortuna se ne va, ma solo per tornare come feroci coltellate. Sento mia madre che mi chiama, che grida il mio nome. Sento delle voci sconosciute e un gemito di sirene mentre la coscienza scivola via tra il sorgere e lo svanire di suoni incomprensibili. Quando un nuovo sogno inizierà a manifestarsi al posto di quello vecchio ci saranno dei dolci addii ma, in questo preciso momento, tutto ciò che riesco a distinguere è un singhiozzare lontano di donne.

Molte donne stanno piangendo. Piangono per un figlio, un amante, un padre e una guida. Piangono per me, per loro stesse e per delle promesse che non sono mai state fatte. Come tutti gli esseri umani, piangono per una parola. Piangono per Amore, l'angelo caduto, quando basterebbe che lo scorgessero, lo ascoltassero e sentissero la sua forza, palpitante come una musica, nei loro corpi meravigliosi.

Oggi, prima dell'alba, mi sono svegliato su invito della morte. Come i miei avi aztechi, le ho dato il benvenuto con la gratitudine

del guerriero che ha ben combattuto e desidera tornare a casa sano e salvo e riposare a lungo. Su un lontano orizzonte riesco a intuire il bagliore dell'alba che si avvicina. La mia pelle se ne rallegra. I miei occhi si allargano per vedere la foschia che si dissolve nella luce e so che presto vedrò la strada che da questa notte buia mi porterà a casa. I miei avversari sono arrivati e, vinti dall'amore, sono stati dispersi. Hanno combattuto accanitamente in quello splendido campo di battaglia che sono i corridoi della mente umana. Ce ne saranno altri come me, desiderosi di alzare le loro spade contro milioni di menzogne ma, per quanto riguarda Miguel Ruiz, la guerra è finita.

Alcuni attimi fa, mentre dormivo e sognavo, ho avuto la visione di un altro guerriero, un giovane dei tempi antichi che stava contemplando la sua amata vallata alle pendici di una montagna sacra. Era illuminato da una flebilissima luce stellare e guardava il lago che si ripiegava in modo protettivo attorno a Tenochtitlan, casa del suo e del mio popolo. Nel sogno, la grande vallata rimase avvolta dalla bruma. Lentamente, delicatamente, l'alba iniziò a scintillare mentre il villaggio si svegliava. Il cuore del giovane batteva forte, come il mio adesso. Le sue narici saggiarono l'aria notturna e la sua pelle reagì con un brivido al soffio del vento. Chinandosi e appoggiandosi con attenzione a un ginocchio, alzò il suo arco. Le dita della mano destra toccarono le piume di una freccia benedetta dal fumo di un fuoco sacro. Non avrebbe deluso la sua gente quando fosse sopraggiunto l'attacco. Non avrebbe deluso la sua famiglia, né la memoria dell'antico popolo tolteco. Non avrebbe deluso se stesso.

Era il momento più pericoloso, l'ora in cui il mattino non aveva ancora immaginato se stesso e il bene lottava contro il male nei riflessi che precedono l'alba. Il giovane guerriero batté gli occhi ripetutamente e irrigidì il braccio. Mentre lo sognavo, mi sembrava

quasi di poter sentire alcune pietruzze che si spostavano e mordevano la carne del suo ginocchio. Sentivo la nebbiolina avvolgergli le caviglie e stringere in una morsa gelida le sue braccia e le sue cosce nude. La sentivo leccargli la nuca e le sopracciglia dipinte. Insieme, gettammo lo sguardo verso il cielo. Il mondo sopra di lui – una distesa misteriosa con un allineamento di stelle – rispecchiava il suo corpo perfetto. A quella vista sussurrò una preghiera e trattenne il respiro. Il suo corpo si rilassò. La sua attenzione tornò alla vallata sottostante, dove la bruma aveva iniziato a disperdersi e le acque del suo antichissimo lago si incuneavano tra le colline buie come le dita ingioiellate di una dea. Posizionò l'arco. La penna d'aquila che teneva tra i capelli danzò elegante nel vento. La schiena era dritta e il ventre rilassato. Allo spuntare del sole, la sua pelle scura brillò radiosa e bronzea.

La sua gente gli era grata. Immaginò alcuni di loro che sbirciavano dall'ingresso delle loro abitazioni avvertendo la minaccia oltre la nebbia. Si girò verso il villaggio vicino al lago come se potesse scorgere suo padre che lo guardava mentre si inginocchiava, serenamente e in solitudine, come un guerriero coraggioso dotato della forza della montagna di fuoco. Sentì l'orgoglio di suo padre e l'orgoglio dei suoi avi. In quel momento di vuoto, tra l'inizio e la fine di ogni cosa, c'erano molte cose da percepire. La luce sarebbe presto comparsa sul ciglio orientale delle montagne e il destino sarebbe sorto urlando dietro di lei. C'erano delle vittorie che stavano aspettando e, appena oltre l'incertezza di quel momento, si profilavano anche delle rivelazioni. Con il respiro dei suoi avi sulle guance e il loro tocco leggero sulle spalle, il guerriero si sistemò di nuovo, con un sandalo piantato tra le rocce e gli occhi fissi sull'asta della freccia. Era pronto...

E ora, mentre lo shock del dolore mi scaraventa fuori dal mio sogno, mi accorgo che è arrivato per me il momento di unirmi ai guerrieri dell'antichità. Come una volta io incalzavo la verità, adesso l'eternità incalza me. L'alba gronda dalla cordigliera orientale e il destino cavalca il suo risveglio. Con il respiro dei miei avi sulle guance e il loro tocco leggero sulle spalle, aspetto il saluto della morte con un sorriso di benvenuto.

Anch'io sono pronto.