

LEZIONE DI TAI CHI CHUAN **CORPO, QUIETE, MOVIMENTO**

Marina De Franceschi

TESTI ANTICHI E CONTEMPORANEI SULLA DUALITÀ

ERACLITO (sec. V a.c.)

Frammenti, Diels - Kranz

(30) Quest'ordine universale, che è lo stesso per tutti, non lo fece alcuno fra gli dèi o tra gli uomini, ma sempre era e sarà fuoco sempre vivente, che si accende e si spegne secondo giusta misura.

(10) Congiungimenti sono intero non intero, concorde discorde, armonico disarmonico, e da tutte le cose l'uno e dall'uno tutte le cose.

(8) L'opposto concorde e dai discordi bellissima armonia, e tutto accade secondo contesa

(49) Negli stessi fiumi scendiamo e non scendiamo, siamo e non siamo

(60) Una e la stessa e la via all'insù e la via all'ingiù

(62) Immortali mortali, mortali immortali, viventi la loro morte e morienti la loro vita

(88) La stessa cosa sono il vivente e il morto, lo sveglio e il dormiente, il giovane e il vecchio: questi infatti mutando son quelli e quelli di nuovo mutando son questi

VANGELO COPTO DI TOMASO (sec. IV d.c.)

Queste sono le parole nascoste dette da Gesù, il vivente, e scritte da Didimo Giuda Tommaso:

(22) Gesù vide dei bimbi che succhiavano il latte. Disse ai suoi discepoli:

-Questi bimbi che prendono il latte assomigliano a coloro che entrano nel regno.

Gli domandarono:

-Se noi saremo bimbi entreremo nel regno?

Gesù rispose loro:

-Allorché di due farete uno, allorché farete la parte interna come l'esterna, la parte esterna come l'interna e la parte superiore come l'inferiore, allorché del maschio e della femmina farete un unico essere sicché non vi sia più né maschio né femmina...allora entrerete nel regno.

ZHUANG ZI (IV sec.)

Invero ogni essere è altro da sé, e ogni essere è se stesso. Questa verità non la si vede a partire dall'altro, ma si comprende partendo da se stessi. Così è stato detto: l'altro proviene dal se stesso, ma se stesso dipende anche dall'altro. Si sostiene la teoria della vita, ma in realtà la vita è anche la morte e la morte è anche la vita. Il possibile è anche l'impossibile, e l'impossibile è anche possibile. Adottare l'affermazione è adottare la negazione; fare propria la negazione equivale a far propria l'affermazione. Così, il Santo non adotta alcuna opinione esclusiva e s'illumina dal Cielo. È, anche questa, una maniera di far propria l'affermazione.

Aggrapparsi alla conoscenza esclusiva di una cosa, ma ignorare che questa è identica a tutte le altre, è detto "Tre al mattino". Che cosa vuol dire?

Un allevatore di scimmie distribuiva ghiande alle scimmie dicendo loro: "Vi darò tre ghiande al mattino e quattro alla sera. Che cosa ne pensate?" Le scimmie si mostrarono innervosite. "Ve ne darò quattro al mattino e tre la sera. Che ne dite?" Le scimmie ne restarono incantate.

Il Cielo e la Terra indicano ciò che vi è di più grande al mondo. Così, lo yin e lo yang indicano le energie più grandi che ci siano. Così, il Tao tutto abbraccia senza parzialità, ma non è che un nome per evocare la sua grandezza. (...) Lo yin e lo yang si riflessero l'uno sull'altro, si sovrapposero, si regolarono a vicenda. Le quattro stagioni si susseguirono, si generarono e si estinsero a vicenda. Di lì vennero l'attrazione e la repulsione, l'allontanarsi e l'avvicinarsi; da lì venne l'unione della femmina e del maschio, da lì si produsse l'esistenza perpetua. Si alternarono la sicurezza e il pericolo, si generarono la disgrazia e la fortuna; si unirono la lentezza e la velocità; si compirono l'unione e la separazione. Queste realtà e i loro nomi possono essere dette; queste essenze sottili possono essere designate. Tutto ciò che è in successione si organizza da sé; tutto ciò che evolve si guida da sé; ciò che termina fa ritorno; ogni fine conduce a un nuovo inizio. Tale è l'esistenza degli esseri.

TAO TÊ CHING (VI-III sec. a.c.)

XXVI

*Ciò che è piegato diventa intero.
Ciò che è tortuoso diventa diritto.
Ciò che è vuoto diventa pieno.
Ciò che è consumato diventa nuovo.
Colui che possiede poco acquista.
Colui che possiede molto è indotto in errore.
Perciò il Santo si aggrappa all'unità e ne fa la misura dell'impero.
Egli non si esibisce, e perciò risplende.
Egli non si afferma, e perciò si manifesta.
Egli non si vanta, e perciò riesce.
Egli non si gloria, e perciò diventa il capo.*

XXXVI

*Se si vuole restringere, bisogna innanzitutto estendere.
Se si vuole indebolire, bisogna innanzitutto rafforzare.
Se si vuole far perire, bisogna innanzitutto far fiorire.
Se si vuole prender possesso, bisogna innanzitutto offrire.
Questo è ciò che si chiama una visione sottile: il molle e il debole vincono il duro e il forte.*

XLVII

*Senza uscire dalla porta, conoscere il mondo!
Senza guardare dalla finestra, vedere la Via del cielo!
Più lontano si va, meno si conosce.
Perciò il Santo conosce senza viaggiare; egli nomina le cose senza vederle; egli compie senza azione.*

LE ESPERIENZE DEL DESIDERIO

JESÚS FERRERO, 2009

Potremmo formulare il mito dell'universo con queste parole:

In origine l'universo era così denso da ridursi ad un punto senza dimensioni. Tutta la sua materia era così condensata che non occupava nessun spazio, ed era come se stesse scomparendo nel vuoto.

Fu il momento più sorprendente. Il cosmo si sfumò, e tutto ciò che conteneva si concentrò in una sfera inferiore milioni e milioni di volte alla punta di uno spillo.

In questa estrema concentrazione avrebbe potuto restare per sempre, con tutta la sua sostanza concentrata. Però l'universo aveva un dio interno, che era a sua volta la sua stessa anima: il Desiderio, e grazie a lui tutto cambiò.

Fino a quel momento, il Desiderio era stata la forza di congiunzione che aveva permesso la concentrazione della materia fino al limite del possibile: la non dimensione. Ma improvvisamente, quando la forza di concentrazione era così tremenda da minacciare l'estinzione dell'universo insieme al tempo, a tutte le dimensioni e le non dimensioni, allora il Desiderio cambiò direzione e ciò che fino ad allora era stato forza verso dentro divenne forza verso fuori, producendo la grande esplosione. Nello stesso momento della deflagrazione, il Desiderio copulò con la quintessenza del fuoco che abitava il suo centro più profondo, e dall'unione nacquero due figli: Eros (Amore) e Misos (Odio), i quali si rivelarono di gran utilità fin dalla nascita, giacché grazie ad Eros e al suo potere di coesione la materia in espansione ritornava ad unirse, rendendo possibile la creazione dentro la dispersione, facendo così nascere miriadi e miriadi di stelle; e grazie a Misos e al suo potere di disgregazione e repulsione, la materia si coesionava solo il necessario da poter garantirne il movimento e l'espansione.

Il desiderio è inerente a tutta la materia, perchè tutta la materia si attrae e si respinge fin dalle sue stesse profondità, e allo stesso tempo attrae e respinge le altre materie. E l'essere, che sarebbe la materia vivente e cosciente della propria vita, è interamente occupato dal desiderio, è concentrazione di desiderio limitato solo dalla pelle.