



## ESTRATTO DEL LIBRO

# LA VIA della LUCE FEMMINILE

di  
Loretta Martello

### **Dai confini del Tempo ...**

*Se il maschile può essere rappresentato con una linea diritta, il femminile è sicuramente una linea concava. Questa concavità è tutto ciò che il femminile racconta: è il nido, la culla, le braccia materne, la luna. E' il seno, l'utero, il grembo, la mano. E' il bacino dei mari, dei laghi, dei fiumi, l'incavo del cuore e la volta del cielo. E' il vaso, la coppa, il contenitore universale, il calderone della Dea. Ed è molto, molto altro ancora.*

*In questa concavità si genera e si custodisce la vita. Dalla vita di un seme alla vita dell'universo, tutto avviene nell'umido e caldo interno di questa concavità.*

*Non vediamo mai cos'accade laggiù. Lo sappiamo soltanto più tardi, quando ciò che era nascosto, appare ai nostri occhi.*

*Ci hanno detto che dentro è buio. E noi sappiamo che i misteri avvengono sempre nel buio.*

*Tuttavia, così abbiamo creduto che il femminile sia oscurità. Ma se proviamo a "guardare laggiù", laggiù, nel punto più basso dell'incavo, nel punto dove s'annida l'oscurità più oscura, laggiù, nell'oscuro grembo femminile, quello che troviamo non è che il volto stesso della Luce.*

## **dal Capitolo 1 - ESSERE DONNE**

*Ogni donna ha la sua Luce  
Che rischiara la Via  
A chiunque s'avvicini.  
Han tentato di spegnerla  
Secoli di oscuro terrore,  
L'hanno gettata nei roghi  
E cacciata dalle chiese,  
Condannata al focolare  
O rinchiusa in umidi conventi,  
L'hanno disprezzata, violentata,  
Derisa, allontanata.  
Ma lei è lì, da sempre è lì.  
Piccola Fiamma dagli infiniti poteri  
Arde più che mai  
Nelle radici del Cuore.*

... E quando una donna riconosce il proprio potere trasmette al mondo Luce, riceve luce e irraggia luce, ripartorisce la luce in se stessa e la dona ad altri. Allora quegli sguardi spenti, dimessi, svuotati, che tante donne portano in terapia, stillano luce, calore e amore e uno stato di grande equilibrio e profonda saggezza. Ho conosciuto molte donne. Ho visto donne spaventate, insicure, dimesse, sottomesse, chiuse, represses, immobilizzate, eternamente ammalate o in perpetuo lamento. Ho visto donne in carriera, aggressive, dinamiche, preparate, razionali, decise e apparentemente forti e insostituibili. Ma che la maschera si manifesti velando il nostro essere o ostentandolo all'altro, è sempre comunque una maschera. Non è semplice toglierla. Ci vuole un atto di coraggio e una grande fiducia. Coraggio vuol dire “raggio del cuore”, e fiducia vuol dire lasciarsi andare al fluire della vita. Occorre quindi tutta la forza del cuore e la capacità di abbandonarsi alla vita e alle sue correnti trasformative. Spesso, o sempre, è necessario un salto nel vuoto, sapendo che quel che ci aspetta non è un buio divorante, ma la pace dell'anima che dopo un lungo peregrinare ha finalmente trovato se stessa.

Allora, solo allora, scopriremo tutte le magiche cose che ci compongono. Scopriremo quant'è inesauribile la forza che ci permette di "sopportare", che ci permette il "sacrificio" (nel senso esatto del termine, ossia del "render sacro") per amore, che consente il donarsi all'altro e lo scoprire che donandoci all'altro facciamo il più bel dono a noi stesse.

La donna ha mani dal tocco leggero e potente, mani in grado di tessere tele infinite d'amore e pazienza e compassione e perdono. La donna ha piedi ben ancorati al suolo per attingere l'energia della Madre Terra e distribuirla ad altri, piedi che sanno camminare e camminare e camminare per trovare le Verità più nascoste e che sanno poi danzare per condividere le verità con il cielo. La donna ha un ventre che può generare, accogliere, nutrire e partorire, ha un ventre caldo e magico che Dio ha scelto per deporre il seme della vita. La donna ha seni morbidi che danno cibo, calore, riposo, coccole e gioia, seni in cui l'anima neonata può ritrovare l'abbraccio divino appena perduto. La donna ha un corpo che canta la vita e i suoi continui passaggi di gioia e dolore, di morte e rinascita, un corpo che sa, da sempre sa, che in questa fusione di opposti è il potere della Luce nascosta, quella che può conquistare qualsiasi amante, nutrire qualsiasi figlio, ripartorire la vita fisica, psichica e spirituale ogni qualvolta sia necessario.

La donna sa. Se solo vuole sapere, sa. Poiché il più bel archetipo femminile, la Vergine Sofia, è la sapienza, è colei che sa. Ogni donna ha in sé questo germe sapienziale. Occorre nutrirlo, amarlo e cercarlo in ogni momento, in ogni esperienza. Fare di ogni esperienza un tesoro di conoscenza per il fine ultimo che è l'amore incondizionato. Fare di ogni esperienza un tesoro vuol dire lasciarsi andare alla vita con lo stesso totale abbandono di un bimbo tra le braccia della madre. Allora gli opposti si uniscono, allora non temiamo più alcun dolore, perché in esso scopriremo le radici della gioia, e non temiamo alcun male, poiché il male contiene le radici del bene. Occorre trasformare, lasciarci andare e trasformare, morire e rinascere, morire e rinascere ancora e ancora e sempre. Così saremo per la vita il dono che la vita stessa ci ha chiesto di essere. Così accenderemo il Fuoco Sacro e sapremo infine irraggiare la Luce.

## dal Capitolo 2 - “IL POTERE DELLA “M”

C'è un suono che tutti i neonati del mondo riconoscono ed è il suono “Mmmm...”, la radice di Mamma. In tutte le lingue del mondo i bambini riconoscono, e non solo i bambini, ma anche molte specie di mammiferi, in questo suono ed in questo nome il simbolo del nutrimento, della cura, della dolcezza, della protezione e di quant'altro può dare una madre. E' un suono rassicurante, che infonde accoglienza. E' la traduzione confidenziale di un nome ben più potente: Madre. Quest'ultimo include, oltre alla calda accoglienza, un sacro timore. Davanti a questa parola ognuno di noi s'arresta, poiché è il termine da cui tutti proveniamo.

Secondo gli insegnamenti mistici della Kabbala, le lettere usate da Dio per creare l'universo sono conosciute come lettere Madri nell'alfabeto ebraico, e sono A (Alef), M (Mem), SH (Shin). La A è la lettera madre dell'Aria, la M è madre dell'acqua, la SH è madre del fuoco. La A è il respiro, la M è l'acqua dal respiro, la SH è il fuoco dall'acqua. La M è quindi l'acqua che deriva dall'aria e che a sua volta dà origine al fuoco. Essa è in modo particolare Madre delle forme viventi sulla terra, così come ci è stato tramandato dal libro della Genesi, che ci parla dell'inizio della vita come di un momento in cui “lo spirito di Dio aleggia sulle acque”.

..... Così questo suono vibra nella psiche femminile ogni qualvolta la donna abbraccia un'iniziazione. E le tre iniziazioni femminili portano come iniziale una M: Mestruazione, Maternità, Menopausa, le grandissime tappe dell'evoluzione femminile legano la forza della M al Mistero del sangue. La stessa parola *mistero* è costituita da *m* + *ystera*, cioè dalla lettera madre più il termine greco *ystera*, che è utero. Il Mistero è quindi ciò che si genera nell'utero attraverso la M. Il potere femminile sottende ogni via misterica ed il sangue ne è la componente essenziale, l'acqua di fuoco che manifesta visibilmente il Sé nel nostro corpo. Il sangue è la sacralità fattasi materia. Si potrebbe anche dire che l'M è sangue spirituale, è il suono che ricorda alla donna ad ogni mestruazione e ad ogni parto il vincolo

spirituale di cui è depositaria, e che si manifesta con la capacità di generare la vita.

..... Ogni bambino sa che le braccia della madre sono le braccia di Dio, che la sua voce è il suono liquido di Dio, che il latte è il nettare dell'amore di Dio. Poiché Dio vive nel profondo del cuore e non può essere scoperto se non attraverso la madre. Rimarrebbe là, nascosto, se la madre non lo rendesse visibile, così, come noi non possiamo guardare il Sole perché è troppo visibile, ma possiamo guardare la Luna, che accoglie amorevolmente la Luce del Sole e ce la riconsegna affinché noi la possiamo conoscere.

Questo è quanto una via femminile di Luce può fare: rendere visibile il nascosto, manifestare il principio fecondante solare maschile che giace addormentato nel cuore perché troppo assoluto e troppo semplice insieme per essere colto. Il Sole è assoluto, potente ed onnipotente, sappiamo che c'è, e questo ci rassicura, non ci spingiamo oltre. Sappiamo che i nostri occhi non ne possono reggere la forza, e quindi non lo guardiamo. Accettiamo, spesso inconsapevolmente, che esso "è". Ma noi siamo la Luna. Possiamo renderci ricettacolo della Luce, per poterla donare, possiamo far conoscere ciò che è troppo visibile per essere conosciuto. Poiché non temiamo le tenebre, possiamo avere il coraggio di spingerci fin laggiù, dove il maschile non osa arrivare, e risalire con il tesoro tra le mani. Allora anche il maschile incontrerà se stesso. Attraverso il nostro essere Luna, noi doniamo il Sole. Il maschile ha quindi la possibilità di specchiarsi e riconoscersi, e l'umanità tutta ne può uscire affrancata e maturata.

In tempi remoti la Luna era unita alla Terra ed insieme erano una grande massa liquida. Incontriamo quindi la Luna, la dimensione acquee della grande Madre Celeste, incontriamo la M, il suono acqueo della creazione e lasciamoci andare.

.....

### **dal Capitolo 3 - IL SEGRETO DELLA LUNA**

*Luna,  
Dolce lume nella notte,  
Offri alle tenebre la memoria del giorno.  
Verso il tuo grembo  
S'innalzano i mari,  
La Terra si nutre di argenteo riposo.  
Madre, Figlia, Sorella, Sposa,  
Il tuo occhio femminile  
Dentro ogni donna ravviva lo sguardo  
E verso te sale la preghiera dell'Anima,  
Perché tu la porga nelle mani del Sole.*

..... Diventare ciò che si è, è il compito di ogni creatura. La Luna e il mondo femminile collaborano affinché questo si realizzi.

Forse è questa la più straordinaria analogia tra la Luna e la Donna: la Luna accoglie la Luce Divina e la consegna alla Terra, la Donna accoglie la Forza Solare Maschile, la traduce in sé e la riconsegna all'Umanità, così che l'umanità possa servirsene.

La Luna, fecondata dal Sole, rende la Terra fertile, così la Donna, fecondata dall'Uomo, consegna il Figlio all'umanità. Ma non è solo il figlio biologico ciò che la donna offre all'umanità, ma un figlio-seme, un figlio-progetto, un'energia d'incalcolabile valore spirituale, che la componente maschile ignorerebbe se la donna, proprio come la Luna, non la rispecchiasse in sé, riconsegnandola più visibile e più quieta. Il dirompente e accecante fuoco solare non diventerebbe luce calma e serena senza il paziente lavoro della Luna. Il dirompente e incontrollato fuoco maschile non diventerebbe energia d'amore, energia-dono, energia-figlio, energia-seme per il futuro, senza il paziente lavoro della donna. L'energia Sole rimarrebbe inavvicinabile e invisibile, l'energia maschile rimarrebbe un fuoco ardente, senza scopo conoscibile e fecondo. L'Uomo, come il Sole, ha bisogno della Donna-Luna che gli riveli se stesso. La Donna, come la Luna, ha bisogno dell'Uomo-Sole per essere inondata di Luce.

Il Matrimonio Sacro si compie nel Cielo, quando Luna e Sole si fondono nel tempo della Luna Nuova, e lo stesso accade sulla Terra. Il Sole e la Luna uniscono le loro energie affinché si compia l'evoluzione cosciente dell'umanità. L'Uomo e la Donna si uniscono affinché il figlio-seme, nel divenire del tempo, sviluppi sempre più l'autocoscienza per il cui scopo è destinato.

..... La fase della Luna Piena porta all'età della Madre, ossia l'età della massima espansione e realizzazione creativa. La donna è pronta a ricevere l'uomo, la Luna a ricevere il Sole, a rendersi gravida di Luce-Coscienza-Volontà. La Luna offre alla Terra il frutto della sua gravidanza solare, la Luce piena, tonda, totale, che espande i mari e rende fertili le pianure, la donna offre il Figlio, il frutto del grembo, della propria capacità lunare ricettiva ed accogliente, che sa trattenere il seme nell'oscurità di sé e nutrirlo interiormente fino al suo pieno compimento.

La Luna Piena è il dono che ogni donna dà all'umanità attraverso il figlio. Il Figlio è simbolicamente qualsiasi realizzazione effettiva di un progetto creativo maturato nel tempo, un progetto concepito nell'oscurità di un'idea-seme (Luna Nuova), accettato e nutrito attraverso il tempo e la misura necessari alla sua formazione (Luna Crescente), e infine realizzato, reso pienamente visibile, accessibile, vero (Luna Piena).

Quando la Luna è piena nel cielo, la sua distanza dal Sole è al massimo grado. Il Sole tramonta la sera nel momento in cui la Luna sorge ad est, e la Luna tramonta ad ovest al mattino nel momento in cui il Sole sorge ad est. In questo particolare gioco, le forze divine esprimono la loro complementarità nella loro opposizione: la Luna, che prima s'era congiunta al Sole, e che era rimasta invisibile agli occhi umani, perché totalmente dissolta nella potente Luce, ha cominciato poi a staccarsi dal Sole, mentre progressivamente accettava la maturazione e la crescita della Luce in sé. Al momento della pienezza, quando è pronta a dare il dono totale di sé, si trova alla massima distanza dallo Sposo Celeste. Così la Donna, dopo aver accettato la fusione con l'Uomo-Sposo, con il principio ispiratore, gestisce da sé nel grembo il Figlio-Progetto che cresce, e quando egli è pronto, la donna è altrettanto matura ed autonoma e piena di tutta la forza solare per poter partorire.

La donna è sola nel parto, sola nell'atto creativo, ma possiede in sé le forze del principio maschile che l'hanno resa gravida, e che ora la sostengono nel rendere alla vita ciò che lei ha generato e cresciuto nel proprio Grembo-Luna. Che sia un figlio biologico, un'opera d'arte, un'opera sociale, un progetto lavorativo, un canto, una danza, o un pranzo ben riuscito, questo è il tempo della piena realizzazione. L'Illuminazione è manifesta, la Donna-Luna può vedere ciò che ha creato, la Terra può usufruire del suo Dono.

#### **dal Capitolo 4 - LA DOLCEZZA DELL'ACQUA**

..... Nelle ragazze anoressiche, nelle quali il rifiuto della femminilità è particolarmente grave, l'Acqua sembra essere l'elemento del diavolo. Esse si lavano velocemente, solo perché è necessario, spesso non conoscono il piacere di un bagno rilassante, o non mettono i piedi nel mare. Se non superata, la paura dell'Acqua diventa un vero e proprio terrore, poiché l'allontanarsi da un elemento può far sì che quell'elemento richiami i suoi diritti all'interno della psiche, inflazionandosi nel tempo, mentre contemporaneamente la paura fa aumentare le difese e la rigidità. Più aumenta il bisogno, e più aumenta la fuga dal bisogno. Una donna che entra in una tale trappola deve fare un grosso sforzo di autoconsapevolezza per togliere le numerose dighe poste sul fiume interno, prima che l'Acqua tracimi, inondandole tutto l'inconscio (nel mondo dei disturbi mentali questo porta alla depressione, nel mondo dei disturbi fisici si formano fibromi all'utero, al seno, e varie patologie alle vie genitali), o prima che il fiume s'inaridisca, inabissando le proprie acque per sempre. Troveremo in questo caso



una donna magra, rigida nei gesti, aspra nella voce, incapace di concedersi all'amore erotico, incapace di generare e di prendersi cura dei figli.

Alcune donne ritengono di non avere problemi con l'Acqua, perché magari sono esperte nuotatrici, o perché fin da piccole sono state abituate ad andare al mare. Tuttavia la separazione dall'elemento acqueo nella psiche può esserci ugualmente. Poiché l'Acqua esprime il "sentire", non basta saper nuotare (magari in modo aggressivo), ma è necessario saper accogliere l'Acqua nella sua dolcezza, nel suo avvolgimento, incontrare l'Acqua-culla, che forse è stata troppo fredda, o troppo assente nel tempo lontano in cui si era ancora nel grembo materno, o nelle prime settimane di vita.

Quando l'elemento acqueo è stato vissuto così duramente, la frattura all'interno della Psiche-Anima-Luna-Donna è molto profonda e altrettanto profondo può essere il dolore che s'incontra per riconciliarsi con essa. Immagini di Acqua impetuosa, di argini che si rompono, di uragani che devastano, di maremoti e di maree distruttive sono spesso presenti nei sogni di notte, o nelle visualizzazioni in stato di veglia, quando l'Acqua interiore fa paura, quando la lacerante frattura non è stata risanata. Ma se si ha il coraggio di guardare in quella frattura, di percepire il lontano vuoto, l'antico freddo dell'anima bambina, se si riconoscono e si comprendano e si giustificano e infine si perdonano gli errori commessi dalla madre o da chi altro è stato al posto suo, la riconciliazione avviene con la propria Anima-Acqua. E l'Acqua comparirà allora nei sogni come tranquillo e limpido fiume, come lago che riflette liquidamente il cielo, come mare dolce e immenso che accoglie e che rigenera e le cui onde lambiscono la terra e tornano al grembo e tornano alla terra, in una continua trasformazione-resurrezione. La donna, risanata e recuperata, sorriderà al proprio fiume interno, non avrà più timore di lasciarsi trasportare dalla corrente dei sentimenti, l'emozione salirà ai suoi occhi e le permetterà di piangere, non solo di disperazione, ma anche di gioia e di partecipazione.

## **dal Capitolo 5 - LE TRE GRANDI "M"**

### **Le tre iniziazioni femminili**

..... La discesa e la risalita, il buio e la Luce, il periodo sterile ed il periodo fertile, la Luna Oscura e la Luna Nuova, la tristezza e la gioia, tutto ciò che sul piano degli opposti compone la dualità dell'essere femminile, comincia ad essere sperimentato e vissuto nel costante movimento ciclico. La fanciulla sperimenta se stessa, anche se in modo ancora frammentario ed inconsapevole, e ora ridendo, ora piangendo, ora abbracciando, ora respingendo la propria madre, incontra il proprio mondo sommerso. Pur nella confusione della vita quotidiana, lo sguardo interiore diventa più acuto e penetrante, le intuizioni sulla natura psichica delle situazioni che vive si fanno sempre più precise, e se da un lato può esserci intolleranza per l'ancora evidente immaturità dei compagni dell'altro sesso, l'attrazione verso il maschile e la condivisione di interessi comuni si fa sempre più vivace. Da un lato la dimensione aerea, leggera e lineare vissuta precedentemente e pervasa di percezioni sottili di natura spirituale, sembra smarrirsi totalmente con l'arrivo del menarca, mentre si manifesta una rapida discesa sulla terra e su tutto ciò che la terra pone come limiti e possibilità materiali. Dall'altro, va evidenziandosi nella psiche un impulso acqueo oscuro che sedimenta e avvolge lo spirituale e lo trattiene dentro di sé, per renderlo poi con gli anni a venire sempre più consapevole. È come se negli anni dell'infanzia lo Spirito aleggiasse attorno alla bambina, semplice e sfuggente come un battito d'ali che la sfiorasse, mentre ora la spiritualità comincia a manifestarsi dall'interno. L'incontro con il sangue sancisce questo patto con l'Anima, nella quale lo Spirito si manifesta. Così, all'esterno l'adolescente appare attiva, socievole, concreta e vicina anche agli aspetti maschili, all'interno vive in lei la Donna-Anima-Ombra-Luna. L'Acqua è l'elemento che la caratterizza e che le consente l'introversione della coscienza e l'intima Conoscenza.

## **dal Capitolo 6**

### **I TRE ARCHETIPI DEL FEMMINILE: LILITH, EVA, SOFIA.**

*Voglio prendere dalla Dea Nera  
Scarponi per camminare nel ventre degli uragani.  
Voglio prendere dalla Dea Bianca  
Sandali usurati dall'incedere verso il domani.  
E dalla Dea d'Oro-Azzurro  
Voglio prendere il trasparente velo  
Quello che avvolge piedi  
Ormai fatti di cielo.*

..... Sofia è dunque la saggezza che viene dal cuore: ella è l'Io Sento (Luna) congiunta con l'Io Sono (Sole). Se Lilith era la tenebra ed Eva era il visibile, Sofia è il soprannaturale.

Come vive questo archetipo in noi? E' davvero così irraggiungibile?

Si può rispondere di no, poiché lei ama e conosce e guarisce e nutre e sostiene, ed ogni donna ha in sé la capacità di fare questo. Ogni donna è Sofia in alcuni particolari momenti della vita. Il primo tra questi è sicuramente l'atto del dare la vita, poiché esso è l'aspetto sensibile e accessibile di un grande mistero spirituale che si svolge nei Cieli, ed ogni donna aperta e pura nel cuore può avvertire accanto a sé la presenza della Madre Divina durante il parto.

Anche in seguito, nei “quaranta” giorni dopo la nascita del figlio, la donna è congiunta magicamente alla terra ed al cielo, e pur occupandosi di faccende concrete, si muove leggera, circondata da un'aurea Luce, in un tempo senza tempo. Essa emana il diritto al rispetto, e tutti, uomini e donne, sanno istintivamente che non la possono ferire. Mentre avviene la purificazione fisica dell'utero, e la trasformazione del sangue in latte, un processo di purificazione accompagna anche l'anima che è stata ormai toccata dal mistero del parto. Niente sarà più come prima. Il processo della Morte-Rinascita tocca la corda più profonda della psiche femminile. Quella corda risuona nei quaranta giorni sacri e la sua eco inonda lo spazio dove si muove la donna. Essa è bella, di una bellezza

soave, di una purezza che solo l’esperienza della maternità può dare, che è in sé la massima esperienza del Numinoso. La donna sa d’essere stata toccata dalle ali degli Angeli e dalla mano della Madre. Nel processo di simbiosi con il figlio, nel suo tenerlo amorevolmente tra le braccia, lei vive il segreto spirituale della dolce Luna che tiene tra le braccia il Sole.

Una donna è Sofia anche quando, dopo l’amore, guarda il suo sposo-amante con infinita dolcissima tenerezza; è quando sente su di sé, per suo proprio sentire, la sofferenza e la gioia del figlio e di tutti i figli che incontra; è quando per generoso amore, accetta coscientemente il sacrificio incondizionato di sé e lo sostiene fino alla fine; è quando, in momenti contemplativi, ode il sussurro di una voce o di una preghiera attraversarle il cuore. Ed ancora, è l’attimo in cui sente di essere oltre ogni paura e ogni dolore e scopre, anche se per pochi istanti, la Luce che irraggia dietro ogni cosa, e può osservare che anche nella più drammatica esperienza c’è l’elemento della gioia.

Sofia agisce anche nell’intelletto, in ogni momento in cui diciamo che “*si è accesa una lampadina*” nella mente. Lei è la “Gestalt”, la forma che unisce le parti divise, la sintesi da cui è derivata l’analisi e che torna a farsi nuovamente sintesi, è il tutto che è più della somma delle parti, è l’insieme la cui forma dà vita ad un concetto nuovo, ad una nuova intuizione.

Sofia agisce quando, di fronte ad una situazione imprevista, di fronte ad un problema che sembra privo di soluzione, ci fa udire una voce ancestrale che ci dà all’improvviso un orientamento diverso, una voce saggia e lontana che inaspettatamente ci fa sentire al sicuro.

Sofia è il Giglio, è il Loto, è il Fiore Siderale, è la “Candida Rosa”, la divinità interiore della donna che la guida verso trasformazioni sempre più alte.

Sofia non rinnega Lilith ed Eva, semplicemente le accoglie in sé, poiché lei è il risultato della trasmutazione delle loro energie.

L’oscura Lilith è il caos dal quale deriva l’ordine, la fiduciosa Eva è l’ordine da cui deriva “Colei che custodisce la Luce interiore”, Sofia.

Il Sé femminile è la Grande Madre che tutto abbraccia, che conosce il grembo della terra, che impasta la poltiglia nel calderone della vita, che accorda il proprio cuore sul battito del cuore terrestre ed il cuore terrestre sul battito del cuore dell'Universo.

E' l'"M" che estende la sua vibrazione nella spirale infinita.

## **dal Capitolo 7 - LA NATURA E L'AMORE**

..... Nella nostra ricerca d'amore, tutti noi, uomini e donne, cerchiamo la madre. Quel primario rapporto che ci ha resi un'unica cosa con lei durante i nove mesi di gestazione, e che si è prolungato poi nel fusionale abbraccio e nel calore del seno per tutto il primo anno di vita, rimane nel nostro inconscio e accompagna il nostro desiderio d'amore per un compagno.

Poiché l'amore materno è collegato nella profondità del nostro essere all'amore della Madre Terra, anche l'amore erotico affonda le proprie radici nel caldo nido di lei.

Tutte noi probabilmente abbiamo sperimentato come lo spegnersi di un amore porti inevitabilmente anche allo spegnersi del sentimento della natura. Quando siamo innamorate la natura "pulsava" e attira magneticamente a sé la nostra anima. Quando l'amore tace, cade il silenzio anche nelle più sublimi immagini del creato. Tuttavia la natura può aiutarci a recuperare il sentimento d'amore. Nel tempo del dolore per la perdita di chi amavamo, la natura può davvero accoglierci nelle sue braccia calde, e darci quella consolazione che solo una madre può dare.

La Madre Terra, o Grande Madre, non parla solo la lingua delle Pietre, delle Piante e degli Animali, ma anche quella dell'Acqua, del Fuoco e dell'Aria, della

Luna, del Sole, del Cielo e delle Stelle e dell'Universo intero. La Grande Madre abbraccia tutto. Nell'abbraccio di un uomo ritroviamo la forza delle pietre, l'acqua dolce dei sentimenti, il fuoco della passione, l'aerea forma delle parole d'amore. Sentiamo vibrare la nostra anima di Luna, mentre il Sole irraggia Luce dal cuore. Lembi di cielo cadono nei sospiri dell'amore e la calda tenerezza del grembo del mare ci avvolge in una carezza infinita.

L'amore erotico è sempre la diretta comunione con il Divino. È la più sacra delle forze che abbiamo. Essa desta il Serpente in noi, il serpente che giace avvolto su se stesso per tre giri e mezzo alla base della spina dorsale, e che si alza con movimento a spirale lungo la colonna fino a raggiungere il cuore, punto energetico dell'amore incondizionato, e poi ancora più in su, verso la sommità del capo, il punto di Illuminazione.

Vivere la sessualità senza la dimensione dell'amore distrugge il serpente, ed esso rimane chiuso in se stesso, addormentato, non muove l'energia verso l'alto, verso le vie sapienziali. Ma anche l'amore senza vita sessuale può provocare il medesimo spegnimento, poiché l'amore senza la mediazione sessuale, l'amore solo spirituale, ha vie d'accesso solo in anime particolarmente evolute, per la maggior parte di noi esso provoca nevrosi, dissociazioni, blocco d'energia, frustrazioni e mancanza di gioia.

Presso gli Uomini-Medicina, gli Sciamani, i Sufi, e le nostre Antiche Madri, l'estasi è necessaria per ricongiungersi con la Divinità e da essa ricevere il dono della guarigione o della sacra visione chiaroveggente.

..... Il mondo maschile è più aperto nei confronti della dimensione erotica della natura. Poiché sente in essa il richiamo della madre, ossia il richiamo del primo amore, accetta volentieri di celebrare quell'amore con la donna che ama. Ma la donna più spesso è inibita, timida, o prova vergogna. E benché un'antica e selvaggia voce si agiti dentro di lei, tende spesso a negare questo desiderio e a relegare i momenti di intimità a orari stabiliti, in giorni stabiliti, in un luogo stabilito, con una certa luce fioca.

Ma l'amore chiede di essere vissuto anche in piena luce solare, su prati ancora umidi di rugiada, su scogli che arginano il ruggito del mare, nel sottobosco pregno di muschio e funghi, nelle sere ventose di una brughiera, sotto la pioggia sottile di un bosco a primavera, al limitare dell'infrangersi di una cascata.

La natura aiuta ad accendere il desiderio, ed il desiderio in sé è preghiera, e la preghiera è diretta emanazione della Luce, perché è il mezzo che ci permette di essere notati e guidati dagli Angeli.

Per cominciare, togliamoci calze e scarpe e camminiamo a piedi nudi sull'erba, sulla terra, sulle pietre, e dentro i torrenti. Avvertiremo così l'energia del serpente inondarci il ventre e salire verso il cuore. E sempre a piedi nudi proviamo a danzare, cerchiamo l'armonia dei gesti e del corpo, scopriamo la nostra magia. E poi togliamoci i vestiti e ascoltiamo la brezza del mattino, e osserviamo la pelle nuda alla luce della luna. La vedremo emanare dei messaggi nuovi, riconosceremo in noi il colore dei deserti e la superficie argentea del mare. Abbracciamo gli alberi, rotoliamoci dalle colline, corriamo in mezzo al vento, partecipiamo alla pura violenza del fulmine e del tuono.

E quando verrà la prima neve proviamo a pensare, come insegnano gli Indiani d'America, che la neve è un dono del cielo perché siamo ancora capaci di sognare.

**dal Capitolo 8 - L'ENERGIA COSMICA IN NOI**

*Nel gran calderone  
L'Antica Dea  
Impastò Pianeti, Stelle e Galassie.  
Soffiando su di essi formò lo spazio  
E dal centro della Notte estrasse la Luce.  
Poi raccolse l'Universo  
Nel cavo rugoso della sua grande mano  
E gentilmente lo depose  
All'interno d'ogni Cuore  
Perché fosse custodito con Rispetto  
E conosciuto solo dall'Amore.  
Così il concavo Cielo si specchia  
Nel concavo nido del Cuore  
E quando gli occhi si volgono Lassù  
Incantati dalla nostalgia dell'immensità,  
Vediamo il Cuore contemplare se stesso  
Per scoprire la via della Libertà.*

..... La nostra personalità ed il nostro corpo fisico sono completamente rinnovati ogni Sette anni. Il pianeta che rinnova la personalità ogni Sette anni è Urano, il Settimo pianeta del Sistema Solare che impiega Sette anni a transitare da un segno zodiacale ad un altro. Governatore dell'Acquario, Urano è un'energia iper-maschile, di forza trascendente e dirompente, che vuole, assolutamente vuole, libertà.

Per noi donne è importante l'energia uraniana, in quanto collegata al Sette e in grado di dare al femminile il supporto di cui ha bisogno per camminare sola nel mondo, verso la Luce. Camminare sola può sembrare triste, a volte perfino crudele. Eppure il cammino interiore è un cammino di solitudine. Per molto tempo, prima che la vita elargisca i doni di Urano, si può vagare in uno stato di smarrimento, e successivamente in una solitudine fortificata dalle prove psichiche. Solo più tardi si riuscirà a condividere con gli altri e moltiplicare il beneficio del riposo dell'anima in Dio, e si riuscirà a portare Amore e Conoscenza al di fuori dei vincoli affettivi e del calore protettivo del focolare.



..... L'era acquariana, dominata da Urano, è come il suo glifo, rappresentata da onde non collegate tra loro (♁). L'aria è il suo elemento, cioè il supporto dello Spirito portatore d'acqua. Non è più un'acqua che lega, ma un'acqua che nutre la libertà. Urano è il suo Signore ed è cosciente, responsabile, intuitivo, indipendente, intelligente. Ma tant'è indipendente, quanto indipendentemente è partecipe dell'altro. Nell'essere per gli altri senza rinunciare a sé, la donna uraniana arriva alla massima individuazione, che la porta alla sicura progressione evolutiva. La coscienza può raggiungere livelli tali da toglierle la solitudine terrena, prima necessaria, e portarla alla naturale dipendenza cosmica. Al di fuori da tutte le religioni, lei si muoverà in modo innovativo nella grande famiglia che è il mondo ed avrà con il Cielo un contatto tutto personale.

## **Capitolo 9**

### **IL RINNOVAMENTO SETTENARIO E LE DANZE DI LUCE**

*Sollewa il tuo sguardo  
E il cielo vivrà in te  
Muovi i tuoi passi  
E l'Angelo ti condurrà a sé  
Immergiti nel Sole  
E scoprirai perché  
Se danzi il tuo tempo  
Il tempo danzerà con te.*

..... Tra le vie d'espressione corporea, quella che sento particolarmente irraggiante è la danza meditativa, che nel suo aspetto più elevato è la preghiera danzata.

E' il prendersi per mano nel cerchio, simbolo dell'infinito, e andare, verso il centro e verso il fuori, verso destra e verso sinistra, verso il basso e verso l'alto, nella spirale, nella croce, nel quadrato, nella stella. E' creare le forme primordiali,

con passi semplici e gesti semplici che ripetono più volte la forma primaria, affinché essa diventi un simbolo vivo e trasformativo all'interno di noi.

La danza può permettere la trasformazione attraverso la gioia, ed è questo uno dei suoi massimi poteri. Poiché la trasformazione è sempre vista come il luogo del dolore e della notte, trasformarci con la gioia è un rovesciare tutti gli inni alla sofferenza. Con questo non si vuole offrire una soluzione comoda, a fronte del duro lavoro della terapia verbale, e che resta peraltro la più accessibile via alla conoscenza di sé. Ma si può considerare come accanto alla rivisitazione e ricostruzione del passato, accanto all'estrazione delle ossa dell'anima dalla tomba in cui sono state gettate nella prima infanzia, accanto all'inevitabile dolore che dovremo sforzarci di “guardare”, possiamo mettere qualche goccia di gioia-luce, che illumini le ossa e le faccia cantare, che tolga l'urlo al dolore e lo inumidisca di dolci lacrime.

La danza può fare questo, poiché consente *“l'unione da persona a persona, da persona all'universo, da persona a Dio”*, come dice M. Bejart.

.....

#### **42-49 Anni: Il tempo dell'Incantatrice**

L'età del Sole raggiunge lo zenit, e lentamente accoglie l'arrivo di Giove, il dio della saggezza, della giustizia e della gioia. A questo punto siamo pronte per l'ultima svolta del sangue, il suo farsi Coscienza. Verso la fine di questa fase il sangue scompare alla vista degli occhi e diventa materia per l'occhio interiore. Questo occhio interiore è ora capace di intuizioni profonde e di pacata saggezza. Gli anni che conducono all'ultimo mistero del sangue sono pregni di nuovo significato. Ormai riconosciuti i propri doni o talenti, e lasciato definitivamente ciò che non serve più, questa fase della vita consente alla donna una profonda e appagante realizzazione. Il mondo dell'amore e della sessualità eleva le sue vibrazioni.

*“L'amore basta all'amore”*, dice il poeta mistico C. Gibran, e il senso di questa bellissima frase può essere ora interamente compreso. Non è un uomo, o un figlio, o un caro amico che ci danno l'amore, ma essi sono i canali attraverso i quali l'Amore si manifesta. L'amore è immanente. Nella Natura e nel Cuore esso

celebra se stesso. Gli altri, tutti gli altri che noi amiamo, o che ci amano, non sono che riflessi di quell'Amore. Amando l'amore noi cominciamo ad amare qualunque figlio e qualunque creatura figlia della Terra. Le onde dell'amore arrivano ad abbracciarci sempre più intensamente, formandosi le une sulle altre. E' necessario lasciarci trasportare. L'abbraccio cosmico, la Grande Madre ci chiama. La vita sessuale diventa sempre più coinvolgente, perché l'energia che si libera a livello genitale sale ora più facilmente verso il cuore e l'intelletto. Il serpente Kundalini risale lungo la colonna vertebrale, metamorfizzando l'energia dell'istinto in energia e intelligenza d'amore. Ha inizio una nuova saggezza. Nessuno c'insegna più, ma impariamo dalle cose il senso delle cose, è il centro dell'esperienza che diventa saggezza, ed il sapere si semplifica sempre più, riducendosi all'essenza, alle ossa.

..... **Danzare** il tempo della Luna Calante significa portare i propri passi dentro l'Incantatrice che è in noi, dentro il tempo del primo autunno, quando l'uva è dolcissima e il granoturco è d'oro scuro, quando l'arco del sole si tende verso sud ed il tramonto lascia un riverbero del suo rosso occhio sulle tenebre non ancora mature.

Ora la musica che sostiene la danza può unire in sé l'energia dei quattro elementi: la terra-sicurezza, l'acqua-sensibilità, il fuoco-ispirazione, l'aria-espansione. Possiamo danzare insieme il ritmo asciutto della terra con la morbida onda del mare, la vivacità incandescente del fuoco e la mobile carezza dell'aria.

Stiamo per tornare ad essere la bambina che eravamo, prima che il sangue scolpisse la sua Parola nel nostro ventre. Ora la bambina che danza in noi ha in sé la gioia dell'infanzia compenetrata dalla magia del sangue che ha fatto di lei la madre dei figli della Terra e l'amante delle forze del Sole. Il grande compito è assolto. Danziamo il nostro fascino, il nostro incanto, la nostra Luce emergente. Le mani stanno sul cuore e dal cuore vanno verso il basso, verso l'alto, e verso l'altro, verso il grande spazio dove incontriamo l'umanità ed andiamo oltre ed oltre ancora.

Ora siamo vicine alle forze maschili. Come la Luna Calante nel suo ciclo celeste si avvicina ogni giorno di più al Sole, perdendosi sempre di più in esso, così noi dissolviamo lentamente noi stesse, man mano che raggiungiamo il principio maschile in noi, e con esso diventiamo nuovamente “ver-gini”.

Il sorriso della Vergine Sofia è ciò che ora si affaccia, con il sorgere della Nuova Coscienza. Ci attende un futuro ricco di doni, dove il dono più grande è diventare il dono stesso.

La parola di Urano è: *“Immergiti nel tramonto e diventerai l'alba”*.

### **dal Capitolo 10 - LA VIA DELLA LUCE**

*Aiutami o Madre Divina  
A scendere in me stessa  
Fino a raggiungerti.  
Sostienimi quando il freddo mi attanaglia  
Ed il buio mi trascina con sé.  
Colma il vuoto lasciato dai miei errori.  
Colma il silenzio quando nutre la paura.  
Guida i miei passi esitanti  
Quando ti cercano e non sanno dove sei.  
Sostieni la mia speranza  
Quando la fatica è grave.  
Sostieni la mia fede  
Quando il dolore vuol seppellire il cuore.  
Aiutami o Madre Divina  
A riconoscermi nel tuo oceano di Luce  
Dove il canto continua a cantare  
Dove la danza non può che danzare  
E ogni amore si volge verso l'Unico Amore.*

..... Cos'è dunque una via di Luce?

Nei gruppi con i quali lavoro mi trovo sempre a confrontarmi con questo particolare elemento, la cui natura non mi era ben chiara, se non fossero stati

proprio i gruppi a rivelarmene l'esistenza. Nei gruppi si danza insieme, si parla, si medita, si immagina, si conosce il corpo ed il suo linguaggio. E' una via di conoscenza che parte dall'esperienza del movimento e dell'energia, toccando vari livelli dell'essere, dalle componenti visibili e cosce, a quelle più subcosce, fino agli strati più profondi e dissolventi della psiche. E' a questi livelli più impercettibili che nasce il Fuoco-Luce, così come lo percepiamo. Una cosa molto bella è che questo Fuoco-Luce rimane nell'ambiente anche per diversi giorni dopo il lavoro eseguito insieme. E' come se un riverbero d'amore continuasse a vibrare nella stanza, un tepore di pace e di bene che si fa tangibile, e l'atmosfera fosse più piena, più profumata, come se vi respirasse un angelo o un gioioso arcobaleno.

Di solito lavoro con gruppi misti, di uomini e donne, anche se la prevalenza femminile è quasi sempre una costante, e questo elemento numinoso è sempre presente, così come lo è quando ci troviamo in sole donne. C'è tuttavia una differenza.

Amo molto l'energia maschile. Nei gruppi così formati, dove si unisce il lavoro terapeutico alle vie spirituali, l'energia maschile è stabilizzante, equilibrante, è una linea dritta verso il cielo, nella quale il circolare universo femminile trova una direzione ben definita. La presenza maschile è un'energia che agisce come un balsamo lenitivo sul potere femminile, e fa percepire il principio fermo e distaccato del Logos completare l'appassionato e a volte dirompente impulso dell'Eros. Mi piace pensare che la donna non basti a se stessa. Mi piace sentire questa complementarità che porta all'Unione, quel principio primo a cui tutti tendiamo. L'elemento che ne risulta è davvero completo. La donna viene nutrita nel suo bisogno di forza unidirezionale ed intellettuale, l'uomo viene nutrito nel suo bisogno di accedere all'umido suono del cuore.

Tuttavia, lavorare con sole donne apre porte che con gli uomini non è sempre possibile aprire, per la loro quasi religiosa resistenza ai misteri. Con le donne si possono danzare le danze a spirale e andare giù, sempre più giù, dove affonda la coda del serpente. Con le donne, il cuore che pulsa il Fuoco di Luce prende un ritmo nuovo che bussa e bussa alle porte del ventre. E' un Fuoco che lega ed

unisce, un Fuoco d'Acqua che scorre da anima ad anima, che affonda le sue radici nella notte dell'inconscio e che si eleva sempre più in alto. Le anime, così unite, sono un'unica fiamma radiante. La Luce è la diretta emanazione di questa radice d'Acqua e di Notte che diventa Combustione Spirituale. E tanto più vive l'anima della donna, tanto più il Fuoco s'innalza e la Luce diventa vivida. Il Fuoco Lunare qui è reso realtà viva, la Dea dell'Acqua e del Fuoco danza e parla e sogna con noi, e condivide lacrime e sorrisi. Bellezza, Sapienza e Forza ora non sono più nascoste qualità psichiche, ma viva corrente iridescente, che scorre da un cuore all'altro.

Qualcuno sostiene che la percezione del Fuoco-Luce nei gruppi femminili sia l'effetto dell'aggressività repressa nella donna che finalmente si libera. Personalmente non ho questa sensazione, poiché quello che si avverte e che si riceve non è fuoco aggressivo, che è rabbioso e distruttivo, ma Fuoco-Tepore, ed anche Fuoco-Forza. E' un elemento connaturato al ventre, che è grembo di Luce, e quando una donna si unisce ad altre donne, questo linguaggio della vita che parla attraverso il suo mistero, si fa particolarmente acuto. Abbiamo già visto come il termine *Mistero* sia composto dalla lettera madre *M*, più *hystera*, dal greco, *utero*. Il Mistero è ciò che si Genera nell'Utero. L'Utero è il Vaso, la Coppa, il Graal. E' il Grembo che contiene il Sangue, l'Eucaristia, il Principio e la Fine. La forza è incommensurabilmente grande. Potrebbe davvero spostare le montagne, cambiare il corso ai fiumi, guarire le malattie e rigenerare il pianeta.

..... L'"eterno femminile" è quanto muove all'interno di ogni donna e di ogni uomo la ricerca del mistero che lo porterà verso la Luce. Perché questo avvenga è necessario vivere tre apparenti contraddizioni che ogni donna incontra nella propria avventura esistenziale, tre grandi leggi che formano i pilastri del Sé:

- COERENZA NELLA MODIFICAZIONE (Mistero dell'Acqua).
- LIBERTÀ NELL'OBEDIENZA (Mistero della Luna).
- GIOIA NEL DOLORE (Mistero della Luce).

## PER CONCLUDERE

Un sogno del Sé ed un evento di Sincronicità mi fornirono in questi giorni lo spunto per concludere questo tema sulla Luce Femminile.

In sogno mi apparve l’immensa vastità del mare, di un colore indescrivibile nei termini consueti, poiché sembrava come irradiato da Luce e Tenebre contemporaneamente, in una dimensione fuori dal tempo. Sulla piana e calma superficie d’acqua cominciarono a formarsi delle spirali il cui vortice scendeva verso le profondità, e dal centro della spirale s’innalzavano lingue di fuoco che sembravano generarsi ed alimentarsi dal movimento rotatorio del vortice d’acqua. Quel Fuoco che nasceva dall’Acqua con una potenza maschile che affondava nella calma femminile venne a portarmi il messaggio che il compito era giunto alla fine.

Poco dopo questo sogno, aprendo una pagina “a caso” di un libro che mi era stato appena regalato ed il cui titolo è “Lo Spirito degli Alberi”, trovai questo particolare riferimento linguistico al termine “Luce”

... Il secondo legame tra il Mandorlo e la Menorah è il nome dell’albero, in aramaico antico, *luz*, che è in relazione con la parola “luce”. *Luz* deriva dalla radice arcaica *l-e-g*, che si è evoluta nell’inglese *light, to lighten*; nel tedesco *licht, leuchten*; nel latino *lux, lucis, lucere*; nel greco *lychne*; nell’assiro *la’atu*; nel cornico *lagat*; nel cimrico *llygad*; nel gotico *liuhat*; persino nel peruviano indigeno Aymara, *l’ikhuta*; e nel cambogiano *langit*. Inoltre, tornando al nesso Mandorlo-Grande Madre: *l-e-g* derivava a sua volta dal termine ancora più antico *Kall*, che significa “femmina”.

Questa rivelazione sul collegamento linguistico Luce-Femmina è uno dei numerosi doni che ho ricevuto durante la stesura di questo libro. La Mano Invisibile che ha guidato la mia mano mentre scrivevo, ha condotto la mia ricerca

verso i luoghi, i libri, le persone, i pensieri che avevo via via bisogno d'incontrare.

Grazie a questa Mano posso dire che la timidezza con cui ho messo sulla carta le prime parole sulla Luce Femminile, si è trasformata gradualmente in coraggio e sicurezza.

Grazie agli uomini ed alle donne che hanno danzato con me nelle notti di Luna Piena affondando lo sguardo oltre i veli del mistero, posso ora dire con grande e sincera commozione: nella Luce “Vive” il Femminile.

**Loretta Martello**  
**LA VIA DELLA LUCE FEMMINILE**  
**Come incontrare la Saggezza del Cuore**

*Edizioni Cerchio della Luna*