

Maria Capaldi

# OLTRE I LIMITI DEL CORPO

Il sogno del Nagual e il corpo energetico  
nell'esperienza di Carlos Castaneda



EDIZIONI  
IL PUNTO  
D'INCONTRO

Maria Capaldi

# Oltre i limiti del corpo

*Il sogno del nagual e il corpo energetico  
nell'esperienza di Carlos Castaneda*



 EDIZIONI  
ILPUNTO  
D'INCONTRO

## Introduzione

Gli undici volumi dell'opera di Carlos Castaneda narrano del suo sodalizio con don Juan Matus, uno sciamano originario del Messico, durato per tredici anni. Il suo lavoro di ricerca sul campo sulle proprietà di alcune piante psicotrope, era iniziato con un approccio di tipo antropologico, ma nel corso del tempo si è poi trasformato in una vera e propria iniziazione allo sciamanesimo. Un'iniziazione che egli non aveva affatto cercato e che nei primi tempi non riesce né a comprendere né ad accettare. L'assunzione delle erbe che gli vengono somministrate dallo sciamano lo portano a sperimentare altri tipi di realtà; queste *realtà non ordinarie* lo coinvolgono al punto da ritornare costantemente dallo sciamano. Non perché fosse diventato dipendente da quel tipo di piante, ma perché il suo modo di vita aveva subito un tremendo impatto a causa dell'interazione con lo sciamano. Egli non riusciva più a relazionarsi con il mondo alla stessa maniera in cui lo faceva prima, sentiva di non essere più la stessa persona; si sentiva cambiato, così sentiva cambiato il mondo che lo circondava.

L'incontro con don Juan lo aveva introdotto in una realtà a lui sconosciuta e questo aveva creato un'interruzione nella sua continuità percettiva, che non gli aveva più permesso di lasciare il mondo degli sciamani. Questa interruzione "consisteva nell'introdurre un elemento dissonante nel tessuto del comportamento quotidiano allo scopo di arrestare il flusso degli accadimenti ordinari, di solito uniforme, (...) L'elemento dissonante era chiamato *non-fare*, o l'opposto di fare. *Fare* era tutto ciò che faceva parte di un tutto di

cui noi avevamo un resoconto conoscitivo. *Non-fare* era un elemento che non faceva parte di quel tutto già studiato.”<sup>1</sup> Quando accade qualcosa che esula dall’inventario che conosciamo, l’idea che abbiamo di noi stessi viene fortemente scossa operando un’apertura nel nostro sistema percettivo che ne risulta fortemente alterato. “Una delle idee portanti del riflesso di sè è la certezza della nostra immutabilità. Noi possiamo accettare che si possa modificare il nostro comportamento, (...) le nostre reazioni, le nostre opinioni, ma l’idea che noi siamo malleabili fino al punto da cambiare aspetto, fino al punto da essere qualcun altro, non fa parte dell’ordine fondamentale del nostro riflesso di sè.”<sup>2</sup> Secondo don Juan, infrangere il riflesso di sè è l’unico modo che l’uomo ha a disposizione per allargare il confine di quello che è possibile percepire e allargare tale confine, vuol dire riuscire a percepire direttamente l’energia così com’è. Il mondo degli sciamani è fondato sul presupposto che tutto ciò che esiste nell’universo è energia, la forma esteriore di tale energia può essere manipolata e il corpo umano non fa eccezioni a questa regola. Uno sciamano che ha incrementato il proprio livello di energia, se lo desidera, può modificare la propria struttura energetica e sperimentare nuovi livelli di consapevolezza. La vicinanza di don Juan permetteva a Castaneda di sperimentare uno stato particolare che egli definisce *consapevolezza intensa* : in tale stato egli aveva accesso a una consapevolezza più nitida del mondo che lo circondava. Ciò accadeva perché don Juan era un *Nagual*, cioè un uomo di conoscenza che aveva il proprio *doppio* vicino al corpo fisico e tale era anche Castaneda. Don Juan lo aveva preso come suo apprendista proprio a causa di quella sua particolare conformazione energetica, poiché esiste una *Regola* che obbliga un *Nagual* a trovarne un altro che continui il suo lignaggio, il cui inizio si perde nella notte dei tempi. Il termine ‘lignaggio’ viene qui usato impropriamente al posto di *clan*, per definire una parentela di tipo mitico-spirituale, mentre il lignaggio è formato da “un gruppo di persone discendenti da uno stesso antenato il cui vincolo di discendenza è genealogicamente dimostrabile e non presupposto miticamente.”<sup>3</sup> Il lignaggio a cui don Juan fa riferimento è antico di almeno diecimila anni e ogni generazione di tale lignaggio ha avuto il suo proprio *Nagual* il quale, grazie alla maggiore

quantità di energia di cui dispone, si prende cura di un gruppo di sedici *guerrieri* noto come il *seguito del Nagual*.

La maggior parte dei concetti espressi nell'opera di Castaneda, tra cui quelli ai quali si è appena accennato, sfuggono al tentativo di dare loro una chiara definizione. Il motivo di tale difficoltà risiede nel fatto che la maggior parte dei termini usati viene usata in senso metaforico. Inoltre, l'opera è totalmente impregnata da un continuo rinvio a qualcos'altro che non viene mai completamente definito e, anche laddove questo accade, si ha sempre la sensazione che c'è qualcosa che non è stato detto. Gli stessi termini che vengono usati, sempre in senso metaforico, non riescono a definire la natura di ciò che si vorrebbe spiegare e il continuo ritorno su tali spiegazioni, talora anche contraddittorie fra di loro, non fanno che aumentare quel senso di incompiutezza che il lettore avverte. Ma se ciò accade non è certo a causa dell'incapacità di chi scrive, che anzi, riesce a comunicare tra le righe molto più delle parole effettivamente scritte con uno stile non comune. L'impossibilità di un'espressione chiaramente definita viene dal fatto che egli è costretto a usare un tipo di linguaggio fortemente rigido in cui la verbalizzazione della parola assume un determinato significato che non può essere assolutamente modificato, pena la non comprensione fra gli interlocutori. Ma Carlos Castaneda per comunicare con i lettori che fanno uso di tale sintassi è costretto a modificare l'uso di un significante già insito nelle parole di cui egli si serve; continua a usare le parole del linguaggio quotidiano ma il loro significato non è quello comune. In altri termini, egli è costretto a usare un linguaggio umano che non è in grado di spiegare la natura di un mondo, quello degli sciamani, che non ha nulla di umano. Quando Castaneda dice, per esempio, che l'universo è formato unicamente da consapevolezze di tipo predatorio, non vuole semplicisticamente dire che 'il pesce grande mangia quello piccolo', perché nel 'mare oscuro della consapevolezza' quello che realmente conta è la *disciplina impeccabile* con cui il guerriero affronta la propria morte. La *disciplina* del guerriero non ha nulla a che vedere con la disciplina comunemente intesa, ma si tratta piuttosto di una sorta di timore che egli percepisce di fronte alla grandezza dell'universo. La sintassi da lui usata rispecchia quella degli

sciamani e in realtà un linguaggio che sia in grado di spiegare questo mondo non esiste nel mondo della vita quotidiana. L'unica possibilità che egli ha per farlo, è usare il linguaggio comune, anche se quest'ultimo comporta delle definizioni sempre parziali, in continuo rimando a qualcosa d'altro e alla contraddizione di alcuni concetti tra di loro. Ma tale contraddizione riguarda soltanto la nostra mente lineare e anche questa caratteristica della mente non ha molto a che vedere con il mondo degli sciamani. Esiste inoltre, un rimando a cose che non vengono mai espresse e, se espresse, mai formalmente spiegate. Da ciò si evince che il mondo degli sciamani dell'antico Messico più che essere spiegato è soltanto vagamente evocato. I libri, le interviste, i seminari, la Tensegrità e tutto ciò che pensiamo di conoscere, sono soltanto una 'sfaccettatura dell'infinito' e come tale bisogna prenderlo, senza illudersi di essere diventati esperti di una conoscenza che è stata appena accennata. Un esempio di tale stato di cose può venire dallo stesso don Juan: dai libri sappiamo che egli è nato in Arizona ma che è vissuto con gli *indios Yaqui* nel Messico del Nord e che quando Castaneda lo incontra egli vive in un baracca nel deserto di Sonora. Questo però era sostenibile fino all'ultimo libro, *Il lato attivo dell'infinito*, in cui si spiega che don Juan era andato a vivere in quella capanna solo e unicamente per adeguare il suo modo di vivere alla 'miserevole condizione energetica' del suo apprendista. Lo stesso Castaneda era rimasto sconvolto da una simile affermazione. Sembra che don Juan fosse un esperto uomo d'affari che si recava spesso a Los Angeles e che parlava correttamente l'inglese. Non è detto che egli fosse realmente o solamente questo, un guerriero infatti è anche un attore eccezionale e può impersonare qualsiasi ruolo voglia in quello che gli sciamani definiscono il 'Teatro dell'Infinito'. Infiniti personaggi, che egli interpreta per sperimentare i molteplici livelli di consapevolezza che sono alla portata dell'essere umano e per acquistare la fluidità necessaria a non restare intrappolato in un unico aspetto della realtà. Don Juan Matus era tale soltanto per Castaneda.

Come prevede la *Regola il vecchio Nagual* - don Juan - aveva trovato a Castaneda una donna *Nagual* - Carol Tiggs - e un suo seguito, tale seguito si rivelò inadatto a causa di una particolare conformazione energetica del *nuovo Nagual* -Castaneda - e fu ne-

cessario trovare altre persone che si adattassero a lui: Taisha Abelar - una *cacciatrice* - e Florinda Donner Graü - una *sognatrice*. Queste tre donne vennero istruite direttamente da don Juan e dal suo seguito. Ma quello che Castaneda chiamava il *Nagual* don Juan Matus, per Carol Tiggs era Melchior Yaoquizque, per Taisha Abelar era John Michael Abelar e per Florinda Donner Graü era Mariano Aureliano. Inoltre, questa realtà non riguardava solo don Juan perchè, per esempio, Florinda si riferiva al nuovo *Nagual* Carlos Castaneda chiamandolo Isidoro Baltazar. Il mondo degli sciamani è talmente fluido che tutto cambia continuamente e con esso cambiano i ruoli e i nomi di chi li interpreta. Incarnare un aspetto dell'infinito che si riflette in una particolare personalità umana è uno dei compiti richiesti a un guerriero per mettere alla prova la sua capacità di liberarsi della rigidità insita in un solo modo di essere. A forza di interpretare nuovi ruoli l'*attore* si rende conto che quello definitivo non esiste, che uno vale l'altro e che egli può scegliere quale di essi essere. Per fare questo un guerriero ha bisogno di aver fatto *tabula rasa* di quella che era la sua iniziale personalità, egli dev'essere totalmente *vuoto*, un *vuoto* in cui si possa rispecchiare l'infinito nelle sue molteplici forme.

Da quanto detto finora, emerge la difficoltà di parlare di C. Castaneda e della sua opera sviluppata in maniera davvero singolare: egli descrive di volta in volta il nuovo stato di consapevolezza raggiunto, dando una nuova e più ampia versione delle cose descritte nei libri precedenti. Nel primo libro tenta una sistematizzazione dei concetti e degli effetti elaborati nella sua ricerca sulle erbe e uno studio dei termini locali per definire la conoscenza e gli uomini di conoscenza. Questo approccio viene subito abbandonato, già a partire dal secondo libro, a favore di una minuta descrizione della realtà che lui stesso andava sperimentando a contatto con il mondo della conoscenza. Nei testi successivi si attiene infatti, unicamente al racconto del suo suggestivo apprendistato sciamanico che ha catturato l'attenzione di milioni di lettori. Il motivo di tale successo forse è da ricercarsi proprio in quella sua capacità di comunicare oltre la sintassi.

Parlare di Castaneda e del contenuto dei suoi libri è difficile ma non impossibile, basta tenere conto del limite che questo compor-

ta e questo è quanto si è cercato di fare in questa ricerca. L'elaborazione del libro parte da un'analisi dei testi, che non implica nessuna volontà di giudizio, per giungere a una ricerca sul campo durata due anni e mezzo.

Questa analisi non pretende di esaurire la presentazione di tutta l'opera di Castaneda, abbiamo dato maggiore attenzione alla spiegazione teorica fornita da don Juan piuttosto che alla reale esperienza dell'apprendista, che seppure interessante, sarebbe stata oltremodo lunga e di difficile esposizione. Inoltre, della conoscenza sciamanica illustrata, abbiamo cercato di mettere in evidenza quelle parti che maggiormente riguardano il limite del corpo umano, che è il tema attorno al quale ruota la ricerca, senza tuttavia tralasciare i punti fondamentali per la comprensione del tutto.

È un tentativo di comprensione di che cosa è veramente interno e di cosa è esterno al corpo umano, per capire meglio come l'esterno agisca sull'interno e viceversa. Per Castaneda l'uno non può esistere senza l'altro perché ciò che normalmente percepiamo come esterno è il risultato di qualcosa che dipende esclusivamente dalla nostra interpretazione personale, interna al nostro essere. Tuttavia la nostra percezione viene stabilita a partire da qualcosa che è esterno al corpo fisico.

La prima parte di questo lavoro è composta da otto capitoli che riguardano la parte teorica ottenuta dallo studio meticoloso di ogni singolo testo, con un'attenzione costante all'uso dei vocaboli nei maggiori temi affrontati dall'autore in merito al dualismo corpo-doppio. Per quanto riguarda la terminologia esiste un continuo rimando ad altri termini per spiegare metaforicamente dei concetti altrimenti inesplicabili e, al fine di ottenere una visione più ampia di un singola definizione, è auspicabile far riferimento ad ognuna di esse ogni qualvolta ne incontriamo una. Per esempio, per definire l'*intento* si possono usare svariate definizioni come lo spirito, il *doppio*, il *nagual*, la Seconda Attenzione, l'infinito, l'ignoto, il corpo energetico, il *Sè* energetico, il corpo luminoso, il *mare oscuro della consapevolezza*, il *lato attivo dell'infinito*, etc.

La seconda parte è il resoconto dell'osservazione partecipante nelle palestre in cui si pratica la Tensegrità di C. Castaneda. Le notizie riportate sono il frutto della raccolta di informazioni e

materiali come interviste, articoli, resoconti di seminari, notizie raccolte da vari siti internet, etc. Della visione dei video, della pratica dei passi magici e dell'approfondimento di alcune tematiche degli stessi testi.

La terza parte è rappresentata da un'appendice con alcuni schemi dei principali argomenti liberamente tratti dai libri.

Nel primo capitolo - *L'incontro* - abbiamo messo l'accento sulla diversità dei due interlocutori e sul loro diverso modo di relazionarsi con il mondo circostante. Questa diversità di cognizione o di sintassi a cui fanno riferimento, il mondo della vita quotidiana per Castaneda e quello sciamanico per don Juan, portano a una serie di incomprensioni specialmente per colui che non sapeva ancora di essere diventato un apprendista. Tenendo conto anche della loro diversa provenienza culturale, abbiamo messo in risalto le inevitabili problematiche insite nell'incontro con l'*altro*. Abbiamo accennato anche alla polemica suscitata dalle opere di Castaneda per prenderne subito le distanze: il nostro unico interesse è rivolto allo studio dei testi e del loro contenuto per quanto concerne lo specifico argomento del lavoro di ricerca che riguarda il corpo. A questo proposito, secondo Castaneda non esistono dicotomie fra il corpo e la mente poiché la mente fa parte del corpo; l'unica dicotomia che viene riconosciuta è quella tra il corpo fisico e il suo *doppio* o *corpo energetico*.

Il secondo capitolo - *La conoscenza e l'uomo di conoscenza* - inizia con un'analisi dei termini usati per designare questi concetti operando, con il Castaneda degli ultimi libri, per l'uso del termine 'sciamano'. Insieme alla spiegazione della terminologia abbiamo anche rilevato le varie fasi dell'apprendistato sciamanico definendo di volta in volta le caratteristiche peculiari a quel particolare stadio della conoscenza. Secondo don Juan la comprensione di questi livelli di conoscenza dipende unicamente dalla quantità di energia che un uomo possiede, maggiore è la sua energia più ampia sarà la sua consapevolezza. Gli sciamani partono dal presupposto che il nostro livello di energia può essere incrementato e si adoperano per raggiungere questo scopo usando vari accorgimenti, primo fra tutti l'interruzione delle abitudini. Riuscire a cambiare l'uso che facciamo degli elementi del nostro inventario ci permette di accu-

mulare energia, quell'energia in più è ciò che permette agli sciamani di allargare il loro campo di percezione. L'attenzione che l'apprendista pone incessantemente per non soccombere alle proprie abitudini può essere definito come un continuo stato di allerta in cui egli è sempre in guerra con qualcosa. È per questo che, a uno stadio successivo, egli potrà essere definito un *guerriero*.

All'apprendista viene concessa la possibilità di diventare un guerriero e questo può essere realizzato attraverso la cancellazione della storia personale, al fine di ottenere una particolare fluidità e con il *sognare*, che per gli sciamani vuol dire sperimentare nuovi livelli di consapevolezza attraverso l'uso cosciente del proprio *doppio*.

Secondo Castaneda la nostra percezione del mondo è fortemente limitata a causa della costante interpretazione che la nostra mente fa di tutto quello che percepiamo, ma un aumento di energia può permettere al guerriero di interrompere tale interpretazione. In questo modo egli riesce a interrompere il dialogo interno dei suoi pensieri e raggiungere il *silenzio interiore*, sperimentando quello che gli sciamani definiscono *vedere*, cioè 'percepire l'energia così come fluisce nell'universo'. A questo punto il guerriero è diventato un *veggente* ed è in grado di connettersi con la *conoscenza silenziosa* in cui egli può sperimentare la conoscenza senza il dubbio.

Nel terzo capitolo dedicato a *La morte* abbiamo voluto porre l'attenzione su un argomento di cui, insieme alla malattia, nella cultura occidentale, si preferisce non parlare e che invece è di estrema importanza perché riguarda gran parte del nostro vissuto quotidiano, specialmente quello di tipo emotivo. A proposito della morte Castaneda mette in risalto la possibilità che il guerriero ha di porsi di fronte a essa per trarne vantaggio. La morte può essere usata come un mezzo che aiuti il guerriero a rendersi conto della propria finitezza e della propria precarietà. Il giusto modo di affrontare la morte, secondo don Juan, è quello di non dimenticare mai la sua esistenza e il fatto che essa è costantemente in agguato per ghermirci. Quando il guerriero impara a 'usare la morte come consigliera' in tutto quello che fa, la sua vita sarà un concentrato di azioni compiute come se si trattasse del 'suo ultimo atto sulla terra' e questo riempirà la sua vita di una tale intensità che, se paragonata a quella dell'uomo comune, risulterà essere estremamente più

lunga e interessante. Lo sciamano d'altronde, ha un diverso rapporto con la morte poiché egli si è adoperato per tutta la vita a mantenere una ferrea disciplina che gli permetterà di accedere a una morte alternativa: morire per gli sciamani implica accedere a uno stato noto come 'bruciare dal profondo'.

Con il quarto capitolo iniziamo ad addentrarci nell'ambito delle metafore vere e proprie. In questo capitolo, *La Regola dell'Aquila*, ci siamo avvalsi di lunghe citazioni dal libro *Il dono dell'Aquila* per conservare la terminologia più adeguata alla spiegazione di tale *Regola*. L'*Aquila* 'è la fonte di tutto', essa distribuisce la vita e la morte attraverso la *forza rotante* a tutti gli esseri che esistono nell'universo. Secondo la cognizione degli sciamani, al momento della nascita l'uomo viene fornito di un certo quantitativo di energia che egli aumenta attraverso le sue esperienze di vita e che restituisce all'*Aquila* quando muore. Ma la *Regola* dice che l'*Aquila* ha concesso all'uomo una possibilità per ovviare a questo stato di cose: a tale scopo, ha creato un uomo e una donna *nagual* con un seguito di guerrieri ai quali aveva spiegato la *Regola* e aveva imposto loro di dimenticare tutto. Li aveva poi mandati sulla terra con il compito di ricordare, di trovare altri due *nagual* maschio e femmina con un nuovo seguito e con lo stesso compito. La possibilità di salvezza concessa a questo gruppo di guerrieri garantiva loro di conservare la forza vitale al momento della morte. In questa prospettiva, ogni azione compiuta dal *Nagual* può trovare spiegazione nel mito dell'*Aquila* e inserirsi in questo contesto diventando parte del mito stesso. Questo vale anche per quanto riguarda l'apprendistato di Castaneda, il fatto che egli sia stato scelto e istruito dipende dal fatto che egli aveva quella particolare caratteristica energetica che poteva farlo diventare un *Nagual* e, obbedendo ai dettami del mito dell'*Aquila*, don Juan fa di lui un vero *Nagual*, un uomo cioè 'a cui è stata rivelata la *Regola* e che l'abbia capita e accettata senza riserve'.

Nel quinto capitolo abbiamo tentato di descrivere *Le emanazioni dell'Aquila e la consapevolezza*. L'*Aquila* e le sue *emanazioni* si collocano al di fuori dell'inventario conosciuto dall'uomo; per poterne parlare non possiamo fare a meno di usare delle metafore. Secondo don Juan, dall'*Aquila* parte una miriade di emanazioni che s'irradiano in tutte le direzioni senza mai incrociarsi e percorrono l'in-

tero universo. Tali emanazioni sono dei ‘campi di energia che assomigliano a fili di luminosità’ quando vengono *viste* dai veggenti. Esse sono riunite in ‘grandi fasce di emanazioni’ e tutti gli esseri viventi ricevono la loro consapevolezza attraverso questi filamenti luminosi. Per gli sciamani ‘consapevolezza’ vuol dire vita. Ogni campo energetico è chiuso e non permette l’accesso ad altre emanazioni, questo fa degli esseri che vivono al loro interno dei prigionieri di quel determinato ‘solco’. Questa è la condizione comune a tutti gli uomini, tranne gli sciamani, i quali sono padroni della *Ruota del Tempo*, attraverso la quale riescono a spostarsi da un ‘solco’ all’altro; passare dall’uno all’altro ‘solco’ implica anche spostarsi attraverso il tempo, perché le emanazioni dell’Aquila ‘sono fatte di tempo’. Il fatto che esse mutino molto velocemente, dissolvendosi e ricostruendosi continuamente e che il mondo è in continuo divenire, è qualcosa che l’uomo comune fa fatica ad accettare, abituato com’è a credere che il mondo sia sempre uguale a se stesso.

Le emanazioni producono ‘bolle di consapevolezza’ al cui interno si sviluppa la vita e che i veggenti riconoscono dalla loro particolare colorazione. Tutte le forme di vita che si sviluppano all’interno di una fascia di emanazioni, anche se estremamente diverse l’una dall’altra, condividono alcune caratteristiche. Gli esseri umani che si sviluppano su un solo filamento vengono chiamati esseri ciclici; essi possono condividere gran parte delle loro esperienze di vita ed essere complementari l’uno all’altro senza neanche conoscersi personalmente. Sembra che tutti coloro che praticano la Tensegrità di C. Castaneda siano degli esseri ciclici.

Secondo i veggenti, sulla terra esistono ben sette grandi fasce di emanazioni che producono consapevolezza inorganica e una soltanto che produce bolle di consapevolezza organica. Quello che gli sciamani chiamano *il mondo degli esseri inorganici* è un mondo che esiste contemporaneamente al nostro, è il nostro mondo gemello e complementare, ma noi non riusciamo a vederlo proprio perché siamo separati dalle emanazioni e attraversare le ‘linee parallele’ per entrare in un altro ‘solco’ non è alla nostra portata energetica. D’altronde, secondo i veggenti, tutto ciò che è nell’universo, stelle e buchi neri compresi, producono consapevolezza ma noi non riusciamo a cogliere nulla della grandiosità di quello che ci circonda,

così come non conosciamo nulla neppure dell'immensità che è racchiusa in noi stessi.

Il sesto capitolo riguarda il *Punto di assemblaggio, consapevolezza e percezione*. Il *punto di assemblaggio* fa parte del nostro corpo luminoso. Quando i veggenti *vedono* un uomo lo percepiscono come un uovo o una palla luminosa che ricopre il corpo fisico. In questo guscio luminoso la percezione si aggrega in un piccolo punto di intenso splendore situato 'a una cinquantina di centimetri dalla punta della scapola destra di ogni persona'. La nostra percezione dipende unicamente dai filamenti di emanazioni che attraversano quel punto di assemblaggio, tutti gli uomini hanno il punto di assemblaggio in una specifica posizione o nelle immediate vicinanze e, tranne i folli, tutti condividono lo stesso modo di percepire. Gli sciamani che desiderano ampliare la portata di quello che può essere percepito spostano quel punto di intenso splendore allineando altre emanazioni. Se esso viene spostato, per esempio, nelle emanazioni delle farfalle, lo sciamano percepisce con la consapevolezza propria delle farfalle. Il numero dei posti in cui il punto di assemblaggio può essere spostato per poter allineare altre emanazioni è praticamente infinito: tutto dipende, ancora una volta, dalla quantità di energia di cui si dispone. Quando non si ha sufficiente energia per compiere uno spostamento e se ne subisce uno involontario si può rischiare anche la morte o cose peggiori, come restare intrappolati in altre realtà; è quello che succede ai folli che non riescono più a riportare il loro punto di assemblaggio nella sua posizione originaria. Gli sciamani devono essere delle persone estremamente sobrie, forti ed equilibrate, perché quando questo punto di intenso splendore si sposta e si allineano altre realtà completamente sconosciute all'interno di quello che viene definito *ignoto, infinito o mare oscuro della consapevolezza*, essi devono riuscire a dare un senso alla loro percezione. Per questo essi vivono ogni momento della loro esistenza praticando un'impeccabile disciplina, che implica un totale controllo e un totale abbandono di tutto il proprio essere. Questo può essere ottenuto solo attraverso il controllo dell'*intento*, la forza che permea e regge l'intero universo, che è tutt'uno con le emanazioni dell'Aquila e con la stessa Aquila.

Nel settimo capitolo, *Il tonal e il nagnal*, viene illustrato il signi-

ficato che questi due concetti assumono nel mondo di don Juan. Con il termine *tonal* viene definito tutto ciò che rientra nell'ambito di quello che l'uomo è normalmente in grado di conoscere quando il suo punto di assemblaggio si trova nella posizione che l'uomo condivide con tutti i suoi simili; il *nagual* invece, riguarda tutto ciò che l'uomo ignora del mondo che lo circonda e di se stesso. Il *nagual* può essere conosciuto soltanto dagli sciamani quando spostano il loro punto di assemblaggio e percepiscono la parte nascosta dell'uomo, una parte che definiscono come il suo vero essere, quello da cui dipende il suo benessere, sia fisico che mentale. Ignorando persino l'esistenza del *nagual* o corpo energetico, l'uomo comune valuta il suo corpo soltanto in base al suo stato materiale, dimenticando che senza il suo *doppio* il corpo fisico non può assolutamente funzionare. È vero che il *nagual* è pura consapevolezza e riguarda la parte spirituale dell'uomo, ma esso, avverte don Juan, non ha nulla a che vedere con l'anima. Ai veggenti che *vedono* l'uomo, esso appare come due corpi luminosi quasi sovrapposti, il *corpo sinistro* e il *corpo destro*, che sono rispettivamente il *nagual* e il *tonal*: questi due corpi corrispondono all'incirca ai due lati sinistro e destro del corpo umano, tranne la testa, le cui due parti risultano invertite, cosicché il lato destro della testa fa parte del corpo sinistro e quello sinistro fa parte del corpo destro.

Il *tonal* e il *nagual* rappresentano anche le due caratteristiche percettive dell'uomo, la razionalità e l'intuizione. Il *nagual* è intuizione allo stato puro ed è costantemente collegato alla conoscenza silenziosa; un uomo che si trovi sul suo lato sinistro o *nagual* conosce tutto contemporaneamente senza l'ausilio del pensiero o della verbalizzazione. L'uomo avrebbe tutto da guadagnare se riuscisse a raggiungere il suo *nagual*, questo però non deve indurci a credere che dobbiamo sottovalutare l'importanza del *tonal* poiché un uomo per funzionare nella giusta maniera ha bisogno di entrambe le parti, lo sforzo che il guerriero compie è quello di portare alla sua consapevolezza normale le caratteristiche del *nagual* e utilizzarle insieme a quelle del *tonal* in un perfetto equilibrio. L'attuale posizione del punto di assemblaggio dell'uomo comune lo porta a ignorare l'esistenza del *nagual* e questo è il motivo per cui, secondo i veggenti, l'uomo ha perso la sua capacità di sentirsi tutt'uno con

l'universo che lo circonda. Il guerriero che ha imparato a far riaffiorare il proprio *nagual* e a manipolare lo splendore della propria consapevolezza, sa che tutto ciò che *vede* è vero soltanto in quella particolare posizione del punto di assemblaggio e che in un'altra posizione non sarà più valido; allora smette di credere che esistono cose immutabili, tutto diventa relativo e intrinseco soltanto alla percezione del momento di un particolare individuo. Essere a conoscenza di questo stato di cose e sperimentarle riguarda ciò che i veggenti definiscono *essere fluidi*.

L'ottavo e ultimo capitolo della prima parte riguarda *Il Sogno e l'Agguato* : si tratta delle due tecniche fondamentali usate dagli sciamani per spostare o tenere fisso, in una determinata posizione, il punto di assemblaggio. I veggenti *videro* che il punto di intenso splendore si sposta normalmente quando un uomo dorme e inizia a sognare, ma si tratta di spostamenti di lieve entità. Ai guerrieri questi spostamenti non interessano, essi approfittano di questo iniziale spostamento durante il sonno e dirigono i loro punti di assemblaggio in uno spostamento verso l'interno della fascia dell'uomo. In quelle posizioni è possibile allineare 'altri mondi reali', anche molto diversi da quello che conosciamo, in cui è possibile vivere e morire allo stesso modo che accade nel nostro. Questi spostamenti del punto di assemblaggio in profondità vengono definiti dai veggenti come *sognare*, diverso dal sognare comune ottenuto da un lieve spostamento lungo la superficie. Una volta che essi sono riusciti ad allineare 'un altro mondo', per poter interagire con quel mondo hanno bisogno di restarvi per un tempo sufficientemente lungo. A tale fine, essi usano l'arte dell'*agguato* per fissare in quella posizione il loro punto di assemblaggio. Riuscire a *sognare* alla maniera degli sciamani è tutt'altro che semplice poiché richiede un elevato livello di energia, che può essere ottenuta proprio grazie alla pratica dell'arte dell'*agguato* nella vita quotidiana, che si serve di alcune tecniche per ottenere la disciplina impeccabile necessaria a un veggente che 'viaggia in altri mondi'. L'*agguato* è il costante stato di allerta in cui il guerriero vive tutta la sua esistenza; egli è sempre vigile, intento alla soppressione dell'importanza personale che porta a uno smisurato senso di presunzione e all'auto-commiserazione, a eliminare le proprie abitudini attraverso il *non-*

*fare*, a liberarsi della propria storia personale e soprattutto a interrompere il flusso dei propri pensieri. Spegnerne il dialogo interno e giungere al silenzio porta al guerriero un aumento di energia che può essere usata per spostare il punto di assemblaggio e *sognare*. Nei *sogni* degli sciamani è possibile sperimentare altre realtà e interagire con altre forme di vita provenienti da altri innumerevoli tipi di consapevolezza che essi chiamano ‘esploratori’, come, per esempio, quelli del mondo degli *esseri inorganici*.

La seconda parte di questa ricerca è dedicata alla Tensegrità, un insieme di movimenti chiamati anche ‘passi magici’ che sono stati presentati al pubblico da C. Castaneda nei primi anni novanta nel corso di conferenze e di seminari. La Tensegrità è una versione moderna di alcuni movimenti che gli sciamani dell’antico Messico praticavano in *sogno* e che riuscirono a rifare da svegli dopo essersi resi conto che quando li praticavano sperimentavano un’incredibile sensazione di benessere. Tale benessere viene prodotto dalla capacità che questi passi hanno di ridistribuire l’energia dispersa che si è incrostata sul bordo interno al guscio luminoso degli esseri umani, poiché gli sciamani ritengono che dal nostro guscio luminoso non può uscire nulla. Le energie che l’uomo dissipa con le sue azioni quotidiane vanno a depositarsi sul bordo di questo guscio che rinserra la nostra consapevolezza. Se restano depositate sul bordo del guscio esse si incrostano e non sono utilizzabili. Attraverso la pratica dei passi magici della Tensegrità è possibile scrostare tale energia e farla ricircolare nei vortici di energia dei maggiori centri vitali dell’uomo. Questi centri sono sei: il primo è situato nell’area del fegato e della vescica; il secondo nell’area del pancreas e della milza; il terzo all’altezza dei reni e delle ghiandole surrenali; il quarto è il centro delle decisioni che è situato nell’incavo alla base della gola; il quinto è situato sulla sommità della testa e riguarda la mente, una mente che gli sciamani chiamano ‘installazione estranea’, estranea al silenzio interno che il guerriero si prefigge di raggiungere e perché non ha nulla in comune con il nostro silenzioso lato sinistro.

Lo scopo di tutti i passi magici è quello di saturare il corpo destro per far emergere quello sinistro e l’unico modo per mettere a tacere o ignorare il centro sulla testa è quello di rinforzare gli altri

centri del corpo.

Il sesto e ultimo centro si trova nell'area dell'utero e delle ovaie e per ovvi motivi riguarda solo le donne. Grazie a questo centro in più, esse sono avvantaggiate rispetto agli uomini nel loro cammino verso la conoscenza, proprio perché grazie a esso dispongono di un ulteriore organo di percezione, un canale costantemente aperto verso l'infinito.

Al fine di ottenere l'effetto desiderato i passi vanno praticati tutti i giorni; essi sono stati insegnati dagli istruttori di Tensegrità raggruppati in serie costituite da gruppi di movimenti, ma non è indispensabile praticarli in quell'ordine. Siamo di fronte a un numero infinito di movimenti che servono per gli scopi più vari, tra i più importanti ricordiamo il collegamento con l'*intento*, il raggiungimento del silenzio interiore attraverso la saturazione della mente e lo sviluppo della memoria cinestetica, che non passa attraverso l'uso della mente ma fa riferimento direttamente al corpo.

---

### **Note:**

- 1 C. Castaneda, *Il potere del silenzio*, Rizzoli, Milano, 1989, p. 182
- 2 C. Castaneda, *Il potere...*, *op. cit.*, p. 181
- 3 B. Bernardi, *Uomo Cultura Società*, F. Angeli, Milano, 1982, p. 271