

OSSERVAZIONE DI SÉ  
G.I. Gurdjieff

New York, 13 marzo 1924

L'osservazione di sé è molto difficile. Più ci provate, più ve ne rendete conto. Per il momento, dovete praticarla non in vista di un risultato, ma per capire che non siete in grado di osservarvi. Finora avete soltanto immaginato di conoscervi e di vedervi.

Io parlo di un'osservazione di sé oggettiva. Oggettivamente, non, siete capaci di vedervi nemmeno per un minuto, perché il vedervi è una funzione diversa: è la funzione del padrone. Se credete di potervi osservare per cinque minuti, è falso; per venti minuti o per un 'minuto, è altrettanto falso. Se constatate semplicemente che non riuscite a osservarvi, allora siete nel giusto. Il vostro scopo è di arrivare lì.

Per raggiungere questo scopo, dovete provare e riprovare. Se ci provate, il risultato non sarà l'osservazione di sé nel vero senso della parola. Ma il fatto stesso di provare rafforzerà la vostra attenzione. Imparerete a concentrarvi meglio, cosa che vi sarà utile più avanti. Soltanto più avanti potrete cominciare a ricordare veramente voi stessi. Attualmente, non avete che un'attenzione parziale, proveniente dal corpo, per esempio, o dal sentimento.

Se lavorate coscienziosamente, ricorderete voi stessi non di più, ma di meno, perché il ricordo di sé esige molte cose: non è così facile e così a buon mercato.

L'esercizio dell'osservazione di sé è sufficiente per degli anni. Non tentate altro. Se lavorate coscienziosamente, vedrete voi stessi ciò di cui avete bisogno.