



Jamie Sams

LA RUOTA DELLE LUNE

Meditazioni dei Nativi Americani
per molte lune



EDIZIONI IL PUNTO D'INCONTRO

Le opere pubblicate in questa collana sono state realizzate nell'ambito del progetto “*Saggezza degli Indiani d’America*”, che contribuisce a diffondere la cultura e i profondi insegnamenti dei Nativi Americani, affinché il loro patrimonio spirituale possa essere condiviso da tutta la Grande Nazione degli Uomini.

Mitakuye oyasin
Siamo tutti fratelli
(saluto rituale lakota)



JAMIE SAMS

LA RUOTA DELLE LUNE



MEDITAZIONI
DEI NATIVI AMERICANI
PER MOLTE LUNE



EDIZIONI
IL PUNTO
D'INCONTRO



INDICE

Dedica.....	7
Ringraziamenti.....	8
Note per il lettore.....	9
Introduzione.....	11
Come trovare la meditazione quotidiana.....	14
Prima Luna.....	17
Seconda Luna.....	41
Terza Luna.....	65
Quarta Luna.....	89
Quinta Luna.....	113
Sesta Luna.....	137
Settima Luna.....	161
Ottava Luna.....	185
Nona Luna.....	209
Decima Luna.....	233
Undicesima Luna.....	255
Dodicesima Luna.....	279
Tredicesima Luna.....	303
Le benedizioni della Via della Bellezza.....	327
Nota sull'autrice.....	329

NOTA PER IL LETTORE

Vorrei cercare di dare una spiegazione ai lettori che si domanderanno per quale motivo nel libro tanti nomi vengano scritti con l'iniziale maiuscola. Nella lingua dei Seneca e nella maggior parte dei linguaggi originali dei Nativi Americani, certe parole sono considerate sacre. Queste parole vengono sempre scritte con l'iniziale maiuscola.

Fino a poco tempo fa, gli autori indiani pubblicati erano pochi e quei pochi non avevano modo di esprimersi riguardo alla gestione dei loro manoscritti. Stampando il libro nella forma scelta da noi, Harper Collins ha dimostrato rispetto per il mio lavoro e per il nostro senso del sacro. Sono profondamente riconoscente per tale genere di considerazione.

Nella cultura Nativa Americana ogni cosa ha vita. Ciascun oggetto vivente ha un ruolo specifico come insegnante e membro della famiglia. Tutto ciò che esiste sulla Terra, dalla pietra all'albero, all'animale, alla nuvola, al Sole, alla Luna, all'uomo, è considerato nostro parente. Noi scriviamo i nomi di ogni parte della nostra Famiglia Planetaria con la lettera maiuscola, perché essi rappresentano le sacre estensioni viventi del Grande Mistero, collocate qui per aiutare l'umanità a evolversi spiritualmente. Scriviamo maiuscoli i termini Tradizione e Insegnamento perché queste parole rappresentano l'equivalente dei Testi Sacri di un'altra fede.

Nelle Tradizioni Tribali, noi non consideriamo Nonno Sole una divinità. Non adoriamo gli alberi o le pietre. Vediamo, tuttavia, l'Eterna Fiamma dell'Amore che il Grande Mistero ha messo in tutta la Creazione e onoriamo quell'essenza spirituale. In lingua Seneca la chiamiamo *Orenda*. Si tratta dell'essenza spirituale del principio creativo, chiamata Eterna Fiamma dell'Amore, che si trova in tutte le forme di vita. Esiste una sola Fonte Originale e noi chiamiamo quella Fonte Creativa Grande Mistero.

Capo del Tuono, *Hinoh*, ha la lettera maiuscola a causa del suo ruolo di portatore dell'acqua della vita, senza la quale non

potremmo sopravvivere. Nonno Sole e Nonna Luna sono minuscoli perché li vediamo come esseri viventi. Il Grande Mistero ha insegnato loro la missione di dividere il giorno dalla notte, di portare luce e calore al nostro mondo e di regolare le maree dei nostri oceani. Queste entità sono oggetto di profondo rispetto, a causa della grande missione che portano avanti e dell'estensione dell'amore del Grande Mistero che rappresentano. Noi spieghiamo che tutto ciò che vive è importante e onoriamo la Medicina di tutte le forme di vita come sacra estensione del divino piano d'amore del Grande Mistero.



INTRODUZIONE

Il primo calendario posseduto dagli Indiani del Nord America fu il guscio della Tartaruga. I nostri Antenati osservarono il succedersi dei cicli e delle stagioni e notarono che la medesima stagione ritornava ogni tredici lune. Nonna Nisa (la Luna) era la nostra guida. Tramite i suoi cicli mutanti ella comunicava alle donne quando i loro corpi erano fertili e quando avrebbero avuto i loro Tempi della Luna, o flusso mestruale. Nonna Luna scompariva e ritornava, mostrando il suo viso tondo tredici volte l'anno. Madre Terra, che era rappresentata dalla creatura più fertile del nostro pianeta, la Tartaruga, indicava ai nostri Antenati come segnare il passaggio di ciascun ciclo lunare. Il guscio della Tartaruga portava impressi i tredici mesi dell'anno all'interno di una cornice che costituiva il cerchio da noi chiamato Cerchio Sacro, o Ruota di Medicina.

Questo circolo unificante rappresenta la sacra relazione che intercorre tra tutte le specie viventi. Il Cerchio Sacro raffigura anche il tragitto celeste, o orbita, che nostra Madre Terra percorre annualmente attorno a Nonno Sole. L'orbita del tragitto di Nonna Luna attorno a Madre Terra è un ulteriore cerchio, che ha fatto intuire agli Antenati l'importanza dei cerchi concentrici, che rappresentano l'unità e l'armonia dell'esistenza.

Questi tredici cicli lunari diedero origine alle leggende delle Tredici Madri Originali dei Clan, che rappresentano le doti e le abilità che l'umanità può sviluppare durante il proprio Cammino sulla Terra, o vita fisica. Queste lezioni sullo sviluppo del potenziale umano contengono le capacità che ogni Bipede (essere umano) deve apprendere per potere vivere in armonia con tutte le forme di vita. Quando scopriamo le nostre potenzialità e sviluppiamo l'abilità di avere relazioni appropriate, allora possiamo offrirci di condividere tali doni con il resto della Tribù Umana. La generosità è la chiave che permette di operare per il bene di ogni essere vivente. Se doniamo noi stessi e i nostri talenti, le benedizioni che riceviamo vengono condivise. Possiamo allora espandere i confini

e le possibilità di tutta l'umanità.

Quando il mio editore mi chiese di scrivere questo libro, cominciai a capire il valore di una raccolta di lezioni o riflessioni quotidiane che potessero educare il lettore ai modi armoniosi di cui sono impregnati i migliori stili di vita dei Nativi Americani. Quando questi concetti vengono onorati, i propositi di vivere in armonia nell'ambito di una comunità diventano facilmente realizzabili. Molti amici non-Nativi mi hanno chiesto di includere alcune delle regole di etichetta che la nostra comunità di Nativi Americani osserva implicitamente, al fine di prevenire potenziali malintesi culturali. Ho deciso di scrivere questo testo per i giovani Nativi urbani, che non sono stati esposti alle usanze degli Antenati, e per informare i non-Nativi. Le lezioni che insegna riguardano il rispetto per gli altri e il loro Sacro Spazio e possono essere applicate in ogni cultura, per promuovono uno stile di vita armonioso.

Recentemente sono rimasta sorpresa quando una delle mie sorelle Mohawk mi ha detto di non sapere che avevo scritto io le poesie che si trovano all'inizio di ogni capitolo dei libri di cui sono autrice, o co-autrice. Le uniche due eccezioni portano i nomi degli autori citati. Ho scelto di inserire in questo libro anche poesie, oltre alle riflessioni quotidiane, perché i ritmi e le cadenze della poesia tendono ad aprire la nostra mente a modalità di comprensione differenti. Altri pensieri quotidiani sono costituiti da Storie di Medicina e sono tutti originali, cioè basati sulle lezioni che mi furono insegnate lungo il mio sentiero personale di iniziazione. Nessuno scritto è stato tratto da altre fonti.

La Harper San Francisco ha voluto solo materiali originali per questo libro, pertanto ho deciso di scegliere gli eventi della mia vita che mi hanno insegnato qualcosa sull'armonia, la condivisione, l'amore, la scoperta di sé e altro. Ho quindi richiesto la guida del Grande Mistero. Ho invocato gli spiriti delle Madri dei Clan perché mi assistessero nella scelta delle lezioni che avrebbero rappresentato al meglio le loro opinioni su Vita, Unità e Uguaglianza per l'Eternità. Poi ho utilizzato la mia abilità di cantastorie e di scrittrice per

esprimere la bellezza dei modi armoniosi degli Antenati, creando del nuovo materiale che potesse trasmettere queste lezioni agli altri. Spero che queste lezioni, storie e poesie possano assistere i lettori lungo il cammino della guarigione personale. Il mio desiderio, nello scrivere questo libro, è che ciascuno di voi possa affermare il proprio diritto di *diventare la propria visione!*

COME TROVARE LA MEDITAZIONE QUOTIDIANA

I pensieri quotidiani di questo libro si basano sul ciclo lunare femminile di ventotto giorni e *non* sull'orbita lunare vera e propria. Moltiplicando le ventotto riflessioni di ciascuna luna per le tredici lune dell'anno, arriviamo a un totale di 364 meditazioni. È una concezione abbastanza insolita, che riflette il ciclo della fertilità umana, sia femminile che maschile. Tutti gli esseri umani hanno un lato maschile e un lato femminile, regolati dagli stessi flussi e reflussi delle energie della Terra e della Luna.

Anticamente, l'orbita di Madre Terra era diversa da quella attuale. Prima che l'oro venisse saccheggiato dal corpo di Madre Terra, i cicli calanti e crescenti di Nonna Luna duravano esattamente ventotto giorni. La luna nuova, o nera, non veniva contata. Attualmente nell'orbita della Terra si sta verificando un'oscillazione dovuta all'asportazione dell'oro, che costituiva una sorta di sistema di controllo del percorso di Madre Terra. Ne consegue che il ciclo calante e crescente di Nonna Luna ora dura da ventotto a trenta giorni e varia di anno in anno, man mano che l'asse del nostro pianeta si inclina.

Al fine di onorare gli antichi insegnamenti delle Madri dei Clan, ho scelto di rendere particolarmente semplice la consultazione di questo libro. Indipendentemente dal momento in cui si inizia a leggerlo, trovare il punto di partenza è facile. L'unica cosa di cui il lettore ha bisogno è un normale calendario che riporti le date mensili della luna nuova e della luna piena. Non ha importanza il mese o il giorno in cui si inizia a leggere il libro. I pensieri quotidiani dureranno fino a raggiungere la stessa luna e lo stesso giorno dell'anno successivo.

ESEMPIO

Se, per esempio, iniziate a leggere questo libro in aprile, dovete prendere nota dell'ultima luna nuova. A volte si deve ritornare al

mese precedente per trovarla. Questa data è l'inizio della luna di aprile, ossia del quarto ciclo lunare dell'anno. La data della nuova luna corrisponderà al pensiero quotidiano numerato come 4-1. Per capire da quale pensiero partire nelle vostre meditazioni ora non vi resta che contare i giorni da quella data fino a oggi e iniziare dal pensiero corrispondente.

Diciamo che oggi è l'11 aprile e che la luna nuova è stata il 24 marzo. Marzo ha trentuno giorni. Contando i giorni a partire dalla luna nuova si arriva a 19, bisogna quindi leggere la meditazione 4-19. A questo punto potete continuare a leggere con ordine i pensieri. Se perdetevi il segno, non dovete fare altro che ricominciare seguendo la stessa formula.

PROCEDIMENTO ORACOLARE

Chi non volesse seguire questo percorso prestabilito potrà utilizzare il libro come sistema di guida. Quando vi sentite confusi o turbati potete sedere tranquillamente tenendo il libro chiuso tra le mani, appoggiato sulle ginocchia. Fate alcuni respiri profondi per rilassare il corpo e calmare la mente. Chiedete con riverenza di ricevere la storia, l'insegnamento o la poesia che vi nutrirà o vi porterà pace nella situazione che state attraversando. Lasciate che le vostre dita sentano tranquillamente il punto giusto in cui aprire il libro e poi leggete la pagina che hanno scelto.

Questo procedimento "oracolare" potrà suonare nuovo a qualche lettore. Spesso, quando ci sentiamo turbati, non siamo in grado di pensare con lucidità e a volte ci convinciamo che la pagina che abbiamo scelto non si applica alla nostra situazione. Se non siamo calmi nel momento in cui sentiamo le pagine tra le dita prima di aprire il libro, questa tecnica non funziona. A volte, l'aiuto che troviamo nella pagina che stiamo leggendo può andare perduto perché non siamo abbastanza rilassati da ricevere quella lezione. In ogni caso, siamo liberi di scegliere un'altra pagina. La risposta che cerchiamo arriverà sempre, purché ci rilassiamo e ci

accostiamo alla situazione con un senso di reverenza e di compassione nei confronti di noi stessi.

Che scegliate di leggere più pensieri quotidiani ogni giorno, oppure solo quando ne sentite il bisogno, o ancora seguendo i cicli di fertilità della luna, per me non fa alcuna differenza.

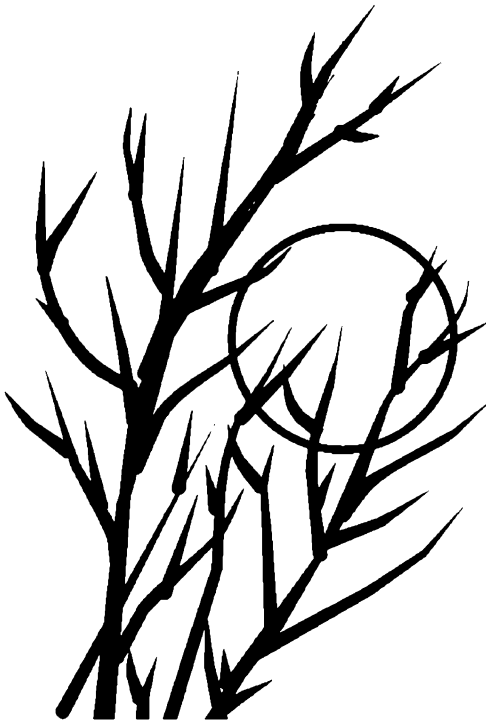
Non ci sono regole ferree riguardo all'utilizzo di questi testi. Considero il piacere del lettore e la crescita intuitiva individuale più importanti di ogni altra cosa; non voglio vedervi bloccati e frustrati perché avete perso il segno...

Alcune persone amano la pianificazione, altre l'innovazione: è proprio questa la bellezza dell'unicità di ogni individuo.

Offrendo vari esempi di come utilizzare bene una stessa cosa, questo libro permette a ognuno di esprimere con piacere la propria individualità e il libero arbitrio. Siate miei ospiti! Scoprite da voi il modo in cui queste meditazioni quotidiane vi possono essere utili e io avrò svolto il mio compito nel migliore dei modi. Le lezioni quotidiane provengono dal mio cuore, non dalla mia testa. Chiedere al lettore di fare qualcosa a partire unicamente dalla testa sarebbe un grande errore. Dev'essere divertente... Altrimenti, perché farlo?



PRIMA
LUNA



RELAZIONE CON TERRA E CIELO

Gli Antenati ci insegnano che quando intrecciamo i capelli onoriamo i nostri rapporti con Madre Terra e con Tutte le Nostre Relazioni. Le nostre trecce rappresentano il legame con la Terra e con il mondo tangibile. Quando sciogliamo i capelli colleghiamo le nostre Essenze Spirituali con gli Spiriti che cavalcano il vento. Le nostre relazioni con tutti gli esseri viventi sono forti quando onoriamo la verità di ogni parte della Creazione e rispettiamo il diritto che ogni forma di vita ha di creare abbondanza.

La Madre del Clan del Primo Ciclo Lunare, Parla con le Relazioni, ci insegna a entrare in rapporto con i nostri Cugini, le pietre e le piante; con i nostri Fratelli e le nostre Sorelle, le creature; e con i nostri simili umani di ogni razza e credo. Onorando tali rapporti con la nostra Famiglia Planetaria offriamo a noi stessi la libertà di essere l'anello di congiunzione tra il tangibile e l'intangibile, accedendo alla comprensione spirituale e alla gioia terrena della fisicità.

IL PRIMO CERCHIO

Le nostre famiglie sono l'inizio, il primo Cerchio della nostra vita. Questo Cerchio deve essere difeso con amore, onore, integrità, devozione, tempo, risorse e parole.

Il mondo esterno ci vede come prodotti di questi impegni. Un comportamento indecoroso da parte nostra si rifletterà su ogni singolo membro del primo Cerchio. Se affermiamo di essere spirituali, dobbiamo prima di tutto occuparci del primo Cerchio, dedicandoci al benessere di ciascun membro della famiglia senza giudicare o porre condizioni. Solo *allora* guadagniamo il diritto di estendere il primo Cerchio di relazioni di sangue alle altre persone, che adottiamo con impegno e amore. Solo allora possiamo chiamare gli altri "Sorelle" e "Fratelli", vivendo l'impegno con la determinazione di rimanere uniti nonostante le prove del tempo.

Il tuo bisogno di avere ragione o il tuo rifiuto di perdonare ha forse spezzato il tuo circolo familiare? La tua collera ti ha forse allontanato da altri membri della famiglia? Hai il coraggio di scusarti con chi hai ferito? Sei in grado di onorare tutti i membri per ciò che sono, senza cercare di cambiare il loro modo di essere? Sei in grado di impegnarti ad aiutare i bambini e gli Anziani che hanno bisogno del tuo sostegno?

PRIMA LUNA 3

IL CERCHIO DELLA VITA

Il Cerchio della Vita, la Grande Ruota di Medicina, non ha inizio né fine. Ogni singola parte della Creazione esiste in quanto parte di questo Cerchio e ha un preciso significato. I Nativi Americani credono nella Vita, nell'Unità e nell'Uguaglianza per l'Eternità. Ogni persona che siede nel Cerchio possiede una voce, dei talenti da offrire e il diritto di rendere il mondo un posto migliore per ogni forma di vita. Il Cammino sulla Terra di ciascun essere umano, ossia la vita, riflette l'impegno che egli ha preso nei confronti della Creazione. Le parole sono promesse vuote se non risuonano della verità delle azioni positive.

La Madre del Clan del Primo Ciclo Lunare, Parla con le Relazioni, ci insegna a capire il linguaggio di ogni parte della creazione e a utilizzare ciò che apprendiamo per offrire sostegno a tutto ciò che vive. Parla con le Relazioni ci mostra come vedere la relazione reciproca di tutte le forme di vita. Ciascuna parte della Famiglia Planetaria sostiene le altre. Per trovare il tuo posto nel Cerchio della Vita è necessario che tu chieda a te stesso come puoi assistere al meglio la Famiglia Planetaria onorando la verità che è in te e usando tale verità per assistere la globalità della Creazione del Grande Mistero.

FAMIGLIA

*Madre Terra, parlami dei miei parenti,
Del Falco, della Colomba e del fiore,
Della luce accecante del sole, del poggio ombroso,
Del vento del deserto e delle piogge mattutine.
Insegnami le lingue delle creature
Che mi chiamano cantando,
Affinché io possa seguire il ritmo
Di infinite lezioni di armonia.
Insegnami a onorare
Il Sacro Spazio di tutti,
Mescolandomi con grazia al tutto,
Rispondendo al richiamo del caprimulgo.
Dai tropici assolati al ghiaccio dei poli,
Alle incessanti maree dell'oceano,
In ogni granello di sabbia del deserto,
Per sempre dimora la tua bellezza.
Oh, Madre di tutti i regni,
Lasciami declamare l'amore della mia famiglia,
Dalle balene dei profondi oceani,
Agli Esseri Alati che volano alti.
Espandi la mia visione limitata
Finché potrò conoscere davvero
La missione delle mie Relazioni
E tutti i loro frutti.*

UNA QUESTIONE DI OPINIONE

Nonna Canto di Culla stava camminando nel bosco con la sua nipotina. Giunte a una radura assoluta disseminata di alberi di ontano, decisero di fare una sosta. La bimba si mise a giocare.

Mentre la Nonna riposava a occhi chiusi assorbendo il tepore del sole, Manto di Bufalo cominciò a scavare una buca ai piedi di un ontano. Quando, infine, la Nonna si accorse dell'operato di Manto di Bufalo, la buca era grande e profonda. La Nonna vide un monticello di terra e il bastone che la bimba aveva usato per scavare, mentre Manto di Bufalo si era calata nella buca.

Nonna Canto di Culla domandò alla bimba cosa stesse facendo. Ella rispose che aveva scavato la buca per potere annusare il fiato di Madre Terra. La Nonna disse quindi a Manto di Bufalo che avrebbe dovuto trovare una nuova dimora per la terra che aveva tolto. Manto di Bufalo non ci aveva pensato. La piccola disse che non credeva che alla terra fosse dispiaciuto essere spostata. La Nonna sospirò e poi spiegò:

“Ogni cosa che vive possiede un Punto di Vista Sacro, un punto da cui osserva il mondo. Tu, Manto di Bufalo, hai tolto la terra dalla sua sede senza averne il permesso. Potrai pensare che alla terra non importi, ma è una questione di opinione.

Ogni cosa che vive ha il diritto di mantenere il proprio Punto di Vista Sacro”.

PRIMA LUNA 6

PAURA

Le Creature-insegnanti ci mostrano la necessità dell'istinto di sopravvivenza nel mondo naturale. È saggio prestare attenzione ai mutamenti di stagione, ai predatori naturali e al fuoco. Avere rispetto per i deserti assolati, per le montagne, per i gelidi ghiacciai e per il Sacro Spazio di altri esseri viventi è segno di profonda comprensione dell'istinto di sopravvivenza.

Ma quando un essere umano soccombe alle paure irrazionali che si creano nella mente, tale individuo non fa altro che nutrire la propria ignoranza riguardo al vero rapporto che ci unisce al Tutto, cioè l'amore del Grande Mistero.

Parla con le Relazioni, la Madre del Clan del Primo Ciclo Lunare, ci insegna a onorare quella sana paura che nasce dall'istinto di sopravvivenza e che viene dalla nostra natura animale. Il linguaggio delle Creature è semplice da capire se osserviamo le loro attività rimanendo perfettamente immobili e in silenzio.

La paura mentale dell'uomo è una paura diversa. È come una malattia, perché passa attraverso le parole e le immagini del futuro, che non hanno basi reali nel Presente.

PRIMA LUNA 7

CANTO DEI LEGAMI DI PARENTELA

*Tu sei mio Fratello; io ti chiamo amico.
Compagno guerriero fino alla fine.
E lei è mia sorella, cuore a cuore.
Fin dall'inizio
Abbiamo camminato lungo la Strada Rossa.*

*Cantami dunque della Via della Bellezza
Che un giorno vedranno gli Antenati,
Hai yei yei yei yea,
Hai yei yei yei yea,
Sì, cantami della Via della Bellezza
Che un giorno vedranno gli Antenati,
Hai yei yei yei yea,
Hai yei yei yei yea.*

Quando accogliamo qualcuno nella nostra vita come fratello o sorella di sangue, celebriamo la Cerimonia dei Legami di Parentela. Questa cerimonia non va presa alla leggera, poiché entrambe le parti si impegnano ad aiutarsi reciprocamente fino alla morte. L'unica circostanza che spezza questo legame di sangue adottivo è la rottura del sacro giuramento di parentela. In tal caso, la persona in questione può ritrattare la lealtà precedentemente accordata strappando in

due una coperta e seppellendo le due parti in due luoghi distanti. Tale separazione è rara, perché il Popolo Nativo non stabilisce legami in modo casuale. Una volta guadagnata la fiducia di una persona, il voto pronunciato è di durata indefinita, poiché è basato sui valori dell'onore e dell'integrità personale.

PRIMA LUNA 8

LEZIONI DELLE PIANTE FIORITE

Ogni fiore ha una forma e un colore particolari. Ogni fiore sa di essere unico e bellissimo. La lezione che i fiori insegnano ai Fratelli e alle Sorelle umani è quella dell'amore che non fa confronti.

I fiori ci insegnano che ogni colore e ogni forma sono individuali e meravigliosi. Senza timori o pudori, i fiori volgono i loro piccoli visi verso l'alto per accogliere l'amore e la luce di Nonno Sole. Essi insegnano ai loro compagni umani ad amare le differenze, senza paragonare la bellezza di uno a quella di un altro. Madre Terra nutre tutte le piante, perché sono tutte sue figlie. Gli Esseri del Tuono inviano l'acqua portatrice di vita che le fa crescere e tutti sono alimentati dalla luce di Nonno Sole.

Sono solo gli esseri umani a temere di essere qualcosa di meno che perfetti. Essi basano i loro giudizi privi d'amore sull'autorità di altre persone confuse, dimenticando che l'unicità e la bellezza si trovano in *ogni* parte della Creazione.

PRIMA LUNA 9

SOLITUDINE

La solitudine assale soltanto coloro che hanno dimenticato la presenza di tutte le Relazioni: i Fratelli e le Sorelle, le creature, i Cugini, le piante e le pietre; il loro Padre, il Cielo, e la loro Madre, la Terra.

Ci viene rammentato che la nostra famiglia di Relazioni è costan-

temente in attesa che ci avviciniamo e condividiamo la bellezza del mondo naturale. Quando scopriamo nuovamente la loro compagnia, non siamo mai soli.

PRIMA LUNA 10

IL CAPO DEL CLAN DELL'ARIA

*Oh, Capo del Clan che governa le correnti
Della brezza, del vento e dell'aria,
Fammi volare alto nei cieli
E volteggiare dove il mio spirito osa.
Mostrami gli Antichi Spiriti
Che cavalcano la brezza;
Fa' ch'io possa apprenderne la saggezza
Per dare pace al mio cuore.
Tu, che spargi le nuvole,
Che porti gli uragani,
E le folate di vento che mi conducono a casa,
Nel cui tepore sarò sicuro,
Perché sei invisibile?
E in che modo mi parli?
È con le carezze che sento,
O con i sussurri
che soffi tra gli alberi?*

Hai mai preso in considerazione la sacralità del tuo respiro? Senza respiro non c'è vita. È l'unica cosa di cui gli esseri umani non possono fare a meno per più di pochi minuti. È forse ora di considerare il respiro della vita una benedizione?

IL CAPO DEL CLAN DELLA TERRA

*Sacro Guardiano della Terra,
Del terriccio sabbioso e dell'argilla,
Protettore dei semi e degli alberi,
E delle belle fioriture,
Tu, che custodisci le Sacre Pietre
E le leggende che serbano,
Mentre osservi le Creature e
Le Montagne che dormono,
Cantami dei tuoi segreti,
Dei canyon, delle colline e delle pianure,
Affinché io possa conoscere i misteri
Della terra che sempre rimane
Fonte costante di bellezza,
Nutrendo tutti i suoi figli,
Curando i viandanti stanchi
E insegnando loro il valore.
E guarisci i nostri corpi fatti di polvere
Con le piante di Medicina,
E rammenta a ogni uomo di onorare
I veicoli terreni dell'anima.*

È forse giunto il momento di onorare l'energia che ricevi da Madre Terra? Si tratta della forza vitale che nutre il tuo corpo. Sei consapevole del rinnovamento fisico provato dal tuo corpo quando cammini nella natura?

IL CAPO DEL CLAN DELL'ACQUA

*Le acque scintillanti riflettono
Il tuo volto che conosce
I sentimenti degli esseri che
Sulla Terra sono giunti per crescere.
Gli Spiriti dell'Acqua cantano le canzoni
Dei fiumi, dei mari e della pioggia,
Delle lacrime che lavano e delle nascite dall'acqua
Che rinnovano la vita.
Capo del Clan delle Sacre Acque,
Tu prendi ogni forma che fluisce,
Tu sei riflesso nella goccia di rugiada,
Tu danzi nel temporale.
Tu plachi la sete dei deserti,
Tu viaggi dalle nuvole al mare,
Solo per fare ritorno ai cieli
Come sacro ministro della natura,
Ci insegni molte lezioni,
Su come scivolare nel flusso,
Senza mai combattere la corrente
Che dirige il moto del nostro crescere.*

*Hai mai ringraziato per le lacrime che spargi, per l'acqua che bevi
o in cui ti bagni? Le proprietà purificatrici dell'acqua ci permettono
di abbracciare il nostro prossimo livello di crescita dal punto di vista
organico ed emozionale.*

IL CAPO DEL CLAN DEL FUOCO

*Tu sei la lava che cola e
Forgia nuovamente la Terra,
Tu sei la saetta che illumina
E squarcia il temporale.
Tu sei la passione che
Accende tutti i cuori,
Insegnandoci a dare forma
Alle nostre visioni e ai desideri.
Fuoco della Creazione colmo di compassione,
Tu preservi l'Eterna Fiamma
Che il Grande Mistero piantò
E che per sempre resterà
Fonte costante di soluzioni
Per le prove della vita terrena,
Insegnando ai pellegrini stanchi
Che l'amore è più forte del conflitto.
Il tuo fuoco illumina il Sacro Sentiero,
Permettendo ai nostri spiriti di vedere
Il fuoco costante della Creazione
E il nostro desiderio infinito... di essere.*

Hai provato a ringraziare per il tepore del sole, per il fuoco nel tuo cuore o per i lampi di ispirazione che ti attraversano? Queste sono alcune delle benedizioni che la creazione offre con calore e passione.

MONTI DEL MATTINO NEBBIOSO

La nebbia si spostava silenziosa attraverso le valli, lasciando le cime dei monti libere di toccare il viso di Padre Cielo. Dal mio punto di vista osservavo il valzer della natura, il vapore delle nubi che scivolando ricopriva le vallate. Qui, nell'altopiano deserto, l'erba dei conigli era ormai matura e formava dei globi di colore giallo acceso che si stagliavano nel manto verde-argento della Terra.

Guardai i crinali azzurrini che si levavano al di sopra delle nuvole. Vidi un paio di corvi che volavano verso la cima del monte. Nell'immobilità di quella mattina d'inverno vidi i due mondi di luce e d'ombra incontrarsi e fondersi.

Mi domandai che cosa potevano vedere gli abitanti della valle in questa mattina brumosa. Avrebbero forse guardato verso il cielo sentendosi delusi per non poterlo vedere affatto? O avrebbero avuto fiducia che, da qualche parte, sulla cima dei monti, le Creature Alate avrebbero continuato a volare, il sole a brillare e la bellezza ad abbondare in ogni parte della natura? Capii che il mio dono, in quel momento, era di potere vedere entrambe le situazioni, onorando ogni punto di vista in quanto parte gloriosa del tutto.

COMUNICAZIONE

Quando parliamo con le nostre Relazioni dobbiamo conoscere molte lingue. Queste differenti forme di comunicazione ci insegnano a usare tutte le nostre percezioni. Con le nostre Relazioni umane possiamo parlare. Possiamo scegliere di cantare o ululare con le Creature, oppure prestare ascolto ai loro canti. Ci viene insegnato a percepire le necessità e lo spirito delle nostre Relazioni Piante. Possiamo utilizzare un linguaggio silenzioso per inviare pensieri o sentimenti ai nostri Antenati nel Mondo dello Spirito; possiamo pronunciare, cantare o danzare i nostri messaggi di rin-

graziamiento al Creatore. Ogni forma di espressione possiede un linguaggio vero e proprio.

Ogni circolo di vita ha il proprio linguaggio. La sola lingua che li raggruppa tutti in linguaggio Seneca è detta Hail-oh-way-an, Lingua dell'Amore. Se ci avviciniamo a una creatura con amore e pace nel cuore, quella creatura se ne accorge e non scappa. Quando sediamo in silenzio, colmi di gioia, possiamo sentire le voci degli Spiriti del Vento che si muovono tra gli alberi. Se ascoltiamo col cuore, gli Spiriti dell'Acqua canteranno per noi, facendoci conoscere il loro messaggio.

Parla con le Relazioni, la Madre del Clan del Primo Ciclo Lunare, ci insegna a comprendere tutte le forme di comunicazione degli esseri viventi del mondo naturale. Quand'è stata l'ultima volta che ti sei soffermato a cercare di percepire se un'altra forma di comunicazione veniva inviata nella tua direzione? Questi utili messaggi potrebbero essere destinati alle nostre orecchie, ma se non diventiamo consapevoli dei segnali unici che la natura ci invia, non riceviamo nessuna informazione né le conseguenti ricompense spirituali.

PRIMA LUNA 16

PARLA CON LE RELAZIONI

Madre della Natura parla con la sua famiglia.

Persona di Pietra,

Fiore Selvatico,

E Lupo sono i suoi amici.

Tessendo i ritmi delle stagioni,

Ella cavalca i Venti del Mutamento,

Apprendo con gioia il suo cuore,

Rifugio contro fame e dolore.

Custode dei bisogni della Terra,

Di relazioni grandi e piccole,

*Madre, io ti vedo nella goccia di rugiada,
Ti ascolto nel grido dell'Aquila.*

Parla con le Relazioni, la Madre del Clan del Primo Ciclo Lunare, ci ricorda che ogni parte della Creazione è un potenziale insegnante che ci mostra in uno specchio ciò che abbiamo bisogno di imparare su noi stessi. Perché l'umanità possa sviluppare il proprio potenziale divino dobbiamo cominciare dall'inizio, dal Sé. Possiamo scoprire lo schema complessivo del Grande Mistero in ogni sfaccettatura del mondo naturale e vedere quegli stessi modelli in noi stessi. L'armonia che desideriamo vedere nel mondo deve cominciare dentro noi stessi. Possiamo entrare in rapporto con i nostri avversari o con le parti di noi stessi che ostacolano la nostra armonia, scoprendo quali aspetti della natura umana sono in conflitto tra loro. Può il lato geloso diventare Fratello del lato generoso? Può la parte insicura diventare Sorella della parte fiduciosa? Può la parte maschile e competitiva sposare la parte femminile e cooperativa? Provaci e scopri da te che cosa significa avere Relazioni felici e pacifiche con le parti di te che sono in contrasto con altre.

PRIMA LUNA 17

LA ROSA DI GERICO

Il vecchio dal volto pieno di rughe era un guaritore del popolo del deserto. Aveva servito bene la Tribù distribuendo sempre generosamente la propria conoscenza. Un giorno fu chiamato ad assistere una donna che lamentava dolori addominali acuti e implacabili. Andò nella sua capanna, recitò le preghiere e operò la guarigione. Il dolore non c'era più. La figlia della donna domandò al Vecchio: "Nonno, cos'era quella palla di piante secche che hai messo sullo stomaco di mia madre?"

Il vecchio guaritore sorrise e spiegò: "Queste piante si chiamano Rose di Gerico. Vengono spazzate dai venti del deserto come piccole sterpaglie, sradicandosi da sole quando l'acqua è troppo

scarsa. Poi rimettono radici ovunque si trovino nel momento di una nuova pioggia. Figlia mia, hai notato come si è aperta la pianta sull'addome di tua madre quando vi ho versato sopra dell'acqua?".

“Oh sì, Nonno, la piccola erba secca è sbocciata per diventare una felce quando l'acqua l'ha toccata. Ho notato che il dolore della mamma è scomparso non appena la pianta si è aperta, arrestando i suoi gemiti”.

“Questo è il miracolo della Rosa di Gerico. Ha assorbito il dolore di tua madre nel momento in cui le sue radici hanno tentato di ricongiungersi con la Terra. Ora restituirò la pianta al deserto, affinché venga purificata dai venti. Quella pianta ha adempiuto la propria missione di guarire gli esseri umani; dobbiamo mostrare la nostra gratitudine restituendo alla Persona Pianta la propria libertà. Come tua madre, la Rosa di Gerico continuerà a vivere, ritornando un altro giorno a servire Tutte le Nostre Relazioni”.

PRIMA LUNA 18

LEGGI IMMUTABILI

Le immutabili leggi della natura si basano su semplici verità:

Solo i più forti sopravvivono, al fine di condurre la propria specie all'adempimento di specifiche missioni.

Ogni singolo schema dell'universo si può trovare replicato in natura.

Dal più piccolo microrganismo alla più grande forma di vita, nulla è statico; tutto è in continua evoluzione.

Il mondo naturale contiene gli elementi aria, terra, acqua, fuoco e spirito.

Osservando queste verità, quali leggi naturali possiamo trovare

riflesse in noi stessi?

Potremmo scoprire forse che ci viene chiesto di evolverci assieme al mondo naturale, anziché pretendere di essergli superiori?

Pur con la nostra limitata capacità di comprendere l'operato della natura, siamo in grado di scoprire le verità che abbiamo davanti?

È forse ora di prestare più attenzione a queste cose?

PRIMA LUNA 19

ELEMENTI DELLA TERRA

Viviamo nell'aria ma, non vedendola, dimentichiamo di ringraziare per il respiro che ci dà la vita.

I nostri corpi sono fatti degli stessi elementi della Terra, ma pochi riconoscono l'energia essenziale di Madre Terra, che alimenta la nostra forza fisica.

L'acqua miscela i nostri sogni e le nostre sensazioni in quel sacro impulso creativo che chiamiamo volontà, ma pochi hanno imparato a gestire il libero arbitrio o il flusso della Creazione.

I nostri cuori contengono fuoco, l'Eterna Fiamma dell'Amore, ma pochi hanno imparato a usare la sua luce per illuminare il proprio sentiero.

Questi elementi ci danno la possibilità di toccare la nostra natura umana primitiva e il potenziale del nostro spirito e di vederli entrambi come sacri.

Queste sono le domande che sorgono: Come abbiamo potuto allontanarci tanto dalla saggezza originaria di Madre Terra e del Grande Mistero? Era una verità troppo semplice per noi? O forse il nostro criterio intellettuale ci ha instillato un sentimento di sdegno nei confronti delle esperienze terrene, tanto poco desiderabili rispetto ai concetti dello spirito? Quando carne, mente, spirito e volontà si incontrano in forma umana, ciò che ne risulta è il meglio della Creazione Divina!

FALSA PROPRIETÀ

Madre Terra appartiene a se stessa e da sempre reclama ogni parte del proprio suolo. Il falso senso di proprietà è stato difeso da innumerevoli civiltà che, per raggiungere il possesso di verdi vallate o di grandi savane dai confini arbitrari, hanno combattuto uccidendo altri esseri umani. Madre Terra è un organismo vivente e non può essere posseduta da nessuno.

Le ere glaciali non sono bastate a cancellare gli antichi resti di centinaia di popolazioni scomparse. L'era glaciale tornerà quando la Ruota della Vita girerà. Potrà non essere prima di altri mille anni, ma tornerà. Non è forse sciocco che gli esseri umani sprechino forza vitale e risorse preziose nel tentativo di proclamare diritti di proprietà, piuttosto che tentare di risanare le separazioni create dall'avidità e dalla paura?

Parla con le Relazioni, la Madre del Clan del Primo Ciclo Lunare, ci ricorda che la famiglia del genere umano potrebbe staccarsi dal senso di falsa proprietà semplicemente impegnandosi:

*Madre Terra, possa io esserti grato
Per l'abbondanza che offri gratuitamente,
Impegnandomi a essere un suo custode,
Rispettando tutto ciò che vive.*

*Grande Mistero, ascolta il mio solenne verdetto
E continua a guidarmi,
Affinché io possa onorare mia Madre
Col cuore colmo di gratitudine.*

FANTASTICHERIA DI CONSAPEVOLEZZA

Ariete di Montagna continuava a picchiare la testa contro l'albero, rischiando di far cadere il nido che conteneva la famiglia di Uc-

cello Blu. Uccello Blu, disturbato, cinguettò furioso ad Ariete di Montagna. Ariete guardò in alto con occhi appannati, cercando di mettere a fuoco l'esserino urlante. Si vergognò. Riacquistata la propria lucidità, Ariete spiegò che, in preda alla collera, si era sfogato picchiando la testa contro l'albero.

Quando ebbe udito la triste storia di Ariete, Uccello Blu divenne gentile con il fratello Quadrupede. Gli disse che il linguaggio della rabbia si scaglia sempre sull'ignaro, facendo di altri esseri un bersaglio innocente.

Uccello Blu, il Custode della Felicità, spiegò che Ariete aveva dimenticato i motivi per cui doveva essere felice. Aveva lasciato che la collera causata dall'intrusione nel suo territorio da parte del maschio dominante del branco uccidesse il suo senso dell'avventura. Anziché esplorare le opportunità offerte dal nuovo territorio, aveva usato la collera insorta per fare del male a se stesso e per minacciare l'incolumità altrui. Ariete ritrovò la felicità ricordando la propria Medicina personale: zampa ferma per superare le insidie dei nuovi sentieri. Questa nuova consapevolezza gli fece apprezzare le sfide che si presentavano a ogni svolta del cammino della vita.

È forse ora che tu cerchi di scoprire quali cose ti rendono felice? Se sei in grado di notare che cosa ti rende infelice, puoi scoprire che ogni momento di infelicità ti offre anche l'opportunità di creare un nuovo sentiero per buttarti in una nuova avventura.

PRIMA LUNA 22

INTIMITÀ CON IL MONDO NATURALE

La Razza Rossa vive da sempre in intimità con il mondo naturale. Chi ancora vive in intimo rapporto con la natura è in grado di assaporare il vento e di individuare le migrazioni delle creature. Questi esseri umani notano i più sottili mutamenti d'atmosfera, proprio come una donna sensibile risponde alle carezze del suo amante. Non esiste separazione tra i movimenti del mondo natu-

rale e le percezioni di un individuo che ha raggiunto tale intima comprensione dell'Unità.

Se impariamo a fidarci dei nostri sensi e a rispondere ai messaggi che penetrano quietamente nella nostra coscienza, possiamo percepire innumerevoli sottili indicazioni di cambiamento. Questo tipo di intimità è una dote di grande valore, che si apprende dopo tanti tentativi ed errori. Quando sappiamo rispondere da soli alle nostre domande, imparando a fidarci dei nostri sensi, i linguaggi silenziosi del sapere interiore si risvegliano. Questa dote può essere applicata a tutti gli aspetti della vita. La chiave per raggiungere tale tipo di consapevolezza interiore è l'intimità. Quando, perfettamente immobili e silenziosi, ci colleghiamo intimamente con le reazioni e le risposte che si avvicinano all'interno del nostro corpo, nuovi mondi si aprono a noi. È forse giunto il momento di fidarti di ciò che ti dicono le tue percezioni?

PRIMA LUNA 23

IL LINGUAGGIO DELLA CURIOSITÀ

*La curiosità è un linguaggio
Dai molti scopi,
Che apre la mente umana
E spinge l'anima alla ricerca.*

*L'arte della rivelazione,
L'avventura della scoperta,
L'allusione inattesa,
Il richiamo della vittoria.*

*Quando si stancherà il ricercatore
Di esplorare l'ignoto?
Forse quando perdiamo il desiderio
Di imparare ciò che ci viene rivelato?*

*La curiosità ha lo scopo
Di far scoprire un tesoro.
La ricchezza della saggezza è svelata,
Ornamento dell'anima.*

È forse giunto il momento di riscoprire l'eccitazione e la curiosità di conoscere ciò che il mondo ha da offrirti?

PRIMA LUNA 24

LA COPERTA DELLA TERRA

La Tribù di tutte le cose verdi che crescono ci parla in molti modi. Il Popolo delle Piante e il Popolo in Piedi (gli alberi) sono ottimi modelli per le loro Relazioni umane. È grazie a questa Tribù verde in continua crescita che noi possiamo apprendere le lezioni del dare e del ricevere equilibrati, della generosità, dell'interdipendenza e della fierezza. La Tribù del Regno Vegetale è chiamata Coperta della Terra. Essa non solo ammanta Madre Terra, ma offre rifugio e dimora a tutte le altre forme di vita. La Coperta della Terra ricicla l'aria che respiriamo e l'acqua che beviamo. Senza di essa non potremmo sopravvivere.

La maggior parte delle cure naturali per le malattie dell'uomo si possono trovare nei boschi e nelle foreste pluviali del nostro pianeta. Sarebbe un vero peccato che la razza umana si estinguesse per malattie divenute incurabili a causa della distruzione delle foreste. In Brasile, ogni giorno vengono distrutti seicento acri di foresta per la sola fabbricazione di bastoncini di legno usa-e-getta. Le nostre Relazioni delle Piante possiedono molte importanti informazioni sulla sopravvivenza del nostro pianeta; possiamo davvero permetterci di essere tanto ignoranti e spreconi?

Abbatte un albero vivo senza il permesso della Persona in Piedi significa distruggere un essere vivente. Provate a chiedervi come vi sentireste se fosse vostro figlio a essere abbattuto. Comprenderete

allora il dolore del Regno Vegetale e l'orrore che attanaglia il cuore di coloro che sanno udire le loro grida disperate.

PRIMA LUNA 25

SACRO SPAZIO

Le creature della foresta parlavano tra loro e conversavano con le piante quando un vecchio e una bambina s'incamminarono lungo il sentiero che portava al grande prato. Tutti poterono notare che i due avevano un atteggiamento riverente mentre attraversavano le piccole valli collegate dalle piste percorse dall'alce. Il loro comportamento pacifico e rispettoso rese le Relazioni della foresta felici e contente che questi umani comprendessero e onorassero i Sacri Spazi delle altre forme di vita.

Quando i due arrivarono al prato alpestre, la bambina domandò al Nonno se il proprio comportamento nei confronti dello Spazio Sacro delle altre Relazioni fosse stato corretto. Il Nonno sorrise e annuì soddisfatto. La bimba domandò poi dove vivesse il Sacro Spazio. Cercando di cacciare indietro le lacrime di tenerezza che gli colmarono gli occhi, il Nonno parlò.

“Piccola mia, il Sacro Spazio di ogni essere vive a metà strada tra il respiro inalato e il respiro esalato. Non è sempre possibile vedere i suoi confini esteriori, ma il centro della sua dimora si trova nello spazio tra due battiti di cuore”.

PRIMA LUNA 26

LA VISIONE D'INSIEME

Gli amici pennuti, che gli Antenati chiamavano Esseri Alati, insegnano molte lezioni al genere umano. Gli uccelli, che deliziano il nostro cuore e le nostre orecchie con canti melodiosi, hanno tutti un grande messaggio per la razza umana. Ci insegnano ad abbandonare la nostra visione ristretta e a guardare le nostre vite

da una prospettiva che ci offre una visione d'insieme.

Quando veniamo sopraffatti dalla preoccupazione per i dettagli, se ci atteniamo alla visione equilibrata possiamo trovare una soluzione. L'immaginazione umana ci permette di far finta di volare al di sopra della nostra situazione attuale. Da questo punto di vista privilegiato lo schema globale della vita assume un nuovo significato. Gli Esseri Alati sono nostri Alleati in questo processo di scioglimento dei nodi. Proprio come gli uccelli intrecciano rametti e fili d'erba per fare i loro nidi, così noi a volte ci perdiamo completamente nella costruzione dei nostri nidi e dimentichiamo il punto da cui eravamo partiti e quello a cui miravamo. Lo sbrogliamento della matassa che abbiamo creato concentrandoci troppo su noi stessi può essere conseguito osservando la situazione in modo globale, come se guardassimo dall'alto del cielo. Vola alto e guarda bene il vero perimetro della tua creazione!

Parla con le Relazioni, la Madre del Clan del Primo Ciclo Lunare, ci chiede di fare una pausa e di immaginare la visione d'insieme. Notando l'orizzonte, i disegni complessivi e i numerosi sentieri che percorrono il paesaggio nelle varie direzioni ci sarà possibile portare l'ordine nel caos.

PRIMA LUNA 27

ASCOLTARE PER IMPARARE

Nella foresta venne indetta una riunione generale. Le Creature stavano cercando di risolvere i problemi causati dalle ultime migrazioni dei loro vicini, che parevano pesare sulle scorte alimentari. Le Grandi Montagne di Ghiaccio avevano costretto le Relazioni del nord a fuggire dal gelo dei ghiacciai per rifugiarsi nei territori dei residenti della foresta che, a questo punto, erano preoccupati.

Mentre Gazza cinguettava delle sue recenti esperienze, le altre creature ascoltavano. Quindi Coniglio aggiunse il suo punto di vista, lamentandosi del fatto di dovere chiedere ai nuovi venuti

di rispettare i bisogni delle creature che da sempre vivevano nella foresta. Tamia saltò su e ricordò che dovevano cercare di trovare soluzioni per risolvere il problema del nutrimento collettivo. Volpe e Lupo convenirono, ciascuno aggiungendo una soluzione, mentre Scoiattolo raccoglieva tutte le informazioni.

Ghiandaia Blu notò che Orsa non aveva detto nulla. Infine le domandò per quale motivo fosse tanto silenziosa e Orsa replicò: “Ascolto e imparo. Non ho bisogno di parlare. *So già quello che so*”.

PRIMA LUNA 28

RIFLESSI DELLA NAZIONE DEL CIELO

Gli Esseri del Tuono erano indaffarati a partorire nuove nuvole e a mandarle a danzare nell'azzurro parco del cielo. Nonno Sole forniva i suoi raggi scintillanti che fungevano da corde equestri per le bianche e spumeggianti nuvole appena nate.

Una delle piccole nuvole più curiose si lasciò trasportare dai venti. Aveva deciso che voleva incontrare Montagna Sacra. “Nonna Montagna, sono venuta a domandarti se le tue foreste oggi hanno bisogno di pioggia”, disse. “Voglio rendermi utile, perciò ho pensato di cercare di scoprire che cosa è necessario fare”.

Montagna Sacra disse alla piccola nuvola che quel giorno l'umidità era più che sufficiente, ma che avrebbe potuto rendersi utile in altri modi. Montagna Sacra insegnò alla piccola nuvola come comprendere i pensieri e gli interrogativi degli esseri umani. Era divertente per la piccola nuvola catturare le onde dei pensieri umani che salivano dalla Terra e rispondere alle tacite domande degli uomini disegnando forme che si disponevano formando sequenze di concetti. Le risposte stavano nel collegamento di tali concetti.

Sul finire del giorno, la piccola nuvola pose a Montagna Sacra un'altra domanda che la assillava: “Nonna Montagna, ho lavorato tutto il giorno per fornire risposte utili alla Tribù degli Uomini, ma ora ho una domanda molto importante. Come possiamo catturare la loro attenzione e farli guardare in alto?”.

