

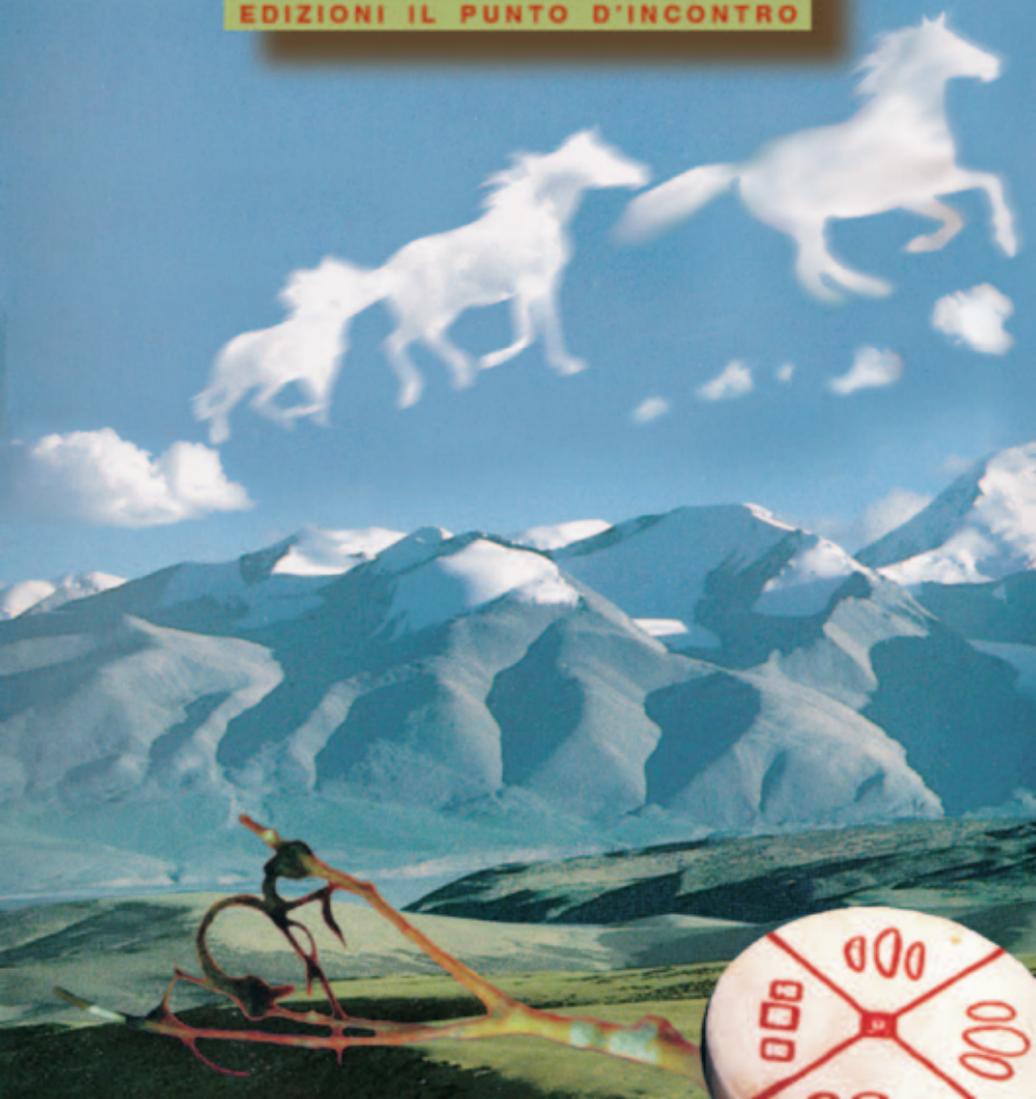


Sarangerel

I CAVALLI DEL VENTO

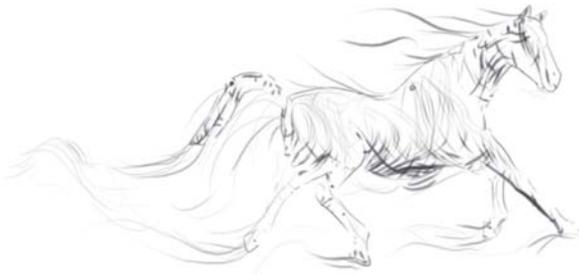
Nel magico mondo
di una sciamana della Mongolia

EDIZIONI IL PUNTO D'INCONTRO



Sarangerel

I cavalli del vento



Nel magico mondo
di una sciamana della Mongolia

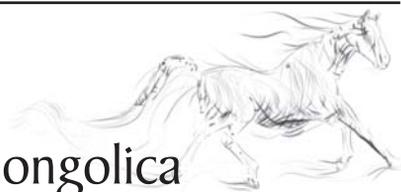
Sommario

Ringraziamenti	7
Prefazione	8
Introduzione: Lo sciamanismo mongolico e la cultura mondiale	14
1. La cosmologia mongolica	19
Le quattro direzioni (<i>Durvun Zug</i>)	
Il <i>ger</i> e il cerchio sacro	
I mondi superiori e inferiori; il centro del mondo	
Cavalli del vento e <i>Buyanhishig</i>	
Il rito del cerchio sacro e delle quattro direzioni	
2. Il mondo naturale	34
Padre Cielo, Madre Terra e i corpi celesti	
Gli antenati	
<i>Tenger</i> , <i>chotgor</i> e altri spiriti della natura	
Spiriti di animali, totem, guide animali e magia di caccia	
Totem e animali sacri	
Montagne e alberi sacri	
Una cerimonia mongolica del fuoco	
3. Il mondo dello spirito	62
La forma e la funzione delle tre anime	
Il Cerchio della Vita siberiano e il Ciclo dell'Acqua	
Tradizioni mongoliche e siberiane sui non-morti	
Altri tipi di spiriti	
Quando spirito e terra si toccano: tradizioni, tabù e <i>ongon</i>	
Spiriti che assistono lo sciamano	
Il viaggio dello spirito: il mondo agli occhi dello spirito	
Esercizio: visualizzazione del corpo spirituale	
4. Lo sciamano	85
Diventare uno sciamano	

Generi di attività sciamanica	
Gli strumenti dello sciamano	
Tamburi, allucinogeni e altre vie all'estasi	
Cavalcare il destriero cosmico	
Un viaggio rituale per incontrare gli spiriti della montagna	
5. Guarigione e protezione	114
Cause della malattia: intrusione di spiriti e perdita dell'anima	
Il recupero dell'anima	
<i>Ariulga</i> : rituali di purificazione	
Guerre di spiriti	
Proteggere se stessi e gli altri	
Due tecniche di guarigione	
Purificazione con il fuoco	
Il rituale <i>dalbuur</i>	
6. Divinazione e sogni	132
Tecniche di divinazione	
Il significato dei sogni e la loro relazione con il viaggio dello spirito	
Tre tecniche di divinazione mongoliche	
7. Lo sciamanismo mongolico al giorno d'oggi	158
Il revival dello sciamanismo in Mongolia e Siberia	
Sole e luna, <i>Ulzii</i> , <i>Soyombo</i> , <i>Has Temdeg</i> e altri simboli sacri	
Speciali ricorrenze festive dello sciamanismo mongolico	
Testi sullo sciamanismo siberiano e mongolico	
Augurio	
Rituale per la Luna Bianca (<i>Saggalgan</i>)	
8. Poscritto: applicazioni dello sciamanismo per il XXI secolo	176
Il ruolo dell'individuo nel mondo	
Visioni per il ventunesimo secolo	
Vivere con il Cavallo del vento: quattro esercizi quotidiani	
Un rituale speciale: erigere un Albero di Preghiera per la pace nel mondo	
Glossario dei termini mongolico-siberiani	193
Note	204
Bibliografia	209
Indice analitico	212

Capitolo I

La cosmologia mongolica



Tenger, umani, fuoco e acqua: [questi] sono gli elementi. Se ci pensiamo, ci sono il vasto arco del cielo, il sole e la luna che sono come gli occhi del Tenger. Se vogliamo vedere, il sole è fuoco e la luna è acqua. Nel giro di cinquant'anni tutta l'umanità si renderà conto che l'aria pulita e l'acqua pura sono le cose più importanti del mondo.

— *Urgunge Onon, da Shamans and Elders
di Humphrey e Onon*

L'universo dei Mongoli può essere visualizzato come un cerchio, non solo nelle tre dimensioni dello spazio, ma anche nel tempo. Ogni cosa ha un moto circolare: il sentiero del sole da un giorno all'altro, il ciclo del tempo da un anno all'altro e il ciclo degli spiriti di tutti gli esseri viventi, che ritornano sulla terra per vivere numerose volte.

Nel cerchio si intersecano gli assi delle quattro direzioni e l'asse del centro del mondo, che va in alto verso il mondo superiore, oltre i cieli eterni, e in basso oltre Madre Terra verso il mondo inferiore. Sovrapposta al cerchio c'è l'immagine dell'universo secondo le visioni dei viaggi sciamanici, in cui lo sciamano può arrampicarsi sull'Albero Mondo o volare al mondo superiore, viaggiare lungo il Fiume Spirito fino all'ingresso del mondo inferiore che sta al nord, o semplicemente trovare un tunnel nella terra attraverso il quale scendere.

Le quattro direzioni (*Durvun Zug*)

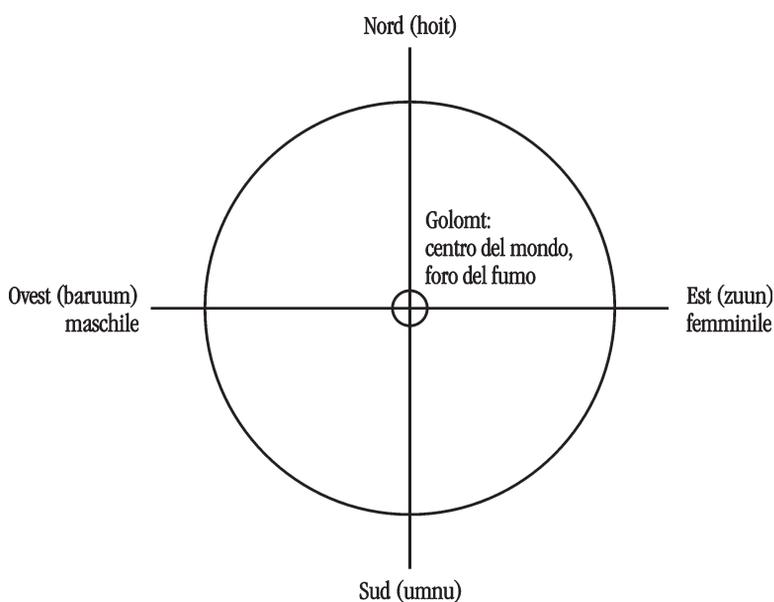
La consapevolezza delle quattro direzioni è fondamentale nella visione mongolica del mondo; alcuni amici Mongoli mi hanno detto che quando non sono costantemente consapevoli delle quattro direzioni, si sentono a disagio. I nomi delle quattro direzioni corrispondono alle parole “davanti”, “dietro”, “sinistra” e “destra”. Fino a circa seicento o settecento anni fa, per i Mongoli il “davanti” del mondo era l’est, ma per qualche ragione sconosciuta si è poi spostato a sud, dove rimane ancora oggi. Molte tribù siberiane orientano ancora le loro case verso est.

La visione del mondo dei Mongoli è rivolta da nord a sud, perciò il sud è chiamato la direzione “davanti” (*umnu, urid*) e di conseguenza il nord è definito “dietro” (*hoit, ard*). Est e ovest sono chiamati rispettivamente “sinistra” (*zuun*) e “destra” (*baruun*). Il lato destro (occidentale) del mondo è considerato di natura maschile ed è la dimora degli spiriti benevoli del cielo (*tenger*), mentre il lato sinistro (orientale) del mondo è considerato femminile e si crede che gli spiriti del cielo in quella direzione portino malattia e discordia. Ci sono quattro colori associati con le quattro direzioni: il sud è rosso, l’ovest è bianco, il nord è nero e l’est è azzurro. Ci sono anche quattro elementi associati con le quattro direzioni: il sud è fuoco, l’ovest è terra, il nord è acqua e l’est è aria.

Il *ger* e il cerchio sacro

Il *ger*, conosciuto in occidente come lo *yurt* (capanna rotonda smontabile, termine russo; n.d.t.), è l’abitazione tradizionale dei Mongoli. È costruito con un telaio di pali (*uni*) che si irradiano da un anello centrale per lo sfogo del fumo (*tono*), legato alla sommità di un muro circolare di rami intrecciati. In Mongolia la struttura è coperta da feltro, anche se i *ger* di alcuni gruppi siberiani sono coperti di pelli. In Buryatia e in altre zone si fa un *ger* di legno a otto lati, con tronchi e un tetto di legno al posto del feltro, che assomiglia moltissimo alla *hogan*, la capanna di

tronchi e argilla caratteristica dei Navajo del Sudest americano. Molti popoli siberiani, compresi i mongoli Tsatang e Urianhai, vivono in tende o tepee di pelli uguali a quelle degli indiani d'America. I *ger* e i tepee (*uurt*) sono progettati per essere facilmente montati e smontati in accordo alle necessità della vita nomade dei loro proprietari, ma il significato e l'immagine del *ger* rimangono gli stessi in qualunque posto venga eretto, inoltre l'orientamento e il simbolismo del *ger* hanno lo stesso valore per tutti i gruppi mongolici.



Il *ger* non rappresenta soltanto il centro dell'universo, ma anche un microcosmo al suo interno. In effetti rispecchia una mappa dell'universo in generale e la volta del cielo è riflessa nella forma arcuata dell'interno del tetto del *ger*. L'ingresso è sempre rivolto a sud, perché è la parte frontale del *ger*. Il lato nord, chiamato *hoimor*, dietro al focolare, è il punto più onorato del *ger*; qui risiedono gli oggetti sacri, gli spiriti *ongon* e altre immagini religiose deposte su un tavolo. Il posto a sedere accanto all'*hoimor* è la seconda zona più onorata e viene occupato dagli anziani, dai

capi, dagli sciamani o da altri ospiti di riguardo. Il lato destro od occidentale è quello maschile, dove siedono gli uomini e dove vengono conservati gli attrezzi degli uomini, le selle, gli archi e i fucili. La sinistra, il lato orientale, è dove si siedono le donne e vengono conservati gli utensili di cucina, le culle dei bambini e altri oggetti delle donne. Il sud è il lato meno onorato, perciò là vengono fatti sedere i giovani, a destra e a sinistra dell'ingresso.

Il movimento all'interno del *ger* è "secondo la direzione del sole", cioè in senso orario; il motivo per cui tale direzione è considerata il cammino del sole diventa evidente se si osserva la pista tracciata dalla luce del sole che penetra dal foro del fumo durante la giornata. Ogni volta che una persona si sposta all'interno del *ger*, deve sempre essere in direzione del sole, movimento richiesto anche nelle danze, nell'adorazione e nei rituali sciamanici. L'unica eccezione è il movimento delle donne tra la porta e il loro lato del *ger*, che è più facile da raggiungere dirigendosi a destra quando si entra dalla porta; questo cammino breve e in senso antiorario è contrario alla direzione del sole e viene chiamato "direzione della luna".

Il centro del *ger* è il luogo più sacro di tutti, il *gal golomt*, il posto del fuoco, la dimora della figlia di Padre Cielo, *Golomt Eej*, e deve essere trattato con il massimo rispetto. Come il *ger* è il centro del mondo, così anche il posto del fuoco è al centro dell'universo rappresentato dal *ger* stesso; l'asse verticale percorso dalla colonna di fumo che sale dal *gal golomt* rappresenta il *turge*, o Albero Mondo, sul quale gli sciamani salgono per andare al mondo di sopra, con l'anello del fumo (*tono*) che corrisponde al cancello di accesso. In alcuni rituali sciamanici, come l'iniziazione dello sciamano tra i Buryat, all'interno del *ger* viene eretto un albero vero e proprio, accanto al *gal golomt*, che passa attraverso il foro del fumo. In alcuni gruppi mongolici, come tra i Buryat, lo sciamano si arrampica letteralmente sull'albero, mentre tra altre popolazioni, come i Dagur, egli batte il tamburo alla base e ascende soltanto con il suo essere spirituale. Mentre sale sull'albero nella sua estasi, lo sciamano descrive il viaggio nel mondo di sopra. Persino in assenza di un vero albero *turge*, lo sciamano viaggia

negli altri mondi dopo essere uscito dal foro del fumo, spesso dopo aver trasformato il proprio spirito in un uccello.

Il *ger* può essere dunque considerato un parallelo della ruota di medicina dei nativi americani, una rappresentazione fisica del cerchio sacro orientato alle quattro direzioni e all'universo in generale. Lo schema circolare e l'orientamento alle quattro direzioni vengono mantenuti anche nelle cerimonie che gli sciamani compiono all'aperto, come il camminare e danzare attorno ai cumuli di pietre sacri, gli *oboo*, eretti per gli spiriti della montagna, o la danza *yohor* attorno a un albero *turge*, in cui i danzatori alzano una spirale di energia che trasporta lo sciamano nei cieli. Il movimento circolare in direzione del sole viene usato anche nella cerimonia di benedizione *dallaga* e in tutti i tipi di danze sciamaniche.¹

I mondi superiori e inferiori; il centro del mondo

In tutta la Siberia, e anche presso molti gruppi di nativi americani, la gente crede che l'universo sia composto da tre mondi che si trovano uno sopra l'altro. Le idee sul mondo superiore e inferiore sembrano implicare un concetto di mondi paralleli piuttosto che di tre mondi letteralmente sovrapposti come gli strati di una torta. Il cielo è considerato di una profondità infinita, ma gli sciamani insistono nel dire che esiste una porta per andare al di là dei cieli. Analogamente, benché la terra sia considerata profonda e solida, ci sono molti passaggi che permettono a spiriti e a sciamani di penetrare nel mondo di sotto. Un'altra versione dice che il mondo di sopra e quello di sotto sono simili alla terra, o mondo di mezzo, nel senso che anch'essi hanno un sole, una luna, foreste e abitanti simili agli esseri umani. Gli abitanti del mondo di sopra e di quello di sotto sono invisibili nel nostro mondo di mezzo, e la gente che viaggia da questo a quei mondi sarà ugualmente invisibile; la presenza degli intrusi verrà tradita da un improvviso e forte crepitio nel fuoco, dal gagnarle delle volpi, oppure potrà essere colta dagli sciamani.

Il mondo di sotto è fondamentalmente simile a questo, tranne per il fatto che i suoi abitanti hanno una sola anima, invece delle tre possedute dagli esseri umani (le tre anime umane sono la *suld*, l'*ami* e la *suns*, le cui funzioni sono spiegate più dettagliatamente nel capitolo 3). Questi abitanti non possiedono l'anima *ami*, che attiva la respirazione e il calore nel corpo, perciò sono freddi e hanno il sangue scuro. Alcuni degli abitanti del mondo di sotto sono in realtà le anime *suns* di esseri umani che attendono di reincarnarsi. Il sole e la luna del mondo di sotto non sono luminosi come in questo mondo; secondo i Samoiedi, è perché là sono soltanto mezzi globi, invece di corpi rotondi interi. Il mondo di sotto ha foreste, montagne e centri abitati proprio come questo mondo, e i suoi abitanti hanno persino i loro sciamani. Il signore del mondo di sotto è Erleg Khan, figlio di Padre Cielo, che ha autorità sul destino delle anime e decide dove e quando si reincarneranno. Spesso gli sciamani devono fare appello a lui quando vogliono recuperare le anime che si sono avventurate nel mondo di sotto prima della morte del corpo. A parte queste particolari circostanze e dopo la morte, gli abitanti del mondo di mezzo entrano raramente nel regno di Erleg Khan.²

Il viaggio tra i due mondi si compie attraverso varie strade; una di queste è tramite il Fiume Mondo, conosciuto come Dolbor o Engdekit, che scorre più o meno da sud a nord. All'estremo nord il fiume entra nel mondo di sotto e quell'ingresso è protetto dal gigante Mongoldai Nagts, che impedisce alle anime *suns* di entrare nel mondo di sotto prima che i corpi in cui erano contenute siano veramente morti. Tuttavia, a volte succede che le anime riescano a scivolare dentro e allora devono essere recuperate prima che la malattia causata dall'assenza dell'anima provochi danni permanenti. Il viaggio lungo il Fiume Mondo è pericoloso e il fiume è pieno di rapide. Si dice che, quando uno sciamano muore durante una spedizione per recuperare un'anima dal mondo di sotto, significa che il viaggio era troppo pericoloso e che la sua anima si è perduta. Durante il viaggio verso il mondo di sotto, lo sciamano può trovarsi nella condizione di

dover affrontare Mongoldai Nagts ed Erleg Khan e di blandirli per convincerli a lasciar tornare l'anima. Nel mondo di sotto si può entrare anche attraverso caverne, mulinelli, sorgenti o una delle molte gallerie attraverso la terra che gli esseri del mondo degli inferi usano per entrare in questo mondo.

Come quello di sotto, anche il mondo di sopra appare molto simile al nostro, ma in genere non vi abitano spiriti di esseri umani, benché gli sciamani possano visitarlo. È più luminoso del nostro mondo e alcune leggende affermano che abbia sette soli. Si dice che il mondo di sopra assomigli alla terra, ma là la natura è incontaminata e i suoi abitanti vivono ancora tutti secondo le tradizioni degli antenati. Il governante del mondo di sopra è Etseg Malaan Tenger, anch'egli figlio di Padre Cielo. Qualche volta la luminosità del mondo di sopra viene rivelata quando si apre la porta tra i mondi, come quando si vedono raggi di sole che passano le nuvole. Le preghiere recitate quando la soglia è visibile sono particolarmente potenti.³

Per viaggiare nel mondo di sopra, bisogna saper volare e spesso gli sciamani si trasformano in uccelli per intraprendere il viaggio, oppure cavalcano un cervo o un cavallo volante. Il percorso può essere diretto verso l'alto o verso il sud, alla sorgente del Fiume Mondo. Alcuni racconti di iniziazioni sciamaniche parlano di un viaggio nel mondo di sopra, dove lo sciamano viene iniziato dagli spiriti che vi abitano, prima della cerimonia in questo mondo. Un altro modo per viaggiare nel mondo di sopra è arrampicarsi sul *turge*, l'Albero Mondo, di cui abbiamo già parlato, oppure ci si arriva quando si viene proiettati dalla danza circolare del *yohor* attorno all'albero, che ha lo scopo di potenziare l'energia dei cavalli del vento e lanciare lo sciamano verso l'alto.⁴

Un'altra via è suggerita dal termine usato dai Mongoli Dagur per indicare i sogni di potere dello sciamano — *soolong* — che significa “arcobaleno”. Durante il sonno lo sciamano può risalire l'arcobaleno fino al mondo di sopra per raccogliere informazioni da riportare indietro insieme con il sogno. Nell'iniziazione sciamanica Buryat si usa la simbologia di un arcobaleno fatto di nastri o corde che collegano la cima dell'albero *turge* cerimonia-

le con un albero fuori dal *ger*, dove si svolge l'iniziazione. Nei tempi antichi alcuni sciamani camminavano effettivamente su queste corde nella trance estatica; nel mito di Geser, le persone viaggiano nel mondo di sopra in varie occasioni camminando sull'arcobaleno.⁵

Come abbiamo già detto, il *ger* rappresenta il centro del mondo. In realtà, ogni persona nella propria consapevolezza si trova al centro del mondo. Anche gli sciamani, nell'eseguire il loro lavoro o durante i rituali, si posizionano al centro del mondo. Molte differenti simbologie sono associate al concetto di "centro del mondo"; quella più familiare è il luogo del fuoco nel *ger*, il punto d'incontro tra la terra e l'asse che collega i tre mondi.

L'altro simbolo importante del centro del mondo è l'albero *turge*, che costituisce un asse e anche un palo per salire e scendere. La tradizione siberiano-mongolica pone l'albero al centro del mondo ma anche nel sud, dove si toccano il mondo di sopra e quello di mezzo. L'albero è custodito dalla dea Umai e le anime *ami* delle cose viventi, che attendono di nascere, vivono come uccelli su questo immenso albero. Accanto all'Albero Mondo, che alcuni dicono stia "al confine tra il giorno e la notte", il Fiume Mondo entra nel mondo di mezzo, scorrendo dalle sue sorgenti nel mondo di sopra. Secondo le tradizioni degli Altai, durante l'ascesa sull'albero il signore degli animali della foresta, Bayan Ami, si fa incontro allo sciamano e gli concede delle oche affinché l'assistano nel suo viaggio nel mondo di sopra. La cima dell'albero *turge* tocca il cielo accanto alla Stella Polare, l'Altan Hadaas, il chiodo del cielo che sostiene la volta celeste.⁶

L'altra immagine del centro del mondo è la vetta del Monte Sumber, la Montagna Mondo; la vetta al centro del mondo è vicina alla Stella Polare e le sue radici poggiano sopra una tartaruga nel mondo di sotto. Molte leggende Buryat parlano di un albero d'oro o di un boschetto di alberi sulla sua cima, accanto a una sorgente dalla quale scorre l'Acqua della Vita. Le foglie dell'albero e l'acqua guariscono tutte le malattie. L'albero è anche chiamato "l'albero giallo brillante dai nove rami" ed è un'altra forma dell'albero *turge*, simboleggiato dal mito sciamanico Buryat

di Abai Geser, che consiste di nove *halaa*, “rami”, corrispondenti ai nove rami del *turge*.

Nel mito di Geser l'immagine del fuoco, il centro del mondo e l'Albero Mondo sono meravigliosamente uniti in un'unica raffigurazione. La moglie dell'eroe, la donna guerriera e sciamana Alma Mergen, presenta un'offerta alla dea del fuoco Golomt Eej, che nacque al momento della separazione tra Padre Cielo e Madre Terra. Quando Alma Merger compie l'offerta, dal fuoco esce un salice dorato. L'Albero Mondo è descritto come un salice; questo è un elemento interessante, poiché il salice è un albero che ama l'acqua e secondo la tradizione siberiana l'acqua è considerata una via di passaggio per gli spiriti. Quindi il salice dorato non è altro che l'albero *turge* che si presenta alla sciamana che aveva compiuto l'offerta nel fuoco! Come mi disse uno sciamano Buryat: “Dovunque io vada, là è il centro del mondo”.

Cavalli del vento e *Buyanhisig*

Lo sciamanismo è fondato sul potere personale e sul principio di attirare la fortuna nella propria vita. Nel contesto della cosmologia sopra descritta, si deve ricordare il detto “ciascuno ha il proprio universo, ciascuno ha la propria strada”. Ogni giorno l'individuo entra in contatto con i mondi personali di altri, ma le questioni fondamentali della vita di ciascuno si trovano all'interno del proprio universo personale. In questo aspetto individuale del cosmo, la persona si trova perfettamente al centro dell'universo, sostenuta da Madre Terra e avvolta dalla vastità chiara e azzurra di Padre Cielo. Al centro l'anima cosmica dell'individuo (*suns*) risplende come una stella bianca luminosa e l'anima corporea (*ami*) è come un punto di luce rossa. Si può volare liberamente nella vastità dello spazio o viaggiare sulla terra e, poiché ciascun uomo o donna ha la propria strada, è in ultima analisi responsabile delle proprie azioni.⁷

Il potere psichico personale è chiamato *hii* (vento) o *hiimori* (cavalli del vento): è una forza che risiede nel petto e ha una

potenza differente a seconda di come viene usata e accumulata. Una forte energia di cavalli del vento permette di pensare in modo chiaro e analitico e di vedere al di là dell'inganno. I cavalli del vento sono la forza che permette agli sciamani e ad altre persone potenti di fare ciò che va fatto, in modo semplice e facile. Il concetto di cavalli del vento si ritrova anche nella religione tibetana, essenzialmente con lo stesso significato, e ha avuto origine dalle antiche tradizioni religiose del centro e del nord dell'Asia che si svilupparono nella tradizione Bon, in Tibet, e nello sciamanismo in Mongolia e in Siberia.

L'uso del proprio potere personale per scopi negativi o per turbare l'equilibrio dell'universo impoverisce i cavalli del vento, il che spiega perché le persone veramente malvagie con il tempo tendono a un comportamento autodistruttivo.

D'altro canto, i cavalli del vento si possono rafforzare attraverso la pratica religiosa e le azioni tese a riportare l'equilibrio nell'universo. Le semplici azioni quotidiane — come l'offerta di bevande al cielo, alla terra e agli antenati, la preghiera, la venerazione del cielo, della terra e degli spiriti degli antenati e della natura — rafforzano i cavalli del vento. Il fumo sacro dell'incenso, della salvia, del timo, del ginepro e di altre erbe possono stimolare i cavalli del vento durante l'adorazione sciamanica; anche i sacrifici sono un mezzo per accrescere i cavalli del vento quando sono eseguiti per uno scopo specifico o durante i festival tradizionali.

Al concetto di cavalli del vento è collegato il principio del *buyanhisig*, che è la benedizione del cielo o degli spiriti, una specie di conto in banca che accresce o diminuisce a seconda delle azioni dell'individuo. Un grosso accumulo di *buyanhisig* (detto anche *buyan* per brevità) porterà fortuna, protezione dai pericoli e felicità, mentre si può perdere *buyan* violando dei tabù, mancando di rispetto agli spiriti o agli antenati, oppure offendendo gli spiriti della natura con l'uccisione non necessaria di animali. Anche la mancanza di igiene personale fa male al *buyan*, mentre lo si può accrescere con atti di generosità come offrire cibo e bevande agli ospiti e donare beni alle persone bisognose.

Come i cavalli del vento, il *buyan* si aumenta anche vivendo con rettitudine (*yostoi*) e compiendo attività religiose e sacrifici. Padre Cielo e gli spiriti possono essere chiamati con il rituale *dallaga*, che letteralmente invita il *buyan* nella nostra vita o nella comunità quando viene celebrato collettivamente. Lo si compie eseguendo un movimento circolare con le mani in direzione del sole, accompagnato dalle parole “*hurai, hurai, hurai!*”.

Con la consapevolezza dei cavalli del vento e del *buryan* si può camminare sul sentiero della propria vita nel potere, nella sicurezza e nella fortuna. Questo atteggiamento verso la vita produce consapevolezza nelle azioni che si compiono e la comprensione che attraverso di esse noi diamo forma al nostro destino. La persona ideale impara a vivere *yostoi* (“seguendo le tradizioni”), che significa vivere in modo rispettoso, senza violare i tabù che impongono di non turbare l’equilibrio del mondo.

L’esercizio seguente creerà il cerchio sacro accrescendo i cavalli del vento e il *buyanhishig*.

● Il rito del cerchio sacro e delle quattro direzioni

Oggetti necessari per il rituale:

- un tavolino,
- bastoncini di incenso e portaincenso (il sandalo e la wisteria sono particolarmente raccomandati),
- un bastoncino di salvia per fumigazioni (facoltativo),
- ginepro (facoltativo),
- timo (facoltativo),
- una o tre candele,
- tamburo, sonaglio o campanella,
- tre pietre,
- liquore o latte,
- una tazza.

Il rituale richiede uno spazio a terra sufficiente per camminare in un cerchio di almeno due metri e mezzo di diametro; lo si può eseguire in casa o all'aperto.

Preparativi per il rituale

Scegliete uno spazio rituale e assicuratevi di orientarlo adeguatamente nelle quattro direzioni. Il cerchio sacro delimiterà uno spazio che riflette la mappa dell'universo incarnata nel *ger*. Il rituale può essere eseguito da una sola persona o da un gruppo.

Sistemate il tavolino all'estremo nord del cerchio: sarà il vostro altare. Sul tavolino mettete la candela (o le tre candele) e gli oggetti sacri che sono importanti per voi, come cristalli, immagini sacre e così via. Prendete la tazza e riempitela di liquore o latte. Prendete le tre pietre e, camminando in senso orario, sistematele all'estremità est, sud e ovest del cerchio; dopo averle posate, cercate di evitare di toccarle con i piedi durante il rituale.

Se avete un bastoncino di salvia, usatelo per fumigare il cerchio, altrimenti usate tre bastoncini di incenso uniti.

Suggerimento: se avete un problema da risolvere, bruciando i tre incensi potrete vedere la risposta — usate la vostra immaginazione!

Accendete i bastoncini e, ruotandoli in senso orario, camminate attorno al cerchio, distribuendo con cura il fumo su ogni centimetro del percorso. Il cerchio dovrebbe iniziare dall'altare (*shiree*) sul lato nord (*hoimor*). Il fumo purificherà il cerchio da qualsiasi influenza estranea o intrusione di spiriti.

Dopo aver completato la purificazione del cerchio, mettete i tre bastoncini di incenso in un portaincensi al centro del cerchio per rappresentare il luogo del fuoco (*gal golomt*). Se avete del ginepro accendetelo e mettetelo in un bruciatore; se avete del timo bruciate anche quello assieme al ginepro. Fatelo girare attorno a voi stessi per tre volte; se c'è un gruppo di persone, camminate attorno ad esso in senso orario per tre volte con il contenitore in mano. Dirigete il fumo sul volto di ogni persona, o lasciate che ciascuno lo faccia da sé. Il fumo sacro apre i

canali degli spiriti nel corpo e accresce i cavalli del vento; se non usate ginepro e timo, eseguite lo stesso procedimento con l'incenso. Al termine inchinatevi al fumo sacro e dite:

*O Golomt dalle membra dorate, figlia di Padre Cielo,
noi ti ringraziamo e chiediamo la tua benedizione.*

Prendete i tre bastoncini d'incenso e descrivendo tre cerchi dite: "hurai, hurai, hurai".

Muovete gli incensi nove volte in direzione dell'altare, poi metteteli di nuovo nel portaincensi. Se i bastoncini si consumano durante il rituale, sostituiteli prima che finiscano.

Il rituale delle quattro direzioni

Andate verso l'altare e prendete la tazza che contiene il liquore o il latte; immergete l'anulare destro nel liquido e spruzzatelo tre volte sopra l'altare. Poi prendete il tamburo (o la campanella, o il sonaglio), suonatelo tre volte e dite:

Padre Cielo, Madre Terra
Spiriti degli antenati
Spiriti degli animali
Spiriti della natura
Tenger delle quattro direzioni
Bayan Ulgen, Erleg Khan, Bayan Ahaa, Umai
Spirito della natura di questo luogo
aumentate i nostri cavalli del vento
portateci benedizioni, *hurai, hurai, hurai*
(fate ruotare il tamburo in senso orario tre volte, mentre i partecipanti fanno ruotare le mani).

Se avete animali di potere o altri spiriti guida potete menzionare anche i loro nomi in questa preghiera (vedere il glossario a pag. 193 per pronunciare adeguatamente i nomi degli spiriti).

Camminate sul cerchio verso la pietra che segna l'estremità sud, sempre suonando il tamburo (il sonaglio o la campanella).

Poi dite:

Cinquantacinque *tenger* della direzione rossa del sud
Usan Khan, signore delle acque
direzione del mondo di sopra
sorgente delle anime dei nostri corpi
aumentate i nostri cavalli del vento
portateci benedizioni, *hurai, hurai, hurai*
(movimento circolare).

Continuando a suonare, camminate ancora fino al punto occidentale del cerchio e dite:

Cinquantacinque *tenger* della direzione bianca dell'ovest
che ci avete mandato Aquila, il primo sciamano,
aumentate i nostri cavalli del vento
portateci benedizioni, *hurai, hurai, hurai*
(ripetete il movimento).

Riprendete a camminare, tornate all'altare e dite:

Settantasette *tenger* della direzione nera del nord
Tatai Tenger, tu che porti il fulmine
direzione del mondo di sotto
aumentate i nostri cavalli del vento
portateci benedizioni, *hurai, hurai, hurai*
(movimento circolare).

Camminate fino al punto est del cerchio e dite:

Quarantaquattro *tenger* della direzione azzurra dell'est
tredici Ajirai Tenger
aumentate i nostri cavalli del vento
portateci benedizioni, *hurai, hurai, hurai*
(movimento circolare).

Tornate alla pietra che segna il sud per chiudere il cerchio, poi percorrete il cerchio ancora due volte, continuando a suonare il tamburo. Tutti coloro che camminano nel cerchio sentiranno

no i cavalli del vento che crescono in loro. In questo rituale non bisogna mai camminare in senso antiorario. Dopo aver completato i tre giri, il cerchio è stato consacrato. Voi, o qualsiasi altro partecipante, potete battere i piedi a terra oppure sul pavimento per scacciare qualsiasi influenza negativa in prossimità della zona consacrata. Per stimolare ulteriormente i cavalli del vento, potete camminare attorno al cerchio ancora sei volte, per un totale di nove giri.

Questo rituale è utile per accrescere i cavalli del vento e attirare le benedizioni dall'alto, inoltre serve come preparazione a pratiche sciamaniche più avanzate che saranno eseguite in seguito all'interno del cerchio. Una volta concluso il rituale, spegnete tutte le candele e gli altri materiali che bruciano e raccogliete la prima pietra nella direzione in cui vi allontanerete, poi camminando in senso orario attorno al cerchio raccogliete le altre. Se il rituale viene compiuto in preparazione per altri rituali sciamanici, lasciate le pietre dove si trovano, ma uscite dal cerchio possibilmente dall'estremità anteriore (a sud).