

Salvatore Brizzi

RISVEGLIO

*Con gli esercizi delle antiche
scuole esoteriche*



Anima Edizioni

COLLANA

SAGGI PER L'ANIMA

Salvatore Brizzi

RISVEGLIO

Con gli esercizi delle Antiche Scuole Esoteriche

Anima Edizioni

© Anima Edizioni. Milano, novembre 2008
© Antipodi Edizioni, Torino, settembre 2008
© Salvatore Brizzi, 2008

In copertina: *Nascita di Venere*, Botticelli.

I diritti di traduzione, di memorizzazione elettronica, di riproduzione e di adattamento totale o parziale con qualsiasi mezzo (compresi i microfilm e le copie fotostatiche), sono riservati per tutti i Paesi. Per i diritti di utilizzo contattare l'editore.

Direttore: Timoteo Falcone
Redazione: Sabrina Lescio
Progetto editoriale: Jonathan Falcone

ANIMA s.r.l.
Gall. Unione, 1 – 20122 Milano
tel. 02 72080619 fax 02 80581864
e-mail: info@animaedizioni.it
www.animaedizioni.it

Prima edizione Anima novembre 2008

Ristampe: mar. 2009; lug. 2009; gen. 2010; ago. 2010; dic. 2010; apr. 2011; ago. 2011; gen.
2012; mar. 2012; lug. 2012; dic. 2012; feb. 2013

Tipografia ITALGRAFICA
ViaVerbano, 146
28100 Novara

*Il fare un libro è meno che niente,
se il libro fatto non rifà la gente.*
Giuseppe Giusti, poeta (1809-1850)

*La vera libertà di stampa è dire alla gente ciò che la gente
non vorrebbe sentirsi dire.*
George Orwell

INTROITUS

Questo testo va a completare la ‘Trilogia della trasmutazione’, una serie di tre scritti di cui fanno parte anche i miei precedenti *Officina Alkemica* e *La Porta del Mago*. La trilogia è stata da me concepita con il fine di consegnare un sistema di risveglio completo a chiunque voglia divenire qualcosa di più che un burattino nelle mani della società.

Il presente libro è in realtà una sintesi del ‘Corso di risveglio della Coscienza’ che io stesso propongo in diverse città d’Italia (con cadenza settimanale solo a Torino), e contiene tutti i relativi esercizi di « ricordo di sé » che settimanalmente vengono assegnati ai partecipanti del corso. Queste pratiche di norma vengono ricondotte agli insegnamenti di Georges I. Gurdjieff e alle dottrine che vanno sotto il nome di Teosofia (divulgate da Helena P. Blavatsky nella seconda metà dell’800), ma in realtà provengono direttamente dalle scuole esoteriche presenti già sul continente atlantideo. Da quell’antica terra traggono origine i fondamenti del Sufismo, della Cabala, della Magia, dell’Alchimia, dei Misteri greci, della Teosofia... tutte vie di risveglio della coscienza comprendenti sia una sfera metafisica che una più pratico-operativa.

Invito chiunque venga in possesso di questo libro a:

- studiarne approfonditamente il contenuto;
- applicare nella propria vita i principi che in esso vengono esposti;
- svolgere quotidianamente gli esercizi illustrati;
- divulgare intorno a sé tali idee secondo quelle che sono le sue capacità di farlo.

Questo testo vuole essere una guida per chi intraprende il Sentiero di

trasformazione interiore, e allo stesso tempo un manuale per chi sente di poter trasmettere in pubblico tali conoscenze esoteriche. È possibile, anzi auspicabile, che si creino dei gruppi spontanei di Lavoro e di studio intorno a queste idee e alla loro applicazione, poiché proprio attraverso simili mezzi di divulgazione passa il cammino di risveglio del pianeta. Vedremo perché sia preferibile che tali gruppi vengano guidati da donne e non più da uomini. Questo libro è infatti un Appello principalmente indirizzato alle donne, nelle cui sconfinite capacità trasformatrici io pienamente confido e nelle cui mani viene posto il futuro della presente civiltà.

Ci troviamo in un periodo storico rivoluzionario nel corso del quale assisteremo a sconvolgimenti nel sistema socio/politico, in quello economico ma, soprattutto, nel nostro modo di concepire la realtà circostante. Le idee qui esposte accelerano l'espansione della coscienza e al contempo contribuiscono a creare dentro di noi un 'centro di gravità permanente' che ci permetterà di attraversare indenni e in piena consapevolezza gli eventi futuri che interesseranno il pianeta.

Chi non è intenzionato a svolgere un lavoro PRATICO su se stesso, getti lontano da sé questo libro, perché potrebbe risultargli pericoloso. Il presente testo non è infatti rivolto a chi ogni sera legge tre pagine di qualsiasi cosa perché non riesce a prendere sonno. Al contrario, se il suo contenuto viene realmente compreso... diventa un libro che *toglie il sonno*. Non è un titolo che verrà pubblicizzato in televisione, non lo vedrete impilato negli espositori delle grandi librerie, né vi saluterà dalle vetrine delle vie del centro. Se raccontate in un salotto letterario di stare leggendo le opere di Salvatore Brizzi, e per questo vi sentite degli 'esoteristi' impegnati in qualcosa di profondo, questa è la prova più sicura che invece siete dei fessi.

Tuttavia a questo testo è legata una « forza » che proviene da civiltà appartenenti alla storia prima della storia, civiltà mai comparse sui libri ma ancora più che mai vive nel nostro inconscio. Sto parlando dei primi uomini e delle prime donne che compresero di essere schiavi ed ebbero l'ardire di alzare lo sguardo verso il Cielo. Lottarono contro chi li voleva succubi... e si liberarono. La stessa « forza » scaturita da quelle coscienze è presente qui oggi su queste pagine.

Quando arrivate in cima alla montagna l'ascesa non è finita, perché può

ancora succedervi di venire rapiti in Cielo.

PRESENTAZIONE DEL 'CORSO DI RISVEGLIO DELLA COSCIENZA'

*Ti avverto, chiunque tu sia.
Oh, tu che desideri sondare gli Arcani della Natura,
se non riuscirai a trovare dentro te stesso ciò che cerchi
non potrai trovarlo nemmeno fuori.
Se ignori le meraviglie della tua casa,
come pretendi di trovare altre meraviglie?
In te si trova occulto il Tesoro degli Dei.
Oh, uomo conosci te stesso e conoscerai l'Universo e gli Dei.*

Oracolo di Delfi

Voi tutti oggi avete vissuto una normale giornata di lavoro, probabilmente avete parlato con colleghi o clienti, nella pausa pranzo avete mangiato e scherzato, poi, al termine della giornata lavorativa, avete guidato l'automobile oppure avete viaggiato sull'autobus o sul metrò. A casa è avvenuto l'incontro serale con il marito, la moglie, i figli, il cane... Avete scambiato pareri, avete riso oppure vi siete arrabbiati, mentre preparavate da mangiare in cucina forse avete fantasticato con l'immaginazione, avete pensato a una vita diversa o avete abbozzato progetti per il futuro... Di norma avreste poi guardato la televisione, quindi vi sareste spogliati, sareste andati a letto, avreste rivolto il solito sguardo compassionevole a quel partner che una volta vi provocava eccitazione sessuale, e quindi, facendovi largo fra mille pensieri privi di controllo, vi sareste addormentati.

Insomma... sarebbe stata una normale... tranquilla... giornata media, se non fosse che stasera avete invece deciso di venire qui a sentire questa conferenza di

presentazione, e qui qualcuno sta per dirvi che questa mattina in verità voi, alzandovi dal letto, non vi siete mai svegliati. Avete creduto di svegliarvi, ma non è mai successo, avete solo modificato leggermente la profondità del vostro sonno, ma in nessun senso voi potete dirvi *svegli* nel momento presente.

Questo è il vostro problema principale, questo è il principale problema dell'umanità, e lo è proprio in quanto l'umanità non sa di averlo. Non siamo *svegli*: viviamo in una sorta di stordimento durante tutto il giorno, credendo invece di vivere una vita consapevole. Guidiamo auto sportive, viaggiamo in Paesi esotici, pratichiamo sport estremi, scriviamo libri, facciamo sesso, andiamo a votare o veniamo eletti... restando sempre tragicamente addormentati. Non lo sto dicendo in senso metaforico, ma in un senso terribilmente reale.

Lo so, sembra assurdo. Nessun essere umano 'normale' ammetterà mai questa sua condizione. "Come è possibile che io guidi, parli, lavori... e al contempo stia dormendo? Cosa mi si vuol far credere in questo posto?". Eppure questa è la realtà, tutti i risvegliati, gli illuminati del passato e del presente confermano lo stesso fatto: l'uomo dorme e non se ne rende conto. Solo quando ci risvegliamo possiamo finalmente constatare la profondità del sonno nel quale giacevamo prima, e solo nella misura in cui cominciamo a svegliarci possiamo ottenere un assaggio del nostro quotidiano addormentamento. È uno stato *ipnotico* che permette ogni funzione di base (mangiare, studiare, lavorare, persino giocare a scacchi...), ma tuttavia non è un vero vivere. Anche una persona che parla e si muove in stato ipnotico sembra agire in maniera normale, tuttavia non è cosciente di sé, sta solo ripetendo ciò che le è stato ordinato di ripetere.

Il lavoro di risveglio della coscienza consiste principalmente nella progressiva apertura del nostro Cuore. Il Cuore non è da intendere in maniera sentimentale, esso corrisponde al *centro emozionale superiore* nella tradizione della Quarta Via, trasmessa in occidente dal filosofo e mistico armeno Georges I. Gurdjieff (1866?-1949). Nella tradizione indù invece è rappresentato dal centro *anāhata* (chakra posizionato lungo la colonna vertebrale all'altezza del petto). Aprendo il Cuore entriamo in una nuova dimensione della coscienza, detta *risveglio*, che ci consente di scorgere la realtà oltre l'illusione. Questo fa sì che veniamo proiettati in uno stato di benessere costante, non più dipendente dalle situazioni del mondo esterno. Tale stato viene di norma definito « risveglio » o « illuminazione ». Un'intelligenza più acuta, una straordinaria capacità creativa e... l'« immortalità », sono gli 'effetti collaterali' del risveglio dell'essere umano.

NESSUNO PUÒ SVEGLIARCI

Il lavoro di risveglio della coscienza è *un'Opera di trasmutazione alchemica* che ognuno di noi deve compiere all'interno di se stesso, prendendo su di sé la responsabilità per il cammino intrapreso. Nessun istruttore o 'maestro' può fare il lavoro al posto nostro. Nessuno può regalarci nulla, dobbiamo conquistare ogni passo verso la consapevolezza lavorando tutti i giorni su noi stessi. Il 'maestro' va usato e gettato via, non adorato. Non lasciamoci ingannare dalla sua fama, dai miracoli o dal numero di discepoli che lo circonda; avere migliaia di persone al proprio seguito non è segnale sicuro di evoluzione spirituale, perché anche uno stupido trova qualcuno più stupido di lui! Se vogliamo risvegliare la coscienza possiamo farlo solo alimentando quotidianamente la nostra auto-coscienza, il nostro sentirci *presenti*... e questo è un compito che non possiamo delegare a qualcun altro.

Nessuno può *svegliarci*, aprire il nostro Cuore, renderci innamorati o sereni... dall'esterno. Non esistono tecniche, meditazioni o formule che possono, da sole, risvegliarci. Le tecniche vanno usate esclusivamente come coadiuvanti al reale lavoro di risveglio, e solo a partire da un dato momento del percorso. Meditazioni, recitazioni di mantra e respirazioni, se praticate in maniera avventata possono rivelarsi molto pericolose, e non costituiscono mai *di per se stesse* delle vie di risveglio. È buona norma diffidare delle scuole che promettono l'illuminazione per mezzo di una tecnica invece che attraverso una progressiva apertura della coscienza. Il risveglio avviene in virtù di una consapevolezza sempre maggiore di ciò che siamo – e di ciò che non siamo – una consapevolezza conquistata giorno dopo giorno grazie a una costante *osservazione* di noi, cioè dei nostri comportamenti e meccanismi inconsci. Proprio l'*osservazione* rappresenta il cardine del Lavoro.

NON CREDERE A NULLA

È meglio non credere a nulla di quanto ci viene detto in una scuola spirituale, da un 'maestro', un guru o un istruttore come potrei essere io. Prendiamo ogni concetto come *ipotesi di lavoro*, sperimentiamo nella pratica e poi decidiamo se tali insegnamenti sono validi e utili per noi oppure no. La *credenza cieca* non è

mai un buon atteggiamento, anche se a parlare fossero un Buddha o un Gesù, mentre la volontà di sperimentare e verificare *nella propria carne* la validità di un insegnamento indica una certa capacità critica – sempre benvenuta – e desiderio di applicare subito su di sé ciò che viene detto.

Ambula ab intra (= muoviti verso l'interno) dicono gli alchimisti.

VITRIOL = Visita Interiora Terrae, Rectificando Invenies Occultum Lapidem (= visita l'interno della terra, rettificando troverai la Pietra Occulta) recita il più famoso motto magico/alchemico.

UN LAVORO SCIENTIFICO

Il lavoro di risveglio della coscienza è scientifico, metodico, rigoroso, preciso. Non si tratta di credere per fede, bensì di apprendere e poi **sperimentare su di sé**. Solo quella magico-alchemica può dirsi vera scienza, poiché non si limita ad accrescere le conoscenze intellettuali dell'individuo per mezzo di prove di laboratorio, ma lo porta a una trasformazione radicale di sé, dell'Io, il che gli consente di accedere a Verità di ordine superiore a quello intellettuale. La scienza come è comunemente intesa non permette l'accesso a tali Verità in quanto è fondata sulla separazione fra sperimentatore e realtà sperimentata.

Lo sperimentatore è sempre anche oggetto dell'esperimento. Il laboratorio – l'*officina alkemica* – è la sua stessa personalità. Solo procedendo in questo modo si ottiene l'autentica 'scienza' intesa nel suo significato originale di *saggezza*, ossia capacità di comprendere interamente e intuitivamente il senso dell'Universo. Questa scienza ha fatto parte innanzitutto della cultura atlantidea, e poi di quella caldaica, egiziana, greca, araba, italica medioevale, per giungere fino a noi, muovendosi spesso in maniera sotterranea, in tutta la sua potenza.

Per fare un buon Lavoro dobbiamo innanzitutto conoscere le leggi che governano il funzionamento interno dell'essere umano e le leggi che regolano l'Universo (microcosmo e macrocosmo). Diceva Ermete Trismegisto: *Ciò che è in basso è come ciò che è in alto e ciò che è in alto è come ciò che in basso*.

Questo corso svolge lo scopo di illustrare le principali leggi psicologiche che agiscono nella nostra vita e fornire al contempo gli strumenti pratici affinché il partecipante possa compiere *da solo e secondo i suoi ritmi* un progressivo lavoro di risveglio della sua coscienza – l'apertura del Cuore. Per raggiungere tale

obiettivo di settimana in settimana verranno forniti degli specifici esercizi.

Non c'è niente di 'spirituale' in questi insegnamenti, se con tale termine intendiamo una dottrina intrisa di moralismo e religiosità esteriore. In origine essi costituivano dei percorsi iniziatici creati per consentire all'uomo di aprire il suo Cuore e quindi, in un secondo tempo, di tornare a fondersi nell'Uno primordiale. L'Uno può anche essere chiamato Dio, Assoluto o Brahma, ma ciò non cambia l'essenza delle cose. Non si tratta quindi di adorare una divinità e di diventare più buoni, bensì di prendere coscienza della nostra schiavitù a un sistema di pensiero massificato e, di conseguenza, fare tutto ciò che è in nostro potere per trasformarci alchemicamente e liberarci da tale Sistema.

Tutto quanto viene trasmesso per mezzo delle presenti lezioni, vale in ugual misura per il maschio come per la femmina, per il giovane come per il vecchio.

Ognuno dei prossimi capitoli sarà dedicato a un argomento del corso. Il numero degli argomenti e quello delle lezioni non hanno però una corrispondenza esatta, sta infatti a ciascun istruttore decidere di dedicare più lezioni a uno specifico tema, nel caso che questo fosse troppo vasto per venire esaurito in un solo appuntamento, oppure decidere di sviluppare più argomenti all'interno della stessa lezione, nel caso che la loro trattazione risultasse di breve durata.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Chi sei tu? Proviene da una scuola in particolare? Hai avuto un maestro? Ti ritieni tu stesso un maestro?

– Risposta: Non sono un maestro e non ho mai avuto un maestro. Non sono nessuno, sono una persona in cammino come voi. Se ciò che dico vi serve rimanete, altrimenti andate via. Non vi deve interessare se sono un maestro o meno, ma se per voi ha un'utilità pratica ciò che dico. Non vedete l'ora di capire a che 'livello spirituale' si trova chi vi sta parlando, per decidere se siete nel posto giusto oppure no, per decidere se qui c'è qualcuno che può aiutarvi a raggiungere l'illuminazione oppure no. Non vedete l'ora di trovarmi una collocazione nella vostra personale classifica delle cento persone più sveglie d'Italia! Ebbene, probabilmente non capirete mai a che livello io sono; se riuscite a restare nonostante questa incertezza di fondo, siete i benvenuti.

Non sopporterei la vista di discepoli male-*adoranti* intorno a me. Non mi piace quella categoria di persone. I cosiddetti ‘discepoli’ riservano ai ‘guru’ lo stesso trattamento che si riserva ai personaggi famosi dello spettacolo: prima ti esaltano, pendono dalle tue labbra, e in seguito ti distruggono, ti accusano delle peggiori cose. Se appartenete a questa categoria lasciate questo corso, io non ho bisogno di discepoli. Non mi importa che voi abbiate ancora bisogno di un maestro, perché io non ho bisogno di discepoli. Andate a cercarvi un maestro che accetti questo gioco di ruoli: maestro/allievo e padre/figlio. Negli anni passati ho visto che anche quando il maestro è in buona fede, si instaura sempre una dipendenza psicologica.

D'altra parte potrei anche affermare di aver avuto tanti maestri, perché ho conosciuto diversi personaggi, più o meno bizzarri e più o meno illuminati, e ho letto molti autori. Tutti questi sono sicuramente stati miei maestri, ma non sono mai stato legato alla figura classica del ‘maestro spirituale’, il guru. Non l'ho mai cercato. In un certo senso sono un ‘cane sciolto’ dell'Esoterismo, non faccio riferimento ad alcuna scuola o alcuna corrente in particolare, anche se considero indispensabili gli insegnamenti di Gurdjieff, Osho, Steiner, le parole di Gesù e tutto il lavoro informativo svolto dalla Teosofia. Mi piace definirmi un libero alchimista.

Nella maggior parte delle persone è presente questa ricerca spasmodica del maestro, cercano il maestro così come cercano lo Stato assistenzialista. Qualcuno ne ha effettivamente ancora bisogno, ha cioè bisogno di una figura che gli dica cosa deve fare, ma per tanti altri non è più necessario, lo cercano solo perché sono rimasti legati a questa vecchia forma-pensiero, oppure sono pigri, non vogliono prendere su di sé la responsabilità per la propria vita, hanno paura della responsabilità. Per molte persone in realtà la figura del maestro potrebbe rivelarsi dannosa, perché spesso non consente loro di acquisire un maggior grado di coraggio e responsabilità. Restano attaccati al maestro perché hanno bisogno di una figura paterna, e succede in particolare alle donne: tutte si innamorano del maestro spirituale. Se questo amore è puro, se viene dal Cuore, non è dannoso, ma se sviluppano attaccamento a quella figura, questo in futuro causerà loro molta sofferenza, e se ne vorranno uscire prima o poi dovranno trovare il coraggio di guardare in faccia il rapporto col padre. Inoltre, se questo amore verso il maestro non viene dal Cuore, prima o poi condanneranno ciò che oggi stanno esaltando (affronteremo nella lezione sulla Legge di Compensazione questo meccanismo psicologico).

– Domanda: Ma allora cosa sostituirà la figura del maestro in futuro?

– Risposta: Il futuro sta nei gruppi spontanei, che poi si trasformeranno in piccole comunità indipendenti e in collegamento fra loro. In futuro l'evoluzione avverrà in gruppo, non all'interno del rapporto maestro/allievo: gruppi di studio e di ricerca interiore. All'interno del gruppo ci saranno persone più aperte, in grado di insegnare di più su alcune materie, e alcune più chiuse, che dovranno imparare di più, ma in ogni caso andrà via via scomparendo la figura del guru... maschio... e con la barba bianca. Se ci saranno ancora dei maestri saranno donne, la figura di potere maschile è sorpassata, è anacronistica. Io non mi affiderei più a un 'maestro' maschio, mi sentirei molto più a mio agio se a prendere le decisioni fossero donne. Il futuro è nell'energia femminile, e quando avete capito bene dove sta andando il futuro dell'evoluzione allora potete giudicare se una comunità è in linea con il progresso oppure no. Le società dove le donne non rivestono ancora un ruolo decisionale preminente, nel prossimo futuro verranno spazzate via.

– Domanda: Questa è una scuola della Quarta Via legata agli insegnamenti di Gurdjieff?

– Risposta: No. Prima di tutto questa non è una scuola, perché io parlo autonomamente, e soprattutto non è legata a scuole gurdjieffiane. Le scuole legate in qualche modo a Gurdjieff di cui io sono venuto a conoscenza sono state tutte una delusione. In nessuna ho trovato persone con il Cuore aperto. Si concentrano esclusivamente su esercizi di *presenza* e 'attenzione divisa', alcuni sono anche in grado di ottenere l'*attenzione triplicemente ripartita*. Per fare un esempio: sono al contempo consapevoli di se stessi, di un interlocutore che sta parlando e del loro respiro. Non metto in dubbio che in tal modo si sviluppano delle particolari capacità – potrebbero masturbarsi pensando a Sabrina Ferilli e contemporaneamente risolvere un'equazione di secondo grado e rispondere al telefono – ma dal punto di vista evolutivo sarebbe forse più utile concentrarsi sull'amare i propri nemici! Hanno confuso il mezzo con lo scopo: gli esercizi di ricordo di sé, che svolgeremo anche noi, hanno un senso solo in prospettiva dell'apertura del Cuore e non possono quindi restare finì a se stessi. In questi anni ho visto centinaia di persone impegnarsi negli esercizi più strambi... se loro godono così... lasciamoli fare.

Le scuole di Gurdjieff sono morte con Gurdjieff. Nel 2007 non ha senso mantenere un'impostazione del Lavoro su di sé che è nata all'inizio del '900 ed è stata concepita per uomini che vivevano in quell'epoca. Ci sono ben cento anni di evoluzione della coscienza umana in mezzo! È vero che certi principi sono

immortali e alcuni esercizi sono ancora utili, ma lo sono proprio in quanto provenienti da una tradizione ermetico-alchemica di cui Gurdjieff è stato solo l'ultimo grande esponente. Io riprendo sia i principi tradizionali che alcuni antichi esercizi, ma non sono i principi *di* Gurdjieff o gli esercizi *di* Gurdjieff. In Atlantide le scuole alchemiche insegnavano già le stesse cose. Pertanto non avrebbe alcun senso ricreare scuole nello stesso stile del personaggio Gurdjieff. L'energia dell'insegnamento deve cambiare con gli anni. Gurdjieff stesso è molto cambiato mentre era ancora in vita. Anche lui si atteneva ai principi immortali che gli erano stati trasmessi, ma mutava l'impostazione dell'insegnamento con il trascorrere del tempo, tenendo anche conto delle comunità umane con cui doveva interagire di volta in volta. Se fosse vivo oggi non insegnerebbe più nello stesso modo... probabilmente non insegnerebbe per niente... probabilmente farebbe l'artista di strada.

Anche E.J. Gold, un importante autore moderno (vedi bibliografia), si collega alla tradizione alchemica, le sue parole e i suoi esercizi sembrano richiamare proprio Gurdjieff, ma in verità ha sviluppato il suo insegnamento in maniera autonoma. Fa direttamente riferimento ai principi tradizionali (addormentamento, risveglio, macchina biologica, presenza...) e questo inganna molti, i quali credono provenga da qualche scuola gurdjieffiana, quando invece non è così. Se parli di addormentamento e risveglio ti additano subito come un 'gurdjieffiano'... ma spesso non è così: la Tradizione è sovra-storica e va ben oltre gli insegnamenti di un singolo personaggio.

– Domanda: Sembri giovane. Quanti anni hai? Come sei arrivato così presto al Lavoro su di te?

– Risposta: Io ho 37 anni (gli incontri risalgono al 2007 – ndr), ma sappiate che si sta attivando un esercito di ragazzi e ragazze più giovani di me. Già da qualche decennio si stanno incarnando sulla Terra anime particolarmente *svegli* con il compito di favorire l'evoluzione del pianeta. L'ambiente dell'Esoterismo va svecchiato. Basta con le organizzazioni occulte – che poi invariabilmente deviano dalla retta via – e basta con gli anziani esoteristi che nonostante studino antichi testi di ermetismo per tutta la vita, non sono in grado di guardare gli altri esseri umani con il Cuore aperto o di perdonare i loro nemici. I nuovi 'aiutatori' del pianeta che sono arrivati e stanno arrivando io li chiamo Portatori della Fiamma. Sono uomini e donne dalla coscienza particolarmente aperta e agguerriti nel carattere. Alcuni si sono già *attivati* da tempo, hanno preso il loro posto nella società e sono perfettamente operativi, altri invece non sono ancora consapevoli di ciò che sono venuti a fare e si stanno guardando intorno smarriti,

a volte depressi o arrabbiati con il mondo. Le lezioni di questo corso servono anche a radunare l'esercito dei Portatori della Fiamma e ricordare loro chi sono e cosa sono venuti a fare.

– Domanda: Qual è stato il tuo percorso? Come sei arrivato a occuparti di questo?

– Risposta: Il mio percorso è stato comune a quello di tanti altri. A causa di un periodo di forte depressione, caratterizzato dall'impossibilità di trovare un senso alla vita, ho iniziato a praticare meditazione e leggere di Esoterismo. La depressione ha rappresentato per me una vera e propria iniziazione, superata la quale mi sono trovato proiettato in una nuova dimensione della vita. [l'argomento depressione verrà trattato alla Lezione XI, fra le Domande e risposte]. A quel punto il più era fatto e il resto è venuto da sé: ho conosciuto vari personaggi, sono stato in diverse scuole, in alcune solo per qualche settimana, in altre per qualche anno. Nel mio caso non sarebbe giustificata un'affermazione del tipo: "Ho raggiunto la serenità interiore grazie alla scuola Xxxx... o grazie al maestro Yyyy... o grazie al metodo Zzzz...". Ho raggiunto la serenità interiore passando attraverso il mio Inferno personale, come tutti, stando però ben attento a non rifiutarlo mai, a non allontanarlo da me.

Voi cercate l'iniziazione, il grado, il riconoscimento, ma **oggi le autentiche iniziazioni vengono prese nella quotidianità, non all'interno delle scuole esoteriche**, dove le iniziazioni sono solo virtuali. Quando tua moglie ti lascia, o sorprendi tuo marito a letto con la segretaria, queste sono 'prove iniziatiche' che ti fanno 'scendere nell'Ade', nel tuo Inferno personale, e ti permettono di ottenere un'iniziazione *reale*, non *virtuale*. Spesso succede che siamo iscritti da anni in una scuola esoterica, dove magari rivestiamo anche un 'alto grado iniziatico', ma poi falliamo miseramente le prove della vita, perché non riusciamo a superare la paura dell'abbandono, il senso del possesso, l'attaccamento a cose e persone. Queste incongruenze mi fanno ridere.

Pur avendo frequentato vari posti e stretto amicizie con persone bellissime con le quali ancora oggi collaboro, ho sempre sentito che il Lavoro avrei dovuto portarlo avanti in solitudine, a tu per tu con me stesso, non per una mia scelta di principio, ma semplicemente perché a me è accaduto così e io l'ho lasciato accadere. Non ho mai viaggiato in sudamerica per incontrare gli sciamani, né in India per sedermi ai piedi dei guru, né sono andato nelle capanne sudatorie degli indiani d'America, e non sono mai entrato nelle piramidi della piana di Giza. Non voglio dire che non siano esperienze utili, e a volte anche fondamentali,

voglio solo dire che per me non lo sono state. Ma non sto indicando un modello di comportamento, perché non è imitando la vita di un altro che otterrete ciò che lui ha ottenuto.

A un certo punto diversi personaggi mi ripetevano la stessa cosa: “Tu stai dormendo, e soffri perché non stai vedendo la realtà, vivi in una realtà di sogno”. Le persone che incontravo, i libri che leggevo e i film che guardavo (ricordo “Nirvana” ed “Essi vivono” su tutti) convergevano sullo stesso concetto: sei in una trappola psichica che ti impedisce di vivere nell’amore. Io stesso stentavo a crederci quando ascoltavo queste frasi per la prima volta. Mi chiedevo: “Cosa significa che dormiamo tutti? È possibile che l’umanità viva come in un B-movie di fantascienza?”. Col tempo avrei capito che i film di fantascienza sono spesso dei ‘segnali’ inviati all’umanità dai piani spirituali, sfruttando le capacità intuitive dei registi o degli sceneggiatori.

Passavo le ore a chiedermi: “Perché c’è qualcosa invece che il nulla? Perché c’è l’Esistenza? Perché la massa delle persone si comporta sempre allo stesso modo? Che senso ha parlare di libero arbitrio in una società dove è possibile prevedere con una buona approssimazione quanto venderà un nuovo modello di auto?”. All’inizio è impossibile capire cosa è veramente l’*addormentamento*. All’inizio è solo un’ipotesi teorica. Lo capisci risvegliandoti... non c’è altro modo. Se pensi di averlo già capito sei fuori strada. Non puoi capire cosa è il sogno finché non ti svegli.

Svolgevo un mestiere che non mi piaceva e la mia vita non aveva senso: lavorare, fare sport, uscire il sabato sera con gli amici, trovarsi una brava ragazza, sposarsi, avere figli, andare in pensione e morire di cancro. A un certo punto mi sono sentito come il protagonista di “The Truman Show” (ma allora il film non era ancora stato girato), il quale progressivamente si accorge che nella sua realtà qualcosa non va: si accorge che c’è un trucco. Io ho scoperto che questa realtà è fottutamente truccata; ho scoperto ciò che avevano già scoperto gli autentici alchimisti del passato.

Fra coloro che hanno capito che la realtà è un’illusione proiettata dalla mente, si distinguono due categorie di persone: alcuni fanno di tutto perché gli esseri umani restino intrappolati in questa illusione, sfruttando le loro paure e i loro attaccamenti, il che consente a un’élite planetaria di mantenere inalterato il suo potere, altri invece fanno di tutto per aiutare gli esseri umani a svegliarsi,

rivolgendosi direttamente al loro Cuore. Questa è la differenza fra maghi neri e maghi bianchi.

LEZIONE I

ADDORMENTAMENTO

Che cosa stia facendo la nostra macchina non fa nessuna differenza finché si è addormentati. I nostri corpi sono stati progettati per dormire, non per svegliarsi, per questo dobbiamo andare contro natura.

Robert E. Burton

Ma agli uomini rimane celato ciò che fanno da svegli, allo stesso modo che non sono coscienti di ciò che fanno dormendo.

Eraclito, Frammenti

Noi esseri umani non siamo realmente svegli, ma viviamo in uno stato di addormentamento della coscienza che ci impedisce di cogliere la realtà. Se un uomo non si rende conto di questo – attraverso lo svolgimento di alcuni esercizi – nessun successivo lavoro di risveglio può essere intrapreso. Dobbiamo prima renderci conto che viviamo sognando un mondo illusorio da noi stessi costruito e alimentato. Questa situazione è magistralmente illustrata in film come Matrix, Il tredicesimo piano, Nirvana, The Truman Show, la cui visione è obbligatoria per chiunque voglia continuare a frequentare questo corso.

Esistono quattro principali stati di coscienza:

- sonno profondo
- sogno (fase REM)
- sonno verticale (la cosiddetta veglia)
- veglia reale (risveglio, apertura del Cuore)

Nell'addormentamento ognuno di noi interpreta i fatti secondo una sua personale allucinazione mentale. Crediamo di condividere la stessa realtà, invece ognuno vive chiuso nel suo mondo, esattamente come accade dentro un sogno. Questo concetto sta alla base dell'impossibilità di vedere oltre le apparenze e di comunicare realmente con gli altri, perfino con il partner. In tale situazione la malcomprensione rappresenta la norma: veniamo fraintesi e fraintendiamo gli altri, e accade sul lavoro come nel rapporto di coppia. Il fatto che siamo stati abituati a credere che il non capirsi sia una situazione innaturale, fa sì che soffriamo ogni qualvolta non veniamo capiti. Basterebbe sapere che la malcomprensione non può che costituire la norma per individui dalle coscienze addormentate, e in tal modo ci sarebbe un problema in meno.

Tuttavia riusciamo a vivere una vita più o meno normale anche nell'addormentamento: pur restando nel sonno è infatti possibile prendere due lauree, sposarsi, fare sesso, tenere conferenze, scrivere libri... anche di carattere esoterico o spirituale. Tutti i guai del mondo derivano dall'addormentamento delle coscienze. Questo stato limitante impedisce che miliardi di persone si accorgano di quanto sta succedendo sul loro pianeta. Ognuno vive nel sonno, sognando una vita fatta di piccole soddisfazioni e tanti problemi, e nessuno alza mai la testa per guardare verso il Cielo.

QUALI SONO LE CONSEGUENZE DEL SONNO?

– la malcomprensione, a cui abbiamo già accennato e di cui parleremo meglio in una futura lezione;

– l'incapacità di scorgere la realtà che si nasconde al di là del sogno quotidiano. Interpretiamo gli eventi che ci accadono in maniera totalmente distorta proprio perché non abbiamo “occhi per vedere”. Non conosciamo mai veramente le altre persone, nemmeno il nostro partner;

– completamente presi dai problemi della nostra personalità non ci preoccupiamo di porci le domande più importanti. Non abbiamo tempo per chiederci cosa sono la Coscienza e l’Universo in cui viviamo; non ci preme sapere per quale motivo c’è un’Esistenza, in quanto ci sono aspetti più pratici e ben più urgenti di cui dobbiamo tener conto: lavorare otto ore al giorno – dieci considerando l’andata e il ritorno –, badare ai figli, o ai genitori anziani, pagare le bollette, trovare un partner decente, portare l’auto dal meccanico, fare la spesa all’ipermercato, capire quale contratto è più conveniente per il cellulare... Un essere umano sveglio trascorrerebbe le giornate a chiedersi “Chi sono io... e dove sono capitato?”, perché sarebbe cosciente del fatto che, se prima non risponde a tali quesiti, ogni sua altra azione risulta conseguentemente priva di senso;

– nel sonno si sopportano situazioni palesemente aberranti. I due/terzi del mondo muore di fame, e non certo per problemi legati alla ‘natura ostile’ di alcuni luoghi. Da decenni ci raccontano che in Africa si muore di fame perché non c’è l’acqua, ma in realtà è perché, a causa di un sistema economico perverso, ad alcune multinazionali conviene che la situazione resti invariata. Le guerre vengono finanziate e provocate da chi produce le armi. Gli Stati – e l’Italia è l’esempio più eclatante – sono governati da oligarchie (= governo di pochi) colluse con la mafia internazionale. I Paesi produttori ed esportatori di sostanze stupefacenti sono conosciuti da sempre, ma non si può far nulla per impedire il traffico poiché la collusione mafia/politica/economia è oltremodo cementata. Tutto questo però non provoca più di tanti problemi alla coscienza del cittadino medio, proprio perché tale coscienza è ancora addormentata, e quindi troppo occupata nel superamento delle piccole difficoltà quotidiane: far bastare lo stipendio, seguire la partita in tv, crogiolarsi nei problemi di coppia...;

– anche la sofferenza è una conseguenza del nostro sonno, il quale ci impedisce di cogliere la realtà oltre l’illusione. Chi dorme soffre, mentre chi si sveglia apre il suo Cuore e vive nella gioia, perché vede cosa realmente sta accadendo nell’Universo, scorgendone l’assoluta perfezione in ogni sua manifestazione.

Diveniamo consapevoli del nostro addormentamento solo **provando a uscire** attraverso lo svolgimento di esercizi pratici. Gli esercizi consentono di capire quanto siamo addormentati e prigionieri.

Chi nasce in prigione non si accorge di esserlo fino a quando non prova a uscire dalla porta e viene fermato, esattamente come accade nel film *The Truman*

Show.

ESERCIZIO I

Questa è la pratica per i primi sette giorni: dobbiamo *ricordarci di noi*– cioè essere presenti, concentrati sulle azioni che stiamo compiendo, senza pensare ad altro – mentre ci spogliamo e ci vestiamo. Che sia la mattina prima di andare al lavoro, la sera quando rincasiamo, mentre indossiamo il pigiama poco prima di metterci a letto, quando ci troviamo nello spogliatoio della palestra o della piscina, quando entriamo in ufficio o in un locale e ci leviamo il cappotto... in ognuna di queste circostanze dobbiamo restare ‘presenti a noi stessi’, cioè completamente presenti a quello che stiamo facendo, senza farci distrarre da altri pensieri o da persone che richiamano la nostra attenzione. All’inizio può essere utile ripetersi: “Mi sto infilando i pantaloni... e sono presente... mi sto ricordando di me... non sono distratto da altro...”. Con il tempo, e l’abitudine a questi esercizi, sentiremo la *presenza* senza più necessità di richiamarla con delle frasi.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Non ho capito bene cosa significa essere addormentati. Vuoi dire che in questo momento io ti sto parlando e sto allo stesso tempo dormendo?

– Risposta: Sì. Non si tratta di una metafora, è qualcosa di terribilmente reale, è il grande segreto dell’umanità, quello che veniva tramandato nelle scuole occulte: l’uomo non è *sveglio* e sogna un mondo illusorio creato dalla sua mente. Sembra incredibile ma è così, ti assicuro che è così, e soprattutto te lo possono assicurare migliaia di persone che nel corso della storia si sono *svegliate* e hanno visto la realtà dei fatti.

Tuttavia non posso spiegarti *cosa* è l’addormentamento. Lo puoi scoprire solo sforzandoti di svegliarti attraverso gli esercizi. L’addormentamento lo si comprende solo *per differenza*, mettendo l’accento sulla differenza fra quando ci ricordiamo di noi e quando non lo facciamo. Io mi impongo di restare *presente* mentre mi spoglio prima di andare a letto. Poi inizio a spogliarmi e dopo pochi secondi la mia mente si lascia prendere da divagazioni assortite. Quando sto per infilarmi a letto mi rendo conto che non mi sono ricordato di me mentre mi spogliai, l’ho fatto solo per pochi secondi e poi mi sono *perso* nei soliti

pensieri della mente. Adesso, disteso sul mio letto, mi sto di nuovo ricordando di me, sono nuovamente *presente*, ma prima, mentre mi spogliavo, non lo ero. Dove ero IO mentre mi toglievo i vestiti? Franco Battiato in una sua canzone si chiede: “Chi sono? Dove sono? Quando sono assente di me?” (brano *Chan-son egocentrique*, album *Mondi lontanissimi*, 1985). Soffermarsi a lungo sull’importante differenza fra quando ci sono e quando “sono assente di me” porta al risveglio della coscienza.

Questo fatto è alla base del risveglio: per poter *sentire* cosa significa vivere nel sonno devo svegliarmi almeno un po’, solo in tal modo posso notare la differenza fra uno stato e l’altro. Più noto questa differenza più la coscienza se ne appropria e la registra in sé.

Abbiate fiducia. Quando un essere umano intraprende il Lavoro su di sé viene aiutato da energie occulte che provengono dalla notte della storia. L’energia sviluppata nelle antiche scuole atlantidee viene in vostro soccorso qui oggi, e l’energia che state sviluppando in voi nel tentativo di svegliarvi sarà di aiuto a chi verrà fra migliaia di anni. Vi sto dicendo che non siete soli. In alcuni periodi potrete sentirvi soli, ma in realtà non lo sarete mai. L’Alchimia, il Lavoro di trasmutazione interiore, è un solco tracciato lungo le Ere, e noi ci stiamo inserendo in questo solco. Abbiate fiducia. Anche da altri piani dell’Esistenza ci assistono: ci sono entità di rango elevato pronte ad aiutare chiunque stia lottando per uscire dalla trappola psichica terrestre.

LEZIONE II

MECCANICITÀ

Tutto nell'uomo è interamente meccanico. Se egli mente, questo significa che non può fare a meno di mentire. Se dice la verità, questo significa che non può fare a meno di dire la verità, e così è per tutto. Tutto accade; un uomo non può fare niente, né interiormente né esteriormente.

Georges I. Gurdjieff

Non fuggire in cerca di libertà quando la tua più grande prigione è dentro di te.

Jim Morrison

Nella seconda lezione di norma vengono ripetuti i concetti già espressi nel corso della prima, con l'aggiunta di alcune importanti idee circa la meccanicità e l'assenza di libero arbitrio. Procedere in questo modo fa sì che le prime fondamentali informazioni si fissino con più profondità negli ascoltatori. Inoltre consente a chi eventualmente ha iniziato a frequentare solo alla seconda lezione, di non perdere alcuna nozione fra quelle essenziali per un corretto prosieguo del cammino. Dopo questa lezione non potrà più aggiungersi nessun nuovo ascoltatore fra il pubblico.

La nostra personalità è una « macchina biologica » che si limita a reagire meccanicamente a stimoli esterni. Noi però siamo fermamente convinti di poter prendere decisioni consapevoli. Interpretiamo le re-azioni meccaniche all'ambiente messe in atto dal nostro apparato psicofisico, come frutto del nostro libero arbitrio. Invece re-agiamo alle situazioni a seconda della nostra struttura psichica, la quale si forma principalmente durante la gestazione e la prima infanzia.

Se ci osserviamo in maniera onesta, al di là delle credenze intellettuali, filosofiche o scientifiche che ci sono state inculcate, risulta quanto mai chiaro che **non scegliamo noi** di essere imbarazzati, o di non sentirci all'altezza di fronte a una certa persona, o di provare ansia prima di un colloquio importante, o di diventare aggressivi a causa di un insulto. Dovrebbe esserci chiaro, se ci siamo presi la briga di riflettere almeno una volta sulla questione, che, se anche in una sola occasione non abbiamo potuto decidere *noi*, ma hanno deciso i meccanismi psicologici al posto nostro, e magari ci siamo pure sentiti male per non essere riusciti a comportarci come avremmo voluto, allora in linea generale non possediamo libero arbitrio, poiché anche un solo evento che non è stato deciso da noi, un evento nel quale le nostre emozioni *ci hanno tradito*, va a condizionare tutto l'insieme della nostra vita.

Se non ho dichiarato il mio amore a un uomo del quale mi ero innamorata, perché al momento giusto mi sono sentita paralizzata e mi è mancato il coraggio, questo evento, indubbiamente, è andato a condizionare tutta la mia successiva esistenza. E come posso affermare che l'uomo da me in seguito sposato, ho realmente *deciso io* di sposarlo, se invece quell'incontro è anche conseguenza della mia precedente incapacità di dichiarare il mio amore a un altro uomo?

Eppure pensiamo di possedere libero arbitrio! Pensiamo di aver deciso noi il corso della nostra vita! E questa è la principale ragione per cui non sentiamo il bisogno di creare dentro di noi una vera Volontà (θέλημα = thelema). Come possiamo infatti lottare per ottenere qualcosa che crediamo di possedere già?

Ci accorgiamo della meccanicità dei nostri comportamenti solo quando proviamo a fermarli e cambiarli. Essi infatti, fino a quando non interveniamo *coscientemente*, si svolgono sempre uguali per inerzia e noi non ne abbiamo alcun controllo.

A una certa frase del nostro partner reagiamo sempre nello stesso modo; in

quella situazione abbiamo sempre paura; in quell'altra diventiamo aggressivi... o gelosi...

Se per una volta ci sforzassimo di reagire in maniera diversa a una data situazione ormai abituale, ci accorgeremmo, perché lo *sentiremmo* sulla nostra pelle, di quanto siamo meccanici e privi di libero arbitrio. A nulla servono le teorie filosofiche quando ci si scontra con la realtà dei fatti. Possiamo affermare con certezza di non possedere vera Volontà, perché abbiamo provato a restare calmi in una certa occasione e non ci siamo riusciti, e non perché abbiamo deciso di aderire alle teorie di qualche filosofo o psicologo.

Nella meccanicità non agiamo, ma re-agiamo a ciò che accade nell'ambiente. È quindi sufficiente che qualcuno conosca anche solo superficialmente i nostri meccanismi psicologici per indurci a comportarci come vuole lui. I capi di Stato e i pubblicitari (non ho mai capito dov'è la differenza) lo fanno con le grandi masse, e ognuno di noi lo fa, più o meno consapevolmente, nell'ambito dei suoi rapporti quotidiani. Quando pronunciamo una certa frase piuttosto che un'altra sappiamo che il nostro partner reagirà in quella data maniera, che il collega acconsentirà a farci quel favore, che il cliente sarà più propenso a comprare la nostra merce... e così via. L'agricoltore come il grande scienziato *dormono* allo stesso modo, e quindi entrambi iniziano a scodinzolare se facciamo loro il complimento giusto e si arrabbiano se li offendiamo. Questa *roba* viene chiamato 'essere umano'.

ESERCIZIO II

Proseguiamo l'esercizio assegnato dopo la prima lezione, e ne aggiungiamo uno nuovo: ricordiamoci di noi tutte le volte che attraversiamo una porta, in casa o fuori casa. Dobbiamo essere *presenti* nel momento in cui giriamo la maniglia per entrare, oppure mentre facciamo scorrere la porta, o mentre passiamo semplicemente da un ambiente all'altro nel caso fosse già aperta.

Talvolta capiterà di ricordarsi dell'esercizio poco dopo aver superato la porta. In questo caso, se ci è possibile, torniamo indietro e ripetiamo l'azione, questa volta con piena consapevolezza. Non è un esercizio semplice in quanto occorre tanta forza di Volontà per ricordarsi di sé proprio mentre passiamo da un ambiente all'altro, il che sul piano simbolico indica il passaggio da ciò che conosciamo a ciò che ci è ancora sconosciuto.

Questo esercizio era considerato molto importante all'interno delle scuole

atlantidee, anche per il suo valore simbolico: dobbiamo essere *presenti* mentre attraversiamo una *soglia*. Ciò rimanda immediatamente alla necessità di essere presenti al momento della cosiddetta morte, il distacco dal corpo fisico, quando attraversiamo la nostra soglia più importante.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Paragonare l'essere umano a una macchina priva di Volontà mi sembra decisamente riduttivo.

– Risposta: Un essere umano che ha vera Volontà, quando decide di smettere di fumare... semplicemente smette di fumare. Se decide di non sentirsi imbarazzato, non si sentirà imbarazzato. Il nostro problema è che chiamiamo Volontà qualcosa che non lo è. Pensiamo di possedere Volontà e libero arbitrio, e ci offendiamo se qualcuno afferma il contrario, ma poi riteniamo normale che un essere dotato di Volontà e libero arbitrio non sia capace di gestire la sua rabbia e sia schiavo di paure che limitano le sue azioni. L'assurdità di questo inganno è sotto gli occhi di tutti... ma... non lo dimentichiamo... gli esseri umani dormono, e nello stato di sonno nessuno può accorgersi di non possedere Volontà. Per questo motivo dovete svolgere scrupolosamente gli esercizi che vi vengono assegnati, perché solo così potete accorgervi di non avere Volontà. Con l'atto stesso dell'accorgersi di non avere Volontà, si acquisisce più Volontà.

Il libero arbitrio non è una questione filosofica, non serve che eminenti filosofi si riuniscano per analizzare il problema, perché la questione è presto risolta: se mi diagnosticano una malattia grave e io vengo preso da paura e ansia, se provo a non essere ansioso, ma l'ansia torna meccanicamente, allora non ho libero arbitrio e non ho Volontà. Se la mia felicità è legata a ciò che può capitarmi di giorno in giorno, come posso affermare di possedere libertà di decisione? Potete decidere di essere nella Gioia adesso? Se io sono preda dell'ansia, nonostante non la voglia, potrebbero anche venire i dieci più grandi filosofi di tutti i tempi a raccontarmi che l'uomo possiede libero arbitrio, ma io non ci crederei, perché sto provando *sulla mia pelle* che non ho capacità di decisione. Il libero arbitrio non è una questione filosofica, bensì sperimentale.

LEZIONE III

IL RICORDO DI SÉ

Il significato nascosto della vita sulla Terra è la creazione di un'ani-ma attraverso l'instancabile processo del ricordo di sé. Il ricordo di sé è il solo fenomeno che domina il tempo e la morte.

Robert E. Burton

Chi non cerca è addormentato, chi cerca è un accattone.

Yun Men, maestro Zen

Questa lezione deve essere tenuta dopo che i praticanti sul Sentiero si sono sforzati per almeno due settimane di ricordarsi di se stessi. Ci devono già essere stati dei tentativi orientati verso il ricordo di sé, altrimenti la lezione si trasforma in un esercizio intellettuale privo di qualunque utilità.

Già a partire dalla prima lezione del corso è indispensabile che venga assegnato un esercizio di « ricordo di sé » ai partecipanti. Le persone che decidono di intraprendere questo viaggio verso il risveglio devono fin da subito scontrarsi con la cruda realtà: non ci ricordiamo mai di noi stessi, non siamo mai

presenti. Dormiamo. Ogni settimana dovremo quindi cercare di ricordarci di noi stessi in corrispondenza di una determinata azione.

Ricordarsi di sé significa essere *presenti*, rimanere nel qui-e-ora evitando di vagare con la mente da un pensiero all'altro, da un'immagine all'altra. L'attenzione è rivolta sia verso noi stessi che verso l'azione che stiamo compiendo.

Se vogliamo lavorare per evadere dal sonno – come fa Neo, il protagonista di *Matrix* – è imperativo che innanzitutto comprendiamo pienamente di stare vivendo nel sonno! Il più grande ostacolo al risveglio è che l'uomo pensa di essere già cosciente e pienamente libero! Per avere la certezza di essere in uno stato di prigionia è necessario che lo vediamo con i nostri occhi e, magari, ne rimaniamo sconvolti. Lo sforzo di ricordarci di noi stessi nell'arco della giornata ci permette di vedere come siamo fatti e in quale stato viviamo tutti i giorni; serve a farci comprendere che durante il giorno *dormiamo* e di conseguenza non siamo mai coscienti di noi. Le filosofie non servono a nulla: dobbiamo *sentire* che trascorriamo il nostro tempo dormendo. Viviamo dentro un'allucinazione; non vediamo la realtà e non possediamo alcun potere di modificarla semplicemente perché dormiamo. Tutti intorno a noi dormono, quindi ci è difficile percepire che “c'è qualcosa che non va”.

Il ricordo di sé è il fenomeno più importante della Magia, dell'Alchimia e dell'Esoterismo in genere. È il « regime », l'« agente universale », il « fuoco lento » a cui la materia della nostra personalità deve essere sottoposta per ottenere una trasmutazione. È ciò che consente al mago di poter dominare le forze evocate e all'alchimista di mutare il suo Piombo interiore in Oro. È la chiave che ci permette di svincolarci dalla nostra natura animale per partecipare di quella divina.

Prendiamo come esempio l'Esercizio I che è stato assegnato dopo la prima lezione. La pratica consiste nel ricordarci di noi mentre ci spogliamo e ci vestiamo. Svolgendo l'esercizio per qualche giorno possiamo notare quanto sia difficile mantenere stabile il ricordo di sé. Negli istanti in cui riusciamo a essere presenti sappiamo già che a breve ripiomberemo nel sonno. Ogni momento di presenza è una conquista. Mentre laviamo i piatti, spazziamo per terra, passeggiamo o ci spogliamo, a tratti siamo presenti e a tratti ci identifichiamo con il contenuto della mente sognando a occhi aperti, immaginando situazioni e

dialoghi assortiti... ma per ora siamo schiavi e non possiamo evitarlo, non abbiamo sufficiente Volontà per evitarlo, possiamo solo sforzarci di 'tornare in noi' appena ce ne ricordiamo e prolungare questo stato di *presenza* finché ci è possibile. Noteremo presto che questi esercizi sono quindi un continuo andare e venire da uno stato di presenza a uno di assenza. Una continua lotta per rimanere desti. E la lotta contro la meccanicità è proprio ciò che ci serve per provocare la « cottura alchemica » delle sostanze che vanno a formare i nostri *corpi sottili*.

Siamo addormentati e viviamo in un sogno, questa è la nostra situazione. Percepiamo il sogno come se fosse la realtà solo perché non ci ricordiamo mai di noi stessi, non siamo mai *presenti* mentre svolgiamo le nostre attività quotidiane. Se ci sforzassimo di ricordarci di noi in maniera continua, senza interruzione, per un certo periodo di tempo – la cui durata è soggettiva, si va da qualche giorno a diversi anni – vivremmo per la prima volta un'esperienza straordinaria, potremmo cioè percepire in un lampo intuitivo che tutta la realtà è in verità un sogno e le persone intorno a noi sono addormentate. Andare al supermercato e osservare il sonno delle persone risulta essere un'esperienza sconvolgente. Si badi bene che non sto parlando di *pensare* che le persone sono tutte addormentate, bensì di *vederlo*, di *sentirlo*; e per farlo dobbiamo rimanere in uno stato di risveglio almeno per un po' di tempo.

SCOPI DEGLI ESERCIZI DI RICORDO DI SÉ

a) Comprendere interiormente che NOI NON SIAMO I NOSTRI PENSIERI, infatti l'osservatore e l'oggetto osservato non possono essere identici.

b) Creare un « testimone » per l'attività del corpo e della mente, che si collochi quindi progressivamente al di là della personalità.

c) Sentire a fondo che cos'è la « presenza » e quale differenza passa tra i momenti in cui ci *ricordiamo di noi* e siamo presenti, e i momenti in cui viviamo nel *sonno*, vagando da un pensiero all'altro.

d) Sviluppare la forza di Volontà e l'Amore incondizionato nel Cuore. Scopriremo presto che per ricordarsi di sé occorre un notevole grado di Volontà. I continui sforzi per ricordarci di noi accrescono la nostra Volontà. La vera Volontà non si esprime nel poter scegliere se andare a teatro o al cinema, la vera Volontà è *volontà di esserci*, di essere presenti qui-e-ora. Volontà e Amore sono i nostri due fari, le linee guida dalle quali non dobbiamo mai allontanarci. In base ai principi della Gematria, ovvero il sistema cabalistico di conversione di lettere

e parole in numeri, tutte le parole che risultano corrispondere al medesimo numero sono connesse.

Volontà = θέλημα = thelema = 93

Amore = αγάπη = agápe = 93

Volontà e Amore sono quindi intimamente connesse, in quanto magicamente accomunate dal numero 93. Laddove per Volontà si deve però intendere la Volontà pura, la *volontà di esserci*, non i bassi desideri della personalità, mentre per Amore si deve intendere l'amore incondizionato, senza attaccamento alla cosa amata, l'agápe, quello di cui parla Gesù nei Vangeli.

e) Fabbricare e fissare i *corpi sottili*: il « corpo astrale », il « corpo mentale », il « corpo di gloria », cioè il 'corpo dell'anima'. Essi sono in una certa misura già presenti in ognuno di noi, ma si tratta ora di completarne la fabbricazione e, soprattutto, di cominciare a trasferirvi gradualmente la nostra coscienza.

f) Imparare a focalizzare l'energia del nostro intero essere su un dato obiettivo, come se avessimo a disposizione un potente *laser*.

g) Acquisire le *siddhi* (i « poteri ») quali la visione astrale, la capacità di fare sogni lucidi e, in seguito, di viaggiare in astrale, la lettura del pensiero, la comunicazione telepatica, la possibilità di materializzare oggetti, l'invisibilità... Ma tali poteri, più che costituire dei veri e propri *scopi*, rappresentano invece degli *effetti collaterali* rispetto all'autentico lavoro di risveglio. Essi in molti praticanti sulla Via non si manifestano neppure, e quando lo fanno sono fonte di pericolo, in quanto il neofita corre il rischio di rimanerne abbagliato e di perdersi in essi dimenticando il suo scopo fondamentale: il risveglio della coscienza. Si possono infatti sviluppare molte *siddhi*, pur rimanendo perfettamente addormentati e con il Cuore chiuso. I maghi neri costituiscono esempi di tal genere.

L'ATTENZIONE DIVISA

Praticando gli esercizi ci accorgiamo che il ricordo di sé implica il verificarsi di un particolare fenomeno detto « attenzione divisa », cioè la capacità di prestare attenzione a ciò che si sta facendo e contemporaneamente a se stessi. L'attenzione prende così due direzioni: una verso l'esterno e una verso l'interno. Nel corso della vita normale invece l'attenzione è monodirezionale, cioè la coscienza è interamente persa nell'evento esterno. Di norma quando una persona ci parla noi siamo concentrati su di lei, e la nostra coscienza è interamente *persa* in lei, annullata nell'avvenimento esterno. Quando invece ci sforziamo di

rimanere presenti ci accorgiamo che è possibile parlare con una persona prestando attenzione a quanto dice... e contemporaneamente *ricordarci di noi*, cioè essere presenti a noi stessi. Possiamo cioè ‘dividere l’attenzione’ e tenerne una parte sempre rivolta verso l’interno. Accade allora che progressivamente *diveniamo* l’entità che osserva l’apparato psicofisico al lavoro, e non si identifica più interamente con esso, non si annulla più in esso. Questa entità è la coscienza extracerebrale, ciò che in oriente viene definito « il testimone », l’osservatore imparziale.

Questi sforzi fanno sì che si producano delle trasformazioni alchemiche dentro di noi e si strutturino così i *corpi sottili*. Il nostro disidentificarci dalla macchina biologica, il rimanere presenti come osservatori mentre il corpo e la mente fanno qualcosa, fa sì che creiamo nuovi corpi sottili da abitare e simultaneamente ci identifichiamo con essi, cioè spostiamo la nostra coscienza in essi. Noi in realtà abbiamo già dei corpi sottili – il corpo astrale (o emotivo), il mentale e un embrione di anima – ma nessuno dei tre è ancora perfettamente costruito e, soprattutto, non siamo in grado di trasferire la nostra coscienza in essi a piacere. Il ricordo di sé consente entrambi questi processi: la costruzione dei corpi sottili e la capacità di trasferirsi in essi. Divenire coscienti nel corpo astrale o in quello mentale significa poter sopravvivere all’atto della morte del corpo fisico. Ma tali corpi prima o poi si consumeranno anch’essi. Portare a compimento l’Opera e divenire infine coscienti nel « corpo di gloria », ossia nell’anima perfettamente costituita, significa invece approdare alla vera immortalità.

SFORZI, NON RISULTATI

La trasmutazione alchemica si produce esclusivamente a causa dello sforzo, non del risultato. All’inizio l’unico risultato utile che otterremo è renderci conto che non ricordiamo mai noi stessi. Questo è già un risultato enorme. Gli sforzi quotidiani tengono acceso il « fuoco alchemico », il quale porta avanti la sua Opera indipendentemente da quanto noi riusciamo a eccellere nello svolgimento degli esercizi. Ho conosciuto persone refrattarie a qualunque esercizio, ma che hanno continuato indefessamente a compiere sforzi per anni, senza ricevere mai alcuna soddisfazione tangibile in cambio. Un bel giorno, senza alcun preavviso, si sono improvvisamente ritrovate con la coscienza identificata nel Cuore... sveglie... innamorate del mondo... immortali.

È importante non arrendersi mai, non farsi prendere dallo sconforto e non avere dubbi circa l'importanza dell'Opera eroica che si sta compiendo. È altrettanto essenziale non coltivare mai alcuna aspettativa circa i risultati, i risultati sono nelle mani dell'Intelligenza Universale, non nelle nostre. Bisogna *sacrificare* se stessi attraverso gli sforzi, senza aspettarsi nulla in cambio. La mentalità da amministratore delegato d'azienda non è utile nel campo del lavoro interiore. Il risveglio del Cuore avviene grazie a uno stato d'animo costantemente proiettato verso il risveglio, non grazie a risultati di cui potersi vantare con gli amici o con i *fratelli* che frequentano lo stesso corso.

ESERCIZIO III

Esercizio della 'zona bagno'. Dobbiamo ricordarci di noi mentre svolgiamo tutte le attività 'da bagno': lavarsi i denti, il viso, fare la doccia, la barba, depilarsi. Dobbiamo compiere tutte queste operazioni con *consapevolezza*, senza distrarci inseguendo la nostra immaginazione.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Per circa dieci giorni sono riuscito a fare gli esercizi di ricordo di me stesso, ma non ho ottenuto alcun risultato e l'energia è andata scemando. Ora mi sento svogliato.

– Risposta: Quale risultato ti aspettavi? Qui non stiamo lavorando per i risultati: lavoriamo per amore del Lavoro. Lavoriamo su noi stessi perché sentiamo interiormente che ogni altra attività non avrebbe senso. Lavoriamo su noi stessi perché sentiamo di essere nati per fare questo. Lavoriamo su noi stessi perché chi non lavora su di sé non esiste nemmeno, è solo uno zombie. Non lavoriamo per scappare dai nostri problemi, per guarire dalle malattie, per fare carriera, per avere successo nella vita, per diventare bravi venditori o conferenzieri provetti... Il nostro è un *sacrificio alchemico*, qualcosa che va oltre i vantaggi materiali che può ottenere un individuo. I nostri sforzi non sono orientati a far stare meglio la personalità, bensì a costruire l'anima. Stiamo lavorando in armonia con il Cosmo, aiutiamo il nostro pianeta a compiere il suo Lavoro di trasmutazione, facciamo parte di un progetto ben più ampio di quanto possiamo immaginare. Il Lavoro di Gesù, per citare l'esempio più importante, è stato un *sacrificio alchemico* esemplare: attraverso il suo sangue sono stati

versati nell'inconscio collettivo dell'umanità alcuni principi spirituali. Ognuno di noi, in proporzione, può fare la stessa cosa crocifiggendo la sua personalità con tutti i suoi dubbi e le sue aspettative riguardo i risultati futuri.

L'energia fluisce ciclicamente, quindi è normale che a cadenza regolare ci siano dei cali energetici così come dei picchi. All'inizio veniamo invasi da una grande quantità di energia perché stiamo intraprendendo una nuova attività, quindi abbiamo un picco. Ma presto seguirà un calo. È sufficiente sapere che si tratta di cali naturali e previsti, e quindi proseguire per la nostra strada senza scoraggiarci. Dobbiamo aspettarci di non avere sempre la stessa quantità di energia a disposizione e continuare comunque la nostra attività, magari accettando di sospendere gli esercizi di ricordo per qualche giorno o qualche settimana. È importante agire in armonia con le energie della natura, senza forzare, senza voler fare gli eroi. Se forziamo quando invece sarebbe il momento di riposare, i risultati inevitabili sono frustrazione e scoraggiamento. Anche il Sole ha i suoi cicli, e noi, dal momento in cui iniziamo un lavoro su noi stessi, siamo intimamente collegati con il Sole. Quanto riusciamo a essere svegli in un dato periodo non dipende solo da noi, ma dai cicli planetari e da energie cosmiche, è qualcosa di legato alla scienza astrologica. Come vecchi *guerrieri* carichi di esperienza, dobbiamo imparare a nasconderci quando le condizioni non sono favorevoli, e attendere i momenti propizi per sferrare i nostri attacchi. Solo il guerriero giovane e inesperto vuole vincere sempre e vuole sempre stare al centro della battaglia.

– Domanda: Per quanto mi sforzi non riesco proprio a fare gli esercizi. Non mi ricordo nemmeno di farli. Trascorro tutta la settimana pensandoci solo poche volte.

– Risposta: Ribadisco che il Lavoro consiste unicamente nel fare degli sforzi. Quindi tu stai già svolgendo il Lavoro in maniera corretta. È sufficiente che quando te ne ricordi ti sforzi di restare presente. Ti devi ripromettere, come fosse un giuramento fatto a te stessa, di sforzarti tutte le volte che puoi. Metti tutte le tue energie in questo tentativo, e ciò sarà più che sufficiente. Un antico detto Sufi recita: “Fa di Dio la tua unica preoccupazione, e Dio provvederà a tutte le tue preoccupazioni.”

Il problema è che abbiamo una mentalità quantitativa e competitiva, per cui proprio non riusciamo a concepire un'attività dove l'aspetto importante è lo sforzo, non il risultato.

LEZIONE IV

FRAMMENTAZIONE DELL'IO

Ciascuno di noi si crede “uno” ma non è vero: è “tanti”, signore, “tanti”, secondo tutte le possibilità d’essere che sono in noi: “uno” con questo, “uno” con quello. Diversissimi! E con l’illusione, intanto, d’esser sempre “uno per tutti”, e sempre “quest’uno” che ci crediamo, in ogni nostro atto. Ma non è vero!

Luigi Pirandello, *Sei personaggi in cerca d’autore*

Ci consideriamo ‘uno’ ma non lo siamo. In noi albergano diversi io. Crediamo di essere un’unità psicologica, invece all’atto pratico, dentro di noi si manifesta una legione. Ogni volta che diciamo ‘io’ in realtà c’è un io diverso che pensa, parla e agisce. Luigi Pirandello nel suo romanzo ‘Uno, nessuno, centomila’ descrive bene questa paradossale situazione umana. Un io prende una decisione e dopo qualche tempo un altro io se ne dimentica e magari prende la decisione opposta. Ogni io, quando è presente, agisce e prende decisioni in nome della totalità di tutti gli altri. Nel momento in cui affermiamo ‘io’ in effetti c’è un solo io presente, e in questo modo veniamo ingannati, perché ogni io crede di essere l’unico esistente, mentre pochi minuti dopo potrebbe già essercene un altro, e

anch'esso crederebbe di essere l'unico.

Alcuni esempi di conflitto fra vari io: assicurare di poter mantenere un segreto e non riuscirci, non essere in grado di rispettare un appuntamento, non poter smettere di fumare, iscriversi all'università e poi ritirarsi o cambiare facoltà, mettersi a dieta e poi rinunciare, promettere eterno amore il giorno del matrimonio e poi...

Senza un unico Io non può esserci autentica Volontà, ma solo le reazioni scomposte di tanti io i quali, ognuno secondo la sua natura, si limitano a reagire agli stimoli esterni. Tutto accade nel caos più totale. Esiste l'io della rabbia, l'io della paura, quello che si sente ina-deguato, quello che si sente preso in giro, quello contento, quello innamorato, quello geloso...

METAFORA DELLA CASA SENZA PADRONE

Immaginiamo una grande casa dove il padrone non è presente. All'interno si trovano molti servi, il cui lavoro però non viene coordinato da nessuno. È una casa dove la servitù fa quello che vuole. Arriva il panettiere a consegnare la fornitura di pane, ma apre la porta lo stalliere che fa mettere il pane nella stalla. Arriva l'idraulico che deve riparare le tubature del bagno, ma apre la porta il cuoco che lo fa accomodare in cucina. La mancanza di coordinamento fa sì che a determinati stimoli esterni non risponda mai chi di dovere.

Accade la stessa cosa nell'essere umano. Ci presentiamo a un esame universitario, ma invece che entrare in azione solo il centro intellettuale, si intromette anche quello emotivo con il suo carico di ansia, paura e imbarazzo, il che rende molto più difficile, se non impossibile, il superamento della prova. A un incontro galante con una bella donna, o un bell'uomo, entra in azione il centro intellettuale anziché il Cuore, il che ci rende logorroici e poco attraenti. Nel bel mezzo di un rapporto sessuale a un dato momento il centro intellettuale prende il sopravvento con i suoi dubbi e le sue aspettative... secondo voi quale può essere la conseguenza?

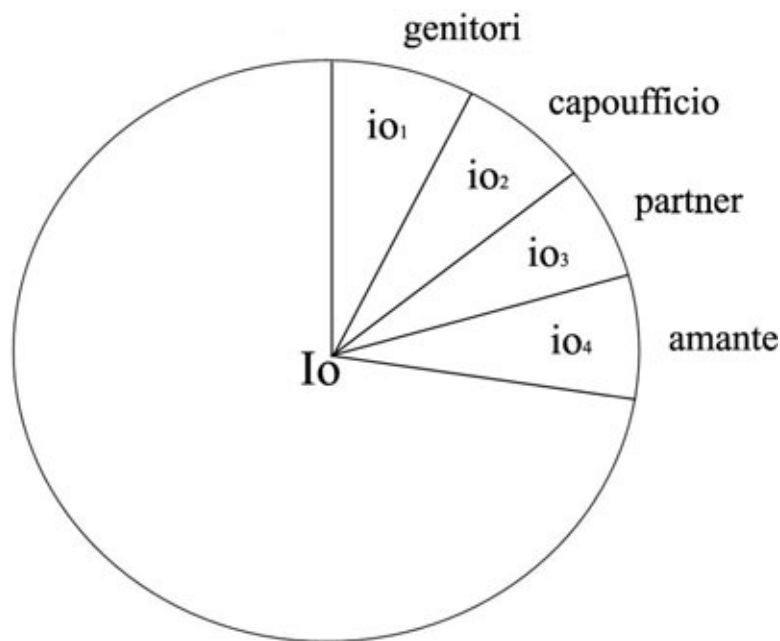
Le cose all'interno dell'abitazione vanno così male che alcuni servitori un bel giorno decidono di eleggere un « maggiordomo ». Questi servitori sono 'gli io del Lavoro', cioè quegli io – quelle parti di noi – che a un certo punto sentono il bisogno di cambiare la situazione e ci costringono a intraprendere un 'Lavoro su

noi stessi’.

... continua la prossima lezione...

I RUOLI

A ogni ruolo che rivestiamo nella società corrisponde uno specifico io. Essi ruotano a seconda delle circostanze esterne: uno emerge quando parliamo con il nostro capoufficio, un altro quando parliamo con la migliore amica, un altro quando siamo col partner... A seconda dei ruoli – degli io – che recitiamo di volta in volta, diveniamo persone completamente diverse: la nostra postura, l’espressione del volto, il tono della voce, i termini che ci permettiamo o non ci permettiamo di usare, le emozioni che esprimiamo o reprimiamo... cambiano a seconda di chi abbiamo di fronte. L’io che emerge con nostra madre è differente da quello che emerge in presenza di nostro marito.



A volte può capitare di sorprendere il proprio partner alle prese con un suo parente o un collega d’ufficio in un momento in cui egli non si accorge che lo stiamo osservando, e scoprire così un io che ci era sconosciuto: potremmo vederlo usare dei termini che in nostra presenza non ha mai usato e assumere una postura o un tono della voce che con noi non ha mai assunto. Magari fino ad oggi non sapevamo in quale maniera nostra moglie si trasforma quando si

arrabbia con sua madre in nostra assenza. Oppure non sapevamo con quale tono nostro marito risponde ai complimenti di una sua collega, usando espressioni che noi non gli abbiamo mai sentito utilizzare prima. Questo potrebbe in una certa misura sconvolgerci, perché significa venire a conoscenza di alcuni io dell'altra persona che non sono 'dedicati a noi' e non possono emergere in nostra presenza... se non per un caso fortuito.

Sviluppare un Io centrale – uno degli scopi di questo corso – non significa doversi comportare nello stesso modo in tutte le occasioni. I ruoli di cui ci rivestiamo nella società sono utili, a patto che siamo noi a dominare loro e non loro a dominare noi. È ovvio che non possiamo usare le stesse espressioni e le stesse posture quando parliamo con nostro figlio e quando siamo in una riunione aziendale, ma fino ad oggi siamo stati schiavi di questi mutamenti, che abbiamo visto avvenire in maniera meccanica dentro di noi, mentre in futuro essi potranno passare sotto il nostro controllo.

Il ruolo viene attivato dall'esterno, dalla presenza di una particolare persona o circostanza, e subiamo questi repentini mutamenti senza nemmeno renderci conto che non ne siamo noi la causa.

Fino ad oggi quando il direttore dell'azienda si rivolgeva a noi, il nostro "io del direttore" entrava in gioco automaticamente facendo mutare in pochi istanti il nostro stato d'animo. Mentre parlavamo col collega eravamo una certa persona, ora che abbiamo di fronte il direttore ne siamo un'altra. Il passaggio, sebbene utile, non è però avvenuto sotto il nostro controllo cosciente; non abbiamo potuto fare a meno di cambiare, non lo abbiamo scelto noi. Quando avremo sviluppato un vero Io ci saremo disidentificati da ogni ruolo, non ci riconosceremo più in un ruolo particolare, allora potremo padroneggiare tutti i ruoli e utilizzarli all'occorrenza secondo i nostri comodi. Non saranno più le circostanze esterne ad attivarli, e noi non saremo più costretti ad obbedire come burattini, perché sceglieremo in maniera cosciente se e come cambiare il nostro atteggiamento di volta in volta. Potremo recitare, cioè interpretare ruoli che di norma non sono nostri, solo perché la circostanza lo richiede. Ma fino a quando saremo schiavi del ruolo di avvocato, operaio, insegnante o madre... e trascorreremo la nostra vita a saltare meccanicamente da un ruolo all'altro a seconda della situazione esterna... non saremo in grado di *recitare* e, soprattutto, non sapremo mai chi siamo veramente al di là dei ruoli.

ESERCIZIO IV

Proseguiamo con lo stesso esercizio dell'ultima settimana.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Io mi sono sempre rifiutata di sottostare a dei ruoli, sono sempre stata di carattere ribelle. Mi sono ribellata ai miei genitori quando ero giovane e oggi lo faccio sul posto di lavoro, rivendicando i miei diritti ad avere un lavoro sicuro e non precario.

– Risposta: Non è così semplice uscire dai ruoli. Tu stai recitando il tuo ruolo anche adesso. È il ruolo della ribelle. Reciti inconsciamente, quindi sei costretta a recitare, non lo scegli tu. La vera recitazione avviene solo quando abbiamo sviluppato un Io centrale e ci siamo svincolati da tutti i ruoli. Solo una persona risvegliata può essere un vero attore. Tu ti ribelli al tuo datore di lavoro, ma per farlo reciti il ruolo dell'operaia, ti senti un'operaia, sei totalmente identificata in questo ruolo. Chi si ribella a una situazione non è più sveglio o più libero rispetto a chi resta sottomesso in quella medesima situazione. Il tuo datore di lavoro non può fare a meno di interpretare il suo ruolo... e tu in realtà stai giocando al suo gioco: aderire al ruolo della sottomessa o della ribelle non fa alcuna differenza, perché in entrambi i casi fra di voi resta implicito che lui è il capo e tu no.

Il governo deruba il popolo e il popolo reagisce sottomettendosi o ribellandosi, ma entrambi questi comportamenti presuppongono che il popolo continui a sentirsi inferiore. A chi governa non interessa più di tanto in che modo re-agiamo alle sopraffazioni e alle ruberie, quanto il mantenere intatti i rispettivi ruoli, e questo lo si ottiene in entrambi i casi. L'unico modo per uscire dai ruoli è risvegliarsi. Se tu ti risvegli il tuo datore di lavoro diventa incapace di mantenere stabile il suo *aggancio* psicologico, perché tu smetti di rientrare nel consueto ruolo. A quel punto può anche non essere più necessario ribellarsi *esteriormente* attraverso atteggiamenti, parole o azioni eclatanti, perché la vera ribellione, quella interiore, quella che fa più paura a chi governa questo pianeta, è già avvenuta e come conseguenza l'energia fra voi due muterà silenziosamente. Lui, inconsciamente, non ti percepirà più come prima e non riuscirà ad *agganciarsi* alla tua psiche.

LEZIONE V

L'IO OSSERVATORE

Ogni volta che ci succederà di osservare una particolare identità della macchina potremo ricorrere alla nostra sorgente non fenomenica di attenzione e rifiutare di identificarci con la macchina biologica dicendo a noi stessi: “Io non sono questo!”.

Eugene J. Gold, *Il lavoro pratico su se stessi*

Torniamo alla nostra casa senza padrone: alcuni servi hanno deciso di eleggere un « maggiordomo ». Significa che alcuni io al nostro interno si accorgono che la situazione è insostenibile e decidono di iniziare un lavoro di risveglio. La spinta che orienta alcuni io verso un percorso di crescita interiore giunge sempre dall'essenza dell'essere umano, quella che nelle religioni viene chiamata *anima*. La macchina biologica da sola potrebbe non accorgersi mai di essere in una trappola fondata su un continuo 'sogno ad occhi aperti'. L'anima è però ancora in embrione, è più una possibilità che una effettiva realizzazione. Attraverso il Lavoro essa viene letteralmente 'costruita'.

Il maggiordomo inizia a *osservare*, a seguire passo passo i vari servi, per

capire cosa effettivamente sta succedendo nella casa. Egli deve imparare a conoscere la casa. Il solo fatto che un maggiordomo li osservi, va già a modificare il comportamento dei servitori. L'osservatore modifica l'oggetto osservato. Non giudica, non parla, non interferisce in alcun modo, ma la presenza costante di questo silenzioso « testimone », giorno dopo giorno, quasi magicamente, comincia a mettere a posto le cose e prepara l'arrivo del *padrone di casa* – l'anima.

L'io osservatore, il « testimone » non è morale e non giudica in alcun modo gli atti dei vari io. Se stiamo giudicando è perché non stiamo guardando con il « testimone », ma con uno degli io, cioè con una parte della nostra personalità; questo può condurre a una pericolosa scissione interna alla mente e quindi alla schizofrenia. Il « testimone » è pura *presenza*, distaccata, priva di opinioni personali riguardo ciò che fa la macchina e ciò che fa il mondo intorno a lei. L'io osservatore non fa nulla per cambiare la situazione, ma si limita a *osservare* con distacco – senza farsi coinvolgere – ciò che accade nell'apparato psicofisico. Osserva la rabbia, la felicità, il disappunto, la frustrazione... sperimentate di volta in volta dalla macchina biologica, con la medesima imperturbabile obiettività. Se di fronte a una rissa la personalità vuole intervenire il « testimone » non glielo impedisce, se la personalità vuole restare passiva il « testimone » non glielo impedisce. Guarda e basta.

Attraverso l'osservazione:

- prendiamo le distanze dagli aspetti osservati e creiamo un progressivo distacco dalle vicissitudini che coinvolgono la personalità;
- togliamo energia alle emozioni negative e guadagniamo energia per questo 'io maggiordomo'. Più energia per l'osservatore = meno energia per i meccanismi psicologici, che di solito ci trascinano e ci fanno fare quello che vogliono;
- ci identifichiamo sempre di più con questa nuova entità che acquisisce progressivamente forza al nostro interno: il « testimone »;
- il « testimone » a un certo punto diverrà l'anima, il 'padrone di casa', e noi apriremo il nostro Cuore.

Tutto il Lavoro alchemico su se stessi si fonda sull'*osservazione*. Questa è l'attività centrale e più importante per chiunque voglia svegliarsi. Il miglior modo per osservarsi è ricordo di sé, non è altro che un'osservazione concentrata nel qui-e-ora che ci costringe a essere presenti a noi stessi. Osservarsi significa non lasciare più che gli aspetti della nostra psiche – i nostri meccanismi di

reazione al mondo esterno – scorrono nell'inconsapevolezza, seppelliti in una sonnolenta quotidianità.

L'osservazione è una pratica che viene solitamente sottovalutata. Sembra incredibile che ci si possa risvegliare semplicemente osservando giorno dopo giorno l'attività della personalità e ricordandosi di sé. Le persone sono proiettate nel 'regno della quantità' per cui credono di stare facendo qualcosa per il loro risveglio solo se questo qualcosa è fisicamente coinvolgente. Se dite loro che per risvegliarsi è sufficiente ricordarselo tutti i momenti... loro non ci crederanno... e non proveranno nemmeno a farlo.

Riducete tutte le vostre preoccupazioni a una sola, e Dio provvederà a tutte le vostre preoccupazioni.

Maometto, citato da Kabir E. Helminski

Sarebbe sufficiente tenere a mente questo unico obiettivo – il risveglio – in ogni istante della nostra vita, per giungere a una completa trasmutazione alchemica di noi stessi. Ma dobbiamo prima avere Fede che ciò sia possibile e poi produrre in noi la forza di Volontà indispensabile a portare avanti un proposito del genere.

NON C'È NESSUNO IN CASA

Ciò che l'individuo con tutte le sue forze proprio si rifiuta di ammettere è che all'interno di quell'apparato psicofisico in verità non abita nessuno. Crediamo di essere *qualcuno*, ma ci inganniamo. Quel fantomatico Io che teoricamente dovrebbe troneggiare al centro del nostro essere non è mai esistito, e se lo cerchiamo ci sfugge. Dire che dentro di noi ci sono molteplici 'io', uno per ogni emozione che proviamo e uno per ogni ruolo di cui la società ci ha rivestiti, è esattamente come dire che non c'è alcun Io.

Cominciare a vivere con questa realizzazione interiore significa ribaltare completamente la nostra visione della realtà. Se non c'è *qualcuno* dentro le persone, allora tutto avviene seguendo leggi meccaniche che non lasciano spazio a libero arbitrio e responsabilità personale. Io acquisisco libero arbitrio e responsabilità solo nella misura in cui compio degli sforzi per fabbricare un vero Io al mio interno. Non abita nessuno dentro quell'apparato psicofisico che mi sta

rubando il portafoglio e non abita nessuno dentro quell'apparato psicofisico che mi ha tradito con un altro uomo/donna, così come non abita nessuno dentro il mio apparato psicofisico, per cui è perfettamente 'illusorio' che io soffra a causa del senso di colpa. Le persone non fanno le cose *apposta* – convinzione radicata in noi, che è causa del nostro fastidio e del nostro odio – perché tutti gli eventi accadono spontaneamente e in maniera meccanica. Nessuno può *volere*, ma tutti seguono le spinte inconsce della propria personalità... almeno fino a quando non si risvegliano.

Può essere interessante fare un parallelo con la dottrina dell'Advaita Vedanta dove si afferma che l'ego non esiste e tutto avviene all'interno di un 'gioco cosmico' sul quale non possiamo esercitare potere. Personaggi come Osho, Krishnamurti, Nisargadatta Maharaj, Ramana Maharshi... non hanno fatto altro che ripetere una sola Verità, sempre la stessa, la sola che rivesta un certa importanza: tu non esisti, nessuno esiste, tutto ciò che accade è parte del *funzionamento* dell'Universo.

E_{SERCIZIO} V

Ripetere l'esercizio di ricordarci di noi ogni volta che attraversiamo una porta.

D_{OMANDE E RISPOSTE}

– Domanda: Ho capito tutto quello che hai detto. Ho capito che dobbiamo osservarci. Va bene... e poi? Cosa devo fare di pratico per cambiare la mia vita?

– Risposta: È la domanda che pongono tutti: cosa devo fare di pratico? Questo insegnamento viene scambiato per qualcosa di teorico e intellettuale, mentre è l'insegnamento più pratico che esista, più pratico dello yoga o della meditazione Zazen. L'osservazione ha un potere devastante, ma le persone non la praticano perché a loro sembra *troppo poco*. Vogliono una tecnica che soddisfi maggiormente la loro personalità. Allora meditano per ore, partecipano a ritiri sciamanici, compiono complicati esercizi di respirazione dove il prana entra da una narice ed esce dall'altra, provano a risvegliare kundalini o ad aprire i chakra utilizzando le tecniche più strane... e questo fa loro credere di stare veramente evolvendo.

Ma il metodo più efficace resta quello dell'osservazione, l'attenzione divisa, il ricordo di sé... vari modi per dire che dobbiamo rimanere *presenti* durante la giornata se vogliamo trasmutare in maniera radicale noi stessi. **L'osservazione è l'inizio e la fine del Lavoro.** Basta che ci osserviamo, che siamo sempre presenti a noi stessi, per attivare dentro di noi un processo di trasformazione irreversibile. Lo scopo finale è quello di creare un Io, un'anima, per poterci accostare *consapevolmente* all'Uno invece che perderci in esso.

Nell'osservazione possiamo regolare noi il *regime del fuoco*. Più intenso o meno intenso a seconda del grado di Volontà che riusciamo a produrre.

Non si deve fare niente. Solo osservare. Tutti credono si debba fare chissà cosa, le persone si aspettano esercizi complicatissimi e quando viene detto loro che è sufficiente essere presenti durante il giorno restano deluse. Poi provano a fare gli esercizi di ricordo di sé, non ci riescono, e dicono che quegli esercizi non servono a niente, che non sono utili, che quella non è vera evoluzione spirituale. Allora tornano a fare i loro esercizi di meditazione e respirazione e a recitare i loro mantra... e questa paccottiglia la considerano evoluzione spirituale.

– Domanda: Ma se devo limitarmi a osservare, come faccio a cambiare gli aspetti dannosi della mia personalità? Come posso smettere di arrabbiarmi solo osservandomi? Oppure come posso smettere di sentire la gelosia?

– Risposta: Nel lavoro di risveglio non si tratta mai di eliminare qualcosa, bensì di vederci *belli* per come siamo. Tentare di fermare la rabbia o la gelosia, così come ogni altra emozione, può rivelarsi estremamente pericoloso per l'equilibrio psichico. Per questo motivo l'autentico Lavoro tradizionale consiste nel focalizzare l'*attenzione* su un nostro aspetto, una malattia o un problema... senza voler cambiare nulla. È l'*attenzione* a operare la trasmutazione, non la nostra volontà di cambiare le cose. Come vedremo nella lezione sulla malattia, l'attenzione focalizzata, priva del desiderio di guarire, opera la guarigione.

D'altronde per quale motivo dovremmo cambiare qualcosa di noi? Il Lavoro su di sé consiste nel giungere ad aprire il Cuore per cogliere la Bellezza sia all'interno che all'esterno di noi. **Noi ci sforziamo di svegliarci per poter finalmente vedere che siamo *belli* così come siamo, non per cambiare aspetti di noi che non ci piacciono.** Dobbiamo giungere ad amare ciò che vogliamo cambiare. Fino a quando vediamo dei difetti, in noi o fuori di noi, non possiamo svegliarci, perché il risveglio si muove proprio nella direzione opposta:

l'accettazione totale di ciò che siamo in questo momento. Solo l'accettazione porta alla percezione della Bellezza, e quindi della Realtà oltre l'illusione.

Più in generale, le persone vogliono illuminarsi perché non si sopportano così come sono. Ma il problema è che illuminarsi significa percepire la perfezione di ciò che siamo. Di ciò che siamo... non di ciò che saremo dopo un eventuale cambiamento!

Lo stesso impulso che spinge la valletta televisiva a rifarsi le tette, spinge chi lavora su di sé a voler eliminare la sua rabbia: non riescono a vedere la Bellezza dentro se stessi. Il secondo crede di essere più 'evoluto' della prima, quando in realtà sono vittime dello stesso identico inganno. Il Lavoro inteso in questa maniera – come un voler cancellare ciò che non va in noi stessi – non può che infognarci ancora di più nella trappola planetaria, la quale si nutre del fatto che non riusciamo a percepire la nostra Bellezza e la nostra Forza. Lo sforzo cosciente inteso a percepire la Bellezza deve restare sempre al primo posto durante la pratica dell'osservazione di sé.

– Domanda: Cosa vuol dire 'osservarsi'?

– Risposta: Innanzitutto vuol dire non far scivolare via la nostra vita nell'inconsapevolezza, ma fermarci a guardare quali sono i nostri comportamenti e i meccanismi psicologici che li causano. Quindi occorre valutare gli episodi della nostra vita alla luce dell'insegnamento alchemico. Dobbiamo chiederci: "Perché mi sono comportato così?" "Perché mi è successa questa disgrazia?" tentando di fornire delle risposte che tengano conto delle conoscenze acquisite attraverso queste lezioni. Quindi dobbiamo smettere di prenderci in giro pensando che la causa delle nostre disgrazie o del nostro mal di vivere sia all'esterno. Dobbiamo osservarci con onestà. Più procederemo con le lezioni, meglio capiremo cosa significa osservarsi. Adesso abbiamo ancora pochi strumenti per osservarci.

LEZIONE VI

7 CATEGORIE DI UOMO

Quando Dio ha fatto l'uomo e la donna, non li ha brevettati. Così da allora qualsiasi imbecille può fare altrettanto.

George Bernard Shaw

All'età di cinquant'anni ogni uomo ha la faccia che si merita.

George Orwell

Uomo numero 1: polarizzato nel fisico e nell'istinto imitativo (es.: rapporto di coppia basato sul sesso; apprendimento basato sull'imitazione e sull'imparare a memoria le nozioni)

Uomo numero 2: polarizzato nell'emotivo (es.: rapporto di coppia basato sul sentimentalismo; apprendimento basato sul mi piace/non mi piace)

Uomo numero 3: polarizzato nel mentale (es.: rapporto di coppia basato su un calcolo di convenienza economica o sullo scambio di idee; apprendimento basato sulla logica razionale)

Si trovano tutti sullo stesso piano orizzontale, e dormono in ugual misura.

Uomo numero 4: non ha ottenuto acquisizioni particolari rispetto all'uomo ordinario, ma ha sviluppato un « centro di gravità permanente ». Ha cioè preso la ferma decisione di dedicare la sua vita al Lavoro su di sé. Ha creato un « maggiordomo » che osserva costantemente. Si sforza ogni giorno di ricordarsi di sé in qualche occasione. Tutta la sua vita ruota intorno a questo centro osservatore. A differenza dei primi tre, che sono meccanici, diventare uomo numero 4 richiede uno sforzo cosciente e protratto.

Uomo numero 5: ha aperto il Cuore, o *centro emozionale superiore* o centro *anāhata*. Vive in un costante stato di innamoramento verso la vita perché ora vede la Bellezza onnipresente, in sé e fuori di sé. Ha ottenuto un Io permanente, il padrone di casa. Ha accesso alle intuizioni provenienti dall'anima, la sua vera essenza. È lo stato di norma conosciuto come 'illuminazione'. Possiede l'immortalità grazie alla completa identificazione con l'anima e la relativa fabbricazione del « corpo di gloria ». Ha esaurito il suo karma ma può ancora tornare per aiutare gli altri.

Uomo numero 6: è difficilmente identificabile perché costituisce una tappa di passaggio per arrivare all'uomo numero 7. Ha già acquisito le qualità dell'uomo perfetto, ma non sono ancora permanenti in lui, devono ancora *crystallizzarsi*. Ha attivato il *centro intellettuale superiore* o centro *ajna*.

Uomo numero 7: è l'uomo perfetto. Tutti i suoi centri sono attivi e coordinati, anche il centro *sahasrara* sulla sommità della testa. Non è più un essere individuale, perché è identificato con lo Spirito, l'Assoluto stesso. La sua volontà è la Volontà dell'Assoluto. Non si può nemmeno più parlare di mortalità o immortalità.

MALCOMPRESIONE

Abbiamo tutti dentro un mondo di cose: ciascuno un suo mondo di cose! E come possiamo intenderci, signore, se nelle parole ch'io dico metto il senso e il valore delle cose come sono dentro di me; mentre chi le ascolta, inevitabilmente le assume col senso e col valore che hanno per lui stesso, del mondo com'egli l'ha dentro? Crediamo di intenderci; non ci intendiamo mai!

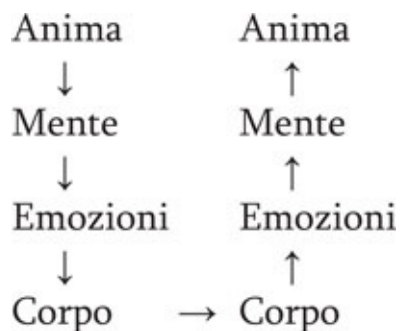
Luigi Pirandello, *Sei personaggi in cerca d'autore*

La malcomprensione è la regola. Capirsi è un'eccezione.

Ogni parola assume per ognuno di noi un significato diverso che deriva dalle nostre esperienze e dal livello di coscienza in cui ci troviamo. Ciò che intende Gesù (uomo numero 7) quando parla d'Amore (= agápe) è diverso da ciò che significa amore (= eros) per un uomo numero 2. Eppure noi crediamo di comprendere sempre ciò di cui i maestri parlano o ciò di cui parla il nostro partner piuttosto che il collega di lavoro o il vicino di casa.

A volte ci scontriamo con qualcuno solo perché usiamo termini diversi per dire la stessa cosa.

Non riusciamo a comprenderci anche perché il messaggio che un'anima vuole mandare a un'altra anima viene prima filtrato dalla mente, dalle emozioni e dal corpo fisico di chi sta comunicando, e poi dal corpo fisico, dalle emozioni e dalla mente di chi sta ricevendo.



Le mie emozioni e le mie convinzioni intellettuali 'filtrano' inevitabilmente, e talvolta distorcono, ciò che gli altri vogliono dirmi o ciò che ascolto di fronte alla televisione. Le mie paure, i miei fastidi e i miei desideri mi impediscono di cogliere la realtà per quello che è, mi impediscono di vedere la Bellezza e mi

costringono a vivere in un mondo di brutture. Quante volte non siamo riusciti a comunicare ciò che sentivamo profondamente e siamo rimasti frustrati per questo? Solo da Cuore a Cuore ci possiamo comprendere pienamente. Per fortuna avviene una comunicazione inconscia diretta anche a quel livello, sebbene le personalità sembrino non riuscire a capirsi. Non dovremmo metterci a piangere quando non veniamo compresi, perché ciò rappresenta la normalità; dovremmo invece gioire tutte le volte che qualcuno ci capisce, perché allora è accaduto qualcosa di magico, un'informazione è riuscita a passare attraverso le nostre barriere mentali ed emotive.

La comunicazione 'da Cuore a Cuore' fa sì che, ad esempio, la vibrazione dell'insegnamento esoterico si trasmetta comunque dal relatore al pubblico, anche se chi ascolta non ha interamente compreso sul piano razionale o non è totalmente d'accordo con ciò che viene detto. Questo fenomeno viene chiamato « logoterapia »: il relatore ha la capacità di irradiare il Fuoco del suo Cuore aperto attraverso la Parola, innalzando la vibrazione dell'anima di chi ascolta e facilitando la sua identificazione con essa. Su questo principio si basa la diffusione del presente insegnamento per mezzo dei corsi di risveglio della coscienza. Indipendentemente da quanto viene detto sul piano delle nozioni, durante queste lezioni avviene un'irradiazione di Fuoco spirituale – conosciuto come Spirito Santo o Vril in altre tradizioni – che coinvolge quanti vi partecipano ed è ciò che più contribuisce al loro risveglio.

Verrà il giorno in cui ascolteremo solo il silenzio fra una parola e l'altra, e da quel silenzio ci intenderemo.

LE TRE FASI DEL RISVEGLIO

Beato chi ha un'anima, beato colui che non ha un'anima, dolore e sofferenza per chi deve farla nascere.

Georges I. Gurdjieff

3 – Risveglio

2 – Terra di Mezzo

1 – Addormentamento

1 – ADDORMENTAMENTO

È la fase da cui partiamo tutti, ed è relativamente tranquilla. Di giorno svolgiamo il nostro lavoro senza porci più di tante domande, la sera chiacchieriamo con gli amici di politica, televisione, calcio... Leggiamo tre pagine di qualsiasi cosa prima di andare a dormire. Sappiamo che i politici rubano, che in Africa si muore di fame, che in medioriente c'è sempre la guerra. Certe giornate siamo tristi, altre allegri, quando il partner ci lascia andiamo in crisi, quando ci innamoriamo siamo euforici. Insomma... conduciamo quella che, a torto, viene definita una vita 'normale', quando in realtà si tratta dell'esistenza dello zombie medio. Non ci fidiamo troppo della medicina naturale perché "tanto non fa niente", pensiamo che l'Esoterismo sia "quella roba che fanno i satanisti", non siamo vegetariani perché "un po' di carne fa bene alla salute", non crediamo negli Ufo perché secondo noi "quella gente che vede 'ste cose c'ha dei problemi di testa!".

2 – TERRA DI MEZZO

È il primo passo verso il risveglio, ma è anche una fase lunga e difficile che può durare molti anni. Se voi siete venuti a questo corso [o state leggendo questo libro] è perché vi trovate all'interno di questa fase. È il periodo in cui diventiamo insopportabili per i nostri amici e loro divengono insopportabili per noi. I soliti

discorsi sulle partite di calcio, la politica e l'ultima notizia di cronaca data dal telegiornale cominciano a starci troppo stretti. Troviamo prive di senso le serate trascorse a parlare di questi argomenti. Iniziamo a leggere libri che trattano di Esoterismo, spiritualità, energie sottili, misteri... quindi cominciamo a parlarne sempre di più con amici e colleghi... per accorgerci ben presto che quello che per noi è un nuovo mondo tutto da scoprire, per chi ci circonda sono fandonie o "cose a cui non dare troppa importanza".

– Domanda: Ma questa fase è positiva o negativa?

– Risposta: Non è né positiva né negativa, è una fase attraverso cui tutti quanti prima o poi transitiamo nell'attesa di giungere al reale risveglio. È un periodo di disequilibrio: abbiamo lasciato il vecchio ma non siamo ancora arrivati al nuovo, non sappiamo nemmeno cos'è il nuovo. Crediamo di essere più svegli solo perché abbiamo letto René Guénon, Julius Evola, Gurdjieff, Aleister Crowley, Tommaso Palamidessi, Rudolf Steiner e Krishnamurti... Ma in verità non abbiamo ancora mutato il nostro stato di coscienza, perché non abbiamo ancora iniziato il Lavoro pratico vero e proprio.

Cominciamo a giudicare stupidi quelli che ancora guardano le partite di calcio invece che leggere le opere di Tommaso Palamidessi. Non guardiamo più la televisione e, naturalmente, trattiamo come decerebrati quelli che la guardano. Diveniamo vegetariani e, naturalmente, cominciamo a rompere le scatole a chi mangia la carne. Crediamo fermamente che sia esistita la civiltà atlantidea e abbia lasciato tracce in vari luoghi del mondo, crediamo che il pianeta sia governato da razze aliene che in accordo con alcuni personaggi influenti del pianeta vogliono creare un Governo Unico Mondiale, crediamo che la Sanità mondiale abbia ordito un complotto per far sì che le persone non imparino mai ad autoguardarsi, crediamo negli effetti benefici dell'omeopatia anche se non sono 'scientificamente dimostrabili'... e tentiamo disperatamente di convincere gli altri della validità di queste teorie. Ma così facendo ci creiamo il vuoto intorno. Quando saremo realmente *risvegliati* ci tranquillizzeremo sotto tutti i punti di vista e smetteremo di giudicare chi non segue la nostra stessa strada, ma anzi, lo ameremo, e sapremo quando è il momento di parlare e quando quello di tacere.

"Se continui così prima o poi finisci in una setta" mi diceva mia madre quando cominciai a interessarmi a questi temi, avvertimento che faceva il paio con quello che aveva smesso di propinarmi solo pochi anni prima: "Non accettare le caramelle da chi non conosci, perché possono essere drogate". Quelli della mia generazione sono cresciuti con il mito della 'caramella drogata' a cui si

è successivamente aggiunto il mito della setta dove ti fanno il lavaggio del cervello e magari ti costringono a fare il ‘sesso perverso’. Ogni mia ricerca in direzione della ‘caramella drogata’ e delle sette dove ti fanno fare il ‘sesso perverso’ ad oggi non ha ancora dato esito positivo!

3 – RISVEGLIO

Come dicevo prima, è la fase in cui ci si tranquillizza. Non si cerca di convincere nessuno, perché non abbiamo più bisogno di convincerci nemmeno noi. Nella misura in cui quelle che prima erano solo teorie ora sono divenute *realizzazioni* interiori, non avvertiamo più il bisogno di fare proseliti. Per esempio, quando ci parlano di alieni, anche se sul piano intellettuale possiamo accettare l’idea, in realtà non ci crediamo totalmente nemmeno noi, e questo è il motivo per cui sentiamo l’impellente necessità di convincere tutti quelli che ci circondano... perché altrimenti ci sentiamo pazzi. Lo stesso vale per l’idea di anima o di Dio: vogliamo fare proseliti nella misura in cui noi stessi non ci crediamo profondamente. Quando queste idee divengono acquisite e smettono di restare credenze, tale necessità in noi scompare.

In questo stadio possiamo ricominciare a guardare le trasmissioni della De Filippi, i film violenti, i film con De Sica e Boldi, possiamo mangiare carne, bere alcolici o fumare senza problemi. Può sembrare strano, ma nella fase del risveglio si torna più ‘normali’, proprio perché ormai siamo andati oltre la personalità, oltre il giudizio e oltre la divisione giusto/sbagliato. Non dobbiamo più ‘purificarci’ perché non possiamo più venire sporcati da ciò che è materiale.

ESERCIZIO VI

Per illustrare meglio questo esercizio riporto ciò che ho già scritto sul libro *La Porta del Mago*:

Eliminiamo una parola dal nostro parlare. Scegliamo una parola o un’espressione che utilizziamo di sovente e sforziamoci di non pronunciarle per una settimana. Alcune di queste espressioni sono solo degli inutili intercalari che appesantiscono il nostro discorso e sarebbe quindi meglio eliminarle indipendentemente dal lavoro sul ricordo di sé. In Italia le più comuni sono:

- attimino
- voglio dire
- assolutamente sì/no
- no (all’inizio delle frasi)
- cioè
- niente (all’inizio delle frasi)
- ma però
- solitamente ripetiamo tre o quattro volte sì sì sì, oppure no no no, ciao ciao ciao, in particolare quando parliamo al telefono. Sforziamoci di dire un Sì secco o un NO secco, un solo CIAO, o almeno ridurre la quantità (per es., da quattro a due).

Inoltre ognuno di noi può scegliere termini o espressioni qualsiasi e decidere di non pronunciarli per un certo periodo di tempo:

- possiamo sforzarci di non chiedere mai “Come va?” quando incontriamo una persona, oppure trattenerci dal rispondere meccanicamente “E tu come stai?” in risposta all’altrettanto meccanico “Come va?”;

- possiamo sforzarci di non pronunciare mai il termine “sì” o “no” o “ma” o “ciao” o “però”... l’elenco è infinito in quanto ogni parola di uso comune è utile al nostro scopo. L’esercizio consiste nel frenare la fuoriuscita meccanica di un particolare termine dalla nostra bocca costringendoci a pensare a una diversa soluzione linguistica che possa sostituire quel termine.

Data la sua utilità – che va al di là del discorso di risveglio, in quanto coinvolge anche la nostra abitudine a esprimerci in maniera corretta – questo esercizio dovrebbe essere portato avanti per tutto l’anno, fino a quando non siamo riusciti a eliminare tutti gli aspetti meccanici del nostro linguaggio.

Questa settimana svolgiamo anche un secondo esercizio: dobbiamo ricordarci di noi mentre ci spogliamo e ci vestiamo, come abbiamo già fatto all’Esercizio I.

DOMANDE E RISPOSTE

- Domanda: Sto applicando questi insegnamenti nella mia vita, faccio anche gli esercizi, ma ho la percezione di stare peggio di prima. Ho come un senso di smarrimento, che a volte diventa panico. In particolare la lezione sulla frammentazione degli io mi ha lasciato come un vuoto.

– Risposta: Normalmente questo non accade così presto, dopo sole sei settimane. Evidentemente tu hai già iniziato un lavoro simile in qualche altro posto. [risposta affermativa]. A un certo punto del percorso trasformativo si avvertono gli effetti collaterali della ‘dissociazione dei misti’. L’osservazione condotta in maniera assidua porta allo scoperto i nostri schemi mentali, le nostre convinzioni, i nostri meccanismi di re-azione all’ambiente, in una parola... i nostri io. Quando facciamo luce in una cantina buia, scopriamo l’esistenza di un sacco di cose che prima non ci era possibile vedere.

Per il solo fatto di portare alla luce i nostri io, questi perdono progressivamente potere. Prima spadroneggiavano senza pudore nelle nostre vite, in quanto noi non sapevamo nemmeno di essere schiavi di questa moltitudine – di questa *legione*, per usare un termine evangelico – invece ora non possono più farlo in maniera altrettanto indisturbata. Hanno ancora loro il controllo e lo terranno in mano ancora per anni, ma dal primo giorno in cui abbiamo cominciato a osservarci e ricordarci di noi, è nato il « testimone » che prima o poi li soppianderà. Nel mito di Ercole le teste dell’Idra si moltiplicano ogni qualvolta l’eroe prova a tagliarle usando la forza, ma appena capisce che per ucciderle deve semplicemente esporle alla luce del Sole, la battaglia è vinta.

L’osservazione non deve essere macchiata da alcun giudizio, né di compiacimento né di rifiuto nei confronti degli aspetti del nostro carattere che inevitabilmente vengono alla luce. Quando ci avvediamo di essere molto aggressivi, oppure incapaci di amare, morbosamente possessivi o eccessivamente dediti alla sensualità... ci dobbiamo sforzare di restare al di sopra delle divisioni fra bene e male, giusto e sbagliato, in tutte le questioni che ci si presentano, interiori o esteriori che siano. Il *ricordo di sé* è il mezzo attraverso il quale l’osservazione può potenziarsi, in quanto ci costringe a *essere totalmente presenti* proprio nel momento in cui si manifesta un dato aspetto del nostro carattere, anziché osservarlo solo a distanza di tempo.

La ‘dissociazione dei misti’ è quella fase dell’Alchimia dove i nostri aggregati psichici perdono coesione a causa dell’osservazione costante. Il finto ego che credevamo di essere, non ha più la forza di tenere insieme la nostra identità. Finalmente tocchiamo con mano che la nostra identità era fatta di nulla: un mucchio di nozioni, credenze, desideri, pulsioni, predisposizioni... appresi qua e là nel corso della nostra vita o ricevuti attraverso il codice genetico. La perdita della falsa identità non è però accompagnata da una parallela nascita della vera identità, il vero Io, l’anima, per cui alcuni di noi possono trovarsi in una fase di

smarrimento anche piuttosto profonda e protratta nel tempo. In questo caso il confronto con gli altri appartenenti al gruppo di Lavoro può rivelarsi di estrema utilità. In ogni caso è importante non cedere alla tentazione di arrestarsi in questa Terra di Mezzo e proseguire invece con coraggio l'osservazione.

Nel corso del processo di 'dissociazione dei misti' si manifestano spesso le più svariate reazioni. A causa del progressivo allontanarsi del nostro centro di consapevolezza dalla macchina biologica, cioè la personalità, molti aspetti di questa, prima tenuti a bada dall'illusione del piccolo ego, vengono ora disordinatamente alla luce. Repentini cambi di umore, nervosismo, maggiore emancipazione sessuale e tendenza ad essere avventati nelle decisioni sono fenomeni tipici. Non sono di per se stessi negativi, ma è importante sapere perché avvengono e fare in modo che non prendano il sopravvento.

Possono fra l'altro prodursi visioni, sia di carattere mistico-estatico (apparizioni di maestri spirituali o santi) che orrifiche, ma in entrambi i casi trattasi di proiezioni simboliche del contenuto della psiche e delle forze che si muovono nel corpo, e quindi sempre facenti parte della natura inferiore. Non dobbiamo pertanto credere di aver ottenuto solo per questo la *chiaroveggenza*. Tale qualità sopraggiungerà con l'Opera al Bianco, e implica un vedere a partire da un nuovo organo di percezione: il Cuore. Eppure non avete idea di quanti ricercatori spirituali si perdono nelle visioni mistiche e stazionano in questa fase per anni. Alcuni si illudono di essere già illuminati o 'eletti' e fondano l'immane scuola spirituale.

– Domanda: A me sembra che i difetti della mia personalità stiano aumentando invece che diminuire. A cosa è dovuto?

– Risposta: Ciò che più spesso si produce in questa fase è proprio la sensazione che gli aspetti della personalità si stiano rafforzando, stiano guadagnando terreno nei confronti dell'anima, anziché perdere energia e retrocedere in virtù del Lavoro iniziato. Questo succede sia a causa della 'dissociazione dei misti', la quale consente maggiore libertà a quelle sfere della nostra psiche che solitamente venivano tenute a freno dal falso ego, sia a causa del maggiore afflusso di energia dovuto all'inizio del Lavoro. Un maggiore livello di osservazione durante la giornata, unito agli esercizi di ricordo di sé, fanno affluire più energia nella nostra macchina biologica, e questa energia va a *vivificare* anche i nostri consueti meccanismi psichici. Pertanto non è che la nostra aggressività sia aumentata, ma in questa fase essa emerge con più forza rispetto a prima. L'attenzione portata su di essa la vivifica, ma in realtà non la

incrementa. Se però il fenomeno assume aspetti esasperati è il caso di sospendere per un po' di tempo qualsiasi tipo di Lavoro.

LEZIONE VII

IL CICLO DELL'EVOLUZIONE

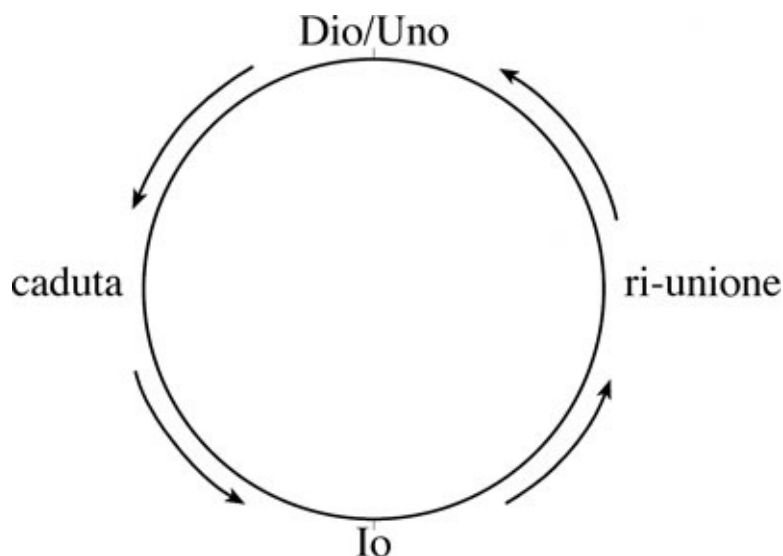
Il modo in cui lo spirito è unito al corpo non può essere compreso dall'uomo, e tuttavia in questa unione consiste l'uomo.

Sant'Agostino

In tal modo la coscienza incarnata annega nell'oceano di materia, per rimanere nella sua identificazione con i corpi separati, segregata dall'Io del quale è parte, non più conoscendosi come un 'figlio di Dio', cioè per quello che realmente è.

Tommaso Palamidessi

L'evoluzione della coscienza, sia del singolo che dell'umanità, si sviluppa secondo un andamento circolare che parte dall'Uno – o Dio, o Demiurgo – discende fino all'io individuale (caduta), e risale poi verso l'Unità (ri-unione, religione), dove acquisirà un livello di consapevolezza superiore a quello originario proprio grazie al passaggio nella materia.



Nell'Uno primordiale la nostra coscienza è fusa con il Tutto, ma non ne siamo consapevoli. È uno stato uguale al sonno profondo: ci siamo, stiamo bene... ma non lo sappiamo. Quando ci svegliamo al mattino sappiamo che nel sonno profondo siamo stati bene, ma mentre vi eravamo immersi, non eravamo affatto consapevoli di questo stare bene. Un frammento dell'Uno – chiamato Spirito o Monade – deve quindi strapparsi dall'Uno e divenire un Io separato se vuole acquisire la *consapevolezza di esserci*.

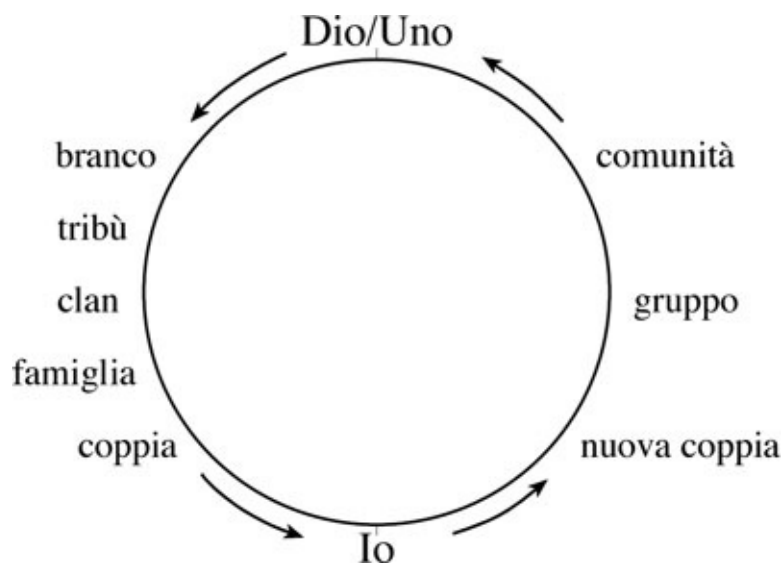
Per poter creare *consapevolezza* si deve generare una separazione, una dualità soggetto/oggetto. Se vogliamo divenire consapevoli dell'Esistenza dobbiamo sentirci separati da essa e quindi in grado di osservarla. Io posso osservare un'automobile che passa, solo se sono separato e diverso da quell'automobile!

Si crea allora una separazione *illusoria* – 'illusoria' in quanto non è mai possibile uscire veramente dall'Uno onnicomprensivo. La coscienza si viene a creare in quanto un frammento divino entra in un corpo e in tal modo l'Unità apparentemente si divide in due: nascono così un io che osserva e un Universo che viene osservato come se fosse esterno e separato da colui che osserva. Abbiamo allora soggetto e oggetto dell'esperienza: 'io' dentro il corpo e il resto dell'Universo fuori.

La divisione fra osservatore e osservato dà quindi origine a un terzo elemento: la coscienza, il *senso di esserci*. Così dal Due (spirito e materia) siamo passati al Tre: spirito-materia-coscienza, dove la coscienza di sé non è altro che l'anima. Concetti trinitari come 'padre-madre-figlio' o 'padre-figlio-spirito santo', richiamano questa medesima divisione dell'Uno in tre aspetti. In realtà tutto è

Uno, cioè tutto è Dio e Dio è in tutto, ma quando un frammento dell'Uno entra in un corpo, si identifica con quel corpo e crede di essere separato dall'Universo circostante. Dio si guarda attraverso gli occhi di un animale umano e non si riconosce più! L'autocoscienza che si origina da questa illusoria separazione viene anche chiamata « anima », è questo l'ente che si reincarna più volte per divenire sempre più cosciente di sé. Il Lavoro alchemico si propone di accelerare lo sviluppo dell'anima – che avverrebbe comunque, ma in tempi lunghissimi – al fine di ottenere vera Volontà (thelema) e vero Amore (agápe).

Grazie alla sempre più profonda immersione dello spirito nella materia, con il trascorrere di milioni di anni la coscienza diviene sempre più individualizzata, perché dal Tutto indifferenziato si passa progressivamente all'Io individuale del singolo essere umano. L'anima diviene sempre più cosciente di sé. Per esempio, la coscienza del topo non è ancora quella di un *individuo*, non è cosciente di sé, essa è immersa in una più vasta *coscienza di branco*, la cosiddetta 'anima di gruppo'. La coscienza dell'essere umano che non si è risvegliato si trova in una situazione simile a quella del topo: non esiste ancora in quanto *individuo*, ma solo come *coscienza di massa*, che pensa le idee della massa e prova le emozioni della massa.



Le tappe principali dell'individuazione della coscienza mentre lo spirito *cade* dall'Uno verso l'Io, sono:

– **il branco**: un solo capo-branco che decide per tutti: $1+1+1+1+\dots$ sempre = 1. Dentro il branco c'è protezione e nutrimento. Chi non fa parte del branco è un nemico. Chi abbandona il branco diventa un nemico. Il capo mangia per primo e

si assicura le porzioni migliori. Il singolo non si assume responsabilità, è solo un numero fra tanti, è protetto ma allo stesso tempo rinuncia alla sua libertà individuale.

- **la tribù:** segue gli stessi principi del branco, ma è un po' più individualizzata, gli elementi che la formano sono più simili fra loro. Oggi è rappresentata dalle tifoserie sportive e negli episodi di stupro di gruppo.

- **il clan:** è costituito da un gruppo di famiglie, come la mafia di oggi.

- **la famiglia:** è il nucleo su cui si fonda la mafia. Anche qui la coscienza del singolo ha poco valore, perché i suoi interessi si devono annullare in quelli della famiglia. Il nemico di un mio parente è anche mio nemico. Se ti faccio un piacere, poi sei in debito con me. Non ci si sposa per amore, ma solo se conviene alla famiglia. La coppia che si viene a formare non è autonoma, perché deve sempre qualcosa alle rispettive famiglie.

- **la coppia:** uno vive in funzione dell'altro e si appoggiano a vicenda per affrontare il mondo. Uno non prende iniziative se l'altro non approva. Se uno se ne va l'altro non sopravvive, si sente morire, da qui hanno origine senso del possesso, gelosia, paura dell'abbandono e del rifiuto. In questo caso: $1+1 = 1$.

- **l'individuo:** è finalmente diventato 'qualcuno', è autosufficiente, si assume le sue responsabilità, si crede artefice del suo destino, è completamente identificato con la sua mente razionale e non ha più bisogno di Dio. Si sente totalmente separato dall'Uno, fino a negare Dio e tutto ciò che non è materiale. All'inizio questa situazione provoca un senso di onnipotenza ed euforia, ma dopo qualche incarnazione l'anima avverte il bisogno di fondersi nell'Uno; il figliol prodigo che era uscito di casa, prova adesso nostalgia per la 'dimora del Padre'. L'onnipotenza diviene allora disperazione per la lontananza dal Principio Primo di cui dentro di sé sente di far parte.

Le tappe principali della re-ligione (*re-ligare* = unire di nuovo), cioè della riunione della coscienza con l'Uno, sono:

- **la coppia essenziale:** sono indipendenti, sopravviverebbero tranquillamente anche da soli e amano la solitudine... ma si mettono insieme per il desiderio di svelare l'un l'altro le proprie anime e per realizzare un progetto comune. L'*obiettivo* si erge al di sopra di entrambi. Non si annullano, ma si aiutano a evolvere. $1+1 = 3$.

- **il gruppo:** i gruppi di lavoro delle aziende moderne.

- **la comunità:** vivono insieme per scelta, non perché singolarmente morirebbero. Ognuno si assume la responsabilità per l'andamento della comunità. Le qualità del singolo non si annullano nella massa, ma vengono esaltate e utilizzate. L'imprevedibilità e la genialità sono stimulate anziché

represse, come invece accade nel branco. In questo caso: $1+1+1+\dots = \text{infinito}$.

Nella fusione finale con il Tutto, il ritorno alla ‘casa del Padre’, si mantiene la consapevolezza che si è acquisita diventando un individuo, la coscienza non torna più nel sonno profondo da cui si è strappata. Quindi chi si perde nella materia e poi si ri-unisce all’Uno, come fa il figliol prodigo, è ora su un piano evolutivo decisamente superiore a chi non si è ancora separato dall’inconsapevolezza primordiale dell’Uno, sebbene entrambi siano nell’Uno.

METAFORE

Nella *Genesi* (Gen. 3) Adamo ed Eva mangiano il frutto dell’Albero della Conoscenza del Bene e del Male. La donna, l’aspetto femminile e accogliente dell’essere umano, accetta questo frutto dal Serpente, che rappresenta l’energia *kundalini*. Come conseguenza il Serpente viene condannato a strisciare per terra, il che, tradotto, significa che la kundalini entra nella materia e si posiziona, dormiente, alla base della colonna vertebrale dell’uomo, in corrispondenza del primo chakra (*muladhara*). Adamo ed Eva vengono cacciati dal giardino dell’Eden – dove vivevano in uno stato di beatitudine, ma anche di inconsapevolezza – e costretti a entrare nel mondo. Per la coscienza umana ha inizio la dualità, la divisione fra giusto e sbagliato, bene e male (... *si avvidero che erano ignudi...*). La separazione dall’Uno fa sì che nell’umanità nasca l’attaccamento agli oggetti materiali, quindi il desiderio di rubare e uccidere, l’odio e la disperazione.

Per poter tornare all’Uno dovremo mangiare il frutto dell’Albero della Vita, il secondo albero presente nel giardino dell’Eden. Quest’albero simboleggia la Via ermetica, cioè la via del mago/alchimista, il quale vuole tornare nell’Eden per conseguire l’immortalità. (*Ecco l’uomo è diventato come uno di noi, per la conoscenza del bene e del male. Ora, egli non stenda più la mano e non prenda anche del frutto dell’albero della Vita, e ne mangi, e viva in perpetuo...* Gen. 3,22). Ma per raggiungere l’albero della Vita è necessario superare alcuni ostacoli (*Così egli scacciò l’uomo; e pose a oriente del giardino dell’Eden i cherubini e la fiamma della spada folgorante, per custodire la via all’albero della Vita.* Gen. 3,24). I cherubini sono entità della prima schiera angelica e simboleggiano la ‘conoscenza’, mentre la “spada folgorante” rappresenta la capacità di gestire il Fuoco interiore, il che concerne l’ascesa dell’energia

kundalini lungo la spina dorsale.

Nella parabola del figliol prodigo (Lc 15,11-32) il protagonista abbandona la casa del padre per conoscere il mondo della materia, sperperando i propri *talenti*, cioè usando per scopi personali le qualità che gli sono state donate dalla Vita. Quando, disperato, ritorna in sé, decide di ricongiungersi a suo padre. Una volta giunto a casa possiede un livello di consapevolezza maggiore rispetto al fratello che non se ne è mai allontanato, e ha quindi diritto ai festeggiamenti.

RIASSUMENDO

L'Uno per poter divenire cosciente di sé, finge di scindersi in due parti, che noi chiamiamo 'spirito' e 'materia'. Quando lo spirito incontra la materia, si crea la coscienza, la sensazione di esserci. Questa coscienza è l'anima, che incarnandosi più e più volte diviene sempre più consapevole di sé passando attraverso innumerevoli gradazioni di consapevolezza. Quando è stato fabbricato un vero Io – una vera anima – e l'individuo si è perfettamente identificato con esso, allora può ricongiungersi con l'Uno primordiale a formare nuovamente un tutt'Uno, ma questa volta su un altro piano di consapevolezza rispetto all'inizio.

ESERCIZIO VII

Mangiare con consapevolezza. Dobbiamo rimanere *presenti* dal momento in cui portiamo il cibo alla bocca fino a quando si inghiotte il boccone. Portare l'attenzione sulla masticazione condiziona in maniera notevole l'assimilazione delle sostanze nutritive da parte dell'organismo; lo stato di presenza fa sì che cogliamo con maggiore profondità i sapori, estraiamo molta più energia dagli alimenti e di conseguenza percepiamo molto prima il senso di sazietà. Ricordarsi di sé mentre si mangia spesso risulta difficoltoso per la presenza di altre persone che ci rivolgono la parola. In tal caso la buona regola di “non parlare con la bocca piena” può venirci in aiuto per consentirci di svolgere il nostro esercizio prima di dover rispondere a qualcuno.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Esiste quindi una differenza fra anima e spirito?

– Risposta: Sì. Un frammento dello spirito è in ognuno di noi, è ciò che ci tiene in vita, ciò di cui siamo fatti, ciò di cui è fatto l'Universo. Una sola Vita è in tutte le forme. Spirito ed Energia sono sinonimi, come anche la fisica sta dimostrando. Lo spirito è Dio stesso e alberga in ognuno di noi così come in ogni cosa. L'anima è invece qualcosa di molto particolare: è l'autocoscienza. È il risultato dell'incontro/scontro fra spirito e materia. Lo spirito è presente anche nel ragno e nel topo mentre l'anima no, è presente solo nell'uomo e non in tutti gli uomini. Esiste *in potenza* in tutti, ma questo non significa nulla, perché fino a quando resta solo un embrione non può influenzare in alcun modo la vita di un individuo, pertanto all'atto pratico è come se egli non l'avesse. Quella personalità non potrà che far parte del 'branco' e di conseguenza agire secondo i 'programmi di reazione mentale' che le sono stati inseriti dalla nascita, subirà cioè passivamente i condizionamenti impartiti dalla società, dalla comunità scientifica e dal credo religioso vigenti nel suo ambiente. Un essere umano senz'anima può essere 'programmato' a credere solo nelle verità comunemente accettate dalla massa e trattato come si fa con gli zombie.

A questo proposito Erich Fromm in *Avere o Essere* dice: “Non avere coscienza equivale a non essere anima e ciò può accadere perché la consapevolezza è bassa o perché anima non si è in quanto non la si possiede.”

Nella tradizione egiziana si parla di *Ba* (lo spirito divino) e *Ka* (l'anima immortale).

Attraverso successive incarnazioni diveniamo sempre più *autocoscienti*, ossia ci identifichiamo sempre di più con l'anima – la 'fabbrichiamo', per usare un'espressione alchemica. Quando alla fine, dopo aver condotto un determinato Lavoro su noi stessi, che può durare diverse vite, *diveniamo* la nostra anima, allora possiamo dirci immortali, non più vincolati all'esistenza di un determinato apparato psicofisico. A questo punto l'avventura non è ancora finita, perché l'atto finale prevede ancora la fusione – consapevole – nell'Uno originario. Torneremo a essere lo spirito, cioè Dio, ma con una nuova consapevolezza.

LEZIONE VIII

ANIMA BAMBINA, ADOLESCENTE, ADULTA

Dimentica del suo proprio retaggio divino, comincia allora l'infinita tragedia dell'anima esiliata e degradata per la sua sottomissione e ubbidienza incosciente a quei corpi che dovrebbero essere suoi strumenti di manifestazione volitiva.

Tommaso Palamidessi

L'evoluzione che porta dall'ameba all'uomo sembra essere evidentemente un progresso per i filosofi – ma si ignora se l'ameba sia d'accordo o no con questa opinione.

Bertrand Russell, filosofo matematico

Una delle caratteristiche che distingue l'essere umano evoluto da quello più primitivo è la capacità della sua anima di governare l'apparato psicofisico. Più ci identifichiamo con l'anima, più siamo in grado di *vedere* la nostra parte animale dall'esterno, senza esserne interamente coinvolti. Questo ci consente di gestirla in maniera migliore e fare in modo che sia lei al nostro servizio e non noi al servizio dei suoi desideri egoistici.

Ciò che fa l'anima – il vero Io – durante il suo percorso evolutivo è assumere un controllo sempre maggiore sull'attività della personalità – l'apparato psicofisico: corpo fisico, corpo emotivo (o astrale) e corpo mentale. Questo significa che corpo, emozioni e mente divengono progressivamente più addestrati a seguire la Volontà dell'anima, il 'padrone di casa'. Di norma invece i corpi dell'essere umano agiscono secondo la loro natura, seguendo leggi puramente materiali, fuori dal controllo della Volontà animica. Nella misura in cui la Volontà dell'anima comincia a operare la sua influenza sulle manifestazioni della personalità, l'individuo è anche capace di dominare le sue reazioni emotive, l'attività – solitamente incontrollabile – della sua mente e la fisiologia del suo corpo.

Lo sviluppo dell'umanità attraverso milioni di anni può essere compreso appieno se si tiene sempre presente l'analogia con la crescita di un bambino. L'anima dell'umanità nel suo complesso si comporta, nel corso delle Ere, come l'anima del singolo essere umano all'interno della storia della sua vita. Il bambino impara dapprima a governare il corpo, poi le sue emozioni, quindi la sua mente, in seguito la mente astratta e... se è fortunato, da una certa età in poi si dedica a un Lavoro di risveglio che lo porta a identificarsi interamente con l'anima. Per l'umanità vale lo stesso principio: alcuni popoli stanno lavorando sullo sviluppo del piano mentale, altri invece sono totalmente concentrati sulla gestione dell'emotivo.

In generale i sensi di un'anima bambina sono più grossolani rispetto a quelli di un'anima adulta, per cui essa non riesce a cogliere le sfumature, le piccole differenze, i particolari, ma si limita alle impressioni superficiali e grezze; ciò vale nella scelta del cibo, della musica, dei film, delle trasmissioni televisive o nel preferire un partner piuttosto che un altro. Un'anima bambina non conosce tenerezza. Essa si nutre di emozioni pesanti: violenza, lotta, senso del possesso, sopruso.

ANALOGIA FRA ETÀ DELL'UOMO E CRESCITA DELLA COSCIENZA

Esiste una bellissima analogia fra il procedere dell'evoluzione della coscienza di ogni singolo uomo da quando nasce a quando diviene adulto e l'evoluzione della coscienza dell'umanità nel suo complesso.

Anima bambina: non è autosufficiente, cerca lo Stato assistenzialista; reclama sempre diritti, ma cerca di scappare ai doveri. Non ha controllo sui propri corpi (fisico, emotivo e mentale) e questo fa sì che sia totalmente influenzabile dai poteri costituiti della società: politico, scientifico, religioso. Si può arrabbiare fino a uccidere qualcuno, così come un neonato si fa la cacca addosso; vuole sempre aver ragione; voce, gesti, pensieri ed emozioni sono grossolani.

Anima adolescente: siamo noi. Vorremmo essere adulti ma ancora non ci riusciamo, abbiamo ancora bisogno dei genitori. A volte pensiamo ad aiutare gli altri, a volte ci impuntiamo per reclamare i nostri diritti. Da una parte vorremmo donare tutto ai poveri, dall'altra ci lamentiamo perché è aumentato il prezzo del pane; da una parte vorremmo amare incondizionatamente, dall'altra sentiamo la gelosia.

Anima adulta: non reclama più diritti per sé. Dedicò la sua vita alla crescita delle anime bambine e di quelle adolescenti. Si sacrifica totalmente, è qui per portare a termine un compito e non è minimamente frenata dai desideri personali (Madre Teresa, Martin Luther King, Gorbaciov, Platone, Mazzini, Gandhi, Falcone, Borsellino, Franz Anton Mesmer, Nikola Tesla, Wilhelm Reich, Enrico Fermi... e migliaia di altri, nella politica così come nell'arte, nella filosofia e nella scienza).

PERSONALITÀ E ANIMA

L'uomo è composto di Anima e corpo: può appiattirsi sulla dimensione del corpo o elevarsi a quella dell'Anima. L'Anima e il corpo diventano così due modi di essere: il primo ci rende liberi, il secondo ci accomuna alle bestie.

Plotino, Enneadi

Dio mi perdonerà... è il suo mestiere.

Heinrich Heine, poeta tedesco dell' '800

L'uomo è composto di ANIMA e PERSONALITÀ.

La personalità è costituita di tre aspetti:

- l'apparato fisico (corpo fisico);
- le emozioni (corpo astrale);
- la mente (corpo mentale).

Lo scopo della personalità consiste nel lottare per sopravvivere il più a lungo possibile in un ambiente ostile. Non può permettersi di amare o di dedicarsi all'arte, alla filosofia o alla tenerezza, perché queste manifestazioni possono mettere in forse la sua capacità di sopravvivere. È invece specializzata nell'aggreddire e nel fuggire, perché lo ha fatto per milioni di anni.

L'anima invece è la nostra vera essenza. È immortale, quindi non ha paura di morire e non deve lottare per sopravvivere. È anch'essa costituita di tre aspetti:

- Volontà (thelema);
- Amore (agápe);
- Autocoscienza, la *presenza*.

L'anima prova emozioni delicate e si dedica alla Bellezza e alla filosofia. Nella misura in cui pensiamo più all'Amore che alla nostra sopravvivenza e nel mondo scorgiamo più Bellezza che bruttezza, vuol dire che siamo più identificati con l'anima piuttosto che con la macchina biologica.

Nella maggioranza dell'umanità l'anima si trova solo in embrione.

Come abbiamo visto nella scorsa lezione, la direzione dell'evoluzione indica

che dobbiamo tornare a sentirci Uno. La completa identificazione con la nostra essenza, il nostro Cuore, che è sede dell'Amore, rappresenta una tappa fondamentale in questo percorso di riunione con il Tutto. Se vogliamo giungere all'Uno dobbiamo transitare dall'apertura del Cuore, ossia dall'identificazione con l'anima. Noi invece siamo attualmente *addormentati* nella nostra personalità, siamo identificati con la nostra natura animale.

La *liberazione* consiste nel provocare lo slittamento del nostro centro di consapevolezza – il punto dove ci sentiamo coscienti in questo momento – dalla personalità all'anima. Ciò implica passare dalle emozioni grossolane, 'di pancia', che di norma prova la nostra macchina biologica, alle emozioni di Cuore che vengono espresse dall'anima.

Il Cuore ci permette di cogliere la realtà per come veramente è: Amore e Bellezza, secondo la descrizione di tutti i santi e gli illuminati. La personalità frappone invece tre diversi tipi di filtro (fisico, emotivo e mentale) tra noi e la realtà. Questi tre filtri rappresentano il 'velo di *maya*'. Finché la nostra coscienza resta identificata con la personalità... abbiamo occhi ma non vediamo, abbiamo orecchie ma non sentiamo.

ESERCIZIO VIII

Mangiare con consapevolezza, come Esercizio VII.

Eliminare una parola dal nostro parlare, come Esercizio VI.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Come si distingue un'anima adulta da una bambina?

– Risposta: Queste categorie sono solo indicative. All'interno di esse esistono mille sfumature differenti. All'inizio tendiamo a inserire fra le anime bambine tutti quelli che ci stanno antipatici: il vicino di casa che tiene la musica troppo alta, il venditore che suona alla porta, la suocera, il tossicodipendente che ci ha rubato l'autoradio, il soldato, il macellaio... Con il tempo, risvegliandoci, impareremo a distinguere *realmente* fra 'adulti' e 'bambini', al di là dei nostri pregiudizi, che solitamente concernono le apparenze: il mestiere, le abitudini o il carattere di una data persona. Il miglior modo per conoscere la realtà è aprire il

Cuore: il Cuore ha tutte le risposte. Il Cuore sa cosa fare e cosa dire in ogni occasione. Il Cuore entra nell'anima dell'altro, aldilà di ogni apparenza.

Il nostro pianeta è come il quartiere del porto di una città di mare: si può trovare di tutto. Si va dai cosiddetti 'senz'anima' – masse umane che non hanno alcuna autocoscienza – agli esseri più illuminati, veri e propri angeli incarnati.

LEZIONE IX

IDENTIFICAZIONE

È spiacevole e tormentoso quando il corpo vive e si dà importanza per conto suo, senza alcun legame con lo spirito.

Thomas Mann

Nel vero amore è l'anima che abbraccia il corpo.

Friedrich Nietzsche

Noi siamo anime che scendono nei tre piani del pianeta – fisico, astrale e mentale – e si rivestono di tre corpi – fisico, astrale e mentale – ricavandoli dalla sostanza stessa dei tre piani di cui il pianeta è costituito. La conseguenza di ciò è che ci identifichiamo completamente con questi tre involucri esterni – il nostro corpo, le nostre emozioni e i nostri pensieri – dimenticando di essere anime appartenenti alla dimensione spirituale. Crediamo di essere animali che lottano per la sopravvivenza, e la cultura cosiddetta ‘scientifica’ non fa altro che avallare questa infantile credenza.

Ci identifichiamo con il corpo, le emozioni, le idee politiche o, che poi è

uguale, le idee religiose, le situazioni, il ruolo sociale, la professione, gli oggetti. Crediamo di essere un avvocato piuttosto che un operaio, e siamo così identificati con questi ruoli che pensiamo e ci comportiamo di conseguenza. Crediamo di essere una moglie piuttosto che un figlio. Ad esempio, la moglie quando recita il suo ruolo, può fare certe cose ma non può farne altre, altrimenti esce dal ruolo di moglie e... si disidentifica, il che è pericoloso per la società.

PERCHÉ L'IDENTIFICAZIONE È UTILE

L'*identificazione* fino a un certo punto è utile in quanto rappresenta la nostra capacità di riconoscerci 'di riflesso' come ego individuali, attraverso l'attaccamento a cose, persone e idee. Ogni volta che ci identifichiamo con le nostre idee, le emozioni e gli oggetti fisici – dall'automobile al partner – stiamo in realtà costruendo un pezzo della nostra identità. Avere il nome, il cognome, il cantante preferito, la squadra di calcio preferita, un titolo di studio, un mestiere... è indispensabile affinché ci costruiamo un abbozzo di identità da poter presentare al mondo che ci circonda: "Io sono questo!".

Fa parte del normale ciclo evolutivo: in tutta la prima fase – quella della « caduta » nella materia – dobbiamo attaccarci agli aspetti materiali e riconoscerci in essi, cioè identificare noi stessi con i ruoli che dobbiamo ricoprire e con gli oggetti che possediamo. Ci identifichiamo con l'aspetto fisico (sono grasso, sono magro, ho il naso storto, ho le tette piccole...), con le emozioni (questo mi dà fastidio, quello mi fa arrabbiare, quell'altro mi dà piacere...) con i pensieri, con l'automobile, con il partner, con il nome di battesimo, con la professione, con il partito... Tutti questi aspetti entrano a far parte della nostra identità, di ciò che crediamo di essere.

L'identificazione permette all'anima di riconoscersi come individuo attraverso l'attaccamento al mondo esterno, e di stabilire così: "Io sono qualcuno".

Nell'attaccarci alle nostre idee politiche, all'automobile o al partner prendiamo sempre più coscienza di esistere: "Io sono in quanto penso 'qualcosa', mi emoziono per 'qualcosa' e possiedo 'qualcosa'". Nel possedere persone e oggetti e nel soffrire per essi noi ci sentiamo vivi.

Il bambino nel dire: "Questo è il mio orsacchiotto" afferma la sua individualità. L'adolescente nel dire: "Questo è il mio cantante preferito" afferma

la sua individualità. L'adulto nel dire: "Questo è il mio lavoro: io sono un avvocato, un ingegnere, un disoccupato..." afferma la sua individualità.

Grazie all'identificazione l'anima si incarna completamente nel corpo. Ogni volta che il bambino percepisce come *suo* un giocattolo, l'anima viene trascinata un po' di più nella materia, fino a sentirsi totalmente nient'altro che una 'macchina biologica'.

PERCHÉ L'IDENTIFICAZIONE È DANNOSA

L'evoluzione procede verso l'identificazione con l'anima e con l'Uno – il ritorno alla casa del Padre – quindi le nostre identificazioni con la personalità e con gli oggetti esterni saranno progressivamente spazzate via a causa di un processo evolutivo naturale e inevitabile.

Il problema non è nell'essere identificati, infatti se non lo fossimo non potremmo nemmeno rispondere al nostro nome o riconoscere una casa come nostra. Il problema è la nostra reazione di sofferenza quando l'Esistenza ci costringe a disidentificarci portandoci via la macchina, il partner, il lavoro... e alla fine anche il corpo e la mente.

Tutto ciò che è materiale prima o poi lo perderemo, quindi nella misura in cui ci attacchiamo ad esso, saremo condannati a soffrire.

Se abbiamo un'identificazione l'Esistenza ce la porta via. Se qualcuno ci dice: "Hai un brutto naso!" "Fai un mestiere umiliante!" "Hai un brutto carattere!", noi soffriamo, perché non capiamo che l'unica causa della sofferenza è la nostra identificazione con quell'oggetto. Allora dobbiamo vivere sperando che nessuno ci offenda, che nessuno ci rubi niente, che la ditta per cui lavoriamo non ci licenzi, che il partner non ci abbandoni mai...

In questo modo viviamo nella paura e non siamo mai liberi. Una massa che ha paura di perdere il lavoro e non avere più abbastanza soldi, può essere manovrata dall'alto.

Afferro un carbone ardente con la mano, mi brucio, soffro, ma se io non collego il mio dolore al fatto che sto tenendo stretto quel carbone, non lo lascio andare e continuo a soffrire. Basterebbe capire che tutte le nostre sofferenze quotidiane sono dovute all'attaccamento a un ruolo, a un'idea, a una persona, a un oggetto... per decidere di aprire la mano, *lasciarle andare* e smettere di soffrire.

IDENTIFICAZIONE E RICORDO DI SÉ

Più siamo identificati con quanto stiamo facendo, meno sarà facile che ci ricordiamo di noi stessi. Immaginiamo di doverci ricordare di noi mentre abbiamo un dialogo con un'altra persona. Potremo facilmente notare che più per noi è importante fare bella figura in quell'occasione, maggiore è l'identificazione, e minori sono le possibilità di riuscire a restare *presenti*. Se stiamo parlando con il nostro direttore aziendale di norma siamo così 'presi' dall'evento che sarà quasi impossibile creare un 'testimone', cioè una parte di noi che resta presente e osserva mentre si svolge il colloquio. Se stiamo discutendo con un bambino piccolo o col nostro cane forse è più probabile che riusciamo nell'impresa di ricordarci di noi, perché abbiamo una maggiore confidenza, non ci chiediamo continuamente "Cosa starà pensando di me?", non dobbiamo fare per forza una bella impressione, e di conseguenza siamo meno coinvolti.

Tutte le volte che crediamo di stare dicendo, ascoltando o facendo qualcosa di veramente importante per il nostro ego, sarà difficile che riusciamo a mantenere anche una certa *presenza*. In realtà – e questo lo si può capire solo a uno stadio più avanzato – niente, ma proprio niente è più importante del restare *presenti*; ma la nostra identificazione con l'ego, e quindi il nostro dare importanza a certe persone e certi eventi per paura che l'immagine del nostro ego venga messa in pericolo, fa sì che in molte occasioni *dimentichiamo* noi stessi.

D'altra parte, più riusciamo a essere presenti, meno ci identifichiamo e meno importanza attribuiamo agli atti della nostra vita quotidiana. La presenza, l'osservazione di noi dall'esterno, ci consente di svincolarci dalla tirannia dell'illusione materiale. Se saremo perseveranti nel cercare di ricordarci di noi, a un certo punto ciò che fa la nostra personalità non ci riguarderà più!

CONSIDERAZIONE ESTERNA

Chi ascolta attentamente l'autentica voce del cuore e della coscienza è illuminato dalla sua verità.

Hegel, filosofo

Più siamo identificati con una personalità che deve lottare per sopravvivere, meno possiamo vivere in 'considerazione esterna'. Parlare e agire in 'considerazione esterna' significa tener conto dei bisogni degli altri più che dei nostri. Significa parlare e agire esclusivamente per il bene dell'altro.

Facciamo un esempio: quando un nostro amico viene a chiederci un consiglio riguardo il suo problema di coppia, noi solitamente non riusciamo a rispondere in completa 'considerazione esterna', ossia tenendo conto di ciò di cui *lui* ha effettivamente bisogno in *quella data circostanza*, ma forniamo invece una risposta standard, in base a quelle che sono le nostre esperienze a riguardo, oppure in base a quello che abbiamo letto o ascoltato sull'argomento. Questo significa agire in 'considerazione interna'.

Quando un medico ci prescrive una medicina non lo fa in 'considerazione esterna', cioè non tenta di capire cosa effettivamente occorre alla nostra essenza per compiere un passo evolutivo attraverso la comprensione del sintomo, bensì si limita ad associare meccanicamente a ogni sintomo la medicina corrispondente, che prescriverrebbe a chiunque altro con lo stesso sintomo indipendentemente dalla situazione psicologica in cui si trova.

Se di recente siamo stati traditi da qualcuno che in precedenza ci aveva fatto delle promesse, come conseguenza tendiamo a consigliare a tutti di stare attenti a chi fa promesse. Questa è sempre 'considerazione interna', cioè filtriemo il mondo attraverso quello che è il nostro sentire del momento, senza tener conto dei reali bisogni di chi ci sta di fronte.

Quando trascorriamo una serata tra amici di norma parliamo di noi, di quello che abbiamo fatto, di quello che ci piace, delle nostre idee in tema di politica o religione. La tipica serata in compagnia si svolge proprio in questo modo: ognuno a turno parla di sé, di ciò che fa e delle sue opinioni. Questa è totale

‘considerazione interna’. Potremmo invece trascorrere una serata dove *ascoltiamo* veramente gli altri – anziché pensare a cosa dovremo dire quando tocca a noi – e poi parliamo e agiamo in funzione della loro evoluzione interiore. Ma per agire in ‘considerazione esterna’ è necessario aver già sviluppato fino a un certo grado la nostra anima ed esserci identificati con essa. Solo l’anima sa cosa è meglio per se stessa e per un’altra anima.

ESERCIZIO IX

Dobbiamo imitare la postura e i gesti del nostro interlocutore. Con una certa discrezione, facendo in modo di non essere notati (ma vi accorgerete presto di quanto sia facile non essere notati, perché le persone ‘dormono’ mentre parlano) possiamo imitare l’atteggiamento fisico e i gesti di chi ci sta di fronte mentre discutiamo con lui. Come muove le mani, come tiene le gambe...

Dobbiamo ricordarci di noi tutte le volte che ci alziamo e sediamo. Sono incluse anche l’automobile e la tazza del cesso. È un esercizio che richiede grande forza di Volontà perché si tratta di riuscire a cogliere un fuggevole istante.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Considerazione esterna vuol dire fare del bene agli altri?

– Risposta: Sì, ma non nel senso con cui intendiamo di solito questa espressione. Noi solitamente aiutiamo gli altri seguendo quelle che sono le nostre idee su come si dovrebbero aiutare gli altri. Utilizziamo la nostra esperienza, quello che abbiamo letto oppure, se siamo psicanalisti, utilizziamo ciò che ci è stato insegnato all’università. Ma questo non è il vero aiuto, perché restiamo sempre fermi sul piano mentale. Il vero aiuto implica l’apertura del Cuore e quindi la capacità di *vedere l’altro per quello che è*. Se andiamo oltre ogni schema mentale e ogni idea preconcepita possiamo cogliere intuitivamente il *significato* dell’anima che abbiamo di fronte; come conseguenza di ciò le nostre parole e le nostre azioni emergeranno spontaneamente da noi. Di fronte a una richiesta di aiuto non faremo riferimento a ricordi o ragionamenti mentali, perché tutto nascerà e morirà in quell’istante. Se un’altra persona ci ponesse la stessa domanda, risponderemmo in maniera differente. Se quella stessa persona ci ponesse la stessa domanda, ma dopo qualche giorno, risponderemmo in

maniera differente. Vivere nell'attimo e tenere in considerazione chi abbiamo di fronte: questa è la considerazione esterna.

Secondo quale principio facciamo l'elemosina a un barbone che ce la chiede... o a un tossicodipendente che ha bisogno di moneta (per prendere il treno)? Se noi fossimo in considerazione esterna dovremmo valutare di volta in volta come comportarci, al di là delle solite idee preconcrete: "Io non gli do mai soldi, perché li usano male" oppure "Io do sempre qualcosa perché se li chiedono vuol dire che ne hanno bisogno". Entrambi questi comportamenti nascono dalla personalità, sono frutto di ragionamento, non provengono dal Cuore. Il Cuore comprende all'istante cosa è meglio fare, perché risponde direttamente alle richieste dell'anima, non a quelle della personalità. L'apparato psicofisico del tossicodipendente vuole sicuramente il denaro, ma non è detto che anche la sua anima voglia la stessa cosa. A volte può essere la cosa migliore, a volte no.

– Domanda: Come ci si abitua a parlare in considerazione esterna?

– Risposta: Sforzandoci di essere *presenti* quando parliamo. Se stiamo discutendo allegramente in birreria con gli amici, dovremmo riuscire a mantenere una certa presenza e ricordarci di parlare in funzione del contesto e di chi abbiamo di fronte, non semplicemente per mostrare agli altri ciò che siamo e quali sono le nostre idee sul mondo. Come si fa? Semplicemente provando. Sforzandoci di farlo. Ponendo più *attenzione* a ciò che diciamo. In questo modo con il tempo la nostra capacità di parlare in considerazione esterna si affinerà sempre di più, ma dobbiamo *volarlo*, mentre se ci abbandoniamo al parlare *meccanico* che ci ha accompagnato fino ad oggi, non accadrà che cominceremo a parlare in considerazione esterna per miracolo!

LEZIONE X

IMMAGINAZIONE NEGATIVA

La falsa personalità non vuole che la sua falsa esistenza, fatta di immaginazione, venga interrotta dalla realtà del ricordo di sé.

Robert E. Burton

Credo che ci siano due Dio, e ognuno pensa che l'altro si stia prendendo cura di me.

Ashleigh Brilliant, fumettista e scrittore

Non abbiamo alcun controllo sull'attività della nostra mente: pensa quello che vuole e quando vuole. Fantastica tutto il tempo, oppure pensa a cosa vorrebbe dire o fare a quella data persona e in quella particolare situazione, oppure ipotizza disgrazie e difficoltà di ogni genere. Esempi:

“Ho parcheggiato l'auto nuova in strada, cosa succederà?”

“Sento un dolore al petto, non sarà un problema al cuore?”

“Sto arrivando in ritardo al lavoro, adesso mi diranno che possono anche fare a meno di me.”

“Adesso arrivo in zona e sicuramente non troverò parcheggio!”

“Appena vedo quel farabutto gli dico che è un essere spregevole, allora lui mi dirà che... e poi io... e poi lui...”

La nostra mente è sempre occupata nel cosiddetto ‘dialogo interno’. Pensa immediatamente alle ipotesi peggiori perché è costruita per la sopravvivenza, quindi è programmata per immaginare le conseguenze più terribili in ogni situazione.

Inoltre i nostri corpi tendono automaticamente verso le vibrazioni più basse, perché occorre meno energia per restare a quel livello vibratorio. Se non restiamo costantemente *presenti*, le vibrazioni meccanicamente scendono, e a vibrazioni basse corrispondono pensieri di bassa qualità (paure, ansie, fastidi...).

L’immaginazione negativa non si esprime solo attraverso pensieri di odio o paura – ad esempio, quando immaginiamo di strozzare qualcuno che secondo noi ci ha fatto uno sgarbo – ma anche tutte le volte che fantastichiamo, cioè quando sogniamo a occhi aperti di incontrare l’attore dei nostri sogni, di fare una vacanza ai Caraibi, di costruire anche noi la famiglia felice che si vede nella pubblicità del Mulino Bianco...

Scambiamo le fantasticherie e l’immaginazione negativa per il vero PENSARE.

Invece c’è un’enorme differenza fra l’immaginazione oziosa e la RIFLESSIONE CONCENTRATA o la VISUALIZZAZIONE che utilizzano gli intellettuali, gli scienziati, gli artisti e i maghi. Un vero artista infatti non si abbandona a fantasticherie, ma *visualizza* con il pensiero concentrato i mondi che vuole rappresentare.

L’immaginazione negativa invece la subiamo passivamente: veniamo letteralmente *pensati* dai nostri pensieri, anziché essere noi a usare la ‘materia mentale’ in maniera attiva e con tutta la nostra coscienza. Spesso ci è impossibile interrompere una serie di pensieri ossessivi che si fissano su un dato tema: gelosia, abbandono, tensione per un esame o un colloquio, preoccupazioni per il futuro lavorativo...

Se a causa di un determinato evento la nostra personalità manifesta una preoccupazione ricorrente, la sera, prima di andare a dormire, quando l’attenzione della coscienza si riduce, i pensieri della mente – il ‘dialogo interno’ – prendono il sopravvento a un punto tale che fermarli diviene un’impresa titanica. Possono giungere a impedirci di dormire per ore e ore.

CONSEGUENZE DELL'IMMAGINAZIONE NEGATIVA

- Se ci lasciamo prendere dall'immaginazione negativa non siamo mai nel qui-e-ora, non viviamo il presente.
- L'immaginazione negativa innesca sempre delle emozioni negative: “Se avessi fra le mani quel deficiente che mi ha tagliato la strada gli farei vedere io...” Un pensiero di questo tipo mette in moto le emozioni corrispondenti.
- L'immaginazione negativa ci fa perdere energia e tempo che potremmo utilizzare per lavorare su noi stessi, per aiutare gli altri, per pensare cose creative, per costruire i nostri corpi sottili...

IMMAGINAZIONE NEGATIVA E RICORDO DI SÉ

Durante la giornata, ogni volta che ce ne ricordiamo, dobbiamo chiederci cosa stiamo pensando e perché. È sufficiente porsi una domanda: “Avevo il controllo di ciò che stavo pensando, oppure no?”. Tutte le volte che non siamo stati noi a voler iniziare coscientemente un certo processo di immaginazione, ciò significa che esso è venuto da sé e ci sta usando, rubandoci preziosa energia. È pertanto meglio interromperlo iniziando un'attività che tenga occupata la mente e le impedisca di sprecare le nostre forze nel sogno a occhi aperti. Lasciarsi trasportare nel ‘dialogo interno’ è come tenere un'automobile ferma, in folle con il motore acceso: perdiamo carburante ma non stiamo andando da nessuna parte.

Su tutto questo, nota: in primo luogo, che è necessario arrestare il pensiero o sentimento al suo apparire. Va come colto al volo, prima che prenda terra nella tua anima e vi si diffonda. Previeni. Soffoca in germe. Fatti agile, labile, pronto a distaccarti e a sottrarti.

Abraxa, Gruppo di Ur

Il modo migliore per gestire l'immaginazione negativa è il ricordo di sé. Nel momento in cui cominciamo a essere ossessionati da pensieri disturbanti – gelosia, ansia, paura o giudizio verso gli altri – dobbiamo portare l'attenzione su noi stessi, sul qui-e-ora. Non è importante l'oggetto della nostra immaginazione negativa, ma solo il fatto che in questo momento non ci stiamo ricordando di noi e siamo totalmente identificati con i meccanismi psicologici della personalità. A noi pare un argomento di importanza vitale, qualcosa di essenziale per la nostra esistenza, invece è solo frutto dell'illusione provocata dalla macchina biologica.

Il ricordo di sé è vera vita, mentre l'identificazione con qualche problema della personalità è tempo perso... qualunque sia l'oggetto delle nostre preoccupazioni. Non c'è differenza fra i vari argomenti; l'unica differenza è fra sonno e ricordo di sé. La personalità è la nostra parte animale, ed essa avrà sempre un motivo per lamentarsi, per essere infelice o ansiosa. Ciò che deve morire avrà sempre paura di morire.

Talvolta l'identificazione con un problema può essere davvero pesante e le emozioni negative molto dolorose e durature. Solo nella misura in cui ci siamo esercitati nel ricordo di noi stessi durante i momenti più tranquilli della nostra vita, troveremo la forza per ricordarci di noi nel corso dei periodi difficili. Non possiamo sperare di svolgere qualche esercizio una volta ogni tanto e poi saper affrontare con equilibrio una disgrazia come la morte di un parente o l'abbandono da parte di nostro marito. Si raccoglie solo ciò che si è seminato.

In ogni caso lo scopo non è scappare dalla sofferenza: il ricordo di sé non permette l'estinzione della sofferenza e dei pensieri ossessivi legati a questa sofferenza, bensì la loro osservazione e trasmutazione. Dobbiamo essere p r e s e n t i mentre la macchina si contorce dal dolore perché è stata abbandonata dal partner o ha perso il lavoro. Questa presenza – il ricordo di sé – è sufficiente perché a livello alchemico si verifichino dei processi di trasmutazione. Il fatto che riusciamo a restare presenti durante la sofferenza della macchina significa che già esiste in noi un « testimone » (il 'maggiordomo' degli insegnamenti di Gurdjieff). Grazie alla persistente 'testimonianza', con il tempo il nostro centro di consapevolezza – il punto dove ci sentiamo coscienti – si sposterà dalla macchina biologica al Cuore, cioè l'anima. Questo « testimone » opera profondamente e in silenzio la fabbricazione dei corpi sottili. Dobbiamo rassegnarci al fatto che sul nostro pianeta si soffre – e talvolta si soffre anche molto – ma possiamo decidere se sfruttare tale sofferenza a nostro vantaggio oppure continuare a subirla passivamente.

I NUTRIMENTI

Chi non ama le donne il vino e il canto, è solo un matto e non un santo!

Arthur Schopenhauer

Poi riunita la folla disse: «Ascoltate e intendete! Non quello che entra nella bocca rende impuro l'uomo, ma quello che esce dalla bocca rende impuro l'uomo!».

Mt 15,10

Ci sono tre tipi di nutrimento:

- cibo;
- aria;
- impressioni (tutte le sensazioni che provengono dall'esterno e dall'interno di noi).

Senza cibo si può vivere fino a un limite di 40 gg (Gesù nel deserto), ma solo se si opera il digiuno in un determinato stato di coscienza, che non è certo alla portata di tutti. Senza aria si può restare qualche minuto. Senza impressioni si muore all'istante, infatti non è possibile immaginare un individuo che non è cosciente di alcuna impressione, sia essa proveniente dall'ambiente o dalla sua interiorità. Si può vivere senza cibo per molti giorni perché ci sono sempre le altre due fonti di energia. Si può restare senza aria per qualche minuto perché ci sono comunque le impressioni.

La percezione della Bellezza dell'Universo, ottenuta grazie all'apertura del Cuore, moltiplica nella nostra vita quotidiana la quantità di energia di cui possiamo disporre.

Ma dobbiamo innanzitutto cominciare dalla *presenza*, cioè sforzarci di essere presenti qualsiasi cosa facciamo, invece di vagare con i pensieri. Se innanzitutto non siamo presenti, perderemo le occasioni per cogliere la Bellezza.

Gli esercizi di ricordo di sé servono anche a questo.

DISPERSIONE DI ENERGIA

Disperdiamo in modo inutile la nostra energia.

A LIVELLO FISICO:

– Eccesso di cibo e alimentazione errata affaticano l'intero organismo. In particolare il consumo di carne, alcolici, zuccheri e cibi industriali.

– Teniamo sempre un gran numero di muscoli inutilmente contratti. Come esercizio provate a osservare quanti muscoli state contraendo in questo momento, mentre siete seduti. La fronte è rilassata? E le labbra, le mascelle, le spalle (i due muscoli trapezi)? Avevate la fronte aggrottata? Magari state contraendo involontariamente i muscoli di un piede o state serrando un pugno. Ad esempio, per piantare un chiodo contraiamo anche i muscoli della fronte, della faccia e delle spalle. Inoltre, proprio a causa del fatto che non siamo mai *presenti* a quanto accade nel nostro corpo, ogni muscolo compie uno sforzo molto superiore a quanto occorrerebbe per portare a termine una determinata azione. Ci laviamo i denti consumando la stessa energia occorrente per spostare un pesante mobile.

– Ci muoviamo in modo non armonioso, facciamo molti movimenti inutili per passare da una posizione all'altra, e anche quando siamo in una situazione di riposo teniamo sempre troppi muscoli contratti.

A LIVELLO EMOTIVO:

– proviamo emozioni negative (fastidio, rabbia, invidia, senso di impotenza...).

A LIVELLO MENTALE:

– vaghiamo nell'immaginazione negativa, il 'dialogo interno' della mente, e nell'immaginazione di carattere sessuale, a seconda che l'energia provenga dalla sfera emotiva piuttosto che dal centro sessuale.

Si riparano progressivamente queste 'falle' ricordandosi di tenere sempre in attività l'Io osservatore. Non dobbiamo modificare niente, ma solo essere presenti e osservare dove avvengono le maggiori fughe di energia durante il giorno. L'osservazione stessa è sufficiente a ridurre progressivamente tali 'fughe'.

Il riposo come lo intende la società moderna è solo un abbruttimento della coscienza. Vagare con i pensieri mentre stiamo sdraiati sul divano, oppure trascorrere ore ipnotizzati davanti alla tv in canottiera e con una birra in mano, significa perdere ulteriore energia, non riposare. *Rigenerarsi* significa cambiare genere di attività, non oziare. Ad esempio, ci si riposa dallo studio facendo un lavoro fisico impegnativo. Ci si riposa da un'attività mentale ripetitiva dipingendo o dedicandosi a qualcosa di artistico. L'attività sessuale è un buon modo per ricaricarsi quando ci si sente stanchi a causa di spossatezza mentale o emotiva!

Quando si ha poca energia, risulta più difficile restare presenti e lavorare su di sé.

Più si scende di livello energetico, meno si vede la realtà, perché per vedere la realtà oltre l'illusione è necessario impegnarsi, sforzandosi di cogliere la Bellezza anche dove a un primo sguardo sembra assente. Meno si ha energia, più l'illusione della bruttezza del mondo prende il sopravvento, e questo toglie ulteriore energia, quindi si precipita in una *spirale discendente*.

Al contrario, la visione della Bellezza fornisce energia. Anche solo qualche minuto trascorso nella Gioia serve da nutrimento. Questo fa sì che si alzi il livello vibratorio e quindi diventi più facile cogliere altra Bellezza intorno a noi. Così si innesca una *spirale ascendente*.

La conseguenza è che dal nostro livello di energia dipendono il grado di realtà o di illusione che siamo in grado di percepire durante il giorno.

ESERCIZIO X

Rilassiamo i muscoli del corpo almeno una volta ogni ora. In particolare quelli della fronte, del viso, del collo e i trapezi. Se abbiamo tempo possiamo sederci comodamente e dedicare all'operazione anche qualche minuto, altrimenti, se la situazione non lo consente, bastano pochi secondi. È importante che ci ricordiamo di farlo a tutte le ore.

Inoltre scegliamo una postura del nostro corpo che assumiamo di sovente o un movimento che compiamo con regolarità e decidiamo di evitarli per una settimana: accavallare le gambe, incrociare i piedi sotto il tavolo, strofinarsi il naso, tenere la schiena curva mentre lavoriamo al pc, incrociare le braccia sul

petto, grattare o toccare meccanicamente vari punti del corpo...

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Puoi darci qualche consiglio alimentare? Ad esempio, è utile essere vegetariani nel cammino spirituale?

– Risposta: Non lo so! Dipende. Per qualcuno è utile, per qualcuno no. Non esistono regole. Io sono stato vegetariano per circa otto anni, per periodi di alcuni mesi ho seguito una dieta macrobiotica, ho anche praticato dei digiuni di alcuni giorni. Tutto questo mi è servito per operare una certa purificazione. Nel mio caso quindi è stato utile, ma non mi sognerei mai di consigliare la stessa cosa a un'altra persona. Per esempio, se il vostro gruppo sanguigno è lo 0, dovete mangiare una certa quantità di carne, perché è utile al vostro equilibrio energetico. Io sono gruppo 0, infatti dopo otto anni ho sentito un irresistibile bisogno di ricominciare a mangiare carne, anche se non sapevo ancora che per il gruppo 0 era indispensabile.

Voglio mettervi in guardia dal fanatismo new age: vegetariano a tutti i costi! Dovete sempre *ascoltarvi* prima di intraprendere una campagna ideologica che potrebbe danneggiare la salute del vostro organismo e rallentare, anziché favorire, una corretta evoluzione interiore. Ci sono 'maestri' che bevono solo due scodelle di latte al giorno e altri che mangiano cibi speziati, bevono alcolici e fumano qualsiasi cosa.

Un consiglio posso darvelo: non usate lo zucchero, perché è un veleno legalizzato. Lo zucchero oramai viene aggiunto in tutti i cibi, confezionati o meno. È anche nel pane degli hamburger e nell'insalata che servono al fast food. Potete almeno provare a non aggiungerne ulteriormente anche voi, abituandovi a bere caffè, tè e qualunque altra bevanda senza zucchero. Ci sono studi che provano i danni dello zucchero (si veda *Sugar blues* di William Dufty, in bibliografia). Inoltre troppo alcool e troppa carne indeboliscono il sistema immunitario, ma non c'è bisogno di essere degli esoteristi per accorgersene. Se volete bere il caffè e mangiare il cioccolato, abbiate almeno il coraggio di prenderli senza zucchero. Per esempio, esiste in commercio il cioccolato al 100%. Questi cibi privati dello zucchero assumono un sapore particolare, ma quello è il loro vero sapore. Se aggiungete zucchero è perché non siete pronti a reggere le vibrazioni troppo elevate di queste sostanze, che sono sostanze « sacre

», come certi funghi e certe erbe che alterano lo stato di coscienza. Allora mangiate le merendine confezionate – che hanno sapori finti, creati a tavolino per le masse dalle aziende chimiche – perché non siete ancora pronti per i veri sapori. È come ordinare del whisky e poi far aggiungere mezzo bicchiere d'acqua perché non reggete il sapore forte dell'alcool... ma allora non ordinate whisky!

Io vedo le vostre facce: sono stanche, sono prive di energia. Il lavoro quotidiano vi prosciuga e quando arrivate qui la sera per assistere alla lezione spesso siete sopraffatti dalla stanchezza della giornata. Perché? È una questione di priorità. In realtà tutta la vostra vita dovrebbe ruotare intorno al risveglio. Dovrebbe essere la preoccupazione più importante. Invece è più importante il lavoro, perché vivete nella paura di rimanere senza soldi. Questa paura vi tiene prigionieri. Questa paura viene usata da chi governa la Terra per fare sì che trascorriate la vostra esistenza totalmente impegnati a lavorare per pagare le rate della macchina, il mutuo della casa, i vestiti firmati ai vostri figli (così non sfigurano a scuola), ecc. E nei momenti liberi dal lavoro andate in vacanza, perché siete al limite della sopportazione e avete bisogno di 'staccare', per poter ricominciare tutto daccapo alla fine delle vacanze. Fino alla pensione. Fino alla morte.

Questa è Matrix, questa è l'illusione, e l'illusione vampirizza la vostra energia, il Sistema si nutre del vostro sangue impedendovi di pensare ad altro che non sia la sopravvivenza fisica. Paradossalmente, se ne esce proprio aprendo il Cuore e imparando a cogliere la Bellezza di questo Sistema. Maledire Matrix è esattamente come stare al suo gioco, in entrambi i casi la sosteniamo energeticamente. La soluzione sta nel liberarsi dalla prigionia della mente, la quale vive necessariamente nella paura e nel giudizio. La mente può essere vampirizzata, l'anima no.

– Domanda: Come faccio a capire se sto veramente pensando oppure è solo immaginazione negativa?

– Risposta: In realtà non stiamo quasi mai pensando. Tutta quella spazzatura che passa senza sosta per la nostra mente non ha nulla a che vedere col pensiero. Il vero pensiero origina nel Cuore, dove risiede l' 'intelletto d'Amore', cioè la nostra capacità di avere intuizioni e di pensare in maniera originale. Raramente siamo in grado di produrre intuizioni di questo genere. Può succedere quando cogliamo in maniera inaspettata la Bellezza circostante, oppure quando ci dedichiamo a una qualche forma di arte o abbiamo il classico 'colpo di genio' sul lavoro.

Una maniera utile di impiegare la mente è tenerla concentrata: studiare qualcosa di impegnativo, risolvere problemi o giocare a scacchi. Questo non è ancora il vero pensiero, che è intuitivo, tuttavia serve ad allenare la mente nel pensiero astratto, preparandola così all'arrivo delle intuizioni.

Il 'rumore' prodotto dal cervello mentre stiamo guidando o lavando i piatti è invece solo spazzatura. Le scelte che compiamo quotidianamente non sono nostre. I pensieri riguardanti la politica, l'immigrazione, il sesso, gli extraterrestri, l'amore, la guerra... non sono realmente nostri, sono patrimonio della collettività. Non siamo nati con questi pensieri, a due anni di età non avevamo idee circa la validità del sistema sanitario o sul significato della democrazia, quindi evidentemente l'ambiente sociale ha registrato queste idee nel nostro apparato psicofisico con il passare dei decenni. Noi pensiamo attraverso una « mente collettiva », e la nostra mente individuale non è che un'escrescenza di tale entità più grande. Per questo motivo è indispensabile che arriviamo al risveglio.

– Domanda: Sono d'accordo che queste idee erano già qui quando siamo nati e noi ci siamo limitati a farle nostre, però è anche vero che ognuno di noi elabora in maniera diversa ciò che legge sui libri e ciò che ascolta al telegiornale.

– Risposta: Ti farò un esempio. Da qualche secolo a questa parte siamo convinti che il metodo scientifico sia l'approccio migliore per avvicinarsi alla realtà dei fatti. Il metodo scientifico però si rivolge solo alla realtà sensibile, cioè a quanto può essere misurato, ed è in grado di formulare ipotesi solo in quell'ambito molto ristretto. Non può fare alcuna affermazione su tutto ciò che non è in grado di misurare.

Inoltre il filosofo della scienza Karl Popper ha chiarito che gli esperimenti empirici non possono mai *verificare* una teoria in maniera assoluta, ma possono al massimo smentirla. In pratica se noi svolgiamo un esperimento per mettere alla prova una teoria, e l'esperimento fallisce, la teoria non è valida, viene quindi falsificata (=dichiarata falsa) e scartata. Ma se l'esperimento riesce, questo non vuol dire che l'ipotesi sia stata verificata e possa essere ritenuta valida in assoluto, perché non possiamo sapere se continuerà a verificarsi sempre anche in futuro, infatti accade in maniera regolare che vecchie teorie considerate valide vengano poi successivamente smentite. Al proposito esiste una casistica sconfinata, si vedano i testi *Errori della scienza e Fidati! Gli esperti siamo noi* presenti in bibliografia, e l'articolo "Storie di errori e di ordinaria follia della scienza ufficiale" del dr. Fernando Piterà, presente sul sito www.airesis.net).

Quindi ogni teoria scientifica, anche quando confermata dagli esperimenti, non può che restare un'ipotesi. È solo un'ipotesi non ancora falsificata, non una *verità scientifica*. Non possono esistere verità scientifiche. Questo si chiama 'criterio di falsificabilità'.

Il problema è che gli esseri umani, scienziati compresi, non sono in grado di ragionare in maniera così approfondita riguardo la questione scientifica. Per cui di norma ritengono *verità scientifica* tutto ciò che non è ancora stato smentito dagli esperimenti, al punto da considerare delle 'eccezioni non rilevanti' gli esperimenti o le scoperte archeologiche che falsificano l'ipotesi di partenza, che per loro è ormai divenuta una 'verità'. Quando si manifestano delle eccezioni, queste dovrebbero immediatamente mettere in discussione la teoria, invece non accade, perché gli schemi mentali ormai sclerotizzati molto difficilmente vengono messi in discussione.

Inoltre la casta degli scienziati tende a considerare inesistente tutto ciò che non è misurabile, contravvenendo a un principio fondamentale del metodo scientifico, cioè il fatto che tale metodo possa rivolgersi solo alla realtà percepibile dai sensi comuni e non sia in grado di andare oltre il misurabile. L'idea secondo la quale "qualcosa non esiste se non è dimostrabile scientificamente" anche se totalmente errata sul piano logico, è però inconsciamente accettata da tutti e condiziona in maniera determinante il nostro vivere e il nostro rapportarci alle notizie.

Perché le persone non credono nell'anima? Perché la scienza non ne ha dimostrato l'esistenza. Perché non credono nel mondo astrale dove ci rechiamo dopo la morte? Perché la scienza non ne ha dimostrato l'esistenza. Il fatto che la scienza non sia minimamente adeguata a dimostrare l'esistenza di un principio spirituale quale è l'anima, non sfiora la mente dell'uomo comune, il quale per cominciare a cercare la propria anima attende che qualcuno ne dimostri l'esistenza con qualche strumento!

Il fatto che la scienza non abbia ancora accettato l'esistenza del mondo astrale non significa che dobbiamo continuare a vivere ignorando questa possibilità. Eppure questo è quello che accade: viene ignorato e talvolta deriso tutto ciò che non è stato 'visto' con qualche strumento. Questo modo di pensare fa parte della « mente collettiva », ho voluto riportarlo come esempio di uno schema di

pensiero fasullo che abbiamo mutuato dall'ambiente dove siamo nati e cresciuti.

L'Esoterismo stesso talvolta dimostra un certo grado di soggezione nei riguardi del mondo scientifico: sembra quasi aspirare a un riconoscimento ufficiale da parte della scienza. Gli esoteristi devono capire che la scienza è capace di studiare e misurare esclusivamente il mondo dell'illusione, il mondo virtuale che appare ai nostri sensi, mentre l'Esoterismo studia la Realtà, che è conoscibile solo *intuitivamente*. La scienza non è fatta per cogliere la Realtà, perché è limitata ai sensi e agli strumenti scientifici che sono sempre delle estensioni dei sensi. Tutto ciò che percepiamo con i sensi è creato dal nostro cervello, pertanto non esiste *là fuori* e non può essere la Realtà.

Quando dici che ognuno di noi elabora in maniera diversa le informazioni che riceve nel corso della sua vita, hai fundamentalmente ragione, ma io sto affermando che anche il nostro modo di elaborare le informazioni è viziato alla radice. Elaboriamo le informazioni partendo già da principi arbitrari, non logici, che ci sono stati inoculati a partire dall'infanzia, nelle aule scolastiche dove viene praticata l'educastrazione. Dividiamo ciò che riteniamo possibile da ciò che riteniamo impossibile seguendo uno schema di interpretazione della realtà che ci è stato inculcato negli anni e appartiene alla « mente collettiva », cioè al comune modo di pensare di una data epoca.

– Domanda: Puoi farci qualche esempio concreto?

– Risposta: Per esempio, quando qualcuno dichiara di aver visto un Ufo o addirittura di essere stato rapito dagli alieni, viene deriso dalla comunità, trattato dagli psicologi come uno schizofrenico, e di norma perde il lavoro e viene abbandonato dal partner. Esiste una vasta casistica in merito. Ovviamente non sto invitando nessuno a credere a questi fatti, ma voglio portare l'attenzione sulla *re-azione meccanica* delle persone riguardo certi fenomeni. Non c'è infatti alcun motivo logico per rifiutare l'ipotesi che sulla Terra siano presenti esseri alieni che hanno preso contatto con umani.

Alcuni ricercatori affermano che è impossibile venire da un altro pianeta perché ci si impiegherebbe troppo tempo, anche viaggiando a una velocità prossima a quella della luce. Il problema come al solito risiede nella miopia e nell'antropocentrismo degli esseri umani. Noi pensiamo che le leggi da noi scoperte siano le 'leggi ultime' dell'Universo e nessuno da nessun'altra parte può aver scoperto qualcosa di più! Come al solito viene considerata *verità scientifica*

quella che è solo un'ipotesi, la quale resta sempre falsificabile in un prossimo futuro. Il ragionamento è più o meno questo: "Noi crediamo che non sia possibile viaggiare a una velocità anche solo prossima a quella della luce, quindi nessun abitante dell'Universo può permettersi di arrivare fino al nostro pianeta... perché altrimenti questo smentirebbe la nostra ipotesi."!!!

In un ospedale per la cura delle malattie mentali ho sentito pazienti ragionare con maggiore lucidità!

Sul piano fisico forse non ci è consentito avvicinarci o superare la velocità della luce. Ma sul piano astrale? E sui piani ancora superiori? A che velocità può muoversi un individuo che viaggia fuori dal corpo con il suo veicolo astrale? Può trovarsi quasi istantaneamente dall'altra parte del pianeta. E a quale velocità ci si può muovere con l'anima, cioè con la coscienza pura? Forse sarebbe il caso di rivedere il nostro concetto di 'materia' e di ciò che attraverso la Volontà può essere fatto con la 'materia'. Non è possibile che individui con abilità psichiche maggiori delle nostre e un'adequata conoscenza delle 'energie sottili' siano in grado di costruire mezzi capaci di passare dalla dimensione fisica a quella astrale e viceversa?

Sono solo ipotesi e prendetele come tali, e io non ho alcuna intenzione di convincervi di qualcosa. A me interessa che lavoriate tutti i giorni su voi stessi, ogni altra informazione è solo una curiosità senza reale importanza. In ogni caso i militari – che sono sempre stati più scaltri e intraprendenti della comunità scientifica – compiono esperimenti sulla telepatia e sul viaggio astrale (OOBE: Out of Body Experience) già dagli anni '50. Ad esempio, un certo Ingo Swann, personaggio dotato di particolari capacità sensitive, per molti anni ha addestrato a diventare *spie psichiche* alcuni individui selezionati appartenenti ai servizi segreti statunitensi (andate a leggervi *Controllo mentale*, Nexus Edizioni). Non credo che comunicheranno a breve termine alla stampa i risultati di questi esperimenti!

Perché vi ho parlato di alieni? Perché per risvegliare i *morti* bisogna fare tanto fracasso! E le coscienze umane in questo periodo più che addormentate sembrano morte. Siamo l'unico pianeta del Cosmo dove chi afferma di aver avuto contatti con abitanti di altri pianeti viene pubblicamente deriso! D'altronde cosa ci si può aspettare da un'umanità che fino a qualche secolo addietro pensava che la Terra fosse al centro dell'Universo? Ridiamo dei contatti alieni – così come ridiamo di tanti altri misteri – solo perché siamo stati condizionati a credere che sia impossibile, ma non c'è alcuna ragione logica perché debba

essere impossibile. Questa è ancora una volta la « mente collettiva » al lavoro.

Un altro esempio. Alcuni scienziati affermano che il collegamento fra il retrovirus hiv e l'aids sia solo un'invenzione. Si può infatti constatare la presenza di persone con l'hiv senza aids e molte persone con l'aids senza hiv. Ci sono articoli e libri a proposito (si veda la bibliografia). Ma la « mente collettiva » semplicemente rifiuta questa possibilità e alcuni studiosi indipendenti, che fino al giorno prima hanno svolto onestamente il loro lavoro al fianco dei colleghi, talvolta meritando anche degli importanti riconoscimenti dalla comunità medica (si veda il premio Nobel Walter Gilbert), vengono ora considerati pazzi da quegli stessi colleghi perché si rifiutano di accettare la 'verità ufficiale'. Anche in questo caso non sto invitando nessuno a credere o non credere a questi fatti, sto solo dimostrando come la massa delle persone sul pianeta pensi solo attraverso una « mente collettiva », la cosiddetta 'opinione comune', credendo invece di pensare con la propria testa.

Chiedete in giro che cosa è la Magia, che cosa è l'Alchimia, cosa significa Esoterismo. Qualcuno vi parlerà delle sette sataniche e qualcun altro di Wanda Marchi e il 'maestro di vita Do Nascimento'. Chiedete cosa è l'Astrologia. Ogni bravo cittadino in possesso di una cultura 'superiore' vi risponderà che "solo le persone ignoranti credono ancora a questa roba negli anni 2000". Questa è la « mente collettiva ».

– Domanda: Però, per quanto riconosca che la massa delle persone in effetti ragiona attraverso una « mente collettiva », rimane pur sempre una certa differenza nel modo in cui ognuno di noi reagisce a una notizia.

– Risposta: Ciò che noi siamo viene in parte plasmato da stimoli e informazioni che provengono dall'esterno – e che cominciano ad agire su di noi da quando siamo nella pancia della mamma – e in parte è dovuto alla nostra struttura genetica. Entrambi questi fattori non sono sotto il nostro controllo, per cui ci ritroviamo a 4/5 anni di età con una personalità che per il 90% è già formata, e tutto ciò che verrà dopo sarà vagliato e incasellato secondo gli schemi di questa personalità che, in fondo, noi non abbiamo *voluto*, ma solo *subito*. Mi ritrovo a 12 anni di età ad essere patologicamente timido, oppure aggressivo, oppure ad avere una mente scientifica... ma io in effetti non l'ho *voluto*. Allora deriderò chi vede gli alieni, chi studia l'Astrologia o chi si cura con l'omeopatia... pensando di aver scelto io di deriderli.

Ognuno di noi è il carceriere di chi lo circonda. La « mente collettiva » è un Sistema che si autoalimenta e autocontrolla, perché ogni qualvolta qualcuno

tenta di sottrarsi a questa prigione psichica gli altri prigionieri gli si scagliano contro e gli impediscono di farlo!

Se capite bene questo, se capite bene che non possedete pensiero autonomo, se capite bene che siete stati *costruiti* dalla genetica, dalla famiglia, dalla scuola e dalla televisione, allora potrete trovare l'energia giusta per desiderare di risvegliarvi e realizzare un giorno *chi* siete veramente e *che cosa* volete veramente fare nella vita, al di là dei programmi che la società ha preparato per voi. Se invece pensate di essere già 'qualcuno'... non avete speranza di diventarlo.

LEZIONE XI

EMOZIONI NEGATIVE

L'uomo è un animale sociale che detesta i suoi simili!

Eugène Delacroix, pittore

Chi non sa perdonare spezza il ponte sul quale egli stesso dovrà passare.

Anonimo

COSA SONO

Rabbia, odio, fastidio, rancore, desiderio di vendetta, depressione, senso di inadeguatezza, imbarazzo, paura, ansia, gelosia...

Si chiamano 'negative' non perché siano sbagliate, ma perché rappresentano l'altra faccia delle *emozioni superiori*, quelle che provengono dal Cuore. Come i numeri negativi rispetto a quelli positivi, o il negativo di una fotografia. In realtà sono preziose, perché costituiscono il Piombo da cui, attraverso la trasmutazione alchemica si può ricavare l'Oro.

PERCHÉ CI SONO

Nel cammino evolutivo sono servite a fare in modo che noi potessimo cominciare a percepire la sfera emotiva del pianeta. All'inizio, milioni di anni fa, quando eravamo 'anime bambine', perceivamo solo ciò che è grossolano, pesante, dotato di vibrazioni basse. Non potevamo essere sensibili alle carezze, ai sussurri e alla poesia.

Un analogia sul livello fisico può aiutare a capire meglio: cosa vediamo subito di un quadro dove è rappresentato un orso su un prato? L'immagine dell'orso in primo piano o una fra le centinaia di pennellate verdi che raffigurano i fili d'erba? Ovviamente l'orso, in quanto di norma ciò che è più grossolano ci colpisce prima e viene registrato con più facilità. Allo stesso modo, dobbiamo prima sentire pugni e schiaffi per poter un giorno percepire le carezze. Le emozioni negative sono la fase precedente alle emozioni superiori. Al fine di sviluppare la nostra coscienza, all'inizio dell'evoluzione abbiamo avuto bisogno di fronteggiare condizioni ambientali ostili, combattendo con animali feroci e provando emozioni pesanti, questo ha fatto sì che cominciassimo a divenire in qualche modo sensibili sul piano emotivo. Abbiamo creato le prime 'linee di forza', i primi 'binari energetici', cioè i primi *solchi* nel campo ancora vergine del corpo emotivo.

Le emozioni negative esistono anche a causa del fatto che noi percepiamo un mondo illusorio attraverso i nostri corpi. Diamo un'interpretazione del mondo secondo i nostri giudizi di giusto e sbagliato, e questi causano le emozioni pesanti. La personalità lotta per la sopravvivenza, quindi interpreta il mondo come pieno di pericoli e di persone di cui è meglio non fidarsi. Tutto ciò che può mettere in forse la sopravvivenza della macchina biologica lo interpretiamo come negativo e ci provoca emozioni di fastidio, paura, aggressività, frustrazione...

Le emozioni negative hanno tanto potere su di noi soprattutto perché le giustifichiamo: crediamo che la causa dell'arrabbiatura sia all'esterno di noi in una persona che ci ha fatto qualcosa o in una situazione sfortunata ("Chiunque si sarebbe arrabbiato al mio posto!"), quando invece la causa non può che essere al nostro interno, cioè nel modo in cui è fatta la nostra macchina biologica (vedi lez. XIV, Legge dello Specchio).

LE CARATTERISTICHE

- Ci fanno perdere energia.
- Non ci appartengono. Esempio: un signore è seduto in un bar dove c'è un gruppo di tifosi che guarda la partita. Quando loro si arrabbiano contro l'arbitro al signore arrivano le vibrazioni sottili della lamentela, per cui anche lui inizia a lamentarsi e a inveire... ma lo fa contro il Governo. La vibrazione dell'emozione negativa è la stessa, ma in persone differenti assume forme differenti, a seconda di come è strutturato il singolo apparato psicofisico. La nostra anima non è influenzata dalle emozioni negative che sono nell'aria, ma la nostra macchina biologica sì, è totalmente schiava di ciò che provano gli altri e, soprattutto, di ciò che viene trasmesso in televisione.
- Inquinano il piano emotivo del pianeta. Il *piano emotivo*, cioè il piano astrale, è lo stesso per tutti, e ogni essere umano si trova sempre immerso in esso. Quindi noi veniamo influenzati dalla sofferenza degli altri, così come le nostre paure e le nostre arrabbiate fanno sì che sempre più persone soffrano dall'altra parte del mondo.

COME CI SI LAVORA

- **Osservazione** costante di tutto quanto ci accade nel corso della giornata. L'osservazione è un'attività fondamentale, perché essa fa sì che ci identifichiamo sempre di più con l'osservatore, ossia il « testimone » imparziale e, soprattutto, *non giudicante*. Tutte le volte che ci stiamo giudicando perché abbiamo provato un'emozione negativa, vuol dire che non ci stiamo osservando correttamente. Se è la nostra *essenza* a osservare, non c'è giudizio, mentre se a osservare è una parte della mente, questa inevitabilmente giudicherà bene o male qualunque cosa facciamo.
- **Non manifestazione**. Cominciamo col non manifestare all'esterno le piccole emozioni negative quotidiane: lamentarci perché fa freddo o perché fa caldo, arrabbiarci se perdiamo il bus o se non troviamo parcheggio. È un lavoro *cosciente*, non imposto dalla società, quindi non si tratta di *reprimere* qualcosa, ma solo di non manifestare piccoli aspetti meccanici. Le emozioni negative NON VANNO REPRESSE, perché questo potrebbe risultare estremamente dannoso per la psiche. Se ci sentiamo arrabbiati, per fare un esempio, dobbiamo arrabbiarci, senza imporci a tutti i costi un altro comportamento. Se vogliamo al contempo lavorare su noi stessi, avremo cura di restare il più possibile *presenti*

mentre ci arrabbiamo, in modo da osservarci attentamente senza far scivolare via l'emozione nell'inconsapevolezza. Questa fondamentale attività fa sì che avvenga una trasmutazione interiore.

– **Trasmutazione.** Avviene tutte le volte che siamo presenti e ci ricordiamo di noi stessi, soprattutto se siamo in corrispondenza di un'emozione negativa. È il Piombo che progressivamente diventa Oro, il Veleno che si muta in Farmaco. Più avanti saremo in grado di riconoscere l'emozione negativa già all'origine, quando sta nascendo dentro di noi, e trasmutarla subito in un'*emozione superiore* che proviene dal Cuore.

L'ESERCIZIO PRINCIPE

Chi separa qualche cosa dal soggetto[da se stesso, ndr], ritenendo che ciò sia necessario, quegli per certo non ne sa nulla di filosofia, perché ciò che è superfluo, impuro, sudicio e di rifiuto, insomma tutta la sostanza del soggetto, si perfeziona in corpo spirituale sempre mediante il nostro fuoco... Perciò ben pochi pervengono all'Arte, ritenendo che si debba rimuovere qualche cosa di superfluo e d'impuro.

Giovanni Pontano, Lettera sul fuoco filosofico

Tutte le volte che non siamo in uno stato di gioia, che non siamo innamorati del mondo e soffriamo per una qualche ragione, il motivo è che non riusciamo a vedere con gli occhi del Cuore quanto sta accadendo intorno a noi. Lamentiamoci, arrabbiamoci, deprimiamoci, proviamo paura o sconforto, gridiamo il nostro fastidio, facciamo insomma tutto quanto siamo soliti fare; ma, una volta tornati in noi, anche se accade dopo qualche ora, cominciamo a pensare in maniera capovolta rispetto al consueto: “Io sto male solo perché non ho occhi per vedere il mondo, altrimenti vedrei solo Bellezza.”

“Non sono io a stare male, ma l'apparato psicofisico di cui sono ospite, la mia natura animale.”

“La sofferenza che questa macchina biologica sta provando, non è dovuta a qualcosa che non va bene nel mondo esterno, ma al fatto che essa è stata progettata per sopravvivere, non per cogliere la Verità.”

“Ne ho abbastanza di questa allucinazione. IO VOGLIO VEDERE IL MONDO PER COME VERAMENTE È.”

Ripetiamo questo concetto, per maggiore chiarezza. Non appena ce ne ricordiamo, il prima possibile, ci fermiamo un attimo e assumiamo un atteggiamento che lentamente cambierà la nostra vita: “Se non sono nella gioia è perché sto guardando il mondo con gli occhi della personalità, quindi sto vedendo brutto, o sbagliato, qualcosa che invece è bello. VOGLIO VEDERE QUESTA BELLEZZA!”.

Se vogliamo realmente svegliarci questo esercizio deve accompagnarci, a partire da oggi, lungo tutti i prossimi anni della nostra vita. Dobbiamo svolgerlo

con Fede e Volontà, indipendentemente dai risultati tangibili. Non ci saranno risultati tangibili per anni, non avremo nulla a cui aggrapparci, ma interiormente questo nuovo atteggiamento mentale – l’atteggiamento di chi *sa* di non avere ‘occhi per *vedere*’ – produce la tanto agognata trasmutazione alchemica dell’apparato psicofisico e la conseguente costruzione dell’anima immortale. È inevitabile che ciò avvenga. L’*osservazione* è già di per se stessa portatrice di trasformazione, ma se è anche associata a un nuovo modo di pensare, capovolto rispetto a quello cui siamo ormai assuefatti, diventa incredibilmente potente.

I CANALI ENERGETICI

*Semina un pensiero, raccoglierai un'azione.
Semina un'azione, raccoglierai un'abitudine.
Semina un'abitudine, raccoglierai un carattere.
Semina un carattere, raccoglierai un destino.*

Charles Reade, romanziere

Immaginiamo che qualcuno una sera ci presenti una persona e che questa usi nei nostri confronti un'espressione che ci dà un po' di fastidio. All'inizio è un piccolo fastidio e non ci facciamo nemmeno caso. Poi però la volta seguente quella persona utilizza la stessa espressione... e adesso il fastidio diventa più grande. L'occasione successiva il fatto si ripete e noi ci rimaniamo proprio male, cominciamo a pensare che quella persona sia proprio maleducata. Con il trascorrere del tempo il disappunto diventa rancore, e ci è sufficiente veder arrivare quella persona per sentirci male. Poi subentrano la rabbia e l'odio, per cui un bel giorno esplodiamo e le gridiamo in faccia che non la sopportiamo più.

I fastidi sono dei veri e propri *canali energetici* che si formano in noi diventando progressivamente sempre più grandi e profondi. Esattamente come una montagnola di sabbia su cui un giorno cade una goccia che crea un piccolo solco, poi con il cadere di altre gocce il solco diventa sempre più profondo, fino a quando è così grande che qualsiasi goccia cada sulla montagnola viene incanalata nel medesimo solco. Esso diventa quindi la "linea di minor resistenza": tutta l'energia che viene dall'esterno finisce meccanicamente nei nostri fastidi più grandi e nei nostri modi di fare abituali.

Se noi fossimo così attenti e *presenti* da riuscire ad arrestare il formarsi del canale già al primo solco, in noi non si creerebbero mai nuovi fastidi e quindi non proveremmo più emozioni negative.

I *canali* esistono perché un giorno saranno i 'binari energetici' attraverso cui potranno scorrere le *emozioni superiori*. I canali sono 'linee di forza' attraverso le quali di norma transitano emozioni grossolane. Con il tempo, quando noi impareremo a gestire meglio il nostro corpo emotivo, per mezzo di quegli stessi canali si manifesteranno emozioni più sottili ed elevate che partono dal Cuore, le cosiddette emozioni superiori. Per questo motivo, se prima non proviamo per

milioni di anni le emozioni più basse non saremo mai in grado di provare quelle più elevate, perché ci verrebbero a mancare i *supporti*, ossia i 'binari' attraverso cui farle passare.

ESERCIZIO XI

Ricordiamoci di noi mentre camminiamo nei tratti dal parcheggio dell'automobile al posto di lavoro, e viceversa, oppure da casa alla fermata dell'autobus... insomma tutte le volte che dobbiamo percorrere a piedi un tragitto di pochi minuti.

Inoltre ricordiamoci di noi tutte le volte che ci alziamo e sediamo. Come già fatto nell'Esercizio IX.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Non riesco ad accettare che serva così tanto tempo per trasformare se stessi. Conosco delle persone che sono come rinate dopo aver partecipato a ritiri spirituali di pochi giorni.

– Risposta: Ci abbiamo impiegato 30, 40, 50 o 60 anni a diventare come siamo adesso. Non è possibile trasformarsi in pochi mesi. Se state cercando dei risultati immediati, questo corso non fa per voi e potete abbandonarlo in qualsiasi momento. Qui si conduce un Lavoro alchemico profondo che porta a una trasformazione *radicale*, la quale, proprio per questa sua natura, non può manifestarsi nella materia in tempi brevi. Per coloro che hanno urgenza di risolvere problemi legati alla personalità consiglio di affiancare a questo corso altre esperienze. I ritiri sciamanici, per esempio, costituiscono delle buone occasioni per andare a lavorare su un trauma specifico. Lo stesso vale per il metodo delle 'costellazioni familiari'. Oggi ci sono molti mezzi a disposizione, andate verso ciò che vi attrae di più. State solo attenti a selezionare i personaggi nelle cui mani vi affidate: non è il 'titolo' o la 'carica' che ricopre a rendere una persona più risvegliata di un'altra. Ho conosciuto maestri di Yoga, master Reiki, insegnanti di Theta Healing... vi assicuro che non è mai la tecnica a fare la differenza, ma chi ve la insegna: si va dal maestro quasi illuminato a quello che vampirizza l'energia degli allievi.

Ricordate però che nessun metodo risolve il problema alla radice, se al

contempo non cambiate il vostro modo di pensare trasmutandovi totalmente. Vi faccio un esempio: se io sono stato molestato da bambino, ho sviluppato un trauma, un aggregato psichico, che condiziona la mia vita anche oggi. Attraverso una particolare tecnica, durante un seminario di due giorni, scioglio questo aggregato psichico, quindi mi sento finalmente più leggero e il mondo mi sorride. Dov'è il problema? Se non ho cambiato il mio modo di vedere la vita, se non sono divenuto capace di perdonare e amare in maniera incondizionata, subirò presto un altro trauma e si riformerà un aggregato psichico.

Qui non stiamo lavorando sulla soluzione dei problemi relativi alla personalità. Non è compito dell'Alchimia lavorare sullo scioglimento dei traumi e sul recupero delle personalità con gravi problemi. Ripeto, per risolvere questi problemi dovete affiancare al Corso di Risveglio qualche altra attività più mirata. Anche la psicanalisi è utile, se è fatta da una persona in gamba, altrimenti è masturbazione. Proprio perché il Lavoro alchemico non agisce sulla personalità avete l'impressione che non stia dando risultati immediati. Tentare di risolvere tutti i problemi della personalità è però un lavoro senza fine. Vi sembra di aver risolto qualcosa ma poi compare sempre qualcos'altro, e poi ancora qualcosa... all'infinito. Sul Sentiero alchemico compiamo la Grande Opera, cioè smettiamo di essere una personalità e ci identifichiamo con l'anima, la quale è immortale e non ha problemi. Questo è il lavoro radicale: non curiamo la personalità, fabbrichiamo l'anima. Non ha senso guarire ciò che non siamo, ha più senso cercare di diventare ciò che siamo veramente. Con il tempo poi l'influenza dell'anima si estende inevitabilmente anche alla personalità trasmutandone tutti gli aspetti.

– Domanda: Cosa ne pensi della depressione? È una delle emozioni negative più diffuse.

– Risposta: La depressione rappresenta una porta iniziatica. È un viaggio nel mondo dell'Ade, negli Inferi. Ma per superare l'iniziazione dobbiamo accettarla totalmente e senza riserve, dobbiamo smettere di considerare un 'male' qualcosa che non lo è. La rabbia e la depressione vengono rifiutate sia a livello sociale che personale. In questa società totalmente fasulla non è bello manifestare la propria rabbia così come non è bello essere depressi: dobbiamo sempre sembrare controllati e di buon umore. Quando ci chiedono come va ci sentiamo in dovere di rispondere "Bene, grazie", perché affermare il contrario ci fa quasi sentire in colpa, ci fa sentire come quelli che "rovinano la festa".

Depressione e rabbia sono ritenute segnali di qualcosa che non funziona

nell'individuo, invece è vero proprio il contrario: se riesci a essere sempre allegro e a non arrabbiarti mai in questa società... è perché fondamentalmente sei uno stupido! A meno che tu non sia già un illuminato... se non percepisci l'angoscia di un'anima costretta a vivere nelle limitazioni della materia è solo perché sei troppo 'sordo' per riuscirci. È perfettamente normale sentire un'angoscia di fondo che pervade la nostra vita, perché deriva dal fatto stesso che siamo incarnati, è una conseguenza del sentirci separati dall'Uno, dal Padre. Chi non la sente è perché non si è ancora svegliato ai segnali dell'anima.

Il nostro scopo è quello di accettare pienamente il dolore, conviverci, ascoltarlo, accoglierlo. Solo così lo si conosce veramente e lo si trasmuta. La "lotta alla depressione" rappresenta invece il modo migliore per restare depressi tutta la vita. Per le case farmaceutiche è fondamentale che noi continuiamo a lottare contro le malattie, fisiche o psicologiche che siano, perché in questo modo possono confezionare e vendere farmaci sempre nuovi. L'atteggiamento di 'lotta' è la cosa migliore per loro, ma non per noi. Se la lotta è intesa come un "affrontare di petto il problema investendo le proprie energie nella soluzione" non c'è nulla di male, ma se per lotta si intende un rifiuto del problema, allora siamo destinati a perdere.

Perché rifiutiamo la depressione? Perché dentro di noi la consideriamo *sbagliata*. Non vogliamo essere depressi. Ma se lo siamo è perché evidentemente dobbiamo passare attraverso questa iniziazione. Per me la depressione è stata la via verso la consapevolezza di ciò che sono. Per me è stata fondamentale, mi ha permesso di aprire gli occhi su un nuovo mondo, quindi adesso so che chi la rifiuta si sta allontanando dal suo percorso animico. La depressione è uno stato emotivo neutrale, è una particolare vibrazione della nostra macchina biologica, non qualcosa di *sbagliato* in assoluto. Se oggi mi sveglio e sono depresso... che male c'è? Se mi sento angosciato che male c'è? Sto tutto il giorno in casa con la mia angoscia, la accolgo, la osservo, imparo a conoscerla, ci faccio amicizia. Noi in verità non stiamo male a causa della depressione in sé, ma perché ci sentiamo depressi e non vorremmo sentirci così, il che è un modo molto differente di considerare il problema. Non vogliamo quello stato emotivo che ci prende allo stomaco, così come non vogliamo un mal di testa, non perché sia dannoso in sé, ma solo perché ci dà fastidio e decidiamo che non va bene.

Io ero depresso perché non trovavo uno scopo alla mia vita. A un certo punto ho smesso di lamentarmi e ho imparato a stare con la mia depressione. Ho capito che era come star male per essere diventato cieco o aver perso una gamba. Non

accettare la situazione poteva solo avere conseguenze negative, e nessuna positiva. Non ho tentato di trovare uno scopo finto, pur di uscire dalla depressione, ma ho semplicemente capito che la depressione era solo il risultato visibile di un processo alchemico interiore che mi avrebbe portato a una trasformazione radicale. Attraverso la depressione la mia anima lavorava. Allora ho aspettato, come un Vecchio Guerriero che non ha fretta di vincere perché sa di aver già vinto. La depressione è durata anni. È stata una prova durissima. Lavoravo e lei era con me. Uscivo la sera con gli amici e lei era con me. Ascoltavo musica e lei era con me. La sentivo sempre presente nel plesso solare.

Ho cominciato ad amarla, a sentirla la mancanza quando non c'era.

Oggi è parte di me. È totalmente integrata in me. Non ho vissuto un'esperienza mistica, non ho sentito le campane e non mi sono apparsi né Buddha né Gesù. Non ho avvertito folgorazioni interiori né i chakra che esplodevano. Semplicemente oggi la depressione non è più qualcosa di esterno a me, la mia depressione sono io stesso, quindi non l'avverto più come qualcosa che è presente da qualche parte. Se io divento una cosa, quella cosa smette di esistere.

– Domanda: Che scopo ha quello che tu chiami 'l'esercizio principe'?

– Risposta: Questo esercizio può essere riassunto nell'espressione: "l'atteggiamento di chi sa di non avere 'occhi per vedere' ". Non è come gli altri esercizi, perché questo deve accompagnarci sempre. Gli altri esercizi sono propedeutici a questo, servono cioè a creare uno spazio di ricordo di noi stessi nel quale inserire 'l'esercizio principe'. Qualunque situazione problematica viviamo nella nostra vita dobbiamo immediatamente pensare che il problema non è nella situazione stessa, bensì nella nostra incapacità di *vedere* cosa sta realmente succedendo. Se non siamo abituati a ricordarci di noi non ci ricorderemo nemmeno di fare questo esercizio.

Provate a osservarvi in questo istante della vostra vita: siete felici oppure no? Siete nella gioia oppure no? Siete innamorati oppure no? Se non siete felici, se non siete nell'Amore... è perché non riuscite a *vedere* il mondo! Se non vedete la Bellezza onnipresente, è perché non state guardando attraverso gli 'occhi del Cuore', altrimenti vedreste un mondo magnifico. Ecco cosa dice 'l'esercizio principe'.

Lo scopo di questo esercizio è ribaltare la nostra consueta visione del mondo basata sulla dualità illusoria giusto/sbagliato. Nell'Universo non ci può essere qualcosa *di per se stesso* brutto o sbagliato. L'Universo è *così com'è*, cioè nell'unico modo in cui potrebbe essere, mentre l'uomo divide tutto fra giusto e sbagliato attraverso la sua mente duale. L'uomo giudica gli eventi del mondo in base alla sua necessità di sopravvivere. La *bruttezza* è un nostro difetto di percezione, non qualcosa di oggettivo. Perché questi concetti possano entrare in profondità dentro di noi è necessario un lungo tempo, devono sedimentare. Per questo motivo non si possono verificare risultati immediati, ma, d'altra parte, quando questa visione del mondo diventa il nostro 'centro di gravità permanente' – nel senso che ogni evento viene inquadrato all'interno di questa nuova prospettiva – la trasformazione è radicale e irreversibile. Nessun nuovo trauma potrà più formarsi.

In ogni caso, già dal primo giorno in cui cominciamo a ripeterci questa frase, la trasmutazione alchemica ha inizio. Ogni volta che di fronte a un momento difficile riusciamo a pensare in questo nuovo modo – anche se esteriormente continuiamo ad arrabbiarci o sentirci male – stiamo costruendo un pezzo della nostra anima. Ogni singolo momento è un'occasione di trasformazione e va capitalizzato. Questo è il lavoro instancabile dell'alchimista che cuoce la personalità nell'*athanor* (= il forno alchemico). All'inizio è difficile e noi stessi non crediamo alle parole che diciamo ("In questa situazione ci sarà anche la Bellezza, ma io proprio non la vedo, anzi, mi sembra sia proprio una situazione di merda!"), la sofferenza che stiamo provando appare molto più reale di questi concetti, ma d'altronde *tutte le cose preziose son poste nel difficile*. Si tratta di pazientare, accogliere al nostro interno la sofferenza e proseguire: Fede e Volontà.

LEZIONE XII

LEGGE DELL'OTTAVA O LEGGE DEL SETTE

Tutte le altre scienze saranno più necessarie di questa, ma superiore nessuna.

Aristotele, Metafisica, I,2,982b

La suddivisione in sette può essere riscontrata in molti aspetti della nostra vita: i giorni della settimana, i colori dell'arcobaleno, le note musicali, i giorni della creazione, i chakra principali.

Tutto l'universo è energia che si manifesta attraverso VIBRAZIONI di diversa frequenza: da quella più lenta, che corrisponde alla materia più solida, fino alla frequenza vibratoria più elevata che è quella dell'Uno stesso, Dio.

L'ottava non è altro che l'unità di misura delle vibrazioni dell'universo.

La legge dell'ottava viene compresa meglio quando la si studia applicata al mondo della musica. In musica esistono infatti sette note che si sviluppano secondo quella che viene definita, appunto, un'ottava:

DO – RE – MI – FA – SOL – LA – SI – DO

Il secondo DO rappresenta, ovviamente, la stessa nota del primo DO, ma si

trova a una frequenza vibratoria doppia. Si dice allora che è la stessa nota ma *a un'ottava superiore*.

Esempi:

Ghiaccio – Acqua – Vapore sono tre ottave differenti della stessa sostanza, perché a ogni passaggio la vibrazione raddoppia.

Discepolo – Iniziato – Maestro sono tre ottave diverse della stessa persona.

Seme – Germoglio – Albero sono tre ottave diverse della stessa creatura vivente.

La Terra in questo periodo storico sta per passare a un'ottava superiore (il cosiddetto 'balzo quantico').

Anche tutte le nostre emozioni possono essere espresse su due ottave differenti: compassione – pietà; prudenza – paura; devozione

– servilismo. La stessa emozione, quando passa dalla personalità all'anima, si dice che "sale di ottava". Per esempio, la personalità di fronte a qualcuno che è disabile prova *pietà*, l'anima invece prova un'emozione che viene dal Cuore: la *compassione*. Nella prima è presente il senso dell'ingiustizia della vita, della sfortuna e dell'inferiorità della condizione di quella persona; nella seconda c'è invece il senso della perfezione del creato, la consapevolezza che quell'anima ha scelto di evolvere attraverso una grande difficoltà, e un amore sconfinato per il coraggio dimostrato in quella scelta.

L'ottava procede in modo DISCONTINUO, perché in alcuni precisi punti ci sono dei rallentamenti o 'cali di energia'. Tra il MI e il FA e tra il SI e il DO, come si può anche osservare sulla tastiera del pianoforte, non esiste il tasto nero che rappresenta il semitono necessario a passare da una nota a quella successiva. Quindi in questi due punti il flusso dell'energia, se non è stimolato in qualche modo da una forza che proviene dall'esterno, tende a rallentare e subire un arresto. L'ottava da sola infatti non riesce a passare dal MI al FA e nemmeno dal SI al DO finale.

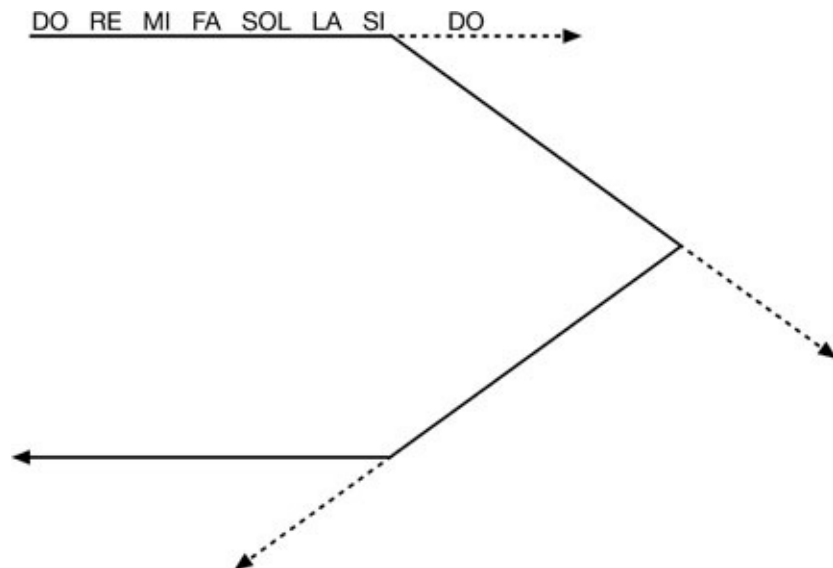
È un bene che ci siano queste naturali interruzioni nell'espressione dell'energia, perché altrimenti una qualsiasi scossa di terremoto si propagherebbe fino alla completa distruzione della Terra. Un fulmine diventerebbe sempre più potente all'infinito. Una qualunque azienda crescerebbe e si svilupperebbe senza incontrare mai alcun ostacolo. I rami degli alberi sarebbero diritti come pali... e così via, per ogni aspetto dell'Esistenza. Le deviazioni di ottava permettono che la Bellezza del creato possa assumere forme sempre diverse.

Queste interruzioni, sebbene naturali e utili, sono però anche all'origine degli ostacoli che noi a un certo punto inevitabilmente incontriamo quando iniziamo una qualunque attività. E tali ostacoli spesso causano l'interruzione del progetto o dell'attività in questione, sia essa un rapporto di coppia (non a caso si parla della crisi del settimo anno) piuttosto che gli studi universitari.

Che nella nostra vita un progetto vada a buon fine è quindi l'eccezione, non la regola, perché ogni nostra attività, dalla più insignificante alla più grande, segue sempre la legge dell'ottava e quindi è soggetta a due punti di possibile interruzione: poco dopo l'inizio e poco prima della fine, cioè fra il MI e il FA e poi fra il SI e il DO. Si possono interrompere gli studi universitari, una dieta, la decisione di non fumare più, il proposito di imparare a suonare uno strumento, il Lavoro su di sé...

A ogni punto di rallentamento corrisponde meccanicamente una DEVIAZIONE, per cui se non ci osserviamo costantemente e non interveniamo in qualche modo, invece di raggiungere l'obiettivo prefissato, a causa dell'accumularsi delle deviazioni finiamo per orientarci verso l'obiettivo opposto. Come si vede nella figura seguente, le deviazioni fanno sì che l'energia giri su se stessa fino a prendere la direzione opposta a quella dell'ottava iniziale.

Esempi: il Cristianesimo che devia e diventa Inquisizione; il comunismo che devia e diventa dittatura; l'amore di coppia che devia e diventa 'delitto passionale'... e così via.



Troviamo sempre giustificazioni mentali quando abbandoniamo i progetti

intrapresi o giungiamo a obiettivi opposti rispetto a quelli prefissati. Ci diciamo che in fondo era proprio questo lo scopo che volevamo raggiungere, e che in fondo è andata bene lo stesso, oppure neghiamo totalmente che ci sia mai stata una deviazione rispetto alla direzione iniziale. Insomma, ci rifiutiamo di ammettere una realtà troppo cocente: siamo schiavi di una Legge che non sappiamo ancora gestire in maniera consapevole.

COME LAVORARE SULLA LEGGE DELL'OTTAVA

Restiamo *svegli* e osserviamoci in ogni occasione della nostra vita, in modo da cogliere il calo di energia al suo apparire.

Se vogliamo proseguire nel nostro progetto dobbiamo provocare il cosiddetto « shock addizionale », cioè qualcosa che porti nuova energia e permetta di passare dal MI al FA o dal SI al DO. Possiamo farlo per noi stessi, ma anche per aiutare qualcuno che ci accorgiamo essere in una fase di calo dell'energia.

L'aiuto esterno può esprimersi sotto qualsiasi forma: un libro, una conferenza, un nuovo incontro, la nascita di un figlio, un consiglio al momento giusto, un incidente, una malattia...

ESERCIZIO XII

Ricordiamoci di noi tutte le volte che squilla un telefono o un cellulare, nostro o di altri. Anche in questo caso, come per tutti gli altri esercizi 'istantanei', non si tratta di prostrarre il ricordo di sé durante lo svolgimento di un'attività, ma solo di avere un flash di ricordo in un dato istante che capita all'improvviso.

Inoltre ricordiamoci di noi mentre camminiamo, come già fatto nell'Esercizio XI.

DOMANDE E RISPOSTE

- Domanda: Come ci può essere utile la conoscenza della Legge dell'ottava?
- Risposta: Serve a sapere che i cali di energia sono naturali e inevitabili, in qualunque campo noi la applichiamo: dal rapporto di coppia alla prestazione sportiva al Lavoro su di sé. Noi ci illudiamo che l'energia si muova in maniera

progressiva e regolare, ma non è così. Sapere questo serve ad affrontare con maggiore consapevolezza i differenti periodi della nostra attività, magari evitando una deviazione. Come al solito la parola chiave è 'osservazione'. Se io mi osservo riesco a capire cosa mi sta accadendo e posso prendere una decisione consapevole: immettere nuova energia con lo scopo di proseguire, oppure interrompere l'attività.

– Domanda: Quindi non è sempre necessario portare avanti l'ottava.

– Risposta: No, i cali di energia sono anche l'occasione per interrompere qualcosa che dovevamo interrompere. Se il mio rapporto di coppia non deve continuare, allora l'interruzione avverrà tra il MI e il FA oppure tra il SI e il DO, ma non è detto che io debba fare di tutto per evitare questa interruzione. Ciò che è importante è che io sappia cosa sta accadendo: un calo di energia. Ma la decisione che prenderò non è sempre così scontata.

– Domanda: Nel rapporto di coppia quindi c'è un calo tra il secondo e il terzo anno e tra il sesto e il settimo?

– Risposta: Diciamo intorno al secondo e intorno al settimo, ma può capitare un po' prima e un po' dopo. In ogni caso noi potremmo anche non accorgercene, perché magari immettiamo nuova energia senza nemmeno rendercene conto. Il calo c'è sempre, ma non è detto che la coppia se ne renda conto. Inoltre bisogna considerare scale temporali differenti: c'è un calo anche al sesto giorno e al sesto mese. Inoltre in corrispondenza di ogni evento importante parte una nuova ottava, quindi abbiamo fatto risuonare un DO il giorno in cui ci siamo conosciuti, poi un nuovo DO il giorno del primo bacio, un altro al primo rapporto sessuale, un altro per l'inizio della convivenza e uno per il matrimonio. Ogni volta è partita una nuova ottava. Ne risulta che applicare questa legge nella propria vita è difficile, ma per il nostro lavoro è sufficiente ciò che ho già detto: capire che esistono rallentamenti inevitabili nel fluire dell'energia e decidere quando è il caso di intervenire consapevolmente per superarli.

LEZIONE XIII

PENSIERO SIMBOLICO E ANALOGIA

Tutti sanno che una cosa è impossibile da realizzare, finché arriva uno sprovveduto che non lo sa e la realizza.

Albert Einstein

Non credo che l'universo si possa spiegare solo con cause naturali, e sono costretto a imputarlo alla saggezza e all'ingegnosità di un essere intelligente.

Isaac Newton

GLI STRUMENTI PER RAPPORTARSI ALLA REALTÀ

Mente concreta: è la mente razionale che calcola il resto quando facciamo la spesa, che ci serve per studiare, per lavorare, per condurre i normali rapporti sociali.

È duale, per cui divide tutto in giusto/sbagliato bene/male mi serve/non mi serve. Non può dare alcuna risposta esistenziale valida, né per quanto concerne l'Universo né per ciò che riguarda lo scopo della nostra vita. Non possiamo

capire qual è la nostra missione sulla Terra semplicemente facendo un ‘calcolo’ mentale.

Mente astratta: la usiamo quando esprimiamo concetti non direttamente collegati a oggetti materiali. È la mente della filosofia e della matematica. È però ancora logica, quindi duale, pertanto anch’essa non può fornire alcuna risposta esistenziale valida.

Intuizione: è sovra-mentale e si colloca oltre la dualità. Permette di cogliere *direttamente* l’Unità, ossia l’*essenza* delle cose. Non lavora più per tramite di concetti razionali, bensì attraverso la simbologia, l’archetipo. Corrisponde a un livello di coscienza superiore: l’intuizione si *sente* in un lampo di comprensione, non si può cogliere attraverso la parola. È un regalo che viene dall’alto, non il frutto di un ragionamento. Idee come amicizia, amore, giustizia... oppure l’idea di una forma geometrica in sé, per esempio l’idea di triangolo aldilà di ogni triangolo particolare... possono essere comprese solo attraverso un lampo intuitivo che va oltre la mera razionalità.

Come immagineremmo un pianeta fatto di caldo? Come possiamo comprendere la definizione del punto geometrico (=un ente senza dimensioni)... se non attraverso l’intuizione?

L’intuizione origina dal Cuore – è l’« intelletto d’Amore » – non dalla mente, come si sarebbe portati a credere. Essa viene successivamente ‘incarnata’ dalla mente, ma non è da lì che trae origine. Il Cuore è infatti il vero organo dell’intelligenza, poiché la mente è solo un mulo che si limita a produrre connessioni logiche. La mente di per se stessa è stupida e svolge compiti elementari, mentre la genialità proviene dal Cuore.

La capacità intuitiva si sviluppa in un ambiente vibratorio adatto, per esempio a contatto con artisti, persone geniali o autentici *iniziati*, cioè individui che hanno già realizzato l’apertura del Cuore. Le nostre frequentazioni in fatto di luoghi e persone influenzano in maniera rilevante la nostra crescita interiore.

LA REALTÀ SIMBOLICA E IL «PENSIERO VERTICALE»

Durante il nostro percorso di ‘caduta’ nella materia, distaccandoci dal mondo dello spirito ed entrando sempre di più nella ‘carne’ ci siamo abituati a percepire la facciata delle cose dimenticando il loro significato interiore. “Io credo solo a

quello che vedo” è l’espressione tipica del fanatico razionalista che non riesce ad andare oltre l’apparenza.

In questa affermazione non ci sarebbe nulla di male, se non fosse che il nostro cervello può percepire solo la fetta di realtà che va dagli infrarossi agli ultravioletti!!

Usiamo meno del 5% del nostro cervello. Questo è lo scorcio di universo a cui abbiamo accesso. Pertanto, affermare che esiste ciò che si può vedere e misurare diventa piuttosto limitante e palesemente illogico.

Tutto ciò che ci circonda è solo il SIMBOLO di qualcosa di più interiore: una miriade di qualità appartenenti al mondo dell’anima, il mondo degli archetipi. Ogni manifestazione materiale è *simbolica*: un lavoro, un incidente, una malattia, un incontro... Il nostro stesso corpo è un simbolo vivente di ciò che siamo a livello psicologico: la lunghezza del naso, il taglio degli occhi, la forma della testa, l’essere magri o grassi...

A causa della caduta nella materia abbiamo perduto la facoltà di percepire gli eventi come simbolici e quindi rappresentativi di qualcosa di più profondo. Per esempio, un uomo indica una direzione con il dito. Noi sappiamo che quel gesto è simbolico, non dobbiamo cioè guardare il dito, ma il luogo da esso indicato. Sembra scontato, invece un animale di norma si limita a guardare il dito, e lo stesso farebbe un uomo che si trova a un livello di coscienza primitivo, perché entrambi non hanno in se stessi il concetto di simbolo: quella *simbolica* costituisce una vera e propria attitudine della coscienza che non tutti possiedono.

Ogni parola non è importante per la sua *forma*, ma per il *significato* che esprime, e questo vale anche per le malattie così come per gli eventi quotidiani. La persone non sono importanti per i loro aspetti esteriori (la forma del corpo, il carattere, i gusti...) ma per il significato che nascondono nell’*essenza*, cioè nell’anima. Avendo perso la capacità di percepire il mondo in maniera simbolica, abbiamo anche perduto la capacità di comprendere l’anima dell’altro. Addirittura pensiamo che l’anima non esista, il che equivarrebbe ad affermare che esistono solo *forme* e non più *significati*! Otteniamo così una realtà fatta di ombre e priva di alcun senso!

Tutta la realtà non è importante per ciò che manifesta, ma per ciò che nasconde. Dio non è altro che il suo nascondersi attraverso la manifestazione dell’Universo. La forma simbolica da un certo punto di vista ci impedisce di cogliere la realtà entrostante – per esempio, la personalità nasconde l’anima che c’è dietro – ma allo stesso tempo è l’unico strumento in nostro possesso per

accedere a una realtà che altrimenti sarebbe inarrivabile – grazie alla personalità sappiamo infatti che c'è anche un'anima dietro... e se ci impegniamo possiamo scoprirla.

Il « pensiero verticale » è quel processo interiore che ci permette di cogliere ciò che è nascosto dietro il simbolo e che la nostra mente razionale non può afferrare. Quello che viene chiamato il “significato esoterico” e che può essere colto solo grazie all'utilizzo dell'*intuizione*. Ogni malattia, incidente o incontro con una persona ha un significato esoterico, cioè simbolico. Il pensiero verticale – in opposizione al consueto pensiero orizzontale, che si muove solo nell'apparenza – è il pensiero del futuro: un giorno sarà normale per tutti chiedersi *perché* abbiamo una certa malattia o *perché* ci è accaduto un dato evento, scoprendone così il significato simbolico. È incredibile che oggi ancora non lo facciamo e ci limitiamo invece a parlare di ‘caso’, ‘fortuna’ o ‘sfortuna’ in merito ai fatti della nostra vita.

ANALOGIA

La nostra mente razionale è limitata, quindi per comprendere qualcosa che si trova su un livello inaccessibile creiamo una corrispondenza *analogica* su un piano che conosciamo meglio.

Esempi:

– L'evoluzione della coscienza dell'umanità è un concetto molto astratto e difficile da comprendere, ma può essere meglio interiorizzato se la paragoniamo alle fasi di crescita dell'essere umano: bambino, adolescente, adulto; come abbiamo fatto nella Lezione VIII.

– Possiamo analizzare meglio i problemi legati al rapporto fra anima e personalità se facciamo riferimento al nostro modo di gestire l'automobile, la quale *analogicamente* rappresenta il nostro apparato psicofisico: l'anima sta alla personalità come la personalità sta all'automobile. Sarebbe utile osservare che rapporto abbiamo instaurato con la nostra automobile.

– Le parabole del Vangelo hanno tutte un significato analogico. Per esempio il seminatore che esce a seminare e i semi cadono sulla strada, sulle rocce, sulle spine e solo una parte sulla terra buona.

– Come possiamo spiegare il colore rosso a un nato cieco? Lo si può fare per mezzo dell'analogia, cioè collegando quel colore alla sensazione data, per

esempio, dal fuoco.

Ermete Trismegisto dice nella Tavola Smeraldina: “Ciò che è in basso è uguale a ciò che è in alto, e ciò che è in alto è uguale a ciò che è in basso, per compiere le opere meravigliose della cosa Una.” Un esempio è costituito dall’analogia fra la struttura dell’atomo e il sistema solare, oppure fra la percentuale di acqua presente nel nostro corpo e quella presente sul pianeta, o ancora fra la percentuale del cervello che siamo in grado di usare e la percentuale di Universo che ci è visibile.

Nell’ambito di *scienze sacre* come Alchimia, Magia e Astrologia vengono prese in considerazione le analogie esistenti fra i diversi piani dell’Esistenza. Una stessa *qualità*, o principio, o archetipo, si manifesta sotto forme diverse a seconda del piano che prendiamo in considerazione:

Qualità (Archetipo):	xxx (non ha nome di per se stessa)
Pianeta:	Marte
Metallo:	Ferro
Emozione inferiore:	Aggressività
Emozione superiore:	Impeto guerriero
Colore:	Rosso
Corpo umano:	Muscoli
Malattia:	Infiammazioni
Mestiere:	Soldato/Guerriero

ANCORA SUL RICORDO DI SÉ

Quando siete desti potete fare qualsiasi cosa meglio, ma per arrivare a ciò occorre molto tempo. Quando vi siete abituati a ricordare voi stessi non sarete capaci di comprendere come abbiate potuto lavorare fino a quel momento. Ma da principio è difficile lavorare e contemporaneamente ricordare se stessi. Tuttavia sforzi in questa direzione danno risultati interessantissimi: non c'è alcun dubbio. Tutta l'esperienza di ogni tempo mostra che questi sforzi vengono sempre ricompensati.

P.D. Ouspensky

Il ricordo di sé è un amico, un fratello, un amante, un rifugio, è un centro interiore, un faro, un punto di riferimento... l'unico vero punto di riferimento.

Il ricordo di sé non ci tradisce mai, è il solo momento in cui possiamo stare in compagnia di noi stessi. È l'unico momento di Verità, perché tutto il resto, tutta la nostra vita, è solo una serie di menzogne distribuite secondo un'apparenza spazio-temporale. Quando siamo infelici o arrabbiati possiamo prendere rifugio nel ricordo di noi stessi, è un toccasana per l'anima, è la porta che permette l'apertura del Cuore, e quindi l'ingresso nel Regno dei Cieli, un mondo di benessere incondizionato, non più dipendente dagli eventi esterni.

Lo sforzo di ricordarsi di sé va portato avanti per anni, senza mai cedere al dubbio che possa non essere utile. Deve accompagnare la nostra vita. Notare che ho detto *lo sforzo*, non il ricordo di sé. È questo sforzo che deve diventare il nostro compagno, indipendentemente da quanti momenti di effettivo ricordo di noi stessi riusciamo a produrre. L'alchimista lavora per anni e anni alla cottura dei metalli meno nobili con lo scopo di ottenere l'Oro. Non si è mai saputo di un alchimista che avesse ottenuto dei risultati dopo qualche mese di Lavoro. Quest'Opera è la cosa più difficile a compiersi sul pianeta Terra, per questo motivo occorrono quantità sovra-umane di Volontà, Amore e Fede. Ma i raggiungimenti sono i più grandi che si possano immaginare. È necessario però avere ben chiaro che sono gli *sforzi* a produrre il Fuoco indispensabile alla trasmutazione, non i risultati tangibili di questi sforzi. Non è quando riusciamo a fare bene un esercizio che stiamo operando nella maniera giusta, ma mentre ci sforziamo di farlo. Ci sono persone che non sono mai riuscite a far bene neanche un esercizio di ricordo di sé, ma gli sforzi che compivano erano quotidiani,

nemmeno un giorno hanno lasciato passare senza compiere dei tentativi verso il risveglio. Sappiate che la Fede e la Volontà di costoro sono state ampiamente ricompensate.

Può succedere di entrare in un'emozione negativa per non essere riusciti a ricordarci di noi. Ci proponiamo fermamente di restare presenti, ma dopo pochi secondi ce ne dimentichiamo, totalmente coinvolti negli eventi quotidiani. Come conseguenza proviamo disappunto, rabbia, frustrazione, senso di impotenza. Allora dobbiamo usare anche questo disappunto per ricordarci di noi. Usiamo l'emozione negativa per ricordarci di noi in quel momento. Questo è l'atteggiamento più furbo da adottare. L'alchimista non è come il guru che passa ore a meditare isolato dal mondo, l'alchimista è astuto, scaltro, furbo, usa la quotidianità per risvegliarsi. Sguazza nella 'merda quotidiana' e la usa per vincere sul suo sonno, per crearsi un'anima immortale.

ESERCIZIO XIII

Per una settimana mangiamo con la mano sinistra. Inoltre svolgiamo con la mano sinistra tutte le attività 'da cucina': affettare il pane, afferrare il bicchiere per bere, afferrare le padelle, cucinare...

Ricordiamoci di noi mentre ci spogliamo e ci vestiamo, come all'Esercizio I.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Che significato ha la sofferenza?

– Risposta: È la porta per il risveglio. In alcune scuole del passato si operava anche attraverso la 'sofferenza volontaria': il praticante si metteva volontariamente in condizioni di sofferenza fisica o emotiva allo scopo di lavorare su di sé ed evolvere più in fretta. Oggi non è più necessario, perché le condizioni sociali in cui viviamo ci forniscono un quantitativo di sofferenza più che sufficiente. È però importante che quando soffriamo non cerchiamo di scappare dal nostro dolore, ma lo guardiamo in faccia e restiamo *presenti* mentre si manifesta. **Il dolore è già di per se stesso evolutivo**, non è necessario fare nulla di particolare o adottare una tecnica specifica. Il dolore produce già il Fuoco alchemico necessario alla trasmutazione, ma dobbiamo osservarlo in maniera cosciente, applicando quello che abbiamo chiamato "l'esercizio principe" (lez.

XI): divenire consapevoli del fatto che la sofferenza dipende dalla nostra incapacità di percepire la Realtà.

Le persone solitamente si fanno travolgere passivamente dal dolore, invece va vissuto consapevolmente, con presenza, *sentendo* che attraverso quel dolore ci stiamo trasformando. Dobbiamo essere onesti con noi stessi: la causa della sofferenza non è in una persona o in un evento, ma in noi stessi. Questa estrema onestà porta alla trasmutazione interiore. Se sto male non è perché mia moglie/marito mi ha lasciato, ma perché ho dentro qualcosa che deve essere bruciato e il mio partner me lo ha solo tirato fuori. Vi parlo di qualcosa che ho sperimentato personalmente: la sofferenza fa il Lavoro, opera da sola la trasmutazione interiore. È sufficiente che noi stiamo a guardare e continuiamo a condurre gli affari della nostra vita.

In realtà si potrebbe evolvere anche senza sofferenza, mirando a provare solo le emozioni superiori, quelle del Cuore, ma pare proprio che l'umanità per ora non ci riesca. In ogni caso nel mio libro *Officina Alkemica* parlo anche di questa via... per chi è già pronto a camminare nella gioia.

LEZIONE XIV

LEGGE DI RISONANZA

Se riesci a stare più di due minuti in compagnia di un cretino, sei un cretino anche tu.

Nino Maccari, giornalista e pittore

La Legge di Risonanza afferma che ogni essere umano si colloca su un particolare livello di coscienza che gli permette di entrare *in risonanza* esclusivamente con altri esseri umani, luoghi, situazioni e forme d'arte che si trovano su un livello o 'piano' di coscienza simile al suo. In altre parole: il simile attrae il simile.

Se la domenica preferiamo discutere di filosofia piuttosto che andare allo stadio è una questione di risonanza. Se abbiamo il Cuore aperto non frequenteremo esponenti di Cosa Nostra. Se possiamo contare su un certo grado di intelligenza non trascorreremo le nostre serate discutendo con un politico. Se il nostro concetto di Bello applicato alla musica si ferma alle canzoni di Eros Ramazzotti, difficilmente entreremo in risonanza con le melodie di Mozart.

La risonanza fa sì che ognuno di noi manifesti intorno a sé l'ambiente più congeniale per il suo attuale grado evolutivo e, soprattutto, l'ambiente più stimolante al fine di compiere il prossimo passo sul Cammino. Questo significa che, talvolta, la condizione in cui siamo potrebbe non piacerci, o addirittura potremmo trovarla pessima, ma alla Legge di Risonanza non ci sono deroghe: tutto ciò che si manifesta intorno a noi l'abbiamo *richiamato* con il fine di ampliare più rapidamente la nostra coscienza. Molte persone affermano di essere sul posto di lavoro sbagliato o in compagnia del partner sbagliato, ma ciò non può MAI essere vero, proprio in quanto noi 'attiriamo' inconsciamente *per risonanza* la realtà che ci è più utile in un dato momento. La dimostrazione di questo fatto è che fino ad ora non siamo ancora riusciti a cambiare posto di lavoro o partner.

Per esempio, quando il diapason emette una nota, fa vibrare, in tutti gli strumenti vicini, le corde che sono accordate su quella stessa nota, mentre tutte le altre rimangono inerti. Allo stesso modo, solo una persona fra le centinaia che abbiamo incontrato ha *risuonato* con noi ed è divenuta nostro marito/moglie. Fra tutti i possibili posti di lavoro, solo uno ha *risuonato* con noi, ed è quello in cui ci troviamo adesso. Il ladro, l'incidente, la malattia, gli amici, l'abitazione o l'amore vengono attratti *per risonanza*. Da una prospettiva esoterica, e quindi evolutiva, siamo sempre nel posto migliore dove potremmo essere. Nella misura in cui cambiamo interiormente, cambiano anche le persone e i luoghi che attiriamo a noi.

Quando diciamo: "Io non dovrei essere qui. Questo è il pianeta sbagliato per me!", ciò non è mai vero. La Terra è il pianeta che possiede le condizioni migliori per l'evoluzione della nostra anima, e non riuscire a percepire questo è indicativo della nostra scarsa capacità di cogliere la Volontà dell'anima stessa. Siamo ancora eccessivamente identificati con la personalità, non riusciamo a comprendere la preziosità della Terra per la nostra evoluzione, e quindi, a conti fatti, ciò significa che proprio chi si lamenta di questo pianeta è anche chi ne ha più bisogno per poter "ritrovare la sua anima".

Se venissimo istantaneamente trasportati su un pianeta dove tutti gli abitanti sono risvegliati, noi non ci troveremmo, solo per questo, in una condizione migliore rispetto a quella in cui ci troviamo adesso. Non importa a che livello di consapevolezza sono giunti coloro che vivono nel nostro ambiente, perché se NOI siamo ancora chiusi, continueremo ad essere arrabbiati, possessivi, depressi... anche se tutti intorno a noi sono nella gioia. Vedremo la malizia

anche dove non c'è, interpreteremmo male certi sguardi e certe parole, proietteremmo all'esterno, sugli altri, tutti i nostri meccanismi interiori. Anche se gli altri sono andati oltre questi meccanismi psicologici, noi ci creeremmo comunque una realtà che fa emergere i nostri.

LEGGE DELLO SPECCHIO

Se c'è qualcosa che desideriamo cambiare nel bambino, dovremmo prima esaminarlo bene e vedere se non è qualcosa che faremmo meglio a cambiare in noi stessi.

Carl Gustav Jung

Quando odiamo qualcuno, odiamo nella sua immagine qualcosa che è dentro di noi.

Hermann Hesse

Quando crediamo di vedere qualcosa di sbagliato all'esterno di noi, in realtà stiamo osservando un aspetto che si trova al nostro interno. La realtà ci fa da specchio. Vediamo solo ciò che siamo.

Se ci dà fastidio l'aggressività è perché anche noi abbiamo aggressività al nostro interno, e, se ci osservassimo con cura, troveremmo che in alcune occasioni della nostra vita essa inevitabilmente si manifesta.

Se ci infastidisce chi non ha rispetto, chiediamoci in quali occasioni NOI non abbiamo rispetto, perché se la mancanza di rispetto non fosse già dentro di noi, non ci darebbe fastidio all'esterno.

La causa del nostro fastidio non può mai essere un evento oggettivo esterno, per due principali motivi:

- accade spesso che la stessa situazione dia fastidio a una persona e non a un'altra;

- anche se cambiano le condizioni esterne, noi continuiamo a provare lo stesso fastidio. Si vede bene nel rapporto di coppia quando si cambia partner, ma poi con quello nuovo dopo un po' di tempo proviamo gli stessi fastidi; oppure quando cambiamo posto di lavoro e dopo un po' di tempo incontriamo le stesse situazioni che non ci vanno bene.

Il nostro fastidio attira per **Legge di Risonanza** situazioni e persone che lo fanno emergere e ci permettono di osservarlo. Ciò vuol dire che *risuoniamo* solo con le persone che riflettono alcuni nostri aspetti interiori, e che ci danno fastidio proprio perché fanno emergere queste 'zone buie' che di norma preferiamo non vedere e releghiamo nel subconscio. Tutte quelle parti di noi che vengono 'spinte

sul fondo' e nascoste alla luce della coscienza, riemergono in modo bizzarro: le condanniamo negli altri. La nostra aggressività repressa ci fa odiare chi è aggressivo e il nostro desiderio sessuale represso ci fa odiare chi, secondo noi, ha un comportamento sessuale troppo liberale.

La Legge dello Specchio agisce secondo tre linee principali:

- ci dà fastidio ciò che siamo;
- ci dà fastidio ciò che vorremmo essere;
- ci dà fastidio ciò a cui abbiamo rinunciato o ci è stato sottratto.

Del primo aspetto abbiamo già parlato. Anche il secondo è piuttosto evidente: alcune persone ci infastidiscono per il semplice motivo che vorremmo essere come loro ma non possiamo. Ci dà fastidio chi ha tanti soldi perché magari vorremmo essere come lui, ci dà fastidio chi tradisce il partner perché magari vorremmo fare la stessa cosa, ci dà fastidio chi non rispetta le regole perché anche noi vorremmo trasgredirle ma non abbiamo il coraggio di farlo.

Riguardo il terzo aspetto, ci dà fastidio, per esempio, ciò a cui abbiamo dovuto rinunciare da piccoli: i nostri genitori non ci compravano mai giocattoli quindi ora critichiamo i bambini moderni che hanno tutto quello che vogliono. I nostri genitori erano poco affettuosi con noi, quindi ora ci infastidiscono o ci fanno sentire in imbarazzo quelle coppie che, secondo noi, si accarezzano troppo o si baciano troppo a lungo in pubblico.

Inoltre entriamo in risonanza con quelle persone che possiedono degli aspetti complementari ai nostri: la vittima attrae il carnefice, la persona gelosa attrae un partner che la tradisce, chi è attaccato al denaro attrae il ladro che gli fa vedere il suo attaccamento...

Quando osserviamo un nostro fastidio, spesso per cogliere l'analogia dobbiamo uscire dalla situazione contingente e astrarre. Dobbiamo imparare a usare il pensiero verticale. Per esempio, perché mi dà fastidio un ladro? Non perché sono un ladro anch'io, ma perché rispecchia il mio stesso attaccamento alle cose materiali, se infatti io non fossi attaccato quanto lui alla materia, non starei male quando vengo derubato. Perché mi dà fastidio una prostituta? Non perché lo sono anch'io, ma perché rispecchia il mio continuo *prostituirmi*, cioè il mio concedermi – al partner come sul lavoro – in cambio di vantaggi materiali. Oppure mi infastidisce perché io stessa vorrei essere sessualmente più libera.

Come affermo in maniera chiara nel mio libro *Officina Alkemica: LA LEGGE DELLO SPECCHIO VALE SEMPRE*. Se non riusciamo a scorgere in noi stessi l'origine di un nostro fastidio non è perché la colpa di tale fastidio sia effettivamente nel comportamento dell'altra persona, ma solo perché dobbiamo guardarci dentro ancora meglio e per più tempo.

In una prima fase dobbiamo comprendere che in realtà i difetti non sono negli altri, bensì in quelle parti di noi che proiettiamo sugli altri. In una fase successiva capiremo però che il problema non è nemmeno in noi, perché quel presunto difetto è unicamente una *qualità* in via di sviluppo, che può essere colta in tutta la sua bellezza solo con gli occhi del Cuore. La nostra aggressività o le nostre paure sembrano difetti solo fino a quando non li vediamo e non li accettiamo totalmente. Non sono da eliminare, bensì da *guardare veramente* attraverso l'anima.

COME SI LAVORA SULLA LEGGE DELLO SPECCHIO?

– Con l'osservazione costante dei nostri giudizi e dei nostri fastidi attraverso gli occhi compassionevoli del Cuore; riconoscendo che essi appartengono a noi e che la persona all'esterno non ne è responsabile. L'**accettazione** è la parola chiave.

– Avendo sempre ben presente, lungo tutta la nostra giornata, il detto evangelico: “Ama i tuoi nemici”. La concentrazione costante su questo principio può portare, da sola, al risveglio spirituale di un individuo, in quanto costringe il centro del Cuore ad aprirsi.

ESERCIZIO XIV

Ricordiamoci di noi tutte le volte che accendiamo un interruttore, sia esso della luce, del computer, di un apparecchio di riproduzione audio o video. Sia a casa che sul lavoro.

Inoltre per una settimana ci radiamo la barba, ci depiliamo, ci laviamo i denti e ci facciamo la doccia con la mano sinistra.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Pensandoci bene le implicazioni della Legge di Risonanza sono terribili: significa che qualsiasi cosa mi accade, me la sono creata io. Vale anche per una donna che viene violentata?

– Risposta: Nel mio libro “Rifare l’Italia” riporto un esempio simpatico che fa comprendere bene come funziona questa legge. Ma la legge vale anche per l’esempio che hai fatto tu. La donna che è stata stuprata viene universalmente trattata come una povera vittima innocente, preda delle circostanze e di brutali carnefici. Ma nella realtà dei fatti non è così. Il carnefice viene letteralmente creato dalla vittima *per risonanza*. La donna viene violentata perché una parte di lei, molto inconscia, ne ha bisogno e lo vuole. Ne ha bisogno in quanto è l’unica via che conosce per guarire alcune parti di sé. La violenza sessuale costringe l’anima a un’apertura forzata, brutale, non voluta sul piano cosciente, tuttavia desiderata su un piano più profondo. Se non fosse così la violenza non si verificherebbe. C’è una zona d’ombra nella psiche della donna violentata che può venire guarita solo in questo modo.

Il problema della violenza sulle donne non sarà risolto fino a quando continueremo a trattarle come vittime ‘del caso’, persone che si sono trovate nel posto sbagliato al momento sbagliato, oppure innocenti bersagli della malvagità di amici o parenti. Dividere il mondo fra ‘buoni’ e ‘cattivi’ non ha mai risolto e non risolverà mai alcun problema. Per evitare la violenza è necessario che queste donne lavorino al contatto con la propria anima, con il fine di far emergere spontaneamente alcune zone d’ombra, che altrimenti verranno tirate fuori con la forza attraverso un evento esterno traumatico. La violenza non è altro che una terapia estrema messa in atto dalla nostra anima per operare una guarigione. Valgono dunque gli stessi principi che vedremo nella lezione sulla malattia. Una malattia, un incidente, una violenza... hanno sempre un significato per l’anima che li ha richiamati nella nostra vita.

Con questo, ovviamente, non voglio giustificare coloro che compiono la violenza, i quali vanno comunque arrestati e puniti. Ma è bene sapere che l’arresto e la condanna del violentatore non risolvono in alcun modo il problema che risiede nell’inconscio del violentato.

Affermare che quando una donna viene stuprata non è vittima, bensì causa della violenza... non mi metterà in lista per il premio che spetta allo scrittore più politically correct del pianeta. Ma d’altronde se vogliamo andare oltre le apparenze ed entrare nella realtà profonda dei fatti, dobbiamo abbandonare le idee edulcorate tipiche del pensiero politicamente corretto.

– Domanda: Mi ha stupito la tua affermazione riguardo l’insegnamento “Ama i tuoi nemici”: davvero può portare al risveglio?

– Risposta: Sì. Gesù dice chiaramente: “In verità, in verità vi dico: se uno osserva la mia parola, non vedrà mai la morte”. [Gv 8,51]. E non vedo perché dovrebbe mentirci. Ricordarci in ogni occasione della vita di amare chi ci dà fastidio, chi ci è antipatico oppure chi ci ostacola... costruisce la nostra anima e ci rende immortali. Ci sono insegnamenti molto semplici che possono portare all’apertura del Cuore. “Ama i tuoi nemici” è solo uno fra questi.

Voglio farvi alcuni esempi. Anche la via dell’*Imitatio Christi* può portare al risveglio: dobbiamo impegnarci a imitare il comportamento di un maestro spirituale. Può essere Cristo, ma anche Buddha, Krishna o San Francesco. Quando affrontiamo una situazione critica chiediamoci: “Come si comporterebbe Cristo in questa occasione?”. La via del non-giudizio è altrettanto valida: si tratta di smettere di giudicare tutto e tutti. Non importa che riusciamo o meno, ma solo che restiamo continuamente all’erta per evitare di giudicare. Un’altra via consiste nell’immaginare che non ci sia nessuno dentro le persone – anche dentro noi stessi – che compie le azioni. Nel corso della nostra vita quotidiana dobbiamo ricordarci che non esiste un ‘io’ dentro le persone, ma è l’Esistenza stessa a fare tutto. Questo porta invariabilmente alla sospensione del giudizio e al risveglio, perché smettiamo di credere che le persone facciano le cose *apposta*. Ancora una via di risveglio: in ogni occasione possibile dobbiamo ricordarci che siamo noi a creare tutto ciò che ci accade. Per esempio, quando il ladro ci ruba il portafoglio possiamo immediatamente ricordarci di aver creato noi quella situazione, di averla richiamata *per risonanza*. Quindi non ci è accaduta ‘a caso’, ma vuole farci capire qualcosa. Chiediamoci immediatamente *perché* abbiamo sentito il bisogno di creare quel ladro e quella situazione.

Probabilmente ci sono decine di vie simili a queste, ma tutte hanno un denominatore comune: riuscire a ricordarsene durante la giornata. “Ama i tuoi nemici” non è difficile da comprendere, ma dobbiamo riuscire a ricordarcelo nei momenti giusti, non basta farlo mentre siamo in meditazione chiusi nella nostra stanza. Dobbiamo ricordarcelo in autostrada quando qualcuno ci taglia la strada, o quando il partner ci accusa di qualcosa... altrimenti non serve a nulla. La conclusione è che il ricordo di sé sta alla base di qualsiasi pratica: se non mi sforzo di essere *presente* non posso applicare nessun insegnamento. Questo è il motivo per cui lavoriamo tanto sull’osservazione e sul ricordo di noi stessi. Dentro questi momenti di *presenza* ognuno di voi può metterci l’insegnamento che sente più in sintonia con se stesso.

Vedremo più avanti che anche quando lavoriamo sulla comprensione della malattia il fattore essenziale consiste nell'*attenzione* focalizzata: portare la nostra attenzione sul sintomo. Anche se sul piano intellettuale non riusciamo a scoprire il significato simbolico della malattia, la sola attenzione va già a operare la guarigione. Ma, anche in questo caso, per poterlo fare dobbiamo *ricordarcene* nel corso della giornata, facendoci strada in mezzo ai nostri mille pensieri e impegni.

LEZIONE XV

IL NON-GIUDIZIO

È più facile spezzare un atomo che un pregiudizio.

Albert Einstein

Nel Vangelo è scritto: “Non giudicate, per non essere giudicati; perché col giudizio con cui giudicate sarete giudicati, e con la misura con la quale misurate sarete misurati.” (Mt 7,1-2)

Questa frase non significa che se giudichiamo gli altri un giorno saremo a nostra volta giudicati e puniti da un'entità superiore. Gesù era un personaggio che conosceva la psiche umana (dal gr. *psyché* = anima) decisamente meglio dei nostri simpatici psicanalisti, i quali la confondono con la mente... e questo dice tutto sulle loro capacità. Egli attraverso questa sua affermazione voleva semplicemente esprimere una legge psicologica a cui nessuno può sfuggire: se giudichiamo gli altri alimentiamo dentro di noi il *senso del giudizio*, cioè la convinzione che nel mondo ci possa effettivamente essere qualcosa di brutto o di sbagliato. Nel momento in cui abbiamo dentro questo *senso del giudizio* allora ci sentiamo giudicati dalle altre persone. Il giudizio rivolto verso gli altri e quello rivolto a noi stessi sono le due facce della stessa medaglia.

Per esempio, se io rido quando qualcuno si veste in maniera stravagante, prima o poi mi sentirò giudicato nel mio modo di vestire. Se disprezzo le scelte di qualcuno, prima o poi mi sentirò disprezzato per le mie scelte. Se critico il modo di parlare delle persone, avrò timore quando toccherà a me parlare in pubblico. Se vedo errori all'esterno, allora prima o poi sentirò di stare commettendo degli errori agli occhi degli altri. Se mentre sono in coda alla posta mi lamento di chi impiega troppo tempo allo sportello, quando sarà il mio turno e dovrò effettuare un'operazione lunga, sentirò su di me il giudizio delle altre persone che sono in coda alle mie spalle. E la misura della mia sofferenza sarà direttamente proporzionale alla pesantezza del mio giudizio nei confronti degli altri.

Giudichiamo perché guardiamo il mondo attraverso una mente duale che non può fare a meno di dividere fra giusto/sbagliato e bello/brutto. Giudicare è nella sua natura. Nella misura in cui vediamo sbagliati gli altri, ci sentiamo sbagliati e inadeguati agli occhi degli altri... e viceversa, nella misura in cui ci sentiamo sbagliati e inadeguati, vediamo sbagliati e fuori posto anche gli altri.

Anche il giudizio positivo è pur sempre un giudizio, in quanto viene dalla personalità e pertanto alimenta la dualità e il senso di separazione. Se noi diciamo: "Gli uomini muscolosi sono belli" oppure "Le persone garbate mi stanno simpatiche", automaticamente stiamo creando il polo opposto: "Gli uomini non muscolosi non sono belli" "Le persone sgarbate sono antipatiche". Giudicando ricco qualcuno, sto automaticamente creando la povertà. Finché si resta nella personalità, il positivo crea il negativo e non c'è via d'uscita.

U SCIRE DAL GIUDIZIO

Non è possibile interrompere il meccanismo giudicante della mente, per farlo dovremmo distruggerla. Ma possiamo osservare con costanza la mente che lavora fino a disidentificarci da essa e identificarci con l'essenza. Con il tempo impareremo a osservare il mondo dal Cuore, il quale non divide fra bello e brutto, ma *sintetizza* e *intuisce* la perfezione di tutto ciò che accade. Se guarderemo ogni cosa con gli occhi del Cuore smetteremo di giudicare e come conseguenza non ci sentiremo più giudicati da nessuno.

Non giudicare però non significa diventare anche incapaci di *discriminare* e

fare delle scelte. Nonostante un giorno sicuramente vedremo la perfezione insita in ogni azione umana, la nostra capacità di discriminazione rimarrà intatta e noi potremo comunque scegliere di non frequentare più un dato posto o una certa persona, ma non per questo la *giudicheremo* sbagliata in assoluto. Possiamo combattere per la libertà di un popolo, pur senza giudicare sbagliato il popolo oppressore. Proprio nella sospensione del giudizio sta il segreto dell' "agire senza agire", cioè l'agire senza identificazione nei confronti dell'azione che si sta compiendo, come se essa si manifestasse *attraverso* di noi e non per nostra volontà.

ESERCIZIO XV

Questa settimana dobbiamo ricordarci di noi tutte le volte che andiamo al gabinetto ed espletiamo le nostre funzioni organiche. Per capirci meglio, dobbiamo restare *presenti* mentre facciamo pipì e cacca. Nessuna fantasticheria mentale deve distrarci dalla nostra presenza qui-e-ora. È vietato leggere in queste occasioni.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Come posso fermare un pedofilo se non lo giudico? E come posso giudicare giusta la sua azione?

– Risposta: Hai fatto l'esempio che fanno tutti, in tutte le città dove mi capita di parlare: il pedofilo. Il fatto che i pedofili vengano considerati la manifestazione più aberrante della società deve farci riflettere, in quanto esiste una Legge dello Specchio che non smette mai di essere valida! Il pedofilo rappresenta la sopraffazione sull'innocenza, ossia l'approfittarsi di qualcuno in una fase della vita in cui non può difendersi. È mio dovere dirvi di applicare anche in questo caso la Legge dello Specchio, altrimenti è inutile che veniate a un corso sul risveglio della coscienza. Ovviamente dovete prendere in considerazione anche gli aspetti legati alla perversione sessuale, ma questi non sono i più importanti. Non vi sto accusando di essere pedofili, ma vi sto invitando a chiedervi con onestà perché vi danno così tanto fastidio. Quando avrete individuato il motivo preciso per cui sentite fastidio o disgusto verso quelle persone, allora cercate quell'aspetto dentro di voi.

In quali occasioni anche voi vi approfittate di qualcuno che non può difendersi? In che misura anche voi abusate dei bambini? Educarli, o meglio educastrarli, come facciamo in questa società, non significa forse abusare di loro? Costringerli a rispettare i nostri fasulli schemi di pensiero non significa abusare di loro? Ingabbiare le loro coscienze separandoli dall'Essenza... insegnare che l'anima non esiste... proiettare su di loro le nostre frustrazioni, i nostri sogni irrealizzati, le nostre aspettative... non significa abusare della loro innocenza? Un padre che porta suo figlio di sei anni a giocare a calcio perché lui avrebbe voluto fare il calciatore ma non c'è riuscito, non sta forse abusando di suo figlio? Non verrà arrestato unicamente perché l'abuso psicologico è difficile da individuare e punire, spesso nemmeno è contemplato dalla legge. In questa società conta solo ciò che è materiale, quindi se picchio o violento fisicamente un bambino sto facendo qualcosa di male, mentre se lo violento psicologicamente tutti i giorni scaricando su di lui la mia frustrazione o le mie aspettative... non sono punibile.

Avete materiale su cui lavorare, scavate dentro voi stessi, nel vostro Inferno.

Detto questo, posso punire una persona che secondo me sta facendo qualcosa di sbagliato anche senza giudicarla. Posso considerare perfetto un essere umano, in quanto manifestazione del Cosmo, anche se compie atti terribili. Ma il fatto di considerarlo perfetto non mi impedisce di arrestarlo. Agire con il non-giudizio nel Cuore significa semplicemente che non devo necessariamente odiare qualcuno per poterlo fermare. Purtroppo a scuola non ci hanno insegnato che è possibile agire con amore in qualunque contesto. L'autentico Cavaliere Templare e l'autentico Samurai non portano odio nel Cuore, eppure uccidono i loro nemici, perché questo è il loro dovere. Il monaco guerriero, se è veramente tale, deve applicare il non-giudizio, ma questo non significa che smette di fare il guerriero. Chi agisce attraverso il Cuore è molto più efficace e preciso nella sua azione, mentre chi agisce guidato dalla personalità è irritato, quindi scomposto e poco efficace.

Nell'Esoterismo si afferma che Dio è ovunque, quindi è anche nei neuroni del pedofilo e dell'assassino. Credete forse che queste categorie siano 'fuori dalla Grazia di Dio'? Voi vedete Dio ovunque tranne che nel ladro che ha rubato la vostra auto o nel vicino di casa che ha fatto sesso con vostra moglie mentre eravate al lavoro!

Vi ricordo che giudichiamo gli altri solo perché non sopportiamo innanzitutto delle parti di noi (Legge dello Specchio). È indispensabile che impariamo a

osservare noi stessi con amore se vogliamo sottrarci al circolo vizioso del giudizio.

– Domanda: Io non riesco a non giudicare, è più forte di me. A volte penso che non diverrò mai un’illuminata perché mi arrabbio di continuo e sento la competitività molto forte dentro me stessa.

– Risposta: Non si tratta di non giudicare. Non ho mai detto di non giudicare, l’Esoterismo non dice questo. Ho detto che dobbiamo osservarci fino a identificarci con quell’ente che non giudica mai: l’anima. È molto diverso. Se io provo a non giudicare qualcuno che mi ha truffato, per farlo sono costretto a reprimermi, e questo mi danneggia. Posso invece richiamare tutte le mie energie per essere *presente* mentre la mia personalità giudica, rubandole così un po’ di energia che poi io utilizzo per la costruzione dell’anima, ossia per la costruzione di me stesso.

Noi abbiamo solitamente un’idea alquanto falsata e stereotipata dei cosiddetti ‘illuminati’, o ‘maestri’. Ad esempio siamo convinti che non si arrabbino mai, che vivano tutto il giorno ostentando un sorriso ebete sulla faccia. Non è vero: una persona risvegliata è *presente* mentre si arrabbia, ma non reprime la sua rabbia. Si arrabbia, come è giusto che sia, ma poi non porta rancore, tutto comincia e finisce lì, perché vive nel qui-e-ora. Non entra nell’immaginazione negativa per ore e ore e non si sente male dopo aver espresso la sua emozione. Si vede *bello* anche mentre si arrabbia, perché ormai si è accettato totalmente, senza riserve e senza limiti morali.

Nel capitolo “Il maestro scomodo” del mio libro *Rifare l’Italia*, parlo della figura del maestro e delle idee senza senso che noi colleghiamo a questa figura. Per esempio, spiego che di norma un individuo realizzato fa *più* sesso delle altre persone, non *meno*. L’energia sessuale che scorre nel suo apparato psicofisico è maggiore, non minore, rispetto a una qualsiasi altra persona, a causa del progressivo ascendere del serpente *kundalini* lungo la spina dorsale. Il ‘voto di castità’ non è direttamente collegato al risveglio della coscienza, sebbene in alcuni casi particolari possa essere consigliato. Un maestro fuma o beve alcolici se e quando ne ha voglia, e se ha voglia di ubriacarsi si ubriaca, perché non deve corrispondere agli schemi mentali di male-*adoranti* discepoli, i quali hanno letto la biografia di qualche guru orientale e ora credono che tutti debbano conformarsi a quell’immagine.

LEZIONE XVI

LA GESTIONE DEI CORPI

Le cose più belle della vita o sono immorali, o sono illegali, oppure fanno ingrassare.

George Bernard Shaw, drammaturgo

Imperare sibi, maximum imperium est. (= Comandare a se stessi è il comando più grande)

Lucio Anneo Seneca

Oramai seguite da diverso tempo questo percorso di risveglio della coscienza. Qualcuno da mesi, qualcun altro da anni. Tutti insieme abbiamo capito che non giudicare gli altri e amare i nostri nemici sono le vie più brevi per essere felici e cambiare il mondo. Seguendo questi insegnamenti operiamo infatti una trasmutazione alchemica che ci permette di divenire immortali, e a dircelo è lo stesso Gesù dalle pagine del Vangelo. Abbiamo anche sperimentato sporadici momenti di apertura del Cuore nel corso dei quali ci siamo accostati alla Perfezione... ma poi nella vita di tutti i giorni continuiamo a giudicare gli altri e ad arrabbiarci come prima. Perché accade questo? Perché i risultati dei nostri

sforzi non sono stabili, al punto da farci sentire come dr. Jekyll e mr. Hyde?

SOPRAVVIVENZA

Ogni volta che più forme di vita si mettono insieme per raggiungere uno scopo comune, automaticamente si forma una nuova entità dotata di una sua coscienza autonoma. Il risultato è maggiore della somma delle parti. Ad esempio, le cellule che formano il nostro fegato creano la ‘coscienza del fegato’ che provvede affinché tutti i componenti dell’organo funzionino per il meglio. I vari organi che costituiscono l’apparato digestivo (fegato, stomaco, intestino...) a loro volta creano un’unica coscienza che li comprende tutti e coordina le loro attività. Tutti i sistemi e gli apparati del nostro corpo fisico presi insieme formano la ‘coscienza del corpo fisico’. Lo stesso accade a livello emotivo e mentale, in quanto possediamo tre corpi e ognuno dei tre ha una sua coscienza: quella del corpo fisico, quella del corpo emotivo e quella del corpo mentale. Insieme formano la coscienza della personalità, che è poi quello che conosciamo come il nostro ‘ego’, il quale in realtà non è ancora un ente ben definito, ma solo la somma dei comportamenti disorganizzati dei tre corpi. Come abbiamo già detto nel corso delle prime lezioni, l’essere umano ha molteplici ‘io’, ma il vero Io, l’essenza, è ancora in fase di costruzione, ed è quello che poi sarà in grado di gestire i tre involucri.

A ben guardare i corpi sottili che costituiscono la personalità – fisico, emotivo (o *astrale*) e mentale – non sono ancora perfettamente costituiti, sono in via di fabbricazione, e il Lavoro su di sé serve anche a questo scopo. Tuttavia, sebbene non sia ancora così per la maggior parte degli abitanti del pianeta, in riferimento alle persone che si accostano a un insegnamento esoterico possiamo tranquillamente considerarli come dei veri e propri corpi in massima parte già organizzati.

Lo scopo dei tre corpi è sopravvivere a tutti i costi. Loro sono costruiti con materiale *terrestre*, che l’anima ha trovato qui quando è arrivata e che lascerà qui quando se ne andrà (torneranno ‘polvere’). Una volta abbandonati a loro stessi dall’anima, essi si disgregheranno e i loro atomi torneranno a far parte rispettivamente dei piani fisico, emotivo e mentale del pianeta. Pertanto le tre coscienze autonome che si erano formate dovranno inevitabilmente morire. Questo loro destino di morte fa sì che debbano lottare tutta la vita per

sopravvivere più a lungo che possono.

COMUNICARE CON I CORPI

Dobbiamo innanzitutto capire che quando proviamo un'esperienza di Cuore, di infinito, di unità, di immortalità... questa è ormai qualcosa di acquisito e resta con noi per sempre. Il fatto che poi il giorno dopo i nostri 'involucri esteriori' ci costringano di nuovo ad arrabbiarci, avere paura e sentirci inadeguati, non significa che abbiamo fallito. Loro fanno il loro lavoro... *noi* il nostro. È dunque assurdo che ci sentiamo frustrati come se subissimo una sconfitta tutte le volte che ci sembra di non essere all'altezza delle nostre aspettative spirituali. Dobbiamo invece proseguire imperterriti nei nostri quotidiani sforzi interiori, perché questi producono dei risultati – delle vere e proprie *nuove sostanze*, come si studia in Alchimia – che si accumulano senza sosta dentro di noi.

La frustrazione deriva dal fatto che noi siamo ancora troppo identificati con i nostri corpi, per cui pensiamo di essere sia l'anima che prova momenti d'amore, sia gli involucri che poi si agitano nel giudizio... invece noi siamo solo l'anima. *Noi* siamo ospiti di una specie terrestre, l'animale più evoluto della Terra, ma non siamo in nessun senso terrestri.

Anche dopo il nostro risveglio – ossia, dopo l'apertura del Cuore e lo spostamento del centro di consapevolezza nell'anima – la personalità continuerà a fare i capricci ancora a lungo. È stupido entrare in competizione con l'apparato psicofisico e sfidarlo. Lui continuerà a ragionare come un animale impaurito.

L'amore viene interpretato dai nostri corpi come una manifestazione anti-sopravvivenza. Amare significa abbassare le barriere, condividere ciò che si ha con gli altri, smettere di sospettare di tutti, evitare di mettersi in competizione, di aggredire, di fuggire, accettare le malattie... tutti comportamenti che vanno direttamente contro l'istinto di sopravvivenza. Ecco perché *noi* decidiamo di amare, ma poi la nostra mente, le nostre emozioni e il nostro corpo si ribellano costringendoci a continuare una snervante 'lotta per la vita' fatta di gelosia, rabbia, paura.

Lo scopo dell'anima è *conoscere*, cioè imparare a *vedere* sempre più chiaramente l'Universo intorno a sé – in fondo è sempre l'Uno che vuole vedere

se stesso. Essendo l'Universo Amore, Bellezza e Perfezione – stando a ciò che affermano tutti gli esseri illuminati – la misura di quanto un uomo riesce a cogliere l'essenza dell'Universo è data dalla quantità di Gioia che egli quotidianamente esperisce, cioè dalla quantità di Amore, Bellezza e Perfezione che riesce a vedere nel mondo. Affinché ciò possa accadere l'anima deve imparare ad amministrare con efficienza sempre maggiore i corpi che consentono tale presa di coscienza.

Attualmente una comune anima incarnata sulla Terra possiede uno scarso controllo del piano fisico, un pessimo controllo del piano delle emozioni e un controllo quasi nullo del piano dei pensieri; questa è la sola ragione per cui l'uomo vede quasi esclusivamente sbagli e bruttezza intorno a sé. Affinché possiamo cogliere la Bellezza dobbiamo guardare attraverso gli 'occhi del Cuore', solo in tal modo i corpi della personalità diventeranno un utile strumento di percezione, anziché un ostacolo alla visione della Realtà. Quanto è reale la nostra visione del mondo? Per averne un'esatta misura è sufficiente osservare quanti momenti trascorriamo nella Gioia e nell'Amore durante il giorno.

Detto questo, al fine di comunicare anche ai corpi i nostri conseguimenti possiamo procedere su diverse linee di azione:

- osservazione costante ed esercizi di « ricordo di sé », che ci permettono di disidentificarci dai corpi e smettere di credere di essere NOI quelli che si arrabbiano;
- immersione sempre più frequente nelle *emozioni superiori* (amore, perdono, compassione...) al fine di abituare i corpi a queste nuove vibrazioni, affinché capiscano che non sono dannose;
- « anelito » costante e inamovibile verso l'*alto*.

Non serve invece a nulla ingaggiare una lotta contro i tre corpi per cercare di sottometterli con la forza. La mente dell'apparato psicofisico che ci ospita, per fare un esempio, va *osservata* senza giudizio prendendone le distanze, non va combattuta.

Quando i momenti in cui ci esprimiamo come anime avranno superato il 50% delle nostre manifestazioni totali nell'arco di una giornata, allora anche la personalità dovrà adeguarsi al regime dettato dall'anima. Fino a quel giorno è probabile che ci sembrerà di non riuscire a progredire, ma, ripeto, ciò è falso, in quanto ogni istante di commozione, tenerezza, amore e ogni pensiero orientato

verso la comprensione di se stessi e dell'Assoluto sta costruendo un nuovo gradino sulla 'scala verso il Regno dei Cieli'.

ESERCIZIO XVI

Proseguiamo come Esercizio XV.

Inoltre ripetiamo "Io sono", almeno una volta ogni ora. Se ci troviamo in compagnia di altri è sufficiente pensarlo. Se ne abbiamo l'opportunità dobbiamo invece svolgerlo come indicato di seguito. Nel pronunciare "Io" a voce alta dobbiamo sentire vibrare il Cuore al centro del petto. Non deve essere un "Io" mentale, perché noi non siamo la mente, bensì un "Io" di anima, una vibrazione profonda nella quale risuona il nostro autentico Io. Nel pronunciare "sono" dovremmo sentire la vibrazione in tutti i corpi: fisico, emotivo e mentale. "Io" è nell'essenza, mentre "sono" è nei corpi. Ovviamente all'inizio non sarà facile *sentire* le vibrazioni, ma è importante focalizzare l'attenzione sull'obiettivo. Quando pronunciamo "sono" sarà sufficiente sforzarsi di percepirlo in tutto il corpo fisico, come se il suono di quella parola invadesse la nostra 'carne'.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Credo che giungere a capire di non essere il corpo e la mente sia l'impresa più dura per una qualunque persona.

– Risposta: In questo consiste l'essenza di ogni insegnamento spirituale. Dobbiamo tornare a essere chi veramente siamo: Dio, cioè l'Uno. Ma prima di rituffarci nell'Uno possiamo costruire un'anima che ci consente di divenire sempre più consapevoli e acquisire l'immortalità, in tal modo quando ci ritufferemo nell'Uno non sarà un completo annullamento, non sarà più come il sonno profondo da cui siamo emersi. È inutile ripetersi che non è facile, perché in ogni caso è l'unica attività per cui valga la pena vivere. Uno zombie con due lauree è pur sempre uno zombie, se non si è identificato con la sua essenza e svincolato dagli appetiti e dalle abitudini della sua personalità. Siamo così identificati con la mente che all'inizio può sembrare un'impresa titanica, ma non è proprio così, perché se siamo attratti da questi insegnamenti, se siamo dei ricercatori, ciò significa che la nostra anima è già in buona parte costruita e siamo già parzialmente identificati con essa, altrimenti proveremmo ribrezzo o indifferenza per questi argomenti. L'impresa non è impossibile, anzi, è piuttosto

semplice, basta OSSERVARE mente ed emozioni al lavoro. Osservandoli con il tempo diveniamo qualcosa di diverso dall'oggetto osservato... e il gioco è fatto.

– Domanda: Come posso capire se sto osservando nel modo corretto?

– Risposta: C'è un campanello d'allarme che ci consente di capire se il nostro Lavoro è corretto: se dividiamo fra giusto e sbagliato ciò che stiamo osservando, questo significa che è sempre la mente ad osservare, quindi il lavoro non è corretto. Il vero « testimone » è imparziale e privo di giudizio, pertanto il corretto OSSERVARE implica la sospensione completa del giudizio giusto/sbagliato. Se ci stiamo osservando con una parte della mente questa è costretta per sua stessa natura a giudicare, in quanto è duale; ma osservarci con la mente significa rischiare la schizofrenia, perché creiamo una scissione interna alla stessa mente anziché identificarci con l'anima, che è un ente sovramentale.

Il « testimone » non direbbe mai: "Quanto sono indietro nel cammino: dopo anni di lavoro su di me ancora mi arrabbio!". Lui osserva e basta, non è minimamente interessato a giudicare quanto acca-de, perché aspira a vedere la Perfezione. **Ci svegliamo quando riusciamo a coglierci perfetti così come siamo, non quando eliminiamo qualcosa che non ci piace.** Il passo successivo è infatti sostituire il « testimone » con gli 'occhi del Cuore', e a questo punto ameremo tutte le nostre parti e tutti i nostri comportamenti, senza voler cancellare nulla. Questa è illuminazione. Il passaggio dal « testimone » al Cuore avviene spontaneamente, se teniamo sempre presente l'Esercizio Principe spiegato alla Lezione XI.

Voglio leggervi una frase di Raphael, un grande esoterista contemporaneo, che esprime bene l'atteggiamento di non-giudizio e distacco da tenere quando osserviamo la nostra personalità nel quotidiano.

Così, qualunque cosa accada nel tuo interno sistema psicofisico (Athanor) non deve interessare Te, onnipotenza immortale; qualunque "aggressività" da parte del tuo mondo infero lascia che si infranga di fronte all'Impassibilità impersonale, incrollabile e invincibile; qualunque cogitazione sulle miserie del divenire lascia che si spezzi di fronte al Silenzio onnicomprensivo.

Raphael, La triplice via del Fuoco

Quando la coscienza, cioè l'anima, si incarna, si àncora alla mente. Noi dobbiamo spezzare questo ancoraggio. L'anima entra in risonanza con la mente e

si fonde con essa, si identifica totalmente con essa. Se vogliamo liberarci dobbiamo interrompere questo segnale, facendo in modo che l'anima non vibri più sulla stessa frequenza della mente, perché il fatto che vibrino sulla stessa frequenza fa sì che si confondano una nell'altra.

L'osservazione di sé e il ricordo di sé su cui tanto insisto all'interno di questo corso hanno lo scopo di interrompere questo segnale, creano un disturbo. L'attenzione focalizzata ci permette di prendere le distanze dalla frequenza dell'attività mentale occupata nei suoi ragionamenti, i suoi ricordi e le sue immagini. Per questo continuo a ripetere che per *svegliarsi* è sufficiente *ricordarselo* sempre! Non bisogna fare altro, ma pochi mi credono. Le persone preferiscono pensare ai loro mille problemi quotidiani piuttosto che pensare a svegliarsi... e i risultati sono di conseguenza. Attraverso la nostra preoccupazione per i cosiddetti 'problemi quotidiani' i Burattinai del pianeta ci tengono ancorati alla personalità e addormentati.

Gli alchimisti hanno tramandato solo due grandi *segreti*: il ricordo di sé, capace di portare l'individuo al risveglio, e l'utilizzo del Cuore, per operare la trasmutazione dei diversi aspetti della personalità e quindi dei metalli analogicamente corrispondenti a tali aspetti [si veda il mio libro *Officina Alkemica*].

LEZIONE XVII

DUALITÀ

Ciò che si fa per amore è sempre al di là del bene e del male.

Nietzsche

La dualità, ha inizio quando Adamo ed Eva mangiano il frutto dell'Albero della Conoscenza del Bene e del Male. Da quel momento perdono la percezione dell'Unità in cui vivevano immersi nel giardino dell'Eden e conseguono il senso di separazione dal resto del mondo. Cominciano a distinguere fra vita e morte, piacere e dolore, giusto e sbagliato. Nasce anche la morale, infatti si accorgono di essere nudi e si nascondono dal loro stesso Creatore.

La mente funziona in maniera duale, secondo un processo binario, esattamente come fa un computer con i bit: on/off cioè 0 o 1, acceso o spento. Può quindi conoscere solo attraverso gli opposti: buono/cattivo caldo/freddo liscio/ruvido simpatico/antipatico. Non è un caso che su tutto il pianeta utilizziamo il motore a scoppio a due tempi. Apprezziamo l'estate solo perché prima c'è stato l'inverno; apprezziamo la luce solo perché conosciamo il buio. Cerchiamo la gioia perché conosciamo il dolore.

Per diventare coscienti di cosa significa essere vivi e immortali, ci identifichiamo con una personalità che muore.

Oltre a essere duale la mente (giusto/sbagliato) e duali le emozioni (mi piace/non mi piace) è duale anche il cervello fisico, che è diviso in due emisferi.

In ogni essere umano si manifestano, in percentuali diverse, un'energia femminile e una maschile.

maschile	femminile
penetrazione	accoglienza, inclusività
competitività	collaborazione
analisi	sintesi
tempo	spazio
razionalità	intuizione
attività	passività (ricettività, meditazione)
linguaggio	simbolo, visualizzazioni
estro-verso	intro-verso
separativo	inclusivo

In occidente fino ad oggi abbiamo agito quasi solo attraverso l'energia maschile, mentre quella femminile, aperta e accogliente, è stata repressa. La nostra scienza, per fare un esempio su tutti, è stata finora esclusivamente analitica: ha mirato a penetrare nella materia sezionandola, dividendola in pezzi sempre più piccoli nel tentativo, fallito in partenza, di conoscerne la composizione ultima. Nelle università si è andati sempre più verso la specializzazione, e quindi lo smembramento delle discipline, perdendo la visione dell'insieme. In medicina siamo arrivati ad avere lo specialista delle unghie incarnite... che non ha la più pallida idea del rapporto esistente fra la psiche totale dell'individuo e il particolare sintomo fisico. Una scienza femminile sarebbe invece più sintetica, intuitiva, inclusiva. Una medico 'femminile' farebbe parlare tanto il paziente e sarebbe capace di ascoltarlo, accoglierlo e quindi intuire la risposta. Non si limiterebbe a penetrare il paziente sbattendogli

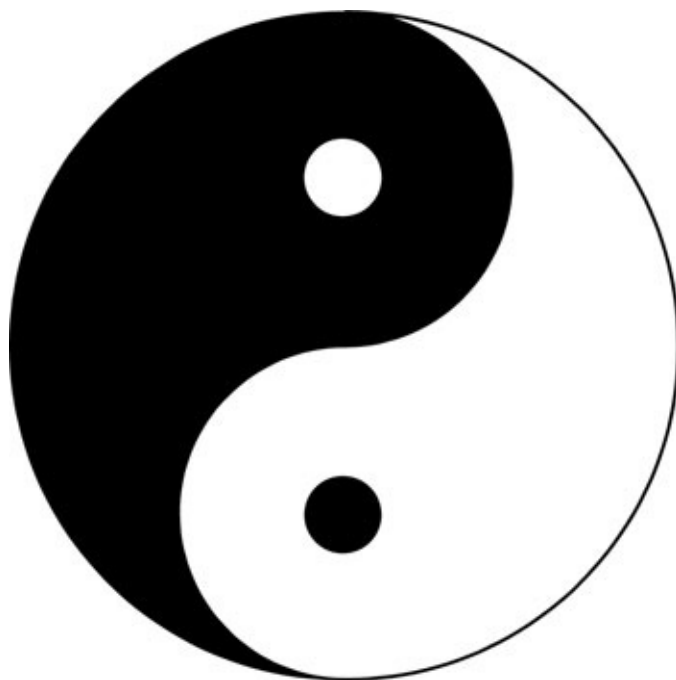
in faccia una ricetta medica o un esame radiologico.

Lo scopo della « caduta » dell'uomo nella dualità è l'acquisizione dell'autocoscienza. Se nascessimo su un pianeta dove la temperatura rimane sempre costante, tutti i giorni e tutte le stagioni, non potremmo mai divenire coscienti del concetto di temperatura. Solo se a un certo punto sentiamo che “nell'aria è cambiato qualcosa”, possiamo ipotizzare l'esistenza di una ‘cosa’ chiamata temperatura. Non avrebbe senso parlare di temperatura se ne esistesse solo una, sempre la stessa. Se invece nella temperatura si verificano degli sbalzi, allora possiamo cominciare a distinguere tra ‘più caldo’ e ‘più freddo’. Grazie a una variazione, una differenza, diventiamo coscienti di un ‘qualcosa’ che chiamiamo temperatura. Per ogni manifestazione vale lo stesso principio: solo attraverso le differenze, gli attriti, prendiamo coscienza di un nuovo fenomeno.

Esiste solo l'Unità perché l'Esistenza è, ovviamente, UNA; non ce ne possono essere due! Ma, dal momento che la mente è duale, non può percepire l'Unità e ci fornisce quindi una visione del cosmo falsata dove io sono separato da ciò che mi circonda. Non si potrà mai arrivare alla Verità attraverso una mente duale, in quanto non è lo strumento adatto. È come tentare di misurare la lunghezza di un muro usando come strumento una bilancia.

La dualità è ben espressa dal simbolo yin/yang

Da questo simbolo si può dedurre che gli opposti non si escludono, ma si attraggono e si completano a vicenda entrando uno nell'altro.



Per esempio, il maschio e la femmina, l'inspirazione e l'espiazione, l'estate e l'inverno, sono all'opposto, ma uno permette la manifestazione dell'altro, si avvicinano e si completano. Yin/Yang è anche simbolico della compenetrazione che avviene nel rapporto sessuale fra maschio e femmina e, più in generale, dell'integrazione fra aspetto maschile e femminile in ognuno di noi.

Questo simbolo permette di comprendere che in un polo si nasconde sempre quello opposto. Infatti chi si schiera con un solo polo e non accetta quello contrario, lo ricaccia nel subconscio. Ciò che vogliamo seppellire emerge però in maniera subdola:

- le femministe che giudicano il maschile, assumono poi comportamenti tipicamente maschili;
- i pacifisti che giudicano la guerra, fanno poi la guerra ai guerrafondai;
- i comunisti che non accettano il potere di pochi, diventano poi dittatori a loro volta o subiscono una dittatura.

LEGGE DI COMPENSAZIONE

Quando sento la folla applaudire un uomo, provo sempre per lui una fitta di compassione. Per sentire i fischi non dovrà fare altro che vivere abbastanza a lungo.

Henry Louis Mencken, scrittore

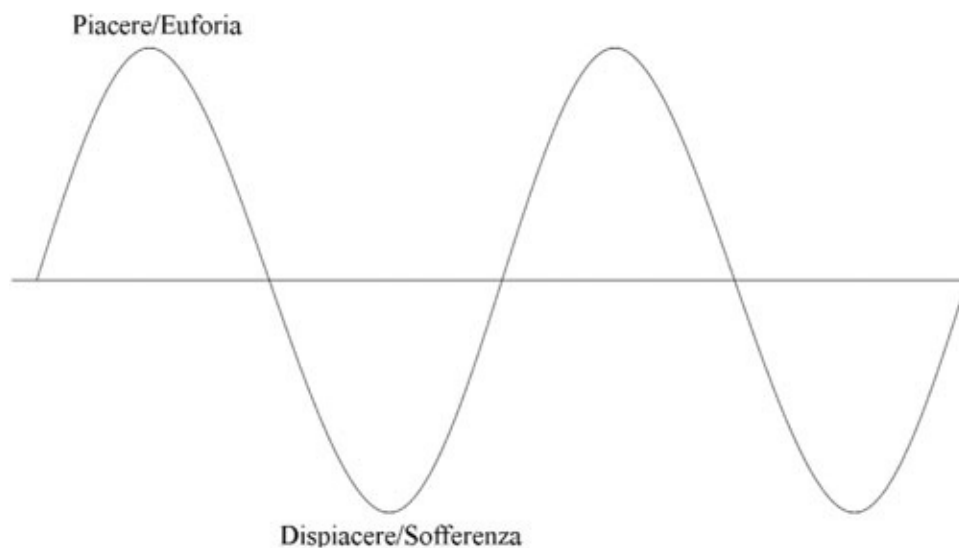
Colui che nasce non protetto dagli dèi, anche se cadrà all'indietro si romperà il naso.

Proverbio cinese

Fino a quando restiamo identificati con la personalità viviamo in una realtà duale fatta di opposti e ogni nostro stato d'animo è soggetto alla Legge di Compensazione: a una determinata quantità di felicità DEVE in seguito corrispondere un'identica quantità di infelicità... e viceversa. Quando proviamo un'emozione, sia essa euforia, rabbia o depressione, è come se si creasse in noi un 'buco' che poi deve essere riempito dalla manifestazione contraria di quella emozione: piacere/dispiacere.

La Legge di Compensazione può essere rappresentata graficamente da una sinusoide, dove a un certo valore positivo segue inevitabilmente un uguale valore negativo, in una successione infinita.

Se accumulo una certa dose di piacere, dovrò prima o dopo compensarla con un'identica dose di dispiacere.



LA TOSSICODIPENDENZA

L'esempio più classico è quello della tossicodipendenza: ci droghiamo perché non riusciamo a cogliere appieno la Bellezza della vita così com'è. Con la droga si prova un piacere artificiale, ma quando si esaurisce tale piacere la situazione di angoscia che ne deriva è più grande di quella iniziale che ci ha indotto a drogarsi: vediamo cioè una realtà ancora più brutta di quella che vedevamo

quando abbiamo cominciato. Allora dobbiamo subito ricorrere a un'altra dose di sostanza stupefacente, prima ancora che ci piombi addosso la sofferenza. Con il tempo questa dose diviene sempre più grande, perché alla fine dell'effetto proviamo un'angoscia sempre maggiore. Ogni volta che termina l'effetto della droga la realtà appare ancora più brutta. Così si innesca una spirale discendente. Poi un giorno decidiamo di disintossicarci per uscire dalla spirale, ma a questo punto ciò che dobbiamo affrontare è la conseguenza dell'accumulo di una grande quantità di piacere, che abbiamo ripetuto all'infinito pur di continuare a sfuggire all'angoscia derivante dal 'ritorno dal viaggio'. Il dolore che abbiamo sempre rifuggito, ora dobbiamo affrontarlo tutto, a livello fisico, emotivo e mentale nel corso di quelle che sono conosciute come 'crisi di astinenza'.

IL RAPPORTO MAESTRO/ALLIEVO

Anche in questo caso la Legge di Compensazione si manifesta in tutto il suo effetto. Quando conosciamo una persona che per noi rappresenta la figura del 'maestro' – una guida spirituale piuttosto che un istruttore di musica, un professore universitario, un conferenziere, un uomo politico... o anche il partner di coppia... – nella fase iniziale del rapporto lo ammiriamo, lo amiamo, pendiamo dalle sue labbra e vorremmo stargli sempre accanto. Tutto ciò che lui dice e fa ci appare perfetto e carico di significato, mentre i suoi difetti scompaiono alla nostra vista. Anche se dovesse palesemente sbagliare, noi raccontiamo a noi stessi che lo ha fatto apposta per metterci alla prova!

Se l'amore proviene dal Cuore – è disinteressato e incondizionato – allora non causerà problemi, anzi, favorirà il passaggio delle 'informazioni' fra il maestro e l'allievo/a su tutti i piani. Se infatti l'allievo prova questo amore di tipo superiore per il suo maestro, ci sarà uno scambio di energia più rapido ed efficace fra i due. L'allievo musicista che ama il suo maestro impara più velocemente a suonare lo strumento su cui si sta applicando, mentre l'allievo spirituale che prova amore per il suo guru rende più rapido il cammino evolutivo a cui si sta dedicando. L'amore è sempre il veicolo dello Spirito, indipendentemente dall'attività che stiamo svolgendo, e lo Spirito trasmette preziose 'informazioni' da anima ad anima.

Ma se questo amore proviene dalla personalità, se è pervaso di attaccamento e di aspettative riguardo a ciò che il maestro dovrebbe fare o come si dovrebbe comportare 'per essere un vero maestro', allora prima o poi ci sentiremo delusi.

L'euforia iniziale si trasformerà inevitabilmente in risentimento. Cominceremo a notare solo i difetti e gli errori del maestro, e ogni sua azione ci apparirà sbagliata e intrisa di secondi fini. Ce ne allontaneremo e cominceremo a denigrarlo anche agli occhi degli altri. Il tutto avverrà meccanicamente – senza alcuna decisione cosciente da parte nostra – in rigorosa ottemperanza alla Legge di Compensazione.

Anche se il maestro con il tempo si fosse effettivamente rivelato un 'falso profeta', anche se si fosse effettivamente allontanato dalla 'retta via', in ogni caso noi possiamo prendere le distanze da qualcuno che non riteniamo più all'altezza dei nostri bisogni anche senza denigrarlo e pur continuando ad amarlo nel nostro Cuore. Più siamo consapevoli più è probabile che riusciamo a sottrarci ai perversi meccanismi della Legge di Compensazione, evitando così di fare del male principalmente a noi stessi.

LA COMPENSAZIONE RIGUARDA L'INTENSITÀ, NON LA DURATA

Il rapporto tra il piacere che abbiamo provato e il dispiacere che poi dovrà compensarlo è sempre di 1 a 1, ma i modi e i tempi con cui avviene la compensazione possono variare anche di molto. Io posso vivere una vita di euforia e poi compensarla tutta con una settimana di terribili sofferenze prima di morire. Oppure posso vivere per anni nella depressione e poi compensarli in un giorno vincendo alla lotteria. La compensazione si basa sull'intensità del sentimento, non sulla sua durata.

LA CORRISPONDENZA PUÒ NON ESSERE DIRETTA

Il collegamento solitamente è immediato: se sono contento perché ho comprato l'auto nuova, sono scontento quando dopo qualche giorno me la rubano. Ma tale corrispondenza può anche non essere così chiara e semplice da individuare, per cui se sono euforico perché ho ricevuto una grossa somma in eredità, non è detto, sebbene sia più probabile, che debba smaltire l'euforia perdendo quella stessa somma. Capita invece che, magari dopo qualche mese, io debba affrontare un periodo di degenza in ospedale perché ho avuto un incidente in auto. La causa è sempre l'euforia legata all'eredità, ma se non mi osservo e non amplio la mia coscienza, non lo capirò mai.

A un certo punto si può arrivare a percepire la futura sofferenza già all'interno dei momenti di euforia. **Si può cioè realizzare intuitivamente che la nostra felicità non è altro che la nostra infelicità mascherata.** Questo fatto è scioccante, ma allo stesso tempo risvegliante.

Usciamo da questa pericolosa alternanza sforzandoci di affrontare ogni situazione, bella o brutta che sia, con il centro nel nostro Cuore, abituandoci a restare in uno stato di coscienza situato oltre la dualità, come un « testimone » imparziale, senza farci sballottare dalle onde emotive. Quando ci accade qualcosa di bello, invece di farci prendere dall'euforia, dovremmo rimanere presenti e imparare a **ringraziare** l'Esistenza per ciò che ci è stato concesso, perché nulla ci è dovuto e ogni evento piacevole è un regalo che proviene dalla Vita. Noi invece pensiamo e agiamo come se la felicità ci fosse sempre dovuta, e malediamo l'Esistenza tutte le volte che le cose non sono andate secondo i nostri piani. Del fatto che i nostri figli siano in vita non ringraziamo nessuno, perché crediamo ci sia dovuto, ma se si ammalano questa è una maledizione della vita, e lo riteniamo ingiusto!

Nella misura in cui non ci lasciamo trascinare dall'euforia, ma restiamo centrati e ringraziamo di Cuore per le cose belle che ci accadono quotidianamente, saremo anche in grado di restare centrati quando si verificherà un evento poco piacevole e anche in quel caso troveremo la forza per ringraziare l'Esistenza con il Cuore aperto.

ESERCIZIO XVII

Proseguiamo sempre come Esercizio XV.

Inoltre ricordiamoci di noi tutte le volte che iniziamo a parlare con qualcuno. Questo rientra fra gli esercizi più complicati. Non si tratta ancora di restare presenti mentre dialoghiamo con un'altra persona, ma solo di ricordarci di noi per un istante al momento in cui rivolgiamo la parola a qualcuno o qualcuno ce la rivolge. È difficile perché il momento in cui cominciamo a parlare con una persona – e, ancor di più, il momento in cui una persona inizia a parlare con noi – è un frangente in cui siamo massimamente identificati. È difficile... ma è possibile e ci riusciremo... perché tanti altri prima di noi sono riusciti.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Hai parlato di energia maschile e femminile, puoi approfondire il discorso?

– Risposta: L'energia femminile è quella del futuro. Le sue caratteristiche di accoglienza e apertura verso il nuovo sono tipiche dell'Eone di Horus o Età dell'Acquario, l'era nella quale stiamo entrando in questi anni (il passaggio non avviene da un giorno all'altro, ma interessa diversi decenni). Non è un caso che ai seminari e alle conferenze di carattere spirituale la presenza di donne sia nettamente prevalente. In futuro avremo una politica femminile fondata sull'ascolto e sulla collaborazione anziché sulla lotta, una scienza femminile fondata sull'intuizione diretta della verità anziché sull'analisi della materia, un'economia femminile fondata sul favorire la crescita di chi ha più bisogno invece che sullo sfruttamento dei Paesi poveri con lo scopo di accumulare beni. L'arte non sarà più mossa dal desiderio di esibire il proprio ego e fare denaro, sarà invece il risultato della capacità dell'artista di bypassare l'ego personale per divenire canale dell'espressione animica.

La 'conquista dello spazio' è un fenomeno emblematico della psicologia maschile che ha dominato l'umanità nell'era appena trascorsa. Cerchiamo di 'conquistare' lo spazio sparando razzi verso il cielo. Non esiste simbolo fallico più chiaro di un r...azzo. In realtà lo spazio va conquistato interiormente, poiché solo attraverso l'illuminazione intuitiva possiamo comprendere cosa sono lo spazio, il tempo, l'Universo, la coscienza... Così affermano tutti coloro che sono giunti a una reale Conoscenza. La Verità sull'Universo concerne il contatto dell'essere umano con la sua essenza e non può essere ottenuta attraverso una ricerca esteriore. L'Universo è vivo, non è una 'cosa', ma per poterlo scoprire dobbiamo cercare dentro anziché fuori, e per fare questo dobbiamo essere dotati di tanta energia femminile. L'energia maschile vuole conquistare l'Universo a colpi di r...azzo!

La donna legge meno libri concernenti l'Esoterismo, ma lavora molto di più dal punto di vista pratico, è maggiormente disposta a mettersi in gioco, a osservarsi, a rivedere la propria psicologia, a perdere gli attaccamenti alle idee, alle persone e agli oggetti. L'uomo sa tutto di Esoterismo ma spesso rimane ancorato al piano mentale, trova difficoltà a scendere nel Cuore e abbandonarsi al sentire dell'anima. Sono infatti sempre di più le donne che si lamentano di non riuscire a trovare un compagno in grado di lavorare con coraggio su di sé.

Spesso le donne più sono spirituali più si sentono sole.

Conosco tante Guerriere dello Spirito, ma pochi Guerrieri. Le donne sono più coraggiose, più disposte ad affrontare i propri demoni interiori, più determinate, più intelligenti in quanto più vicine alla fonte dell'autentica intelligenza: il Cuore. Il maschio crede di essere più forte solo perché è più aggressivo, ma l'aggressività e l'impeto guerriero sono due aspetti molto differenti e si collocano su piani diversi. Il maschio crede di essere più intelligente solo perché è più razionale, più calcolatore, ma sta solo confondendo l'intelligenza con la razionalità, infatti viviamo in una società dove per decidere chi è più 'intelligente' si svolgono i test per il QI, i quali sono basati sulla logica e non sulla reale intelligenza. La logica ha totalmente fallito nel rispondere a tutte le domande più importanti. Come vedremo ampiamente nella prossima lezione, cercare di scoprire cosa è l'Universo attraverso la razionalità significa scontrarsi continuamente con paradossi logici insormontabili. La razionalità serve per fare la spesa all'ipermercato, non per capire chi siamo e dove siamo. Un atteggiamento femminile – intuitivo – consentirà in futuro di accedere alla dimensione sovrarazionale e quindi alle Verità.

Il mondo sarà presto governato dalle donne, magari affiancate da qualche uomo particolarmente dotato di energia femminile. Per scoprire a quale grado del percorso evolutivo si colloca un determinato popolo è sufficiente osservare in quale considerazione viene tenuta la donna al suo interno. Una società dove la donna gode di libertà, è rispettata, ha accesso alle maggiori cariche di potere sia politico che finanziario (non solo in teoria, ma anche nella pratica) è una società che si sta muovendo al passo con l'evoluzione. Un giorno la donna verrà adorata, non posseduta. Questa non è una mia idea e non fa parte di una moda new age, nell'Esoterismo è risaputo che a periodi durante i quali è predominante l'energia maschile si alternano periodi dove è l'energia femminile a suonare la nota fondamentale. È sufficiente osservare quante donne al momento rivestono cariche decisionali nel nostro sistema di governo o nell'ambiente finanziario per capire a che punto siamo, per esempio, in Italia.

– Domanda: La Legge di Compensazione appare terribile. Come è possibile che non si possa provare piacere senza doverlo poi pagare in termini di dolore? È giusto che io paghi se commetto un omicidio, ma perché devo pagare se sono stato contento?

– Risposta: Nel mondo duale non potrebbe essere altrimenti: al positivo deve corrispondere il negativo, perché sono inscindibili, sono una parte dell'altro. È

come se tu mi chiedessi perché c'è la notte dopo il giorno. Non c'è un perché, semplicemente se non ci fosse uno non ci sarebbe l'altro.

In fondo stiamo solo parlando della Legge del Karma, la quale dice che a una causa dovrà sempre corrispondere un effetto, pertanto non si può fare qualcosa e sperare che questa azione non provochi delle conseguenze. Il cosiddetto karma negativo (pessima espressione, che uso solo per poterci capire più velocemente) non è causato solo da un omicidio o da un furto, ma da qualunque azione compiuta a partire dalla personalità, quindi anche un episodio di euforia, che in apparenza sembra innocente. In altre parole, se sono contento perché ho vinto alla lotteria, mi sto identificando sempre di più con la mia personalità e mi sto allontanando dalla mia anima. Sto creando sempre più dualità e mi allontano dall'Unità. Inoltre sono sempre più convinto che la felicità possa risiedere in una soddisfazione materiale. Come conseguenza sarò sempre più convinto che anche l'infelicità possa derivare da una causa materiale, da una perdita di denaro o dalla perdita di una persona cara. Se già non ho vissuto la felicità con il Cuore aperto, quando inevitabilmente si manifesterà l'altra faccia della medaglia, l'infelicità, non riuscirò a viverla con il Cuore aperto.

Se mi sono identificato con la personalità prima, lo sarò anche in seguito. In questo senso "pagherò il mio karma". È qualcosa che va oltre la moralità: non verrò punito perché ho ammazzato qualcuno, ma perché sono sempre più convinto di essere un apparato psicofisico. E questo accade attraverso la rabbia come attraverso la contentezza. Il karma non è altro che la distanza che dobbiamo colmare nel nostro cammino di ritorno alla casa del Padre, dopo esserci allontanati da Lui. Più ci siamo allontanati dall'Uno, più grande sarà il cosiddetto karma.

LEZIONE XVIII

OLTRE LA DUALITÀ

Il linguaggio e la mente hanno i loro limiti. La verità è inesauribile.

Luc de Clapiers Vauvenargues, filosofo

LA SITUAZIONE ATTUALE

I mass media ci spingono continuamente a schierarci.

Sinistra o destra? Democratici o repubblicani? Palestinesi o israeliani? Cinesi o tibetani? Hai scelto chi sono i buoni e chi sono i cattivi? Allora schierati!

Siete favorevoli o contrari all'aborto, all'immigrazione, ai cibi transgenici, all'inseminazione artificiale, alla sperimentazione sugli embrioni, all'intervento armato in quel dato Paese...?

Per partecipare al sondaggio da casa è sufficiente mandare un sms e rispondere SÌ o NO!

Dai... schierati anche tu! Non importa con chi o con che cosa... ciò che importa è schierarsi... restando così nella mediocrità del pensiero dicotomico di origine mentale, il pensiero massificato, la « mente collettiva ». Forse è giunto il

momento di ipotizzare la ‘via del *centro*’, la capacità di osservare con gli occhi del Cuore, oltre la dualità.

Il nostro continuo bisogno di giudicare tutto e tutti non è altro che la conseguenza del pensiero duale. Giudicando il giusto creiamo lo sbagliato. Non ci può essere qualcuno che si sente ricco se non c’è anche qualcuno che muore di fame. Se ci sentiamo intelligenti, stiamo automaticamente creando gli stupidi.

COME SI ESCE DAL PENSIERO DUALE

L’Unità oltre la polarità è un ben preciso *stato di coscienza*, non un concetto filosofico. Perché in noi avvenga la comprensione dell’Unità dobbiamo necessariamente entrare in quello stato.

– Eliminare il giudizio giusto/sbagliato e *accettare* senza riserve tutto quanto accade, in quanto facente parte della Perfezione dell’Universo. Se qualcosa c’è, è perché serve all’evoluzione di qualcuno. L’**accettazione** completa, sia degli aspetti positivi che di quelli negativi, è già una via spirituale in se stessa (come la pratica del non-giudizio o quella dell’amare i propri nemici), che può portare fino all’illuminazione.

– Utilizzare i paradossi orientali (kohan zen) e occidentali allo scopo di far collassare la mente logica duale. Adesso riporto alcuni esempi di paradossi occidentali, meditate a lungo su ciascuno di essi.

a) Di cosa è fatta la nostra realtà? Cioè, se divido la materia in parti sempre più piccole, posso trovare i mattoni che costituiscono la realtà, o vado avanti all’infinito? Fino a quando trovo un ‘qualcosa’ che è ancora percepibile nello spazio-tempo, questo ‘qualcosa’ può sempre essere ulteriormente diviso. E se non fa più parte dello spazio-tempo allora cosa è? Se dividendo la materia in porzioni sempre più piccole, posso procedere all’infinito, allora di cosa è costituita la realtà e di cosa è fatto il nostro cervello? Su cosa stiamo poggiando i piedi?

b) Per la geometria classica la nostra realtà è fatta di punti. Il punto viene definito come un ente privo di dimensioni. Allora proviamo a pensare a un ente privo di dimensioni! Se le forme della realtà – le linee, le superfici, i solidi – si fondano su un “ente privo di dimensioni”, di cosa sono effettivamente costituite? Stesso discorso vale per l’istante: proviamo a pensare a un’unità temporale che deve essere però priva di durata. Stessa cosa per l’infinito: proviamo a pensare a

uno spazio privo di confini (senza cadere nel tranello di pensare a una distesa nera grande grande grande... come fanno i bambini delle elementari... e la maggior parte dei cosmologi!).

c) Se prima del big-bang non c'era nulla, non c'erano né lo spazio né il tempo, allora il momento del big-bang viene spostato indietro all'infinito. Quindi perché dovrebbe esser nato proprio 10 miliardi di anni fa? Se non doveva attendere nessun evento precedente, poiché non c'era nemmeno il tempo, il big-bang si sarebbe dovuto verificare *da sempre*.

Si dice che dopo il big-bang l'Universo ha cominciato a espandersi. Ma qualcosa non si può espandere se non è già presente un luogo dentro cui espandersi. Il problema è che noi immaginiamo il nulla come una distesa nera all'interno della quale è avvenuto il big-bang; ma il nulla è non-esistenza, non una distesa nera grande grande grande!

d) Paradosso del “gatto di Schrödinger”, ideato per spiegare la meccanica quantistica: abbiamo una scatola con dentro un gatto, e noi non sappiamo se è vivo o morto finché non apriamo la scatola. Secondo la meccanica classica il gatto può essere solo in uno di questi due stati: *vivo* o *morto*, anche se noi lo sapremo solo al momento dell'apertura. Secondo la meccanica quantistica invece il gatto è *sia vivo che morto* fino a quando non viene aperta la scatola, momento in cui l'osservazione diretta fa “collassare la funzione d'onda” *fissando* nella realtà uno stato piuttosto che un altro. Prima di quel momento esistono contemporaneamente tutti gli stati possibili. A seconda di chi apre la scatola il gatto può apparire vivo oppure morto, poiché è l'osservatore a creare la realtà con l'atto stesso dell'osservare. Quindi proviamo a pensare a un gatto sia vivo che morto! I tentativi della nostra mente razionale non possono che rivelarsi ridicoli.

e) L'”esperimento della doppia fenditura”, che dimostra la natura al contempo corpuscolare e ondulatoria delle particelle: se facciamo passare un raggio di luce coerente attraverso due fenditure praticate in una lastra, le particelle di luce – i fotoni – anziché comportarsi come sassolini/palline, vanno a formare delle “figure d'interferenza” sulla parete che si trova oltre la lastra, ciò significa che le particelle si comportano come se ognuna passasse *contemporaneamente* da entrambe le fenditure. Non è che la particella in qualche modo si divide, bensì passa *contemporaneamente* da entrambe le fenditure. Difficile da accettare per la mente logica!

f) Se un osservatore che si trova su un pianeta lontano 500 anni luce, potesse vedere con un telescopio potentissimo cosa accade sulla Terra, vedrebbe Cristoforo Colombo che sbarca in America. Ma allora Cristoforo Colombo è vivo o è morto? La soluzione è stata già elaborata da Einstein: Colombo è sia vivo che morto, relativamente al punto di vista dell'osservatore. Non esiste un punto di vista universale uguale per tutti. La domanda successiva è: "Ma per se stesso è vivo o morto?". Non esiste il punto di vista di 'se stesso', ma solo il punto di vista di chi si pone la domanda, sempre in accordo con le scoperte di Einstein. C'è da perderci la testa, non è vero? Beh... lo scopo è proprio 'perderci la testa', cioè far collassare la mente.

Qualcuno potrebbe dire che Colombo è morto ma la sua immagine continua a viaggiare in eterno per mezzo della luce. Ma allora si pone un altro quesito: noi vediamo le persone o solo le loro immagini? Se io mi trovo a 200 metri da una persona cosa sto vedendo: lei o la sua immagine? E a 20 centimetri? Quando possiamo vedere la persona e non la sua immagine? Noi vediamo le *persone* o le *immagini* delle persone che si propagano nello spazio? E che differenza c'è? E cosa dobbiamo fare per poter vedere la persona aldilà dell'immagine sensoriale?

A queste domande, ovviamente, non si devono fornire risposte. Sono *paradossi*, per cui la loro funzione non è di stimolare l'analisi logica, bensì l'*intuizione* immediata (= non-mediata dalla mente) della Verità. Dobbiamo acquisire un atteggiamento femminile, ossia accogliente e intuitivo rispetto alla Verità, la quale sorge in noi quando la mente con la sua voglia di *penetrare* razionalmente la materia si mette da parte. Se veniamo tentati dal desiderio di fornire una risposta intellettuale, stiamo andando fuori strada, siamo schiavi dell'energia maschile. A un certo punto deve avvenire il collasso della mente e l'ingresso in uno stato di coscienza non ordinario, dove la Verità circa l'Universo è immediatamente *realizzabile*, ma non comunicabile, se non attraverso l'atto artistico.

I due metodi che ho presentato – l'accettazione e il paradosso – consentono di passare dall'*analisi* mentale all'*intuizione* istantanea, che coincide con l'apertura del Cuore. La visione del Cuore fa entrare nella quarta dimensione, dove gli opposti coincidono. Allora possiamo continuare a muoverci nella dualità pur restando interiormente in uno *stato di coscienza di Unità*.

ESERCIZIO XVIII

“Cammina sempre un metro dietro di te” recitava un esercizio che già veniva assegnato ai tempi delle scuole atlantidee, all’interno della Città dalle Porte d’Oro. Difficile spiegare cosa significa esattamente. Tutte le volte che camminiamo immaginiamo costantemente di essere con la coscienza un metro dietro di noi. La nostra attenzione deve restare rivolta a questo fatto. Non dobbiamo compiere nessuna particolare visualizzazione né immaginare il nostro corpo che cammina alle nostre spalle. Dobbiamo solo *tenere costantemente la nostra attenzione un metro dietro di noi*.

DOMANDE E RISPOSTE

- Domanda: Perché un’intera lezione sui paradossi? Sono così importanti?
- Risposta: Sì. Costringono la mente a esplorare i suoi limiti naturali. Solitamente siamo così addormentati che utilizziamo la mente solo per decidere cosa mangiare a cena e quale marca di dentifricio può renderci i denti più bianchi. Invece la mente è nata per essere condotta al suo limite estremo e poi trascesa. I paradossi fanno questo, anche se, in ogni caso, non sto affermando che sia indispensabile riflettere sui paradossi per ottenere la realizzazione interiore. Diciamo che è una via, ed è una via che sfrutta la parte più elevata della nostra mente: la mente astratta.

All’interno di questo corso lavoriamo su due piani principali: il piano della mente astratta e il piano animico, inteso come piano delle emozioni superiori, la sfera del Cuore, di cui parleremo meglio fra qualche lezione. Lavoriamo molto meno sul fisico, sull’emotivo e sulle porzioni più grossolane della mente. Infatti non svolgiamo esercizi fisici di alcun genere, né ci abbandoniamo a espressioni emotive esasperate, né impariamo meccanicamente a memoria delle nozioni. In altre scuole si lavora molto di più sul piano fisico: le posizioni dello yoga, la respirazione, alcuni tipi di danze sciamaniche o le ‘danze sacre’. In altre ancora si lavora di più sulla sfera emotiva: i partecipanti vengono indotti a far emergere le proprie emozioni, a volte anche in maniera violenta, al fine di elaborarle. Lo psicodramma e le ‘costellazioni familiari’ si muovono in questo senso. Ho visto gruppi dove le persone si rotolavano sul pavimento gridando. Tutti questi metodi sono utili e possono rivelarsi risolutivi in alcuni momenti della nostra vita. Questo corso però è concepito per agire direttamente da anima ad anima, mirando a una maggiore consapevolezza con il supporto della mente astratta.

Questo implica che il presente Lavoro risulti, almeno in apparenza, più lungo. Infatti più sono elevati i piani su cui agiamo, più tempo necessita la trasformazione e meno risultati ‘materiali’ si registrano a breve termine. In queste nostre riunioni viene trasmesso un Fuoco che agisce direttamente sull’anima provocandone l’espansione e favorendo il nostro identificarci con essa. Quindi, in realtà, poiché agisce direttamente sull’anima anziché sul corpo emotivo, è un Lavoro molto completo ed efficace, ma non fornisce risultati tangibili immediati. La trasformazione sta in realtà avvenendo, ma si verifica su un piano così sottile – quello animico, appunto – che è difficilmente registrabile a livello cosciente, se non dopo qualche tempo.

– Domanda: Perché dici che le tecniche che liberano le emozioni non sono così efficaci?

– Risposta: Non ho detto che non sono efficaci, ho detto che non sono risolutive. Quando agiamo sul piano emotivo i risultati non sono così profondi, però sono immediatamente tangibili, perché magari piangiamo per mezz’ora e dopo ci sentiamo più leggeri, oppure veniamo premiati con visioni mistiche di maestri o santi, ma anche questi fenomeni traggono la loro origine sul piano astrale. Questo di solito provoca in noi una certa soddisfazione per il lavoro compiuto, tuttavia questi risultati, seppur appariscenti, sono meno radicali di quanto si potrebbe pensare. L’azione del Fuoco spirituale è meno spettacolare, ma molto più risolutiva, perché agisce direttamente sull’espansione del Cuore grazie all’« irradiazione » ‘da Cuore a Cuore’. L’alchimista irradia il suo Fuoco sottile e la trasmutazione avviene in silenzio, sia in lui che negli ascoltatori.

Anche se ‘scioglio’ una vecchia forma-pensiero, cioè un aggregato psichico, grazie a un lavoro intenso effettuato sul piano emotivo all’interno di un seminario esperienziale, e magari in tal modo risolvo un problema legato al rapporto con mia madre, se però non ho anche lavorato per acquisire ‘occhi per vedere’, alla prima occasione vivrò un altro trauma e si formerà un nuovo aggregato psichico. Un lavoro di questo genere serve a risolvere un problema nell’immediato, serve a liberarmi dalle conseguenze di un trauma, ma una vera soluzione mi deve consentire di divenire *non più traumatizzabile*. Altrimenti è come cercare di aiutare le popolazioni africane portando loro da mangiare invece che insegnargli a produrlo autonomamente.

Se non voglio dover andar dallo sciamano, dall’omeopata o dallo psicanalista ad ogni nuovo problema, devo intervenire alla radice di tutti i problemi, la paura di morire, e questa si risolve solo grazie all’identificazione con l’anima, la quale

non muore mai. Quando avrò radicalmente mutato la mia visione del mondo, allora in me non si formeranno più nuovi traumi.

Le persone sono maggiormente attratte da un lavoro dove si piange, si urla, si ride oppure si svolgono esercizi fisici e si sta per ore in meditazione, perché agendo su questi piani hanno l'illusione di stare lavorando di più, mentre un corso come questo spesso viene interpretato come "troppo intellettuale". Chi si lascia abbagliare dal 'mondo della quantità' crede che il 'vero Lavoro' debba necessariamente passare attraverso qualcosa di fisico... ma non è così... più un Lavoro è *qualitativo* meno coinvolge il piano fisico. Io potrei elencarvi per due ore una serie di numeri telefonici, mentre voi state seduti fermi ad ascoltarmi... e il Lavoro sarebbe stato fatto comunque, perché fra di noi si sarebbe comunque verificata un'« irradiazione » di Fuoco, che è l'unica cosa che conta.

Volete vincere *nel* mondo o volete vincere *il* mondo? Non si tratta di costruirsi una personalità più agevole da gestire, ma di balzare fuori dalla personalità per entrare nell'anima... e vincere il mondo con un sol colpo. Volete crearvi una personalità vincente attraverso tecniche che vi permettono di realizzarvi sul piano economico, sociale e affettivo o volete identificarvi direttamente con l'anima aprendo totalmente il Cuore? Sappiate che nell'apertura del Cuore è compresa anche la realizzazione sociale e affettiva, in quanto divenite strumenti di una Volontà superiore e i problemi relativi al denaro, alla professione e alla scelta del partner non si presentano più, ma, al contrario, nella realizzazione socio-economico-affettiva non è sempre presente anche l'apertura del Cuore, la quale è l'unica realizzazione definitiva, cioè capace di proiettarvi in uno stato di coscienza dove i problemi non sorgono più.

Se qualcuno fra voi deciderà di trasmettere a sua volta questo insegnamento, si accorgerà presto di quanto sia difficile raccogliere un numero elevato di persone. Non è un Lavoro per le folle, è un Lavoro *qualitativo*, che richiede Pazienza, Volontà, Fede, Amore e non-attaccamento ai risultati. Quante persone sono disposte a lavorare a queste condizioni nell'attuale società? Eppure quello alchemico è il Lavoro più radicale, dove si ottengono risultati irreversibili.

Si sentono attratte da questo insegnamento quelle persone che, partecipando alle lezioni, *riconoscono* la presenza di un Fuoco particolare, qualcosa che non è presente in altri luoghi. È letteralmente un riconoscersi tra fratelli e sorelle, che... o avviene... o non avviene. Oggi tutti gli insegnamenti dicono cose simili

dal punto di vista intellettuale, ormai non c'è più nessuno che custodisca segreti occulti mai svelati, ma in questo insegnamento attraverso le parole viene anche veicolata una particolare *vibrazione* che attrae magicamente chiunque risuoni sulla stessa frequenza. Chi possiede anche solo una *scintilla* di questo Fuoco, la riconoscerà immediatamente in un suo fratello o in una sua sorella, nei suoi compagni di Battaglia. Incarnazione dopo incarnazione ci *riconosciamo*, ci raduniamo e riprendiamo il Lavoro insieme, un Lavoro che concerne sia lo sviluppo personale che un'azione volta a cambiare radicalmente la struttura sociale. I gruppi che si vengono a creare grazie a queste lezioni servono anche a ricomporre le fila di questo Esercito dello Spirito.

[Aggiungo qui, se ce ne fosse bisogno, che sebbene questo libro si riveli straordinariamente utile e sia stato volutamente impregnato di una certa Forza (il Vril, lo Spirito Santo), capace di attivare questo *ricoscimento fra anime affini*, la sua lettura non è, da sola, sufficiente a far riemergere il Fuoco sopito nella 'grotta del Cuore'. Il risveglio avviene grazie alla trasmissione diretta 'da Cuore a Cuore' fra voi e le altre persone 'sulla Via', ossia grazie alla presenza fisica, al contatto fra gli occhi, all'abbraccio... il quale permette ai due centri del Cuore di entrare in collegamento diretto.]

LEZIONE XIX

LA MALATTIA

La vera terapia consiste nell'approccio al divino; più si raggiunge l'esperienza del divino, più si è liberati dalla maledizione della patologia.

C.G. Jung

Se in un sintomo troviamo un principio che ci manca, basta imparare ad amare il sintomo perché esso realizza già quello che ci manca. Chi attende con impazienza che il sintomo sparisca, non ha capito ancora il concetto di base. Questa è una chiave: accettando il sintomo lo rendiamo inutile. Il sintomo sparisce quando il paziente è diventato indifferente ad esso.

Thorwald Dethlefsen, *Malattia e destino*

GUARIRE PER FEDE

Oggi, così come migliaia di anni fa, noi guariamo *per fede*, in quanto nel nostro inconscio si trova radicato l'archetipo dello sciamano/stregone, cioè l'uomo-medicina in grado di operare con le forze della natura al fine di guarirci. Anche

l'odierno medico incarna, seppur in modo degenerato, questo archetipo, e tale è il motivo per cui alcuni pazienti – incredibilmente – trovano giovamento anche dalle cure della medicina allopatrica. La figura del medico in camice bianco che si aggira per le corsie dell'ospedale con fare da sapiente taumaturgo è in fondo una rivisitazione – in chiave comica! – dell'originario sciamano. L'intervento chirurgico è ciò che è rimasto della cerimonia sciamanica e l'atto di visitare il paziente per prescrivere poi una cura può essere paragonato a un rituale magico.

È anche utile notare che la medicina prescritta dal dottore è carica degli studi che quell'uomo ha compiuto, degli sforzi che ha fatto per laurearsi, cioè per ottenere quella che noi oggi di norma riteniamo la 'conoscenza'. Ed è anche carica di una storia medica secolare fatta di sperimentazioni e scoperte. Questo, nel nostro inconscio, richiama ancora una volta le azioni rituali legate all'uomo-medicina: la trasmissione da maestro ad allievo di antiche conoscenze tribali, gli sforzi compiuti per andare a cercare l'erba più adatta in cima a una montagna, la preparazione del rimedio... Tutto ciò è registrato in noi e contribuisce alla nostra guarigione, in quanto riteniamo inconsciamente che il medico sia l'odierno 'uomo della conoscenza' a cui possiamo affidare la nostra vita.

Negli ultimi decenni questa visione è cambiata. Ormai solo le persone anziane, magari sempre vissute in piccoli centri, e i cittadini dalla mentalità più semplice, credono ancora che il medico sia 'l'uomo della conoscenza', cioè un saggio nella cui mani mettere la propria vita. Tutti gli altri sono fortemente disillusi e si rivolgono al medico allopatrico perché spesso è l'unica alternativa che conoscono o che si possono permettere. Meno fiducia abbiamo nel medico in camice bianco, meno possibilità ci sono che guariamo quando ci prescrive una medicina. D'altra parte più fiducia abbiamo nella Madonna di Lourdes, più possibilità ci sono che guariamo in quel contesto, anche se non vengono prescritte medicine o rimedi.

Inoltre, più il nostro dottore è convinto che una data medicina possa guarirci, maggiori possibilità ci sono che ciò si verifichi. Questo è provato dall'« effetto placebo », un fenomeno che interviene quando né il paziente né il dottore sanno che si sta utilizzando un placebo anziché una medicina. Se al medico viene detto che sta somministrando ai suoi pazienti un eccezionale ritrovato proveniente dagli Usa, dove ha guarito il 95% dei malati, come conseguenza il numero dei pazienti che ne traggono beneficio si alza, anche se si tratta solo di acqua e zucchero.

Ecco un brano concernente l'effetto placebo, riportato in una dispensa del ricercatore Marcello Pamio, anche autore del sito www.disinformazione.it:

Uno studio della Baylor School of Medicine pubblicato nel 2002 nel New England Journal of Medicine ha valutato gli interventi chirurgici su pazienti affetti da gravi dolori alle ginocchia [Moseley et al. 2002]. I pazienti vennero divisi in tre gruppi. Nel primo il dottor Moseley raschiò la cartilagine danneggiata del ginocchio; nel secondo, mise a nudo l'articolazione, eliminando del materiale ritenuto causa dell'infiammazione (entrambe tecniche accettate dalla chirurgia ortopedica ufficiale). Il terzo gruppo invece fu sottoposto a un 'finto' intervento: i pazienti vennero anestetizzati, subirono tre piccole incisioni di routine e il dottore durante l'operazione, durata 40 minuti, parlò come di routine. A tutti e tre i gruppi fu prescritta la medesima terapia postoperatoria e di riabilitazione. I risultati furono sorprendenti: il terzo gruppo, quello placebo che non è stato operato, migliorò esattamente come gli altri due, e alcuni di loro tornarono addirittura a giocare a basket! La convinzione, la credenza di essere stati operati, nell'esempio qui sopra, ha fatto superare un problema fisico al ginocchio! Possiamo ancora affermare che l'effetto placebo è di tipo psicologico? Sappiamo ancora poco del vero meccanismo che sta a monte di simili e inspiegabili guarigioni, la cosa che si sa per certo è che si tratta di un fenomeno esistente, la cui potenzialità intrinseca è dentro ognuno di noi.

Esiste però un concetto di Fede ancora più profondo e radicale: la Fede che qualunque cosa ci accade – e ciò non riguarda unicamente la sfera della malattia – è voluta dall'Intelligenza della Natura e si manifesta per il nostro bene. Questo genere di Fede – se è una Fede sentita pienamente nel Cuore – agisce direttamente alle fondamenta della nostra visione del mondo distruggendo il concetto stesso di malattia, in quanto essa smetta di essere un 'disturbo' e diviene un prezioso aiuto da parte dell'Esistenza che vuole farci progredire più velocemente. In tal senso la malattia può rivelarsi una porta verso l'illuminazione. Potrà forse sembrare assurdo, ma ogni volta che ci ammaliamo ci viene data l'occasione di illuminarci; ciò può essere fatto per mezzo di una manifestazione di Fede così assoluta da costringere il Cuore a spalancarsi. Ci sono persone che si sono illuminate grazie a gravi incidenti o malattie.

La guarigione è un problema di « santità », non di Sanità.

IL GUARITORE/EDUCATORE

L'autentico « guaritore » è in realtà un « educatore » (dal lat. *e-ducere* = condurre fuori), cioè qualcuno che non guarisce dall'esterno, ma permette al processo di guarigione di emergere dall'interno del paziente. Non quindi un volgare compilatore di ricette, ma qualcuno che porta il paziente a mettere in discussione se stesso. Il paziente deve essere condotto alla comprensione e alla guarigione attraverso un processo *maieutico* di stampo socratico: in altre parole, la comprensione deve essere partorita dall'interno del paziente con l'aiuto del guaritore che funge solo da ostetrico (dal gr. *maieutica* = arte ostetrica).

Nessuno può guarirci dal di fuori, in quanto solo noi possiamo provocare la nostra guarigione attraverso un atto di Fede incondizionata, oppure un'accettazione e una comprensione profonda del significato della malattia. Tale comprensione deve avvenire a livello del Sé – l'anima – e non solo sul piano mentale, dove non è nemmeno indispensabile che avvenga.

La differenza fra il vecchio e il nuovo modo di fare medicina è che in quest'ultimo si porta l'attenzione verso l'interno dell'individuo (movimento intro-verso) invece che verso il rimedio esterno (movimento estro-verso).

Da questo punto di vista sia i rimedi naturali che quelli allopatici non risolvono il problema della malattia, in quanto entrambi fanno parte delle soluzioni *esteriori* alla persona. I fiori di Bach non sono diversi dall'antinfiammatorio cortisonico, se in entrambi i casi non si *conduce* il paziente a una presa di coscienza di quanto gli sta acca-dendo. D'altra parte tutte le medicine possono però rivelarsi efficaci nel momento in cui la loro assunzione viene accompagnata da un processo di comprensione intuitiva interiore che solo l'individuo può fare. Pertanto anche l'antibiotico può funzionare, ma perché non rimanga solo un ammazza-sintomo, deve essere associato a un processo di introspezione. Se *lavoriamo* all'interno di noi stessi, non esiste poi la gran differenza che tutti credono fra le terapie naturali e quelle convenzionali.

Andiamo verso una sempre più accentuata diversificazione delle malattie. Molto presto ognuno di noi svilupperà un male 'su misura' solo per lui, per cui, non potendo più trovare una cura all'esterno, saremo costretti a guardarci interiormente se vorremo guarire. L'autoguarigione diverrà allora l'unica via di guarigione. Questo è il significato generale delle cosiddette 'malattie rare', che già adesso sono presenti in tutto il mondo.

Dobbiamo ricostruire una *medicina popolare* dove al malato vengono forniti gli strumenti spirituali per guarire se stesso. La diversificazione delle malattie è un segnale che ci costringe a muoverci in questo senso. La libertà di guarire se stessi è una grande libertà. Questo significa strappare la guarigione dalle mani della casta medica e riportarla nelle case delle persone. La guarigione è sempre un affare del malato, il medico può soltanto svolgere la funzione di ‘consigliere’, non è a lui che deve essere delegata la funzione del guarire. La Sanità è diventata un mostro istituzionale, quasi una creatura mitologica, che tutti adoriamo e per la quale proviamo un timore reverenziale, e alla quale abbiamo delegato un enorme potere, il potere della guarigione, e che proprio per questo è divenuta capace di dettare dogmi a cui tutti dobbiamo conformarci.

L’OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) controlla tutti gli enti governativi responsabili della ricerca in tema di medicina, farmaci, prevenzione. In America esiste il più famoso di questi enti, la FDA (Food and Drug Administration), in Italia abbiamo il CUF (Commissione Unica del Farmaco). L’OMS però è a sua volta controllata dalle multinazionali che producono farmaci. Succede non di rado che dirigenti di tali istituti governativi vadano poi a occupare posizioni di una certa rilevanza all’interno di aziende chimiche e farmaceutiche (per saperne di più vedi i testi sull’argomento in bibliografia).

Al fine di comprendere meglio nelle mani di chi stiamo mettendo la nostra salute, vi riporto un esempio che riguarda il famoso psichiatra Wilhelm Reich, inizialmente collaboratore di Freud e poi professore presso la New School for Social Research di New York. La FDA statunitense, disturbata dagli studi condotti da Reich e, soprattutto, dai suoi risultati, nel 1954 portò in tribunale lo scienziato. Il processo, ovviamente vinto dalla FDA, terminò con la messa al bando dei libri di Reich dalle biblioteche, la distruzione delle sue apparecchiature e... udite udite... il rogo pubblico dei suoi materiali e dei suoi scritti! I roghi pubblici avvennero due volte, nel 1956 e nel 1960, secondo quanto risulta dagli stessi verbali processuali.

Il rogo pubblico delle opere di uno scienziato! Non sto scherzando... è accaduto veramente! E non è accaduto nel 1600, ma negli anni ‘50, e non è accaduto in Iran o in Afghanistan, ma negli Stati Uniti!

Non è questa la sede per analizzare l’importanza delle innumerevoli scoperte di Reich, ma... per meritarsi questo trattamento... deve averla fatta proprio grossa! La medicina ufficiale tende a ignorare i ciarlatani, ma i ricercatori che osano scoprire, e soprattutto divulgare, nuovi metodi di guarigione che

danneggerebbero i profitti delle multinazionali farmaceutiche, vengono perseguitati in maniera sistematica e messi a tacere. Reich morì in carcere nel 1957. La sua storia non può non richiamare alla memoria quelle del dr. Ryke Hamer e dei nostri connazionali il dr. Giuseppe Calligaris e, più di recente, il dr. Luigi Di Bella, per citare tre nomi famosi.

Ricordiamoci che il potere sulla salute delle persone è il potere più grande, perché si fonda sulla primitiva paura di morire dell'essere umano. Se inculchiamo nei cittadini la convinzione di non essere in grado di guarirsi da soli, e che per farlo devono affidarsi a una *casta medica* che svolge anche la funzione di fornire loro i medicinali, allora abbiamo creato una massa di schiavi manipolabili. Chi possiede questo potere tiene in scacco un pianeta.

LE TAPPE DELLA GUARIGIONE

1 – Realizzo di avere un problema che non può essere solo di natura fisica, ma evidentemente coinvolge il mio aspetto emotivo. L'Esistenza mi sta dando una prova. Trattare la malattia come un fastidio da scacciare via dalla mia mente, non mi arreca alcun vantaggio. È invece indispensabile che io porti l'*attenzione* sul problema, facendo in modo che resti presente nei miei pensieri. L'attenzione focalizzata, priva di astio o desiderio di guarire, opera la guarigione.

2 – Accetto la mia malattia. Non cerco di scappare, ignorandola o mettendo a tacere il sintomo attraverso il rimedio, naturale o allopatico che sia, ma *la accolgo*, per quanto ciò possa apparire innaturale e la mia personalità si rifiuti di farlo. L'accoglienza psicologica è un fattore determinante per la guarigione, mentre il rifiuto mi costringe a perpetuare i sintomi. È come se l'Esistenza bussasse alla mia porta perché vuole comunicare con me, e io invece di aprire e ascoltare... cambio la porta pensando che sia questa a provocare il rumore!

3 – Comprendo il significato nascosto. Prima e durante la terapia, di qualunque genere essa sia, cerco di studiare bene i sintomi della malattia, ponendomi delle domande, in modo da capire *cosa* vuole dirmi a livello simbolico. Il sintomo mi aiuta a capire cosa mi manca in questo momento sul piano psicologico. Il sintomo mi dice cosa devo risolvere a livello emotivo per poter proseguire il mio percorso evolutivo.

4 – Ho un’intuizione riguardo il significato della malattia. Non si tratta di una comprensione analitica e mentale, bensì intuitiva, animica e profonda. Può accadere che mi metta a piangere o a ridere o percepisca dei movimenti energetici al mio interno. Spesso l’intuizione avviene anche se non ho capito la simbologia del sintomo a livello mentale. È l’*attenzione* focalizzata sulla malattia a provocare la guarigione, non la comprensione mentale.

5 – La mia coscienza realizza un’apertura. Il fatto di aver risolto il mio problema grazie a un ‘lampo di genio’ intuitivo fa sì che adesso la mia coscienza conosca qualcosa di più riguardo se stessa e abbia appreso un nuovo modo di rapportarsi alla realtà circostante. La malattia, e più in generale la sofferenza, sono i metodi di apprendimento e di espansione utilizzati dalla coscienza sulla Terra.

Intuire il significato profondo della malattia vuol dire provare un’emozione superiore proveniente dal Cuore. La guarigione ha sempre a che vedere con il *perdono* e l’amore. In corrispondenza di una malattia dobbiamo chiederci: “Dov’è che non ho amato? In che modo non sto amando la vita?”. Dove ci sono fastidi e conflitti con l’ambiente esterno dobbiamo utilizzare sempre il PERDONO e l’AMORE. Sono energie potenti che sciolgono i blocchi e ripuliscono i nostri involucri. Possiamo accettare la malattia – invece di odiarla e rifiutarla – e guardarla con amore, mandandole amore... che è un *solvente* eccezionale, il « solvente universale » usato in Alchimia.

Nella maggior parte dei casi non è necessario che giunga una risposta mentale al significato della malattia. Il nostro semplice focalizzarci sull’accettazione completa porta allo scioglimento del nodo psicologico. L’accettazione è la chiave di accesso alla guarigione dal concetto stesso di malattia. Solo quando affermiamo: “Sono in pace con me stesso e non mi interessa più guarire” allora può accadere che i sintomi svaniscano, ma a quel punto la cosa non ci interessa più di tanto, perché abbiamo ormai raggiunto uno stato di totale Fede e serenità.

L’ ANALOGIA QUALE MEZZO PER COMPRENDERE LE PATOLOGIE

Il pensiero analogico risulta essere il mezzo più efficace per giungere dapprima alla **comprensione intellettuale** e poi alla **realizzazione intuitiva** del significato

della nostra malattia. Grazie al pensiero analogico possiamo scoprire che ogni sintomo fisico è la rappresentazione simbolica di un problema emotivo

Il paziente va lasciato parlare affinché descriva pienamente la natura del suo sintomo. Il terapeuta deve mettersi in uno stato di totale ascolto – in ‘considerazione esterna’ – con il fine di cogliere ogni idea correlata al sintomo che possa emergere durante il dialogo. Dallo studio del modo di esprimersi del paziente (la postura, i gesti, le espressioni del volto...) e dei termini che utilizza nella descrizione del disturbo, si possono ricavare gli elementi per favorire la sua stessa comprensione di quanto gli sta accadendo.

Il paziente si esprime per metafore e il terapeuta deve essere capace di risalire dalla metafora al suo significato nascosto: questo è il pensiero analogico/simbolico. Facciamo degli esempi di linguaggio metaforico utilizzato dai pazienti:

“Mi sento pungere” “Mi sento bruciare” “Sento come un taglio” “Ho come un peso sul petto... (o sullo stomaco)” “Mi manca l’aria” “Sento come una stretta” ...

Forse è il caso di chiedersi: Cosa mi brucia? Quale situazione mi pesa? Chi mi soffoca? Chi mi stringe?

Per un approfondimento sul linguaggio metaforico del paziente si veda l’opera “La terapia verbale” di Gabriella Mereu, in bibliografia.

Le principali domande da porsi per ottenere la comprensione analogica della malattia sono:

- Cosa mi impedisce di fare?
- Cosa mi permette di fare?
- Cosa facevo e con chi ero quando è comparso il sintomo per la prima volta, o nel periodo in cui è iniziato il processo patologico (se mi è possibile risalire a quel periodo della mia vita)?

Esempi:

“Sono stato a letto per una settimana... non sono potuto andare a lavorare, né in palestra”

(Cosa mi ha impedito di fare la malattia? Evidentemente mi sono ammalato perché non volevo lavorare in quella settimana, non volevo fare sport, avevo bisogno di riposo)

“... e in questo modo ho letto due libri e sono stato più tempo con mio figlio.”

(Cosa mi ha permesso di fare la malattia? Ho letto e ho parlato di più con mio figlio)

“Ho cominciato a tossire mentre il mio capoufficio mi parlava”

(Con chi ero quando è comparso il sintomo? Evidentemente non sono molto d'accordo con ciò che dice o fa una persona, se mentre parla inizio a tossirle in faccia!)

“Ho un dolore che non mi fa girare la testa” “Non posso piegarmi” “Mi sento bloccato” “Sento tirare”

Forse è il caso di chiedersi: Cosa non voglio guardare? A chi o a quale situazione non voglio piegarmi? Cosa mi blocca? Chi mi tira?

SIGNIFICATO ESOTERICO DELLA MALATTIA

Universo è un termine che viene dal latino: *unus-vèrtere* = rivolgersi all'Uno.

Il nostro scopo in quanto esseri umani è quello di muoverci verso il ricongiungimento con l'Uno. Tutto l'Universo non è altro che la storia di un allontanamento della coscienza dall'Uno, lo strapparsi dell'individuo dall'Uno per precipitare nella materia e affrontare la dualità soggetto/oggetto, prendendo così coscienza di esistere. Nella fase successiva la coscienza opera una risalita, una ri-unione, fino alla realizzazione finale dell'Uno primordiale, ma questa volta in maniera consapevole.

Ognuno di noi è già adesso l'Uno, perché in verità esiste solo l'Uno, ma ci *identifichiamo* con una personalità, un apparato psicofisico che vede il mondo in maniera *duale*: l'Io dentro il corpo e l'Universo fuori dal corpo. L'Io non può fare a meno di lottare per la sopravvivenza e soffrire in un ambiente che percepisce estraneo a sé, sconosciuto e quindi ostile.

Dal momento che il nostro scopo è tornare a sentirci Uno, ogni volta che abbiamo pensieri o comportamenti *duali*, cioè separativi, creiamo un attrito con lo scorrere dell'Esistenza. Ogni volta che giudichiamo sbagliato qualcosa, in noi o fuori di noi, stiamo entrando in conflitto con l'Esistenza, la quale invece si muove verso l'Uno, e quindi tende all'Amore (agápe).

La malattia non è altro che la manifestazione più fisica dell'attrito che creiamo sui piani emotivo e mentale nei confronti dell'Esistenza. In realtà siamo tutti malati, chi più chi meno, a livello psichico o a livello fisico. Ogni nostra sofferenza psicologica è sintomo che c'è qualcosa che non funziona nel nostro modo di percepire l'Esistenza: i nostri pensieri si dirigono verso la separazione

anziché verso l'Uno e l'Amore. E resteremo malati fino a quando non smetteremo di provare sentimenti separativi verso il mondo.

Si può anche dire che la malattia sorge da una mancanza d'amore. Tutte le volte che giudichiamo sbagliato qualcuno anziché amarlo, ci stiamo allontanando dallo scopo per cui siamo venuti sulla Terra – ritornare all'Uno – e stiamo gettando il seme di un futuro disturbo, che può essere sia psichico che fisico. Da questo deriva che il problema della guarigione è un problema religioso (*re-ligare* = unire di nuovo), non scientifico. Si guarisce per Fede e si guarisce riavvicinandosi a Dio. Il modo più sicuro per assicurarsi una vita senza malattie è **amare in maniera incondizionata** e sviluppare la **capacità di perdonare** sempre e comunque. Ogni conflitto non risolto attraverso il perdono completo, si trasformerà prima o poi in un disturbo fisico o psichico. Il perdono va a sciogliere i blocchi emotivi (risentimenti, rancori, rimpianti, sensi di colpa...) che sono in definitiva l'unica causa della malattia.

ESERCIZIO XIX

Proseguiamo come Esercizio XVIII.

Inoltre sforziamoci di resistere a ogni desiderio di approvazione. Tutte le volte che vorremmo dire o fare qualcosa che potrebbe metterci in buona luce con amici, parenti, conoscenti o sconosciuti, dobbiamo trattenerci. Dobbiamo astenerci dal soddisfare il nostro desiderio di sentirci intelligenti, bravi, svegli, capaci... agli occhi degli altri. Se si presenta l'occasione di dire una frase che ci farà apparire come intelligenti, colti, svegli, informati o spiritualmente profondi... agli occhi dei circostanti, noi non la diremo e tratteremo al nostro interno questo impellente desiderio della personalità.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Puoi dirci qualcosa di più su come dovrebbe essere il terapeuta del futuro?

– Risposta: Il terapeuta deve essere in grado di ricreare un rito sciamanico capace di mettere in uno stato più o meno alterato di coscienza il paziente. Ovviamente non è necessario vestirsi come un indiano d'america e ballare intorno al paziente, ma è importante curare i particolari. I colori, le luci, la

musica, i profumi e gli incensi del luogo adibito alle visite devono essere scelti accuratamente. Lo stesso vale per gli oggetti, i quadri, i tappeti presenti nella stanza. L'atmosfera deve risultare originale, particolare, molto lontana da quella dell'odierno ambulatorio medico. Deve essere accogliente e allo stesso tempo richiamare dall'inconscio del paziente l'archetipo del rito sciamanico. Il terapeuta deve far parlare molto il paziente, quindi deve visitarlo, toccarlo, se necessario massaggiarlo, far sentire la propria energia.

Nell'inconscio del paziente quell'incontro dovrà rimanere registrato come un rito sacro e non come una visita ambulatoriale. Alcuni particolari, come il far togliere le scarpe al momento di entrare nella stanza, devono contribuire a creare un distacco totale tra 'il mondo fuori' dal luogo di guarigione e 'il mondo dentro' il luogo di guarigione. Gli odori, la musica di sottofondo e i colori servono ad alterare leggermente la coscienza del paziente e creare lo stato ideale per comunicare con la sua anima e lasciare che la guarigione accada. La profondità di tale alterazione dipende in larga misura dall'energia del terapeuta e da quanto lui riterrà necessario spingersi in questa direzione.

Ho in mente l'immagine del medico di paese che visitava a domicilio. La sua figura incuteva rispetto nelle famiglie. Allora veniva realmente considerato un uomo-medicina, e il fatto che entrasse in casa con quella borsa dalla forma particolare, la visita attenta del malato, il lavarsi le mani dopo la visita... tutto in realtà faceva parte di un rituale magico che agiva sull'inconscio del paziente così come dei parenti. Non era tanto la medicina a guarire, quanto l'atto del prescrivere la medicina alla fine del rituale. L'atto del *dare il rimedio* rappresenta il culmine del rito, è il momento più sacro, corrisponde all'eucaristia della messa cristiana. Il terapeuta deve portare progressivamente la coscienza del paziente a un'apertura tale da poter ricevere nel migliore dei modi la sua eucaristia. Lo fa costruendo l'ambiente adatto, attraverso un dialogo concentrato fatto di domande e risposte, e per mezzo della sua irradiazione personale. In futuro non sarà la terapia a rivestire l'importanza maggiore, bensì la 'cerimonia della guarigione'.

– Domanda: Chi non comprende il significato della sua malattia non ha speranza di guarire? E chi muore senza averlo compreso?

– Risposta: In Alchimia la sofferenza è già di per se stessa guarigione. Allo stesso modo anche la malattia è già guarigione. Ciò che noi dobbiamo fare è più che altro evitare di ostacolare questa guarigione con il nostro rifiuto della sofferenza e della malattia. L'accettazione aiuta un processo di guarigione che è già in atto. La comprensione del significato è anch'essa un aiuto al processo di

guarigione. La Fede pure. Ma la guarigione avviene in ogni caso proprio attraverso la malattia, altrimenti guarirebbero solo coloro che hanno studiato Esoterismo e gli altri si ammalerebbero inutilmente. In tal caso anche la malattia dei neonati non avrebbe senso. L'anima opera comunque quell'espansione di coscienza che si era proposta come traguardo finale, sia che noi capiamo sia che non capiamo quanto ci sta accadendo, ma comprendere e accettare ci serve indubbiamente a soffrire meno.

– Domanda: Vorrei capire meglio l'esercizio che consiste nel resistere al desiderio di approvazione.

– Risposta: Il nostro desiderio di venire accettati e approvati all'interno del nostro gruppo è ciò che ci rende schiavi della società. Talvolta il desiderio può essere anche molto forte, irresistibile, ma questo significa che la Forza a nostra disposizione è davvero enorme, quindi un motivo in più per non sprecarla disperdendola all'esterno. Questa Forza trattenuta all'interno cresce, si accumula e ci trasforma, perché contribuisce a fabbricare alchemicamente i nostri corpi sottili, e a donarci, tra l'altro, un grande potere attrattivo. Tutte le volte che non cediamo al desiderio di essere approvati, di apparire originali, furbi o spiritosi di fronte agli altri, allora staremo accumulando un'indicibile Forza dentro di noi e quindi un notevole magnetismo. Ciò che non viene espulso diventa come una calamita che attira l'attenzione dall'esterno. Anche trattenere un segreto o una notizia originale che conosciamo solo noi raggiunge lo stesso scopo. Più ci costa fatica non parlarne per far vedere quanto siamo informati, più Forza stiamo immagazzinando al nostro interno. Questa Forza viene utilizzata per fabbricare i corpi sottili.

Cedere al desiderio di consenso ci 'scarica' e ci indebolisce, mentre resistere a questo desiderio ci 'carica', ci rafforza e ci rende persone molto originali, in quanto tutti gli altri non vedono l'ora di mostrare ciò di cui sono capaci per mendicare un po' di approvazione dall'esterno. Paradossalmente, più vogliamo metterci in mostra per essere accettati e ricevere l'approvazione della nostra compagnia di amici, della nostra famiglia, dei colleghi di lavoro o di una persona che vorremo conquistare... meno ci riusciamo, perché proprio attraverso questo tentativo di essere accettati perdiamo magnetismo. Al contrario, resistere all'impulso di voler essere accettati e considerati intelligenti dall'ambiente, fa sì che guadagniamo in magnetismo personale. Meditate su questo.

LEZIONE XX

EMOZIONI SUPERIORI

Perdonare è liberare un prigioniero e scoprire che quel prigioniero eri tu.

Anonimo

La giustizia vera è fatta di compassione.

Benedetto Croce, filosofo storico

Fino a questo punto abbiamo concentrato l'attenzione sull'osservazione dei meccanismi umani e delle leggi che li regolano. Si è trattato di prendere coscienza di ciò che non siamo. Adesso dobbiamo quindi passare dal lavoro su ciò che deve essere osservato e trasformato, al lavoro su ciò che di buono già esiste nell'uomo e deve solo essere sviluppato.

Le emozioni superiori originano nel Cuore e costituiscono il « corpo di gloria » dell'anima. L'anima letteralmente se ne nutre. Noi proviamo già le emozioni superiori: all'inizio dell'innamoramento, quando ancora non si è stabilito il possesso , oppure nella commozione davanti alla scena di un film, o nello sguardo di un neonato, o passeggiando su un sentiero di montagna... Ma il

nostro problema è che non le distinguiamo dalle emozioni della personalità e quindi perdiamo delle occasioni per coltivarle.

Esse rappresentano *l'ottava alta* delle emozioni che normalmente sentiamo per mezzo della nostra personalità. Per esempio, una cosa è la **felicità** che proviamo perché abbiamo vinto alla lotteria, ben altra è la **gioia** di Cuore, incondizionata, che ci invade camminando in montagna. Rappresentano la stessa nota ma su due *ottave* differenti.

In realtà non possono essere spiegate, ma solo provate direttamente. Per esempio, ci è impossibile spiegare cosa è l'amore, ma possiamo chiederci cosa ci impedisce di provare un amore incondizionato.

CARATTERISTICHE DELLE EMOZIONI SUPERIORI

– Esternamente somigliano alle emozioni inferiori. Per un osservatore esterno è infatti difficile capire se una data persona sta esprimendo gioia o felicità, amore puro o amore possessivo, irruenza o aggressività. Anche per chi prova l'emozione all'inizio è difficile distinguere fra le prime e le seconde.

– Sono GRATUITE. Significa che non vogliamo niente in cambio: amiamo anche senza essere ricambiati, siamo amici anche di chi non è nostro amico. Il fatto che io divenga amico di qualcuno non mette vincoli alla sua libertà, perché io non mi aspetto di essere in qualche modo ripagato.

– Non hanno controindicazioni. Nell'emozione superiore non c'è *aspettativa*. Se proviamo della vera fiducia verso un amico, non possiamo mai rimanere delusi da un suo comportamento, qualunque cosa lui faccia. Se proviamo vero Amore, non entreremo nella disperazione quando il partner se ne andrà. Le emozioni inferiori hanno invece la sofferenza come controindicazione obbligata: se amiamo aspettandoci qualcosa in cambio, prima o poi saremo costretti a soffrire.

– Ci rendono partecipi della realtà. Le emozioni superiori non devono rappresentare un 'di più' nella nostra vita, qualcosa a cui possiamo anche non dedicarci, perché in fondo si vive bene lo stesso. Le aperture del Cuore rivestono un'importanza capitale perché sono gli unici momenti in cui scorgiamo la Verità oltre l'apparenza. Le emozioni superiori sono istanti in cui percepiamo l'Unità. Quando non siamo nell'amore – o in una delle sue mille sfumature – NON STIAMO VEDENDO LA REALTÀ, siamo vittime di un inganno e tutto perde significato [a tal proposito rammentiamo sempre l'esercizio principe della

Lezione XI].

– Implicano azione, non passività. Se quando vedo un uomo che ruba un portafogli si verifica in me un’apertura di Cuore e provo *compassione* per lui, questo non significa che non possa intervenire per fermarlo. La comprensione della *perfezione* di tutto quanto accade, non implica accettazione passiva o indifferenza nei confronti degli eventi.

– Non possono essere meccaniche. Le emozioni superiori non si possono verificare ‘per abitudine’ cioè in maniera automatica, nel sonno della coscienza. Soprattutto all’inizio devono essere ricercate e *volute* con tutte le proprie forze. Ogni emozione di questo genere si accompagna sempre a un istante di risveglio e quindi concerne le due caratteristiche principali del risveglio: Volontà e Amore, Thelema e Agápe.

ESEMPI

Amore incondizionato: amiamo l’altro senza possesso. Lo amiamo perché esiste, non perché rispetta le nostre aspettative e decide di seguirci. È l’*agápe*, il vero Amore, quello *eterno*, perché possiamo continuare ad amare anche se l’altro decide di andarsene.

Amore possessivo: amiamo solo nella misura in cui veniamo ricambiati, e solo se veniamo ricambiati nel modo in cui ci aspettiamo noi. Le conseguenze di questo genere di amore sono la delusione, il rancore, la gelosia, il desiderio di vendetta.

Compassione: proviamo gioia nel vedere un’anima che impara attraverso la sofferenza. Nella compassione siamo quindi consapevoli del fatto che il percorso di chi soffre ha una sua precisa ragion d’essere, e non è più ‘sfortunato’ del nostro.

Pietà: consideriamo l’altro un povero sfortunato. Nella pietà c’è del giudizio verso una situazione che riteniamo sbagliata. Noi ci poniamo al di sopra: “Io sto meglio di lui e lui sta peggio di me... quindi lo aiuto perché così mi sento migliore di lui.”

Innocuità: abbiamo la possibilità di intervenire, ma decidiamo di non farlo. Questo è il comportamento dell’autentico maestro di arti marziali, il quale è dotato della vera Forza, derivante dal contatto con l’anima, e pertanto non deve dimostrare niente a nessuno.

Impotenza: non abbiamo la capacità di intervenire.

Neutralità: siamo in grado di vedere una certa situazione al di là delle apparenze, e capiamo che è meglio non schierarci.

Menefreghismo: non ci importa niente di un dato evento quindi non prendiamo posizione.

ESERCIZIO XX

Ripetiamo “Io sono”, almeno una volta ogni mezz’ora (vedi Esercizio XVI).

Inoltre osserviamo quale emozione interiore stiamo provando prima di rispondere al telefono. Cerchiamo di capire se c’è semplice attesa, oppure fastidio, ansia, paura, contentezza... È importante che ogni volta che squilla un telefono, prima di rispondere, ci fermiamo per un attimo e osserviamo attentamente qual è il nostro stato emotivo. Più secondi riusciamo a stare fermi ad osservarci – combattendo la fretta di andare immediatamente a rispondere – più risulta efficace l’esercizio.

LEZIONE XXI

EMOZIONI SUPERIORI – PARTE II

Il mago si satura di Dio, si nutre di Dio, si inebria di Dio. A poco a poco il suo corpo viene purificato dalla lustrazione interiore di Dio; giorno per giorno la sua struttura mortale, liberandosi degli elementi terreni, diviene in verità il Tempio dello Spirito Santo. Giorno per giorno la materia viene sostituita dallo Spirito, l'umano dal divino; alla fine il cambiamento sarà completato; Dio manifesto nella carne sarà il nome del Mago.

Aleister Crowley, *Magick*

Le emozioni negative ci impediscono di crescere, non è un caso che in Alchimia vengano considerate come il nostro Veleno, e non a caso sono alla base di TUTTE le nostre malattie. Al contrario, le emozioni superiori ci aiutano, perché sviluppano i 'sensi sottili' del nostro Cuore, sono il nostro Farmaco. Attraverso gli 'occhi del Cuore' otteniamo la *conoscenza diretta*, abbiamo accesso al Regno dei Cieli, quindi percepiamo la Bellezza entrostante il mondo. Ma cosa sono esattamente questi 'occhi del Cuore'?

LINEE DI FORZA

Ogni volta che noi proviamo un'emozione di rabbia piuttosto che di ansia o paura, stiamo creando nel nostro corpo emotivo delle 'linee di forza', cioè dei *binari* attraverso i quali impariamo a gestire la materia emotiva. Nel mondo astrale si creano dei veri e propri *solchi*, utili alla nostra anima per poter interagire con quel piano dell'Esistenza. All'inizio, se non provassimo le emozioni negative più grossolane non proveremmo nulla, perché queste ci consentono di tracciare i primi solchi nel terreno vergine del mondo emotivo.

Per mezzo del lavoro di trasmutazione interiore cominciamo a utilizzare questi stessi *binari energetici* creati attraverso le emozioni negative, per il passaggio delle emozioni superiori che provengono dal Cuore. Gli 'occhi del Cuore' sono pertanto i *tentacoli* emotivi attraverso cui l'anima diviene cosciente della Bellezza del mondo, Bellezza che resta inarrivabile fino a quando utilizziamo solo gli occhi della personalità. Le emozioni superiori sono la materia di questi tentacoli del Cuore. Le emozioni superiori sono le 'porte' per il Regno dei Cieli.

ALTRI ESEMPI

Solitudine: è un'emozione superiore e non uno stato di infelicità come si potrebbe credere, perché paradossalmente consiste nel comprendere pienamente che *non siamo mai soli*, in quanto inscindibilmente uniti a tutti gli altri. Da questa prospettiva possiamo allora accettare con gioia di restare fisicamente soli.

Isolamento: cadiamo nell'illusione di essere separati dagli altri e ne soffriamo.

Devozione: riconosciamo la grandezza dell'altro e lo rispettiamo. Ha valore principalmente nel rapporto di coppia, ma anche sul lavoro e tra figli e genitori. Nella devozione non possiamo mai restare delusi dal comportamento dell'altro perché lo amiamo per ciò che è istante dopo istante, senza aspettative per il futuro.

Servilismo: serviamo una persona perché speriamo in un tornaconto, materiale o affettivo che sia. Non lo facciamo mai volentieri e con il Cuore aperto, quindi rimaniamo delusi quando dall'altra parte non viene riconosciuto il nostro lavoro.

Appartenenza: sentiamo che l'altro è parte di noi e noi siamo parte di lui,

perché insieme apparteniamo a un progetto animico che condividiamo.

Possesso: crediamo che il partner sia *nostro* e lo difendiamo dalle ‘insidie’ dei concorrenti.

Regolarità, Ritmo: ci imponiamo di svolgere un’attività con una certa *cadenza*. Serve molto nel lavoro su di sé. È facile che il ritmo possa venire interrotto se non ci impegniamo continuamente per mantenerlo vivo.

Meccanicità, Abitudine: ripetiamo le stesse azioni meccanicamente. Anche un corso sul risveglio lo possiamo frequentare per abitudine meccanica. Interrompere una routine meccanica è difficile (vedi l’abitudine a fumare, a bere caffè, a usare un intercalare, a comportarsi in un dato modo...).

Autostima: stimiamo il valore delle qualità che abbiamo e riconosciamo che ci sono state donate. La vera autostima nasce proprio dalla comprensione profonda che nessuna capacità è nostra, ma ci è stata data.

Orgoglio: crediamo che intelligenza, bravura o bellezza siano realmente *nostre*, come se fosse merito nostro l’essere belli, il possedere perseveranza, dedizione o intelligenza. L’orgoglio ci porta a entrare in competizione con gli altri.

Umiltà: la sicurezza che nasce dalla comprensione della nostra forza. Quando ci sentiamo immortali, abbiamo realizzato il massimo della Forza, quindi diveniamo umili perché non abbiamo più bisogno di dimostrare il nostro valore, né a noi stessi né agli altri (si veda il maestro di arti marziali che proprio quando *sa* di essere imbattibile si rifiuta di combattere).

Disistima: incapacità di riconoscere le proprie qualità e la propria forza perché ancora nascoste alla nostra vista limitata.

Perdonare: è la consapevolezza totale che nessuno può fare del male alla nostra anima. Perdonare giorno dopo giorno tutti i propri nemici – cioè tutti coloro che ci procurano un fastidio – è la chiave per lasciare il pianeta e non reincarnarsi più!

Quando non perdoniamo ci rimettiamo noi, non coloro a cui non perdoniamo, perché il risentimento agisce come un acido – un Veleno – sui nostri corpi sottili.

Si racconta una storiella ebraica in cui il protagonista decide di ‘vendicarsi’ dei torti subito distribuendo intorno a sé tanto bene per quanto male aveva ricevuto. Questo comportamento lo porta in breve tempo all’illuminazione.

Perdonare all’ottava bassa: “Mi hai offeso, hai sbagliato, ma ci metto una

pietra sopra”. In questo caso non abbiamo pienamente compreso che l’offesa in realtà non c’è mai stata, perché niente può offendere l’anima.

Impeto guerriero: gettarsi nella battaglia a Cuore aperto, senza paura della morte, senza odiare il nemico o considerarlo sbagliato.

Aggressività: quando combattiamo perché giudichiamo male l’altro e siamo arrabbiati nei suoi confronti. Lo aggrediamo perché non riusciamo a vederlo *perfetto*.

Dominare: possiamo dominare gli aspetti meno evoluti della nostra personalità senza per questo reprimerli. Il *dominio* avviene a partire dal Cuore, solo grazie all’*osservazione* prolungata, senza giudizio o desiderio di eliminare delle parti di noi che consideriamo sbagliate.

Reprimere: significa voler sottomettere alcuni aspetti di noi che giudichiamo non adatti. La repressione è sempre opera della mente, non del Cuore.

Discernimento: è una capacità sovra-razionale che ci consente di andare oltre la mente con lo scopo di comprendere ciò che è più adatto a noi in un dato momento. Attraverso il Cuore possiamo rifiutare qualcosa o qualcuno senza per questo giudicarli sbagliati.

Giudizio: è la facoltà più tipica della mente razionale e ci costringe a dividere tutto fra giusto e sbagliato. Ciò che non abbiamo scelto lo consideriamo in qualche modo sbagliato.

ESERCIZIO XXI

Ripetiamo “Io sono”, almeno una volta ogni mezz’ora (vedi Esercizio XVI).

Non pensiamo a un dato argomento per l’intera giornata. Dobbiamo scegliere un tema sul quale i nostri pensieri tornano sovente in maniera meccanica; può essere il sesso, la malattia, una persona in particolare o qualunque fatto che ci sta preoccupando in questi giorni. Tutte le volte che quel pensiero fa capolino nella nostra mente dobbiamo ricordarci di non identificarci con esso e pensare ad altro. Possiamo cambiare ogni giorno l’argomento oggetto del nostro esercizio, oppure tenere lo stesso per più giorni.

Per esempio, in questo periodo pensiamo spesso a un nostro collega di lavoro che ci ha trattato male. Se vogliamo svolgere l’esercizio, tutte le volte che ci torna in mente il collega, ci ricordiamo di noi e con estrema tranquillità

fermiamo l'immaginazione negativa occupando in altro modo la nostra mente.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Come faccio a capire se sono in un'emozione superiore?

– Risposta: Questa è la domanda delle domande. Solo tu puoi capirlo. È come chiedere: come faccio a sapere se sono illuminato? Solo tu puoi saperlo. Se l'emozione proviene dal Cuore è un'emozione superiore e non un'espressione della macchina biologica. Di norma ci rendiamo conto che non stavamo provando un'emozione superiore quando la situazione cambia e restiamo delusi. Per esempio, come faccio a capire se il mio era un amore incondizionato? Se quando il mio partner se ne va io mi strappo i capelli e mi rotolo nel fango, evidentemente c'era del possesso! Probabilmente era anche presente una parte di amore animico, ma l'amore possessivo era prevalente. Come faccio a capire se la mia amicizia è incondizionata, cioè 'di Cuore'? Se un bel giorno mi sento tradito dal mio amico, evidentemente c'erano delle aspettative nei suoi confronti, quindi l'amicizia non era del tutto 'di Cuore'.

Con il tempo impariamo a riconoscere immediatamente i 'moti del Cuore' già nell'istante in cui si manifestano, per cui non abbiamo più bisogno di attendere una successiva verifica della *purezza* delle nostre emozioni. Sentiremo vibrare il Cuore al centro del nostro petto e non avremo più dubbi. L'emozione superiore ha una qualità inconfondibile, è un istante di unione con l'Uno; se viviamo prestando attenzione a quanto accade dentro di noi, diventa semplice distinguere ciò che è elevato da ciò che è più basso.

– Domanda: Parli del perdono come di un toccasana per tutte le difficoltà.

– Risposta: Il perdono è il re delle emozioni superiori: trasmuta le nostre sostanze inferiori ricavandone nuove sostanze più 'sottili' che vanno a costituire i nostri corpi superiori. Il perdono fabbrica l'anima. Nel mio libro "La Porta del Mago" dico che il perdono rappresenta l'autentica *porta del mago*, cioè la chiave segreta che dà accesso all'immortalità, una realizzazione che ogni essere, terrestre e non, vorrebbe ottenere. Nel Vangelo è scritto: "In verità, in verità vi dico: se uno osserva la mia parola, non vedrà mai la morte" e poi è scritto: "Ama i tuoi nemici". Quindi Gesù ci dice che seguendo il suo insegnamento è possibile divenire immortali, e poi ci spiega anche qual è questo insegnamento: ama i tuoi nemici.

Questo corso non fa altro che rendere più accessibile questo insegnamento. Io parlo per circa venticinque lezioni, lungo otto mesi, al solo scopo di rendere più fruibile l'insegnamento degli insegnamenti: ama i tuoi nemici. Chi di voi dopo averlo letto sul Vangelo è riuscito a metterlo in pratica? Questo corso – trattando le Leggi del microcosmo e del macrocosmo e consigliando un certo numero di esercizi – rende progressivamente più semplice l'applicazione di questo difficile insegnamento. Per esempio, una delle difficoltà più grandi che si incontrano nel tentare di mettere in pratica le parole di Gesù, è proprio il fatto che non ce lo ricordiamo al momento giusto. Può sembrare banale ma è così. Quando siamo di fronte a qualcuno che ci fa arrabbiare o a una situazione che ci incute paura... non siamo in grado di ricordarci di entrare nell'amore. La macchina biologica con le sue re-azioni prende il sopravvento e noi non ci ricordiamo più di amare, anche se ce lo eravamo proposto fino a pochi minuti prima. Ecco la necessità di un corso per il risveglio della coscienza.

Le persone però spesso preferiscono corsi dove viene loro promesso che diverranno immortali attraverso la ripetizione di mantra e tecniche respiratorie. Vogliono raggiungere l'immortalità lavorando sulla manipolazione dei chakra o cambiando radicalmente la loro alimentazione. Farebbero di tutto pur di non dover perdonare i loro nemici! Eppure posso garantirvi che questa è la via più sicura e più veloce, perché l'ho sperimentata *nella mia carne*.

LEZIONE XXII

LA COPPIA

L'uomo acquista una individualità energetica e completa soltanto sotto l'influenza della donna. Una donna ha creato il suo corpo, un'altra donna gli crea l'anima.

Giovanni Morelli, storico dell'arte

Si vive solo il tempo in cui si ama.

Claude-Adrien Helvetius, filosofo

Attualmente la concezione della coppia si trova in una fase di transizione. In questo punto cruciale del percorso evolutivo dell'umanità – il passaggio dall'Eone di Osiride, o Era dei Pesci, all'Eone di Horus, o Era dell'Acquario – anche la vecchia idea di coppia, chiusa in se stessa e autolimitante, si sta trasformando in una visione di 'coppia del futuro', dove due individui decidono di stare insieme in funzione di un progetto comune che non concerne più solo interessi personali ed egoistici, ma prevede che entrambi lavorino sulla propria crescita interiore e agiscano poi nel mondo per favorire il progresso spirituale dell'umanità.

Facciamo quindi un parallelo fra la coppia del passato e quella del futuro, cioè fra una coppia *convenzionale* e una *essenziale*.

COPPIA CONVENZIONALE

Scegliamo il partner secondo standard convenzionali: la bellezza fisica, le capacità intellettuali, la posizione sociale...

COPPIA ESSENZIALE

Scegliamo un partner perché abbiamo un livello evolutivo simile e un obiettivo evolutivo comune. Percepriamo una *risonanza* direttamente sul piano dell'anima (*affinità elettiva*). Pertanto diveniamo 'compagni sulla Via'.

C.C.

Basata sulla chiusura: nessuno entra nella sfera di interesse della coppia se non chi può essere utile alla coppia stessa e chi non la mette in pericolo. Di norma riduciamo la frequentazione degli amici.

C.E.

Basata sull'apertura al mondo: ci teniamo per mano, ma al contempo guardiamo avanti verso un obiettivo di natura animica: la crescita interiore e l'aiuto agli altri.

C.C.

Cerchiamo unicamente la sicurezza: tendiamo a non fare nuove amicizie o cambiare troppo i nostri interessi, perché questo potrebbe mandare in crisi la coppia. Crediamo che rimanendo nell'ambito del conosciuto ci siano meno pericoli per la nostra unione.

C.E.

Cerchiamo l'avventura del nuovo.

C.C.

Ci sforziamo di corrispondere alle aspettative dell'altro; al contempo lo manipoliamo sottilmente per farlo corrispondere alle nostre aspettative ("Se vuoi che rimaniamo insieme devi fare carriera... devi diventare più colto... più pulito"). Non ci interessa l'evoluzione dell'altro, ma solo il fatto che debba corrispondere ai nostri desideri e alla nostra visione di 'coppia ideale'.

C.E.

Evolviamo e aiutiamo l'altro a evolvere come anima, sostenendolo nel suo percorso di crescita.

C.C.

Abbiamo *bisogno* dell'altro per essere qualcuno e non sopportiamo di stare da soli. Non possediamo una ragione di vita come singoli. Si crea dipendenza.

C.E.

Ciascuno è un individuo emotivamente autosufficiente e la sua felicità non è assoggettata al legame con l'altro. Talvolta sentiamo anche il bisogno di trascorrere del tempo da soli, lontano dalla famiglia e dal partner. Si crea indipendenza.

C.C.

Si stabilisce il *possesso*, che è un aspetto della personalità: "Tu sei solo mio/a!". La libertà che concediamo all'altro è solo finta, perché subordinata alla paura che la nostra personalità possa soffrire a causa delle sue decisioni: "Sei libero di fare quello che vuoi... a patto che non mi fai stare male!".

C.E.

Si stabilisce il sentimento di *appartenenza*, che è un aspetto dell'anima: sentiamo che l'altro è parte di noi e noi siamo parte di lui, ma riconosciamo al contempo l'assoluta libertà di decisione di entrambi.

C.C.

Noia. Crediamo di sapere già tutto del partner e del nostro rapporto, quindi si crea la routine. La mancanza di nuovi obiettivi, la ricerca della sicurezza nella ripetizione delle stesse azioni e nella frequentazione degli stessi posti, fanno sì che a un certo punto il rapporto diventi frustrante, anche il rapporto sessuale.

C.E.

Creatività e avventura. Con il trascorrere del tempo e l'evolvere di entrambe le coscienze, si entra sempre più in profondità nel rapporto e si scoprono sempre nuove sfumature dell'amore, nuovi aspetti del partner prima sconosciuti. Questo mantiene viva la passione.

PROIEZIONE E IDEALIZZAZIONE

Uno dei rischi che si corrono all'inizio del rapporto è quello di idealizzare l'altro e costringerci a non vedere i suoi difetti. È infatti troppo arduo ammettere di esserci innamorati di qualcuno che ha anche dei difetti.

Non riusciamo ad amare i difetti dell'altro, quindi chiudiamo gli occhi e li ignoriamo. In seguito però, quando diminuisce la passione, a causa della Legge

di Compensazione l'idealizzazione finisce e i difetti emergono. Allora resteremo profondamente delusi e odieremo ciò che prima avevamo amato, anche se l'altro è rimasto sempre se stesso.

Ma i difetti del partner sono solo una nostra proiezione. Il meccanismo più comune che scatta all'interno della coppia consiste nel proiettare sopra il partner le nostre mancanze; questa è conosciuta come Legge dello Specchio. Quando saremo pronti per amare in maniera incondizionata faremo il contrario: ci focalizzeremo sulle presunte mancanze dell'altro, capiremo che in realtà sono nostre proiezioni, e allora ci sforzeremo di vederle con occhi nuovi e amarle, prima dentro di noi e poi nel nostro compagno. Per adesso ci manca il coraggio di farlo.

Nel momento in cui stiamo bene con noi stessi, lasciamo che l'altro sia come vuole essere, non lo critichiamo e non tentiamo di manipolarlo, perché non deve più tamponare i nostri buchi psicologici. Di norma vorremmo cambiare nel partner ciò che inconsciamente non sopportiamo di noi, quando avremo indagato a fondo noi stessi e accettato ogni parte, allora riconosceremo la libertà dell'altro di essere ciò che è.

Inoltre quasi invariabilmente proiettiamo sul partner le caratteristiche dei nostri genitori. Di norma scegliamo un compagno che possiede gli aspetti del genitore che ci ha amato di meno. I lati più immaturi del partner sono simili a quelli che possedevano nostro padre o nostra madre. Se nostro padre era assente avremo un compagno assente, se nostra madre era possessiva avremo una compagna possessiva, se ci siamo sentiti abbandonati troveremo qualcuno che ci abbandona... e così via. Più riusciamo con il tempo a elaborare ciò che abbiamo subito psicologicamente da bambini, meno il nostro partner dovrà corrispondere ai nostri schemi precostituiti.

La coppia essenziale non deve essere confusa con la dissolutezza e il libertinaggio. La coppia del futuro infatti non è la 'coppia aperta' che andava di moda alla fine degli anni '60. Evolvere come coppia non significa cominciare a stare con due o tre uomini/donne contemporaneamente, perché questa sarebbe la distruzione della coppia, non la sua naturale evoluzione. Sarebbe la 'libertà di coppia' all'ottava bassa, ossia nel suo aspetto inferiore.

Nella coppia essenziale non si pongono limiti all'amore, per cui ogni anima può provare questo sentimento per più anime contemporaneamente, e *sentirsi in*

coppia con più persone per motivi differenti, ma ci sarà comunque una sola anima che sceglierà come ‘compagna sulla Via’ in quel dato momento della sua vita.

Paradossalmente, la coppia essenziale, anche se più libera, è molto più unita di quella convenzionale, proprio perché non si tratta di un’unione fondata sulla paura di perdere l’altro, bensì sul conseguimento di obiettivi che si trovano più in alto di entrambi.

I TRE ASPETTI DELL’UNIONE

AGÁPE (amore incondizionato): è quello che si stabilisce da Cuore a Cuore. Non c’è desiderio di possesso, ma solo unione animica, affinità elettiva. È un riconoscersi fra anime. È eterno.

EROS (passione): è il trasporto passionale. Si genera all’inizio, ma in seguito, se non è sorretto da un amore più profondo, inevitabilmente sfuma. A causa della Legge di Compensazione diviene poi delusione, rancore, rabbia. Le persone di norma confondono l’Amore con l’Eros e credono che, consumatosi quest’ultimo, non rimanga nulla. Invece, proprio quando ci accorgiamo che la passione va indebolendosi a causa della routine e della scontatezza, possiamo tentare di scoprire e di far emergere l’Amore sottostante... chiarendo finalmente se questo Amore c’era oppure no. Il diradarsi della passione permette di purificare il rapporto e di portare luce sulla sua vera natura: a quel punto la storia può ricominciare su un’altra ottava, oppure concludersi definitivamente.

SESSO: concerne solo l’eccitamento sessuale. Ci può essere sesso senza Amore e anche senza Eros (per esempio nei film pornografici). Il sesso può sussistere anche dopo che la passione è svanita, ma il sesso senza passione diviene progressivamente sempre più meccanico e quindi frustrante, fino al punto di provare fastidio verso il contatto con l’altro.

COME TRASFORMARE LA COPPIA

LEGGE DELLO SPECCHIO: dobbiamo continuamente ricordarci che ogni critica nei confronti dell’altro sta in realtà mettendo in luce un aspetto di noi che non vogliamo vedere. (vedi lez. XIV, Legge dello Specchio)

DEVOZIONE: riconosciamo la grandezza dell'altro che ci fa da 'maestro' permettendoci di vedere i nostri attaccamenti e le nostre gelosie. Possiamo provare la devozione solo quando la libertà e la felicità dell'altro diventano più importanti della sofferenza della nostra personalità.

FONDERSI CON L'ALTRO: ci sentiamo uniti sul piano del Cuore anche quando siamo separati fisicamente. Possiamo davvero raggiungere la fusione solo se l'attaccamento è vinto e diventiamo indipendenti dall'altro, altrimenti si ha un'unione fondata sul *bisogno* di stare con qualcuno.

SOLITUDINE: possiamo formare una vera coppia solo quando siamo in grado di vivere in armonia anche da soli. Se ci mettiamo in coppia perché non riusciamo a essere felici vivendo in solitudine, allora la coppia nasce da una *mancanza*, dal tentativo di riempire un vuoto interiore. Una coppia nata su queste basi non può essere sana, perché sarà fondata sulla paura di tornare a essere soli.

OBIETTIVO: la coppia può reggersi solo se fa riferimento a uno scopo comune che è più elevato di entrambi. Lavorare giorno dopo giorno alla propria evoluzione interiore, aiutandosi, è un obiettivo che cementa la coppia. Se uno indaga se stesso per scoprire chi è veramente, mentre l'altro vuole solo guardare la partita in televisione... forse manca un obiettivo comune.

AMORE INCONDIZIONATO o ETERNO: si può amare solo quando lo si fa incondizionatamente, senza pretendere niente in cambio, come gesto totalmente gratuito, senza attendere l'amore dell'altro. L'amore non segue la legge del dare/avere, come nelle operazioni finanziarie; esso può solo essere dato senza limitazioni. Non possiamo subordinare il nostro amore al fatto che l'altro stia sempre con noi e si comporti in un modo che noi giudichiamo accettabile. **Se non ci sentiamo amati è solo perché non abbiamo ancora imparato ad amare senza porre condizioni.**

Quando amiamo, amiamo per sempre, anche dopo che il partner ha deciso di andarsene. In questo senso ci possiamo promettere *amore eterno*.

ESERCIZIO XXII

Camminiamo immaginando di non avere più la testa. Questo esercizio – a dire il

vero già piuttosto avanzato – veniva affidato agli allievi delle antiche scuole esoteriche in quanto pregno di un simbolismo essenziale: la testa rappresenta l'ego, e immaginarsi senza testa equi-vale ad annullare la propria individualità per fondersi con il Tutto. In effetti noi non abbiamo alcuna prova dell'esistenza di un 'qualcosa' sopra il nostro collo, in quanto non ne abbiamo alcuna percezione diretta. Possiamo vedere una faccia allo specchio, sentire una voce, a volte possiamo anche intravedere un pezzo di naso... ma che alla base di tutto ciò ci sia una testa, e che *noi* siamo quella testa... è solo un'ipotesi sensoriale. Questo esercizio è stato riportato in auge negli anni '60 dal mistico e filosofo Douglas Harding (vedi bibliografia).

Nel secondo esercizio dobbiamo ricordarci di noi al momento dell'orgasmo. Riporto un breve estratto di quanto ho già scritto nel mio precedente testo "La porta del mago", dove l'argomento è stato ampiamente trattato:

Si può operare per la propria trasformazione utilizzando l'energia sessuale solo se si riesce innanzitutto a rimanere *presenti* durante i momenti dell'orgasmo. Proprio in corrispondenza di questi preziosi istanti nell'individuo deve intervenire il ricordo di sé. Ciò impedisce che il piacere orgasmico si trasformi ancora una volta in un cieco e totale abbandono... scivolando in una incontrollata "perdita di sé".

Nel comune orgasmo infatti tutta l'energia accumulata durante la fase precedente del rapporto va semplicemente dispersa, lasciando i due partner piacevolmente spossati. Il bisogno di dormire, soprattutto nel maschio, segue inevitabilmente questa massiccia fuoriuscita di vitalità. L'orgasmo è infatti la *petite mort* (= piccola morte), un istante in cui l'essere umano perde coscienza e si abbandona a una forza molto più grande di lui e sulla quale non esercita alcun potere.

Se invece si resta concentrati e ci si sforza di rimanere presenti proprio quando si tocca l'apice del piacere, non tutta l'energia va sprecata, ma, per il solo fatto di *esserci* in quel momento, una parte di essa viene automaticamente trattenuta all'interno dell'organismo. Si tratta di compiere lo sforzo di restare presenti in prossimità dell'orgasmo, almeno da pochi secondi prima a pochi secondi dopo.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Come faccio a capire il livello di coscienza di una persona che mi piace e quindi decidere se iniziare o meno una storia?

– Risposta: È una domanda che spesso mi viene rivolta dalle donne, le quali hanno difficoltà a incontrare un uomo che voglia mettersi in gioco per portare avanti un rapporto di coppia dove si evolve spiritualmente insieme. Più osservate voi stesse più diventate brave a capire chi avete di fronte. Se queste lezioni sono rimaste sul piano intellettuale, continuerete a essere ingannate dagli uomini, se invece avete acquisito una certa capacità di guardarvi dentro, aldilà dei meccanismi psicologici e delle proiezioni, allora riconoscerete rapidamente il livello di coscienza di chi si sta proponendo a voi per iniziare una relazione.

A volte è sufficiente parlare con un uomo per cinque minuti per capire a che livello si trova. Cercate di capire quali obiettivi si pone nella vita, quali sono le sue priorità e le sue passioni. Se i suoi scopi si riducono a seguire in trasferta la ‘squadra del cuore’ e farvi fare un paio di bambini... prima di cedere alle sue richieste valutate se questi sono anche i vostri obiettivi!

Se è facile agli stati euforici, sappiate che sarà anche incline all’aggressività quando gli direte che siete stanche di quel rapporto!

Se preso dalla passione afferma che vi sente parte di lui... sappiate che anche in futuro pretenderà sempre di avere accanto ciò che ritiene parte di sé!

Sono sempre di più le donne ossessionate da un ex che non vuole staccarsi e le segue ovunque; spesso questi uomini/bambini a cui è stato sottratto il giocattolo arrivano a uccidere la partner. State quindi attente a cosa volete veramente, dentro di voi, quando andate in cerca di un nuovo partner, perché otterrete proprio ciò che state cercando! È facile dire a parole che volete un uomo spiritualmente profondo, ma poi vi lasciate affascinare da uno un po’ belloccio che vi porta a ballare e scrive bene le poesie.

Non sto parlando di rinunciare alla passione, ma solo di viverla con consapevolezza anziché esserne trascinati come burattini. Anche la passione può essere vissuta con un certo grado di *centratura* e *presenza*, senza necessariamente farsi travolgere dalle ondate emotive, le stesse che prima vi portano in cielo e poi vi precipitano nell’abisso. Vivere una vita sulle ‘montagne russe’ delle emozioni può essere divertente, ma può anche provocare molto dolore.

Dai gesti, dal modo di parlare, di sorridere e di guardare negli occhi... si può già comprendere l’anzianità animica di una persona con una buona approssimazione. Per esempio, ci sono persone che non guardano mai negli

occhi, sfuggono il nostro sguardo. Ma se ci lasciamo travolgere in maniera passiva e inconsapevole dall'energia sessuale e dall'Eros, non saremo in grado di cogliere nessun segnale e ci accorgeremo troppo tardi di esserci tuffati in una storia ingestibile.

– Domanda: Quanto è importante il rapporto di coppia per l'evoluzione spirituale?

– Risposta: È molto importante perché rappresenta la nostra prima apertura verso il mondo, il nostro primo atto non egoistico, un atto che ci costringe a non essere più solo noi al centro del nostro universo. Nella coppia l'altro, e quindi il mondo, diviene più importante di noi stessi. Se non siamo in grado di ottenere questa unione con una persona, a maggior ragione non riusciremo a farlo nemmeno con l'Universo. L'amore di coppia è la cosa più vicina al 'senso dell'Uno' che possiamo provare. Fino a quando non siamo capaci di realizzare l'« androgino » dentro di noi, lo dobbiamo fare attraverso la coppia. L'« androgino » è l'unione di maschile e femminile all'interno dello stesso essere umano, e rappresenta l'estinzione della dualità in favore dell'unità. Uno degli effetti del Lavoro alchemico è l'ottenimento dell'« androgino », simbolo dell'illuminazione ultima, la risoluzione degli opposti.

Prima di giungere a questo stadio – e al fine di realizzarlo pienamente – lavoriamo all'«androgino esteriore», che si ottiene formando una coppia. Ci dobbiamo arrendere all'altro, accettare l'altro così com'è, provare *devozione* nei suoi confronti, anelare a fonderci con lui, conoscere noi stessi attraverso lui. Lavorare sul nostro rapporto di coppia è un ottimo modo per lavorare su noi stessi. Se non lo facciamo con il partner non lo possiamo fare nemmeno con la nostra anima o con Dio.

Con questo non voglio dire che per poterci evolvere dobbiamo obbligatoriamente essere in coppia, ma che a livello di coscienza dobbiamo aver raggiunto la capacità di formare una coppia. È una tappa indispensabile, e ognuno di voi può scrutare dentro di sé per capire se ha già ottenuto questo genere di unione ed è quindi pronto per un'unione più vasta, di tipo cosmico, oppure deve lavorare in maniera specifica sulla coppia. Fate attenzione, perché in tanti credono di aver superato questa fase e si sentono già in grado di procedere oltre, ma non sempre ciò corrisponde a verità. I maschi in particolare cadono spesso in questo inganno: vogliono unirsi a Dio, ma è un desiderio che appartiene solo al piano intellettuale, perché in verità non hanno ancora nemmeno aperto il Cuore alla compagna. Amare l'altro incondizionatamente significa aver aperto il Cuore e conseguito una tappa iniziatica ben precisa... non

basta condividere l'appartamento e il letto per aver formato una coppia.

– Domanda: Cos'è l'*affinità elettiva*?

– Risposta: È qualcosa di cui è difficile parlare. Senti che con l'altra persona si stabilisce un legame che va oltre la personalità. Senti che fra te e lei esiste un canale privilegiato per il passaggio dell'Amore. Vicino all'altro ti senti completo, ma quando l'altro se ne va non ti senti incompleto, perché l'altro non svolge la funzione di riempire una tua mancanza psicologica, un tuo mal di vivere. È un legame potentissimo che si muove su un piano diverso rispetto alla psicologia della personalità. Bisogna però imparare a distinguerlo dalla passione, l'Eros. Tante persone vengono da me e mi dicono: “Ho incontrato la mia anima gemella, sento per lui delle cose molto profonde, che non ho mai sentito prima. Siamo persino telepatici: ci siamo accorti che ci pensiamo negli stessi momenti della giornata!”. Sono tutte cose belle, ma che potrebbero non essere indice di un'autentica *affinità elettiva*.

Anche quando c'è tanta passione si possono stabilire dei legami telepatici e sentire dei sentimenti profondi. Sono effetti dovuti all'Eros che ci inonda all'inizio di un rapporto. Anzi, è più probabile che questi fenomeni si verifichino quando c'è tanto Eros – che è collegato all'eccitazione del corpo astrale – piuttosto che quando si stabilisce un'unione animica più profonda. L'*affinità elettiva* è un rapporto da anima ad anima, un'intesa che va oltre l'attività dei tre involucri esteriori. È difficile distinguerla dalla passione perché per farlo dovremmo già essere disidentificati da mente, emozioni e corpo. Si impara a riconoscerla solo con l'esperienza, provando, magari vivendo più rapporti nella stessa vita.

Ma non vi consiglio di mettere troppo l'accento su concetti come 'affinità elettiva' o 'anima gemella'. Vivete al meglio ciò che avete di fronte adesso. Ricavate il meglio dalla vostra storia attuale. Non vivete sempre con la speranza che un giorno arriverà qualcosa di migliore, perché questo vi taglia fuori dal qui-e-ora, vi impedisce di entrare in contatto con la Bellezza attuale, e la Bellezza si nasconde proprio in un rapporto burrascoso e pieno di difficoltà. Non c'è Bellezza nella famiglia felice rappresentata nelle pubblicità del Mulino Bianco.

– Domanda: Cosa puoi dire dell'unione sessuale?

– Risposta: Il sesso è un atto sacro e magico. L'orgasmo è un momento nel quale per un attimo perdiamo il nostro finto ego e diveniamo partecipi dell'Uno. Per questo motivo gli esseri umani cercano freneticamente l'orgasmo: vogliono sentirsi Uno con l'Universo, anche solo per quel breve istante. In Alchimia e in

Magia si insegna a restare *presenti* nel momento dell'orgasmo con lo scopo di evitare che la coscienza si *perda*, e per consentire all'energia di accumularsi nei centri superiori e nei corpi sottili.

L'atto sessuale rappresenta un tabù all'interno delle religioni proprio a causa dell'enorme potenziale energetico di cui è portatore. Chi controlla l'energia sessuale di un popolo controlla anche la coscienza di quel popolo. E questo controllo può avvenire per mezzo della repressione oppure tramite la pornografia e i continui stimoli sessuali mediatici. Il risultato è lo stesso: fare in modo che l'individuo non acquisisca un sano controllo sulla sua energia sessuale, ossia impedirgli di imparare a utilizzarla per scopi più elevati.

L'energia sessuale repressa e mal indirizzata rende perverse e schiave le persone. Diceva Sant'Agostino nel *De Ordine* : “Togli le meretrici e turberai ogni cosa con la libidine”. La repressione provoca inoltre dogmatismo nelle idee o addirittura fanatismo religioso. I popoli più fanatici sono quelli che hanno più difficoltà con l'accettazione del sesso e quindi con la libertà sessuale. D'altra parte l'energia sessuale accettata e ben utilizzata è un veicolo per la liberazione, che consente di giungere direttamente a Dio senza più bisogno di una casta sacerdotale a fare da intermediaria.

Il rapporto sessuale può servire da veicolo per lo Spirito Santo, la Forza primordiale, il Vril di memoria atlantidea: è un mezzo di *inseminazione* spirituale oltre che fisica. È l'unione più intima raggiungibile dagli esseri umani sul piano fisico. Un'anima più antica può aiutarne una più giovane irradiando il Fuoco attraverso l'unione sessuale. Lo Spirito passa dall'individuo con una frequenza più alta a quello con una frequenza più bassa. Se già l'abbraccio fra due persone – azione potentissima in quanto implica un contatto diretto fra i due centri del Cuore – può fare da veicolo della Forza e compiere miracoli, quanto maggiore sarà il valore del rapporto sessuale?

Attraverso il rapporto sessuale si può aiutare qualcuno a guarire sia da un disturbo fisico che da un problema psicologico. Perché ciò possa avvenire al meglio è però necessario che non sia presente la barriera costituita dal preservativo. Lo scambio avviene in maniera efficace se i corpi sono nudi, e in particolare devono essere nudi anche e soprattutto gli organi genitali. Fare l'amore indossando un pezzo di plastica fa parte delle follie di quest'epoca storica. Alcune persone sentono istintivamente che fare l'amore con il preservativo *toglie* qualcosa al rapporto, nel senso che diminuisce la quantità di informazioni scambiate sul piano sottile. Nel voler evitare la malattia... ci

impediamo di condividere totalmente quel momento su tutti i piani. La paura delle malattie – che metaforicamente rappresenta la paura di ciò che si può nascondere dentro l'altro – fa sì che non possiamo nemmeno più fare l'amore secondo natura... e la cosa più grave è che ci sembra normale essere giunti a questo punto; voglio dire che l'essere costretti a fare l'amore con il preservativo non lo consideriamo un problema sociale da risolvere al più presto!

Quando non avremo più paura degli altri e la donna sarà tornata a contattare i suoi ritmi lunari – per cui le risulterà semplice capire quando si trova in una fase fertile e quando no – non ci sarà più bisogno di far l'amore evitando il contatto diretto fra gli organi genitali dei due partner! Lo so... parlare contro l'uso del preservativo non è politicamente corretto, ma quando mi sentirete dire qualcosa in ossequio al politicamente corretto siete autorizzati a sputarmi in faccia.

Dell'utilizzo dell'energia sessuale tratto ampiamente nel libro *La Porta del Mago*.

LEZIONE XXIII

I CORPI SOTTILI

Ci sono più cose in cielo e in terra, Orazio, di quante ne sogni la tua filosofia.

William Shakespeare, Amleto

Noi crediamo solo in ciò che vediamo con i nostri sensi fisici; il problema è che percepiamo una gamma di frequenze molto limitata: solo dagli ultravioletti agli infrarossi. Tutto il resto ci è attualmente sconosciuto. Secondo gli insegnamenti dell'Esoterismo la percentuale del nostro cervello che siamo in grado di utilizzare è sempre uguale alla percentuale di materia visibile presente nell'Universo: entrambe sono infatti irrisorie e si aggirano intorno al 5-10%. Un giorno la scienza sarà in grado di cogliere con i suoi strumenti anche le 'dimensioni sottili', ma sarebbe assurdo, mentre aspettiamo, continuare a vivere considerando inesistenti tali dimensioni. "Io credo solo a ciò che vedo" è la tipica espressione dello scettico, e io sono perfettamente d'accordo con lui, perché anche io credo solo a ciò che vedo... ma evidentemente non vediamo tutti le stesse cose!

Charles Webster Leadbeater, Annie Besant e i nostri contemporanei Anne e

Daniel Meurois-Givaudan sono i chiaroveggenti più affidabili a cui fare riferimento nello studio delle 'dimensioni sottili'. Già all'epoca in cui viveva Leadbeater (1847-1934), si procedeva in maniera sperimentale: venivano interpellati 10 diversi chiaroveggenti e poi si registravano solo le informazioni che erano state osservate da tutti, in modo da evitare di considerare 'verità oggettive' quelle che invece potevano essere interpretazioni personali. Oggi esiste anche la fotografia Kirlian che fotografa sia l'aura delle piante che quella degli esseri umani.

Quando siamo in presenza di altre persone i nostri corpi sottili, che si estendono per molti centimetri al di fuori del corpo fisico, si interpenetrano continuamente. Infatti il corpo eterico si limita ad avvolgere il fisico come una guaina, ma il corpo astrale (o emotivo) pur trovandosi per la maggior parte della sua estensione all'interno del fisico, possiede però la cosiddetta aura: una porzione di materia astrale che si espande al di là dei confini fisici. Il corpo mentale, pur essendo ancora più all'interno rispetto all'astrale, possiede però anche lui un'aura che si estende al di là dei confini fisici, e anche al di là dell'aura astrale. Per cui, viaggiando sull'autobus, vivendo nello stesso luogo o frequentando lo stesso posto di lavoro inevitabilmente ci influenziamo a vicenda, sia a livello emotivo che mentale, in quanto le nostre auree entrano in contatto.

I corpi sottili sono fatti della sostanza dei corrispondenti 'piani sottili' che avvolgono il pianeta, e restano sempre immersi in essi, quindi qualunque cosa succede sui piani emotivo e mentale della Terra, in una certa misura succede pure a noi, anche se l'evento si verifica dall'altra parte del mondo.

L'anima quando arriva sulla Terra costruisce intorno a sé un corpo fisico ricavando il materiale che le occorre dal piano fisico del pianeta (il cibo che ingerisce la madre durante la gravidanza, l'aria che respira, ecc.). Poi organizza intorno a sé un corpo emotivo prendendo la materia astrale (= emotiva) che trova nel piano emotivo della Terra, cioè le emozioni che vengono provate dagli abitanti del pianeta. Infine fa la stessa cosa con i pensieri, utilizzando anche in questo caso tutto ciò che il piano mentale del pianeta le mette a disposizione: la lingua, le idee, le opinioni, la cultura, la morale, gli obiettivi della vita, ecc... Per questo motivo, fino a quando non ci risvegliamo costruendo alchemicamente la nostra anima – il nostro vero Io – non possiamo avere pensieri nostri e provare emozioni personali, ma ci limitiamo a ripetere e alimentare pensieri comuni ed emozioni comuni, ossia 'di branco', facenti parte della « mente collettiva ».

L'anima non estrae i corpi della sua personalità dai rispettivi piani sottili del pianeta, ma si limita ad 'addensare' intorno a sé le sostanze – gli atomi – di cui essi sono composti. Pertanto i corpi della personalità non si separano mai dai rispettivi piani terrestri, accade semplicemente che una parte della materia di cui i corpi planetari sono composti viene attratta dalle frequenze vibratorie che, come una calamita, l'anima emette quando entra in questi piani, e tale materia va a costituire i suoi corpi. Fra tutti i generi di atomi che compongono i tre corpi del pianeta risuoneranno e verranno magneticamente attratti da ogni specifica anima unicamente quelli che entrano in risonanza con le vibrazioni da lei emesse, cioè, in ultima analisi, quelli che le sono più utili per strutturare i corpi maggiormente adatti a svolgere i compiti che essa si è proposta. Se io devo fare il filosofo mi servono atomi fisici, emotivi e mentali decisamente diversi rispetto a quelli che compongono i corpi di un killer della mafia.

CORPO ETERICO O 'DOPPIO ETERICO'

È una griglia composta di linee energetiche (paralleli e meridiani) che avvolgono come una guaina il corpo fisico e intorno alle quali quest'ultimo si è progressivamente formato già all'interno dell'utero materno.

La conoscenza di tale corpo è importante nell'agopuntura e nella pranoterapia, perché qui si vedono i punti malati, cioè i blocchi che impediscono al prana di fluire liberamente. In chi si trova in buona salute esso assume un aspetto luminoso, mentre in chi è malato si vedono delle parti grigie e avvicinando le mani si sentono delle zone più fredde.

Dopo la morte del corpo fisico bisognerebbe attendere tre giorni prima della cremazione, in quanto il 'cordone argenteo' che lega il corpo eterico al fisico deve avere il tempo di recidersi.

I chakra (centri energetici) esistono su tutti e tre i veicoli sottili dell'uomo (eterico, astrale e mentale) e costituiscono i punti di congiunzione attraverso cui l'energia si riversa da un veicolo all'altro.

In proposito si veda anche *Il doppio eterico* di A. E. Powell, Edizioni Alaya.

CORPO ASTRALE O EMOTIVO

La sua aura si estende da un minimo di 30/60 cm fino a diversi metri oltre il

corpo fisico; tale estensione dipende da quanto una persona è evoluta a livello emotivo, pertanto i chiaroveggenti nelle loro analisi riscontrano differenze anche notevoli fra un individuo e l'altro.

‘Provare emozioni’ significa semplicemente mettere in moto la materia del corpo astrale, scavando nuovi solchi nel terreno emotivo o rendendo più profondi quelli già esistenti. Questo fa sì che poi sia più semplice ripetere quelle stesse emozioni, siano esse negative o positive, in quanto l'energia segue sempre le linee di minor resistenza. In altre parole la materia del corpo astrale diventa sempre più responsiva a quel tipo di emozione.

A ogni emozione corrisponde un colore nell'aura:

Nero: odio e malizia.

Lampi di rosso scuro su sfondo nero: collera.

Nube scarlatta: irritabilità.

Scarlatto vivo: nobile indignazione.

Rosso sangue e rosso cupo: sensualità.

Grigio-bruno: egoismo.

Bruno-verdastro illuminato di lampi scarlatto: gelosia.

Grigio: depressione.

Grigio livido: paura.

Rosa: amore non egoista.

Arancio: orgoglio o ambizione.

Giallo cupo: intelletto usato per fini egoistici.

Giallo primula: intelletto votato a scopi spirituali.

Giallo oro: intelligenza pura applicata a filosofia o matematica.

Verde-grigio: astuzia usata per ingannare.

Verde smeraldo: versatilità, ingegnosità altruista.

Blu cupo: sentimento religioso.

Blu chiaro: devozione a un nobile ideale spirituale.

Ultravioletto: sviluppo delle facoltà psichiche per fini elevati.

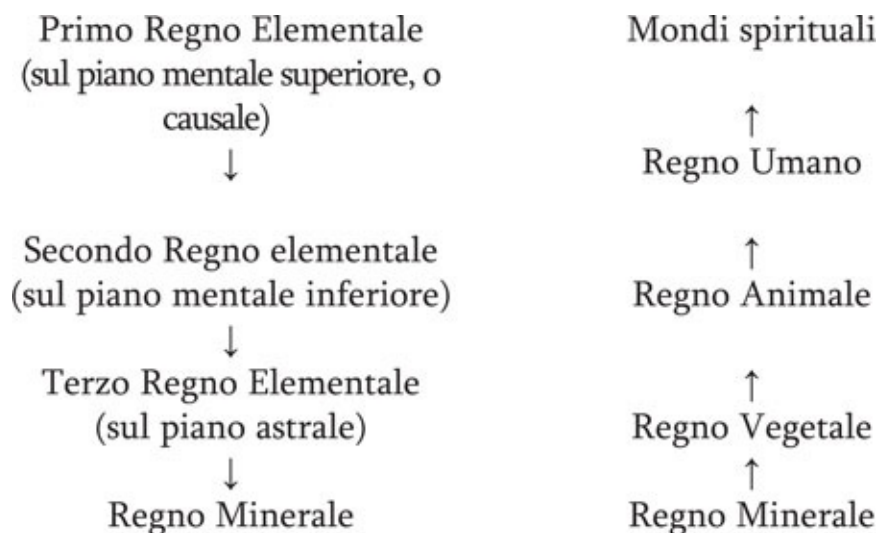
Infrarosso: basse facoltà psichiche del Mago Nero.

ESSENZA ELEMENTALE

Il piano astrale del pianeta, e quindi anche il corpo astrale dell'uomo, sono composti, oltre che della ordinaria materia del piano astrale, anche del Terzo

Regno Elementale, o Essenza Elementale Astrale. È una sostanza semi-cosciente diffusa sul piano astrale, la cui direzione evolutiva non procede verso l'alto, ma verso il basso, cioè verso una maggiore 'materializzazione'. Sta procedendo verso il Regno Minerale, per poi risalire in un secondo tempo verso quello umano.

Questo è il percorso evolutivo attraverso il quale lo spirito conosce la materia:



Quindi, mentre l'uomo cerca la sua evoluzione proiettandosi verso l'alto, verso il mondo dello spirito, le sostanze che si trovano nel suo apparato psicofisico tendono a trascinarlo verso il basso, verso la materia. Queste sostanze mirano infatti a diventare dei minerali, la loro coscienza evolve avvicinandosi allo stato delle pietre. Da qui trae origine la differenza di obiettivi che separa la personalità dall'anima e l'enorme difficoltà che incontriamo nell'imparare a gestire il nostro ambiente mentale così come quello emotivo. Da qui nasce anche la constatazione circa l'inutilità del voler contrastare le emozioni e i pensieri, in quanto si tratta di una partita persa in partenza. Tutto ciò che possiamo fare è OSSERVARE, creando così un ente superiore e identificandoci con esso. Più siamo presenti e ci osserviamo, più velocemente perfezioniamo la nostra anima.

In proposito si veda anche *Il corpo astrale e relativi fenomeni* di A.E. Powell, Edizioni Alaya.

CORPO MENTALE

La sua aura è più estesa di quella del corpo astrale, ma anche in questo caso il suo raggio d'azione dipende dal grado di sviluppo dell'individuo. In un iniziato, di grado nemmeno troppo alto, può arrivare a molti metri e coprire interamente una sala da conferenze.

Si divide in CORPO MENTALE INFERIORE (materia dei quattro sottopiani inferiori del piano mentale) e CORPO CAUSALE (materia dei tre sottopiani superiori del piano mentale), anche detto « corpo dell'anima » o « corpo di gloria », in quanto l'anima – che è pura autocoscienza – prende da questo piano il materiale per costruire il suo 'rivestimento di luce'.

Nel corpo mentale inferiore si trova il pensiero concreto, nel corpo causale il pensiero astratto, che fa da ponte fra la mente e le intuizioni dell'anima provenienti dai piani spirituali, cioè dal Cuore, dove risiede l'« intelletto d'Amore ».

Corpo emotivo e corpo mentale si eccitano a vicenda, infatti, come abbiamo sicuramente notato nel corso della nostra vita, immaginazione negativa ed emozioni negative viaggiano sempre a braccetto. Da una parte noi pensiamo e agiamo influenzati dalle nostre emozioni, dall'altra le nostre emozioni sono frutto di pregiudizi mentali. In parole più semplici: il fatto che qualcuno mi stia antipatico fa sì che abbia pessimi pensieri su di lui (le emozioni condizionano la mente), ma d'altro canto, ho cominciato a provare fastidio nei suoi confronti perché, di base, ho un pregiudizio su tutti quelli che si comportano come fa lui (la mente condiziona le emozioni). Con il tempo possiamo imparare a osservarci per tenere separata l'attività mentale da quella emotiva. Dobbiamo arrivare al pensiero puro che proviene dal Cuore (= l'« intelletto d'Amore »).

Pensando si producono due fenomeni: una vibrazione, o onda-pensiero, e una forma-pensiero. L'**onda-pensiero** si irradia in tutte le direzioni sul piano mentale e tende a ricreare un pensiero simile – che abbia cioè la stessa qualità vibratoria – nel corpo mentale di chi ci sta accanto. In pratica va a risvegliare negli altri lo stesso tipo di sostanza mentale. Per esempio, noi ci troviamo tranquillamente seduti in un bar e all'improvviso ci arriva uno stimolo di aggressività; ammettiamo che l'aggressività provenga da un gruppo di persone presenti nel bar che si è infuriato verso la televisione perché la squadra del cuore sta perdendo e l'arbitro ha concesso un fallo inesistente. Quindi all'interno del bar si verifica quest'onda di forte astio che, come accade sempre, è formata di

materiale sia mentale che emotivo. Noi siamo seduti in disparte ma, ovviamente, quest'onda ci raggiunge comunque.

La trappola dov'è? La trappola consiste nel fatto che se fossimo seduti al bar tranquillamente e ci arrivasse un pensiero aggressivo contro un arbitro, allora sarebbe semplice per noi riconoscerlo come un oggetto estraneo, e potremmo dire: "Un momento, questo pensiero non può essere mio, perché a me dell'arbitro non interessa niente". Invece non accade così, perché a noi non arriva il contenuto dell'aggressività, ma semplicemente la vibrazione; non è cioè l'argomento arbitro a investirci, ma unicamente una vibrazione di astio verso qualcuno.

Succede che tale vibrazione ci raggiunge, e, se dentro di noi esiste anche solo un angolo della psiche che permette di giustificare l'aggressività – cioè una parte di noi che vibra all'unisono con quell'emozione – questa parte viene stimolata immediatamente e portata in superficie. A questo punto il nostro astio non andrà verso l'arbitro – del quale non ci interessa niente – bensì verso un qualsiasi oggetto contro cui noi siamo abituati a reagire con aggressività. Ad esempio, potremmo diventare aggressivi contro chi è favorevole alla guerra, che è un fatto tipico di questi tempi: arrabbiarsi con chi non partecipa a una marcia della pace!

Se diventiamo un po' più sensibili possiamo percepire l'aggressività che ci colpisce come uno schiaffo sui piani più sottili. È sufficiente educarci all'osservazione e con il tempo possiamo giungere al punto di sentire tutto ciò che passa attraverso di noi e riconoscere che in larga parte – quasi tutto – non è nostro. Ovunque ci troviamo, siamo sempre a contatto con materiale emotivo e mentale di altre persone: sul tram, mentre guidiamo nel traffico... ovunque... anche adesso; mentre siamo seduti qui c'è un'interazione completa fra tutte le nostre parti più sottili, fra le nostre sfere emotive e mentali.

Il 99,99% delle persone non si rende conto che ciò che gli passa attraverso non è suo. Pensiamo per mezzo di una « mente collettiva » che ci impedisce di avere pensieri nostri. Il problema è che non siamo abituati a osservarci con attenzione e diamo per scontato che tutto quanto si trova nella nostra testa sia prodotto da noi.

L'altro fenomeno che si produce quando pensiamo è la **forma-pensiero**: in corrispondenza di ogni pensiero si crea una forma di materia mentale alla quale

si aggiunge la sostanza elementale mentale. Questa vera e propria entità semi-cosciente, a differenza dell'ondapensiero, riproduce nel corpo mentale di un eventuale ricevente l'esatto pensiero di chi l'ha creata. Essendo un'entità singola, e non una vibrazione, ha un'azione più limitata nello spazio rispetto all'onda-pensiero.

L'onda-pensiero e la forma-pensiero diventano meno potenti in proporzione alla distanza. La durata e la potenza di entrambe dipendono dalla forza e dalla chiarezza con cui il pensatore ha formulato la sua idea. Questi fenomeni stanno alla base delle operazioni di magia (ad es. la trasmissione del pensiero a distanza).

A ogni forma-pensiero è sempre accompagnata una corrispondente vibrazione, anche se la prima a un certo punto si esaurisce mentre la seconda resta in vita e si propaga attraverso uno spazio più esteso. Al contrario, a una vibrazione non deve necessariamente corrispondere sempre una forma-pensiero, è infatti possibile per una mente addestrata produrre una certa vibrazione pur senza attribuirle un oggetto del pensiero specifico.

In proposito si veda anche *Il corpo mentale* di A. E. Powell, Edizioni Alaya.

SPECIALISTI DEL RICORDO DI SÉ

Chiunque non sia stato liberato da noi è potenzialmente un agente. All'interno di matrix... lo sono tutti... e non lo è nessuno.

dal film *Matrix*

Dobbiamo diventare degli specialisti del ricordo di sé. Ci sono persone brave a giocare a scacchi, altre brave in uno sport, altre ancora nel cucinare dolci o suonare uno strumento, e alcune sanno fare molto bene il loro particolare lavoro... noi siamo specializzati nel ricordo di noi stessi. Ci accorgeremo presto che ogni altra questione è di minore importanza. Non importa che lavoro facciamo per mantenerci, la nostra specializzazione deve diventare il ricordo di noi stessi. Questa è la nostra preoccupazione più grande: svegliarci. Solo se il pensiero del risveglio diviene il nostro 'centro di gravità permanente' per anni, allora possiamo sperare di svegliarci. Avere un lavoro o essere disoccupati non è di alcuna importanza se non si è svegli. Avere un partner o essere single non fa differenza finché si dorme. Nel sonno è tutto uguale.

Ogni singolo sforzo che compiamo nel tentativo di svegliarci provoca una trasmutazione alchemica: durante questi tentativi di ricordo di sé si viene a creare un notevole attrito fra il quotidiano trascorrere meccanico, come zombie, della nostra esistenza e il nostro voler diventare coscienti. Come dico nel libro "La Porta del mago":

Questo attrito genera un « fuoco », e questo Fuoco agisce sui nostri atomi per creare nuovi elementi più sottili che costituiranno i corpi superiori, compreso il corpo dell'anima o « corpo di gloria ».

Così nascono prima un 'centro di gravità permanente' e poi un vero Io, capace di Volontà (thelema) e Amore (agápe). Tale trasmutazione coinvolge anche lo sviluppo dei corpi emotivo e mentale, con la conseguente capacità di spostare la nostra coscienza in essi. Quel punto di luce che è l'anima comincia ad aggregare gli atomi per costruire il suo nuovo corpo e il nostro centro di consapevolezza inizia a spostarsi in quella direzione, il Cuore inevitabilmente comincia a schiudersi all'amore. Il primo giorno in cui compiamo degli sforzi qualcosa cambia per sempre in noi.

ESERCIZIO XXIII

Camminiamo immaginando di non avere più la testa, come all'Esercizio XXII.

Evitiamo di pronunciare il termine “io”, magari sostituendolo con una perifrasi (un giro di parole). Ci accorgeremo presto che per poterlo fare siamo costretti a restare in uno stato di all'erta costante ogni qualvolta parliamo con qualcuno. Questo esercizio contiene anche delle implicazioni più profonde che concernono il significato stesso del termine. In verità noi non dovremmo mai utilizzare questa parola, in quanto non abbiamo ancora un vero Io. Ciò che noi chiamiamo Io, o ego, è solo un'accozzaglia di pensieri, emozioni, abitudini, condizionamenti... che non possiedono un reale centro di gravità permanente.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Cosa intendi dire esattamente quando affermi che esiste un'unica « mente collettiva »?

– Risposta: Le persone talvolta vengono da me e mi dicono disperate: “Ieri ho avuto dei pensieri omicidi verso i miei cari. Ho paura di me stesso. Come posso pensare cose del genere?” Oppure: “Ho fantasie perverse di cui mi vergogno e questo mi fa stare male, mi riempie di sensi di colpa.”

Stiamo male perché abbiamo pensieri omicidi o perversi, ma chiediamoci se staremmo ugualmente male nel caso in cui tali pensieri li avesse il nostro cane anziché noi. La personalità è qualcosa che ci accompagna, che ci permette di interagire con l'ambiente terrestre, ma non siamo noi. Come ho già spiegato, i corpi che costituiscono la personalità sono immersi nei rispettivi piani della Terra perché sono fatti della stessa sostanza. I livelli emotivo e mentale della Terra sono saturi di emozioni pesanti e pensieri grossolani. Questi piani sono ridotti a vere e proprie scariche mentali ed emozionali.

Sul pianeta dobbiamo affrontare il problema dello smaltimento dei rifiuti perché questo problema è già presente sui piani sottili, e vi posso assicurare che lì è molto più grave che sul piano fisico. L'ambiente fisico è inquinato perché l'astrale e il mentale sono ancora più inquinati. Ricordiamoci che ogni malattia che si manifesta nella materia è solo l'espressione di una difficoltà emotiva e, ancora più a monte, di un modo di pensare sbagliato, di una chiusura del Cuore.

Ciò che vale per le nostre malattie vale anche per quelle del pianeta. Le città dove si produce più spazzatura sono quelle dove si producono maggiori emozioni pesanti e modi di pensare egoistici. Le lamentele, i fastidi e il desiderio di fregare gli altri per avere un tornaconto personale... sono spazzatura e producono spazzatura fisica.

Onde-pensiero e forme-pensiero di sofferenza, paura, rabbia, aggressività, desiderio di vendetta, sensualità morbosa... colmano l'atmosfera sottile della Terra. La sofferenza di chi viene torturato in un Paese dall'altra parte del mondo, i pensieri di un mafioso, il desiderio di vendetta della vittima di un sopruso... passano anche attraverso di me. Se io sono sveglio, oppure se la mia mente è concentrata in un'attività di tipo intellettuale, questo continuo via vai non ha effetto su di me, ma se la mia mente sta vagando priva di controllo, e io sono addormentato in essa, cioè identificato con essa, allora mi illudo di aver prodotto io i pensieri che mi attraversano.

Mostrarvi che i vostri pensieri non sono realmente vostri è per me una delle difficoltà più grandi da affrontare all'interno del corso di risveglio. Ma il risveglio passa anche da questa importante realizzazione. Non possiamo realmente svegliarci e al contempo continuare a credere che qualsiasi cretinata attraversi il nostro campo mentale sia nostra. Solo osservazione e ricordo di sé sono in grado di costruire un osservatore dei pensieri che non si lascia più ingannare e non si identifica più con la caotica attività della mente.

Ma la « mente collettiva » la si vede veramente all'opera nella sua capacità di influenzare la nostra idea di realtà. Per esempio, è sempre esistito un acceso dibattito filosofico fra i sostenitori del 'caso' e coloro che invece affermano l'esistenza di un'Intelligenza della Vita, che possiamo chiamare Dio oppure Evoluzione. I sostenitori del 'caso' dicono che l'Esistenza non ha un obiettivo, mentre gli altri asseriscono che l'Universo è intelligente e che tende verso un obiettivo. Ma in realtà questo dibattito, come già altri filosofi prima di me hanno fatto notare, non ha alcun motivo di esistere, in quanto il 'caso' è un assurdo logico, non una vera ipotesi circa la natura dell'Universo.

Dire che un evento è accaduto "per caso" è l'esatto equivalente di affermare che l'evento è accaduto "per volontà di Dio". Cosa sarebbe infatti questo 'caso' che decide in che direzione si deve muovere, per esempio, una particella che è stata colpita da un'altra particella? Il fatto che io non riesca a prevedere la

direzione del suo movimento non significa che questo si manifesti ‘a caso’. Chi o cosa ha deciso la direzione presa dalla particella? Perché è andata proprio di qua e non di là? Dire che è successo ‘a caso’ non risponde alla domanda. Evidentemente c’è un’Intelligenza che sottende la natura, e chiamarla ‘caso’ anziché Dio non cambia questa verità.

Vi faccio un esempio: se nascondo una moneta nella mia mano sinistra, tengo entrambe le mani dietro la schiena e vi chiedo di indovinare in che mano si trova la moneta, vi costringo a fare supposizioni e calcolare probabilità. Per voi è ‘esistente’ – è perfettamente sensata – la possibilità che la mia mano destra nasconda la moneta, mentre per me che so già dove si trova, tale possibilità è nulla. Allo stesso modo, lo scienziato non sa verso dove si muoverà la particella perché la sua coscienza è limitata, ma può succedere che qualcun altro espanda la sua coscienza, allarghi la sua visione, individui nuove leggi e riesca a prevedere la direzione della particella. Se io arrivo a identificare la mia coscienza con quella di Dio, allora so tutto, quindi per me è tutto determinato, e il gioco delle probabilità non funziona più. Invece per chi ha una visione limitata ogni possibilità si può ancora realizzare, ma ciò non ci autorizza ad affermare che l’evento in sé è avvenuto ‘a caso’.

Vi ho spiegato queste cose per farvi capire che un’idea perfettamente campata in aria, come quella che gli eventi possono accadere ‘a caso’, risulta comunemente accettata sia dalla massa delle persone che dalla maggior parte degli scienziati. Questo accade perché si tratta di un’idea appartenente alla « mente collettiva » che noi abbiamo appreso meccanicamente quando eravamo piccoli, durante il processo di educazione scolastica. Tante altre idee vengono supinamente accettate dalla massa. Per esempio, avete mai pensato alla forma della tazza del cesso? Perché ci costringono a espletare le nostre funzioni organiche in posizione seduta? La posizione più adatta è “alla turca”, cioè accovacciati. Lo sforzo in posizione seduta è innaturale e molto più difficile, e in un gran numero di casi provoca ernie addominali. Eppure chi di noi si farebbe installare una “turca” in casa invece della tazza? E se gli amici e i parenti cominciassero a ridere di noi? La « mente collettiva » si autoalimenta in questo modo: quando qualcuno dice o fa qualcosa di intelligente, ma fuori dalla norma, gli altri lo deridono.

Perché oggi le donne partoriscono in posizione orizzontale? Anche in questo caso è la posizione meno adatta. Il parto dovrebbe avvenire in posizione accovacciata, a meno che non si verifichino particolari inconvenienti. Il bambino

non deve essere ‘sparato’ verso l’alto, ma deve scendere naturalmente, seguendo la forza di gravità, verso il basso, cioè verso la Terra. Il parto in posizione accovacciata è più naturale e meno doloroso. Nel passato le donne partorivano in questo modo, e lo facevano anche in casa o addirittura nei campi. Io stesso sono nato in casa: c’erano mia madre e un’ostetrica. Oggi intorno alla partoriente – alla quale in realtà sta accadendo la cosa più naturale del mondo – è presente un’intera equipe medica. Il parto si è trasformato in un intervento chirurgico! La gravidanza è diventata una patologia!

Altra idea appartenente alla « mente collettiva » riguarda l’utilità dei vaccini. Esiste un’ampia letteratura sui danni causati dai vaccini, in particolare sui bambini. Eppure in Italia è obbligatorio inoculare un certo numero di vaccini al neonato già a soli tre mesi di vita. Non è necessario essere un luminaire della scienza per capire che tutti quei vaccini a tre mesi di vita non possono fargli bene! I vaccini contengono svariati additivi chimici molto tossici, come il thiomersal, un sale di mercurio. Questo velenoso metallo viene iniettato nel corpo di neonati con tre mesi di vita! L’Agenzia americana per la sicurezza dei farmaci e degli alimenti (Food and Drug Administration) ha vietato da diversi anni l’uso di questa sostanza, mentre l’OMS (Organizzazione Mondiale Sanità) ancora no. In tal modo il sistema immunitario si indebolisce e resta danneggiato per sempre. Come afferma Marcello Pamio nel suo libro “Il lato oscuro del Nuovo Ordine Mondiale”: “È una sorta di immunizzazione al contrario che crea individui soggetti alla malattia”. L’industria farmaceutica si sta assicurando una futura società malata da spremere economicamente e mantenere nella paura... ma non è il caso di affrontare oggi questo aspetto del problema, anche perché io non sono un esperto di queste tematiche. Esistono già libri molto ben documentati sull’argomento [vedi bibliografia]. La Federazione COMILVA (Coordinamento del Movimento Italiano per la Libertà delle Vaccinazioni) afferma che esistono oggi almeno 240 studi scientifici attestanti le gravi malattie che possono essere provocate da un vaccino.

Voglio inserire a questo punto alcuni stralci di una lettera pubblica scritta dal dr. Roberto Gava, specializzato in Cardiologia, Farmacologia Clinica e Tossicologia Medica, autore di numerosi testi, tra cui l’interessante *Le Vaccinazioni Pediatriche* (vedi bibliografia). Avrei potuto inserire questo brano nel capitolo dedicato alla malattia, ma ho preferito riportarlo qui perché ritengo rappresenti l’ennesimo esempio di manifestazione del potere della « mente collettiva ».

Non importa che si stia parlando in un ambito scientifico, medico, filosofico o

politico, il problema risiede sempre nell'incapacità di uscire dagli schemi di pensiero preconfezionati, l'incapacità di abbandonare il 'pensare comune' mettendolo in discussione.

... L 'argomento è tristemente diventato di grande attualità scientifica e gli studi che affrontano il problema dei danni da vaccini sono in continuo aumento. [...] Come si capirà dalla lettura del testo, purtroppo, oggi il mondo scientifico sanitario è oggetto di enormi speculazioni economiche che in questi ultimi 10-15 anni sono diventate tanto macroscopiche quanto spudorate.

Che l'Industria farmaceutica persegua fini commerciali è giusto e normale, ma, diversamente dal passato, ora pare che i Ministeri della Salute dei vari Governi nazionali abbiano in gran parte perso quel senso di responsabilità e di eticità che prima facevano loro accettare quello che era bene e fuggire quello che era male per la salute pubblica. Oggi pare che tutto ciò non esista più e che l'unico loro obiettivo sia l'accaparramento di una svariata miscela di soldi e potere.

Infatti, gli stessi dirigenti dell'Industria farmaceutica occupano cariche politiche oppure appartengono a prestigiose commissioni con potere decisionale sulle politiche sanitarie internazionali e/o sono a loro saldamente legati da interessi economici.

Grazie a ciò, l'Industria farmaceutica si serve del suo enorme potere economico per alterare parte della verità e perseguire solo i suoi obiettivi speculativi, ma agendo in modo subdolo e sotterraneo, mentre all'esterno la sua azione appare come una filantropica grande opera per il bene della società e spesso anche in favore del Terzo Mondo.

Questo accade in tutto il Mondo Sanitario, ma specialmente in quei settori che permettono maggiori guadagni, perchè coinvolgono grandi numeri di persone, come le patologie cardiovascolari, le patologie neoplastiche, le patologie neuropsichiatriche e il mondo dei vaccini.

La scoperta dei vaccini, come grande occasione di guadagno, è un'idea recente dell'Industria farmaceutica ed è nata dopo aver scoperto che:

- la ricerca scientifica è totalmente nelle sue mani ed è facilmente manipolabile;*
- si poteva far pressione presso i Governi per promuovere vaccinazioni obbligatorie o fortemente consigliate;*
- oggi c'è una grande insicurezza per tutto ciò che riguarda la salute;*
- i mass-media sono facilmente manipolabili e sono sensibili a tutto ciò che fa notizia, specie se tocca il mondo della salute e suscita preoccupazione;*
- la gente ha sempre più paura ed è disposta a fare sacrifici per tentare di esorcizzarla;*

– togliendo dal commercio i vaccini singoli si costringono i genitori ad usare i vaccini multipli il cui prezzo, essendo specialità e associazioni sempre nuove, è più facile da incrementare;

– con le tecniche attuali è relativamente facile costruire vaccini sempre nuovi;

– per i vaccini non vengono richiesti tutti i test di tossicità e di tollerabilità che sono invece obbligatori per gli altri farmaci.

I grandi colossi mondiali dell'Industria farmaceutica però, in un certo loro delirio di onnipotenza, non hanno calcolato o hanno totalmente sottovalutato le reazioni di quei medici e di quei genitori che sono abituati a ragionare con la loro testa e che non amano accettare incondizionatamente ciò che non viene detto loro. Ecco allora sorgere ovunque i Movimenti Antivaccini, quasi sempre organizzati da coloro che hanno fatto la tragica e irreversibile esperienza di alcuni gravi danni dei vaccini proprio sui loro stessi figli: patologie croniche di tipo neurologico, metabolico o psichiatrico e, tutt'altro che in via eccezionale, la morte.

Ormai le Associazioni contro le vaccinazioni, che si stimano a centinaia nel mondo e che si stanno organizzando anche a livello continentale, iniziano a contare anche sui primi aiuti da parte della Classe Medica, ma ho potuto sperimentare che se la cavano benissimo anche senza di noi, perché la forza della verità e la forza dell'amore per i propri figli, alla lunga, sono infinitamente più potenti del potere economico basato sulla non verità e sull'egoismo.

Invito il Lettore a riflettere, perché alla fine, prima o poi, dovrà anche lui scegliere da che parte stare dato che tra poco l'Industria farmaceutica, facendo leva su ragionamenti puramente speculativi, PROPORRÀ ANCHE A LUI DI VACCINARSI.

Dr. Roberto Gava

Un ultimo esempio. Quanti di voi credono che il fluoro faccia bene ai denti? Praticamente tutti, a parte coloro che hanno già letto alcuni testi in merito, testi che non vengono certamente reclamizzati dai media. In realtà il fluoruro di sodio è una tossina di scarto prodotta dalla lavorazione dell'alluminio. È un ingrediente comune dei veleni per topi. È alla base di gas nervini come il Soman ed il Sarin. Il problema è che esso viene comunemente utilizzato nei dentifrici e aggiunto all'acqua potabile! Quanti di voi sanno che nella nostra acqua potabile viene aggiunto il fluoro? Per quanto riguarda le acque minerali non c'è ancora un limite fissato al contenuto in fluoro, le acque che ne contengono oltre 1 mg/litro 'possono' riportare sull'etichetta l'indicazione 'fluorata'. Per le acque potabili il limite superiore da rispettare è quello raccomandato dall'OMS: 1,5

mg/litro. Quanti di voi sapevano dell'abitudine di fluorizzare l'acqua potabile?

Sono spaventato dalla prospettiva di utilizzo dell'acqua come veicolo di farmaci. I fluoruri sono corrosivi veleni che produrranno seri effetti a lungo termine. Ogni tentativo di utilizzare l'acqua a questo scopo è deplorabile.

Dr. Charles Gordon Heyd, ex Presidente della American Medical Association, dal sito www.disinformazione.it

– Domanda: Tu vedi i corpi sottili?

– Risposta: Qual è lo scopo di questa domanda? Se vi dico di sì vi fate un'idea particolare di me, dove io sono un uomo dotato di superpoteri capace di scrutare nell'intimo dei vostri pensieri e del vostro passato. Questo andrebbe ad alterare i nostri rapporti e molti di voi si sentirebbero costretti ad abbandonare il corso, mentre quelli rimasti accetterebbero implicitamente una situazione di sudditanza... e questa seconda situazione sarebbe peggiore della prima. Se invece vi dico di no, pensate che io sia uno dei tanti che parla di cose che non conosce e quindi non vale la pena ascoltarmi. E poi cosa significa “vedere i corpi sottili”? Ci sono tanti modi di vedere i corpi sottili: il terapeuta vede delle cose, lo studioso chiaroveggente ne vede altre, qualcuno percepisce vagamente delle masse di colore, qualcun altro vede la griglia del corpo eterico. E poi bisogna distinguere tra il vedere solo i movimenti del corpo astrale e il percepire anche i pensieri. Quando ponete questa domanda in realtà non sapete nemmeno cosa state chiedendo!

A cosa vi serve una risposta? Potete incasellarmi più facilmente e capire a quale grado iniziatico appartengo, oppure quanto sono illuminato in una scala che va da 1 a 100? Il problema sta nel fatto che voi credete che ci sia una qualche corrispondenza fra il grado evolutivo di una persona e i suoi poteri occulti, ma non è così. Ci sono persone illuminate che non possiedono alcun potere, semplicemente siedono ai *satsang* e parlano ai presenti della loro realizzazione, e poi ci sono anime dal Cuore ancora chiuso che però sono dotate di poteri straordinari. Esistono maghi neri capaci di leggere nei vostri pensieri, viaggiare in astrale, rendersi invisibili... ma usano queste capacità per ottenere potere personale, e quindi fare sì che le persone restino nel sonno. Se siete in grado di comunicare con vostra nonna morta o con la ‘Madonna’ di turno, non siete solo per questo spiritualmente più evoluti di chiunque altro... anzi, posso affermare per esperienza che spesso è il contrario! Le comunicazioni con l'aldilà sono una realtà, ma questo non dice nulla sull'evoluzione interiore di chi le pratica.

Eppure quando qualcuno ostenta un qualche tipo di potere psichico tutti sono pronti a considerarlo un 'maestro' e prostrarsi ai suoi piedi. Proprio per questo motivo è possibile che fra qualche anno si presenti uno pseudo-maestro che passerà sull'acqua e guarirà le persone dall'epidemia del momento, e tutti lo accoglieranno come il nuovo messia, e tutti si prostreranno ai suoi piedi e lo adoreranno.

Io non possiedo prove 'scientifiche' che esistano i corpi sottili o che sia esistita Atlantide, ma non ne ho bisogno perché so che è così, lo so sul piano intuitivo, lo so con il Cuore, la cui intelligenza è sovrarazionale, in quanto bypassa il piano della ragione a cui gli esseri umani sono ancora troppo legati. Non ci può essere Verità sul piano razionale, in quanto su quel piano si può dimostrare tutto e il contrario di tutto. Anche gli esperimenti scientifici possono venire utilizzati per dimostrare una tesi oppure quella contraria. La sola Verità risiede sul piano dell'intuizione e implica un'apertura del Cuore: è oggettiva e soggettiva al contempo. E ancora una volta siamo di fronte a un paradosso.

In ogni caso fra non molto tempo avverranno degli sconvolgimenti sulla crosta terrestre, a causa dei quali alcuni lembi di terra si inabissano e altre porzioni di continenti emergeranno dall'acqua. Allora i resti delle antiche civiltà rivedranno il Sole. La conseguenza sarà che anche coloro che non possiedono l'intuizione del Cuore avranno le prove dell'esistenza delle civiltà atlantidea e lemuriana. Quella ridicola versione della storia che viene oggi trasmessa nelle aule scolastiche sarà finalmente spazzata via.

LEZIONE XXIV

LA VITA OLTRE LA VITA

L'inferno dei viventi non è qualcosa che sarà; se ce n'è uno, è quello che è già qui, l'inferno che abitiamo tutti i giorni, che formiamo stando insieme. Due modi ci sono per non soffrirne. Il primo riesce facile a molti: accettare l'inferno e diventarne parte fino al punto di non vederlo più. Il secondo è rischioso ed esige attenzione e apprendimento continui: cercare e saper riconoscere chi e cosa, in mezzo all'inferno, non è inferno... e farlo durare... e dargli spazio.

Italo Calvino, *Le città invisibili*

– *Brutta giornata, eh?*

– *La peggiore, da quando sono morta.*

Harlan Draka e la vampira Tesla, nel fumetto *Dampyr*

Data la natura stessa dell'argomento, tali nozioni circa il percorso umano dopo la morte fisica possono venir trasmesse solo in maniera molto imperfetta; la loro importanza è tuttavia eccezionale, poiché una concezione di quanto l'uomo è destinato a compiere una volta abbandonato il corpo fisico, che sia chiara e purgata di pregiudizi moderni, serve a inserire il momento del suo passaggio nell'aldilà in un più giusto contesto e a privarlo della tragicità di cui è

attualmente intriso.

Immaginiamo di essere stati a una festa in maschera e di esserci fatti prestare sul posto un travestimento da Martin Lutero da indossare per tutta la durata della festa. Abbiamo impersonato Lutero per diverse ore, ci siamo divertiti molto e abbiamo anche scherzato fingendo paura nell'incrociare un invitato travestito da papa Leone X. Non è però possibile che un uomo sano di mente, al termine dei festeggiamenti, si rifiuti di restituire il vestito che gli era stato prestato e decida di andare via continuando a impersonare Martin Lutero anche al di fuori della festa!

L'anima (l'essere umano) a un certo punto del suo percorso vitale deve fare la stessa cosa con i suoi tre involucri (corpo fisico, corpo emotivo e corpo mentale): deve uscirne e restituirli ai rispettivi tre corpi della Terra. In altre parole, gli atomi che al momento della nascita l'anima aveva addensato intorno a sé per costruirsi i tre corpi, non essendo più tenuti insieme dalla sua presenza magnetica, si disuniscono e tornano a vagare liberamente nei rispettivi ambienti: i piani fisico, astrale e mentale del pianeta.

Nella tradizione esoterica si afferma che non solo la morte esiste, ma ne esistono ben tre: una per ogni corpo che dobbiamo abbandonare. La prima è quella universalmente accettata dall'uomo ordinario e riguarda il degenerare del corpo fisico fino al punto in cui questo diviene incapace di svolgere le funzioni per cui è stato costruito e muore. Le limitate idee comuni sostengono che dopo la morte del corpo fisico "tutto è finito", cioè la nostra *autocoscienza*, l'anima, si perde irrimediabilmente e per l'individuo non c'è futuro. Invece nella realtà dei fatti, successivamente al corpo fisico l'anima continua a occupare i corpi astrale e mentale, i quali poi in tempi diversi si disgregano anch'essi operando due successive 'morti'. La guaina costituita dal corpo eterico si distacca dal corpo fisico al momento della morte insieme agli altri involucri.

Abbandonato il corpo fisico l'anima si trova quindi a occupare ancora i corpi sottili. Quello fisico è infatti il primo involucro a essere lasciato, ma i corpi emotivo (o astrale) e mentale, circondati dall'eterico, potendo vivere indipendentemente dal fisico, permangono ancora per un certo tempo e l'autocoscienza dell'individuo si trasferisce quindi in essi al fine di attraversare i processi che saranno ora spiegati. Innanzitutto si deve precisare che al momento della morte fisica perdiamo coscienza e cadiamo in una sorta di sonno profondo

che può durare per un tempo molto variabile; nel caso di un'anima più avanzata il risveglio nell'aldilà avviene già dopo un periodo molto breve.

Usciti dal corpo fisico diveniamo allora coscienti nel corpo astrale, anche detto 'fluidico' o 'mercuriale' in Alchimia. Pertanto quando emergiamo da questo primo periodo di incoscienza non percepiamo più il piano fisico, bensì quello emotivo, meglio conosciuto come 'mondo astrale', che diventerà il nuovo ambiente dell'uomo disincarnato.

COSCIENZA DOPO LA MORTE

– Domanda: Ma dopo la morte conserveremo ancora la nostra coscienza? Io saprò ancora di essere io?

– Risposta: La domanda dovrebbe essere un'altra: "Prima della morte io ero veramente cosciente? Sono mai stato consapevole di essere io?". La questione fondamentale non è infatti se c'è coscienza dopo la morte, bensì se c'è coscienza dopo la nascita. Quando emergiamo dal breve periodo di oblio dovuto alla transizione da un piano all'altro, diveniamo coscienti nel nostro corpo astrale, ma questa coscienza non possiede la stessa lucidità di quando eravamo vivi sul piano materiale e potevamo contare sul supporto del cervello fisico. Resteremo coscienti solo nella misura in cui avevamo già fabbricato un corpo astrale durante l'esistenza terrena, ossia nella misura in cui abbiamo acquisito un certo controllo sulle nostre emozioni. Dunque per avere un'idea di quanto saremo ancora coscienti di noi in astrale

– oppure quanto saremo coscienti nel corpo mentale e poi nel « corpo di gloria » come anime – è sufficiente che ci chiediamo quanto siamo coscienti *già adesso* in astrale, nel mentale oppure come anime.

Se durante la vita fisica ci siamo sempre completamente identificati con il cervello fisico, perché ci siamo sempre sentiti coscienti solo in esso, allora quando tale corpo perirà... noi in una certa misura periremo con esso!

Ciò significa che l'autocoscienza, l'anima, lascerà il corpo fisico, occuperà comunque il corpo astrale, ma noi, non avendo ancora sviluppato la capacità di restare coscienti nell'astrale, ci troveremo in uno stato di semi-lucidità nel nuovo ambiente. Saremo comunque consapevoli di noi e di essere ancora in vita, ma in una sfera simile a quella del sogno. Nel sogno percepiamo ciò che ci accade

intorno, ma siamo solo vagamente coscienti di noi come individui. È uno stato di semi-incoscienza difficile da descrivere: sappiamo ancora di esistere... ma non perfettamente come potremmo saperlo sulla Terra fisica col supporto di un cervello e un sistema nervoso.

Se lavoriamo su di noi già durante l'incarnazione per identificarci con l'anima, possiamo innanzitutto sviluppare la coscienza astrale – che si colloca a metà strada fra quella cerebrale e quella animica – per divenire in tal modo coscienti all'interno del corpo astrale pur rimanendo vivi in quello fisico.

La credenza che dopo la morte nulla cambi nella nostra coscienza è quindi altrettanto falsa della credenza che tutto finirà. Se siamo sempre vissuti in stato di *addormentamento* e non ci siamo sforzati di svegliarci, non possiamo pretendere di diventare improvvisamente *svegli* dopo la morte. Se eravamo totalmente addormentati nel mondo fisico lo saremo anche nel mondo astrale, nel mondo mentale e, ancor di più, in quello dell'anima. Il livello di risveglio della nostra coscienza infatti non muterà minimamente rispetto a quando ci trovavamo sul piano fisico. La morte non è una cura per l'ignoranza, né un corso accelerato di illuminazione interiore.

RIVEDERE LA VITA ALL'INDIETRO

Nel primo periodo dopo l'abbandono del corpo fisico assistiamo come spettatori alla proiezione di tutta la nostra esistenza, la quale ci viene trasmessa 'all'indietro': dagli ultimi istanti prima di spirare fino all'evento della nascita. Rivedendo la nostra vita al contrario perdiamo la connessione causa/effetto, quindi il comune giudizio circa gli eventi viene sospeso. Rivedere la propria vita secondo l'andamento consueto non sarebbe di nessuna utilità.

NON ACCORGERSI DI ESSERE MORTI

Quando ci disincarniamo, soprattutto all'inizio, non avvertiamo sostanziali differenze fra lo stato che abbiamo lasciato e quello nuovo in cui ci troviamo; i desideri e le abitudini non mutano e anche se potremmo volare nello spazio o costruire un appartamento con l'immaginazione in pochi secondi, non lo facciamo perché continuiamo a pensare secondo le limitazioni terrene, e questo

fa sì che non ci avvediamo di non essere più nel mondo fisico. In quel nuovo stato di coscienza tutto viene riconosciuto come appartenente alla sfera della 'normalità', le caratteristiche ambientali sono quelle di una dimensione superiore, ma anche la coscienza che le percepisce fa parte di quella dimensione, dunque non risulta semplice avvertire la differenza, e anche quando poi prendiamo consapevolezza della nuova situazione essa non ci crea più di tanto scompiglio. L'inganno iniziale è favorito dal fatto che una volta divenuti coscienti sul piano astrale possiamo osservare la controparte astrale del mondo fisico: i muri, gli oggetti, gli animali, le persone... posseggono tutti una controparte fatta di materia astrale. A causa di ciò ci è possibile continuare a vivere negli ambienti che ci sono familiari e scorgere le emozioni che stanno provando amici e parenti. Il nostro obiettivo deve però essere un rapido allontanamento da questi piani inferiori prossimi alla materia, per elevarci verso i mondi superiori.

I PARENTI

Nel primo periodo siamo ancora molto legati al piano fisico della Terra. La disperazione e l'attaccamento dei nostri congiunti contribuiscono a trattenerci 'in basso' rendendoci più arduo il compito di accettare la nuova dimensione. Per noi è invece importante allontanarci dalle cose terrene e proseguire la serie di esperienze che ci attendono nell'aldilà. I pensieri di stima, amore e incoraggiamento a procedere nel nostro cammino, provenienti da parenti e amici che pregano per noi, ci sono di valido aiuto, ma il desiderio di averci ancora accanto, l'incapacità di accettare la nostra perdita e la disperazione che ne consegue, sono sentimenti altamente nocivi che ci impediscono di liberarci della materia.

RIORGANIZZAZIONE DEL CORPO ASTRALE

Il corpo astrale una volta liberato dal fisico, comincia un processo di « riorganizzazione »: dispone gli atomi più pesanti di materia astrale all'esterno dell'involucro, in modo da creare una corazza, mentre gli strati via via più leggeri vengono disposti all'interno. Il corpo astrale agisce in questo modo seguendo l'istinto di sopravvivenza: la corazza serve infatti a rendere più arduo e più lento il processo di sgretolamento, e quindi di morte, dell'involucro stesso.

Gli atomi pesanti, ossia quelli che vibrano a una più bassa frequenza, corrispondono alle emozioni più grossolane presenti nel nostro emotivo. Se non riusciamo a impedire tale « riorganizzazione » dovremo sostare più a lungo negli strati inferiori del piano astrale della Terra, quelli conosciuti col nome di Inferno. Qui ci ritroveremo prigionieri dentro il nostro spesso ‘uovo astrale’ dal quale proietteremo una realtà fittizia in grado di rispecchiare solo le emozioni più basse di cui siamo capaci. Il processo riorganizzativo del corpo astrale può essere evitato grazie alla nostra Presenza e all’utilizzo di Volontà e Amore. Per questo motivo è importante che ci sforziamo di restare *presenti*, in uno stato di ricordo di noi stessi, al momento del trapasso. Solo la Presenza consente infatti l’uso di Volontà e Amore, e queste qualità ci permettono di passare velocemente da un sottopiano a quello successivo senza trattenerci troppo a lungo su ognuno di essi. Di fronte a quelle che sappiamo essere allucinazioni astrali proiettate dal nostro stesso corpo astrale, dobbiamo innanzitutto irradiare Amore, anziché farci prendere da paura, odio e desiderio sessuale, e al contempo fare appello a tutta la nostra Volontà, con lo scopo di abbandonare ogni illusione e proseguire con risolutezza verso l’Alto.

LA VITA DALL’ALTRA PARTE (INFERNO E PURGATORIO)

Esattamente come, quando ancora occupavamo un corpo fisico, costruivamo la realtà quotidiana rispettando la Legge di Risonanza, ossia secondo le caratteristiche della nostra personalità, ora continuiamo a costruire il mondo dell’aldilà sempre secondo le caratteristiche della nostra personalità, la quale adesso è composta dei soli corpi emotivo e mentale. Ognuno di noi crea intorno a sé per risonanza uno specifico ambiente che si occupa di mettere in luce la sua aggressività, la sue paure e ogni genere di attaccamento materiale. Ciò vale adesso per l’aldilà come valeva prima per l’aldiqua. In pratica, le vibrazioni emesse dalle nostre emozioni e dai nostri schemi di pensiero dispongono la materia astrale affinché si vengano a creare delle situazioni capaci di portare allo scoperto tali emozioni.

Se siamo rimasti passivi di fronte al corpo astrale che si *riorganizzava*, adesso nessuna influenza elevata può raggiungerci all’interno del nostro ‘uovo astrale’, e in tal modo anche le preghiere di coloro che sono ancora incarnati hanno un’efficacia ridotta – sebbene non siano mai inutili. In questo stato di isolamento costellato da allucinazioni astrali la ripetizione ossessiva delle medesime

situazioni può allora protrarsi anche per secoli; questo è ciò che noi chiamiamo Inferno. Attraverso tale ripetizione avviene un progressivo, anche se lento, *bruciarsi*, uno ‘sgretolamento’ del corpo astrale. Il ‘fuoco dell’Inferno’ non è altro che la dolorosa sensazione dovuta al distaccarsi degli atomi astrali, il che viene percepito come un bruciare della nostra materia astrale.

Nei sottopiani più bassi del piano astrale il dolore può essere così intenso da apparire come *eterno*. Perdiamo cioè la sensazione dello scorrere del tempo tanto da essere convinti di dover patire quella pena *per sempre*, anche se ciò non è in realtà possibile. Il dolore è sempre direttamente proporzionale ai nostri attaccamenti e alla nostra incapacità di amare. In ogni momento, grazie a Presenza, Volontà (thelema) e Amore (agápe) ci è data l’opportunità di ridurre le nostre pene. Gli omicidi, i ladri e gli sfruttatori, a causa dei loro attaccamenti, non avranno sicuramente vita semplice, ma anche loro, in virtù di un moto d’amore, possono alleviare i loro patimenti.

Man mano che ‘bruciamo’ le emozioni più basse è come se ci liberassimo delle nostre zavorre, e in tal modo saliamo verso i sottopiani più alti del piano astrale, qui le sofferenze tornano a essere percepite come *temporali*: questo è il cosiddetto Purgatorio.

Paradiso (Devachan causale):
piano mentale superiore o mondo dell’anima

Paradiso (Devachan):
piano mentale inferiore

Purgatorio (kamaloka superiore):
sottopiani superiori del piano astrale

Inferno (kamaloka inferiore):
sottopiani inferiori del piano astrale

Piano fisico

Nel piano astrale abbiamo la possibilità di incontrare altri defunti, talvolta persone alle quali eravamo molto legati in vita (i nonni, i genitori, ecc.), che hanno il compito di comunicarci informazioni utili e aiutarci a salire più

velocemente verso il Devachan, il Paradiso. Ma se noi non usiamo la Volontà per rompere l'“uovo astrale” del quale siamo prigionieri, non potremo ricevere le positive influenze di queste anime.

In linea generale, più ci siamo tenuti lontani da emozioni di odio e rancore e da vizi grossolani nel corso della vita terrena, più velocemente attraverseremo il mondo astrale.

PARADISO

Dopo che tutta la parte inferiore del nostro essere è stata ‘bruciata’, le forme pensiero legate ai desideri e alle basse emozioni sono scomparse e l'anima può agire adesso all'interno del corpo mentale purificato. Dopo aver attraversato un secondo periodo di incoscienza ci troviamo immersi in un ambiente costituito dei più elevati pensieri e aspirazioni nutriti durante la nostra vita fisica, secondo una precisa successione: da quelli ancora vicini alla personalità, tipici del piano mentale inferiore, a quelli completamente spirituali, caratteristici del piano mentale superiore o « piano causale », la vera dimora dell'anima. Noi, in quanto anime, trascorriamo la maggior parte del nostro tempo nel mondo paradisiaco – la cosiddetta ‘casa del Padre’ – e solo saltuariamente e per brevi periodi affrontiamo l'avventura dell'incarnazione terrestre. Il tempo impiegato nella materia rappresenta solo una piccola percentuale della nostra esistenza complessiva, eppure mentre siamo incarnati ci sembra che “sia tutto qui”.

I pensieri di amore, amicizia, tenerezza, simpatia, affetto che abbiamo vissuto quando eravamo ancora nel corpo fisico, vengono ora moltiplicati di intensità in un ambiente paradisiaco che è collocato nel piano mentale. Solo però nella misura in cui avremo costruito questi preziosi *binari energetici* – i pensieri e le emozioni che ho elencato – nel corso dell'esistenza terrena, potremo beneficiare di una vita cosciente nel Paradiso.

I pensieri elevati, così come accadeva nell'Inferno per le emozioni più basse, vengono da noi rivissuti in maniera amplificata poiché non esiste più il corpo fisico con il suo sistema nervoso ad *attutire* la percezione di queste manifestazioni.

Risulta logico pensare che una personalità particolarmente volgare, la quale non abbia mai coltivato vibrazioni di altruismo e amore o pensieri sottili di

filosofia o spiritualità, percepirà un Paradiso piuttosto breve e scarno, o addirittura non lo percepirà per niente! Da qui la credenza popolare che “solo le anime buone vanno in Paradiso”. L’anima, intesa come principio essenziale, resterà comunque a lungo in quel luogo, poiché tutte le anime hanno diritto al loro Paradiso, ma l’individuo non sarà cosciente di nulla, vivrà la situazione come in un sonno profondo.

Pur essendo la vita paradisiaca molto più vicina alla Realtà rispetto a quelle sperimentabili in astrale o nel corpo fisico, in ogni caso anche questa è in qualche modo illusoria in quanto facente sempre parte dei tre piani costituenti la personalità del pianeta.

MONDO DELL’ANIMA (O PIANO CAUSALE)

Mentre viviamo queste situazioni paradisiache, allo stesso tempo ci liberiamo progressivamente del guscio formato dai pensieri, fino ad abbandonare anche questo e morire così una terza volta. Pertanto anche il corpo mentale, costituito della materia dei sottopiani inferiori del piano mentale, a un certo punto si consuma e viene abbandonato come un relitto. La coscienza si sposta allora nel « corpo causale », cioè il mondo dell’anima. Ma qui potremo restare *coscienti di noi* solo nella misura in cui già sulla Terra fisica eravamo in grado di contattare la nostra anima attraverso emozioni superiori come Amore incondizionato (agápe), perdono, compassione, gioia, beatitudine, oppure stati di *ricordo di sé*. In questa fase non possiamo più affermare di essere ancora *noi* per come ci conosceamo sulla Terra. *Noi* come identità anagrafica, non esistiamo più e ciò che permane in questa fase è la coscienza pura.

Nel piano dell’anima proviamo gioia e beatitudine sempre più elevate in un crescendo inimmaginabile di profondità. Ma così come accadeva negli altri piani sottili, anche in questo mondo il nostro grado di coscienza di noi stessi risulterà proporzionato al livello di identificazione con l’anima che già avevamo sulla Terra. Riassumendo: saremo coscienti di noi sul piano astrale nella misura in cui eravamo capaci di governare il nostro mondo emotivo mentre eravamo ancora nel corpo fisico; saremo coscienti di noi sul piano mentale nella misura in cui abbiamo sviluppato la nostra mente attraverso lo studio e la produzione di pensieri elevati e altruistici, siano essi politici, religiosi, sociali o filosofici; saremo coscienti di noi sui piani dell’anima nella misura in cui abbiamo provato

emozioni superiori (amore, compassione, tenerezza...) e ci siamo dedicati al pensiero astratto, puro, intuitivo, artistico senza fini materiali.

Abbandonati i suoi tre involucri esterni, la coscienza del Sé, cioè l'anima, se è sufficientemente « cristallizzata », gode della Bellezza dello spazio cosmico. A un certo punto del nostro viaggio nel mondo spirituale, giungiamo al più alto grado di Beatitudine che ci è consentito percepire – che possiamo ancora sopportare/supportare con i nostri attuali 'binari energetici' – e questa Beatitudine è già milioni di volte più intensa di qualunque momento di felicità terrestre. Tuttavia, proprio quando abbiamo toccato l'apice, accade ancora qualcosa di straordinario: ci accorgiamo che di fronte a noi si estende... l'Infinito. Un Infinito di Amore, Gioia e Bellezza ancora tutto da scoprire. Realizziamo che la nostra capacità di accrescere la Beatitudine è potenzialmente infinita, priva di qualsiasi confine; comprendiamo in un istante che un mare di inconcepibile estasi è lì ad attenderci, un'estasi che per adesso ci risulta insopportabile (non-supportabile), cioè 'fisicamente' non sostenibile dai *binari energetici* che abbiamo tracciato dentro di noi fino a questo punto della nostra evoluzione.

Questo rappresenta un momento cruciale per l'anima. Andare avanti significherebbe *perdersi* nella Gioia e *annullarsi* nell'Uno, perché verrebbero a mancare i supporti per rimanere unitariamente coscienti di quanto stiamo percependo. Procedere oltre implicherebbe quindi il discioglierci per sempre nell'inconsapevolezza del Tutto, ritornare a far parte dell'indistinto Uno. Scegliere la via dell'oblio completo pare sia effettivamente possibile: è la liberazione finale dalla ruota delle reincarnazioni, dallo spazio-tempo, ma anche dal concetto stesso di *individuo* ed evoluzione. È la morte dell'autocoscienza.

Di norma l'anima, nel momento stesso in cui scorge la possibilità di una più maestosa Beatitudine, prova il desiderio di godere tanta maestosità senza perdere la propria coscienza unitaria, quindi, a questo scopo, vuole incrementare i 'supporti' su cui far scorrere altra Bellezza. Il fatto stesso di aver toccato il limite massimo della propria capacità di percezione la costringe a richiudersi in se stessa, come una molla tirata al limite che un istante prima di perdere per sempre la sua elasticità viene lasciata andare e si ritrae riprendendo la sua configurazione iniziale.

Allora compie il percorso a ritroso verso la reincarnazione, precipitando

ancora una volta nella materia grossolana. Il piano fisico è infatti l'unico ambiente dove si può percepire un'apparente *bruttezza* e trasmutarla in *binari energetici* per cogliere più Bellezza. Riprenderà quindi il cammino da dove lo aveva interrotto al termine dell'ultima incarnazione.

ESERCIZIO XXIV

Ricordiamoci di noi mentre guardiamo la televisione. Questo è un buon esercizio in preparazione al ricordo di sé in compagnia di altre persone. In questo caso siamo meno coinvolti perché ci esercitiamo in solitudine, ma allo stesso tempo lavoriamo sulla disidentificazione dalla mente, cioè sul ricordarci di noi mentre la mente segue i dialoghi di un film o di una qualsiasi trasmissione televisiva. All'inizio non è semplice nemmeno questo, ma in ogni caso è preferibile cominciare a compiere questo genere di sforzi davanti alla tv, uno strumento con il quale non dobbiamo interagire in maniera attiva, che buttarci subito nel mezzo di una conversazione dove il coinvolgimento è decisamente maggiore e il ricordo di sé diviene un'impresa titanica.

Inoltre evitiamo di pronunciare il termine "Io".

Inoltre ricordiamoci di noi al momento dell'orgasmo.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Cosa ne pensi dei contatti con l'aldilà?

– Risposta: Sono da evitare. Sedute medianiche, scrittura automatica, psicofonia... non hanno alcuna utilità evolutiva per la coscienza e possono rivelarsi situazioni di rischio per fenomeni come la possessione da parte di entità astrali. Il fenomeno dello Spiritismo ha svolto una importante funzione evolutiva negli ultimi secoli, ma non più oggi. La maggior parte degli esseri umani ha uno scarso livello evolutivo, ciò significa che dopo la morte, una volta nel mondo astrale, gli umani fanno di tutto per non perdere i contatti con il mondo materiale, l'unico mondo che conoscono. Sono le cosiddette 'anime in pena'. Hanno paura di proseguire il loro cammino nell'aldilà, perché significherebbe affrontare lo sconosciuto, allora preferiscono vagare nei sottopiani più bassi del piano astrale nutrendosi delle energie dei vivi che sono in qualche modo *in risonanza* con loro. Per esempio, parenti e fidanzate/i vengono talvolta letteralmente vampirizzati dai loro congiunti che – solo apparentemente – se ne

sono andati. Quando qualcuno muore lo dobbiamo dimenticare, oppure possiamo ricordarlo nelle nostre preghiere, con il Cuore, per aiutarlo ad allontanarsi più in fretta, ma mai cercare di contattarlo medianicamente o trattenerlo accanto a noi usando il nostro dolore come ‘ponte’ fra una dimensione e l’altra.

Per sette o nove giorni, due volte al giorno al mattino e alla sera, preghiamo per una persona scomparsa che ci è cara. Lo si può fare anche se è morta già da qualche anno. Possiamo recitare una preghiera classica oppure un brano tratto da qualche scrittura sacra, che è significativo per noi, o lo era per il defunto. Va anche bene parlare alla persona scomparsa mandandole amore e invitandola con parole nostre a compiere il suo percorso nell’aldilà. Oppure possiamo fare entrambe le cose. Una preghiera sempre molto utile da recitare è il Padre Nostro, perché è ancora intrisa di una grande potenza invocativa.

Il mondo astrale è pieno di entità male intenzionate, che si gettano sui tossicodipendenti, gli alcolizzati, chi è soggetto a scatti d’ira, chi è pervaso dalla morbosità sessuale... per godere anch’esse di questi vizi e di queste emozioni inferiori. *Succhiano* come vampiri le energie emesse dai viventi con lo scopo di rinvigorire il loro corpo emotivo e stazionare così più a lungo nel mondo astrale. Le nostre basse emozioni sono sempre nutrimento per entità di infimo livello, mentre le nostre emozioni superiori ci mettono in contatto con entità angeliche. Anche se raramente ce ne rendiamo conto, tutti quanti noi viviamo quotidianamente in simbiosi con gli abitanti dei mondi sottili: si tratta di scegliere *quali* di questi abitanti nutrire grazie alla qualità delle emozioni che emettiamo ogni giorno.

Le anime dei defunti possono arrivare a *possedere* il corpo di un vivente pur di riuscire a mantenersi in qualche modo in vita e non dover abbandonare la Terra. Un impeto d’ira o una forte crisi depressiva possono richiamare alcune di queste entità che prendono temporaneamente possesso del corpo dello sfortunato, il quale in tal modo potrà facilmente giungere a commettere un omicidio o un suicidio.

Il metodo migliore per non andare soggetti ad ‘attacchi’ astrali di qualsiasi genere consiste nel vivere con il Cuore aperto, nelle emozioni superiori, con un ‘centro di gravità permanente’ in grado di fornirci una sufficiente stabilità interiore. In pratica, è necessario iniziare a condurre un Lavoro su di sé in

direzione del risveglio. Queste vibrazioni allontanano le entità indesiderate e attraggono quelle più evolute.

LEZIONE XXV

LA REINCARNAZIONE

Il tuo sforzo di rimanere ciò che sei è quello che ti limita.

dal film Ghost in the shell

Se in un uomo vi è qualcosa capace di resistere alle influenze esteriori, allora proprio questo qualcosa potrà resistere anche alla morte del corpo fisico. Ora pensate: che cosa potrà resistere alla morte del corpo fisico in un uomo che sviene o dimentica tutto quando si taglia il dito mignolo? [...] In certi casi di completa cristallizzazione, dopo la morte si può produrre ciò che la gente chiama ‘reincarnazione’; in altri casi ciò che chiamiamo una ‘esistenza nell’aldilà’.

Georges I. Gurdjieff

Perché questa lezione? Per portare avanti un corretto lavoro su di sé basta sapere che in ognuno di noi alberga una scintilla animica che noi possiamo alimentare fino a *cristallizzare* un’anima, identificandoci con essa e rendendoci in tal modo immortali. Pertanto non è richiesto che i partecipanti a questo corso credano di reincarnarsi successivamente in differenti corpi, anzi, questa

possibilità potrebbe venire usata come scusa per non dedicarsi con tutte le proprie forze al lavoro di risveglio in questa incarnazione, la quale, per quanto ci è dato di sapere, potrebbe benissimo essere l'unica occasione che abbiamo. La reincarnazione rimane però l'ipotesi razionalmente più probabile, e non è un caso che la grande maggioranza delle persone sul pianeta creda nella possibilità di reincarnarsi, quindi è giusto parlarne.

LA REINCARNAZIONE FORNISCE ALCUNE SPIEGAZIONI

– Perché un bambino sa suonare il pianoforte a 6 anni, mentre un altro nasce cieco? Perché uno è un genio della matematica, mentre un altro fatica a superare le scuole dell'obbligo? O ipotizziamo che ognuno di noi, in quanto anima, sta seguendo un suo piano evolutivo della durata di milioni di anni, oppure dobbiamo credere che la nascita di un essere umano sia come giocare alla lotteria: può andare bene o andare male a seconda del codice genetico che gli è toccato in sorte!

Di norma si crede che ognuno di noi sia il risultato dell'unione dei codici genetici dei genitori e niente più. Si pensa che il genio di Mozart e quello di Shakespeare siano frutto di combinazioni genetiche, e non si ipotizza mai il contrario, cioè che siano le qualità stesse dell'anima a produrre il dna più giusto perché tali qualità si manifestino nella materia. Eppure un'ipotesi non è meno valida dell'altra, stiamo solo scambiando la causa con l'effetto.

In tutte le personalità geniali si verifica la medesima circostanza: hanno sempre qualcosa in più rispetto a chi li ha preceduti nell'albero genealogico. Se le loro qualità fossero effettivamente solo il risultato dell'ereditarietà, *cosa* ha fatto sì che fossero più abili di chi è vissuto prima? Da dove deriva quel *di più*? Perché il dna si è combinato in modo da fornire proprio a loro quel *di più*? Grazie all'ereditarietà possiamo spiegare perché Shakespeare era fisicamente simile ai genitori, ma è più difficile spiegare perché Shakespeare era un genio. Gli occhi azzurri li ha presi dalla mamma, quel tic nervoso lo ha preso dal papà... ma la genialità dove l'ha presa?

– La reincarnazione rende possibile il concetto di Giustizia: perché un'anima è figlia di un Re mentre un'altra nasce in un luogo dove si patisce la fame? Un bambino viene al mondo con la predisposizione genetica verso l'alcolismo,

mentre un altro è particolarmente portato per la musica classica. Perché due destini così diversi se entrambi vengono per la prima volta sulla Terra? Lo ha deciso il *caso*? Ma se il *caso* ha il potere di decidere questo, allora il *caso* non è che un altro nome per indicare Dio, o comunque l'Intelligenza della Natura. La questione non è così facilmente liquidabile e l'ipotesi reincarnazionista continua a rivelarsi quella più sensata. Un mondo dove si vive una sola volta è crudele e privo di senso.

– La reincarnazione darebbe l'occasione di rifarsi a chi sbaglia qualcosa nella sua vita. Se si nega la reincarnazione, un uomo che ha trascorso la sua esistenza sfruttando e derubando il prossimo non avrebbe alcuna possibilità di appello.

NEI VANGELI SI PARLA DI REINCARNAZIONE

– Episodio del nato cieco:

Passando vide un uomo cieco dalla nascita e i suoi discepoli lo interrogarono: “Rabbì, chi ha peccato, lui o i suoi genitori, perché egli nascesse cieco?”.

Rispose Gesù: “Né lui ha peccato né i suoi genitori, ma è così perché si manifestassero in lui le opere di Dio”.

Gv 9,1

La domanda dei discepoli dà per scontata la possibilità che l'uomo cieco abbia potuto peccare ancor prima di nascere, oppure che abbiano peccato i genitori e quindi lui si sia fatto carico del karma familiare. La risposta di Gesù pone invece l'accento sul fatto che una menomazione è utile affinché un'anima possa sviluppare nuove qualità: Dio attraverso la cecità di quella persona conosce un nuovo aspetto di sé, compie cioè “le Sue opere”.

– Da questi passi si evince che Giovanni Battista veniva considerato la reincarnazione di Elia:

La Legge e tutti i Profeti infatti hanno profetato fino a Giovanni. E se lo volete accettare, egli è quell'Elia che deve venire. Chi ha orecchi intenda.

Mt 11,13

Allora i discepoli gli domandarono: “Perché dunque gli scribi dicono che prima deve venire Elia?”. Ed egli rispose: “Sì, verrà Elia e ristabilirà ogni

cosa. Ma io vi dico: Elia è già venuto e non l'hanno riconosciuto; anzi, l'hanno trattato come hanno voluto. Così anche il Figlio dell'uomo dovrà soffrire per opera loro". Allora i discepoli compresero che egli parlava di Giovanni il Battista.

Mt 17,10

Può essere interessante a questo punto raccontare brevemente la storia di Elia. Egli era un profeta vissuto qualche migliaio di anni prima di Cristo, che Dio, Yahvè, aveva mandato dal re di Samaria, Acab, con il compito di farlo ravvedere, perché questi aveva eretto un altare all'idolo pagano Baal e si era prostrato davanti a lui con tutti i suoi sacerdoti.

Elia lancia una sfida: sia lui che i sacerdoti di Baal avrebbero eretto un altare e sacrificato un toro sul monte Carmelo. Se Baal si fosse manifestato ai sacerdoti che lo adoravano, questi avrebbero vinto; se invece YHVH (pron.: Yahvè) si fosse manifestato a Elia, sarebbe stato lui a vincere.

Baal restò in silenzio, mentre YHVH fece scendere un fuoco che bruciò il toro sacrificato. Elia aveva vinto, e per suggellare la vittoria fece tagliare la testa a tutti i 450 sacerdoti di Baal!

Non è quindi un caso che a Giovanni, ai tempi di Gesù, venga fatta tagliare la testa da Erode per desiderio di Salomè, figlia di Erodiade.

RELIGIONE NON-REINCARNAZIONISTA

Perché a un certo punto si è diffusa in occidente una religione – e, più in generale, una cultura – che non tiene più conto della reincarnazione? Per secoli, e almeno fino a metà '900, i fedeli cristiani hanno creduto di avere a disposizione solo questa incarnazione per decidere con il proprio comportamento se sarebbero andati all'Inferno piuttosto che in Paradiso. Questo ha fatto sì che molti si sforzassero di comportarsi nel migliore dei modi, costringendosi a dominare i propri aspetti inferiori, il che fa parte dei compiti evolutivi dell'anima. La concezione non-reincarnazionista ha anche permesso di dare un impulso evolutivo alla civiltà: se io so di avere a disposizione solo questa vita, allora faccio tutto quello che posso per raggiungere i miei obiettivi e per lasciare un buon ricordo di me ai posteri dopo che sarò scomparso. Se invece, come è accaduto in India, rimandiamo alla prossima vita ciò che non abbiamo voglia di fare oggi, lo sviluppo della società si arresta. La certezza di una morte irrevocabile e la paura di finire all'Inferno hanno fatto sì che l'essere umano si

impegnasse al massimo delle sue possibilità durante la vita terrena.

COSA SI REINCARNA?

Di norma le persone credono che sia il concetto che hanno di loro – la loro mente – a reincarnarsi, invece è l'anima, l'essenza, a reincarnarsi in personalità sempre differenti. È assurdo affermare che io, signor Mario Rossi, mi reincarnerò: io morirò per certo, ma al mio interno è nascosto un 'principio animico' che in futuro si costruirà un'altra personalità, la quale però non avrà alcun rapporto con ciò che io sono adesso. In verità quindi IO non mi reincarno e chi afferma che la reincarnazione non esiste ha ragione. Solo nella misura in cui mi identifico con la mia anima posso affermare di essere IO a passare da un corpo a quello successivo. Le singole personalità vivono però dentro compartimenti stagni e non hanno alcun collegamento diretto fra loro.

Credere nella reincarnazione non ha in sé nulla di spirituale, e viene spesso usato come un mezzo per esorcizzare la paura di morire. La nostra personalità non vuole morire e credendo nella reincarnazione si costruisce un mezzo per non dover affrontare questa paura. Sarebbe invece decisamente più evolutivo se noi trovassimo il coraggio di guardare in faccia il nostro inevitabile futuro: "Io morirò!" "Tutto ciò che io credo di essere in questo momento... morirà!".

IL RICORDO DELLE VITE PASSATE

– MEMORIA QUANTITATIVA: non ricordiamo nulla circa gli episodi che la nostra anima ha vissuto in passato dentro altre personalità, in quanto tali personalità sono scomparse per sempre. Talvolta è però possibile stabilire un temporaneo contatto con la nostra anima, nella quale risiede l'essenza di tutto quanto essa ha vissuto nelle sue varie incarnazioni. Contattando l'anima è quindi possibile vengano trasmessi alla nostra coscienza alcuni ricordi sottoforma di immagini o sensazioni.

– MEMORIA QUALITATIVA: in verità, da un punto di vista più *qualitativo*, ricordiamo *tutte* le nostre vite passate, perché noi siamo il risultato evolutivo delle esperienze vissute in quelle vite. Pertanto nelle prossime incarnazioni non ricorderemo la faccia del nostro partner di oggi, ma le emozioni superiori

provate insieme a lui resteranno registrate nell'anima per sempre e ci consentiranno di amare in maniera diversa in futuro. Allo stesso modo, non ricorderemo le materie studiate a scuola, ma la capacità di gestire il corpo mentale al fine di imparare quegli argomenti resterà nell'anima. Non ci ricorderemo di essere stati consulenti assicurativi in questa vita, ma gli sforzi fatti per comunicare con le persone al fine di convincerle a stipulare un'assicurazione hanno sviluppato in noi capacità animiche che andranno a influenzare le future incarnazioni. Questi sono i *binari energetici* di cui altre volte abbiamo parlato e che segnano indelebilmente la nostra anima arricchendola di sempre nuove qualità. Mentre oggi amiamo il nostro partner ci stiamo in realtà ricordando di tutte le incarnazioni precedenti della nostra anima, perché gli amori e i dispiaceri vissuti in quelle vite l'hanno profondamente modificata e ci permettono di manifestare adesso una particolare qualità di amore.

ESERCIZIO XXV

Ricordiamoci di noi mentre parliamo con altre persone. Quando ascoltiamo qualcuno che parla, o stiamo parlando noi stessi, dividere l'attenzione fra esterno e interno diventa complesso. Sarà sufficiente che proviamo per accorgerci di quanto sia difficile. A tale proposito riporto un brano tratto dal mio libro *La porta del mago*:

Se mentre il nostro interlocutore parla noi ci sforziamo di ricordarci di noi, inevitabilmente perdiamo alcuni frammenti del suo discorso. Se la paura di perdere parte di ciò che sta dicendo l'altro è molta, saremo costretti a smettere di fare sforzi per il ricordo e acconsentire a farci assorbire completamente da ciò che dice. Dobbiamo cioè identificarci con il dialogo, senza riuscire a mantenere sveglio il « testimone » in grado di osservare dall'esterno. L'unico modo per migliorare consiste nel provare e riprovare instancabilmente, magari cominciando con i dialoghi al telefono che di norma sono meno coinvolgenti.

Secondo esercizio: sforziamoci di cambiare andatura mentre camminiamo. Imponiamoci di procedere per diversi minuti a un ritmo minore, o maggiore, rispetto a quello cui siamo abituati. Noteremo che, se non poniamo una costante attenzione sul nostro corpo, esso tende a tornare meccanicamente al suo ritmo abituale.

DOMANDE E RISPOSTE

– Domanda: Ma allora ci reincarniamo oppure no?

– Risposta: La mente umana, essendo duale, è portata a ragionare per vero/falso sì/no on/off e fatica a concepire le sfumature. È importante però sapere che, come tutto, anche la reincarnazione è un concetto *relativo*, che non può essere liquidato per mezzo di una risposta vero/falso. La risposta dipende dal livello di coscienza raggiunto da ciascun individuo. In ognuno di noi esiste *in embrione* la possibilità di sviluppare un'anima, ma non tutti riescono a svilupparla allo stesso modo. Possiamo prendere in considerazione vari casi:

a) Se io in vita ho ottenuto una perfetta identificazione con la mia anima – ciò che è conosciuto come « risveglio » – morirò in *continuità di coscienza*, cioè senza perdere coscienza al momento del trapasso. Attraverserò velocemente, senza fermarmi, i sottopiani del mondo astrale, ignorerò anche i sottopiani più bassi del Paradiso e mi collocherò direttamente nella dimensione che mi compete: il piano causale o mondo dell'anima. Qui, finalmente a casa, godrò della “contemplazione del volto di Dio”. Trapassare in *continuità di coscienza* e poi restare coscienti a piacere nel mondo dell'anima... è ciò che definiamo immortalità. Deciderò poi, in piena coscienza, se reincarnarmi sulla Terra per portare aiuto all'umanità oppure proseguire su altri pianeti o in altre dimensioni la mia evoluzione. Nel caso decidessi di tornare sulla Terra, affronterei in perfetta coscienza il processo di reincarnazione, ma poco prima di nascere berrei comunque l'acqua dell'oblio del fiume Lete dimenticando così, anche se solo temporaneamente, la mia origine divina.

b) Se io in questa o in precedenti incarnazioni ho lavorato assiduamente per crearmi un'*autocoscienza* sempre più stabile, una *presenza* sempre più intensa, allora quando morirò rimarrà *qualcosa* di me, sebbene non abbia ancora ottenuto un risveglio completo alla mia anima. Stazionerò per un po' di tempo sul piano astrale, ma mi soffermerò molto più a lungo nel Paradiso, dove rimarrò *cosciente di me* e di ciò che mi circonda nella misura in cui ero stato capace di identificarmi con la mia anima in vita. In questo caso possiamo parlare di ‘sopravvivenza dopo la morte’, anche se non di immortalità vera e propria come per il caso precedente. Potrò decidere quando e dove incarnarmi, chi saranno i miei genitori e quali esperienze vorrò vivere sulla Terra al fine di proseguire la mia evoluzione. In seguito attraverserò tutto il processo della reincarnazione durante i nove mesi di gestazione nell'utero materno, ma vivrò più o meno

coscientemente questa fase a seconda del grado evolutivo della mia anima e quindi della sua capacità di restare *presente*. A un certo punto berrò l'acqua del fiume Lete e cadrò nell'oblio, cioè nel sonno profondo. Tra quello che sono stato nella vecchia personalità e quello che sarò nella nuova che sta nascendo esiste pertanto un linea di collegamento: l'anima costruirà infatti una personalità in grado di continuare il lavoro non ancora portato a termine nell'ultima incarnazione. Ma, ripeto, questo è un aspetto evolutivo che concerne l'anima, mentre *io* in quanto personalità sarò comunque morto.

Se state leggendo questo libro è perché appartenete a questa categoria.

c) Facciamo ora l'ipotesi di un'anima poco evoluta. Questa dopo la morte del corpo fisico si ritroverà comunque in astrale, ma sarà già in uno stato di incoscienza pressoché totale e in breve tempo, allontanandosi via via dal piano fisico, cadrà nel sonno profondo. Come possiamo parlare di reincarnazione in questo caso? La scintilla animica presente in quel corpo proseguirà il suo cammino fino al 'mondo dell'anima' e poi entrerà in una nuova incarnazione, ma fra la precedente e la successiva non esisterà alcun genere continuità. La nostra anima deciderà in quale famiglia andare e quale personalità indossare senza che noi ne sappia nulla, perché *noi* siamo morti. Non possiamo in alcun senso affermare che sia lo stesso *individuo* a incarnarsi, poiché quell'individuo non è nemmeno mai esistito, non si è mai creato nemmeno l'abbozzo di un vero Io, e tutto ciò che quell'essere vivente era è definitivamente scomparso poco tempo dopo il distacco dal corpo fisico. Qui non possiamo parlare nemmeno di 'sopravvivenza dopo la morte', se non in riferimento a un guscio astrale privo di qualsiasi autocoscienza.

Fra queste tre principali condizioni possiamo collocare un'infinità di situazioni intermedie.

Per la maggior parte delle persone sulla Terra non c'è reincarnazione e il loro aldilà non è che una vita da zombie astrali preda dell'istinto di sopravvivenza. Questo corpo astrale semi-cosciente fa di tutto per restare ancorato alla Terra – compreso il vampirizzare energia ai vivi – perché è l'unica realtà che conosce. A un certo punto però anche il corpo astrale giunge a consumazione e allora l'individuo scompare. Il fatto che la 'fiammella animica', abbandonato anche l'involucro astrale, potrà successivamente costruirsi un altro apparato psicofisico e abitarlo... non è di alcuna consolazione per l'individuo che muore, il quale con tale 'fiammella' non ha in realtà mai avuto contatti coscienti. Per chiamare questa 'cosa' reincarnazione, ci va molta fantasia.

– Domanda: Cosa ne pensi del fenomeno dei ragazzi indaco?

– Risposta: L'essere umano è un 'alchimista inverso', possiede cioè la capacità di trasformare l'oro in merda. Per i cosiddetti 'bambini indaco' rischia di andare proprio così. Già da diversi decenni (i primi sono arrivati negli anni '50 e '60 e sono stati protagonisti della rivoluzione del '68), e con ritmo sempre maggiore, si stanno incarnando sulla Terra anime particolarmente evolute. A partire dagli anni '80 hanno cominciato a costituire una percentuale significativa del numero dei nuovi nati, dagli anni '90 sono la maggioranza, e dal '98 circa hanno iniziato a incarnarsi anche i 'bambini cristallo', i quali rappresentano il gradino successivo nel percorso evolutivo. Lo scopo di queste anime è favorire il cambiamento vibrazionale che sta interessando il pianeta e che diverrà sempre più evidente nei prossimi anni. Sebbene nel corso dei passati milioni di anni non si siano evoluti sulla Terra, e non possano dirsi terrestri a tutti gli effetti, in ogni caso non sono alla loro prima incarnazione su questo pianeta, ne hanno già attraversato altre. Questo ha permesso loro di prendere confidenza con il nostro ambiente, ma allo stesso tempo di accumulare karma.

Sono sicuramente anime in possesso di caratteristiche che le predispongono ad aiutare gli altri. Questo aiuto può essere portato in diversi modi: la creazione di opere artistiche, la cura di disagi fisici o psicologici, l'insegnamento sotto qualunque forma. Molti di questi ragazzi sono terapeuti naturali, il che significa che indipendentemente dalla terapia che utilizzano, con la loro sola presenza innalzano la frequenza vibratoria di chi sta loro accanto aiutandone la guarigione. Ma tanti di questi esseri sono dei « guerrieri distruttori », sono venuti per frantumare e incenerire le vecchie strutture sociali, politiche, economiche, scientifiche della Terra. Il loro carattere, fin da tenera età, sarà quindi l'opposto di ciò che normalmente, nell'ambiente new age, si crede sia una cosiddetta 'coscienza evoluta': potranno essere ingestibili, violenti e talora spietati, in quanto poco propensi a provare il senso di colpa.

Sono la nostra salvezza e senza di loro non saremmo capaci di venir fuori da questa situazione planetaria disperata. Ci stanno facendo da maestri, e ci costringono a metterci in gioco e ad aprire il Cuore, ma, ancora una volta, non ricalcheranno la nostra visione 'moralistica' e 'buonista' di cosa è un maestro. Sono in grado di dare molto amore, ma in cambio pretendono che il partner agisca con onestà nei confronti di se stesso e si sforzi di far scaturire un amore altrettanto sincero dal suo Cuore. A loro non piacciono le 'coppie finte' dove sembra che tutto vada bene semplicemente perché non accade nulla di grave. Se

non sentono uno scambio totale di amore, se ne vanno.

Il problema si origina quando tutte le coppie che si interessano in qualche modo di spiritualità sono convinte di aver dato i natali a un bambino indaco. Il che, per quanto ne sappiamo, potrebbe anche essere vero, ma le complicazioni sono dovute all'*atteggiamento* che i genitori immancabilmente adottano nei confronti di tali bambini/adolescenti. Cercano di modellarne il carattere secondo quella che è la loro idea, di solito molto moralista, di 'anima evoluta'. Trasmettere a un bambino la convinzione di essere speciale, di essere un supereroe venuto a salvare la Terra, di essere un messia... non favorisce certo uno sviluppo equilibrato del suo carattere! Inculcargli inoltre che per salvare la Terra deve distribuire sorrisi e carezze gratuitamente a tutti, risulta ancora più deleterio!

I genitori dimenticano che i loro figli, che siano 'speciali' o meno, attraverseranno comunque tutti i problemi cui devono far fronte gli altri bambini e gli altri giovani 'normali'. Dovranno anche risolvere i loro nodi karmici. Già la distinzione fra 'indaco' e 'normale' è totalmente priva di senso, e sta a indicare come gli uomini siano in grado di triturare ogni aspetto elevato dell'Esistenza tra le fauci del loro ego, trasformando, per l'appunto, l'oro in merda. Solo l'ego infatti può avvantaggiarsi di una divisione del genere. Se i genitori non permettono ai loro figli, indaco o meno, di strutturare un'identità 'normale', senza caricarli di aspettative e senza cercare di conformarli a una loro idea di ciò che è 'spirituale', questi cresceranno in maniera squilibrata e non porteranno a termine il loro compito, qualunque esso sia.

Per quanto mi riguarda io so che esistono i Portatori della Fiamma, individui dotati di Fuoco interiore, particolarmente adatti a cambiare il mondo *incendiandolo* attraverso la diffusione di nuovi modi di pensare e agire. Ma il loro carattere somiglia più a quello di Alessandro Magno o Gengis Khan che a quello di Krishnamurti o Padre Pio. Per la prima parte della loro esistenza vivono una vita normale, di norma ricca di difficoltà di adattamento, poi un giorno si *attivano* e iniziano a incarnare la missione per cui sono venuti. Sono persone indaco? Non lo so. Io distinguo fra "utili alla causa" e "non utili alla causa", non fra indaco e non-indaco. Non mi interessa che qualcuno abbia l'aura colorata di indaco o che sia 'cristallo'... se poi non mi è utile come collaboratore al progetto che io sono venuto a realizzare. Sarà 'speciale' per qualcun altro, ma non per me in questo momento.

Un giorno diedi della scema a una ragazza che continuava a ostentare un'espressione amorevole anche quando le facevo notare che stava sbagliando a eseguire dei lavori di grafica al pc. Non lo feci perché godo a insultare le persone, né per affermare la mia superiorità, lo feci per amore, perché era la cosa più giusta da fare in quel momento, era il modo migliore per aiutarla, e perché sapevo che tipo di famiglia aveva alle spalle. Il giorno seguente si presentò la madre inviperita: "Come si permette di trattare così mia figlia? Eppure l'avevo avvisata che mia figlia è una ragazza indaco!".

I genitori, consciamente o meno, usano i figli per riempire le loro lacune sociali: "Mio figlio farà ciò che io non sono riuscito a fare!" "Io non sono stata nessuno... mio figlio invece è qualcuno, perché è indaco". Questo meccanismo psicologico può emergere anche nei genitori di ragazzi indaco: i figli diventano un modo per riscattarsi dall'anonimato. Non so se quella ragazza fosse indaco o meno, ma una cosa è certa: la madre la stava istupidendo riempiendogli la testa con queste idee assurde ed educandola in maniera sbagliata. L'aveva caricata di responsabilità circa la sua missione sulla Terra e schiacciata con le sue aspettative. Le aveva insegnato a comportarsi in pubblico da 'illuminata', sorridendo sempre e mostrando solo amore. La ragazza recitava il ruolo della distributrice automatica d'amore, ma dentro, a un livello profondo, era frustrata, perché il suo carattere era quello della Guerriera. La sua psicologia era diventata finta. A un livello profondo *sentiva* che la madre in realtà la stava allontanando da ciò per cui era venuta, utilizzandola per riempire i suoi vuoti personali. Presto si sarebbe ribellata comunque, magari scappando di casa o iniziando a drogarsi, perché gli indaco non possono essere costretti a condurre una vita che non sentono.

In altri casi accade però il contrario: ci sono anime molto evolute che, ipnotizzate dalla società, si convincono di essere pecore. La loro autostima viene schiacciata da un sistema educativo uniformante. Tanti giovani tardano ad *attivarsi* proprio perché frenati da paure interiori che impediscono loro di uscire dalla mediocrità. In questo caso la famiglia e l'edu-castrazione scolastica non consentono al *genio* interiore – il *daimon* – di emergere e manifestarsi liberamente nel mondo.

Ci sono indaco che hanno commesso omicidi, altri sono morti suicidi, alcune ragazze indaco sono anoressiche, fra i tossicodipendenti se ne trova un numero enorme, oppure possiamo scoprirli fra coloro che trascorrono i week end nei rave a impasticcarsi nel disperato tentativo di riassaporare quell'Unità che per

loro è così vitale. Personalmente ho conosciuto molti più ‘illuminati’ fra i tossicodipendenti che nelle cosiddette scuole spirituali. Alcuni sono estremamente violenti, non a caso fra gli studiosi di questo fenomeno si parla di ‘*rabbia indaco*’, la stessa emozione che, se portata a un’ottava superiore, ossia nel Cuore, si trasmuta nell’« impeto guerriero » indispensabile per la missione di *smantellamento* e *distruzione* dell’ordine sociale che queste anime spesso devono intraprendere. L’espressione migliore per definirli è “demolitori di sistemi”.

Quelli che sopravvivono e riescono a stare lontani dalla galera di norma vivono vite piene di angosce e tormenti. Non riescono a studiare, non riescono a lavorare e non vedono prospettive in un modo governato da persone il cui unico scopo è guadagnare più soldi degli altri. Più le loro coscienze sono ‘diverse’ meno sono abili a incastonarsi nell’ingranaggio sociale. Pochi riescono a trovare compromessi con le regole della comunità così presto da divenire operativi già in giovane età. Per gli altri c’è un vero e proprio periodo di « passione », che può anche durare tutta la vita: alcuni si *attivano* a 50 o 60 anni.

I bambini ‘cristallo’ hanno cominciato a nascere solo alla fine degli anni ’90. Sono caratterialmente differenti rispetto agli indaco, perché sono già interamente focalizzati nel Cuore: si incarnano per ricostruire dopo che gli indaco hanno distrutto. Soffrono meno degli indaco, sono meno depressi e meno violenti, ma sono anche più delicati, hanno bisogno di maggiore attenzione sia a livello fisico che psicologico. Per esempio sono molto sensibili a suoni, colori, profumi e campi elettromagnetici presenti nella casa: di fronte a certe combinazioni di colori o certi suoni possono manifestare reazioni fuori dal normale. Sono molto selettivi riguardo la musica da ascoltare. Sono vulnerabili all’inquinamento di ogni genere. Mentre gli indaco hanno già trascorso altre vite sulla Terra, i cristallo sono spesso alla prima incarnazione terrestre, ma quando vogliono sono già perfettamente in grado di imporsi e farsi valere.

Non state a chiedervi se siete indaco o meno, se siete cristallo o meno (ma in questo caso avreste al massimo 10 anni di età!). Se vi sentite di poter fare qualcosa per il mondo... fatelo! Buttatevi! Strappatevi via dalla trappola psichica e *attivatevi*! Le mani di Dio sono ovunque, e ovunque vi butterete verrete sostenuti.

UN PROGETTO PER IL FUTURO

Niente nell'universo può resistere all'ardore convergente di un numero sufficientemente grande di intelligenze raggruppate e organizzate.

Pierre Teilhard de Chardin, filosofo paleontologo

In questo Corso di Risveglio della Coscienza viene presentato un numero davvero notevole di idee. Si potrebbe in realtà scrivere un intero libro su ogni singola lezione del corso. È ciò che di più completo esiste attualmente nel campo della crescita della coscienza.

Nessuna di queste idee mi appartiene e non posso accampare alcun diritto su di esse. Sono idee *tradizionali* che vengono tramandate nello stesso modo da migliaia di anni e hanno avuto origine sul continente atlantideo. Io non sono un maestro, sono solo un ricercatore, come lo sono stati tutti gli alchimisti venuti prima di me.

Il mio scopo è far emergere 'maestri', non imprigionare le persone nel ruolo di 'allievi'. Non creo allievi poiché il mio ego non ha più necessità di affermare se stesso recitando il ruolo del maestro. In altre parole, non ho bisogno di fare il maestro per potermi sentire qualcuno. Io so di essere qualcuno, perché *sono* un'anima immortale. Ho risolto eventuali 'pendenze' psicologiche con le figure genitoriali, per cui non devo compensare una figura paterna assente ponendomi io stesso come 'padre' di eventuali figli/allievi, né devo sopperire a una mancanza di affetto materno instaurando rapporti 'malati' con figlie/allieve.

Il mio scopo è che tali idee si diffondano sempre di più, in quanto ritengo sia giunto il periodo storico più adatto per operare un risveglio delle coscienze su ampia scala. rego che il Padre continui a darmi la forza per farlo in maniera

chiara e semplice.

È finito il tempo delle ‘scuole occulte’ ed è venuto il tempo dei gruppi di Lavoro. La mia speranza è che nel prossimo futuro si creino piccole comunità indipendenti dal punto di vista della sopravvivenza materiale, all’interno delle quali sia anche possibile portare avanti un Lavoro di risveglio interiore. Saranno estremamente utili per predisporre ad accogliere il periodo di crisi planetaria che ci attende. Se siamo uniti e ci aiutiamo vicendevolmente a lavorare sui nostri meccanismi psicologici, eviteremo di scivolare nella follia. Sarebbe auspicabile che tali comunità fossero rette da donne, in accordo con il flusso di *energia femminile* che accompagna la Nuova Era. L’ideale sarebbe un triumvirato femminile.

Ho voluto mettere per iscritto queste lezioni in modo da dare la possibilità a chi se la sente di creare dei gruppi di studio che ruotino intorno a tali idee. Anche in questo caso mi auguro che i gruppi verranno finalmente organizzati e guidati da donne. Ripeto quindi l’esortazione che ho già espresso all’inizio del libro:

Invito chiunque venga in possesso di questo libro a:

- *studiarne approfonditamente il contenuto;*
- *applicare nella propria vita i principi che in esso vengono esposti;*
- *svolgere quotidianamente gli esercizi illustrati;*
- *divulgare intorno a sé tali idee secondo quelle che sono le sue capacità di farlo.*

Come spiego in maniera approfondita nel mio libro *Rifare l’Italia*, possiamo cambiare la società solo contribuendo all’innalzamento del livello di coscienza delle persone. Un’azione non può essere cambiata sostituendo un governo con un altro, ma solo rendendo più consapevoli della propria anima i cittadini. Se avremo creato delle solide ed estese fondamenta fra i cittadini, attraverso la divulgazione, allora si potrà in un prossimo futuro tentare un’azione di tipo politico e sociale, capace di coinvolgere la massa. Se invece un gruppo di individui decide di agire ma, per quanto sia composto da persone illuminate, non è sostenuto da una precedente opera preparatoria sulle coscienze, la sua azione è destinata a fallire. Dobbiamo seminare il terreno e questo lo si fa aiutando le persone a *svegliarsi* dal comodo torpore nel quale giacciono.

Esiste sulla Terra un Governo Occulto che mira a tenere succubi gli esseri umani dicendo loro cosa pensare, cosa votare, come curarsi dalle malattie, come è fatto l'Universo, in cosa credere e in cosa non credere. Poche famiglie decidono chi deve occupare le posizioni di governo nei vari Stati finanziando le campagne elettorali e sostenendo un candidato piuttosto che un altro grazie alla manipolazione dei mezzi d'informazione (anch'essi in mano alle medesime famiglie). Le maggiori istituzioni bancarie del mondo controllano la produzione mondiale di petrolio, auto, elettricità e chimica (in particolare farmaceutica). Tutti gli Stati sono indebitati per migliaia di miliardi di dollari con le banche, e le banche internazionali obbediscono alle medesime famiglie. Che vi piaccia o no... questa è la situazione, e non vi sto raccontando tutto, perché se vi raccontassi tutto mi dareste del pazzo, mi sputereste addosso e mi esiliereste ai margini della galassia.

[Per i più curiosi, nella bibliografia ho elencato alcuni interessanti testi di riferimento.]

Coloro che lavorano consapevolmente per il mantenimento e il rafforzamento di questo Governo Occulto manifestano una straordinaria forza di Volontà e possiedono un 'centro di gravità permanente' attorno al quale la loro intera vita ruota. Tutti i giorni si ricordano del loro obiettivo – il potere – e tutti i giorni lavorano indefessamente per mantenerlo. La loro convinzione è granitica e il loro pensiero è totalmente focalizzato su questo proposito, perché sanno che, se i cittadini dovessero risvegliarsi, il potere di cui sono detentori si sgretolerebbe inesorabilmente. Il loro impegno è ammirevole e io ho maggiore ammirazione per loro che per i restanti miliardi di essere umani che conducono una vita da zombie.

Cosa fanno miliardi di esseri umani mentre un gruppo di individui organizzati e sicuri di ciò che vogliono sottrae loro un intero pianeta? Cosa facciamo mentre ci scippano il pianeta da sotto il sedere? Ci preoccupiamo perché il prezzo della verdura al mercato è aumentato. Ci preoccupiamo perché c'è da pagare un mutuo di durata geologica e non abbiamo un lavoro sicuro su cui contare. Ci preoccupiamo perché i nostri figli non hanno voglia di studiare. Ultimamente siamo preoccupati perché si è formato uno strano nodulo sotto la pelle. Sarà un tumore? Se lo è, ce lo siamo meritato, perché noi a nostra volta siamo le cellule tumorali del pianeta ed è giusto che viviamo ciò che vive la Terra su cui abitiamo.

Loro sono organizzati, efficienti, uniti. Possiedono conoscenze

magico/alchemiche approfondite. Noi siamo disorganizzati e disuniti, spesso un gruppo spirituale o una scuola esoterica lottano uno contro l'altra. Le nostre conoscenze in campo esoterico sono scarse e spesso anche errate. Perdiamo tempo ed energie nel seguire insegnamenti inutili fondati esclusivamente sull'apprendimento di tecniche, anziché su un reale risveglio portato nella vita quotidiana. Potremmo divenire gli agopuntori della Terra e invece restiamo le sue cellule tumorali. Dov'è il nostro 'centro di gravità di permanente'? Su cosa siamo focalizzati durante il giorno? Abbiamo uno scopo o viviamo 'a caso'? Chi non ha uno scopo è destinato a servire chi ce l'ha, questa è una legge esoterica ineludibile!

Non è più tempo dell'eroe solitario. Serve l'appoggio eroico di ogni cittadino. Un manipolo di supereroi non può liberare il pianeta da una cerchia di 'vampiri' parassiti senza il sostegno della gente comune. E la gente in questo momento sta collaborando con l'Ombra, non con la Luce. Dedichiamoci dunque al nostro risveglio personale, facciamo in modo che la *presenza* diventi la nostra preghiera quotidiana. Non c'è preghiera che Dio ami più della *presenza* stessa. Il resto sono solo parole.

E nel farlo irradieremo questa *presenza* intorno a noi, perché la *presenza* è contagiosa. Ogni nostra parola e ogni nostro gesto diverranno risveglianti per chi ci circonda. In questo modo si conduce un pianeta fuori dal sonno.

Sta per tornare l'Età dell'Oro, i semi-dei popoleranno di nuovo la Terra... e questi semi-dei siamo noi, siete voi.

**Il nostro motto è:
“Liberi attraverso l'irradiazione del Cuore nell'azione”.**

Rileggete questo libro, o parti di esso, ogniqualvolta la vostra anima ne avverte il bisogno. Un ottimo metodo consiste nell'aprire 'a caso una pagina.

EXITUS

La vibrazione del pianeta si sta alzando all'inverosimile e la coscienza è scossa da continui moti di rivolta.

Siamo al vertice di un vortice che è giunto all'apice.

Lo tsunami sembra fuori invece è dentro.

Il nostro pensiero si rifiuta di obbedire a un organismo sociale basato sulla filosofia del produci-consuma-crepa che giorno dopo giorno ci mastica, ci sputa e ci rimastica. Le gabbie psichiche mostrano segni di cedimento e non c'è più legge che ci possa governare.

Siamo stanchi di un Sistema dove teppisti dell'estetica progettano città-cimitero, nelle quali i corpi lentamente si decompongono trascinandosi dietro pensieri ed emozioni. Siamo uomini o cadaveri? Sottraiamoci alla nostra autopsia quotidiana e apriamo nuovi varchi proprio dove gli altri hanno arretrato. C'è da esser scaltri però, perché ogni tentativo di sottrarre la coscienza al suo sonno millenario rappresenta un crimine perseguibile dalla legge... una legge fatta da chi sul sonno delle coscienze ha costruito il suo potere.

Ma d'altronde... cos'ha da perdere un cadavere che inizia una rivolta?

Il mio pensiero non è più solido, non è più stabile, ha perso il suo vecchio aspetto compatto, monolitico. Da un po' di tempo si è fatto fluido, quasi liquido, sfuggente, non riducibile a una forma statica, non prevedibile, non confinabile, non rilevabile dalle statistiche. Le geometrie della mia mente non sono più euclidee. Non ragiono secondo logica. Non ho un comportamento galileiano, ho perso il metodo, non sono scientifico. Sono un'anima che non crede nella mente.

Non seguo più le "istruzioni per l'illuso", ho deciso che in qualunque dose prenderò la medicina propinata dal Sistema che mi circonda, mi farà comunque

male. E non potrebbe essere altrimenti, dal momento che siamo tutti pazienti a cui nessuno è più capace di fare da medico.

Siamo anime precipitate in un reality show e violentate dai mezzi d'informazione. La nostra psiche di fanciulli è stata deturpata dal paradigma cartesiano, molestata da professori che godevano nell'osservare le nostre coscienze rinsecchirsi sotto i colpi del 'sapere ufficiale'. Uomini di scienza, banchieri e governanti – signori incontrastati della vostra mediocrità – una cosa ci consola: le vostre idee nascono già decrepite e moriranno con voi. Non lascerete traccia nel mondo che verrà. Il Sole del Nuovo Eone vi brucerà come vampiri.

Le iene che governano il pianeta sono protette dal consenso che trovano presso le stesse vittime che quotidianamente dilaniano. Milioni di cittadini ubriacati dalla materia, intontiti dal desiderio di possesso, schiacciati dalla paura di non avere abbastanza soldi per sopravvivere, si combattono fra loro mentre vengono immolati sull'altare della "società del consumo". Qualcuno succhia il nostro sangue proprio sotto i nostri occhi, proprio adesso, mentre noi facciamo a gara a chi resiste di più con la testa dentro il cesso.

Iniettatemi il siero della verità e vi dirò che la nostra realtà quotidiana l'ha descritta Carpenter in Essi Vivono. Pensate che abbia triturato i Fiori del Male di Baudelaire e me li sia fumati? Chiedete al folletto con gli occhiali Malanga se volete sapere come vanno le cose. Voglio passare dalla ragione al torto, perché sono allergico all'approvazione popolare. Più dico il vero più divento invisibile agli 'esperti del settore', e mi sottraggo all'agghiacciante possibilità che un 'esperto' riesca a parlare di ciò che ho scritto e detto.

Sono l'untore che striscia nella notte e infetta la mente dell'uomo medio-cre con il virus del dubbio. Le menti infette non servono ai vampiri del pianeta, perché non sono più funzionali al Sistema. Ma l'infezione si espande e i vampiri hanno le ore contate.

Iene, ascoltate: i Portatori della Fiamma si sono incarnati: chiudetevi in casa, scavate una trincea e assoldate sicari della mafia. Ma non basterà, perché noi veniamo dal 'mondo di sopra', e ci avventeremo come aquile sulle vostre teste. Temete l'ira dei giusti poiché sanno essere implacabili. Succederà come a Pompei: tutti mangiavano e bevevano e il Fuoco ha travolto il loro *sonno*.

Vegliate dunque, poiché non sapete quando il padrone di casa ritornerà.

Di recente sono apparso alla Madonna... e piangevo sangue, ma non ero affranto e non sprizzavo odio dal mio Cuore, era sangue intriso di compassione, di speranza e d'impeto guerriero, era sangue alchemico, cristico... che risanava la Terra su cui cadeva. È il sangue di chi non si rassegna, di chi ha capito che è meglio morire piuttosto che vivere da morto. Braccato dal “pensiero medio” mi difendo con la lama della consapevolezza. Orgoglioso di appartenere a una “categoria a rischio”, lavoro senza tregua per la costruzione di una nuova Età dell'Oro. Al posto degli occhi ho due pistole e quando guardo guardo solo per colpirti al Cuore.

ELENCO DEI TESTI CONSIGLIATI DURANTE IL CORSO

INDISPENSABILI

- Il potere di adesso* di Eckhart Tolle, 1997, Armenia.
Il destino come scelta di Thorwald Dethlefsen, 1979, Mediterranee.
Il lavoro pratico su se stessi di E. J. Gold, 1989, Edizioni Crisalide.
La macchina biologica umana di E. J. Gold, 1991, Edizioni Crisalide.
Vedute sul mondo reale di Georges I. Gurdjieff, (discorsi 1917-1931), Neri Pozza.
Il ricordo di sé di Robert Earl Burton, 1991, Astrolabio.
Officina Alkemica di Salvatore Brizzi, 2006, Antipodi Edizioni.
La porta del mago di Salvatore Brizzi, 2007, Antipodi Edizioni.

CONSIGLIATI

Esoterismo - Teosofia

- L'Iniziazione* di Rudolf Steiner, 1904/05, Editrice Antroposofica.
Oltre le frontiere della mente di Osho, 1989, Editrice Psiche.
Trattato di magia bianca di Alice A. Bailey, (canalizzati tra 1919-1949), Editrice Nuova Era.
Dall'intelletto all'intuizione di Alice A. Bailey, (canalizzati tra 1919-1949), Editrice Nuova Era.
Le forme pensiero di A. Besant e C.W. Leadbeater, 1901, Anima Edizioni.
Il piano astrale di C.W. Leadbeater, 1896, Edizioni Teosofiche Italiane.
Sogni di C.W. Leadbeater, 1896, Edizioni Teosofiche Italiane.
Gli aiutatori invisibili di C.W. Leadbeater, 1896, Macro-Alaya.
Il lato nascosto delle cose di C.W. Leadbeater, 1913, Macro-Alaya.

Amore e saggezza di Leo e Viola Goldman, 1996, Edizioni Synthesis.
Forme pensiero vol. I e II di Anne Givaudan, 1996 e 2004, Edizioni Amrita.

Corpi sottili

Il doppio eterico di A. E. Powell, 1925, Edizioni Alaya.
Il corpo astrale di Arthur E. Powell, 1927, Edizioni Alaya.
Il corpo mentale di A. E. Powell, 1927, Edizioni Alaya.
Le vesti di luce – leggere l'aura di Anne e Daniel Meurois-Givaudan, 1988, Amrita.
L'altro volto di Gesù di Anne e Daniel Meurois-Givaudan, 1994, Amrita.
Antiche terapie essene e lettura dell'aura di Anne Givaudan, 1998, Amrita.

Medicina

Malattia e destino di Thorwald Dethlefsen, 1984, Mediterranee.
Metamedicina – Ogni sintomo è un messaggio di Claudia Rainville, 2002, Edizioni Amrita.
La medicina sottosopra – e se Hamer avesse ragione? di Mambretti/Séraphin, 1999, Edizioni Amrita.
La terapia verbale di Gabriella Mereu, 2000, Mereu.
Così curavano di Daniel Meurois-Givaudan, 2003, Amrita.
Sistema immunitario e vaccinazioni di Heinrich Kremer, 2003, Macro Edizioni.
Le Vaccinazioni Pediatriche di Roberto Gava, 2006, Salus Infirmorum.
Farmaci che ammalano di Moynihan/Cassels, 2005, Nuovi Mondi Media.
La mafia della Sanità di Guylaine Lanctot, 1997, Macro Edizioni.
AIDS – Il virus inventato di Peter Duesberg, 1998, Baldini e Castoldi.
AIDS – E se fosse tutto sbagliato? di Christine Maggiore, 2000, Macro Edizioni.
Manuale per genitori dei bambini indaco di Carolina Hehenkamp, 2005, Macro Edizioni.

Alchimia e Magia

Il potere della Kabbalah di Yehuda Berg, 2004, Tea.
L'apertura del cammino di Isha Schwaller de Lubicz, 1985, Edizioni Riza.
Il diario di un alchimista di Douglas Baker, 1977, Edizioni Crisalide.
Agricoltura Celeste di Giorgio Sangiorgio, 2005, Edizioni Cenacolo Umanistico Adytum.
Magick di Aleister Crowley, 1929, Astrolabio.
Magia Sexualis di Pascal B. Randolph, 1931 (trad. di manoscritti del 1870),

Mediterranee.

L'uomo come potenza di Julius Evola, 1925, Mediterranee (per studiosi della materia).

La tradizione ermetica di Julius Evola, 1931, Mediterranee (per studiosi della materia).

Oltre la morte

Cronaca di una disincarnazione di Anne e Daniel Meurois-Givaudan, 1993, Edizioni Amrita.

I 9 scalini di Anne e Daniel Meurois-Givaudan, 1991, Edizioni Amrita.

Cenni sulla morte di C.W. Leadbeater - Annie Besant, 1912, Blu International Studio.

Rincarnazione di Annie Besant, 1892, Blu International Studio.

La vita dopo la morte di Douglas Baker, 1982, Edizioni Crisalide.

Reincarnazione: 20 casi a sostegno di Ian Stevenson, 1980, Edizioni Armenia.

Morire per rinascere di Jean Louis Siémons, 1987, Mediterranee.

Governo occulto e controllo sociale

Il lato oscuro del Nuovo Ordine Mondiale di Marcello Pamio, 2004, Macro Edizioni.

Dopo l'11 Settembre – dalla sottomissione alla libertà vol. II di Anne Meurois-Givaudan, 2004, Edizioni Amrita.

L'ultimo valzer dei tiranni di Ramtha, 1987, Macro Edizioni.

Io sono me stesso, io sono libero di David Icke, 1996, Macro Edizioni.

Controllo mentale di Armen Victorian, 2000, Nexus Edizioni.

Virus letali e terrorismo mediatico di Claudia Benatti, 2002, Macro Edizioni.

ALTRI TESTI IN BIBLIOGRAFIA

La triplice via del Fuoco di Raphael, 1986, Edizioni Asram Vidya.

La via senza testa di Douglas Harding, 1961, Ubaldini.

Il Libro dei Segreti di Osho, 2001, Bompiani.

Frammenti di un insegnamento sconosciuto di P.D. Ouspensky, 1915-1923, Astrolabio.

La scienza occulta di Rudolf Steiner, 1910, Editrice Antroposofica.

La proiezione astrale di Douglas Baker, 1979, Edizioni Crisalide.

Storia dell'Atlantide di William Scott-Elliot, 1896, Blu International Studio.
Rifare l'Italia di Salvatore Brizzi, 2008, Antipodi Edizioni.
Alieni o demoni di Corrado Malanga, 2007, Chiaraluna Edizioni.
Alleanza di Anne e Daniel Meurois-Givaudan, 2000, Amrita.
Il mito del Vril di Bahn/Gehring, 1997, Settimo Sigillo.
La Cucina del Diavolo - Sai cosa mangi? di Günther Schwab, 1995, Macro Edizioni.
Sugar blues di William Dufty, 1975 (ed. agg. 2000), Macro Edizioni.
Errori della scienza di Luc Bürgin, 1997, Bompiani.
Fidati! Gli esperti siamo noi di Rampton/Stauber, 2001, Nuovi Mondi Media.
Il mistero del 2012 di AAVV, 2007, Edizioni Il Punto d'Incontro.
Sei personaggi in cerca d'autore di Luigi Pirandello, 1921, Giunti Editore.
Uno, nessuno e centomila di Luigi Pirandello, 1925, Giunti Editore.
1984 di George Orwell, 1948, Oscar Mondadori.
Il Golem di Gustav Meyrink, 1915, Bompiani.
Il volto verde di Gustav Meyrink, 1917, Adelphi.
Zanoni di Edward Bulwer-Lytton, 1842, Tea.
La razza ventura di Edward Bulwer-Lytton, 1871, Arktos.
Flatlandia di Edwin A. Abbott, 1882, Adelphi.

ELENCO DEI FILM CONSIGLIATI DURANTE IL CORSO

INDISPENSABILI

IL VANGELO SECONDO MATTEO di Pier Paolo Pasolini, 1964, Italia.

LA MONTAGNA SACRA (tit. orig. *La Montaña Sagrada*) di A. Jodorowsky, 1973, Messico/USA. I primi venti minuti hanno per protagonista un “povero Cristo” e sono totalmente visionari e simbolici, poi si raccontano le storie di 7 personaggi, i quali iniziano il percorso iniziatico di ascesa alla Montagna guidati da un maestro.

ALLUCINAZIONE PERVERSA (tit. orig. *Jacob's Ladder*) di Adrian Lyne, 1990, Usa (con Tim Robbins, Danny Aiello). Nella vita di un uomo reduce dal Vietnam accadono fatti sempre più strani ed egli è vittima di terribili allucinazioni, fino a quando un medico non gli confessa che sugli uomini del suo plotone era stata sperimentata una nuova droga.

IL PIANETA VERDE (tit. orig. *La Belle Verte*) di Coline Serrau, 1996, Francia. Manifesto cinematografico della New Age: una donna viene sul pianeta Terra e ha il potere di cambiare il modo di pensare delle persone. Commedia molto divertente.

NIRVANA di Gabriele Salvatores, 1997, Italia/GB/Francia (con Christopher Lambert, Diego Abatantuono, Sergio Rubini, Stefania Rocca). E se il personaggio del videogioco si risvegliasse e cominciasse a rivolgersi al suo Creatore per fargli delle domande... il Creatore lo aiuterebbe a liberarsi dal videogioco?

THE TRUMAN SHOW di Peter Weir, 1998, Usa (con Jim Carrey). La realtà esiste oggettivamente o è solo un qualcosa che ci è stato costruito intorno e sfrutta le nostre paure per rimanere saldamente al suo posto e impedirci di andare... oltre il mare?

IL TREDICESIMO PIANO (tit. orig. *The Thirteenth floor*) di Josef Rusnak,

1999, Usa/Germania (con Craig Bierko, Vincent d'Onofrio). Al tredicesimo piano di un edificio si progettano realtà virtuali immersive. Ma a un certo punto il creatore del progetto viene trovato ucciso in un vicolo.

MATRIX di Andy e Larry Wachowski, 1999, USA, (con Keanu Reeves, Carrie-Ann Moss).

Hai mai fatto un sogno tanto realistico da sembrarti vero? E se da un sogno così non ti dovessi più svegliare, come potresti distinguere il mondo dei sogni da quello della realtà? (Morpheus).

LA PASSIONE (tit. orig. *Passion*) di Mel Gibson, 2003, Italia/Usa. Realistica trasposizione cinematografica della storia di Gesù dalla cattura nell'Orto degli Ulivi – il Getsemani – fino alla resurrezione.

CUORE SACRO di Ferzan Ozpetek, 2005, Italia. Una donna in carriera, a causa di due shock ravvicinati che coinvolgono e sconvolgono la sua vita privata, entra in una profonda crisi esistenziale.

IL GRANDE SILENZIO (tit. orig. *Die grosse Stille*) di Philip Gröning, 2005, Germania. Film documentario girato nel monastero certosino de La Grande Chartreuse, situato sulle montagne vicine a Grenoble. 162 minuti di totale silenzio meditativo seguendo la vita quotidiana dei monaci: o entrate in un altro stato di coscienza o uscite dalla sala dopo dieci minuti!

CONSIGLIATI

LA BUSSOLA D'ORO (tit. orig. *The Golden Compass*) di Chris <http://www.mymovies.it/biografia/?r=17217Weitz>, 2007, Usa/GB. Lyra è una ragazzina sveglia con un destino particolare, ma viene concupita dalla bella affascinante Mrs. Coulter (Nicole Kidman). Riuscirà comunque a salvare i suoi amici rapiti dagli ingoiatori? Ogni personaggio del film è seguito dal suo "daimon", cioè la sua anima, personificata in un animale. Da non perdere.

EXISTENZ di David Cronenberg, 1998, Canada/GB (con Jennifer Jason Leigh, Jude Law). Se la realtà virtuale immersiva di un famoso videogioco diventasse così reale da non potersi distinguere dalla realtà vera, come faremmo a sapere in quale realtà siamo? E... soprattutto... ci sarebbe differenza?

MOEBIUS di Gustavo Mosquera, 1996, Argentina. Un giovane matematico specializzato in topografia dovrà risolvere il caso della sparizione di un treno della metropolitana compresi i viaggiatori all'interno.

LA ZONA MORTA (tit. orig. *The Dead Zone*) di David Cronenberg, 1983, Usa

(con Christopher Walken). Un uomo dopo un grave incidente entra in coma. Al suo risveglio si accorge di aver acquisito particolari facoltà di preveggenza toccando la mano delle persone.

ESSI VIVONO (tit. orig. *They Live*) di John Carpenter, 1988, Usa. B-movie di fantascienza dove il protagonista scopre che indossando degli occhiali speciali può vedere quante persone sono in realtà degli alieni che fingono di essere umani. Non è registicamente un grande film, ma il contenuto è più attinente alla realtà di quanto normalmente si pensi.

PI GRECO – Il teorema del delirio (tit. orig. *Pi Greco*) di Darren Aronofsky, 1998, Usa. Un geniale matematico vuole scoprire lo schema che sta alla base dei movimenti della Borsa... ma scoprirà molto di più, trasformando se stesso.

IL SESTO SENSO (tit. orig. *The Sixth Sense*) di M. Night Shyamalan, 1999, Usa (con Bruce Willis).

THE OTHERS di Alejandro Amenábar (tit. orig. *Los Otros*) 2001, Spagna/Francia/Usa (con Nicole Kidman).

LINEA MORTALE (tit. orig. *Flatliners*) di Joel Schumacher, 1990, Usa (con Kiefer Sutherland, Julia Roberts, Kevin Bacon). Alcuni studenti di medicina vogliono scoprire cosa c'è dopo la morte e si sottopongono a un pericoloso esperimento che mira a provocare artificialmente delle “esperienze di premorte” (Near Dead Experience).

STATI DI ALLUCINAZIONE (tit. orig. *Altered States*) di Ken Russell, 1980, Usa (con William Hurt). Ispirato agli esperimenti sugli stati alterati di coscienza condotti dallo scienziato John Lilly negli anni '60.

ORLANDO di Sally Potter, 1992, GB (con Tilda Swinton, Billy Zane). Alla fine del '500, durante il regno della regina Elisabetta, in Inghilterra, Orlando ha sedici anni ed è uno dei favoriti di corte. Attraverserà la storia fino ai nostri giorni, immortale e mutando sesso.

THE EXORCISM OF EMILY ROSE di Scott Derrickson, 2005, Usa. Resoconto fedele di un episodio di esorcismo realmente accaduto. Un thriller ben girato e un finale che fornisce al film una profondità spirituale insospettata.

GUERRE STELLARI – EPISODE III (tit. orig. *Star Wars: Episode III- Revenge of the Sith*) di George Lucas, 2005, Usa (con Ewan McGregor, Samuel L. Jackson). Un allievo jedi sul percorso iniziatico, a causa di dispiaceri personali si vota al Lato Oscuro della Forza.

AL DI LÀ DELLA VITA (tit. orig. *Bringing Out the Dead*) di Martin Scorsese, 1999, Usa (con Nicolas Cage, Patricia Arquette, John Goodman). Il paramedico Frank Pierce percorre con l'ambulanza le strade allucinate di un quartiere malfamato di New York, cercando di salvare qualcuno dalla morte e se stesso dalla disperazione.

THE ISLAND di Michael Bay 2005 Usa (con Ewan McGregor, Scarlett Johansson, Steve Buscemi). Gli abitanti di una città sotterranea del futuro credono di essere gli unici sopravvissuti a una contaminazione globale e che la loro residenza sotterranea sia l'ultimo luogo rimanente privo di agenti patogeni. La possibilità di riprodursi e ripopolare un'isola che si trova in superficie viene concessa solamente ai vincitori di una lotteria. Ma la realtà è ben diversa.

GHOST di Jerry Zucker, 1990, Usa (con Patrick Swayze, Demi Moore, Whoopi Goldberg). Mentre Sam e Molly si incamminano sulla strada di casa dopo una serata a teatro, un ladro uccide Sam. Quest'ultimo si ritrova improvvisamente sbalzato nell'aldilà sotto le sembianze di fantasma, ma riesce ancora a percepire quanto accade nel mondo fisico.

AL DI LÀ DEI SOGNI (tit. orig. *What Dreams May Come*) di Vincent Ward, 1998, Usa (con Robin Williams). Chris viene ucciso sulla strada in un incidente. La sua anima viene aiutata a prendere coscienza della sua morte da Albert, un professore che lo aveva seguito quando studiava medicina e che lui considerava come un secondo padre. Inizialmente l'anima non può fare a meno di stare accanto alla moglie rimasta sulla Terra; poi però si rende conto che deve abbandonarla per raggiungere il 'suo' paradiso.

RICOMINCIO DA CAPO (tit. orig. *Groundhog Day*) di Harold Ramis, 1992, Usa (con Andie MacDowell, Bill Murray). Un giornalista e una produttrice televisiva si recano in un piccolo paese per girare un servizio sul Giorno della Marmotta. Una mattina lui si sveglia e inizia a rivivere gli stessi eventi del giorno prima.

APPENDICE I

Gli esercizi vanno svolti secondo cicli di sette giorni, questo infatti è il tempo che normalmente intercorre fra una lezione del corso e quella successiva. Se per svolgere un argomento occorrono due lezioni anziché solo una, gli esercizi già svolti nella settimana precedente possono essere nuovamente assegnati.

PROSPELTO DEGLI ESERCIZI

Esercizio I

Ricordiamoci di noi mentre ci spogliamo e ci vestiamo.

Esercizio II

Ricordiamoci di noi mentre ci spogliamo e ci vestiamo.

Ricordiamoci di noi ogni volta che attraversiamo una porta.

Esercizio III

Ricordiamoci di noi mentre ci laviamo i denti, ci laviamo il viso, facciamo la doccia, la barba, ci depiliamo.

Esercizio IV

Proseguiamo come Esercizio III.

Esercizio V

Ricordiamoci di noi ogni volta che attraversiamo una porta.

Esercizio VI

Eliminiamo una parola dal nostro parlare.

Ricordiamoci di noi mentre ci spogliamo e ci vestiamo, come all'Esercizio I.

Esercizio VII

Mangiamo con consapevolezza.

Esercizio VIII

Mangiamo con consapevolezza.

Eliminiamo una parola dal nostro parlare.

Esercizio IX

Imitiamo la postura e i gesti del nostro interlocutore.

Ricordiamoci di noi tutte le volte che ci alziamo e sediamo.

Esercizio X

Rilassiamo i muscoli del corpo almeno 1 volta ogni ora.

Decidiamo di non assumere più una certa postura.

Esercizio XI

Ricordiamoci di noi mentre camminiamo per tratti di pochi minuti.

Ricordiamoci di noi tutte le volte che ci alziamo e sediamo.

Esercizio XII

Ricordiamoci di noi tutte le volte che squilla un telefono.

Ricordiamoci di noi mentre camminiamo, come all'Esercizio XI.

Esercizio XIII

Mangiamo con la mano sinistra.

Ricordiamoci di noi mentre ci spogliamo e ci vestiamo, come all'Esercizio I.

Esercizio XIV

Ricordiamoci di noi tutte le volte che accendiamo un interruttore.

Svolgiamo le attività della 'zona bagno' (barba, depilazione, denti...) con la mano sinistra.

Esercizio XV

Ricordiamoci di noi mentre espletiamo le nostre funzioni organiche (pipì e cacca).

Esercizio XVI

Proseguiamo come Esercizio XV.

Ripetiamo “Io sono”, almeno una volta ogni ora.

Esercizio XVII

Proseguiamo sempre come Esercizio XV.

Ricordiamoci di noi tutte le volte che iniziamo a parlare con qualcuno.

Esercizio XVIII

“Cammina sempre un metro dietro di te”.

Esercizio XIX

Proseguiamo come Esercizio XVIII.

Resistiamo a ogni desiderio di approvazione.

Esercizio XX

Ripetiamo “Io sono”, almeno una volta ogni mezz’ora.

Osserviamo quale emozione proviamo prima di rispondere al telefono.

Esercizio XXI

Ripetiamo “Io sono”, almeno una volta ogni mezz’ora.

Non pensiamo a un dato argomento per l’intera giornata.

Esercizio XXII

Camminiamo immaginando di non avere più la testa.

Ricordiamoci di noi al momento dell’orgasmo.

Esercizio XXIII

Camminiamo immaginando di non avere più la testa.

Evitiamo di pronunciare il termine “Io”.

Esercizio XXIV

Ricordiamoci di noi mentre guardiamo la televisione.

Evitiamo di pronunciare il termine “Io”.

Ricordiamoci di noi al momento dell’orgasmo.

Esercizio XXV

Ricordiamoci di noi mentre parliamo con altre persone.

Sforziamoci di cambiare andatura mentre camminiamo.

Alcuni di questi esercizi possiamo prostrarli al di là dei sette giorni stabiliti e trasformarli nei nostri 'compagni di viaggio'. Per esempio non c'è nessuna ragione per cui non dovremmo *sempre* ricordarci di noi mentre ci spogliamo e ci vestiamo, così come quando mangiamo o al momento dell'orgasmo. Resistere a ogni desiderio di approvazione può essere *sempre* un buon metodo per crescere più in fretta. Anche eliminare le espressioni meccaniche dal nostro parlare (come gli intercalari) è un esercizio da portare avanti tutto l'anno.

APPENDICE II

Al termine di questa trattazione vorrei ancora una volta ricordare che il Lavoro di risveglio interiore è in fondo qualcosa di estremamente semplice. Non si tratta di ottenere un particolare risultato attraverso complicate tecniche, ma solo di restare focalizzati sulla Volontà di risveglio per più tempo che ci è possibile. In pratica il risveglio consiste unicamente nel non dimenticare mai che siamo qui per svegliarci!

Nel frattempo le naturali circostanze della vita fanno sì che perdiamo i nostri attaccamenti e ci identifichiamo sempre più con l'anima. In realtà non dobbiamo nemmeno fare qualcosa per comprendere gli eventi di cui siamo protagonisti giorno dopo giorno, in quanto il solo viverli senza rifiutarli, con Fede, fa sì che svolgano la loro funzione purificatrice. Ma anche il viverli rifiutandoli fa sì che svolgano tale funzione... ci vorrà solo un po' più di tempo.

Rammentiamo ora 'l'esercizio degli esercizi', quello che più di tutti può contribuire a un risveglio naturale e progressivo e che sarebbe bene non dimenticare lungo il percorso di trasformazione. È quello di cui si parla alla Lezione XI, l'"Esercizio principe":

Tutte le volte che non siamo in uno stato di gioia, che non siamo innamorati del mondo e soffriamo per una qualche ragione, il motivo è che non riusciamo a *vedere* con gli occhi del Cuore quanto sta accadendo intorno a noi. Lamentiamoci, arrabbiamoci, deprimiamoci, proviamo paura o sconforto, gridiamo il nostro fastidio, facciamo insomma tutto quanto siamo soliti fare; ma, una volta tornati in noi, anche se accade dopo qualche ora, cominciamo a pensare in maniera capovolta rispetto al consueto: "Io sto male solo perché non ho occhi per vedere il mondo, altrimenti vedrei solo Bellezza."

"Non sono io a stare male, ma l'apparato psicofisico di cui sono ospite, la

mia natura animale.”

“La sofferenza che questa macchina biologica sta provando, non è dovuta a qualcosa che non va bene nel mondo esterno, ma al fatto che essa è stata progettata per sopravvivere, non per cogliere la Verità.”

“Ne ho abbastanza di questa allucinazione. IO VOGLIO VEDERE IL MONDO PER COME VERAMENTE È.”

Vi lascio con un ultimo esercizio riportato da Osho durante uno dei suoi discorsi. Anche questa pratica è antica di millenni, ma la sua efficacia resta immutata. Si fonda sulla potenza che una persona è in grado di sviluppare quando pronuncia il suo stesso nome a voce alta.

Buon Lavoro a tutti.

Questa tecnica dice di non fare nulla con l'ansia. Solo... rimani sveglio! Ti voglio raccontare un aneddoto della vita di Bokuju, un maestro Zen. Costui viveva da solo in una caverna ma, durante il giorno, e a volte persino di notte, diceva ad alta voce: “Bokuju!”, che era il suo nome, e poi si rispondeva: “Sì, sono qui”. E non c'era nessun altro in giro.

I suoi discepoli gli chiedevano: “Perché chiami ‘Bokuju’, che è il tuo nome, e poi ti rispondi: ‘Sissignore, sono qui’?”

Lui spiegava: “Quando mi metto a pensare, devo ricordare a me stesso di rimanere sveglio, consapevole, e quindi chiamo il mio nome, ‘Bokuju’. Quando dico ‘Bokuju’ e rispondo: ‘Sissignore, sono qui’, i pensieri e l'ansia si dissolvono”.

In seguito, negli ultimi due o tre anni della sua vita, non chiamava più “Bokuju!”, il suo nome, e non doveva più rispondere: “Sissignore, sono qui”.

I discepoli gli chiesero: “Maestro, ora non lo fai più?”.

E lui rispose: “Ma ora Bokuju è sempre presente. È sempre qui, e così non ce n'è più bisogno. Prima a volte lui mi mancava. Venivo preso dall'ansia che mi circondava come una nuvola, e Bokuju non c'era. È per questo che dovevo ricordare ‘Bokuju’, e l'ansia spariva...”.

Prova con il tuo nome. Quando senti una profonda angoscia, chiama il tuo nome – non “Bokuju” o un altro nome, ma proprio il tuo nome – e poi rispondi: “Sissignore, sono qui”, e senti la differenza. L'ansia scomparirà. Almeno per un istante potrai vedere al di là delle nuvole, e questa visione può essere approfondita. Quando sai che se sei sveglio, consapevole, l'ansia scompare; sei arrivato a una profonda conoscenza del tuo essere e del modo in cui opera.

Osho, *Il Libro dei Segreti*

INDICE

Introitus

Presentazione del ‘Corso di risveglio della coscienza’

Lezione I. Addormentamento

Lezione II. Meccanicità

Lezione III. Il ricordo di sé

Scopi degli esercizi di ricordo di sé

Lezione IV. Frammentazione dell’Io

Lezione V. L’Io osservatore

Lezione VI. 7 categorie di uomo

Malcomprensione

Le tre fasi del risveglio

Lezione VII. Il ciclo dell’evoluzione

Lezione VIII. Anima bambina, adolescente, adulta

Personalità e anima

Lezione IX. Identificazione

Considerazione esterna

Lezione X. Immaginazione negativa

I nutrimenti

Lezione XI. Emozioni negative

L’ESERCIZIO PRINCIPE

I canali energetici

Lezione XII. Legge dell’ottava o Legge del Sette

Lezione XIII. Pensiero simbolico e analogia

Ancora sul ricordo di sé

Lezione XIV. Legge di Risonanza

Legge dello Specchio

Lezione XV. Il non-giudizio

Lezione XVI. La gestione dei corpi

Lezione XVII. Dualità

Legge di Compensazione

Lezione XVIII. Oltre la dualità

Lezione XIX. La malattia

Lezione XX. Emozioni superiori

Lezione XXI. Emozioni superiori – Parte II

Lezione XXII. La coppia

Lezione XXIII. I corpi sottili

Specialisti del ricordo di sé

Lezione XXIV. La vita oltre la vita

Lezione XXV. La reincarnazione

Un progetto per il futuro

Exitus

Elenco dei testi consigliati durante il corso

Elenco dei film consigliati durante il corso

Appendice I

Appendice II

SELEZIONE DEI TITOLI ANIMA EDIZIONI

Barbara Amadori. *Medianità quantica*.

Giulia Amici; Carol Adrienne. *Guida pratica alla numerologia*.

Anonimo. *Destatevi Figli della Luce. Dall'«Io sono» al «nuovo millennio»*.

G. Bandiera; G. Fonseca. *Dialoghi con l'angelo* (con DVD allegato).

A. Besant; C.W. Leadbeater. *Le forme-pensiero*.

Annie Besant. *Yoga*.

Elena Bianchi. *Michele Arcangelo messaggero di Dio*.

Salvatore Brizzi. *Officina Alkemica*.

Salvatore Brizzi. *Risveglio - con esercizi delle antiche scuole esoteriche*.

Carlotta Brucco. *Il segreto dell'essenza*.

Capitanata. *Il canto dell'OM* (con CD allegato).

Capitanata; Giuliano Guerra. *Relax per l'anima* (con CD allegato).

Ida Caruggi. *Da Cuore a Cuore - Comunicazioni con animali*.

Silvia Cecchini; Ezio Sposato. *L'abbraccio dei fiori* (con CD allegato).

Giorgio Cerquetti. *Saggezza senza tempo*.

Giorgio Cerquetti. *La scienza spirituale dei chakra* (con CD allegato).

Marco Clementi. *E se fosse così? E se dipendesse da noi?*

Marco Colantuoni; Paolo Piccinini. *Angeli - Gocce celesti per l'anima* (con CD allegato).

Marco Colantuoni; Paolo Piccinini. *La musica del cerchio* (con CD allegato).

Marco Colantuoni; Paolo Piccinini. *Piano Piano* (con CD allegato).

Franco Copes. *Il piede dalla A alla Z*.

Claudio Corbellini. *Agopuntura dalla A alla Z*.

L. Crespi; N. Turato. *L'anima della comunicazione*.

Luigi Crespi. *L'antidoto*.

Luigi Crespi. *SMS – Anima digitale*.

Bhagavan Das M.A. *La scienza delle emozioni*.

Adriano De Carlo. *L'ambiguità della perfezione*.

Giorgio Del Vecchio. *L'eterno canto di Bhagavan*.

Maria Grazia Di Niso; Gabriele Frigerio. *Il risveglio*.

Erminio Di Pisa. *Ipnosi dalla A alla Z*.

Ashraf Eskandar. *Il grande potere dei Salmi*.

Vincenzo Fanelli. *Il potere di rendersi felici* (con CD allegato).

Fabio Ferrucci; Gianni Golfera. *L'arte della memoria di Giordano Bruno*.

Nirodh Fortini. *Brainwaves* (con CD allegato).

Samantha Fumagalli. *Felicità - il tesoro nascosto*.

Samantha Fumagalli; Flavio Gandini. *L'anima svelata*.

Samantha Fumagalli; Flavio Gandini. *La quinta via*.

Cristina Garavaglia. *Diario di una nascita*.

Yor Glory. *2000 anni dopo Talita Kumi*.

Ludovico Guarnieri. *La formula di Rene Caisse. Un rimedio per difendersi dal cancro e dalle malattie degenerative*.

Ludovico Guarnieri. *La cosa più stupefacente al mondo. Avventure di un malato esperto*.

Ludovico Guarnieri. *Viaggio nonostante tutto*.

Giuliano Guerra. *Vivere corpo, mente, anima in armonia*.

F. Hartmann. *I simboli segreti dei Rosacroce*.

Haziel. *Il Grande Viaggio*.

Haziel. *Le carte degli Angeli* (libro + 72 carte).

Haziel. *Il Taumaturgo*.

Olga Karasso. *Esperanza*.

Pier Luigi Lattuada. *Il corpo del sogno - istruzioni per l'estasi*.

Pier Luigi Lattuada. *Il corpo del sogno - pratiche sciamaniche di lunga vita* (con DVD allegato).

Pier Luigi Lattuada. *Sciamanesimo brasiliano*.

Nicola Limardo. *Salute dell'habitat*.

Alfredo Lissoni. *UFO*.

Maet. *Come superare il sistema capitalista*.

Adriana Mafio. *Gli angeli intorno a me*.

Luiz Maio Ruiz. *Il Sufismo*.

Graziella Mairate. *Geneologia familiare*.

Manuela Mancini. *Respiro per l'anima* (con CD allegato).

Elisabeth Mantovani. *Astrologia dalla A alla Z*.

Fabio Paolo Marchesi. *La Coppia Illuminata*.

Piero Marini. *L'enigma del destino rivelato dalla mano*.

Fabio Maselli. *Il momento della coscienza*.

Scilla di Massa. *Il giardino interiore*.

Rita Massarenti. *Ricomincio da capo*.

Maria Morganti. *Le Sezioni Binarie del VII Parallelo*.

Maria Morganti; Luciano Gasparini. *I Corpi di Luce*.

Shri Mataji Nirmala Devi. *Meta Modern Era*.

Daniel Odier. *Desideri, passioni e spiritualità*.

Doris. B. Orme. *Dio parla a Doris*.

Laura Pellegrini. *Letti di ghiaccio*.

Massimo Picasso. *Il gemello di Dio*.

Massimo Picasso. *Dio contro Dio*.

Angelo Picco Barilari. *Kryon. La sfida dell'impossibile*.

Angelo Picco Barilari. *Kryon. Rivelazioni sul 2012*.

Angelo Picco Barilari. *Kryon. La porta di connessione interdimensionale* (con DVD allegato).

Giorgio Picchi. *Radiestesia dalla A alla Z.*

Mario Pincherle. *Leopardi Segreto.*

Mario Pincherle. *Libro tibetano dei morti.*

Peter Roche de Coppens. *La famiglia spirituale del XXI secolo.*

Conte di Saint Germain. *Io sono.*

Roberto Maria Sassone. *La Ricerca dell'Amore.*

Roberto Maria Sassone. *Il Guerriero Interiore.*

Urankhatauli S. Savini. *La Luna Nera.*

Fiamma Rossa Secchi. *Il tentativo.*

Eddy Seferian. *La Grande Opera.*

Iole Sesler. *Numeri e conoscenza.*

Iole Sesler. *La Luna e altri simboli.*

Igor Sibaldi. *La trama dell'Angelo.*

Igor Sibaldi. *Iniziazione. Come incontrare i propri Maestri Invisibili* (con CD allegato).

Igor Sibaldi. *Vocabolario - le parole dei mondi più grandi.*

Vitti Sicuri. *Cantico del Nilo - magia di un viaggio iniziatico.*

Maria Sion Crucitti. *Il sogno di Maria Maddalena* (con CD allegato).

Nada Starcevic. *Eros. Il sesto senso.*

Thomas Sugrue. *La storia di Edgar Cayce, vi è un fiume.*

Giancarlo Tarozzi. *Reiki – Dal primo al terzo Millennio* (con CD allegato).

Ornella Tomasoni. *Iniziazione alle energie degli arcangeli.*

Marie Noelle Urech. *I sogni e l'infinito.*

Valdo Vaccaro. *Alimentazione naturale.*

Victor Wichj. *Messaggi. La Legge Divina non è la Legge dell'Uomo.*

Laibl Wolf. *Kabbalah pratica.*

Monia Zanon. *Sincronicità - tutto ciò che non sai può essere usato contro di te.*

Gabriella Zevi. *Donne in via d'estinzione?*

Gabriella Zevi. *Donne felici.*