

ESSENZA E PERSONALITÀ G.I. Gurdjieff

New York, 29 marzo 1924

Per capire meglio il significato della considerazione .interiore ed esteriore, dovete rendervi conto che in ogni uomo ci sono due parti completamente separate, come se fossero due uomini differenti. Queste due parti sono l'essenza e la personalità.

L'essenza è io, i nostri caratteri ereditari, il nostro tipo, temperamento e natura.

La personalità è una cosa accidentale: l'educazione, l'istruzione, le opinioni, tutto ciò che è esteriore. Essa è come gli abiti che portate, è la vostra maschera, il risultato dell'educazione o dell'influenza dell'ambiente, le opinioni fatte di informazioni e di conoscenze che ogni giorno cambiano e si annullano a vicenda.

Oggi siete convinti di una cosa, ci credete, la volete. Domani, sotto un altro influsso, le vostre credenze e i vostri desideri cambiano. Tutto il materiale che costituisce la vostra personalità può essere radicalmente modificato in brevissimo tempo, modificando, artificialmente o per caso, le condizioni circostanti. .

L'essenza, invece, non cambia. Per esempio, io ho la pelle scura, e rimarrò come sono nato. È una cosa che appartiene al mio tipo.

Qui, quando parliamo di sviluppo e trasformazione, parliamo dell'essenza. La nostra personalità resta una schiava: può essere modificata molto in fretta, anche in mezz'ora. Per esempio, con l'ipnosi si possono cambiare le vostre convinzioni, dal momento che vi sono estranee e non vi appartengono. Invece, ciò che costituisce l'essenza ci appartiene. Noi consideriamo sempre con l'essenza, meccanicamente. Ogni influenza suscita automaticamente la relativa considerazione. Meccanicamente vi sono simpatico, e meccanicamente ricevete questa impressione di me. Essa però non viene da voi, non viene dalla coscienza, ma si fa automaticamente. Simpatia e antipatia è una questione di corrispondenza dei tipi. Interiormente vi sono simpatico, e benché la vostra ragione vi dica che non valgo niente e che non merito la vostra simpatia, non vi riesce di considerarmi antipatico. Oppure vi rendete conto che sono buono, ma siccome vi sto antipatico, tale resterò. Tuttavia per l'uomo esiste la possibilità di non considerare interiormente. Per ora non vi è possibile perché la vostra essenza è una funzione. La nostra essenza è fatta di molti centri, ma la nostra personalità ne ha uno solo: l'apparato formatore.

Ricordatevi l'esempio della carrozza, del cavallo e del cocchiere. La nostra essenza è il cavallo. Ed è appunto il cavallo non dovrebbe considerare. Ma anche se voi lo sapete, il cavallo, da parte sua, l'ignora, perché non capisce il vostro linguaggio. Non potete dargli degli ordini in proposito, né a non considerare, a non reagire, a non rispondere.

Secondo quanto vi suggerisce la ragione, vorreste non considerare, ma prima di poter comunicare col cavallo, dovete imparare il suo linguaggio, la sua psicologia. Soltanto allora potete fare ciò che desiderano la vostra ragione e la vostra logica.

Ma se cercate di educarlo adesso, nemmeno in cent'anni riuscirete a insegnargli o a cambiare qualcosa, il vostro tentativo resterà un pio desiderio. Per il momento avete a disposizione due parole: «destra» e « sinistra » Quando tirate le redini il cavallo obbedisce; ma non sempre. Soltanto

quando ha la pancia piena. E se cominciate a fargli un lungo discorso, immaginando che vi capisca, quello continuerà semplicemente a occuparsi di scacciare le mosche con la coda.

Prima che la nostra natura si deteriorasse, i quattro elementi del tiro, cavallo, carrozza, cocchiere e padrone, comune, erano una cosa sola; tutte le parti avevano un'intesa comune, collaboravano tra loro, e lavoravano, si riposavano e si nutrivano negli stessi momenti. Ma il linguaggio è stato dimenticato, e ogni parte separata vive da sola, isolata dalle altre. Eppure, in certe occasioni, sarebbe necessaria una collaborazione: ma è impossibile, dato che una parte vuole una cosa, e l'altra una cosa diversa.

Si tratta di ripristinare ciò che è andato perso, e non di acquisire qualcosa di nuovo. Questo è lo scopo dello sviluppo.

Per questo motivo, è indispensabile imparare a distinguere l'essenza dalla personalità, e imparare a separarle. Quando ne sarete capaci, allora vi sarà chiaro ciò che occorre cambiare, e come. Nel frattempo, avete una sola possibilità: studiare. Siete deboli, dipendenti, schiavi. Rompere di colpo le abitudini accumulate da anni è difficile. Più avanti vi sarà possibile 'Sostituire alcune abitudini con altre. Anch'esse saranno automatiche: l'uomo dipende sempre dalle influenze esterne. Però, alcune influenze sono degli ostacoli, altre no.

Per cominciare, è necessario preparare le condizioni per il lavoro. E le condizioni sono molte. Per ora, l'unica cosa che potete fare è osservare e raccogliere del materiale che sarà utile per il lavoro. Oggi non siete in grado di distinguere se le vostre manifestazioni, nel momento stesso in cui avvengono, provengono dall'essenza o dalla personalità. Ma osservando con cura, potrete capirlo subito dopo.

Mentre raccogliete il materiale, non potete osservarlo. Infatti l'uomo, ordinariamente, non dispone che di una sola attenzione, focalizzata su ciò che sta facendo. La mente non vede i sentimenti, e viceversa.

Per osservarsi, occorrono molte cose. Prima di tutto, la sincerità verso se stessi. È una cosa molto difficile: è molto più facile essere sinceri con un amico. L'uomo ha paura di vedere il male: se, per caso, guardandosi dentro profondamente, vede il male che ha in sé, allora scopre la propria nullità. Noi abbiamo l'abitudine di allontanare i pensieri che ci riguardano, perché temiamo i rimorsi di coscienza. La sincerità è una chiave per aprire le porte attraverso cui una parte può osservarne un'altra. Tramite la sincerità, l'uomo può guardare le cose in faccia e osservarle da vicino.

La sincerità verso se stessi è molto difficile, perché sull'essenza si è formata una crosta molto spessa. Ogni anno l'uomo indossa nuovi vestiti, si mette sul viso un'altra maschera. Poco alla volta bisogna levarsi tutto quanto, liberarsi, mettersi a nudo. Finché l'uomo non si espone alla luce, non può vedersi.

All'inizio del lavoro, c'è un esercizio molto utile per osservarsi e per raccogliere del materiale. L'esercizio consiste nel mettersi al posto di un altro, e dev'essere considerato un vero e proprio obbligo.

Faccio un esempio per spiegarmi meglio. Io so che per domani vi occorrono cento dollari, ma non li avete. Inutilmente vi siete dati da fare per trovarli. Siete molto preoccupati, e i vostri pensieri e i vostri sentimenti sono dominati da questo problema. Alla sera venite alla conferenza. Quei soldi occupano la metà del vostro essere, Siete distratti, nervosi. Se oggi vi rivolgo una parola spiacevole, andate su tutte le furie, mentre domani, quando avrete i soldi, forse ci riderete su, Se stasera vi vedo in collera, siccome so che non siete sempre in queste condizioni, cerco di mettermi al vostro posto, Chiedo a me stesso come agirei al vostro posto, se qualcuno fosse sgarbato con me. A forza di pormi il problema, non mi ci vorrà molto per capire che, se qualcuno è toccato o irritato da uno sgarbo, in quel momento ha sempre un motivo. E in poco tempo arriverò a capire che la gente è tutta uguale, e nessuno è sempre buono o sempre cattivo. Siamo tutti gli stessi e come cambio umore io, cambiano umore anche gli altri, Se comprendete queste cose, se ve le ricordate, se tenete a mente questo esercizio e lo mettete in pratica al momento opportuno, potrete osservare dentro di voi e intorno a voi un mucchio di cose che non avevate mai visto prima. Questa è la prima tappa.

La seconda tappa è la pratica della concentrazione. Con questo esercizio, potete raggiungere un altro obiettivo. L'osservazione di sé è molto difficile, ma può procurare del materiale considerevole. Se vi ricordate come vi manifestate, come reagite, come vi sentite, e che tipo di desideri avete, potrete imparare molto. In alcuni casi, vi sarà possibile riconoscere sul momento ciò che è della mente, ciò che è del sentimento e ciò che è del corpo.

Ogni parte è sottoposta a influenze diverse, e quando ci liberiamo da un'influenza, cadiamo sotto un'altra, Per esempio, io posso avere la mente aperta, ma non sono in grado di cambiare le emanazioni del corpo; il mio corpo risponde in modo diverso. L'uomo che mi sta seduto accanto mi infastidisce con le sue emanazioni. So che dovrei essere cortese, ma sento dell'antipatia nei suoi confronti. Ogni centro ha la propria sfera di emanazione, e talvolta non vi si può sfuggire. Vi consiglio di combinare questo esercizio con l'osservazione di sé, purtroppo, noi ci scordiamo sempre tutto. Ci ricordiamo le cose solo quando è troppo tardi, Al momento opportuno, la vostra

attenzione è occupata, per esempio, dal fatto che quell'uomo non vi garba, e non potete impedirvi di provare antipatia. Questa sensazione non va dimenticata, dev'essere registrata nella memoria. Il gusto di un'esperienza non dura a lungo. Senza attenzione, le manifestazioni vanno perdute. Dovremmo annotare tutto in memoria, altrimenti finiamo per dimenticare. E noi non vogliamo affatto dimenticare.

Ci sono cose che non si ripetono spesso. Se casualmente osservate una cosa, e non la affidate alla memoria, la perderete per sempre.

Se volete «scoprire l'America», dovete imprimervela nella memoria. Seduti nella vostra stanza non vi è possibile osservare nulla: è nella vita che occorre osservare. In camera vostra non potete sviluppare il padrone. Un uomo può essere forte in un monastero, ma debole nella vita, e noi abbiamo bisogno di forza per vivere. Per esempio, in un monastero un uomo può restare a digiuno per una settimana, ma nella vita non ci riesce nemmeno per tre ore. E allora, a che cosa gli sono serviti i suoi esercizi?