

SETTE CATEGORIE DI ESERCIZI G.I. Gurdjieff

Prieuré, novembre 1922

Tutti gli esercizi assegnati qui all'Istituto si possono dividere in sette categorie. Nella prima categoria, gli esercizi hanno come centro di gravità il corpo, nella seconda la mente, nella terza il sentimento. Nella quarta categoria, mente e corpo insieme. Nella quinta, corpo e sentimento. Nella sesta, sentimento, mente e corpo. Quanto alla settima categoria, essa si rivolge a tutti tre i centri e al nostro automatismo.

Bisogna tenere presente che gran parte della nostra vita è affidata all'automatismo. Se vivessimo permanentemente alle spese dei centri, i centri non disporrebbero di energia sufficiente. Ecco perché l'automatismo, benché oggi sia il nostro peggior nemico, ci è assolutamente indispensabile. All'inizio, almeno per un certo tempo, dobbiamo liberarcene per poter formare un corpo e una mente coscienti. Se non ci liberiamo dall'automatismo, non possiamo imparare niente; quindi è necessario metterlo provvisoriamente da parte. Più avanti, invece, dovremo studiare l'automatismo per farlo funzionare meglio.

Già conosciamo alcuni esercizi. Per esempio, abbiamo studiato degli esercizi per il corpo. Abbiamo affrontato alcuni esercizi elementari per la mente. Ancora non abbiamo iniziato gli esercizi per il sentimento, perché sono più complessi. All'inizio, è persino difficile immaginarseli, ma per noi sono della massima importanza. L'aspetto emozionale occupa il primo posto nella nostra vita interiore. In realtà, tutte le nostre disgrazie sono dovute allo stato caotico del sentimento. Noi abbiamo troppo materiale di questo tipo, e viviamo continuamente a sue spese. Nello stesso tempo, non abbiamo sentimenti. Con ciò voglio dire che non abbiamo né il sentimento oggettivo, né il sentimento soggettivo. L'intero settore del sentimento è occupato da qualcosa di estraneo e totalmente meccanico. Per esempio, non abbiamo nessun sentimento morale, né soggettivo né oggettivo. (Ci sono tre tipi di sentimento: soggettivo, oggettivo e automatico.)

Il sentimento morale oggettivo corrisponde da sempre a certe immutabili leggi morali fondamentali, chimicamente e fisicamente in accordo con la condizione e la natura umana, le quali valgono oggettivamente per tutti e sono legate alla Grande Natura (o, come suol dirsi, a Dio).

Il sentimento morale soggettivo si manifesta in quegli uomini che, sulla base della propria esperienza individuale, delle proprie qualità, delle proprie osservazioni personali e di un senso di giustizia interamente proprio, si costruiscono autonomamente una concezione della morale, e su di essa fondano la propria vita.

Sia il primo che il secondo sentimento morale sono assenti nella gente ordinaria; anzi, ne sono addirittura ignorati.

D'altronde, ciò che stiamo dicendo della moralità vale per tutte le altre cose. Noi abbiamo un'idea più o meno teorica della morale. Ne abbiamo letto e sentito parlare molto, ma siamo incapaci di applicarla nella vita. Noi viviamo come il nostro meccanismo ci permette di vivere. In teoria, sappiamo che è giusto amare N., ma in pratica N. ci è antipatico, perché ha un naso che troviamo sgradevole. Con la mente capisco che dovrei avere nei suoi confronti un atteggiamento corretto anche emotivamente, ma in realtà non ne sono capace. Quando, durante l'anno, vivo lontano da N., posso anche decidere di avere un atteggiamento benevolo nei suoi confronti ma, se in me si sono già formate certe associazioni meccaniche, al primo incontro sarà di nuovo esattamente come prima.

Il sentimento morale in noi è automatico. Anche se mi impongo di pensare in un certo modo, « ciò » non vive secondo quel modo di pensare.

Se vogliamo lavorare su di noi, non dobbiamo essere soltanto soggettivi; dobbiamo abituarci a capire cosa vuol dire « oggettivo ». Il sentimento' soggettivo non può essere uguale per tutti, perché ognuno è diverso. Uno è inglese, l'altro ebreo, a un altro ancora piace il fagiolo, e così via. Siamo tutti diversi, ma le nostre differenze dovrebbero essere unificate per effetto delle leggi oggettive. In certi casi le piccole leggi soggettive sono sufficienti. Ma nella vita comunitaria, non

ci può essere giustizia se non tramite le leggi oggettive, che sono in numero molto limitato. Se tutti osservassero interiormente questo esiguo numero di leggi, la nostra vita esteriore e interiore sarebbe molto più felice. Non ci sarebbe solitudine, e non ci sarebbe disperazione.

Fin dai tempi più antichi, sulla base dell'esperienza umana e ,dell'arte di governare con saggezza, la vita stessa ha progressivamente sviluppato quindici comandamenti, e li ha consolidati per il bene di ciascun individuo e di tutti i popoli. Se questi quindici comandamenti operassero realmente dentro di noi, saremmo in grado di comprendere, di amare e di odiare. Avremmo a disposizione i fondamenti di un giudizio corretto. Tutte le religioni, tutti gli insegnamenti vengono da Dio, e parlano in nome di Dio.

Questo non significa che ce li abbia dati Dio in persona, ma significa ch'essi sono legati a un tutto e a ciò che noi chiamiamo Dio.

Per esempio, Dio ha detto: «Ama i tuoi genitori, e mi amerai ». E, in verità, chi non ama i propri genitori non può amare Dio.

Prima di andare avanti, fermiamoci un momento e chiediamoci: «Abbiamo amato i nostri genitori? Li abbiamo amati come meritavano, o era semplicemente un caso di 'ciò ama'? E in che modo avremmo dovuto amarli? »