



GRUPPO IL POTERE DELLA MEDITAZIONE

Lettera da Bobbio

14/17 giugno 2009

BOBBIO Cascina Morina, dove lo spirito del vento gioca le sue danze liberando essenze aromatiche e suoni antichi...

Il viaggio continua...la tenda che accompagna il mio spirito migrante sempre alla ricerca di nutrimento è ora una capanna sudatoria...bisogno di purificarmi, di vuotarmi, di eliminare il troppo/tanto ascoltato, sorretto, supportato, sopportato per ritornare pulita, vuota, pronta ad accogliere di nuovo.

Si respira...scioglimento...acqua...

PAURA

melma scura e vischiosa che il fiume porta via...

acqua purificatrice...mi rigenera...

Nuova luce...diamante, un fiore brillante, un arcobaleno di luci..

Mi illumino!

Si respira...si balla...si suda...si medita...lentamente ci si trasforma.

Tanta terra e fuoco...e ritmo incalzante, primitivo, che mi àncora a terra.

Sono qui, siamo qui.

Una tribù di guerrieri con lance e scudi pronti alla guerra.

Pronti a combattere la propria battaglia.

Si danza...si sente...si ascolta...si respira...

Si vola con le fate,trasportata dalla sottile lingua di fumo dell'incenso...

Commozione che mi riempie il cuore, lacrime che si sciolgono nelle orecchie...

Ci si scuote...ci si scarica...si suda...si danza...

Buio intorno, onde di colori dentro di me.

Onde le mie nuove braccia,

onda il mio corpo con il suo nuovo fluire,

Leggerezza, aria.

Non sono io...sono me e sono altro da me.

E il gruppo è una giungla, rigogliosa, misteriosa.

Verde che respira e trasuda colori, profumi, pericoli...

Mi ci immergo, sono dentro, il pericolo non mi fa paura,

non importa...voglio starci dentro, stare dentro il mio cuore,

il nostro cuore!

Ballo...respiro...suda...danzo...respiro...ascolto...respiro...

La musica mi penetra ed entra dentro di me e dentro sono foresta, foresta amazzonica...



Poi un urlo squarcia l'aria...
Un urlo mi squarcia liberandomi dal corpo.
Niente più confini...senza corpo...senza spazio...senza tempo...
Solo foresta...verde, colori, rumori, suoni, respiri...
Io foresta!
E nella foresta, della foresta, i suoni, i colori, le urla,
la vita...intorno a me e dentro di me.
E canto.....

TRASFORMAZIONE

mia.....del gruppo
mia nel gruppo
mia e del gruppo dentro di me

Elisabetta