

Il disfare e la Presenza

di Christian Pisano

Nella fase iniziale di apprendimento, la concentrazione dinamica è frammentaria, fraziona il corpo [...]. Ora questa deve lasciare il posto all'attenzione (vijnana), che non è più indirizzata alla focalizzazione, ma al contrario si diffonde in una sorta di totalità unificante [...]. La sensazione è preponderante [...]. Le fasi di aggiustamento e di azione sono minimizzate. [...]

L'esteriorità della posizione non è che un pretesto per il riconoscimento che l'oggetto s'immerge nella luce del soggetto, senza separazione. [...]

Tecnicamente, più che fare si disfa. [...]

Tutti i dinamismi del fare e dell'azione si placano [...]. L'asana non è che lo spazio della Coscienza.

[...]

Nella sua essenza, la pratica è il riconoscimento della propria Presenza da cui scaturiscono e si esprimono tutte le attività. Non vi è alcuna attività, né alcuna pratica, che possano favorire o impedire questa Presenza. [...]

Senza quest'intuizione, la pratica diventa una ginnastica migliorativa nelle fauci del divenire, che vomita mete promettenti e obiettivi mirabolanti, come una guida turistica.

[...]

Questa intuizione si attua attraverso un'osservazione passiva, in cui gli organi sensoriali partecipano a questa non-prensione. L'osservazione passiva è introdotta nella pratica degli asana controllando che gli occhi, la lingua, i timpani rimangano sempre neutri. Qualunque sia l'intensità di un'asana, essa deve essere diffusa e non localizzata nelle aree menzionate.

[...]

L'osservazione delle diverse agitazioni, dei condizionamenti muscolari, organici e mentali avviene nello spazio della nostra Presenza. [...]

A causa delle rigidità e delle diverse resistenze, le posizioni rivelano il disagio. All'inizio, il praticante sarà pervaso dalla tensione che è come un'onda di soffocante calore. Non si avvedrà del fatto che localizza le sue tensioni in certe regioni che devono rimanere neutre: le spalle, gli occhi, la gola, la lingua, il diaframma, la respirazione. [...] La neutralità di queste zone permetterà che le diverse resistenze si diffondano in un'osservazione passiva.

Così tutti gli sforzi nascono e svaniscono nel non-sforzo. Se vi è un'osservazione passiva di una tensione, non siamo quella tensione ma lo spazio nel quale appare, si dispiega e scompare [...]. Alla fine lo sforzo, in quanto intenzione psicologica, deve trapassare, divorato dall'intuizione dell'infinito.