

Giannina Longobardi

Mettersi sulla via

*A settant'anni ho sentito l'imperturbabile leggerezza di un cuore indipendente dal volere umano
Alla sua saggezza ora mi affido senza esitare.*

In questi ultimi versi della poesia *Conosci te stessa*, Delfina condensa l'esito di un itinerario di trasformazione di sé, nel quale ha imparato a disfarsi dell'illusione che la nostra esistenza dipenda dal nostro controllo e dalla nostra volontà, apprendendo ad affidarsi invece ad un luogo interiore, intimo e profondo, nel quale pulsa la vita, l'essere più vasto del quale partecipiamo.

Questo *bell'oggetto, questo volume*, in cui si alternano parole in forma di poesia e immagini dipinte ad acquarello, a pastello, disegnate con inchiostro di China, che Delfina ci permette di avere tra le mani, racchiude le tracce emerse durante l'itinerario di maturazione spirituale che ha intrapreso a partire dal 2000. Si tratta di *Metamorfosi inattese*.

Mi soffermerò sul secondo termine così pregnante: *inattese*. Chi intraprende una via di trasformazione per entrare in contatto con parti profonde di sé che ancora non conosce, non sa che cosa l'attende sulla via che ha deciso di percorrere, né sa quale sarà l'esito del suo faticoso lavoro. Si desidera un cambiamento, ma quale esso possa essere non è immaginabile.

Il percorso è difficile, doloroso: in esso si tratta di disfarsi della *corazza* protettiva – *conchiglia* la chiama Delfina (p. 23) che ci siamo costruiti per difenderci fin dai primissimi anni di vita oppure si tratta, con mitica immagine, di discendere agli inferi (p. 64). Per farlo bisogna seguire un insegnamento, apprendere pratiche da esercitare quotidianamente, ci vuole una guida, che dia sostegno ed appoggio, qualcuno che sa perché ha già percorso la via. Il primo passo per liberarsi dell'illusione della volontà propria è quello di rinunciare nella pratica, obbedendo. I sufi dicono a questo proposito: *il discepolo dev'essere nelle mani del suo maestro come il cadavere nelle mani del suo lavatore*. Il maestro è il lavatore che toglie le scorie e il discepolo nella sua docilità è già morto, con la disciplina dell'obbedienza sperimenta quello che sarà lo stato evolutivo finale, quello della morte dell'io.

A proposito della scelta della via nasce inevitabile una *domanda*: come si prende una strada piuttosto che un'altra? Quale tipo di incontro, di riconoscimento, di fiducia?

Non mi stupisce il fatto che la via che Delfina ha incontrato abbia le sue radici sapienziali in Giappone. Infatti, ad Oriente ci rivolgiamo quando cerchiamo delle pratiche esperienziali di trasformazione spirituale e di guarigione, perché da molti secoli la nostra cultura, l'Occidente, non ne trasmette più.

Uso il termine Oriente così come lo usano gli esoterici e non gli orientalisti, che sono stati accusati di esotismo estetico da pensatrici e pensatori decoloniali, come Edward Said per nominare il più noto di loro.

Quando in senso spirituale si dice Oriente, si indica la fonte originaria, la *sophia perennis*, sapienza della quale l'occidente ha cancellato la traccia, nel momento in cui l'uomo ha tagliato le sue radici cosmiche, per ergersi padrone di una terra ridotta ad estensione meccanica, risorsa a sua disposizione. Allora anche l'essere umano – più l'uomo che la donna- si è scisso in una dualità corpo -pensiero che ci fa dire che noi abbiamo un corpo piuttosto di farci pensare di essere un corpo che è connesso ad un insieme più grande.

In questo senso il termine Oriente, contrapposto ad Occidente, viene allora a comprendere le culture di tutti i popoli che hanno conservato saperi tradizionali che riflettono una visione senza

fratture nella relazione tra l'essere umano e il pianeta e il cosmo. Sono culture nelle quali la mente umana è capace, attraverso la meditazione, o la danza o il ritmo, di cambiare di stato, andando al di là del livello logico- discorsivo e attivando facoltà visionarie e terapeutiche.

In questa raccolta di poesie e di acquarelli, disegni e inchiostri, Delfina non ci parla direttamente delle pratiche nelle quali si è esercitata in questi anni, ma ce ne fa scorgere i segni. Racconta che è stato un sogno a suggerirle che era giunto il momento di lasciarsi vedere rendendo pubblico un percorso noto solo a pochi intimi, a poche intime (p. 11).

Molte e molti che si sono messi sulla via della ricerca, sono riluttanti a parlarne con chi non la condivide nella pratica. C'è un segreto che protegge chi decide di entrare in un cammino di trasformazione e che sa che ciò che sta facendo sotto la guida di un maestro, di una maestra, non può essere comunicato a chi è estraneo alla pratica. Per questo chiamiamo vie esoteriche, comprensibili solo a chi ci sta dentro, queste forme di ricerca, pratica ed esperienziale, di una dimensione interiore profonda.

Le vie differiscono per le pratiche che adottano, il fine ultimo che perseguono è lo stesso. C'è un libro letto parecchi anni fa che mi ha molto convinto: si tratta di *Il monte analogo* di Renè Daumal, il giovane studioso che aveva introdotto Simone Weil allo studio del sanscrito e della sapienza indiana negli anni di Marsiglia e che sarebbe morto di tubercolosi di lì a poco. Con l'immagine della montagna Daumal allude alla pratica dell'ascesi, alla faticosa salita verso la cima.

Alla meta da raggiungere conducono diverse vie, chi vuole raggiungerla deve scegliere un sentiero e non lasciarlo. Chi andasse tra una via e l'altra, indeciso o guidato dalla curiosità o dall'insoddisfazione, zizagando non arriverebbe da nessuna parte.

Mentre le vie, le pratiche, le denominazioni, le immagini differiscono, la cima, lo stato superiore di coscienza che chi è trasformato sperimenta, è lo stesso: amore infinito, silenzio, pace profonda, coincidenza con l'essere, perdita di sé in Dio. Ciò cui si allude è uno stato nel quale la nostra singolarità, con le sue pretese e le sofferenze che ne derivano, si annulla, si disfa in un mare più grande che ci trascende e ci comprende. Quiete e allo stesso tempo massima apertura, nella quale si schiude quell'attenzione all'istante che viviamo, nel quale l'essere si rivela.

Di questa apertura della mente, di questa attenzione anche alle più piccole ed effimere forme in cui la vita si manifesta testimoniano gli acquarelli e le poesie in forma di haiku che costituiscono una parte importante del libro (leggere pp. 124-125- 129).

Mi sembra di poter affermare che queste immagini di contatto profondo con l'essere scaturiscono più facilmente in luoghi non abituali: sono visioni fuggevoli dal finestrino di un treno, nascono nella casa di Sasso più aperta sulla natura, o a Mirmande il luogo del ritiro.

Come se fosse necessario il distacco dai luoghi carichi del peso delle nostre abitudini e della nostra storia, o almeno fosse condizione facilitante alla trasformazione e alla ricerca interiore.

Muri di libri

nemmeno una parete spoglia

quanto brusio qui

25 febbraio 2016, Brescia, in zazen p.151.

Delfina ci presenta nelle sue pagine le tracce di una disciplina quotidiana e della dura lotta tra le due anime: quella silenziosa immersa nella quiete e l'altra, quella vecchia *prepotente* ed *avida* della poesia *Tra me e te* (p.134), lotta che compare anche, ad esempio, nella poesia *L'ombra della Ragione* (p.97) dove l'anima razionale viene chiamata *Regina delle nevi*, una figura glaciale, tagliente, inospitale, incapace di tenerezza.

Il libro può essere letto come esperienza di questo contrasto tra le due anime e del percorso di spostamento del centro dalla testa al cuore.

Per quanto Delfina sembri accennare ad una frattura tra due fasi della sua vita, e certamente nell'esistenza c'è una cesura tra un prima e un dopo, - se non altro nell'uso del proprio tempo, nei ritmi di vita, nella scelta di che cosa privilegiare, e potremmo dire nell'orientamento complessivo-, a me, dal di fuori, sembra di cogliere una coerenza profonda tra il suo prima e il suo dopo, il suo ora. Da molti anni pensatrice femminista, l'itinerario di cui ci offre le tracce, mi sembra uno sviluppo di alcune intuizioni già presenti nel pensiero delle donne sulla relazione del soggetto con il suo corpo, quello che diciamo un soggetto incarnato, unità di materia e spirito. Con un esito non così lontano, ad esempio, dagli sviluppi del percorso della stessa Luce Irigaray, penso ad esempio al suo *Tra oriente e occidente* degli anni '90, dove nel capitolo *Insegnamenti orientali* racconta quello che ha imparato dallo yoga. Da allora il tema del respiro è diventato centrale nei suoi testi.

Ritornando al filo coerente che mi pare di vedere, aggiungo che il suo percorso, attraverso la meditazione e la produzione di immagini pittoriche e poetiche, si riallaccia pienamente alla ricerca sulla malattia e la cura, di Metis Milano, cui lei partecipa da anni.

Chiudo la mia introduzione con la lettura di una piccola parte di una lunga poesia- colloquio con un'amica morta. In essa Delfina ci parla della *lingua del silenzio*, una dimensione del presente nella quale varie dimensioni dell'essere si possono incontrare.

Martedì quindici gennaio
cammino nella neve e mi chiedo
in quale lingua adesso ti posso ancora parlare

La lingua del silenzio-

mi rispondi
Questo silenzio dei fiocchi di neve
dove i passeri becchettano indisturbati
e un cane corre felice
tra gli alberi spogli
mentre nel cielo di latte
appare in volo l'airone cinerino

Pochi battiti d'ala
e già scompare

Silenzio
Tracce di lepre tagliano il sentiero
e le orme di un gatto precedono le mie
segnali di presenze nascoste
nel silenzio della neve

Come la tua
adesso

7 febbraio 2016, p. 87.

