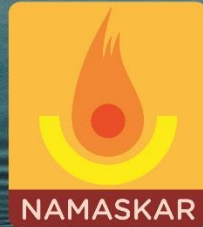


COSCIENZE ORIENTATE VERSO IL DOMANI
Palermo, 31 ottobre 2020



Emergenza Covid e Nuovo Stile di Vita: l'esperienza dei meditatori

Daniela Napoli

Per prima cosa voglio condividere un sogno fatto di recente. Mi trovavo davanti a una vecchia costruzione – a quella che sarebbe diventata il Casale di Uriel – e Gaetano mi invitava a visitarne i locali, che però erano un po' malmessi, ingombri di detriti e macerie di ogni tipo. Nel sogno mi chiedevo ripetutamente – anche un po' preoccupata – cosa mai lui ci avesse visto e soprattutto, viste le condizioni disastrose, come pensasse di farne qualcosa di buono e di bello. Il suo entusiasmo però, la sua fiducia, la sua sicurezza, la sua autorevolezza (tutte qualità che penso ciascuno di noi riconosca a Gaetano) erano tali che mi contagiavano e, alla fine del sogno, anche io provavo quei sentimenti di gioia e la certezza che tutto quello che immaginava si sarebbe realizzato perfettamente. Ecco, mi è sembrato un sogno propiziatorio per Uriel e per tutti noi.

A proposito del titolo della nostra relazione *“Emergenza Covid e nuovo stile di vita: l'esperienza dei meditatori”*, mi ha subito colpito l'errore di stampa che sul depliant riportava il termine *“mediatori”* anziché *“meditatori”*: ci è sembrato molto interessante e un ottimo spunto di riflessione, perché Sarah e io ci trovavamo più a nostro agio nel definirci – ed essere definite – coloro che *“mediano”* piuttosto che coloro che *“meditano”*. *“Mediatore”* ci è sembrato un termine più semplice, più leggero e naturale, meno pretenzioso.

D'altra parte, non è questo ciò che fanno i *“meditatori”*? Mediano, collegano i Mondi, l'alto e il basso, fanno da ponte fra il dentro e il fuori, mettono continuamente in relazione, cercano una sintesi, un contatto. Anche questo, quindi, come il sogno, ci è sembrato un bel simbolo da condividere.

Rimanendo nel campo della semantica, vorrei fare alcune riflessioni sul periodo che stiamo vivendo. Sono tempi nuovi, nei quali siamo obbligati a trasformare (in senso letterale: cambiare le forme) le nostre vite e questo oggi è richiesto a tutti (non soltanto ai mediatori/meditatori!)

Gli opposti, gli ossimori, i paradossi e i simboli inondano, impregnano il nostro quotidiano e impariamo a convivervi. Frasi come *“vivere più a norma”* cosa significano veramente? Siamo mossi più dall'etica o dalla paura? Dalla solidarietà o dal sospetto? I vicini/lontani, i vicini/distanti, perché non ci sfioriamo neanche quando ci incontriamo sui pianerottoli, anzi ci allontaniamo (*“ci*

tocca non toccarci”, ha detto qualcuno). Chiediamo il “*contatto*” per i link da spedire, ma ci guardiamo bene dall’avvicinarci all’altro e ci chiediamo – penso un po’ tutti – quando potremo riprendere a farlo, e se lo faremo con tatto, con più cura e rispetto; se cominceremo a santificarle, le nostre vite, oltreché a sanificarle.



Le maschere sono un altro simbolo interessante: anziché gettarle, siamo obbligati a indossarle e il respiro, che, grazie alla meditazione, avevamo imparato a liberare, adesso è nuovamente imprigionato.

Il “*nuovo*” invade le nostre vite (anche in questa relazione ripeto continuamente questa parola) e come gruppo ci è richiesto ulteriore sforzo e nuovo impegno. Gli incontri online, per certi versi, semplificano e, quindi, sono aumentati e ci affaticano; per altri versi, ci limitano, siamo costretti a essere sintetici e questo, associato alla “*freddezza*” del web (la mancanza di un vero contatto), ci frustra.

È bello però poter accogliere gli amici di tutta Namaskar Sicilia e oltre, ci fa sperimentare il potere di abbattere muri e barriere, in un momento in cui facciamo un po’ tutti l’esperienza del limite, del con-fine, in qualche modo, di una fine. Sicuramente, stiamo tutti sperimentando sulla nostra pelle la fine di un mondo, l’inizio di un nuovo mondo e, soprattutto, di un nuovo modo di stare al mondo. Al contempo però, sperimentiamo anche la possibilità di poter vivere senza confini, abbattendoli del tutto e questo sappiamo che è possibile in maniera sottile, grazie ai nostri gruppi e alle nostre meditazioni: siamo chiusi nelle nostre stanze eppure queste possono trasformarsi in voliere aperte, spalancate sull’Infinito.

Un altro simbolo sono le nostre case: ci fanno sentire protetti e al sicuro, sono un rifugio, un riparo. Ma per alcuni – soprattutto per chi è solo o per le famiglie numerose costrette a condividere piccoli spazi – sono gabbie, prigionie. La nostra sfida è quella di sacralizzarle: sta a noi scegliere se chiuderle o aprirle, imparando nuovi modi di connetterci, nonostante i muri.

Penso che una delle lezioni che come umanità abbiamo introiettato sia quella della multiformità: non esiste un unico modo di vedere le cose, perché le cose che si vedono e si vivono sono diverse, spesso opposte. Anche del covid possiamo dire che ci ha rallentato, bloccato, fermato, ma allo stesso tempo che ha accelerato e velocizzato tanti processi.

L’immagine di questo periodo che fra tutte mi porterò per sempre nel cuore è quella del Papa che, come un uomo qualunque, saliva le scale di una piazza vuota, in una sera di pioggia: non c’era nessuno, ma c’erano TUTTI. Mi è sembrato un simbolo magnifico di questi tempi nuovi e di quelli a venire, del nuovo stile da adottare e che stiamo già adottando. Un’immagine che, nel momento in cui l’ho vista, mi è parsa surreale, ma allo stesso tempo profondamente reale, metafisica, struggente, potentissima: il simbolo per eccellenza di questo nostro vivere, soli/vicini/distanti, ma anche un viatico per questo “*NUOVO*”, intriso di Fiducia, Speranza e Amore.



Sarah Bersani

Per alcuni momenti la locandina del convegno ha riportato un refuso nel titolo. Questo errore è stato un fantastico punto di partenza, uno spunto per un'analisi sul nostro ruolo e sul significato delle nostre azioni, come individui e come associazione, nel territorio Siciliano. L'errore, l'inevitabile, l'imponderabile, ed è proprio quello che è successo con il COVID.

Namaskar e tutti noi ci si apprestava a portare avanti un anno di grande apertura, di dialogo fisico con associazioni sorelle, attraverso iniziative speciali e sperimentali. Un anno iniziato proprio il 6 ottobre 2019 con l'organizzazione del primo ed emozionante evento aperto: niente di meno che uno spettacolo, svolto a teatro, su un palcoscenico vero e dinanzi a una sala gremita di amici storici e tantissimi altri nuovi.



C'era un calendario fitto, tante iniziative e cose da fare. Poi il black-out, il buio, l'imprevedibile per tutti. Un grande e collettivo contagio paralizzante. La PANDEMIA. Tutti a casa, soli, distanti, bloccati, impossibilitati, assenza di respiro, morte.

Abbiamo risposto serrando le fila, sperimentando, facendoci guidare da una sola grande azione interiore: le meditazioni, le condivisioni, gli incontri virtuali (difficilissimi e ostacolanti). Quindi, abbiamo fatto proprio i “mediatori” fra l'esterno, il contesto, le nostre vite ordinarie, e l'interno, il sentire, la nostra ANIMA.



La lontananza fisica, i nuovi strumenti da imparare e usare, le grandi differenze personali - oggettivi e misurabili - sono emerse prepotentemente, e sono diventate queste il nostro patrimonio prezioso, la luce che ci ha rinvigorito.

Abbiamo sperimentato il sentire profondo di ognuno di noi, differente ed arricchente. E ogni voce, così come avviene nei cori, nelle orchestre, sta creando melodie nuove. Assolutamente armoniche. Nuove per le nostre orecchie, forti per i nostri cuori.

Siamo ancora in cammino e questo convegno ci obbliga a fare una ricapitolazione. Ma è molto difficile comprendere la direzione e le modalità. Una situazione “fluida”, che stiamo imparando giorno dopo giorno a padroneggiare con tanta buona volontà, e che fa emergere la ricchezza di risorse ci circonda.

