

## **La Via del Corpo e il Tantra**

Roberta Rio e Francesco Alessandrini

### ***Informazioni sull'articolo***

Prima pubblicazione: 30/1/2016  
[www.voyageindestiny.org](http://www.voyageindestiny.org)  
[www.academia.edu](http://www.academia.edu)

©2016

Roberta Rio e  
Francesco Alessandrini

### ***Parole chiave***

La Via del Corpo  
Tantra  
Sessualità  
Amore  
Evoluzione

### ***Sinossi***

Il Tantra, via di crescita orientale, spesso si dimostra non adeguato e nemmeno profondamente comprensibile in Occidente.

La nostra Via del Corpo è un percorso di crescita simile che parte però da presupposti diversi, più adeguati a noi occidentali. In esso si utilizza la sessualità che, se adoperata in un certo modo, può divenire una porta di accesso ad un “oltre” che ci richiama al significato “evolutivo” del nostro essere nella Materia e al suo premio finale: il vivere nell’Amore.

## La Via del Corpo e il Tantra

Spesso ci viene chiesto quali sono le similitudini e i punti in comune tra la *Via del Corpo*, che proponiamo, e il *Tantra*.

La domanda è più che plausibile visto che generalmente, in Occidente, chi desidera saperne di più sul sesso digita “*Tantra*” sui motori di ricerca.

Entrambi ci avvicinammo agli insegnamenti tantrici circa sedici anni fa. Dopo un periodo di studio e di pratiche di alcuni anni, prendemmo una certa distanza critica nei confronti di alcuni suoi metodi di insegnamento in Occidente e di alcuni aspetti della disciplina stessa.

Negli anni che seguirono abbiamo avuto modo di indagare in dettaglio il corpo umano e la sessualità, il più potente strumento dell’incarnazione in grado di darci continuità nel tempo e donarci la gioia di essere in un corpo fisico.

Abbiamo scoperto che la sessualità, se utilizzata in un certo modo, è una porta di accesso ad un “oltre” che ci richiama al significato “evolutivo” del nostro essere nella Materia e al suo premio finale: il vivere nell’Amore.

La *Via del Corpo* è, in questo senso, uno dei percorsi evolutivi possibili. Esso conduce attraverso la carnalità al traguardo dell’Amore umano, ovvero il massimo grado di Unione che due esseri incarnati possono raggiungere.

Un percorso entusiasmante, anche se talvolta di difficile realizzazione a motivo dei condizionamenti socio-culturali e religiosi a cui siamo sottoposti.

Il *Tantra*, invece, è una disciplina spirituale indiana – con diramazioni riscontrabili anche nelle regioni geografiche adiacenti - la cui origine si perde nella notte dei tempi. Il termine indica sia un insieme di testi sia gli insegnamenti stessi. Etimologicamente nella parola *Tantra* riconosciamo la radice sanscrita “tan” che significa “espansione”. Ed è proprio questo lo scopo del *Tantra*: espandere la coscienza dell’individuo affinché si senta connesso con il Tutto. È questo che si intende con il termine Illuminazione.

Nel *Tantra* vengono insegnate tecniche mentali e fisiche che conducono alla padronanza del corpo, dei sensi e della mente e all’utilizzo consapevole dell’energia sessuale. Questo è lo scopo dei Mudra (gesti delle mani e delle dita), dei Mantra (espressioni vocali), degli Yantra (tecniche di meditazione e visualizzazione di complesse figure geometriche). L’atto sessuale nel *Tantra* è una delle possibili vie per unire la Materia e lo Spirito, appagando i propri desideri, senza reprimerli ma anche senza esserne schiavo.

Si dilatano i tempi del rapporto sessuale perché il fine non è l’orgasmo, ma un piacere diffuso e l’utilizzo delle forti energie sessuali e degli stati mentali che possono essere indotti nel rapporto con lo scopo di unire e far percepire l’Unione tra i due partner.

E quando si percepisce un tipo di Unione – ovvero si è inseriti in una dinamica d’Amore - si è poi facilmente in grado di percepire Unioni ad altri e più elevati livelli.

Così interpretato il *Tantra* diventa una porta per “salire” ed evolvere. La nostra *Via del Corpo* mira allo stesso risultato, ma in modo molto più semplice e più “occidentale”. E soprattutto con tante meno simbologie e cerimonie a cui, per tradizione culturale e non solo, non siamo abituati.

Abbiamo compreso che il *Tantra* è precoce rispetto all’attuale livello evolutivo umano occidentale – un livello a cui comunque ci stiamo avvicinando - e che per essere compreso e utilizzato in Occidente deve essere tradotto, non solo dal punto di vista linguistico.

Non è sufficiente importarlo come se fosse un nuovo prodotto da inserire sul mercato: deve essere reso comprensibile, deve essere “tra-dotto” in un modo che permetta a noi occidentali di comprenderlo. Il *Tantra* nasce in un contesto storico, socio-culturale e religioso molto distante dal nostro. In esso è racchiusa una saggezza millenaria intimamente connessa alla storia dell’area

geografica in cui è nato, alle credenze, alla religione, alla percezione del mondo, della vita, della natura, del corpo, della sessualità!

Non è un insieme di tecniche meccaniche ma un approccio alla vita che coinvolge in maniera olistica tutti gli ambiti dell'esistenza.

Esso, inoltre, nasce in una fase evolutiva della razza umana che non è quella nostra attuale. Era una fase in cui ci si fidava della saggezza del corpo e per comprendere la realtà ci si avvaleva di una forma di intuizione non mediata dalla ragione.

Per poter comprendere e applicare le pratiche tantriche dobbiamo prima portarci a questo stadio di partenza. Si tratterebbe di un recupero di capacità che abbiamo perso o dimenticato con l'avvento della fase successiva in cui la ragione prese il sopravvento.

Del *Tantra* sono stati importati in Occidente solo alcuni aspetti. Le pratiche sessuali sono uno di questi.

Decontestualizzato però rischia di essere frainteso o, meglio, la via che propone non può funzionare in Occidente se non solo parzialmente. Non è un caso, per esempio, che talvolta i corsi di *Tantra* in Europa si trasformino in luoghi promiscui o che solo la parola possa suscitare un sorriso sarcastico.

L'aspetto puramente sessuale del *Tantra* ha preso il sopravvento in Occidente a motivo della nostra storia o meglio delle conseguenze di duemila anni di Cristianesimo e di una certa direzione filosofico-scientifica, come il razionalismo cartesiano, che ancora oggi ci condiziona. Ovvero ricorriamo al *Tantra* con l'aspettativa, conscia o inconscia, di liberare il corpo e le sue pulsioni. Quello che però di fatto accade è che rimaniamo intrappolati in esse.

Chiediamo all'Oriente di aiutarci a superare le attuali chiusure dell'Occidente in ambito sessuale ma questo non può funzionare per i motivi sopra esposti e anche perché i circuiti energetici del corpo umano sono parzialmente diversi da popolo a popolo. Questo significa che le modalità che il *Tantra* propone per attivare determinati circuiti energetici, alcune specifiche posizioni e alcuni Mudra non funzionano allo stesso modo con corpi concepiti in ambito occidentale: questo perché essi si basano sulle strutture energetiche dei corpi umani concepiti nell'area in cui ha avuto origine il *Tantra* stesso.

Come occidentali per poter giungere ad un'esperienza spirituale attraverso il corpo dobbiamo prima fare due passi fondamentali: 1) ritornare al corpo e ad un uso corretto ed equilibrato della sessualità 2) abbandonare l'idea che la mente sia superiore al corpo.

Le modalità per raggiungere questi due obiettivi devono essere "occidentali" ovvero le discipline provenienti dall'Oriente non ci possono aiutare. Ci possono dare degli spunti che però rischiano di restare inefficaci se non vengono prima "tradotti" ovvero se non vengono introdotti quegli "adattatori" che ci permettano di comprendere, a livello cognitivo prima e con il corpo – il nostro tipo di corpo! - poi, il messaggio che trasmettono.

Immaginate una persona che soffre di carenza di ferro. Seppur continui ad assumere ferro il suo corpo non riesce ad assorbirlo. È necessaria una parallela assunzione di vitamina C per avere un risultato positivo.

Lo stesso accade con il *Tantra* in Occidente. Potete seguire gli insegnamenti tantrici così come vengono proposti in Occidente per anni e anni rimanendo però sempre bloccati al corpo e non raggiungendo mai quell'"oltre" di cui vi abbiamo già parlato.

## **Come si sviluppa praticamente la Via del Corpo?**

Dalla nostra personale esperienza abbiamo notato che per noi occidentali – estremamente razionali - l'aspetto cognitivo è fondamentale: è la mente che una volta che ha compreso il messaggio dà il permesso al corpo di fare esperienza. Ma non dovrebbe essere così! Il corpo possiede una sua intelligenza e saggezza che è opportuno venga recuperata anche e soprattutto in rapporto alla

sessualità. Nel fare questo dobbiamo partire considerando il punto di partenza medio di una persona che desideri intraprendere questa via senza esperienze pregresse.

E allora diventa importante dare alla mente, con regolarità, un certo numero di informazioni semplici, chiare e logiche in modo che lasci via libera al corpo di sperimentare.

### La vera storia della sessualità e i corpi dell'essere umano

La *Via del Corpo* è corredata da un cospicuo bagaglio di informazioni relative sia alla vera storia della sessualità occidentale [1] sia al funzionamento del corpo o meglio dei corpi non fisici dell'essere umano [2], con particolare attenzione all'energia sessuale.

Sapere che i nostri antenati vivevano la sessualità in maniera spontanea e naturale – contrariamente a quanto ci viene raccontato – ci apre un nuovo scenario che ci legittima e incoraggia ad un ritorno al corpo per recuperare capacità perse o dimenticate: quella saggezza del corpo di cui dicevamo.

Questo non è un invito a ritornare al livello dei nostri antenati bensì a recuperare parte delle loro capacità. Essi vivevano la sessualità in questo modo perché quella era una fase evolutiva della razza umana strettamente legata alla Materia e alla dimensione animale del corpo. Ora è opportuno che recuperiamo una dimensione corporea che abbiamo abbandonato entrando nella fase evolutiva successiva in cui la mente ha preso il sopravvento. Il recupero del corpo ci permette di bilanciare la mente e di accedere con la nostra totalità alla fase evolutiva successiva. Uno dei passi dell'attuale fase evolutiva che ci riguarda è quello di entrare nella dinamica dell'Amore ovvero unirci in noi stessi – corpo, anima e mente – e una volta completi nella nostra personale Unione passare a quella con un altro essere umano, altrettanto completo.

### Definire l'obiettivo

Definire l'obiettivo primario di questo percorso è un elemento fondamentale perché se la mente sa - al di là delle singole fasi - dove vogliamo arrivare, può conservare uno stato di calma che non ostacola l'esperienza nel corpo.

L'obiettivo è quello di arrivare all'Unione prima fisica e poi completa con un altro essere umano. In questi casi l'orgasmo non è l'obiettivo del rapporto. Alle menti che insorgeranno a questa affermazione diciamo subito che questo non significa astenersi dall'orgasmo o da un rapporto sessuale completo o, se volete, totalizzante. Anzi vi diremo di più: l'assenza di sesso non è umana.

Quando entrerete in prossimità dell'Unione il non cercare l'orgasmo avverrà naturalmente. L'energia sessuale sarà comunque presente ma non concentrata alle zone genitali e non finalizzata all'orgasmo stesso.

### L'esperienza nel corpo

La particolare attenzione che abbiamo dedicato alle attività del corpo in questi ultimi anni è scaturita dal raggiungimento della consapevolezza che

*l'esperienza si può fare solo nella Materia, ovvero nel corpo.*

Facendo esperienza noi comprendiamo il Creato in cui ci troviamo in un processo di graduale comprensione, non solo razionale, che ci permette di crescere e di evolvere [3].

Il nostro percorso di conoscenza ci ha fatto vedere, percepire ed utilizzare il corpo in un modo completamente nuovo e, tra l'altro, anche indagare e definire i molteplici corpi non fisici dell'essere umano [2].

Il problema della nostra epoca è che viviamo nella separazione tra corpo e mente. Ora la mente ricopre un ruolo eccessivamente importante rispetto al corpo.

Ciò che dobbiamo comprendere è che l'esperienza si fa soprattutto con il corpo e molto meno con la mente. La mente è semplicemente uno strumento che permette di adeguarci alla realtà fisica, ma se assume la direzione della nostra vita prevaricando il corpo, è in grado di portarci fuori strada. Alla base di tutto c'è il corpo che ci permette di fare esperienza nella Materia. La mente può anche produrre dei pensieri del tutto illusori che non rispecchiano l'effettiva natura delle cose, che invece è di fatto molto più vicina al corpo.

Estremizzando un po' diremo che "la mente mente", mentre il "corpo non è in grado di mentire".

La demonizzazione e l'errato o esagerato utilizzo dell'energia sessuale sono una subdola illusione della mente, che porta, come abbiamo visto, ad atteggiamenti incongruenti, contraddittori e schizofrenici: mentre la testa dice una cosa, il corpo ne fa un'altra.

Si potrebbe dire che ciò che l'uomo occidentale considera come il suo massimo bene, ovvero la ragione, è talvolta la sorgente dell'inganno.

Ed è per questo che dobbiamo tornare al corpo e al corretto utilizzo dell'energia sessuale, che è quanto di più forte e profondo ci è dato di sperimentare nella Materia, e che in sé contiene anche la possibilità di trascenderla.

### "Tan" – Espansione

Tantra e Danza hanno in comune la stessa radice sanscrita "tan" che significa "espansione".

L'origine della parola riassume già l'essenza sia del Tantra sia della Danza: entrambi, infatti, se praticati in un certo modo sono in grado di portare l'individuo a connettersi profondamente con se stesso e in tal modo con il tutto.

Ne "la Via del Corpo" facciamo largo uso della danza per più motivi e con varie finalità.

Innanzitutto con la danza riusciamo a riportare le persone al corpo, nel senso che danzando il corpo si attiva, la mente si placa e l'energia vitale inizia a fluire liberamente.

Inoltre, se usata opportunamente, la danza diventa una via per percepire forme di Unione a vari livelli: in se stessi, con il partner, con il gruppo, con il luogo, con un certo ambito spirituale e così via.

Questa è ciò che noi definiamo "danza sacra" nella quale, partendo dall'attivazione dell'energia vitale ovvero sacra - dalla radice etrusca "sac" che rimanda a quell'energia terrestre che tutto crea e distrugge - entriamo in ambiti di Unione espandendoci, ovvero superando la pura corporeità.

### **Note sugli autori**

Roberta e Francesco sono amici dal 2000 ... ma forse anche da molto prima.

Un desiderio di ricerca del senso profondo dell'esistenza e un'insaziabile curiosità su tutto ciò che va oltre le normali conoscenze umane li hanno messi in collegamento e, fin dal 2006, hanno intrapreso un percorso comune di ricerca sulla "vera conoscenza".

Assieme hanno elaborato un nuovo metodo di indagine storica, denominato "**metodo storico-intuitivo**" in cui l'utilizzo abbinato di una conoscenza storica oggettiva e di intuizioni ricavate in stato di supercoscienza permette un'interpretazione di manufatti ed eventi irraggiungibile con il normale metodo storico.

La "**Via del Corpo**" è un'altra delle loro realizzazioni comuni: un percorso di crescita umana ed "evolutiva" in cui, a partire dal corpo fisico e dal suo utilizzo nella realtà della Materia, si perviene gradualmente alla percezione di un "oltre" che spazia nel mondo dello Spirito. Divulcano questa via tramite libri, conferenze e seminari in Austria, Germania, Italia e Svizzera.

Hanno un sito in comune in cui raccolgono e pubblicizzano le loro esperienze e comunicano le date dei percorsi esperienziali: **www.voyageindestiny.org**.

## **Bibliografia**

- 1] Rio Roberta – *Sesso Sacro. La Via del Corpo* – Edizioni Arkeios – Gruppo Editoriale Edizioni Mediterranee, Roma – 2015.
- 2] Alessandrini Francesco – *Viaggio del destino – sesta parte – i corpi non fisici dell'essere umano* – Ilmiolibro – I – 2013.
- 3] Hostgut E. e Krug B. – *Crescere attraverso il corpo: la nostra evoluzione viene gestita nella materia* – Edizioni del Faro – Trento (I) – 2014.