

INCONTRI A PARIGI Si tratta dei verbali di venti incontri, tenuti il giovedì e il sabato tra il 1920 e il 1946 circa, da Gurdjieff. Dal contesto si deduce che fu proprio lui stesso, contrariamente a disposizioni prese in altri periodi del suo insegnamento, a stabilire che si trascrivessero gli incontri.

fonte: <http://gurdjieffinedito.blogspot.com>

Incontro del 7 dicembre 1941

D: Accade qualcosa di intollerabile nel mio lavoro. Nonostante i miei sforzi non riesco a ricordare me stesso; ottenere una miglior qualità. Mi ci metto inutilmente per intere ore. Non ottengo risultati. Perché?

G: Questo deriva dal tuo egoismo. Particolarmente il grande egoismo in cui sei vissuto fino ad ora. Tu sei racchiuso in esso, devi uscirne. Per uscirne devi imparare a lavorare. Non solo per te soltanto, ma per gli altri. Comincia con il lavoro sui tuoi genitori. Devi cambiare il tuo compito. Prendine uno nuovo, the same one on the neighbor, non importa chi, tutti gli esseri, o scegli tra le persone tra cui ti trovi. Devi lavorare per te stesso mediante lo scopo di essere capace di aiutarli. Solo questo lotta contro l'egoismo. Io vedo che tu hai un passato molto cattivo, un egoismo particolare. Tutto il vecchio materiale viene a galla. E' per questo motivo che non puoi fare niente. E' normale; in accordo con l'ordine, in accordo alla legge. Prima di raggiungere lo scopo, ci sono molte salite e discese. Questo dovrebbe rassicurarti. Potrebbe rassicurarti completamente, ma tu devi lavorare su te stesso.

D: Per uscire da questo stato di sofferenza, così vivido e così negativo. (Due tipi di sofferenza, una oggettiva, una soggettiva.) Posso fare uso di mezzi esterni, assumere dell'oppio, per esempio?

G: No, tu devi lavorare su te stesso. Distruggere l'egoismo nel quale hai sempre vissuto. Prova quel che dico. Cambia il tuo compito. Ora è necessario raggiungere un nuovo stadio. Voi entrambi siete sulla strada per la Gare de Lyon, ma tu passi per strade diverse, una da Londra e una dall'Opera. Siete entrambi a circa la stessa distanza.

D: Vedo la mia impotenza e la mia codardia. Non posso dire niente e fare niente per un altro. Poiché la mia testa non è pulita. I have a sensation of whether a thing is right or not, ma non posso spiegare chiaramente il perché.

G: Tu non puoi dire niente o fare niente per un altro. Tu non sai di cosa hai bisogno per te stesso, non puoi sapere di cosa hai bisogno un altro. Lavora di proposito per lui. Ma recita la tua parte. Sii distaccato interiormente: Vedi.

PAGINA 02

Externally speak as he does, in modo da non urtarlo. Devi acquisire la forza di farlo. Recita una parte. Diventa doppio. Per adesso lavori come coordinatore. Fai quello che ti dico, non puoi fare di più. Amore per il tuo prossimo; quella è la VIA. Porta a tutti quello che hai provato per i tuoi genitori.

D: Si ha questo desiderio fin dall'inizio del lavoro.

G: Certo, è la stessa cosa; sempre la stessa cosa che ritorna in gradazioni diverse. Ora a un'altra gradazione. Tu devi superare questa crisi. Tutto arriva dal falso amore di se', dall'opinione che si ha di se' stessi, che è menzogna.

D: Ogni cosa in me è stata messa sottosopra dall'esercizio - in tutto il mio lavoro. Ha portato via la gioia del lavoro, l'ha reso doloroso, senza speranza, mi sento come un asino che tira una pesante carretta su per la collina.

G: E' perché in te ci sono altre parti che sono state toccate. E' come un pittore che mischia sempre gli stessi colori e non c'è mai nessun rosso. Quando ci metti dentro il rosso, esso cambia ogni cosa. Devi continuare.

D: Questo esercizio mi ha fatto sentire qualcosa che per me è nuovo; quando provo a farlo e pongo la mia attenzione su quel piccolo punto immobile e vedo che non posso trattenermi davanti ad esso, ho la sensazione della mia nullità e ho visto come comprendere meglio l'umiltà. Questo piccolo punto è più grande di me.

G: Perché in te hai un cane che ti ostacola in ogni cosa. Si chiama insolenza verso se' stessi. Devi distruggere questo cane. Dopodiché ti sentirai padrone di questo puntino, che tu sei più forte ed esso è nulla. Io non ho fiducia nel tipo artistico che vive nell'immaginazione, ha idee dietro la propria testa, non dentro, pensa di sentire ed esperire, ma in realtà è solo occupato con cose esteriori. Vive solo sulla superficie, al di fuori, non dentro, non in se' stesso. Gli artisti non sanno niente della realtà e immaginano di conoscerla. Non ti fidare di te stesso. Entra dentro te stesso, in tutte le parti di te stesso. E' assolutamente necessario imparare a sentire e pensare nello stesso momento in ogni cosa che fai, in ogni giorno della vita. Sei una persona vuota.

PAGINA 03

D: Come si dovrebbe pregare?

G: Lo spiegherò, ma è per dopo. Nel nostro sistema solare alcune sostanze emanate dal sole e i pianeti, come quelle emanate dalla terra, fanno contatto in certi punti del sistema solare. E questi punti possono riflettersi in immagini materializzate che sono le immagini invertite del Tutto Più Alto - L'Assoluto. Vi dico che è sempre esistita in immagine materializzata nella nostra atmosfera. Se la gente potesse avere abbastanza concentrazione da entrare in contatto con queste immagini, riceverebbe questa sostanza; in tal modo ricevendo, ??non stabilendo una linea telepatica come il telefono????.

D: Queste immagini si materializzano in forma umana?

G: Sì.

D: Se qualcuno mette se stesso in contatto con questa immagine, e una seconda persona può mettere se stessa in contatto con lui?, e una terza e una quarta, posso loro tutti ricevere questa immagine?

G: Se sette persone possono concentrarsi abbastanza da mettersi in contatto con questa immagine, essi possono comunicare, a qualsiasi distanza, tramite la linea stabilita tra di loro, e le sette ne formano una. Essi possono aiutarsi tra loro. Comunque, è solo spiegando qualcosa agli altri che uno comprende e assimila da sé completamente.

D: Voglio sapere se materializzando l'immagine di un santo, questo mi porterà quello che desidero particolarmente.

G: Tu pensi come una persona ordinaria. Non hai l'idea???? di materializzare niente ora. Per adesso prendi un compito di autosuggestione, così che una parte convince l'altra e ripete e ripete all'altra che cosa hai deciso. C'è una serie di sette esercizi per lo sviluppo successivo dei sette centri. Citiamo il primo, il cervello, che è quello che conta nella vita ordinaria. (la testa è un lusso) gli altri, anche l'emozionale, che è il solo che è necessario è la corda spinale, quella che devi sviluppare è sofferenza per prima. Questo esercizio la rafforzerà. Allarga le braccia orizzontalmente ad un angolo preciso, contemporaneamente, fissa lo sguardo in un punto di fonte a te.

PAGINA 04

Dividi la tua attenzione esattamente tra il punto e le braccia. Troverai che non ci sono associazioni, non c'è posto per loro, così tu sarai occupato con il punto e la posizione delle braccia. Fallo da seduto, da in piedi, poi sulle ginocchia. 25 minuti ogni posizione, parecchie volte al giorno - o meno. Una volta ho avuto un allievo che poteva stare per due ore senza muovere le braccia da un centimetro. Su altre cose era una nullità.

D: Quando desidero fare degli sforzi per il lavoro, si forma una dura barriera nel mio petto, impossibile da superare. Che potrei fare?

G: Non è niente. Non sei abituato a usare questo centro - è un muscolo che si contrae - solo muscolare. Continua, continua.

D: Ho fatto questo esercizio fino a quando mi facevano male le spalle. Mentre lo facevo, ho avuto una sensazione di Io. Ho sentito me stesso distaccato, realmente Io.

G: Tu non puoi avere un "Io". L' "Io" è una cosa molto costosa. Tu sei a buon mercato. Non filosofizzare, non mi interesserà, e non parlare di "Io". Fai l'esercizio come un esercizio, come un obbligo, non per i risultati (come l' "Io"). I risultati verranno dopo. Oggi è solo servizio. Solo quello è reale.

D:

G: Non è una porta ma molte porte. Devi aprire ogni porta, impara a farlo.

D: Ho lavorato in particolare sull'amor proprio.

G: Senza amor proprio un uomo non può fare nulla. Ci sono due qualità di amor proprio. Una è una cosa sporca. L'altra, un impulso, amore del vero "Io". Senza di questo, è impossibile muoversi. Un antico detto indiano dice - "Felice è chi ama se stesso, per potermi amare" - Vedo dal rapporto di Mme. S. che nessuno mi ha compreso. Si ha bisogno di fuoco. Senza fuoco, non ci sarà mai niente. Questo fuoco è la sofferenza, sofferenza volontaria, senza la quale è impossibile creare nulla. Ci si deve preparare, bisogna sapere che cosa farà soffrire e quando è lì, fare uso di esso. Solo tu puoi preparare, solo tu sai cosa ti fa soffrire, che fa il fuoco che cuoce, cementa, cristallizza, fa soffrire tramite i tuoi difetti, nel tuo orgoglio, nel tuo egoismo - ricorda te stesso, dello scopo.

PAGINA 05

Senza sofferenza preparata non c'è niente, for by as much as one is conscious. non c'è più sofferenza. No further process, nothing. Questo perché con la tua coscienza tu devi preparare cosa è necessario. Tu appartieni alla natura. Il cibo che mangi, che nutre la tua vita. Tu devi pagare queste sostanze cosmiche; tu hai un debito, un'obbligazione, da ripagare con il lavoro conscio. Non mangiare come un animale, ma rendi alla natura quello che ti ha dato. Natura, tua madre. Lavoro - una goccia, una goccia, una goccia - accumulato durante il giorno, mesi, anni, secoli, forse darà risultati.

D: Sono arrivato al punto di essere infelice, ogni cosa mi è disgustosa, di nessun interesse.

G: E quel fazzoletto sistemato a modo come quello nel tuo taschino? Quello ti interessa. Bene, la natura vuole il tuo bene, ne sono felice. Lei ti conduce al lavoro reale rendendoti tutto il resto disgustoso - è un passaggio che devi fare. Più lavori, più verrai fuori da questa scomodità, questo vuoto, questa mancanza.

D: Anche il lavoro mi è disgustoso.

Mme de Salzmann: Perché tu non lavori, non c'è mai nessun lavoro con te, sempre niente tra noi quando siamo insieme - è il vuoto. Una persona non può portare tutto da sola. Sei tu che devi fare lo sforzo per te stesso. Stasera è lo stesso. Nessuno è lì - nessuno fa lo sforzo.

G: Poi si deve cambiare il modo di lavorare. Invece di accumulare per un'ora, si deve provare a mantenere costantemente la sensazione organica del corpo. Sentire il proprio corpo ancora, senza interrompere le proprie occupazioni ordinarie - mantenere un po' di energia, per prendere l'abitudine. Ho pensato che l'esercizio ti avrebbe permesso di mantenere l'energia a lungo, ma vedo che non è così. Bagna un fazzoletto, strizzalo, mettilo sulla tua pelle. Il contatto ti farà ricordare. Quando è asciutto, ricomincia. LA CHIAVE DI OGNI COSA - ?????????? Remain apart Rimani distaccato?????????. Il nostro scopo è quello di avere costantemente la sensazione di noi stessi, della propria individualità. Questa sensazione non può essere espressa intellettualmente, poiché è inorganica. E' qualcosa che ti rende indipendente, quando sei con altre persone.

Incontro di Giovedì 8 aprile 1943

Lebeau: Si può "lavorare" in un bagno turco e cosa è meglio fare?

Gurdjieff: L' "hammam" è un posto eccellente per lavorare se uno ci può lavorare. (In particolar modo quando si è nella stanza più calda o tra le mani del massaggiatore.) Ricordare sé stessi senza smettere. Tutto fa esercizio lì. (Tracol dice che qui teme particolarmente l'immaginazione nel lavoro. Gurdjieff gli risponde che comunque in questo caso non sarebbe molto pericoloso poiché il tempo trascorso lì è poco.) ----- 2 Per essere capace di lavorare lì dà a te stesso la tua parola prima di andarci. Pensa. Mentre sei lì. Datti un compito poiché all'inizio è difficile; comunque, se si è capaci, lì si può fare un eccellente lavoro. L'animalismo si espande, si è completamente dentro la sua piacevole sensazione corporea e lavorare qui pone delle difficoltà.

Phillippe: Come si dovrebbero capire le parole: "sacrifica la tua sofferenza."

Gurdjieff: (Prima, da dove vengono queste parole?) (Da un discorso con Gurdjieff) Sacrifica la tua sofferenza per il tuo prossimo, la tua sofferenza volontaria, non per te stesso, ma per gli altri. (Questa regola faceva parte del giuramento pronunciato in passato dai dottori quando erano astrologi e tanto tempo fa quando dovevano promettere di sacrificare il loro sonno, la loro fatica, la loro sofferenza, per gli altri).

Phillippe: Perché la maggior parte della sofferenza umana gira intorno all'amore e cose di sesso?

Gurdjieff: Perché questa domanda? Non riguarda la tua personalità. Chiedilo in un altro modo.

Phillippe: Perché la maggior parte delle associazioni, che interferiscono con il lavoro, sono associazioni sessuali?

Gurdjieff: Questa domanda è soggettiva. Non è così per tutti gli uomini. È un'anormalità risultato della masturbazione infantile. Ma qual è il nesso tra questo e la sofferenza? Non c'è traccia di sofferenza qui. Ogni uomo ha in sé tre escrementi che si elaborano da soli e che devono essere espulsi. Il primo è il risultato del nutrimento ordinario ed elimina sé stesso naturalmente, e questo deve essere ogni giorno, altrimenti seguirà ogni sorta di malattia. (I dottori lo sanno bene.) Per lo stesso motivo per cui vai in bagno per questa manutenzione, devi andare al bagno per il secondo escremento che è espulso da te tramite funzione sessuale. È necessario per la salute e l'equilibrio del corpo; ed è necessario certamente per qualcuno farlo ogni giorno, in altri ogni settimana, in altri ancora ogni mese o ogni sei mesi. È soggettivo. Per questo devi scegliere un bagno appropriato. Uno che è buono per te. Un terzo escremento si forma nella testa; è immondizia del nutrimento delle impressioni, e le scorie accumulate nel cervello. (I dottori lo ignorano, come ignorano anche il ruolo dell'appendice nella digestione, e lo rifiutano come immondizia.) Non è necessario farsi coinvolgere nell'atto con sentimento. Qualche volta è anormale farli coincidere. L'atto sessuale è una funzione. Uno lo può considerare come esterno a sé, anche se l'amore è interno. L'amore è l'amore. Non ha bisogno del sesso. Può essere sentito per una persona dello stesso sesso, persino per un animale, e la funzione sessuale non c'entra. Qualche volta è normale unirli; questo corrisponde a uno degli aspetti dell'amore. È più facile amare in questo modo. Ma, allo stesso tempo è poi difficile rimanere imparziali come l'amore richiede. Ugualmente se uno considera la funzione sessuale come necessaria medicalmente, perché dovrebbe amare un rimedio, una medicina?----- 3 Originariamente l'atto sessuale doveva essere eseguito solo per la riproduzione delle specie, ma a poco a poco l'uomo ne ha fatto uno strumento di piacere. Dovrebbe essere un atto sacro. Si dovrebbe sapere che questo seme divino, lo Sperma, ha un'altra funzione, quella della costruzione in noi di un secondo corpo, da cui la frase "Felice colui che capisce la finzione degli 'exioecari' per la trasformazione del proprio essere. Infelice colui che li usa in un solo modo".

Aboulker: Perché le religioni proibiscono l'atto sessuale?

Gurdjieff: Poiché all'origine conoscevamo l'uso di questa sostanza, da cui la castità dei monaci. Ora noi abbiamo dimenticato questa conoscenza e rimane solo la proibizione che attrae ai monaci una quantità di disordini specifici e malattie. Guarda ai preti dove crescono "come grassi maiali", (li domina l'interesse del cibo) oppure sono "magri come il diavolo" (e hanno dentro poco amore per il prossimo), i grassi sono meno pericolosi e più affabili.

Giovedì, 1° luglio 1943

S: Mi inganno spesso nella mia opinione su altri. Questo è brutto per me. Dò credito alle persone per qualità che non possiedono; lo vedo solo più tardi quando le conosco meglio. Non so come riconoscere l'ipocrisia e la vedo sempre troppo tardi. Mi piacerebbe avere un mezzo per giudicare le persone e riconoscere chi può essermi utile e chi inutile.

Gurdjieff: Tu non puoi, devi prima preparare te stesso a vedere la realtà. Nel frattempo, recita esteriormente una parte. Interiormente, riconosci la tua non-entità (non entityness). Tu non sai niente. Se hai l'abitudine di fare le cose in un certo modo, falle in questo modo. Di "Buongiorno" come dici sempre buongiorno. Ma allo stesso tempo lavora per rimanere nel lavoro che stiamo facendo qui e poi sarai capace di riconoscere le persone. Per ora, ognuno è come te: niente, zero. Non importa se è un operaio, o un senatore, egli è una *merde* come te. Lavora per non essere una non-entità; lavora, così che sia tra un giorno, un mese o un anno tu non sarai una non-entità. Fai tutto esattamente come sei abituato a farlo. Ma devi recitare una parte, senza partecipazione, senza identificarti interiormente: e ricorda che il tuo valore è - zero. Lavora, lavora e ancora lavora, al fine di cambiare quella nullità in qualcosa di definito.

L'educazione fa una maschera. Quando guardi la gente, tu credi a questa maschera. Dopo un po' la maschera cade e tu vedi che sono la stessa *merde* che sei tu. Non importa chi tu stia guardando, egli rappresenta una maschera. Se lo osservi a lungo, con imparzialità e attenzione, vedi che non è sempre capace di tenersi la maschera; nello stesso istante, la *merde* verrà mostrata attraverso, è la stessa che è in te. Egli è niente, come tu sei niente, fosse anche un colonnello, senatore o milionario. E' solo le combinazioni di vita che ci sono qui (?). Ma egli stesso rappresenta soltanto una nullità.

Non è nulla soltanto chi ha compreso la propria nullità e ha lavorato su di sé per cambiarlo. Quell'uomo è un'altra qualità di *merde*: con "rose". E' ancora *merde* ma non ha lo stesso odore.

PAGINA 07

Lavoro, metti ogni cosa a confronto con esso, e stai certo che tutti quelli che non lavorano sono nullità come te. Tu non sei nulla, ma anche lui non è nulla. Egli è un generale, un colonnello, queste sono cose esteriori: non valgono (costano) nulla. Nella vita, ogni cosa è accidentale - occupazione, posizione, tutti gli obblighi; che uno sia il sindaco o il poliziotto all'angolo. E' la vita che crea queste anomalie. Interiormente, ogni cosa è sempre la stessa cosa. Le cose esteriori non cambiano le cose interiori. Solo il lavoro cosciente è capace di cambiare l'interiorità - lavoro cosciente e sofferenza volontaria.

Sim: Ho notato per un lungo periodo che molto spesso, e riguardo faccende molto diverse tra loro, una voce interiore mi ha detto quel che dovevo fare. Io la percepivo, ho sentito quel che diceva, ma senza eseguire quello che mi diceva. Ho agito diversamente e poi ho visto che la voce ha sempre ragione. Mi piacerebbe sapere se non devo prestarle attenzione o al contrario darle più retta.

Gurdjieff: Non fare nulla di tutto questo. Compra un quadernetto, fai una registrazione. Scrivi ma non fare niente. Quella voce è il tuo istinto; qualche volta l'istinto può apparire attraverso la coscienza, ma è raro. Forse essa proverà che tu hai un vero istinto. Guarda se le registrazioni lo dimostreranno. Ora forse troveremo un esercizio. Ma non fare niente prima.

Sim: Ma per scriverlo, devo farlo al momento (rendermi conto).

Gurdjieff: Fai una nota, parlerò dopo. Forse è suggestionabilità, fantasia, idiozia. In base al risultato io dirò matematicamente che cos'è. Qualche volta l'istinto è una cosa molto indipendente. Ma come sia per te, non lo so. Parlerò dopo. Prima di quello, continua come stai facendo, prima di quando non noti niente (Before that, continue as you are doing, before you noticed anything.).

Sim: Sarebbe meglio dopo se io ho eseguito quello che essa mi dice.

Gurdjieff: Vedremo. Tu la pensi così, ma forse è il contrario. Forse è psicopatica. Io non voglio credere a niente tranne che a i fatti dati dalle registrazioni. (Statistica). Tu parli soggettivamente. L'oggettivo non lo conosco.

PAGINA 08

Lu: Io provo a mantenere il sentimento di non-entità e sofferenza volontaria quanto più spesso possibile. Ma noto che dà un paralisi lunga tanto quanto l'azione implicata. Mostra la futilità di tutte le azioni e occupazioni. Se, prima, dovevo fare uno sforzo per fare una data cosa, oggi mi devo anche portare il collare di ferro di questa non-entità. Lo sforzo è raddoppiato. Cosa dovrei fare perché questo sentimento di nullità non mi paralizzi, non interferisca con la vita esteriore?

Gurdjieff: Fai quello che ti ho già detto. Uno deve lavorare solo la terza parte del proprio stato di veglia. Stabilisci un tempo speciale per il lavoro. Non mischiare le cose: stabilisci un tempo: domani tra le dieci e le undici, vita ordinaria. Le altre idee, il lavoro, mandale al diavolo.

Lu: Non si è mai liberi di mandare via il sentimento della propria nullità?

Gurdjieff: Metti da parte il tuo nuovo stato. E fai quello che ti ho detto prima, quando non avevi cominciato il lavoro. Non si devono mai mischiare le faccende. Per adesso non usare ancora i risultati del lavoro interiore per il lavoro esteriore. Non ancora. Tu sei a scuola, come un bambino. Non è per la vita, non per guadagnare soldi. Tu vorresti sapere un grande segreto che non useresti. Quello è una cosa, la vita un'altra cosa. Mercoledì, venerdì, domenica, fai quel che ti piace, manda al diavolo tutti gli altri pensieri; se li mischi, uno ostacolerà l'altro.

Lu: Il sentimento di nullità, non chiamato, che viene da sé, è davvero automatico e quindi distruttivo?

Gurdjieff: Nel tempo accantonato per il lavoro, fai un commento più vivace. Il resto del tempo, al diavolo. E' psicopatia.

Gurdjieff a An: Non ho mai sentito il suono della tua voce. Io conosco la tua voce nella vita, ma non nel nostro circolo. Puoi dirmi qualcosa?

An: Non ho lavorato ancora abbastanza per fare una domanda.

Gurdjieff: Come lo sai?

An: Perché non oso.

PAGINA 09

Gurdjieff: Prima avevi una domanda.

An: Non oggi.

Gurdjieff: Bene, prima, ieri.

(Mme. de Slzman dice a Gurdjieff la domanda che aveva posto An)

Gurdjieff: Chi lavora diventa un attore, un vero attore nella vita. Essere un attore è recitare una parte. La vita è il teatro dove ogni uomo recita una parte. Ogni giorno essi la cambiano. Oggi una parte, domani un'altra parte. Solo che lui è un buon attore che è capace di ricordare sé stesso e recitare consciamente la sua parte, non importa quale possa essere.

An: Ma come si può conoscere la parte che si deve recitare?

Gurdjieff: Tu parli con Boussik - tu sai chi è lei, come uno dovrebbe essere con lei, cosa le piace. Bene, poi fallo. Interiormente lei è nulla per me, è una *merde* per me. Le piace la gente che le fa il baciamento; io glielo faccio perché le piace. Sono gentile con lei. Interiormente voglio insultarla, ma non lo faccio. Recito la mia parte. Così poi lei diventa (la) mia (schiava). Interiormente io non reagisco.

An: Non ho successo nell'essere buona con gli altri.

Gurdjieff: Forse non sei ancora libera.

An: Vorrei *approfittare* trarre profitto da ogni cosa, egoisticamente per me stessa.

Gurdjieff: Devi lavorare. Ammazza il cane in te. Tu reciti la tua parte solo teoricamente, ma ti dimentichi in fretta e torni alla tua nullità. Il tuo compito sarà di ricordare più a lungo.

Dr. Ab: Che c'è di buono nell'avere schiavi?

Gurdjieff: Per la vita; se tu non hai nessuno schiavo, sei schiavo di qualcuno.

Dr. Ab: Non si può semplicemente essere uguali?

Gurdjieff: Mai. Come è possibile? Tu hai quattro occhi e io due. Questa è già una differenza. Tuo padre amava tua mamma se si sdraiava a sinistra; mio padre amava mia mamma se si sdraiava a destra. Il risultato: io sono uno, tu un altro. Per me una legge, per te un'altra.

PAGINA 10

Il benessere dell'uomo è che ognuno sia suo schiavo. Tu dici che il lavoro ti ha cambiato. Grazie al lavoro non sei più una *merde*; grazie al lavoro conscio e alla sofferenza volontaria. Obiettivamente te lo meriti.

Dr. Be: Per ora i nostri cani ci obbligano a usare gli altri per i nostri fini.

Gurdjieff: Li hai buon terreno per essere-lavoro. Oggi sei un uomo ordinario; nel tuo lavoro prova ad essere un uomo superiore. Dopodiché, forse, sarai un uomo completo, un vero uomo. Per adesso, quando senti i tuoi cani, lotta contro di loro; questo conflitto ti è necessario, per diventare un vero uomo; è buon terreno per il lavoro. E ci sono ancora molti cani in te che sono invisibili.

Dr. Be: Ma uno dovrebbe arrendersi a usare i propri poteri sugli altri?

Gurdjieff: Oggi lo fai inconsciamente; prova a farlo consciamente. Allora sarà buono, sia per gli altri che per te. Non c'è altra giustizia.

Incontro di giovedì 22 luglio 1943

Simone: Prima di conoscere il lavoro, ero molto più inquieto, perché sentivo brutte cose delle quali pensavo che non avrei mai potuto sbarazzarmi. Questo mi manteneva inquieto, non costantemente forse, ma molto di frequente. Ho percepito che con il lavoro, è passato, e mi sono sentito più calmo interiormente. Mi piacerebbe ritrovare il stato di inquietudine perché mi manca. Cosa posso pensare o fare per ritrovarlo?

Gurdjieff: Prima credevi che potevi riuscirci con quello. Con questi risultati non puoi fare mai niente. Riuscirai soltanto se fai uno sforzo più forte dell'ordinario. Ma tu forse non ne hai neanche il gusto. Tu sei stato qui per molto; sei limitato per capire cos'è lo sforzo. Auto-sforzo. Sto per dirti una segreto: l'auto-sforzo non è possibile tutto in una volta sola; è necessaria una preparazione. È necessaria la lotta. Finché uno riesce, uno dimentica, uno ricorda, uno dimentica, uno ricorda. Ma quando sei accomodato, calmo, puoi pensare e cominciare a fare; fino ad ora non hai fatto ancora alcuno sforzo.

Simone: Per questo ho fatto la domanda. Sono lì e mi sento troppo tranquillo.

Gurdjieff: Tu immagini, credi che andrai direttamente in Paradiso. No, ci devono essere sforzi sopra l'ordinario. Per esempio, per questa persona (indica un nuovo arrivato) è abbastanza buono per lei, ma tu, non andrai lontano con questo. Devi cominciare a fare un super sforzo, e ora, se non lo fai, è perché non hai uno scopo. Come puoi stare calmo? Con lo sforzo che stai facendo oggi, non riuscirai mai. Una persona normale non potrebbe rimanere calma.

Simone: È proprio per questo motivo che questo mi rende inquieto.

Gurdjieff: È necessario fare sforzi qui. Sei abituato a rendere come prima nella vita. Prima, andava bene, ora non è abbastanza. Lo sforzo deve tendere tutti i tuoi muscoli, tutti i tuoi nervi, anche tutti i tuoi cervelli. Una simile concentrazione deve essere tua. Dovresti averlo fatto da molto tempo. All'inizio, per una persona nuova, è perdonabile. Per te, tu hai il gusto del lavoro vero. Devi realizzarlo nella tua vita ordinaria. Io sono - sempre: io sono. Non dimenticare mai. A poco a poco il tuo "io" farà un contatto con la tua essenza. È necessario ripeterlo molte volte.

Dr. Arboulker: Sono arrivato a preferire emozioni violente piuttosto che l'abituale e passiva inerzia.

Gurdjieff: Questo non esiste per il tuo vero "me", attivo o passivo. Dipenda dal tuo stato. Le cose esteriori sono indifferenti. Ricorda qualche volta, tu pensi che sia negativo, e forse è il contrario. Per avere una verità materiale, non pensare al tuo stato. Non filosofare; osserva soltanto; punta al tuo vero "me".

Luc: Ho fatto quasi la stessa osservazione del dottore. Ma questo invita le emozioni negative a ritornare più fortemente. Questa settimana è stata la migliore, poiché ho avuto alcune emozioni negative. È pericoloso, è reale, è possibile la devastazione, ma ho avuto il gusto di quel che può essere una vita.----- 5

Gurdjieff: Continua. Ma con la comprensione che stai accumulando una cosa sostanziale non solo per il presente, ma per il futuro. Questo è molto importante. È già tempo di pensare al ricordo e allo stesso tempo di raffigurare a te stesso in forme, non parole, quello che ti sta accadendo.

Luc: Sono stato esaurito persino organicamente dalle mie emozioni negative. Oggi, non mi sono mai sentito così bene, così animato.

Gurdjieff: Non hai mai avuto, precedentemente, alcun argento liquido. Devi sentire che tu oggi hai dell'argento liquido.

Luc: Si sente che il corpo è sotto pressione, che è il teatro di una tale lotta che sta per andare in pezzi.

Gurdjieff: Ho detto: l'uomo non è un maiale, non può scoppiare quando mangia. Il maiale ha uno stomaco normale; non può mangiare di più di quello che gli permette il suo stomaco; scoppierebbe; l'uomo è un furfante; ha uno stomaco di gomma d'India. È peggio del maiale; ingoia, ingoia senza scoppiare mai. Non solo lo stomaco, tutti gli organi sono di gomma. Ma a poco a poco ha degenerato. Persino la gomma, se non la si usa, si restringe. È soltanto se lo si gonfia un migliaio di volte più grande che è come deve essere. (*It is only if one restores it a thousand times bigger that he is like he must be*). "Scoppiare", è una parola fantastica. Solo i maiali possono scoppiare, l'uomo non può. Il maiale ha uno stomaco normale, può scoppiare: Lo stomaco dell'uomo è di gomma, e tutti i suoi organi. Continua senza paura, se è dieci volte più forte, tanto meglio; andrai dieci volte più veloce qui nel mio gruppo. Non avere paura, non scoppierai. È immaginazione. Come si può scoppiare se si mangia bene? Sei abituato a ingoiare come un maiale. Non hai mai mangiato bene. Solo ora cominci a imparare cos'è il vero mangiare. Non essere spaventato. Continua e continua. Lascia questa sensazione che crea questo si espanda ogni volta; sei esattamente come un bambino che ha il singhiozzo quando ha mangiato un grande pasto. La natura allarga il suo stomaco. Un bambino può avere il singhiozzo un migliaio di volte. Sei alla prima volta. Non ti spaventare; li avrai 999 volte in più.

Madame Franc: Capisco bene la lotta contro le emozioni negative ma quello che mi disturba è un leggero aspetto del mio carattere che scherza, anche sulla mia miseria stessa. Questo mi impedisce il rimorso e la pietà. Come posso sbarazzarmene?

Gurdjieff: Questo prova che non sai cosa stai cercando. Ti interessi di queste questioni senza partecipazione del tuo istinto. Lo hai detto molto bene. Io capisco perché non vai avanti. Io conosco il segreto del perché rimani lì ferma, uno, due, uno, due; fino ad ora il tuo istinto era isolato. Non ha mai preso parte al tuo lavoro. ti darò una serie di esercizi. Ma hai capito cosa ho spiegato. Tu hai sentito che il tuo interiore non è mai interessato a queste cose per cui stiamo lavorando. Qualcosa in te rimane da parte; esso guarda. Un'altra parte di te fa qualcos'altro; lavori senza istinto. Ogni cosa lavora; la testa, il sentimento, tranne quella che deve. Non ha mai fatto nulla per cambiare.

----- 6

Hignett: Ho provato ad usare le emozioni negative. Le ho soprafatte molto bene, ma ho avuto la sensazione di annientarle invece di convertirle. Non riesco a usarle come una forza. Le sopprimo.

Gurdjieff: Non devi sopprimerle. Quel che succede in te è un altro impulso che per un breve tempo prende il posto dell'impulso negativo. Così da parte, per un momento. Ma non è distrutto. Si deve fare tante volte "Chick", "Chick", per distruggerle. Non puoi accertarti che è assente; ma se tu cambi stato vedrai che funziona più debolmente. Perciò, hai un programma di lavoro. Se hai capito, continua a estirpare, a cacciare via gli impulsi. Ma non stare tranquilla. Fallo serenamente. Questo è un altro impulso che rimpiazza, troppo flebile da percepire per te; e immagina di non avere più emozioni negative. Solo le vibrazioni forti raggiungono la tua coscienza.

Mechin: Negli esercizi, sono molto disturbato dalle associazioni. Contro di loro non posso fare niente. Che dovrei fare?

Gurdjieff: Le associazioni sono una parte della nostra presenza. Se la nostra presenza avesse uno scopo, vorrebbe che accadesse qualcosa. Questo prova che la nostra presenza non ha uno scopo. Tu hai uno scopo solo con un centro - (che vuole arrivare in Paradiso con gli stivali sporchi). Si deve avere uno scopo con tutta la propria presenza e lavorare per questo obiettivo. Non con una parte, un solo centro. Io ho associazioni; ma esse non raggiungono la mia coscienza. La circolazione del sangue fa anch'essa tutto da sola. È una funzione automatica. Non mi disturba. Va giorno e notte. Ci sono anche le associazioni; come il mio cuore sta lavorando; e ci sono altre funzioni; per esempio, io vedo, presto attenzione; quel che ho mangiato viaggia. Posso pensare a questo tutta la sera, ogni centimetro dà sensazioni differenti. Automaticamente tu sei occupato con questo. Devi avere uno scopo, e lasciare da parte le funzioni organiche. Non ascoltarle con, la coscienza, col pensiero. Si deve imparare a pensare imparzialmente. Solo questa somma di sforzo ti porterà al pensiero normale. L'esercizio che deve fare, Madame de S. può formulare.

Gurdjieff a Ansi: Hai capito?

Ansi: No.

Gurdjieff a Luc: Hai capito?

Luc: Sì.

Gurdjieff: Spiegalo a lui; questo sarà il tuo compito.

Ansi: Ho notato che prima, le mie emozioni negative, my negative emotions came most of all in my relations with

----- 7

people. Ero violento e indesiderabile quando dicevo cose alle persone. Per un po' di tempo ho provato a lottare contro questo. Ma sono caduto nell'indifferenza e non so come cambiare il mio stato.

Gurdjieff: Non è necessario cambiare; è molto buono. In te sta crescendo un ri-apprezzamento dei valori. Prima, ti interessavi di cose a buon mercato. E per te non aveva valore quel che non era interessante. Ora quel che per te ha valore è quello che prima non ti interessava. Questo è il motivo.

Ansi: Ma io voglio cambiare.

Gurdjieff: Perché? Il tuo stato è già cambiato. Prima non vedevi che eri interessato da cosa senza valore. Più di così ora. Il tuo stato è cambiato.

Ansi: Ma se qualcosa mi ferisce, anziché essere arrabbiato o offeso, sono indifferente.

Gurdjieff: Normale; è poco ma è normale. Prima avevi il tuo amor proprio. Non vale niente, è una cosa ordinaria; ora lo hai capito. Vedi che è idiota, una nullità, un escremento; prima non lo sapevi. Oggi lo vedi; non sei arrabbiato. Vedi le manifestazioni dell'escremento. Se è così, sono molto contento. Senza volerlo, senza saperlo, sei già avanzato oggettivamente, avanzato meccanicamente. Presto sarai il nostro stimabile camerata.

Lanctin: È possibile nelle condizioni attuali evitare uno sviluppo troppo disarmonico del corpo rispetto lo sviluppo generale?

Gurdjieff: Per lo sviluppo fisico non esistono le stagioni. Non stagioni politiche. È sempre necessario. Devi educare il tuo corpo con la tua testa, coscientemente. È molto semplice. Non permettergli mai di fare quello che vuole. Fagli fare tutto il contrario di quello che ama. Gli piace lo zucchero; non dargliene. Si deve ferirlo per lottare, hai sempre ragione quando resisti al tuo corpo. Ogni cosa al contrario; è così che Dio ha creato il tuo corpo e il tuo intelletto. È una cosa molto semplice. Per questo non è necessario leggere. Il programma è molto semplice. Sotto tutte le condizioni, in tutte le situazioni politiche, l'uomo deve educare il suo corpo a sottomettersi a lui. La tua personalità può educare il tuo corpo. Colui nel quale il corpo è forte e prende l'iniziativa su di lui, è nulla. Chi ha il corpo reso schiavo, è intelligente. Capisci il significato di intelligente? Intelligente significa colui che comanda il suo corpo. Se il corpo comanda, sei una nullità, un villano - se tu comandi il tuo corpo sei intelligente. Perciò scegli cosa vuoi. Intelligente o villano? Se vuoi essere un villano lascia che il tuo corpo ti comandi. Se vuoi essere intelligente, lascia che la tua coscienza comandi il tuo corpo. Più vuoi comandare il tuo corpo, più esso ti si oppone. E nel resisterti più forza ti dà.

Incontro di Sabato 18 settembre 1943

Lettura: Introduzione alla ottava serie. Alcuni libri di Gurdjieff. Dopo cena, il Sig. Gurdjieff chiede a quelli che sono tornati dalle vacanze di fargli un resoconto del loro lavoro.

Mme Franc: Durante le vacanze ho fatto i due esercizi che mi hai dato, l'esercizio sulla divisione in due e sulle sensazioni di caldo, freddo, e lacrime (*n.d.t.* la parola tears tradotta "lacrime" potrebbe anche essere "strappo"). Non posso dire di aver avuto molti risultati da questi esercizi, ma ho avuto risultati nel comprendere. La divisione in due, non posso dire di essere riuscita a farla, ma il lavoro mi ha dato un centro di gravità nella mia testa. Questo ha cambiato molte cose per me e mi ha permesso di deidentificarmi un po' dal mio corpo e posso vedere più chiaramente nel mio lavoro. So meglio cosa sto facendo e cosa devo fare. Questo ha cambiato i valori.

Gurdjieff: Avevo già capito che avevi una personalità. Ora senti in te qualcosa, una separazione. Il corpo è una cosa e tu sei un'altra cosa.

Mme Franc: È quello che sento, ed è una cosa che giudica.

Gurdjieff: Devi congratularti con te stessa. Sono contento con tutto il mio essere. È la prima cosa. Senza questo non puoi mai continuare. Senza questo per 10 anni, 100 anni, il tuo lavoro sarebbe soltanto titillazione.

Mme Franc: Mi sembra che ora qualcosa sia stato oltrepassato.

Gurdjieff: Ora devi renderlo fisso. Si deve nutrire il bambino che potrebbe crescere. Dargli buon latte, delle uova, ogni cosa necessaria a un bambino. Quando sarà un ragazzo, sarà capace di parlare e io sarò capace di capirlo. *Per me il tuo cliente è lungo abbastanza.*

Mme Franc: Volevo anche dirti che l'esercizio delle sensazioni mi ha mostrato che vivevo nell'immaginazione, Poiché noto che è soltanto quando esperisco qualcosa organicamente che è reale; ma non sono capace di concentrarmi abbastanza sulla figura dell'immagine.

Gurdjieff: In generale questa è la tua debolezza. Non è necessario parlarne. È ancora una cosa soggettiva. Ora se ti spiego qualcosa, puoi capire. Prima non avresti potuto capire niente. La prima volta ti sei sentita offesa. E se dico la stessa cosa ora tu puoi comprendere.

Mechin: Ho provato a continuare l'esercizio della divisione in due e, vedendo che non ci riuscivo, ho pensato che era perché l'"io" in me non era abbastanza forte. Tutta la mia attenzione era spostata a "io sono" e, in effetti, questo ha sviluppato a poco a poco una sensazione molto più forte, che non avevo mai avuto, di "io". Ho accertato in effetti che questo ha cambiato tutti i valori in me, che quello che avevo capito teoricamente fino ad ora, ora lo capisco in un modo diverso e questo mi ha fatto capire

anche molti problemi, **che fissati in me specialmente la necessità per me**, ha smesso da questo momento di recitare una parte. Ma, come durante le vacanze, ero abbastanza solo nella parte che dovevo recitare, dovevo recitarla con i miei genitori e soprattutto con mia madre, che era il momento dove arrivava la difficoltà.

----- 9

Ho accertato che ero completamente incapace di recitare una parte, che era impossibile.

Gurdjieff: Tu hai capito che cos'è recitare una parte; hai capito che valore ha per te, hai assaggiato? Bravò!

Mechin: Poi, mi sono sforzato ulteriormente con l'esercizio di divisione. Ho provato a capirlo e un giorno, passando davanti a uno specchio, sono rimasto molto sorpreso che vedevo me stesso come un estraneo. Ho pensato che avrei dovuto usare questa prova per fare questo esercizio; dopo, facendo l'esercizio, ho visto me stesso come mi sono visto allo specchio; ne ho avuto solo una fredda figura, senza vita. Ho visto un corpo senza vita e ho provato a stabilire relazioni con il mio vero corpo. Nel provare a farlo mi è sembrato che questo mi desse, in più, un gusto di cosa potrebbe essere la divisione. Ho sentito che si deve fare questo.

Gurdjieff: È abbastanza, sei nato. La tua individualità è nata. Prima eri come un animale senza "io". Ora hai un "io" e le proprietà di un uomo. Te le ha date questo esercizio. Prima non avevi individualità, eri il risultato del tuo corpo, come un cane, un gatto o un cammello. Ora se hai delle corna, puoi vederle e stupirtene. Prima non potevi vedere niente. Ora hai un'individualità che non avevi. (Rivolgendosi agli altri) Lui ha acquisito un'individualità. Prima non l'aveva. Era un pezzo di carne. Avrebbe potuto lavorare mille anni, non avrebbe mai avuto alcun risultato. Sei un camerata di Mme Franc. Entrambi potete diventare iniziati alla prima iniziazione. È una cosa piccola ma è una cosa grande, una garanzia del futuro. Mi congratulo anche con voi. Per la prima volta in tre anni sono felice internamente. Sono felice dei miei sforzi. Poiché questo non è per caso, che ce ne sono altri due. Tu non sei più fidanzato, non più Mechin, tu sei mio fratello più giovane (a Mme Franc) tu sei mia sorella. Dopo parleremo separatamente.

Gurdjieff a Yvette: Non sei felice?

Yvette: Sì, e posso dire che quel che Mme Franc ha detto mi sembra che ero io che lo dicevo perché per qualche tempo c'è qualcosa di completamente nuovo in me e c'è anche il timore di vederlo sparire. Poiché, in generale, tranne che in momenti molto rari, c'era in me qualcosa che prima non c'era ed essenzialmente qualcosa nella mia testa, qualcosa che sentivo nella mia testa, sulla quale mi appoggio e che mi separava dal resto, distinta dal mio corpo, da tutto quel che sono, dal mio sentimento.

Gurdjieff: Puoi forse dire che tu sei una cosa e il tuo corpo un'altra cosa. Prima non potevi dirlo sinceramente.

Yvette: È una cosa che si può mantenere?

Gurdjieff: Abbiamo trentatré qualità di liquido che posso darti. Non è necessario capire; mi hai chiesto se è possibile e io ho detto sì. Ho detto anche che ci sono trentatré qualità di fluido.

----- 10

Tracol: Mi hai fatto accuratamente sentire, per un momento, la mia attitudine di oggi di fronte al lavoro. È stato quando hai ricordato durante la cena l'aneddoto del Curdo. L'esercizio che mi hai dato diciotto giorni fa e che consiste in un continuo richiamo: a ogni inalazione e a ogni espirazione io devo pensare "io sono" e devo depositare l'elemento attivo dell'aria nelle mie gambe mentre sono reclinato o seduto, e nel plesso solare quando sono in piedi. Ho provato a fare questo esercizio, provo a farlo sempre e, più lo faccio, più mi diventa quasi impossibile farlo, tranne nei momenti in cui posso riunire le condizioni più favorevoli. Ma meno le riunisco, più desidero riunirle e non potrei veramente abbandonare questo esercizio prima di avere, alla fine, un gusto un po' migliore di quello che ho fatto. Nei migliori momenti di questo esercizio, non nei momenti più favorevoli ma nei momenti in cui lavoro con maggiore intensità, che sarebbero nella vita, quando riesco a eseguire l'esercizio continuando le mie occupazioni ordinarie, provo un gusto che è interamente ingannevole; ho l'impressione di vivere in un doppio sogno. Da un lato faccio la mia vita esteriore come in un sogno e provo a recitare una parte in esso; e dall'altra parte, faccio il mio lavoro come in un sogno, e ho l'impressione di una parte che sto per recitare interiormente. In compenso, quando faccio questo esercizio solo in condizioni favorevoli, succede che bruscamente ho una sensazione di "io" che è più forte ancora che nell'esercizio di divisione; e mi piacerebbe conservare, nella mia vita ordinaria, il gusto che ho avuto in quel momento.

Gurdjieff: Continua questo. Devi esercitarti a poco a poco. Fare di questo sentimento la tua proprietà. Si deve avere prima il sentimento. Che è come dire, non avere le tue associazioni. Il sentimento viene in te, è tua proprietà ma in uno stato speciale. Cioè, non può venire nella vita. In uno stato speciale quando ti rilassi un po', puoi ricordare questo sentimento e devi afferrarlo.

Tracol: E, allo stesso tempo sento che il vero lavoro è nella vita ordinaria.

Mme de S: Ma si deve fare prima questo, in uno stato speciale, e a poco a poco arriverai ad esso nella vita ordinaria.

Tracol: Il sentimento più forte di divisione è quando la faccio in condizioni confortevoli.

Mme de S: Per questo è necessario accrescerlo in te in questi momenti. Dopo, a poco a poco, sarai capace di far durare questo

stato.

Kahn: Parecchi mesi fa ho posto questa domanda: "Quando ho un impulso di vero amore verso qualcuno, mi sembra che, non solo questo stabilisce una relazione tra me e quella persona ma che questo da prova di una forza superiore in me." Al tempo mi hai risposto che non dovevo pensare a tali cose al momento, che questa era psicopatia, che dovevo fare il mio lavoro come un servizio. Ti ho ascoltato e cominciai a essere capace di distaccarmi dal mio corpo, ora specialmente che ho visto la profondità della mia passività e che ho capito che devo concentrare tutte la mia forza, tirar fuori tutti i miei sforzi per oppormi a qualcosa in me che è la mia abituale nullità, ora ho l'impulso di diventare indipendente. Per esempio, ho come un impulso a riuscire a recitare la mia vera parte rispetto a mio figlio o a mio padre; ho come se ci fosse un impulso nel l'avere successo nel diventare un uomo nei confronti del gruppo, ma mi sembra che ognuno di questi impulsi non sia abbastanza potente perché il distacco sia completo. In uno dei miei migliori momenti di lavoro, ho visto recentemente tutto il mio corpo, tutte le mie emozioni, tutti i miei sentimenti e i miei desideri abituali come quello che ho dovuto riuscire ad uccidere in me per nascere, e ho capito che sarei riuscito nell'essere quel che volevo essere se fossi riuscito a fare quel che io muoio. Quindi, ora ti chiedo, mi chiedo e chiedo anche a te, se non potrei essere aiutato nei miei sforzi da una relazione se non potrei essere aiutato nei miei sforzi by a relationship of what there is of an "I" in me with a superior form - se questo non è l'impulso che manca in me?

----- 11

Gurdjieff: No; continua. Perché usi la parola "vero"? Non puoi ancora avere un "vero amore". Un aspetto del "vero amore" deve essere l'odiare giustamente, odiare oggettivamente, non l'oggetto ma le sue manifestazioni. Tu non puoi ancora usare la parola "vero". Nel frattempo continua ad ammassare materiale. Ma smetti di usare la parola "vero". Non si dovrebbe dare questo valore alle cose. Non puoi ancora amare, non puoi fare niente. Non hai ancora il sentimento e io ho bisogno che tu ce l'abbia. Quando sarai capace di avere un impulso, sarò capace di darti soddisfazioni. Come usarlo, come dirigerlo, come realizzarlo. Vedo che la forma di lavoro che ti ho dato ti ha aiutato; e se questo ti ha aiutato, non è necessario cambiare.

Kahn: Questo lavoro mi ha dato quello che nessun'altra cosa ha fatto.

Gurdjieff: Il resto non conta niente. Anche se potesse esserci in noi, non ce n'è abbastanza in te per un "vero impulso".

Gurdjieff: (a Simone) Hai capito? Anche per te qualcosa è aperto?

Simone: Infatti, mentre ascoltavo Mechin, Gabrielle e Yvette parlare, ero con loro.

Gurdjieff: Tu hai sentito con la tua testa, con la tua intelligenza. Per esempio, rispetto a Mechin, tu hai capito prima di lui; lui capisce meno di te, ma comprende col suo intero essere. Capisce con la sua individualità, tu col tuo corpo. Per me, questo ha più valore del tuo.

Simone: Ora sento qualcosa nella mia testa che rimane quasi sempre; non è molto forte ma è molto costante, qualcosa che mi fa vedere esseri e cose in un modo diverso.

Gurdjieff: È normale. A poco a poco deve essere diverso. Stai cominciando ad avere una vera vista. Tu avevi, fino ad ora, un punto di vista di fantasia.

Giovedì 30 settembre 1943

Ja: (Comincia a leggere le domande che ha scritto): Sempre di più sento quanto il mio lavoro sia mentale, quanto poco mi rallegra. E ho capito che non posso approssimare il mio lavoro con fuoco vero (elan).

Gurdjieff: Scusami, ma quello che hai appena detto non è logico. Uno distrugge l'altro. Non ho capito cosa vuoi dire. Non leggere, metti via il foglio.

Ja: Mi manca una spinta per il mio lavoro. Non riesco ad approssimare il mio lavoro in maniera soddisfacente a meno che non senta un certo sprone il quale solo venga a me da una chiara realizzazione della mia situazione presente e della mia presente nullità. L'ho capito molto chiaramente. E questo mi ha fatto capire che dovrei avere un rimorso di coscienza per questa nullità. Ma non riesco ad andare oltre questo stato. Cosa posso fare per avere rimorso di coscienza?

Gurdjieff: Questa domanda porta con sé sette aspetti; non uno, ma sette. Uno te lo dirò: ogni uomo, quando viene al mondo, ci viene per certe ragioni. Ci sono cause, che è come dire, forze esterne l'hanno creato. Queste forze forse non erano obbligate a darti la vita. Sei felice di essere vivo? La vita significa qualcosa per te? Bene poi, se tu sei vivo e sei contento di esserlo, dovresti pagare qualcosa in cambio. Per esempio, io vedo qui tua madre. ma per lei, avresti potuto non venire mai al mondo. E' a lei che devi la tua vita. Se sei contento di vivere la devi ripagare. Tu ora sei grande, è ora di saldare il tuo debito. Una delle cause principali per cui sei in vita è tua madre. E' grazie a lei che hai i tuoi piaceri e che hai la possibilità di svilupparti. Una delle ragioni, uno degli aspetti della tua venuta in questo mondo, è, quindi, tua madre. E io ti domando, hai cominciato a pagare il tuo debito con lei?

Ja: No.

Gurdjieff: Ci sono ancora altri sei aspetti. ma io ti parlo di un aspetto. Comincia, quindi, da questo primo aspetto: tua madre. Ripagala.

PAGINA 23

Anche se fosse oggettivamente cattiva, lei è tua madre. E come puoi ripagarla? Dovresti uniformare la sua vita. Ma, invece, tu che fai? Rendi la sua vita molto difficile. La fai snervare, la irriti. Inconsciamente, il rimorso di coscienza potrebbe venire da quello. Prendi gli anni appena passati, ricorda: spesso sei stato molto cattivo. Tu sei una *merde*. Non hai eseguito i tuoi obblighi. Se hai capito questo, il rimorso in te può cominciare. Questo è solo un aspetto. Potrei spiegartene altri sei, ma dimenticateli. Prima di conoscerli, comincia da questo. Per gli scorsi due anni, quante volte sei stato cattivo, molto cattivo, verso di lei? Ricorda questo e prova a riparare il passato con il tuo futuro nel presente. E' una cosa molto difficile. Se dimentichi, non lo fai, è il tuo difetto e raddoppi il tuo difetto (colpa); primo sei da biasimare per il passato, e sei una seconda volta da biasimare per non riparare oggi. Una buona risposta, no? Ognuno qui è contento. Tranne una persona - sai chi è? Tua madre. Madame, è per il bene di suo figlio che dico questo. (Parla in russo con Mme. de Salzmänn)

Mme. de Salzmänn (A Mme. E.): Potrebbe pensare che se il signor Gurdjieff parla così, è perché è (our kind host) il nostro gentile padrone di casa e perché Lei è qui. Ma non è per quello.

Jac: Ho pensato a quel che mi hai detto l'altro giorno, che devo scegliere "tutto o niente". Ho deciso di prendere il compito e attenermi ad esso qualsiasi cosa succeda. Questo compito era di riservare un certo tempo della giornata per fare un esercizio, l'esercizio delle braccia allargate. E, provando a fare questo esercizio, ho capito per la prima volta cos'è una non-entità. Fino ad ora pensavo di aver capito, ma era solo per motivi esteriori. Ho visto che ero incapace di qualunque cosa perché qualcosa in me si rifiutava di fare lo sforzo.

Gurdjieff: (Prima parla in russo a Mme. de Salzmänn) Scusami. Forse hai creduto che ti avevo dimenticato. Ho chiesto a Mme. de Salzmänn: "Quando tutti sono partiti per le vacanze, ho dato a ognuno una bottiglia di medicina da prendere durante il lavoro.

PAGINA 24

E' possibile che a te non l'abbia data?" Lei mi ha detto che a te non l'ho data. Ora capisco perché mi hai fatto quella domanda. Se tu avessi avuto quella bottiglia non avresti pensato in quel modo riguardo la tua nullità. (Parla a tutti) Lui si è sentito in generale una nullità. Ma oggi non possiede niente; non ha accumulato niente durante le vacanze. Voi al contrario state a poco a poco mietendo i risultati del vostro lavoro. Ora avete una base per misurare come può essere fatto. (A Ab.) Capisci ora la forza della chimica?

Ab: Io ne ho presa circa un terzo.

Gurdjieff: Quelli sono affari *tuo*i. Avresti solo un terzo della forza. Non è colpa mia; se l'avessi presa tutta avresti tre volte più forza. E' per quello che l'ho detto. Forse non hai dato abbastanza importanza a questa medicina. Forse questo ti darà un rimorso di coscienza in futuro al fine di ottenere un'altra qualità di attenzione. Come a lui (as to him) (Jac) posso dire che mi dispiace di non avergli adato la bottiglia che ho dato a tutti per le vacanze. Mme. de Salzmänn dice che non gliene ho data una. capisco la ragione di questa domanda. Se avesse avuto la bottiglia avrebbe fatto qualcos'altro del suo tempo durante le vacanze - non avrebbe posto la domanda. Capisci, Tracol? Mi dispiace che non sia nel gruppo del sabato. Lui non c'è ed è per questo che ha fatto la domanda. Se ha fatto quella domanda da idiota è perché non ha avuto la sua bottiglia di medicina. E' colpa tua, è colpa di Mme. la Presidente e la colpa di tutti i suoi amici. Lui è stato qui molto tempo; è stato vostro amico per molto tempo; e per molto tempo è stato deprivato. E' colpa di Mme de Salzmänn, del Presidente, di ogni persona qui. (Offre una sigaretta a Mme. Et.) Madre, tu meriti di avere tutto. Dovresti avere tutto. I tuoi figli dovrebbero darti tutto, e anche gli amici dei tuoi figli. Hai cresciuto i tuoi figli fino a un'età responsabile. dovrebbero darti quello che ti piace. Se ti piacciono le sigarette, dovresti avere le sigarette. Se non hai niente, è colpa dei tuoi due risultati; devono essere annientati.

Jac: Posso finire la domanda?

Gurdjieff: Finisci.

Jac: Ho notato nel fare questo esercizio che per la prima volta e per un momento molto breve, che ho avuto il sentimento di essere libero, libero da quest'inerzia contro cui lotto sempre, e che mi ha dato il gusto esatto di cosa potrebbe essere la libertà. (Gurdjieff interrompe Mme. de Salzmänn che traduce, ma Gurdjieff la ferma.)

Gurdjieff: Ho già capito. E' per lo stesso motivo. tu hai capito con la tua testa., ma il tuo organismo non ha la possibilità di essere quello che la tua testa desidera.. Bene quindi, la materia chimica che dicevo di poterti dare i quali risultati si accumulano in te e ti danno il fuoco per rivitalizzare le tue funzioni. E' lo stesso motivo. Di chi è colpa io non so, ma in futuro dovresti prendere ogni misura, - chiedi, elemosina, supplica Mme. de Salzmänn di aiutarti. Mme. President ha anche la possibilità di introdurti nel gruppo del sabato. (A Mme. Er.): You ought to see to it that your title has a meaning. All'inizio pensavi che fosse uno scherzo, ma ha preso una brutta piega. Tracol, come sta il tuo allievo (Gerb.)? Dovresti aiutare il tuo allievo, illuminandolo perché possa capire. Ha un aspetto molto simpatico. Lo conosco esteriormente ma non interiormente. Per cui, si deve

manifestare con la sua lingua. Dovresti aiutarlo affinché io possa capire la sua interiorità. Nello stesso modo in cui il Procuratore Distrettuale è governatore per lei (Mlle. Dol). Hai notato che quando conosco bene qualcuno sono capace di dare buoni consigli? Ora non posso. Devo sapere di che cosa è imbottito. Come per lui (Mlle. Dol), io so di che spezie è ripiena. (Scherza con Mlle. Dol e Sunn sul risparmiare sigarette, invita alcune persone per domenica, regala caramelle e le congeda).

Incontro di giovedì 21 ottobre 1943

Gurdjieff: Madre, posso fumare? (a Jac) Nota questo esempio - lei è madre, la madre della casa; tu ricordi che l'ultima volta ho detto che nessuno può far niente senza il permesso della madre. La madre è la testa (della casa).

PAGINA 26

(Gurdjieff scherza su Jac., dice che Jac. è geloso perché sua mamma non appartiene più solo a lui ma a ognuno presente, e quando gli mancherà realizzerà il valore di quello che possedeva).

Gurdjieff: Ehi, dopo quello che abbiamo appena letto della cerimonia di Cristo, penso che sia difficile per chiunque porre una domanda. Comunque sia, bisogna provarci. Anche se fosse una domanda egoistica.

Hig: Signore, vorrei fare una domanda. Avendo finito parecchie settimane fa i compiti che mi ero preso, mi trovo da allora in un felice equilibrio senza un iato e senza un desiderio. Voglio andare avanti col lavoro perché sento che c'è un universo sopra quello in cui sono ora, ma non posso fare alcun progresso da allora e sento che da solo non posso fare niente.

Gurdjieff: E' un brutto segno. Devi cercare uno shock dall'esterno. Ti accontenti di poco. Ora, durante questo periodo, dovresti fare uno sforzo. Dovresti avere una lotta interiore tra la tua individualità e le tue funzioni. Non devi tranquillizzarti. Il fatto che non puoi lavorare è un segno molto buono. Devi forzare te stesso. Se superi questa crisi, questa piccola crisi, in seguito potrai ricominciare.

Hig: Non vedo esattamente quale percorso seguire e che scopo avere in vista.

Gurdjieff: Non è necessario un percorso. E' necessario soltanto che tu ottenga i risultati in te stesso. Raccogli, accumula i risultati della lotta. Ne avrai bisogno per continuare. Devi accumulare; hai delle batterie in te nelle quali devi accumulare questa sostanza, come per l'elettricità. Questa sostanza può essere accumulata soltanto lottando. Perciò crea una lotta tra la tua testa e il tuo animale. L'ho già spiegato l'altra volta. Scusami. E' sabato che l'ho detto. La mia memoria sta invecchiando. Non sono solito fare errori e ora sto cominciando.

PAGINA 27

Ti consiglio - ora che ti conosco mille volte meglio - di non fermarti. Continua la tua lotta, ma senza l'aspettativa di risultati. Accumula i risultati del processo di lotta. Quando lottiamo interiormente con il pensiero, il sentimento e il corpo, questo produce una sostanza nel posto a cui appartiene. Accumula. E' questo che sta mancando in te. Tu sei giovane. Non hai esperienza. Sei vuoto. Continua la lotta iniziata accidentalmente. Così che se tu dici di essere soddisfatto, questo prova che sei sulla strada giusta. Ma non ti devi fermare. Tu avevi come un piano per andare all'Etoile. Ora sei in Rue d'Armaillé. L'Etoile è ancora lontana: Boulevard Carnot, ci sono venti lampioni, venti stazioni. Quindi, ora, svolta a destra. Quella è la strada giusta. Questo c'è da dire, continua la tua lotta. Stai cercando dei mezzi? Cosa stai facendo non ha importanza. Quel che importa è che tu abbia in te il processo di lotta. Che mezzi impiegherai? Non importa. Lotta. Tu sai meglio di me cosa lotta. Per esempio, qualunque cosa piaccia al tuo corpo, qualunque cosa sei abituato a dargli, non darglielo più. La cosa importante è avere un continuo processo di lotta, perché hai bisogno la sostanza che la lotta ti dà.

Jac: Signor Gurdjieff, mi ha dato un compito allo scopo di ricordarmi di me, di lavorare con qualcuno che mi è vicino. E ho notato, e così mia moglie, che questo scopo ha cambiato la nostra relazione, ma solo a un certo punto, e quello era un ostacolo a cui né lei né io potremmo passare sopra. E Lei le disse che avrebbe detto cosa fare per superare questo ostacolo.

Gurdjieff: Primo, per ogni genitore, si deve cominciare ponendo una domanda; tu e tua moglie avete dei bambini. Bene, se avete dei bambini, essi creano per voi doveri speciali. Vivere solo per voi stessi è finito. Saresti obbligato a sacrificare ogni cosa per i tuoi bambini, nella vita ordinaria. In questo momento tu e tua moglie dovete progettare come scopo, di vivere per i vostri bambini; è lo scopo tuo e di tua moglie.

PAGINA 28

Niente dovrebbe interferire con il vostro mutuo rapporto. Dovreste avere questo scopo comune tra voi. Dovreste avere uno scopo, uno scopo comune, tra di voi, e questo scopo comune tra voi darà un contatto con il lavoro, perché è uno scopo oggettivo e anche il lavoro è oggettivo. Cominciate da questo. Discutitelo con tua moglie. Con lei, progetta di sacrificare ogni cosa ai tuoi bambini. Non per sempre, ma per un periodo di tempo particolare, tutto per i tuoi bambini. Il vostro sarà uno scopo comune. E nelle vostre relazioni personali ci sarà una lotta, per il motivo che entrambi programmate questo scopo con la vostra mente, dato che i vostri caratteri sono diversi, ognuno avrà - poiché ognuno avrà scelto il suo scopo - in sé stesso una lotta da sostenere. E

chi si atterrà a questo scopo avrà passato l'esame per avere un altro mezzo oggettivo che verrà in seguito. Intanto, parla tranquillamente e francamente con tua moglie e programmate lo scopo. Se lo fai per una o due settimane, meriterai di conoscere il modo oggettivo.

Pomereu: Posso fare una domanda?

Gurdjieff: Se ti va. Questa è la prima volta che parli, vero?

Pomereu: Mi piacerebbe sapere come fare a evitare, al di fuori del lavoro che dura un certo periodo di tempo, che la mia immaginazione scappi con me.

Gurdjieff: Bene, per quello ti darò un consiglio molto semplice e molto ordinario. Anche tu sei sulla strada giusta. Ora quello che ti consiglio è una cosa molto semplice. Capire logicamente non ti porta assolutamente nulla. Capirai in seguito che il solo consiglio buono è quello che sto per darti. Durante tutto il tuo tempo libero, conta: 1, 2, 3, 4, 5, 6, fino a 50. Dopodiché: 50, 49, 48, 47, 46, eccetera fino a tornare all'inizio. Per tutto il tempo. E se lo fai sette volte, cinque o dieci minuti, siediti, rilassati e di a te stesso: "Io sono", "Io voglio essere", "Io posso essere", "Non per usarlo per fare il male, ma il bene", "Io aiuterò il mio prossimo quando Io sarò. Io sono".

PAGINA 29

Dopodiché, conta ancora. Ma consciamente, non automaticamente. Fai questo tutto il tempo libero. La prima volta ti sembrerà assurdo. Ma quando lo avrai fatto per due o tre settimane, mi ringrazierai di tutto cuore. Mi hai capito?

Pomereu: Molto bene.

Gurdjieff: Non ti do nient'altro. ne so un altro migliaio. Ma ti do questa cosa semplice. (Agli altri) E quello lo salverà. La sua intera vita cambierà e fino all'ora della sua morte mi ringrazierà, non mi dimenticherà mai. fai quello, e quello è tutto.

Mme. Et.: Posso chiederle qualche consiglio? Volevo chiederle: quando faccio il mio lavoro di ricordo di me, sono sempre intralciata dalla stessa idea: come posso fare il mio lavoro, come organizzare la giornata, per far felici tutti in casa? E durante il giorno, è proprio il contrario. Sono intralciata dalle idee che hanno a che fare con il lavoro. Penso a quello che ho sentito qui e da Mme. de Salzmann, e questo mi intralcia continuamente.

Gurdjieff: Questo è l'effetto delle esigenze del vivere ogni giorno. Succede a tutti. L'ho detto spesso. Devi riservare ogni giorno un tempo particolare per il lavoro. Non tutto il tempo, il lavoro è una cosa molto seria. Non puoi lavorare interiormente tutto il giorno. Devi dedicare un tempo particolare e aumentarlo a poco a poco. A questo lavoro dedica mezz'ora delle ventiquattro ore. Durante questa mezz'ora dimentica tutto il resto, metti da parte tutto il resto. E' una piccola cosa. Sacrifica ogni cosa per il tuo lavoro interiore e in seguito lo puoi mettere da parte per le cose della vita ordinaria. Non puoi fare questo lavoro per tutto il giorno.

Mme. Et.: Penso anch'io. Diviene meccanico: io sono, io voglio essere.

Gurdjieff: Tu mischi, non devi. Non mischiare questo lavoro col lavoro ordinario. Abbiamo due stati di veglia. Per questo lavoro, dovresti avere uno stato di veglia attivo. Ma mezz'ora di questo stato di veglia è abbastanza per tutto il resto del giorno, nel quale vivi come sei abituata a fare.

PAGINA 30

Puoi fare questo? E se non riesci a farlo per mezz'ora, anche dieci minuti sono ricchezza per chi può lavorare dieci minuti. Devi dare e sacrificare a questo lavoro un tempo particolare. Non puoi dare tutto il tempo. La vita è una cosa, il lavoro un'altra. La sostanzialità di ognuna è diversa: per questo lavoro devi essere più attiva. Ho detto questo molte volte. Quando cominci il tuo lavoro, il tuo compito, esso è il tuo lavoro. Dovresti, sempre prima di cominciare, rilassarti, prepararti, raccoglierti. Poi, con tutto il tuo essere, esegui il tuo compito. E' una cosa molto complicata. Non puoi farla per molto il tempo. Ti stancherai presto. Prende tutta la tua forza; se lo fai per cinque minuti di troppo, sarai scaricata di tutta la forza. E' per questo che ho detto che si deve aumentare a poco a poco, fino a quando ti ci abitui: cinque minuti, sei minuti, dieci minuti. Solo questo sistema ti darà sempre un buon inizio per prepararti a raggiungere lo stato che appartiene a un uomo vero. E se tu lavori a lungo, questo prova che non lavori con tutto il tuo essere - stai lavorando solo con la mente. Ma così, puoi farlo per un migliaio di anni senza guadagnarci niente; non vale niente. Lavora per breve tempo, ma lavora bene. Non mischiarlo con altre cose. Cinque minuti di buon lavoro valgono più di ventiquattro ore di altro tipo. Se non hai molto tempo, lavora cinque minuti. Lascia che la vita ordinaria continui secondo le abitudini, il resto del tempo. Quel che dici non riguarda il lavoro. La nostra vita è una cosa, il lavoro un'altra cosa. Altrimenti diventerai una psicopatica. Tu ricordi te stessa con la tua mente - non serve; ricorda te stessa con tutto il tuo essere. Non puoi farlo a lungo, ti scarichi. Fallo per cinque minuti, ma dimentica ogni altra cosa. Sii un'egoista assoluta, dimentica ogni cosa, il tuo dio, tuo marito, i tuoi bambini, i soldi - ricorda solo il lavoro. Breve, ma di sostanza. (Parla in russo con Mme. de Salzmann).

PAGINA 31

Bar: Posso fare una domanda? Come faccio a distinguere tra il mio centro mentale e il mio centro fisico?

Gurdjieff: Prendi un compito semplice. Quando pensi, pensa. Le associazioni vanno avanti automaticamente; quella è la tua mente. Quando senti caldo o freddo, quando sei nervoso, arrabbiato, quando ti piace, quando non ti piace - quello è il tuo sentimento.

Bar: Ma nelle proprie azioni, come si può evitare che i centri si invadano l'un l'altro: pensare col sentimento, avere un sentimento mentale, e confondere uno con l'altro.

Gurdjieff: Vuoi dire che non puoi pensare perché sei emotivo?

Bar: Voglio dire che ho un pensiero emozionale.

Gurdjieff: Tu hai una debolezza, una malattia; tu non devi pensare con il tuo sentimento; devi pensare con la tua testa. Pensare col sentimento è una debolezza, una malattia. L'inizio viene dal sentimento e il centro del pensiero è solo una funzione. Ma il centro di gravità deve essere il pensiero. E ora puoi sapere cos'è l'individualità. E' quando il tuo centro di gravità è nel pensiero. Così, se il tuo centro di gravità non è nel pensiero, tu non sei un individuo, tu sei un automa. E' una spiegazione semplice. Ogni uomo dovrebbe provare ad abituarsi ad essere un individuo, una persona indipendente, qualcosa, non *merde* (scusa la parola), non un animale, cane, gatto. E' un sintomo molto semplice. Se concentri il tuo essere nel tuo pensiero, sei un individuo; ci sono molti gradi tra gli individui, ma al momento non è importante. tu sei un individuo quando hai il tuo centro di gravità nel tuo centro pensante. E se è in un altro centro, sei un automa. Può essere nel corpo o nel sentimento, ma quando lavori dovresti avere come scopo di essere nel pensiero. E fare questo consciamente. Se non lo fai, ogni cosa si fa in te inconsciamente. Il tuo lavoro dovrebbe essere di concentrarti esclusivamente nel tuo pensiero. E' una spiegazione semplice, Philip? Anche a te questo spiegherà molte cose.

PAGINA 32

Philip: Teoricamente lo so.

Gurdjieff: Ma per la tua comprensione questo dovrebbe averti dato qualcosa di nuovo, qualche conclusione interessante?

Zuber: Signore, le ho chiesto giovedì scorso, se c'era un modo per sviluppare l'attenzione; ha detto che l'attenzione si misura nel grado in cui uno si ricorda di sé. Mi ha detto di guardare specialmente dentro me stesso. Gliel'ho chiesto in particolare poiché non ero capace di porre la mia attenzione alla lettura di Belzebù. In questa settimana ho capito che l'attenzione era quello che io ero. Più "io" c'erano, più attenzioni differenti. Volevo chiederle se c'era, per sviluppare l'attenzione, solo il metodo del "Io sono" o ci sono altri metodi speciali?

Gurdjieff: Ti posso dire una cosa. i metodi non esistono. io non ne conosco. Ma ora posso spiegarti tutto semplicemente. Per esempio, in Belzebù, io so, c'è ogni cosa che si dovrebbe sapere. E' un libro molto interessante. Ogni cosa è lì. Tutto quello che esiste, tutto quello che è esistito, tutto quello che può esistere. L'inizio, la fine, tutti i segreti della creazione del mondo; tutto e lì. Ma si deve comprendere, e comprendere dipende dalla propria individualità. Più un uomo è stato istruito in un certo modo, più può vedere. Soggettivamente, ognuno è capace di comprendere in base al livello che occupa, per quello è un libro oggettivo, e ognuno potrebbe capirci qualcosa. Una persona capisce una parte, un'altra mille volte di più. Ora, trova il modo di porre la tua attenzione al comprendere tutto di Belzebù. Questo sarà il tuo compito, ed è un buon modo di fissare una reale attenzione. Se non puoi porre reale attenzione su Belzebù, non puoi avere una reale attenzione nella vita. Tu non conoscevi questo segreto. In Belzebù c'è ogni cosa, io l'ho detto, perfino come fare una omelette. tra le altre cose, è spiegato; e allo stesso tempo non c'è in Belzebù una sola parola sulla cucina. Allora, poni la tua attenzione su Belzebù, un'altra attenzione rispetto a quella a cui sei abituato, e sarai capace di avere la stessa attenzione nella vita.

PAGINA 33

(Scherza con Pomereu sul tabacco e di come asciugarlo, e poi sulla polvere di riso e la polvere da sparo; e sulla lingua francese che è ricca solo di insulti tra tassisti).

Mme. de Salzmänn: Adesso, qualcuno ha nient'altro da dire?

Jacques: Signor Gurdjieff, poco fa ero molto interessato alla domanda di Pomereu e dalla sua risposta. nella mia vita, che è abitudinariamente molto confusionaria e molto banale, noto quante poche stanze ci sono per il lavoro. Il più delle volte mi sento smarrito. Il che è normale. Ma quel che è meno normale è che io ci sono attaccato a questa confusione, a questa banalità che mi calza a pennello, il me ordinario, l'individuo che è più forte in me. E le chiedo se non potrei applicare al mio proprio caso il consiglio che ha dato a Pomereu, poiché io credo che contenga qualcosa di semplice e chiaro che mi spingerà fuori dalla gabbia per scoiattoli nella quale giro sempre.

Gurdjieff: Non farebbe per te, per niente. E' difficile contare così: 1, 2, 3, fino a 50. Ti do qualcosa di ancora più facile. Tu hai una famiglia. Un padre? Una madre? Un fratello?

Jacques: E una sorella.

Gurdjieff: Anche una sorella: cinque persone. Cominciando domani mattina, prendi come compito: ogni dieci minuti, più o meno, circa dieci minuti - per me è lo stesso se otto o diciotto - ricorda tuo padre, dieci minuti dopo tua madre, eccetera. Ricordali e rappresentali a te stesso. E quando hai finito con il quattro, dieci minuti dopo "io sono", "io voglio essere", con il sentire di tutta la tua presenza; e dieci minuti dopo cominci di nuovo - tuo padre, tua madre, eccetera. E fai così tutto il tempo. E' più semplice dell'altro. Hai capito? Comunque sia, devi avere una *idée fixe*. Quando pensi a tua madre ogni cinque volte, pensa che lei è qui e ha degli orecchini d'argento, cose economiche; e tu dai la tua parola a te stesso che quando sarai cresciuto e guadagnerai dei soldi, ti prenderai come compito di regalarglieli d'oro. (A Mme. Et.): Il dieci per cento a me. (A Jacques): Mi hai capito?

PAGINA 34

Bar: Signor Gurdjieff, quando uno si trova con un sentimento di profonda tristezza dal quale non riesce a uscire, con quali mezzi meccanici può farcela?

Gurdjieff: Se uno non ne conosce la causa?

Bar: No, non la conosce.

Gurdjieff: Non esiste una tale tristezza; è un'idiozia. Fatti vedere da uno specialista. Io posso raccomandarti un neuropatologo. Lo conosco molto bene, mi dà il dieci per cento.

Bar: Qualche volta la avverto dopo il pranzo.

Gurdjieff: Oh, oh: è un sintomo; mangi di più di quel che dovresti. Mangia di meno. Non mangiare l'ultimo pezzo, è tutto. Hai capito che cos'è? L'ultimo pezzo. Capito? Poi *bravo*. Prova e la prossima volta ne parleremo. E' possibile che la causa sia lì. Se non lo è troveremo un altro modo. (Scherza col dottor Ab. sulla Medicina).

Hig: Signore, mi piacerebbe fare un'altra domanda. Non capisco cosa possa essere l'amore conscio. Non capisco perché la lucidità con la quale si esamina la propria passione e che dischiude la sua causa non debba, a sua volta, ucciderla.

Gurdjieff: Bene, poi dico che l'amore interessa solo le funzioni. E' solo la polarità fisica che sta lavorando. Quando hai pensato a quello, l'amore ti diventerà ripugnante. L'amore che tutti hanno, che hai tu. Ma l'amore conscio, quello è vero amore. Tu hai solo amore basato sul sesso; è una malattia, una debolezza. Non puoi avere amore. Quello che forse aveva tuo nonno. Oggi, per ognuno, l'amore è basato sul sesso, e il sesso sulla polarità. Così, se una persona ha un naso come questo, tu l'ami; se non ce l'ha come quello, tu non l'ami. L'amore reale è oggettivo; ma a Parigi l'amore oggettivo non esiste. Tu hai detto la parola sentimento per sesso, per cose sporche; hai dimenticato l'amore reale.

Hig: Ma si dovrebbe cercare di reprimerlo nell'interesse di un altro?

Gurdjieff: Guardalo come una debolezza e mettilo da parte. E, allo stesso tempo, usalo per osservare te stessa. Approfitta di ogni cosa. E dall'istinto forse sarai capace di sentire l'amore reale.

PAGINA 35

Il gusto forse verrà a te. Quando avrai pietà per una persona col naso che non ti piace, o per un'altra che sembra malata, per un bambino senza madre, per un affamato, per un uomo senza una moglie - allora, per ogni persona, sarai capace di entrare nella sua situazione. Abbi contatto con i tuoi diversi impulsi; e se rimani imparziale, vedrai che ogni cosa che ogni cosa che hai avuto in te fino ad ora è *merde*, è allo stesso tempo sarai capace di provare ad avere il gusto di un'altra qualità di amore. E se il gusto di esso viene a te, io posso spiegartene i dettagli.

Ab: Signore, per provare questo amore conscio, la polarità può essere un aiuto o un intralcio?

Gurdjieff: Un ostacolo, naturalmente. Ma non ci puoi fare nulla. Sei schiavo di questa legge. Che tu voglia o no. E' il tuo corpo che ti fa amare o non amare. Consciamente, puoi non essere più schiavo della tua polarità. Ma prima devi averne il gusto. Tutto quello che posso dire al momento è che quell'amore esiste, l'amore oggettivo. Ma devi averne il gusto. Dopodiché ne parleremo. tutto quello che diremo prima rimarrà teorico. Su questo, Belzebù spiega molte cose. Riguardo ai comandamenti di Ashyata Sheymash c'è questo:

L'Amore della coscienza richiama lo stesso in risposta

L'Amore del sentimento richiama l'opposto

L'Amore del corpo dipende solo dal tipo e dalla polarità.

E c'è anche questo sulla speranza:

La Speranza della coscienza è forza

La Speranza del sentimento è schiavitù

La Speranza del corpo è malattia.

E sulla fede:

La Fede della coscienza è libertà

La Fede del sentimento è debolezza

La Fede del corpo è stupidità.

E ora, District Attorney, prova prima a guadagnare un mucchio; e tu, madre, vieni a vedermi. Io conosco un posto dove ci sono cose d'oro. Io ho un amico al banco dei pegni.

Incontro di giovedì 9 dicembre 1943

Lettura: I Santi lavori del Santo Ashiata Shiemash.

Cena.

(Scherza con Miss Gordon e Boussik sullo sbucciare uva secca.)

Hignette: Signor Gurdjieff, mi piacerebbe farti una domanda.

Gurdjieff: Scusami, puoi aspettare? Vorrei dire qualcosa a quel signore (Indica Jacques Baratier). Oggi posso verificare qualcosa. Io lo conosco, l'ho visto più di una volta e all'istesso tempo non sono sicuro che sia lui. Non mi è mai successo. Io fotografo le persone. Ma nella mia testa questa foto di lui era solo trasparente e per parecchi giorni mi sono detto: "Perché questo". Oggi ho capito.

Baratier: Perché, signor Gurdjieff?

Gurdjieff: Ho visto là tuo fratello; non sapevo che fosse qui. Ho creduto che tuo fratello fossi tu e tu fossi lui. Non ho fissato tuo fratello. Ma oggi vi vedo indipendentemente, uno a sinistra, l'altro a destra: non avete niente in comune esteriormente, ma nell'essenza siete simili. Si può scommettere che è lo stesso padre. Perché ridete tutti? Quel che ho detto è molto normale. Ha! È abbastanza. Oggi è giovedì e allo stesso tempo, un giovedì che comincia in modo nuovo. È il giovedì di una sequenza di giovedì che saranno di nuova qualità. I giovedì di prima sono morti. Non potremo più ricominciare. È una qualità diversa di giovedì, con più dettagli. Tra gli altri, per questo giovedì, parecchie persone mi hanno detto: "Non posso rispettare la condizione, che era stata stabilita, di interessare e portare sette persone al lavoro". Ho posto come condizione che sarebbero venuti di giovedì solo quelli che speravano di essere capaci di portare e interessare sette nuove persone, senza spiegare loro niente di strano riguardo le idee, interessandole solo con le idee, le mie idee, con quello che ha studiato qui, fatto qui, gli strumenti che gli abbiamo dato e nient'altro. Sette persone in sei mesi. Questa era la prima condizione. E certuni mi hanno fatto questa domanda: e io rispondo che è un idiota chi mi chiede questo. Non è questione di portare sette persone in sei mesi; se veramente uno interessa una singola persona a venire, questa persona può aiutarti a portarne quattordici. Non è difficile. Non è una questione di sette. Basta una per cominciare. Solo che deve essere una persona che sarà stata veramente avviata, ben iniziata, che si può interessare alle nostre idee. E automaticamente sarà capace di assisterti, poi tu sarai, tu, come un presidente francese - che è come dire, non avrai niente da fare. Non farà niente. (a Hignette) Ora, mia cara, cosa desideri?

----- 13

Hignette: Mi sento troppo calma e troppo felice; senza il desiderio di continuare, come acqua stagnante. E ancora, ho sentito che devo fare qualcosa. Ho scelto un compito intellettuale e primitivo, e specialmente in condizioni spiacevoli. Ora mi sento estremamente stanca. In più, non si accorda col mio lavoro. Vorrei dormire venti ore al giorno se potessi. Vorrei sapere, ora come diminuire il mio compito, non ne ho più la possibilità e non lo voglio, ma come sopportarlo meglio e riposarsi meglio?

Gurdjieff: In generale il tuo lavoro procede bene?

Hignette: Intellettualmente, sì.

Gurdjieff: Allora, se sì, fai una cosa sola. Il riposo te lo sto per dare. Sto per darti delle pillole da prendere due volte al giorno, al mattino appena sveglia, e la sera quando vai a letto. Ma tu, da parte tua, ogni mattina quando ti alzi, lavati con acqua fredda, poi ti riscaldi facendo ginnastica. Fai solo questo. Questo cambierà ogni cosa in tre giorni. E vedrai che la tua fatica era immaginaria. Come puoi essere stanca? Sei ancora giovane; non hai consumato le riserve degli accumulatori. È psichico. Fa questo: lavati, asciugati bene e prendi le tue pillole. Se non senti niente in tre giorni (niente il primo giorno ma già meglio il secondo, e il terzo, bene) puoi venire a casa mia e sputarmi in faccia. Una cosa somma a questo la fatica; un'ossessione intermittente. È o speranza o rammarico di una persona della quale posso solo pensare, e che occasionalmente durante qualche ora. Non c'è quindi niente da spiegare; devi fare quello che ti ho detto. Ma allo stesso tempo, giustamente, queste cose richiedono una spiegazione che può servire al mondo intero; quindi la spiego per te e allo stesso tempo per tutti. Tu ricordi che dico spesso che devi essere interiormente libera. Tu capisci cos'è essere liberi. Non identificarsi con niente. La parte più importante della nostra schiavitù dipende dai fattori cristallizzati in noi e che sono relativi agli estranei, alle relazioni con persone non familiari a noi. E, per essere capaci di essere liberi, il primo lavoro nelle scuole esoteriche di tutti i tempi comincia esattamente con questa questione: "Decristallizzare tutti i fattori che sono consentiti dalle relazioni con altri" (eccezione fatta dei fattori cristallizzati che sono concernenti con persone dello stesso sangue, padre, madre, sorella, fratello, eccetera... è lo stesso sangue, la stessa famiglia, i fattori devono continuare). Ma tutti gli altri fattori devono essere decristallizzati; devi essere un assoluto egotista. Tutto l'amore, tutto il rispetto per chiunque possa essere devi liquidarlo; è necessario che l'amore sia

trasformato in odio. Devi influenzarti particolarmente e lavorare al fine di non avere mai un'intima unione con alcuno. Non devi né amare né stimare interiormente, né avere alcuna simpatia o antipatia. Dico interiormente, non esteriormente. Esteriormente devi recitare una parte, ma non interiormente. Chiunque sia estraneo a te, devi rifiutarlo, tranne le persone dello stesso sangue. Lotta in tutti i modi. Conosci te stesso meglio di me; sai come influenzarti e quali pensieri e sentimenti sono necessari per resistere al fine di decristallizzare questi fattori. ----- 14

Quindi comincia e, se vedi che non puoi, ti aiuterò e ti dirò cosa devi fare. La verità rimane la verità. Tutti quelli che sono coinvolti nel lavoro interiore non devono mantenere fattori di contatto, buoni o cattivi, con chiunque sia; si deve essere liberi, completamente liberi da contatti con estranei. Ripeto, eccetto le persone dello stesso sangue. Per loro, non si devono prendere misure per cambiare queste qualità di relazione. Non dobbiamo cambiare i nostri contatti con i nostri padri, madri, eccetera. Si cambierà solo la forma di contatto con i nostri padri, madri, zii eccetera. È lo stesso sangue. Gli estranei sono di un altro sangue; un'altra sorgente; interiormente ci devono essere completamente indifferenti. Si deve essere liberi da essi. Senza alcuna schiavitù. Esteriormente, puoi recitare una parte e fare quel che è necessario fare. Quello è affare tuo. L'uomo deve sforzarsi di non identificarsi interiormente e recitare una parte interiormente.

Luc: Ma se ci si proibisce la simpatia verso tutti, non ci mancherà un sentimento, in particolare l'impulso di rimorso, che potrebbe riparare il nostro passato e che è un fattore molto importante del lavoro?

Gurdjieff: Per questo, le persone dello stesso sangue ti basteranno. Hai commesso molti errori verso di loro; è a loro che deve andare il tuo rimorso di coscienza.

Luc: Ma io non ho famiglia.

Gurdjieff: Anche una persona è sufficiente. Nella tua vita passata, puoi usare molto materiale per il rimorso di coscienza, verso questa persona. (A Hignette) In quel caso, ora, se analizziamo, che motivi avevi per fare la tua domanda? La ragione è che hai avuto un contatto con qualcuno, un contatto di tipo di polarità. Si deve lottare tanto di più, devi usare questa lotta per il tuo lavoro. Uccidi in te stessa i fattori che hanno permesso questo contatto con una persona estranea, se è estranea. Se è del tuo sangue non si tocca, è un'altra cosa. Se non mi avete capito, parlate con Mme. De S. Le ho spiegato tutto quello che era necessario.

Hignette: Vorrei soprattutto avere qualche cosa di concreto e come liberarsi di un'immagine ricorrente.

Gurdjieff: Fa quello che fai per molte altre cose. Siediti, sii tranquilla, rilassati con cura. Poi comincia a suggerire a te stessa come a una persona estranea. Con la tua coscienza, tu spieghi al tuo subcosciente che tutto quello è schiavitù e che è idiota avere contatto con chiunque possa essere. Lo spieghi come a un estraneo. Poi lo spieghi a te stessa. Una volta, te lo spieghi dieci volte. E, sarai capace, in fatti, di ricevere come un estraneo queste cose che sto per dirti, e che dirai a te stessa. Come a un estraneo a cui si spiega dieci volte la stessa cosa. Poiché, la tua individualità e il tuo corpo sono esattamente come te e un'altra persona, un estraneo. Per te, il tuo corpo è una persona estranea, la differenza è che è più facile pungere qualcuno vicino che uno lontano. Ora, il tuo corpo è il più vicino; è quindi più facile. Non una, ma dieci volte al giorno, puoi parlare a te stessa. Si deve fare tutto diversamente in questo lavoro; da voi devono essere uccisi perfino gli obblighi sacri. Chi vuole avere la libertà, deve uccidere ogni cosa in sé stesso. Anche se ami Dio o la Madonna, devi ucciderli in te stesso. Anche l'idea da fusi (sic) di credere a un Santo, devi mandarlo al diavolo e il Santo non avrà niente contro di te per questo.

----- 15

Luc: Sono molto sorpreso da quello che dici. Poiché io, che vanto di avere molti contatti nella mia vita, ho percepito quindici giorni fa, e sono preoccupato, che non sento più niente per nessuno nelle relazioni con la gente. Sono assolutamente secco e indifferente, continuando sempre a fare le cose che devo fare e continuando a dare il massimo di me stesso nei miei rapporti umani.

Gurdjieff: E pensi di esserci arrivato da solo?

Luc: È il risultato del lavoro.

Gurdjieff: Tranne forse che io ho fatto qualcosa di speciale per te, per farti arrivare a questo? (crede di essere diventato così in modo completamente naturale). Io ho fatto di te un candidato speciale per il lavoro. L'ho fatto di proposito. Come se ti avessi dato una pillola. Tu sei cambiato e io sono contento.

Luc: Ho parlato con qualcuno che mi ha detto che non ha mai provato amore per nessuno. Lo comandava la sua testa. Poi non ho saputo come rispondere, poiché sono colpito dalla stessa incapacità. Qualcosa in me è debole.

Gurdjieff: Perché ricordi questa persona?

Luc: In relazione al lavoro.

Gurdjieff: Il consiglio non ti aiuterà. La tua volontà non basta per cambiarti, devi avere un aiuto esterno.

Luc: Ne sono sicuro.

Gurdjieff: Ho detto a questo giovane uomo che è metà e metà, da una parte l'aiuto esterno: sto per darti qualche pillola, dall'altra parte, lui, da solo, deve lavarsi con l'acqua fredda e fare ginnastica. Le pillole da sole non possono aiutarti. L'esercizio da solo non può aiutarti senza le pillole. Le due cose insieme possono cambiarti in una o due settimane.

Alain: C'è un impulso che sto provando a coltivare per il mio lavoro e che credevo buono. Era il cercare una chiara intelligenza logica, con la logica, che il mio corpo obbedisse. Avevo un modo speciale. Il mio pensiero distaccato dal mio lavoro personale. Ed ho trovato al momento un'inclinazione o piuttosto una sorpresa di esistere, che credevo essere capace di intensificare, che potesse aiutarmi, a richiamare uno sforzo più potente. ma ho capito che è esterno, che il lavoro è diviso in due; che la prima parte del lavoro ha più forza in proporzione a quanto lo si fa, e mi chiedo se è buono continuare.

----- 16

Gurdjieff: Posso dirti una cosa. Abbiamo una proprietà. Se sei su un buon percorso, la natura ti mette dentro immediatamente un'idea; essa cristallizza in te l'esatto fattore per calmarti e impedirti dal continuare sulla buona strada. Più sei sulla buona strada, più la natura usa queste cose. Nella vita succede così. Quindi dovrai fare questo: diventerai calmo in un buono stato; ti sederai, molto tranquillamente (lo farai per una o due settimane in un mese). E non crederai più a niente e nessuno. Fai un programma. Quando non hai un programma, qualsiasi cosa, anche idiota, priva di valore, marcia, ti può comandare. Fidati solo del programma che avrai fatto in uno stato speciale. La cosa principale è fare questo programma: come vuoi comportarti, cosa vuoi fare, i rapporti che vuoi avere con ogni persona; questo è un programma. E credi solo a questo. E anche se viene Dio a disturbarti e dirti di fare qualcos'altro, non Gli credere. Forse è venuto giusto per farti uno scherzaccio. Fai solo quello che hai deciso nel tuo stato speciale.

Alain: Ma è difficile credere che lo spostamento del pensiero basterà , l'impulso. (But it is difficult to believe that the movement of thought will suffice to bring about the much sought after fire, the impulsion.)

Gurdjieff: Allora ti perderai sempre; sarai sempre come sei. È il cane, il diavolo che la natura mette in te. A causa di questo, non credete niente. Manda al diavolo anche Dio. Non credere in Dio. Ma solo nel programma che hai fatto. Tu hai capito che sto dicendo una cosa importante. Questo stato non può venire spesso. Ma si può avere una o due volte al mese; seduto, calmo, accorgiti dei tuoi tre tipi di muscoli e poi pensa in maniera assoluta e imparziale. Considera il tuo stato, la tua classe, il tuo carattere, e come fare tutto quello che devi fare nei mesi a venire. Che rapporti, per esempio, vuoi avere con questo uomo o quella donna. Il programma stilato, lo metti nella vita e fai solo quello che corrisponde al tuo programma. Nella vita ci sono migliaia di persone che vogliono comandarti. Manda al diavolo il mondo intero; credi solo al tuo programma e alle tue decisioni. È la sola strada esatta per te; le altre non esistono, non esiste nessun altro modo; ci sono molti cani che la natura mette in noi espressamente per indebolirci. Alla natura forse interessa che ci siano meno persone sulla strada giusta.

Lanctin: Signore,

Monsieur, until several months ago, I tried to free myself from external influences and in particular in my relation with others. But I have run up against a rather grave obstacle, the difficulty of establishing a relationship with people. I see well what I ought to ask them, but when I am in contact with them, I do not see what they can ask me and I can never make other than a superficial contact.

Gurdjieff: Then, hurry up and expect nothing of the work. It is only after that you will be able to have results. Do everything without identifying yourself internally and, externally, play a role. This role is to be exactly as you were before. Act around each as you have done until now, without letting him know externally that you are working. No one must notice that you do something. Expect nothing. Do only your task. Do not identify internally with anyone or anything. This is your task. Be exactly as before, it is the role that you must play. Automatically you have changed and you cannot be as you were before; this will make you understand

----- 17

what this is and understand why I call this "to play a role". Do not let him see that you are doing something exceptional. Search not to enlighten, to send rays outside, you are not strong enough; you have not the possibility of doing it. One must never expect; leave things to be done as before. Your friend was idiotic? Let him be idiotic, and keep the same relationship. He was intelligent? Let him be intelligent. Show him that nothing has changed. This is called playing a role.

Lanctin: To tell the truth, I had understood this for the old relations that I knew. But for the new, I did not know them before and I do not know how to establish my role.

Gurdjieff: It is yet easier. You remember how you were six months previously and you do as you would have done six months earlier. Not more, not less. You remember how you would have been with her six months ago; and what you have gained, you hide it from her. When everything shall have been decrystallized you will be able to be a new person. I have said a million times not to use that which you have gained; today, be content to work and expect nothing. And if you have

gained something, do not use it in life. It is a serious task that you must accomplish; that no one notices that you are something. Not only must one do it, but even as a task, as a special work, without erring. You must do it like a task, to continue to do that which you did before.

Phillippe: Just now, in speaking of the family, you enumerated the father, mother, uncle, but not the, wife and the children; are they of the same blood? The children are the same blood, but the wife?

Gurdjieff: It is the same blood if you have children because the blood is then mixed with that of the wife. But if you marry and you do not have children, it is not your blood, and you can send your wife to the devil. If you have children, she is of your family. With children the relations must be completely different; the whole world knows that. The bloods are mixed when there are children. In that which concerns children, it seems better to decrystallize certain factors, certain weaknesses, about a child. If you work you must work on your weakness: your weakness consists in thousands of things. For example, your child draws always on your love - proper; automatically, you do not love it. This must not exist. If you work, all your work must have the same value for you. These little things prove to me that you work not on yourself; you make differences between your children. One of your children, for example, touches unconsciously one of your weaknesses. Because of this you can arrive at detesting it; this child, little by little, begins to offend you; in continuing, if this repeats itself, it can crystallize in you some factors of hatred; and if these factors continue to crystallize, it can happen that a father kills his son. His worst enemy can be his son. You must do your work. Your children must have the same value for you. All are your blood. Through them you can have a contact with your wife. There exists, pertinent to this, in Asia an original thing. Over there one calls the Fatma. But when she has

----- 18

a child, her husband calls her Padgi, that is to say "sister", and the wife calls her husband Kardavate, that is to say, "brother". They are named brother and sister, they are not longer husband and wife. It is absurd and at the same time it teaches. And this comes to us from very remote times.

Phillippe: If a child has horror that the father embrace the mother or touches her arm in front of him, one must avoid it and not touch his mother in front of him?

Gurdjieff: Sì.

Phillippe: And it is right that this be very strong in the child?

Gurdjieff: I am going again to explain to you among other things, something oriental. When a child arrives, after this moment the father and mother must figure that life is finished for them; their life, their satisfactions, all is sacrificed for their children. They do everything for their children and refuse themselves everything. They are . father and mother, their life is finished. Their aim is their child, they must do all for him, even kill, even steal, some bad actions - for their children.

Le Prudhomme: There is a question on the same subject that I want to ask you. Our attitude towards one another. We have to act among ourselves in the teaching as with the people outside?

Gurdjieff: Here, it is not the same thing. Here there are comrades. You can make a compromise with your conscience. You know that the first commandment is that the hand wash the hand. Do you understand? If the right hand does not wash the left, the left does not wash the right. If the right doesn't do this (Gurdjieff makes a gesture of washing his hands), the left hand does not do that. If you don't do good to your comrades, your comrades will not do good to you. If you do good, they are obliged to help you.

Le Prudhomme: Because for me my comrades have become kindred and more dear than my family.

Gurdjieff: It is because you need them, but you must not be a slave.

Le Prudhomme: It is a privilege that I have never felt.

Gurdjieff: But without sentiment, without identification; it is the thought that must be like that.

Le Prudhomme: I cannot distinguish it.

Gurdjieff: But with your consciousness, you must not be slavish; that which is good today, can tomorrow be bad. Tomorrow a comrade can behave toward you as to a stranger. And that your sister cannot do. Doctor, I shall talk with you in a week. I am sure that you will agree with; and you, Mme Dubeau, you can do some good work for me if you follow the advice of the mirror.

Incontro del 16 gennaio 1944

(Viene descritta a qualche allievo la seconda parte dell'esercizio 1, e qualche persona nuova è interrogata e consigliata.)

Gurdjieff: Piccolino, qual è la tua domanda?

Luc (ndT, probabilmente Luc Dietrich lo scrittore, piccolino si riferisce alla sua corporatura. Morirà nell'agosto del 1944 a seguito di un'infezione causata da un bombardamento americano. Celebre l'episodio di Gurdjieff che gli porta le arance all'ospedale, sul letto di morte): L'esercizio che consiste nel richiedere al corpo la sostanza necessaria a portare sul viso espressioni di bontà, giustizia, onestà, imparzialità e intelligenza, mi ha portato a riconsiderare ognuno di questi termini e particolarmente l'onestà. Qual è la relazione dell'onestà, l'equilibrio tra quello che si prende e quello che si dà in cambio? Ho avuto molta soddisfazione quando guadagnavo poco e sono imbarazzato ora in una situazione più comoda e facile.

Gurdjieff: Ho già capito la tua domanda. vai avanti.

Luc: Mi sento in dubbio sulla mia onestà, anche se dessi via tre quarti dei miei soldi. Io voglio che la mia vita sia fondata su principi tali che i miei mezzi di sostentamento siano purificati.

Gurdjieff: E ora, vuoi formulare la domanda?

Luc: Da cosa si può sentire di essere onesti?

Gurdjieff: C'è un principio, un criterio: Quando hai dato a te stesso la parola di fare qualcosa e l'hai fatto, hai un certo sentimento di soddisfazione. E' questo sentimento di soddisfazione in te stesso che ti mostra che sei onesto. tu capisci questo sentimento?

Luc: Sì. Ma ora nella mia vita di ogni giorno devo usare trucchi uno dopo l'altro e questo mi fa rivoltare.

Gurdjieff: Quella è la vita esteriore. Tu fai questo per loro. Ho già detto che adesso devi essere un egoista assoluto, un buon egoista. Per il bene del tuo futuro altruismo. Oggi non puoi dare molto agli altri, e se provi a farlo, non sarai capace di cambiare te stesso, rimarrai quello che sei. Devi fare il sacrificio di dare a un altro. Ma devi dare a te stesso la tua parola che in futuro la ricompenserai dieci volte. Così puoi promettere. Ho due indizi, due principi; soddisfazione in te stesso e promettere di ripagare molto di più in futuro. Esteriormente, si recita la propria parte, secondo quello che richiede la situazione, e interiormente non ci si identifica. Se stai lavorando interiormente la natura ti aiuterà. Per l'uomo che sta lavorando, la natura è una sorella di carità; gli procura quello che gli serve per il suo lavoro.

PAGINA 52

Se hai bisogno soldi per il tuo lavoro, anche se non fai niente per procurarteli, i soldi ti arriveranno da tutte le parti. In un altro caso, la natura taglierà tutte le risorse di un uomo se è necessario al suo lavoro. (A Simone) Capisci? Per esempio, dovevi avere dei soldi una certa sera, avresti voluto andare al caffè ma non ne avevi, sei rimasta a casa e hai lavorato. La natura è più intelligente di te; conosce meglio di te quali sono le condizioni migliori per il tuo lavoro; e se tu lavori, la natura richiama spiriti consci che prepareranno per te le condizioni di cui hai bisogno. Per l'uomo ordinario, per l'uomo che non lavora, non c'è altro tranne il destino. Ma per l'uomo che lavora, la natura gli dà attraverso spiriti consci tutto quello di cui ha bisogno.

Philippe: Quello che ha appena detto mi ha dato di più di tutti gli esercizi. Sento in me in questo momento che spirito è. Sento una vita in me. Come se capissi quel che devo fare. Devo salire la mia "scala". Devo intraprendere gli obblighi, dare la parola a me stesso su piccole cose, non quelle grandi che sono troppo lontane per me.

Gurdjieff: C'è una legge che è formulata molto semplicemente. Un uomo deve mantenere la parola data; in ogni caso, qualunque cosa succeda. E' un comando assoluto. Se hai dato la tua parola di venire a trovarmi a una certa ora, anche se ti tagliano a pezzi, ti uccidono, tu devi venire. una cosa piccola ma forse è collegata con molte altre cose che non conosci. Se tu non vieni, ti potrebbe costare un milione di franchi. Sposterò l'appuntamento che ho dopo il tuo e questo renderà necessario cambiare qualcos'altro e così di seguito in una catena di eventi che non puoi prevedere. Se non si trasportano piccole cose, poi non si potranno portare grandi cose. Con le grandi cose è facile; esse sono lontane e ti riguardano solo di tanto in tanto, quando ti va. Ma le piccole cose sono vicine a te tutto il tempo, che tu lo voglia o no. Prova una volta a darti la parola su una piccola cosa. Non su tutto, perché una promessa deve essere mantenuta e devi sapere che sei capace di mantenerla. prendi una piccola cosa che puoi fare.

PAGINA 53

(Dopo aver pranzato Gurdjieff: rimprovera "T" per non aver adempiuto bene i suoi doveri, i suoi obblighi come direttore del pranzo.)

Gurdjieff: E' una piccola cosa, ma se si capisce come si devono dirigere i propri affari nella vita, è una grande cosa. Non c'è un aspetto solo, ce ne sono sette. Se hai sette affari e ne fai uno bene, gli altri sei possono andare bene automaticamente. Ne trascuri uno, anche se per la prima volta in vita tua, il risultato è cattivo. Per esempio, se tu intraprendi l'obbligo di dirigere il servizio, devi dirigere tutti i dettagli. Dimentica ogni cosa, perfino il tuo dio, per controllare tutti i dettagli con esattezza. Se tu sei il direttore, non esiste niente tranne quello, anche se hai affari da milioni. Li devi dimenticare. Fai al meglio quel che hai da fare. Quando i tuoi affari varranno milioni, li tratterai allo stesso modo. Non guardare solo un aspetto, ma sette, e tutto andrà

bene. Se un aspetto non è buono, niente è buono. Abituati a fare bene tutte le cose contemporaneamente, e in parallelo con questo, imparerai a fare bene ogni cosa. Tu sei qui, tu sacrifichi ogni altra cosa. Tutta la tua presenza, tutto il tuo pensiero, tutte le tue associazioni devono essere indirizzate alle faccende che costituiscono il tuo lavoro. Se fai bene quel che devi fare nel wc, farai bene anche quel che devi fare in chiesa. Se non fai bene quel che devi fare nel wc, non farai niente di buono neanche in chiesa. Nelle cose ordinarie della vita devi compiere tutti i tuoi obblighi, pensa ad essi perfino due o tre settimane prima e non sbagli mai. tu hai il tempo. Pensa ogni cosa. Prepara ogni cosa; stai sempre perdendo tempo. Con una tale organizzazione interiore, un uomo non andrà lontano.

Domanda: Posso fare una domanda?

Gurdjieff: Perché fai di una mosca un elefante? Se hai una domanda, falla. E' la mia specialità parlare, parlare, parlare. Aiutatemi a fermare la mia macchina del parlare. Fai la tua domanda.

Domanda: (Chiede a proposito della sua ricerca di Dio, i suoi dubbi e le lotte.)

PAGINA 54

Gurdjieff: Ho già risposto a questa domanda quando qualcuno mi ha chiesto la stessa cosa. Ho detto: se non hai un ideale, se non credi in Dio, allora tuo padre, tua madre, il tuo maestro possono servirti come ideale.

Domanda: Io ho un ideale, sono sempre stato cattolico. Ma non vedo più Gesù Cristo nello stesso modo.

Gurdjieff: All'inizio il cattolicesimo era molto buono, ma non più tardi. Hanno cercato mezzogiorno alle due; hanno diluito ogni cosa. All'inizio era superiore alla religione Ortodossa e a tutte le altre.

Domanda: Non posso riconquistare la fede della mia infanzia.

Gurdjieff: Non è necessario. Hai perso quella possibilità. Non sei più un bambino, sei grande ora. Devi avere logica e non cercare automaticamente. Avere contatto diretto con Dio è impossibile. milioni e milioni di non-entità vogliono avere relazione diretta con Mister Dio. Questo è impossibile. ma puoi avere una relazione diretta in questa linea. Quel che fai qui, per esempio, ha cambiato il tuo ideale interiore - da quando hai preso parte alle nostre conversazioni? (Sì) Quindi forse tu hai fiducia nella persona che dirige qui? (Sì) Quindi lui può servire da maestro momentaneamente.

Domanda: Questo non mi soddisfa appieno. Io voglio qualcos'altro.

Gurdjieff: Allora fai un programma. Tu non hai quel che vuoi. Voglio che tu capisca che il tuo prossimo - padre, madre, maestro - può servire come tuo ideale al posto di Dio. Il vero dio, dimenticalo. Così come sei, non potrai mai avere rapporti con Dio. Crescendo, potrebbe essere, ma tu sei uno tra milioni di non-entità. Nel mentre, prendi un ideale che è sempre il più vicino e poi tu puoi pregare Dio, perché anche questa persona ha un ideale, questo ideale ha a sua volta un ideale, e così via. Dio è così lontano, ci sono molti stadi prima che tu lo raggiunga, non pensare a lui. Il tuo ideale sarà il tuo dio. Dopo puoi avere un altro ideale.

Mme de Salzmann. Dio è troppo lontano. Tu sei troppo piccolo per avere diretto contatto con lui. Solo chi è immediatamente sopra di te può essere dio per te. E' un dio chi a sua volta ha un dio. E' una scala, c'è sempre qualcosa al di sopra. Ogni grado (scalino) ti porta ad un altro e tu ottieni la tua risposta dalla stessa catena.

PAGINA 55

Gurdjieff: Non puoi pregare direttamente Dio. Tu lo immagini, ma sprechi il tuo tempo. E' da questo che proviene la psicopatia. Come un monaco. Egli dice direttamente, "Dio". Lui manipola così (gesticola) e sessant'anni dopo muore come un cane senza aver mai ricevuto niente. Voleva Dio direttamente. Nessuno Lo ha visto, per la legge dei contatti è rigoroso. Questa legge esiste ovunque. Cercherai il tuo dio quando ti sentirai guidato nella giusta direzione, su una buona strada, per esempio da Mme de Salzmann. Quindi lei sarà il tuo dio. Lei non è Dio, ma sarà il tuo primo grado; puoi avere contatto con Dio tramite lei; fai che tutte le tue preghiere e buone manifestazioni passino da lei e questo farà contatto con il grado successivo. Poi un terzo grado e finalmente è possibile che la tua preghiera raggiunga il vero Dio. Esattamente come il telegrafo; un messaggio a un parente nella campagna vicino a Lione. Prima da Parigi a Lione; poi a un'altra città, poi al villaggio, poi alla casa del parente. Da regolamento, è per questo che ci vuole tempo.

Domanda: (Questa domanda chiede delle "ingiustizie")

Gurdjieff: Tu sai che la "Giustizia" è una grossa parola - è una cosa grossa nel mondo. Le cose oggettive non sono piccole come microbi, esse vanno in accordo alla legge, come la legge le ha abituate ad andare. Ricorda: come semini, raccogli. Non solo le persone raccolgono, ma anche famiglie e nazioni. E' spesso accaduto quello che accade sulla Terra venga da qualcosa che fu fatto da un padre o un nonno. I risultati convergono in te, il figlio o nonno, sei tu che devi regolarli. Questa non è ingiustizia, è un grande onore per te; sarà un mezzo che permetterà di regolare il passato di tuo padre, nonno, bisnonno. Se ti accadono disgrazie in giovinezza, significa che qualcuno le ha portate - per questo devi raccoglierte. Lui è morto, è un altro sulla Terra che

raccoglie. Non devi guardare a te stesso egoisticamente. tu sei un collegamento nella sedia del tuo sangue. Sii fiero di questo, è un onore essere questo collegamento.

PAGINA 56

Più sei obbligato a riparare il passato, più avrai rimorso di coscienza. Avrai successo nel ricordare tutto quello che non hai fatto come avresti dovuto nel tuo passato. Quelle cose che hai fatto contrarie alla GIUSTIZIA hanno mortificato tuo nonno. Quindi puoi avere dieci volte più rimorso di coscienza e il tuo valore aumenterà in proporzione. Tu non sei una coda d'asino. tu hai responsabilità, una famiglia. tutta la tua famiglia, passata e futura, dipende da te. La tua intera famiglia dipende dal modo in cui tu ripari il passato. Se tu ripari per tutti, è buono. Se non ripari per nessuno, è cattivo. Tu vedi la tua situazione. Logicamente, vedi cos'è la Giustizia? La Giustizia non si occupa dei tuoi piccoli affari, debiti non pagati, è occupata con grandi cose. E' idiota pensare che Dio pensi a piccole cose. E' lo stesso con la giustizia. La Giustizia non si occupa di quelle, allo stesso tempo, sulla Terra nulla è fatto senza di essa. Cerca i motivi. Tu sei obbligato ad avere una posizione di responsabilità nella linea del tuo sangue; devi lavorare molto per riparare il passato. E' difficile comprendere tutto in una volta.

Domanda: (Un uomo dice di non poter lavorare bene, non poter fare niente di sua soddisfazione, è disturbato dalla coscienza.)

Gurdjieff: E' impossibile far questo tutto in una volta, si deve cercare. Comincia con cose piccole. Quando ti svegli, ricorda coscientemente di mettere prima il calzino sinistro, al posto di quello destro, ricordando te stesso. Lava prima l'orecchio sinistro, non quello che sei abituato a lavare per primo. Fai un programma, sempre che qualche mosca o qualcosa del genere appaia a impedirti di attuare questo programma. Ma anche se fosse è un fuoco, fai quel che ti dico. Poi quando uscirai in strada, invece di guardare alla finestra a sinistra la bionda che ti interessa, guarda verso la finestra a destra la brunetta. E così via. Se non riesci a fare questo, non parlarne più. Se lo fai, puoi fare ancora domande, e io risponderò e spiegherò un migliaio di dettagli in più.

PAGINA 57

Domanda: Alla base delle mie emozioni negative ci sono due cose: da una parte, l'opinione che ho di me stesso, e dall'altra una certa paura. Se ho successo nel ricordare la mia nullità, l'opinione di me cambia e non mi ostacola più, ma cresce la paura e cresce l'emozione negativa e mi impedisce di resistere. Non ho trovato un mezzo per lottare contro la paura.

Gurdjieff: Si deve decidere. "Tutto o niente". E' semplice, tutto o niente. Se tu comprendi la tua passata nullità, poi decidi; o vuoi trasferire questa nullità dentro qualcosa, o morirai. Se tu decidi, tutto o niente, dopo di questo la tua paura sarà meno importante. Se decidi di morire, allora è un'altra questione. Non sei spaventato? (No) Allora la paura è nulla. Questo è il mezzo per liquidare la tua paura. Quello che hai detto prima riguardo la tua opinione di te stesso è fou-four. Già tuo padre era fou-four. Allora che opinione vuoi avere? Tu sei una non-entità, *merde*. Devi capirlo. Oggettivamente che opinione puoi avere? Tu non puoi fare nulla. E' tutta immaginazione. Non puoi neppure fare una sigaretta. Devi decidere nel campo della tua nullità. Il tutto o niente può finire la tua paura. O qualcosa succederà o morirai come un cane. Non dovresti esistere come sei. Sei una sorgente di male nel mondo, per il tuo prossimo e per tutti. O cesserai di essere una tale sorgente per acquisire una vera individualità, reale non di fantasia, o morirai. Hai capito? E' una nuova "Giustizia", ha un altro abito. Una cintura e anche un cappello - un cappello alto.

Incontro del 18 gennaio 1944

Mme Dubeau. E' difficile per me separare quello che sento, cosa è vero, da quello che è immaginario; difficile vedere se quel che percepisco ha una base reale. Per esempio, sembra impossibile nell'esercizio del riempire le mie braccia...

Gurdjieff: Ti ho detto di non aspettarti niente da questo esercizio. E' l'esercizio che ti darà comprensione. Altro verrà dopo. Poi forse troverai possibile capire cos'è la fantasia e cos'è reale. Per capire, è necessario FARE, fare esperienza. L'esercizio ti darà l'esperienza. Questo esercizio fu stabilito secoli fa, prima che esistesse l'Europa.

PAGINA 48

Pomereu: Vorrei sapere se il lavoro è compatibile o no con l'ambizione - un desiderio di potere - nel mondo esteriore.

Gurdjieff: Se ti aiuta con il tuo esercizio, puoi farlo. Per esempio, puoi sempre ammazzare qualcuno. Io ti ho dato questo esercizio categorico: Sii un egoista. Non puoi fare niente al presente. Prima reggiti in piedi solidamente. Dopodiché, puoi fare qualcosa. La tua domanda è astratta.

Pomereu: Si può avere ambizione fuori del lavoro?.

Gurdjieff: Puoi darla a te stesso come compito ma non puoi contare sul successo - potresti o non potresti. Forse può essere compatibile con il lavoro.

Pomereu: Quindi non è necessario provare a distruggerla subito?

Gurdjieff: No. Ma se sorpassa il tuo lavoro vero, se è una debolezza, devi ucciderla. Se lo fai consciamente, puoi tenerla.

Pomereu: Ma se è una cosa fisica...

Gurdjieff: Può essere una cosa fisica, ma non automatica. Datti un compito conscio e portalo avanti, even by inertia.

Pomereu: Come posso sapere se la mia decisione è conscia? Se voglio i soldi, per esempio, è sicuramente per stupidità.

Gurdjieff: Un'altra questione. Quello che hai acquisito con il lavoro non deve essere usato nella vita ordinaria. So long as you have to do with me, tu devi esteriormente recitare una parte, ma interiormente devi imparare a non identificarti mai. Durante il lavoro avvengono tali cose - possibilità straordinarie - non devi usarle mai per la vita ordinaria.

Mme Dollinger: Nel lavoro si può essere aiutati dalla preghiera e come si dovrebbe fare?

Gurdjieff: Puoi pregare solo con i tuoi tre centri, e allo stesso tempo è un esercizio. Quello che mi interessa non è la tua preghiera, è la tua concentrazione con i tuoi tre centri. La tua preghiera non va più lontano della tua atmosfera. (aura) Quando la tua preghiera può andare più lontano dell'America, sarai capace di pregare il Presidente.

PAGINA 49

Mme Dollinger: Come si può pregare con i tre centri?

Gurdjieff: Ora devi fare una cosa seria. Impara, per il bene futuro, a concentrarti non solo con un centro ma con tre. Devi pensare, sentire e percepire. Questo è importante. Per questo ci sono diversi esercizi. Puoi pregare, cantare - quello che ti va - ma con tre centri.

Hignette: La regola formulata ora mi lascia stupita. Mi sembra che qualche volta uno non possa aiutare usando certi risultati del lavoro. Sto pensando alla mia classe e come riesco a gestirla adesso rispetto a prima.

Gurdjieff: Quel che voglio dirti è qualcosa di diverso. Non parliamo di quello. Questa è una cosa naturale. Avresti potuto farlo anche senza di me. Ogni anno sei più grande, più pratica. Acquisti esperienza e cambi il tuo modo di fare le cose.

Alain: Qualche volta riesco ad arrivare ad una specie di pensiero che è più chiaro e più grande, nel quale capisco molte più cose. Posso usarlo?

Gurdjieff: Fa il tuo esercizio... Esattamente come si impara a suonare il piano. Prima di tutto, fai molto esercizio prima di suonare un accordo. Ora tu devi fare il tuo esercizio e vivere come prima. Nessuno si deve accorgere del tuo lavoro interiore. Questo è il tuo scopo - non identificarti interiormente. Recitare una parte non è uno scopo ma un mezzo.

Alain: Volevo indicazioni più dettagliate su come non identificarsi.

Gurdjieff: Ogni cosa arriva al suo tempo, è solo necessario praticare. Stai filosofando. Ora il tuo scopo è di non identificarti. Considera le tue azioni passate. Cosa puoi dire di esse imparzialmente? Questo servirà da inizio per il tuo lavoro e riconoscerai che tu eri sempre identificato. Per noi è necessario essere interiormente imparziali. Questo al momento è impossibile. Guardiamo ogni cosa, animata o inanimata, parzialmente. Qui è dove giace la nostra debolezza.

Horande. Signore, mi sento male al momento e sono molto stanco.

Gurdjieff: Te l'ho detto all'inizio, dottore, questo lavoro brucia molta elettricità.

PAGINA 50

Horande: Per una settimana non sono stato capace di fare l'esercizio, anche il più piccolo sforzo di ricordare per un quarto o un'ora, perché sono stato intossicato dai risultati che ho avuto. Io penso al lavoro ma non riesco a fare niente di preciso.

Gurdjieff: Non puoi ancora aspettarti risultati. Puoi solo fare gli esercizi. Per essere capaci di suonare accordi occorre molto tempo. Forse ti sei illuso, poi una disillusione. Succede così. Pensa solo al futuro, quando il tuo suonare potrà acquisire diverse qualità e potrai diventare un pianista.

Mme Dollinger: Il mio modo di ragionare qualche volta mi fa pensare che tutto questo è un sogno. Quando non mi sento di lavorare, mi dico che tutto questo non è vero.

Gurdjieff: Hai molti cani in te. Come "Mr. Gurdjieff" non ti posso aiutare, ma solo come dottore. Ma io non ho l'abilitazione in Francia. Accetto solo pazienti inglesi e americani.

Mme Dollinger: Allora potrei proprio arrendermi.

Gurdjieff: Devi superare questa crisi. Ora se hai riconosciuto la tua nullità, puoi prendere una vera decisione per cambiare qualcosa. Se io avessi una pillola per calmarti, non te la darei. Devi ringraziare la natura per l'inizio di questa crisi, e che sia cominciata così presto. Philippe ha una crisi come quella due volte l'anno.

Denise: La sincerità è compatibile con la spontaneità?

Gurdjieff: Possono andare insieme, ma è desiderabile che non lo facciano. La spontaneità non è controllata. Non devi essere sincera con gli altri, ma con te stessa. Non devi fidarti di nessuno, nè sorella nè fratello. Devi essere sincera con te stessa. Se sei sincera con un altro, metti in tavola tutte le tue carte. Lui si siederà sulla tua testa. Questa sincerità è una malattia. Forse non hai dentro niente, ma gli altri si immaginano che tu abbia qualcosa. Lasciaglielo immaginare.

Incontro del 28 gennaio 1944

Dr. Aboulker: Mi hai consigliato di fare una pausa nel mio lavoro questa settimana. Questa pausa mi ha mostrato che stavo lavorando quel giusto per sentirmi soddisfatto e sottomettere le emozioni negative. Quando non lavoro, ho un sentimento di rimorso; le emozioni negative mi prendono per intero. Per esempio, sono preso costantemente dall'invidia per altri.

Gurdjieff: Non è colpa tua. E' colpa di tua madre e tuo padre. Distruggeremo i risultati di questa educazione.

Lancin: Ho notato che quando lavoro, allo stesso tempo certe rozze tendenze e desideri, certi appetiti di bassa lega diventano più forti e prendono un posto più importante di prima.

Gurdjieff: In questa stanza ci sono dodici persone. Se volessi far entrare due persone in più, sarebbe necessario per due persone che sono già qui, uscire. E' lo stesso per te. Lo spazio è stato fatto per fare spazio, qualsiasi cosa occupi questa stanza deve uscirne. Se una persona vuole uscire mentre un'altra vuole entrare, si bloccano una con l'altra.

PAGINA 63

Essi hanno gli occhi alla porta. Forse tu sei in quella situazione. In questo lavoro non ci devono essere compromessi. A poco a poco, fai spazio. Una persona esce, un'altra entra.

Lecaze: Monsieur Gurdjieff -

Gurdjieff: E' già da molto tempo che sono Gurdjieff.

Lecaze: Questa settimana mi è venuto, molto dagli esercizi e dal lavoro, un certo gusto di me stesso che non avevo mai sentito prima e che mi obbliga ad essere in una parte di me stesso nella quale di solito non sono mai. Questo è stato dissipato perché non so cosa fare con esso; non voglio che si perda ma che mi aiuti ad andare avanti.

Gurdjieff: Devi fermare tutto e fare interiormente quel che si deve fare per il tuo lavoro e che può aiutarti per il tuo futuro.

Lecaze: Ma questo sentimento viene nel momento in cui sto facendo qualcosa di completamente diverso, quando sono impegnato con persone e non posso smettere quel che sto facendo.

Gurdjieff: Non stiamo parlando delle stesse cose della vita. Questo è qualcosa di completamente diverso. Tu devi recitare una parte. Per esempio, tu stringi la mano (saluti) con la mano destra. Non hai bisogno di pensarci.

Zuber: Questa settimana mi sono trovato in una situazione in cui avrei dovuto sentire rimorso ma di fatto ho sentito solo una leggera fitta che non si potrebbe paragonare al vero sentimento. Vorrei sapere se ci sono mezzi speciali per provare il rimorso.

Gurdjieff: Pensa a tutto quel che hai fatto nella tua vita, tutti i momenti in cui non sei stato come avresti dovuto. Ricorda e allo stesso tempo abbi un sentimento di rimorso.

Solange: Ho notato che ero solita avere un sentimento di rimorso più forte rispetto ad ora che sto lavorando. Avevo sentimenti violenti; Ora essi sono intellettuali. Io giudico le mie azioni ma non sento come ero abituata a sentire.

Gurdjieff: E' una cosa molto semplice. Prima eri abituata a fare un elefante da una mosca e una mosca da un elefante. Questo è come sei di natura. Ora vedi la mosca come mosca e l'elefante come elefante.

PAGINA 64

Solange: Mi stupirei se continuassi con il lavoro che sto facendo o prendo qualcos'altro di più adatto alle mie capacità. Mi piacerebbe avere uno scopo nella vita.

Gurdjieff: Il mio consiglio è di fare qualcosa di completamente nuovo, senza alcun collegamento con quello che stai facendo adesso. Meno sei soddisfatta del tuo lavoro, più grande è la possibilità di fare di più. Ricomincia a imparare per il futuro. Una nuova carriera è la cosa migliore per te. Nella vita uno può fare ogni sorta di compromessi, ma con questo lavoro non ce ne sono. Tu devi cambiare la tua intera vita esteriore e ricominciare ancora una volta.

Incontro del 20 aprile 1944

Dr. Aboulker: Ho provato a sentire rimorso di coscienza, ma il rimorso mi sopraffà. Non posso dimenticare che fu per rimorso che Giuda si impiccò.

Gurdjieff: Perché parli di Giuda in questo caso? Cosa sai di Giuda? Egli fu un grande iniziato. Egli fu il secondo discepolo dopo San Giovanni il Battista. Tutto quello che è detto su di lui è falso. Se vuoi sapere, era persino il maestro di Cristo.

PAGINA 58

Dr. Aboulker: La ricerca del rimorso mi porta alla depressione. Devo aver fatto l'esercizio in modo sbagliato. Come posso trovare il rimorso?

Gurdjieff: Per esperire il rimorso è necessario svegliare la vera volontà, ricordare il vero scopo. Devi distruggere la tranquillità.

Dr. Aboulker: Ho sentito a sprazzi il rimorso due o tre volte. Ma non so come farlo venire. Quando lo cerco intenzionalmente, non riconquisto questa qualità ma trovo il tipo che mi deprime.

Gurdjieff: Quando il rimorso arriva senza amor proprio, ci dà il desiderio per qualcosa di migliore. Ma quando è mischiato con l'amor proprio, ti butta giù. L'effetto del vero rimorso è odio di te stesso, ripugnanza di fronte a sé. Queste due cose fanno il vero rimorso di coscienza.

Dr. Aboulker: Una volta, quando l'ho provato, fui nauseato, letteralmente.

Gurdjieff: Devi sentirti molto di quello per uccidere il tuo nemico. Quando senti questa depressione, dovresti fare il "Io sono", poi non dovresti spaventarti di diventare più depresso. Solo attraverso questo impulso puoi trascendere la tua nullità. Dovresti gioire che un impulso abbia svegliato in te una vera volontà di cambiare. Non devi fare cerimonie con l'amor proprio. L'amor proprio è il tuo più grande nemico. Si dovrebbe punire impietosamente questa peccaminosa creatura. Non solo tu - ma tutti. Il sentimento di rimorso può fare da riparazione per tutte le cose, tutti gli sbagli dei tuoi genitori, dei tuoi educatori, dei tuoi compagni d'infanzia. Devi acquisire la libertà interiore che ti renderà degno di diventare un candidato uomo futuro. Mio caro dottore, questo è quel che consiglio ed è una cosa molto difficile. Non è piacevole, ma non è colpa mia. Se vuoi avere un futuro, prova questo nel presente. Più esperisci questo, più possibilità hai per il futuro. Devi riuscire a portare il rimorso di coscienza a un punto dove esso diventa odio di sé e odio del tuo passato, dei tuoi genitori, dell'educazione che hai avuto. Condanna (tormenta) ogni cosa. Chiama il tuo ideale ad aiutarti a sopportare le difficoltà e divenire degno di esso. Da una parte maledici il tuo passato; dall'altra, nel nome del tuo futuro, dai la tua parola - nei confronti di questa condanna - di aiutarli più che puoi. (i genitori?)

PAGINA 59

Devi raggiungere il punto dove la coscienza parla impietosamente in te.

Mme. Etievan: Ho provato la stessa depressione del dottore, ma non l'ho più. Mi sento come ero prima.

Gurdjieff: Sospetto qualcosa; forse ti sei abituata automaticamente. Il che è pure sbagliato - una *idée fixe*. Non ci si può abituare al rimorso; esso deve penetrare al Sé interiore. Se ti abitui, lo rendi automatico; diventa esteriore, senza peso, lo fai solo con la testa. Stai sprestando il tuo tempo. Per essere ancora più impietoso, devi farlo con i tre centri, non solo con la testa.

Kahne: Quando esamino i pochi anni che sono stata nel lavoro, noto che non scarseggiavo mai nella forza (?) guida, ma quella parte di me è sempre scappata dal lavoro. Ho visto questo quando mi ha detto che scarseggiavo di volontà fisica. dove posso trovare la forza che mi darà volontà fisica?

Gurdjieff: Solo una cosa ti può aiutare. Devi soffrire fisicamente. Per esempio, non mangiare abbastanza, sii affamata. oppure, se al tuo organismo non piace l'acqua fredda, renditi sopportabile l'acqua fredda. Lo stesso con l'acqua calda. Fai l'opposto di quello che il tuo corpo è abituato a fare. Fallo soffrire. E' il solo e unico modo di fare la forza che ti manca. Non sofferenza mentale. Abbiamo sette tipi di sofferenza. Per te è necessaria la sofferenza corporea. Con la tua mente puoi governare il tuo corpo spietatamente, farlo soffrire. In te lavorano due parti, ma il corpo no. Hai capito la tua emozione? Se l'hai osservata, se mi credi, fallo, lotta, soffri. Dopodiché sarai capace di lavorare su te stessa. Sono contento che sei arrivata da sola a questa domanda.

Mme. D.: Non riesco a dominare l'esercizio. Divento identificata. Quando sono tranquilla ci riesco meglio.

Gurdjieff: allora è meno utile.

Mme. D.: Un'altra difficoltà. Quando visualizzo una persona che è morta, non ho contatto con essa. ho l'impressione di non averla mai vista. (viste)

Pagina 60

Gurdjieff: Un esempio molto buono per te. Forse conosci quelle persone solo con una parte di te stessa - la parte intellettuale, per esempio - e ora vuoi cambiare e raffigurartele col sentimento. Avrai contatto con tutti i tuoi centri, ma uno per volta.

Mme. D.: Devo trovare qualcuno che soddisfi le condizioni.

Gurdjieff: Forse non troverai mai una tale persona. Forse tu sei monolaterale (un lato). Se non puoi trovare una persona, prendine due o tre. Con una sarai nella parte del sentimento, con un'altra nel pensante, e così via.

Pomereu: Ho notato che quando guardo il mio respiro sono meglio capace di ricordare me stesso. Dovrei fare questo?

Gurdjieff: Non se pensi che ci sia il rischio che diventi un'idea fissa (una fissazione). Se ti aiuta, continua. Solo tu puoi giudicare?

Pomereu: Come faccio a sapere che è un'idea fissa?

Gurdjieff: Ora ho capito. Dalla tua domanda. Ho capito il tuo stato interiore. Qual è il centro di gravità del tuo lavoro?

Pomereu: L'esercizio consiste nel nutrire l' "Io" e i sette respiri.

Gurdjieff: Qual è quello che ti interessa di più, che ti dà più fiducia?

Pomereu: Non li faccio nelle stesse condizioni. Sono entrambi importanti per me.

Gurdjieff: Cambia le condizioni in cui fai gli esercizi. Fai quello che hai fatto nel tempo riservato al lavoro, nella vita e viceversa. Cambia il tempo (l'ora) per superare l'automatismo. Sospetto qualcosa e questo me lo chiarirà.

Mme. Vera Daumal: (Fa una domanda sull'esercizio dei sette respiri) E' il modo giusto per continuare o devo pulire di più?

Gurdjieff: Continua. Forse lo stai facendo solo con parte di te. Ora cominci a svegliarti, questo produce incomprensione. Vai avanti fin quando non hai un contatto oggettivo con i tuoi tre centri. Il contatto con uno solo è isteria.

PAGINA 61

Una persona reale è sé stessa. Io sono me; se io amo, è con l'interesse del mio essere; se odio anche.

Mme. Vera Daumal: Di quello non ne voglio più.

Gurdjieff: Allora fallo sempre, fissa una nuova abitudine. Dopodiché ti aiuterò.

Mme. Vera Daumal: Ho fatto un grande sforzo tutta la settimana. Ho sentito qualcosa di nuovo.

Gurdjieff: Per la prima volta si è svegliato in te qualcosa di nuovo. Ma non sei ancora abituata a questo, non hai ancora abbastanza materiale. Sei sulla buona strada. Se sei capace di condannare un errore ed essere disgustata dal tuo passato, questo ti aiuterà. Realizza quanto tempo hai perso. Quello è rimorso di coscienza. In questo modo prepari un buon futuro. Senza brutte cose, le cose buone non vengono mai.

Wack: C'è una parte di me che non sono mai riuscito ad educare intenzionalmente quando cerco di ricordare me stesso. Questa parte si sveglia soltanto come risultato di uno shock esterno. Come posso farlo apparire?

Gurdjieff: Devi uccidere qualcosa in te. Devi fare spazio per questo nuovo sentimento. Noi abbiamo nel nostro sistema (organismo?) un numero di fattori definito. In te tutti i fattori sono già stati incisi, come dischi del grammofono, e queste incisioni sono già false. Devi distruggere una di queste incisioni, metterne un'altra al suo posto.

Wack: Come si può distruggere?

Gurdjieff: Tramite una forza definita. Scegli un ideale esterno. Fede religiosa, per esempio. Qualcosa di cui sei sicuro che sia

esterna a te. Quindi liquida questa credenza, distruggila. Non perderai niente, per questo è falsa. Prima o poi ogni cosa deve essere nuova in te. Per il momento ogni cosa è *merde*. Fai spazio, così da cristallizzare un nuovo fattore per una nuova vita. A te consiglio di prendere la fede; forse tu hai un altro sentimento di cui sei sicuro. In ogni caso, ce n'è uno in cui devi avere successo nel distruggerlo e sostituirlo, cosicché avrai un reale contatto col sentimento.

PAGINA 62

Wack: Cosa sarà il nuovo fattore?

Gurdjieff: La coscienza. Fino ad ora tu hai cristallizzato solo abnormalità provenienti dall'esterno.

Mme. DaviDomanda: Cosa si deve fare per seguire il consiglio che hai dato nel tuo libro; convincere tutte le cose, tutte le parti inconscie della propria presenza a lavorare come se fossero conscie, e così via?

Gurdjieff: Non è il mio libro, è del signor Belzebù, ed è il consiglio che sta dando a suo nipote.

Mme. DaviDomanda: Quindi è solo per suo nipote?

Gurdjieff: Te lo spiegherà Belzebù. In quanto a me, ti do un altro pezzo di consiglio: abituati a chiamare Belzebù "mio caro nonno". Questo ti aiuterà. La condizione è che tu ti rivolgi a lui rispettosamente, "mio caro nonno, con tutti i dettagli". Poi forse risponderà.

Meeting of May 25, 1944

Not many people today.

Mechin: I did rather regularly the exercise of "filling up". It fatigued me. I had headaches during the day. Must I continue?

Gurdjieff: Continue. You shall pass this crisis, your salvation is within. You must succeed in breaking down something. Do not be sparing; this fatigue can give you subtlety. You are strong like a pig. But for our work one must be a goat, a young goat is very good, an old goat, a bad odor. (To the doctor) I am sorry that you arrived late; I spoke concerning a medical question. I do the contrary of the usual doctor; he is not nervous; I make him nervous; the doctor nurses this; I aggravate it. He has everything except this thing. He is a bull, but not a purebred bull. It is necessary to change into a purebred bull. If you do not change, you will remain like an old goat. A moveable source of horrible emanations. Often you see, doctor, among your patients

Pomereu: I have the impression of having more and more difficulty in the exercise of Sunday. I do not succeed in giving a shock to the chest and the vertebrae column.

Gurdjieff: You know why it is difficult?

Pomereu: I don't know; probably because I work too much with my head.

Gurdjieff: You have not interest; you do not work with your being. You want to do it only theoretically.. not you. You have decided by chance with your head, but it is not you who desires. It is necessary now for you to have one aim with all your being; if you walk like this, then you shall wake this function up a little; you do not feel because you have not sentiment.

Among others, I say a thing that is not for you and at the same time is for you. I have ascertained this afternoon a thing which can render great service to all of you.

It is an instinct which is not decayed. They are of good breeding. You are of a degenerate class. When you say "simple persons", it is that they are not yet degenerated. You do not have that normal thing that all the animals have. You notice it is simple people; for this I say, they are purebred, not degenerate; it is badly educated, it is simple. This thing that we have begun with you, it would be well to return to something ancient or it would be well for something new to be born in you. You can already begin to see on the 7th time that you come to me. You do not have contact or you do not poison yourself, one or the other, in order to go toward your aspirations. It is possible to have a common contact through the aim. It is possible with practice. For example, when you are seated together do not spend your time internally like in life. Use this occasion to do an exercise; suggest to yourself that this atmosphere about you, wakes up the desire to go toward the aim ...everybody here. This atmosphere is warming for an aspiring

----- 24

with all your being toward a common aim. When you find yourselves together, suddenly, automatically it produces this heating. You can have a

reciprocal action on a whole city. Paris is big; but if you begin it will become, little by little, possible that, if one movement is produced in a corner of this atmosphere, it will start an unrest which will spread over all. You have knowledge of different telepathic acts. It is as if the atmosphere became large; a material is formed like in the web of a spider. If, in one of the meshes, a new force enters, this can correspond in the whole network, like in a electric conduit. It is necessary, when you are accidentally together, that you do an exercise. You create a factor of inclination for succeeding in your aim with all your mass. For this it is necessary that two things happen, auto-suggestion and representation by forms, but subjective forms. In the beginning you will understand what is happening; it is not important to picture it to oneself exactly. Imagine that in you there is a network. If one current comes in one point, it shall arrive everywhere, if one sensation of warmth is in one point, all the points shall feel the heat, the cold. Picture how what happens in one place happens everywhere.

Lanctin: In the weeks that just slipped away, I tried to make two parts well-carved in my life. I tried to arrange my external life as a function of the internal work that I had decided on, and to no longer do this work in the moments, left free by life. The center of this work is the exercise of "filling up" which allows me to reach a form in which I can always find myself. But I encounter, as soon as I have life, two obstacles. My body and my head. My body is an obstacle that I know. I know how to conquer it. But what I cannot conquer is my head, my attention. I do not see how to destroy this obstacle. In forcing, I succeed always in a result, but I feel that I force wrong.

Gurdjieff: You know that with your body you could sooner or later succeed. The head does not exist; it is the result of the body.

Lanctin: But when the body is completely passive

Gurdjieff: With your head you can; with your head you cannot.... but head is body.

Lanctin: With the body I see what to do; not with the head.

Gurdjieff: Work with the body; for your body.

Lanctin You forget the head.

Gurdjieff: If the body changes, the head will changewith another body, another head. If you feel already something with your body, continue. The head shall follow the body.

Mme de S: The head must do nothing; it must be there as a witness. It shall train itself to remember.

----- 25

Gurdjieff: It will serve you as an aid to recall. The role of your head is to be present. The service of your head is to be a constant witness. Bit by bit, it will no longer be away. With this you can change. It is very good advice.

Kahn: I have the feeling of this exercise. I feel things, I filled. But I lose the inspiration; I have nervous contractions which I cannot conquer.

Gurdjieff: You do not have the rhythm. It is necessary to do different things. (1) Inhale normally; (2) Retain the air while becoming discontracted; (3) Exhale without becoming contracted. It is not necessary to relax when you retain.

Kahn: I always have contracted exhalations.

Gurdjieff: You do not have rhythm, perhaps you have other disharmonies.

Kahn: You had told me to breathe some water; I have always one nostril that stops up.

Gurdjieff: You must continue. If you have been ill all your life, it is not possible to recover in one week. You have already change; before, it was always the same nostril that stopped up. Doctor, it is an original thing that this organic thing disappears.

It goes to another place, thus there is no illness; and nevertheless illness. All doctors that here, there is sickness; I say that this thing can disappear and go elsewhere, here or here... If not illness, then what is it? It is an absurd original thing, but the patient understand it.

Kahn: Already before, I had the impression that if I was guided I would succeed in making this contraction disappear.

Gurdjieff: Continue that and do the new special exercise. To begin you take your watch and you divide your time exactly into three parts, not more than 10 seconds each between 5 and 10 seconds; and not often, 2 or 3 times in 24 hours.

Kahn: Not in life?

Gurdjieff: With the exercise it is best. You put half the attention.

Paquer: How can I know and determine if I am identified with the work?

Gurdjieff: You must never work more than one third of your state of awakensness; if during the other two-thirds you think about it, then you are identified. It is easy to recollect.

Aboulker: You told me that there are some times to detest my parentsnow I can do it. Now I understand that I must detest the idea that I have of them and that I ought to live as if I had always been an orphan.

Gurdjieff Do you pity yourself in these moments?

Aboulker: On the contrary, I receive some force from them.

----- 26

Gurdjieff What force?

Aboulker: The force of having to rely only on myself

Gurdjieff: You have heard my explanation? You have felt that I was content or not content?

Aboulker: Since you spoke to me of it a long time ago, you must know what must happen.

Gurdjieff: Remember to ask Mme de S.

What time is it?

Try now to do this exercise of forming a web.

The whole brotherhood also did the same thing. You know the proverb: "one for all, all for one". In ordinary life, this is a lie, because it is not realizable. But here is a brotherhood. They all have one common aim. One of them is there; but he must desire that all attain it, and inversely, the others are also obliged to help him. This example approaches that which one must do. This shall assist you in receiving a contact. Even egotistically one must desire it, because, in every feeble state, one shall be aided. One could say that, word for word, it is like in a cobweb.

Mme

Thezenas: Can the weakest be aided thus?

Gurdjieff: This is not the subject. One is only excited. There exist two things; matter and force. This exercise is to urge, to excite, to animate.

AFTER DINNER

Gurdjieff: Blond #2, is there something new with your health?

Gurdjieff: Good or bad, this does not exist. Only change exists.

Mme Vie: I have more headaches.

Gurdjieff: One sometimes calls bad that which is good. Before, you never had headaches; thus, it is very good. Perhaps what I have has produced an awakening. Your brain had not blood. The blood never passed through there; now the blood passes through, and so you have pain.

Mme Vie: I await ...

Gurdjieff: It interests me to know this. You must not wait; sometimes the unhappiness of others makes me happy.

Mechin: I forgot to ask you something. In the exercise of "filling", I have difficulty in filling up the thighs.

----- 27

Gurdjieff: What did you call it? Oh, the legs. We are going to speak about the legs. Change nothing in what I have explained. You have only to conquer the pig more and it must become a goat. Perhaps now the pig is in a very good path. Perhaps it only remains for the leg to change. Do not put special attention on that which concerns your leg. Sooner or later it shall be done. You have another quality now; do not separate the thighs from the head. All that shall be done.

Mme T: I succeed in doing the "filling" with a very very strong acuteness.

Gurdjieff: It is perhaps the first time that you have put all your conscience there. But first, what exercise are you doing?

Mme T: The "filling".

Gurdjieff: You were there when I explained it? .

Mme T: No, Mme de S explained it to me.

Gurdjieff: Oh, Mme de S. The whole process happens without me. I am as if I fell from the moon.

Mme T: I feel the exercise very well, but I have the impression that it is a drudgery. In the beginning it interested me because it was new.

Gurdjieff: Do you have an aim for which you are doing, in general, all these things?

Mme T: Yes, I have an aim.

Gurdjieff: I have always regarded you as a visitor. It is now necessary to have a little knowledge. What is your aim?

Mme T: To succeed in being oneself.

Gurdjieff: You are not? You have a suspicion that you can succeed in being? SoIt is still too soon for you to do an exercise. You can receive much from them but you do not have sufficient preparation to do them. You shall do only one exercise - 2 or 3 times in 24 hours: Relax consciously. You allow your thought, like a policeman, to verify everywhere that your muscles are not contracted. There exist three qualities of muscles: large, medium, small. You shall spend a week in relaxing each

category of muscle. When you are sure that you can really relax completely, then you shall return to me and you shall re-ask your question. Not "Lay down", askCan you explain to me in French; "lay down" and ask? To "lay down" is already for definite internal things. You can never "lay down" a question. A cigarette alone can "lay down"; never "lay down" a question. We are speaking of what concerns bread "lay down"; but a question is of different quality; ask a question, not "lay down". Definite things you can "lay down".

If you are a French language professor, Mme, I am ..

Incontro del 13 luglio 1944

Mme de S: Ci sono delle domande?

Dr. Blanco: Mentre lavoro ho l'impressione della completa sparizione del mio corpo fisico. Sento due cose distinte; una di proporzioni più grandi del mio solito e della quale non conosco i limiti. L'alta più interna, più limitata capace di dirigermi e che non ha una forma precisa, anche se è comparabile al mio corpo.

Gurdjieff: Quello che spieghi ora, non sembra il nostro lavoro. Se continui, hai una buona possibilità di diventare una candidato per il manicomio. È lo stato che conoscono gli spiritualisti e i teosofi. Fermati immediatamente. Non devi dimenticare che tu sei un corpo. Devi sempre ricordare il tuo corpo. Non hai ancora un "io", nessun "me". Non dimenticarlo. Soltanto così puoi avere un futuro. Più avanti il tuo corpo avrà un vero "io", un vero "me" come dovrebbe averli ogni persona normale. Ora tu senti l'assenza del corpo, no?

Blanco: Sì

Gurdjieff: Bene, devi sentire il tuo corpo dieci volte tanto. Non è necessario lasciare il tuo corpo. È necessario rinforzarlo. C'è tanta gente come te; sono degli psicopatici.

Blanco: Come posso intensificare la sensazione del mio corpo quando sento che se ne sta andando?

Gurdjieff: Lavati la testa con acqua fredda. Fai una ginnastica difficile. Per esempio, tieni le braccia a croce per quindici, venti minuti, mezz'ora, mentre pensi "io sono", "io voglio essere". Pensa come con il corpo. Senti il tuo corpo. Caccia via tutte le associazioni psicopatiche; queste sono malattia, debolezza.

Yahne: A me sembra di essere sempre più fisico. La mia sola coscienza è quella delle sensazioni. Nella mia vita ordinaria e nei miei esercizi, provo la scomodità di essere incollato alle mie funzioni e di non essere capace di staccarmene. Come posso raggiungere una vita più spirituale?

Gurdjieff: Yahne, quello che chiedi, che vuoi, lo capisco. Non hai lo psichismo interno del sentimento. Lo vuoi rafforzare. Sto per darti due esercizi che sono solo per te, per nessun altro. È necessario separare le tue funzioni organiche dalla tua individualità. Al momento, quando stai lavorando, quando ricordi te stesso, hai un altro stato rispetto al solito. È necessario separare questi due stati. Per questo c'è un esercizio, una serie intera di esercitazioni persino.

Here is the first: you do it, for example, seated, leaning comfortably installed in an arm-chair or on a couch. There is a spot where the arms are attached to the body, (region of the shoulders) and a spot where the legs are attached to the body, (hip-joint); feel and control these four spots all the time. All
----- 29

your attention must be concentrated there. Send everything else to the devil. When you say "I am" imagine that these four spots are like four pillars on which is supported your "I am". Focus your attention; not on the extremities nor to the interior of the body. All your concentration is fixed on these four places. Do this for your future real "me". To begin, learn to know this state; it is like a measure, a clue. You will self-remember when you can feel well these four places. Leave all the rest. Live life as before. This is your only exercise, but do it very seriously so that all of the most concentrated moments of your work be based on those spots. After, you shall have title to a real individuality. These things could only serve as a barrier between your individuality and your ex-functions. I say "ex" because you must have a new quality of functions. The whole world must have a new quality of functions - because of an abnormal life in the past. It is necessary to create a barrier. For you, it shall be the result of this exercise. When you feel and are conscious of this definite barrier, your ground shall be prepared for a new exercise; then you will be able to have a new interior, independent, and a

new exterior, independent. You shall have a normal body and a normal psychism, without the abnormal ex-functions. This is solely for her and for no one else. Do not try to do it out of curiosity. It is a very dangerous thing.

Hignette: I would like to ask how I could be sure that I am self-remembering and that I am working with my three centers. I have understood, theoretically, the necessity for this operation, but I would like to know if there exists a criterion for it. (Later) It was less a question than a doubt; I do not know if it is worth asking.

Gurdjieff: You have understood that it was a naive thing which you asked? Never read spiritualistic books. This leads to psychopathy, to insane asylums. Who has a question to ask?

Mme Dubeau: After each time that I work, I have a big revolt and at the same time I am very . tired in my body. The physical carries along the psychical, and I do not succeed in emerging from it.

Gurdjieff: It is the scarcity of cold water. You do not like to do this. It is important reason for bringing up a conflict. The organism does not like it. The head alone, perhaps, asks it. It is the real reason for your revolt. It does not know it perhaps, but this is so. The head looks for explanations, for reasons.. The body is very spoiled, very indolent. Each day now you have a different psychic state. Continue a week, and now with the coldest water.

Mme Dubeau: I gave up everything two days ago.

Gurdjieff: Forget now that you have not done it for two days. Your body must ask excuses from your spirit. If it pardons, I shall pardon also. Act as if you had been sick during these two days. Now I advise a new thing: each day buy, for five francs, some "flace" and put it in water.

Mme Dubeau: But, Gurdjieff, it seems to me that all this that I am doing, the whole instruction depends on the will of the head. This grows weaker, and in a moment all snaps.

----- 30

Gurdjieff: Your head cannot will for a long time. When the accumulator is discharged, stop. Only, you decide; I do not want this animal to dominate me. Pardon, it is your indolent animal: it is like a cat, a dog, a mouse. Now you know that you cannot be in yourself along time. All that is dignified in man is submissive to this animal.

Mme Dubeau: Yet, I find good reasons for being in revolt against the work. I lose all my illusions and I have nothing tangible in exchange.

Gurdjieff: The whole world submits to it. You are part of your stool, and you are not still seated on another. We regret it. It is a very bad state to be between two stools. Believe me. Buy a mirror; after that, another life shall begin and another illusion.

Mme Dubeau: In life, when people do you harm, must one say to oneself, "I don't care; it is not harmful", or defend oneself against them?

Gurdjieff: A bit of good advice: look at each of these occasions as a way of working in order to enlarge your will. It is very easy. You know what relations you used to have earlier, automatically. Today reply consciously, make yourself known consciously.

Mme Dubeau: But in the same way?

Gurdjieff: As you wish. Bad, Good. This does not exist. The result of this shall be to charge your accumulator for the next demonstration. The more consciously you do this, the more energy you shall have; and that which appeared impossible to you will appear better than expected.

Boussik: Indeed, these last times, I have tried that. I ascertained that at that time I had no more identifications or negative emotions, that I had closed off impressions of the other kind and that I was accusing myself.

Gurdjieff: First you must feel clearer and stop your "idiocy". Then you will increase the energy in your accumulator.

Mme Dupre: Can everybody do this exercise?

Gurdjieff: That is a good object. I am happy that you perceive it. Control each act. If you remember to do it consciously and not automatically, you shall have a result quite different.

Aboulker: I would like to ask you a question on remorse. It is very difficult for me to feel remorse. Example: one imagines that he loves his parents. The work shows you your egotism and this assists you in stirring up remorse; but for me, I have not had any illusions about myself for a long time, since the age of 14 or 15 perhaps. The work has showed me that there were in some things that I believed entirely egotistical, something other than egotism.

----- 31

Gurdjieff: You cannot have the future that you want without retrieving the past. If you remain as you are, you can have no future. For example, you say that the work has showed you a part in you that is not absolutely egotistical.

Aboulker: I don't feel, today, a grain of love for my neighbor.

Gurdjieff: Ah, that is another question. Take something other than egotism.

Aboulker: (asks in answer to his question) Having never had illusions about the value of my sentiments as a son, as a brother, these ascertainings do not give me impulse to stir up remorse.

Gurdjieff: You have looked here only at big things. It is necessary to look now at the small. Your worthlessness is related to small things. Certain, positive little things, by degrees. One must make a beginning; egotism is a big thing.

Aboulker: I do not want to venture out in a hackneyed way. This is why I ask assistance.

Gurdjieff: I understood, doctor, I sincerely understood your need. When you change, when you become different, you cannot see it. When you say I could not see it; who cannot, which one? You are many; in you, there are not one but many people. Try to make some statistics. You are four people. Which can see, which cannot? When?

Aboulker: In the biggest majority of cases, it is the habitual me that sees the habitual me.

Gurdjieff: The "habitual me" is not always the same; for example, when you have eaten well Usually we speak of the three functions. Today I tell you that you are four. There are even seven of them in all. In you, there is a function: that of sex. Take these four functions; thoughts, emotions, instinct, sex. When the one is boss, when it directs and governs all, how does it see, or does it not see?

Aboulker: I do not understand well

Gurdjieff: Reflect for two days. It is not necessary to reply immediately. Until the present I had spoken of your three functions, today I speak of the fourth which influences you even more than your food. Food has less influence for the individual than this fourth, than sex. Today, your power is below its subordination. You are a function of this thing.

Aboulker: How does one overcome this thing? Isn't that "to see oneself"?

Gurdjieff: I have given you this principle. Perhaps you have chosen, in order look at your past life, a line in which this quality of yourself or ego was absent. Now I advise you to usher it in, to take it into account; also in your observations of your past. Even in your relations with your father.

Aboulker: Madame, I do not completely understand what is this fourth factor?

----- 32

Mme de S: Sex.

Aboulker: My attitude with my patients; absence of love, professional sentiment. One time last year I felt something else. I would like to discover it.

Gurdjieff: I have given you a key to search your past. You have a sexual state always different. What result do you have in one state? What results in another?

Observe from this point of view. These results will give you a different value.

Now do you understand?

Aboulker: Yes, Monsieur.

Gurdjieff: He who had initiative in the past was this Monsieur. The observations will unfold for you a secret and this secret will open up a hole from which will depart the remorse of conscience.

Aboulker: I apologize but I am always afraid of not being understood.

Gurdjieff: Sometimes I have the appearance of not having understood. It is because I want to bring you to understand something else.

Aboulker: I fear that I am being laughed at:

Gurdjieff: I haven't dealt a single blow to your body with my feet. Doctor, I want to make you see in your life two sides; one side, filthy, and one side, filthier. What interests me is that you see yourself. I would not even desire to give you the impulsion for that. That must come from you, from you alone. Until the next time, you shall think about this new idea which I give you. You shall put your question to me again, later; perhaps I shall reply to you aside.

Mlle de I would like to know from where comes this internal voice which dictates to us Gaigneron our acts and which is more sure and steady than instinct.

Gurdjieff: Philip, how are you? You have grown again a little bit. Three months of absence; now you are already all changed. When one does not see children for a certain time, one notices that they grow. I know many children that have become young women, men. There are even some who have aged.

Incontro di giovedì 10 maggio 1945

Mme Dub.: Non posso venire di sabato, come da Lei permesso, per motivi di lavoro. Ho trovato un impulso per lavorare di giorno, ma mi confondo con l'esercizio del ricordarmi di me, ho la stessa difficoltà che all'inizio. Cado addormentata quando faccio l'esercizio del rilassamento.

(Gurdjieff dice a Mme. de Salzmann di andare avanti con la lettura)

Mlle Tal: L'insegnamento ha causato in me la nascita di una specie di testimone che mi osserva spietatamente e che mi ostacola grandemente. Devo lottare contro questo testimone. Non posso più fare l'auto-ricordo. Non mi posso più rilassare. Sono in uno stato di rivolta assoluta.

Gurdjieff: Along with this witness, perhaps something else has closed up in you? (traduzione incerta: E con questo testimone, forse qualcosa in te appare più grande)

Mlle Tal: Sì, c'è una lotta tra due cose. Il testimone mi fa vedere come sono a tal punto da disgustarmi. Ma io non ho nessuna forza.

Gurdjieff: Il desiderio di cambiare a qualsiasi prezzo è cristallizzato in te?

Mlle Tal: Sì, ma non abbastanza fortemente. Prima, avrei potuto. Ora non posso.

Gurdjieff: Devi lavorare duro. Ancora più duramente. Così da vedere quale non-entità tu sei. Tu senti che esiste una possibilità di cambiare. tu forse ne hai il gusto. Cambiare è possibile solo grazie a un duro lavoro interiore. Se tu non hai desiderio di esso, stai sprecando tempo. Non devi andare oltre.

Mlle Tal: Ma quello è proprio ciò che voglio fare.

Gurdjieff: Allora lavora. Lotta, lotta.

Mlle Tal: Il mio lavoro è teorico, al momento.

Gurdjieff: Allora, lotta. Hai capito che sei due persone. Il risultato della tua lotta sarà una sostanza che cristallizza in te diversi fattori per una reale funzione di associazione. (In russo)

Mme de Salzman: Associazioni conscie.

Gurdjieff: Tu hai fattori meccanici. Tu sei una macchina. Ora puoi cristallizzare fattori per associazioni conscie. (In russo)

PAGINA 37

Mme de Salzman: La coscienza è una proprietà di un uomo senza virgolette.

Mlle Dol: Lei mi ha consigliato, per fare meglio l'esercizio del ricordo, di allargare le braccia e vigilare contro il rilassamento, principalmente nella nuca (nape of the neck). Nella mia nuca ci sono molte "crepe". (Gurdjieff è stupito dalla parola "crepe" e dice a Mlle Dol, che sta usando espressioni in "slang"). E ogni volta scendo in un livello di associazioni, più profondo di prima. Ora io arrivo sempre allo stesso livello che non riesco a rompere.

Gurdjieff: Perché romperlo?

Mlle Dol: Voglio andare più in profondità.

Gurdjieff: Questo non è il nostro scopo. Le associazioni non possono cambiare. Possono fermarsi solo alla nostra morte. Quando la tua attenzione è consciamente occupata con qualcosa, essa non le vede. Questo è un buon esempio. Le tue associazioni scorrono più liberamente. Ma in questo caso, la tua coscienza è assolutamente a un punto morto. Non nota nulla. Durante il giorno, è la stessa cosa. La tua attenzione è occupata con un lavoro di cui hai bisogno per il tuo scopo. Se tu fai il lavoro consciamente, se non masturbi, allora le associazioni non ti disturberanno. Esse esistono per sé stesse. Puoi sempre formularlo così: l'ostacolo portato dalle associazioni è proporzionale al grado di concentrazione conscia. (In russo)

Mme de Salzman: Esse ti intralciano tanto più quanto sei poco concentrata.

Mlle Dol: Tuttavia sogno sempre.

Gurdjieff: Lo fai troppo.

Mlle Dol: Sì, sono stremata.

Gurdjieff: Ho detto all'inizio; fai un programma. Lavora non più di undici, diciotto minuti. Qualche volta, accidentalmente, mangi qualcosa che ti permette di lavorare per un'ora. Non farlo, potresti rompere qualcosa. Non usare le possibilità quando si presentano.

PAGINA 38

Per esempio, delle possibilità di prendere un caffè con me. Questo caffè ti agita. Non puoi lavorare un'ora. Non dovresti farlo. Non dovresti usare questa forza. Il tuo progresso è solo undici minuti.

Hor: Signor Gurdjieff, nello svolgere il mio compito ci sono dei momenti in cui non riesco, e poi soffro del fallimento.

Gurdjieff: E' una cosa normale. Ma dovresti avere speranza, a poco a poco, fai crescere la sostanza che ho io. Servirà a far cristallizzare in te i fattori per essere un uomo reale. Lotta. Lotta senza accettare niente. fallo come se fosse un servizio per qualcuno.

Hor: Sì, ma anche quando lotto così, io lo faccio per uno scopo predeterminato; io eseguo un compito. E sono sicuro che se facessi uno sforzo in più non morirei.

Gurdjieff: Non è così, puoi rilassarti. Devi lottare consciamente solo in proporzione all'energia che possiedi. Tu hai delle batterie. Se sono vuote, non puoi fare niente.

Hor: Quindi non si deve lottare?

Gurdjieff: Undici minuti, non di più. La prossima settimana, dodici minuti. Abbiamo bisogno del risultato, questa sostanza. In seguito saremo capaci di usarla. Ora tu sei vuoto. Quando ce l'avrai, ti darò un'iniezione ed essa sarà cristallizzata. Devi avere un vero desiderio, un desiderio di tutti i centri. Non solo con la mente. E' necessario desiderare il lavoro reale con tutto il tuo essere. Tu sei giovane. Devi abituarti ad esso poco per volta. *Chi va piano, va sano* (viene detto in italiano, n.d.t.). Queste domande non sono molto desiderabili. Mi riempiono la testa. La mia testa è già piena di preoccupazioni. La vita è difficile in questo periodo, e se la mia attenzione se ne va a queste difficoltà, non posso rispondere a queste domande.

Giovedì, 16 settembre 1945.

Gurdjieff: (Guarda verso Mme. V. seduta al lato opposto e dice a Mme. F.): Ora, dopo le vacanze, tua sorella ti assomiglia di più. Al primo sguardo, ho visto che la sua espressione è cambiata. Ho pensato che eri tu seduta laggiù. (Agli altri): Ero sicuro che fosse Blonde, ma è sua sorella. (A Mme. V.): Di solito ti siedi sempre al lato. Ora sei all'opposto. Sei in buona posizione per beneficiare. Ora, Mr. District Attorney, se nessuno fa una domanda, chiedi a uno il quale domanda una risposta facile da formulare, una risposta buona per ognuno. (Mentre J. sta scrivendo la domanda, Gurdjieff chiede a L. di prendere il posto di B. che è in cucina. B. ritorna, si siede dietro Gurdjieff che chiede a K. di cambiare posto con lui). Tu capisci, io non lo conosco ancora. Se lui pone una domanda e non è di fronte a me, io non vedo la sua faccia e non posso formulare una risposta che sarà soggettivamente buona per lui.

PAGINA 11

E' una regola che non è ancora stata formulata. Eccola: la gente nuova si dovrebbe sedere qui. Per esempio, lui non ha ancora bevuto alcun alcolico. L'alcol apre, mostra aspetti molti del tuo interiore; è molto importante per conoscere qualcuno. Non è colpa mia, l'alcol costa troppo, ormai 1.800 franchi la bottiglia. Hai scritto la tua domanda Mr. Specialist?

Ja: Signore, Lei mi ha grandemente illuminato sul modo in cui si dovrebbe compiere il proprio compito. Fino a un certo punto, ci riesco. Ma durante la giornata, le proprie attività qualche volta assorbono molto. Uno non vede la persona che ha scelto per il proprio compito e poi vede che la giornata è stata vuota. Come si può mantenere, in assenza della persona, il fuoco necessario per il proprio compito? Come si può mettere qualcosa al suo posto?

Gurdjieff: In generale, è una cosa molto importante. Tu hai scelto un compito verso qualcuno. Ma non sei sempre con quella persona. Ci deve essere una pausa. E' impossibile lavorare sempre, su un soggetto; non hai abbastanza energia. Per questo motivo, metà del tuo tempo andrebbe al tuo compito e metà alla preparazione al compito. E' una combinazione molto buona. Devi usare il tempo in cui non vedi la persona, a prepararti. Come prepararsi? Puoi fare solo una cosa - puoi consciamente aumentare il desiderio di vedere quella persona. Puoi aumentarlo dicendo a te stesso: "Io sono". Respiri consciamente. Dici "Io sono". Quando dici "io", respiri nell'aria tutti i suoi elementi attivi consciamente. Quando dici "sono", accumuli dell'energia nella batteria e pensi a come usarla. Rappresentati la persona con cui stai lavorando e pensa che quando la vedrai sarai molto concentrato, avrai molto più contatto con essa. Così, quello che dovresti aver fatto in sette volte, l'avrai fatto in una. E ora, dottore, spiegagli in buon francese cosa ho appena detto.

Ab: Il compito è composto di due parti; nella prima, svolgi il compito verso la persona che hai scelto, e nell'altra ti prepari ad avere una relazione più diretta con lei.

PAGINA 12

Gurdjieff: No, dottore. Non spiegare così. Quella non è una parte. Non ci sono parti. La persona è assente. Tutto il suo tempo è libero. Se tu dici "una parte", è come se dicessi, per esempio, una parte tu pensi, una parte tu fai. Non usare questa parola (non dirlo così (?)). Lui come ha posto la domanda? Ha detto che a volte la persona è via e ha chiesto come impiegare il suo tempo. *Tutto* il suo tempo per quello; non una parte.

(Dialogo in russo)

Mme. de Salzmann: Il signor Gurdjieff dice, why did he hook unto that?

(Silenzio)

Ja: Ho notato - è una constatazione - che, oltre al fatto che sto lavorando meglio, nella realtà ci sono un migliaio di motivi che non ho mai visto e che ora mi appaiono, ragioni per l'interesse a quel ragazzo. Primo, facilita il mio lavoro esteriore e mi dà una migliore relazione con lui.

Gurdjieff: Comunque sia, hai notato qualcosa (di particolare) dall'ultima volta che ti ho assegnato un compito? Questo tempo trascorso è stato produttivo?

Ja: Certamente sì.

Gurdjieff: Ma non teoricamente - seriamente, solidamente.

Ja: Sì.

Gurdjieff: Se ti dico che se lavori sempre così, farai in un anno quello che avresti forse fatto in cinquanta, mi credi?

Ja: Posso sempre dire che l'ho visto come una nuova porta.

Gurdjieff: Fratello, ascolta quel che dice. Se continua a lavorare bene, quello potrebbe anche aiutarlo a continuare bene. Ora,

prendilo come un compito, l'aiutarlo; e comprendi bene che lo stai aiutando egoisticamente, che lo stai aiutando *per te stesso*, cosicché dopo lui può aiutare te. E per quello, perché tu possa ricordarlo, ti darò un mezzo molto buono. Vado a ripeterti qualcosa che Blonde mi ha ricordato per associazione. Ogni giorno tu e tuo fratello vi vedete. Prendi come compito di non incontrare mai tuo fratello senza fare quello che ti sto per dire.

PAGINA 13

Gli dirai: "Ricorda te stesso". E quando lo hai detto, pensa interiormente, "io sono te, tu sei me" con tutto il tuo essere. E continuerai questo processo il più a lungo di cui sarai capace.

Al: Per tutto il tempo che lui e lì?

Gurdjieff: Sì. E con queste parole, è necessario che le tue emanazioni escano anche verso di lui. Fai un contatto con tuo fratello. Ha il tuo stesso sangue; attraverso il sangue tuo fratello riceverà questo contatto. Il tuo aiuto può consistere in quello. Dopodiché, se esce per affari o per qualcos'altro, dal momento in cui rientra, fallo di nuovo. Ogni volta che lo rivedi dopo che è stato assente, anche se fosse per cinque minuti, comincia di nuovo. Se è presente un estraneo, diglielo piano; ma se siete soli diglielo forte. Se c'è qualcuno, puoi sempre fargli un segno. Puoi pestargli il piede, agitare le mani. Ti puoi mettere d'accordo in anticipo con lui. Puoi sempre dargli una pacca... dopodiché cominci il compito. E non dimenticartelo mai: quello che stai aiutando non è lui, ma te stesso. Se lui potrà stare solidamente in piedi da solo, ti potrà aiutare dopo. Lui è l'unica persona che puoi aiutare. Dottore, ha qualcosa da dire?

Ab: Signore, la preparazione di cui parlava poco fa, uno deve provare a farla per tutto il resto del tempo, quando non si è con la persona?

Gurdjieff: Dipende dall'individuo, quanto è occupato nella vita, che tipo d'affari uno ha. Tu hai forse cento cose (da fare); dividile in cento parti, dividi il tuo tempo. Una parte del tempo fai quello; un'altra parte, un'altra cosa. All'inizio, dovresti preparare te stesso. Ma lui ha un compito, tu ne hai un altro. Tu sei un dottore, hai qualcosa da fare, hai molte attività; lui è solo un parassita di suo padre, non fa niente. Tu, tu non sei un parassita. Lui ha forse più di altre cose. Ma tu, tu hai un'occupazione. (A Ja) Se formuli bene quel che ho appena detto, c'è in essa una buona filosofia che può servire per comprendere molte cose. Colui che può afferrarlo comprenderà molte cose riguardo l'educazione.

PAGINA 14

Qualche volta ti spiegherò perché sei, tu, un parassita. Qualcun altro un semi-parassita. Un altro ancora un quarto di parassita. L'unica persona che non lo è; il vostro stimato Mullah Nassr Eddin. Lui è imparziale.

Ba: Chi è?

Mme. de Salzmann: Un uomo saggio dell'Oriente che tu non conosci ancora, di cui si parla nel libro. Ha sempre una frase appropriata per ogni cosa.

Gurdjieff: E' un uomo saggio, unico sulla Terra.

Mme. de Salzmann: Ha una massima per tutte le circostanze della vita. Per esempio, dice che se al padre piace ballare al suono del violino, il figlio finirà sempre battendo il (gran) tamburo.

Gurdjieff: (A Zuber) Bene, cara nuova persona, non ti sei ancora seduto sulle galosce.

Zuber: Sì, con un poggiapiedi.

Gurdjieff: Non ricordo che...

E' candidato per essere messo in galosce. Le galosce di un vecchio ebreo. Forse hai qualcosa da chiedere.

Zuber: Quando uno comincia a lavorare qui (qui o fuori) la relazione che uno può avere con diverse persone sembra essere cambiata rispetto a prima, incerta. Si dovrebbe mantenere la stessa impressione come in passato (è imbarazzante, per uno che si sente cambiato), o si dovrebbe fingere e mettere sé stessi in una confusione e in una prova che non sarebbe capace di portare avanti?

Gurdjieff: Bene, non hai capito il compito che ti ho dato. Io ti ho detto di imparare, di prepararti a recitare esteriormente una parte e interiormente di non identificarti, Interiormente, fai il lavoro dato qui. Esteriormente non devi cambiare niente, dovresti essere come prima. Prima facevi cosà, ora fai lo stesso. Recita una parte senza che nessuno si accorga di cosa sta avvenendo in te.

PAGINA 15

Non cambiare niente. Rimani come prima, ma reciti una parte. Bene, poi capirai cosa significa recitare una parte. Farai le stesse

cose che facevi sei mesi fa. Cambi solo interiormente.

Zuber: Mi ha dato un consiglio per una persona, ma vale anche in generale?

Gurdjieff: Per quelle persone che potrebbero essere come quella. Fino a quando sarai interiormente cambiato. Poi, in quel momento, se altri notano che sei cambiato, ti possono soltanto rispettare. Altrimenti, se si nota oggi che sei cambiato, ti prenderà per un idiota; crederà che tu hai una nuova fissazione. Gli darai l'impressione di allegria, tristezza, o idiozia, o che ti sei innamorato, o che hai perso a carte. La gente non deve accorgersi che sei cambiato. Per loro, prima e dopo lo stesso. Dottore, tu che hai capito. Lui no. Le due cose devono essere ponderate, interiore e esteriore.

Ab: La difficoltà sta nel fatto che uno non sa che persona era prima. Si era inconsci. Non si sapeva chi si era. Finché non si è osservato sé stesso. Come può uno imitare il sé stesso di prima?

Gurdjieff: Se tu avessi un gusto oggettivo, sapresti cosa sei. Puoi ricordare guardando all'indietro.

Ab: Ma la personalità aveva qualcosa di spontaneo che è inimitabile. Forse col tempo riusciremo a imitarla. Ma è difficile. L'imitazione è (wretahed, wretabed, wretched?) pessima.

Gurdjieff: C'è una sola cosa che ti può aiutare. Ogni giorno prima di andare al lavoro siediti per quindici minuti sul bidet. (A Denise, che sta ridendo): e tu, suora della carità, tu capisci bene le faccende mediche. Il tuo dottore deve consultarti spesso. (A Jacques): Hai scritto? Anche quel che ho detto del bidet? *Bravò!* Una parola contiene molte spiegazioni per chi è intelligente. Una parola può spiegare più di mille parole. Una sola figura. (A Mme. Vis): Comunque, ho appena notato qualcosa. E' passata mezz'ora: io ricordo che un momento fa avevi lo stesso colore di tua sorella.

PAGINA 16

Da mezz'ora sei diventata pallida. Blonde, tu sei rimasta come prima. Tua sorella è impallidita. E' molto possibile che alla sua destra o alla sua sinistra sia seduto un vampiro che la sta dissanguando. Può essere trovato a cinquantaquattro centimetri a destra o sinistra.

Ab: Io non credo che Luoise sia una vampira. Sono proprio sicura che non lo è.

Gurdjieff: Non devi mai essere sicura. Questo prova che tu non sai cosa sia un vampiro. Il vampirismo è una scienza. Può essere praticata inconsciamente. La scienza medica non sa niente al riguardo. Per esempio, voi siete marito e moglie. Lei è magra così e tu anche. Tre mesi dopo, lui è magro come questo, lei è grassa come quella. O al contrario. O tra fratello e sorella. O due amici. Sei mesi dopo tutto è cambiato. Inconsciamente. Il vampirismo esiste conscio e inconscio. Qui dove siamo noi succedono certi vampirismi... E' una legge molto spiegabile. Noi siamo tutti attorno al tavolo. C'è una catena che collega ognuno. Se io prendo la mano al mio vicino e ci stringiamo tutti le mani, io posso dissanguare il dottore (Andree) fino a morirne. Forse è lei quella che, senza somigliare a un vampiro, lo è. Non lo so. Sarebbe necessario esaminare la questione *dans l'ordre*. Io vedo il fatto. Se succede che noto qualcosa di più, lo noto. Se due volte, commento. Se tre volte, per me è un fatto. Poi io studio seriamente e specificamente. La prima volta può essere un caso; lo percepisco, ma è unico, non dico niente. Lo vedo una seconda volta. Così faccio attenzione, cerco una ragione, e se succede una terza volta lo studio specificatamente. (A Jacques): Il tuo lavoro è molto difficile, nostro stimato capo segretario. Mi metto nei tuoi panni. Ho pena per te per il presente. ma sono felice per te per il futuro. Il tuo conto in banca sta crescendo senza che tu abbia depositato alcun denaro reale.

Ba: Mi piacerebbe fare una domanda. Mi piacerebbe sapere... io ricordo me stesso molte volte al giorno, ma credo che il mio ricordare non sia volontario. E' solo il risultato di un'associazione che mi porta a lavorare.

PAGINA 17

Come posso avere un ricordo che dipenda dalla mia volontà e non dalle mie associazioni?

Gurdjieff: Esiste un modo molto buono. Tua madre e tuo padre sono vivi?

Ba: Entrambi

Gurdjieff: Buono, puoi essere felice. Ti darò un esercizio. Impara a farlo, Poi ti spiegherò i dettagli. Prima di tutto fissa un contatto con tuo padre e tua madre

Ba: E quando sono con loro?

Gurdjieff: Con o senza di loro. Lo fai interiormente. Per esempio, "io sono". Quando loro ci sono, tu li osservi. Quando non ci sono, tu li rappresenti a te stesso. Tu dici a te stesso: per ognuno di loro, "io sono te, tu sei io". Tu sei il risultato dei tuoi genitori. tu sei lo stesso sangue. Ricordalo. Più tardi ti spiegherò. Nel frattempo, fai questo. Abituati te stesso interiormente a essere molto calmo e vedere sinceramente e con affetto tuo padre, tua madre. Oggettivamente, essi sono più di Dio. Dio stesso disse: finché tua padre e tua madre sono vivi, io non esisto per te.

Ba: Perché ci si dovrebbe rappresentare i propri padre e madre?

Gurdjieff: Tu devi la vita a loro. Ma quella è un'altra faccenda; la vedremo in seguito. E' la legge. Nel frattempo, prendila oggettivamente. Tuo padre e tua madre sono più che Dio. Se tu preghi Dio, Dio stesso può mandarti al diavolo: "dopo la loro morte tu verrai a me" (*chez moi*). E' un modo di dire. Io ti dò questo esercizio che consiste in questo contatto al fine di prepararti per un altro esercizio. Questo ti aiuterà. E' difficile ricordare sé stessi. Non puoi farlo teoricamente, renderlo automatico. Le associazioni non ti aiuteranno, per ricordare te stesso, dovresti fare uno sforzo di volontà. Hai capito cosa voglio dire. Niente può nascere spontaneamente. Le tue associazioni non sono te, sono automatiche.

PAGINA 18

In seguito (quando avrai lavorato) le tue associazioni rimarranno sempre automatiche, ma il tuo lavoro avrà una relazione, non più con le tue associazioni, ma con te.

Dalle Letture (Domande e risposte del gruppo francese) 9 settembre 1943

Domanda: Vorrei chiedere riguardo lavoro e fatica, mi sembra che sia una differenza tra sforzi di lavoro e sforzi automatici. Il lavoro esteriore si prende la nostra energia; l'altro lavoro, al contrario, accumulerebbe energia. Ma è il contrario. Uno è molto stanco, perde energia.

Gurdjieff: E, nel mentre, la conservi. Consciamente, mangi l'elettricità che hai nel corpo e la trasformi. Questo costituisce la tua forza. Non lo stesso tipo di fatica. La fatica da lavoro reale ha un futuro; tu sei stanco, questo ti darà un solido risultato, ri-carica il tuo accumulatore. E se continui, accumuli una sostanza consistente che riempie il tuo accumulatore (batteria). Più ti stanchi, più il tuo organismo elabora questa sostanza.

Domanda: Quella fatica (stanchezza) è favorevole o no agli sforzi di concentrazione?

Gurdjieff: Se è fatica (stanchezza) ordinaria, non ha valore per lo sforzo. Dipende dagli altri accumulatori. Non sarai capace di fare cose ordinarie. Perderai le tue ultime forze. MA per altri tipi di fatica c'è un'altra legge: più dai, più riceverai.

Gurdjieff: Ho notato che al mattino, quando sono riposato, non posso lavorare. La sera, al contrario, dopo tutta la fatica della giornata, ci riesco di più.

Gurdjieff: Perché una parte di te è stanca e perché lavori senza quella parte. Tu lavori con uno o due centri. Se un centro è stanco, non partecipa al lavoro e non ottieni risultati. Se pensi di poter lavorare meglio di sera, è soggettivo; non ha importanza, è di poco conto.

PAGINA 19

Domanda: Si può dormire consciamente - rimanendo consci durante il sonno?

Gurdjieff: E' possibile, ma non per te ora. Uno può ricordare qualcosa così che entra dentro di te automaticamente. Autosuggestione. Uno può suggerire a sé stesso durante il sonno. Prima di essere capaci di dormire consciamente si deve avere una diversa qualità di sonno. Ci sono dei gradi. Ci sono quattro tipi di sonno; uno può dormire un sesto, un quarto, metà o completamente. Dipende da quale stato di risveglio si ha. Se tu sogni mentre dormi, dormi solo a metà. Poi hai bisogno di un sonno di sette ore e mezzo. Se non sogni, quattro ore e mezza bastano. E' la qualità che è importante. tu dormi sette ore e mezzo. Impieghi due ore a rilassarti di sera, due ore a contrarti di nuovo al mattino. Questo ti lascia tre ore e mezza di sonno. Non ti rilassi consciamente ma automaticamente, e questo richiede tempo. Puoi rilassarti consciamente fino ad addormentarti mentre, d'altra parte, stabilisci la relazione necessaria tra il tuo corpo e la tua coscienza. Al mattino, quando ti svegli, fai la stessa cosa. Fai un programma immediatamente, riflettendo, suggerendo a te stesso in che modo sei determinato a trascorrere la giornata. Fai lo stesso lavoro al quale hai pensato. La tua attività si raddoppierà. Fai un programma reale, non di fantasia. Devi creare l'abitudine. Puoi farlo solo poco a poco. Niente accade tutto in un a volta. Cambia la qualità del tuo sonno. Fatti una bella strofinata prima di dormire. Quando vai a dormire, prega per i tuoi che sono morti. Queste cose sono una buona preparazione al sonno. Altrimenti, proseguirai i tuoi sogni e fantasie della sera.

Due dei presenti dicono di non riuscire a dormire di giovedì, il giorno delle riunioni per domande e risposte. Gurdjieff rivolto a un terzo:

Gurdjieff: Succede a te, dottore?

R: No, appena chiudo gli occhi mi addormento.

Gurdjieff: Bene, non tutti sono un cugino come te. Sai io cosa chiamo un cugino dell'uomo. (la mucca).

PAGINA 20

Domanda: Come possiamo acquisire il distacco?

Gurdjieff: Si deve avere un ideale. Crea un ideale per te stesso. Questo ti preserverà dagli attaccamenti automatici. Pensa a questo consciamente e questo crescerà automaticamente e formerà un centro di gravità.

Domanda: E' più facile distaccarsi dalle cose materiali o dai sentimenti?

Gurdjieff: Tutto ha lo stesso valore. Tu hai attaccamento con un centro o l'altro. Devi vedere l'argomento in questo modo, senza filosofare. Tu non hai né un ideale né uno scopo serio. Così ogni cosa ti tocca (ha contatto con te) - tu sei uno schiavo. Devi abituarti a prepararti per il lavoro. Una certa parte del giorno deve essere consacrata al lavoro; non fare altro. Sacrifica questa. PENSA al lavoro. Leggi qualche cosa di collegato al lavoro. E permetti a tutte le associazioni connesse al lavoro di scorrere. Non è ancora lavoro. Ma fissa una data in cui il futuro sarà riservato al lavoro. Prepara il terreno. Consacra questo tempo al lavoro. Accetta l'idea che un certo tempo deve essere consacrato al lavoro. E se ti è dato un compito, o se ne fai uno per te stesso, lo farai durante il tempo che hai stabilito per esso. Il posto sarà fatto. E' FACENDO che l'uomo comprende. Vedrai il risultato che ti porterà. Dì a te stesso di lavorare. Pensa così. Ma qui nessuno lavora ancora. Tutto questo è solo un gioco da bambini. E' un po' meglio della titillazione. Nel lavoro vero il sudore cola sulla fronte, arriva perfino ai tacchi.

Domanda: Quando incontro delle persone che sono un pochino interessate a queste questioni, oppure inquietati da questo soggetto, non appena accenno a qualche piccola esperienza, tutto quello che ho imparato qui diminuisce e dopo mi sento più piccolo.

Gurdjieff: Qui c'è una regola; qui la nostra vita è eccezionale. Quello che diciamo qui, quello che facciamo, nessuno deve saperlo.

Domanda: Ma non dico niente di quello che facciamo.

PAGINA 21

Gurdjieff: Ma questa regola concerne anche le idee. Quel che ti interessa diminuisce se lo dai alla mamma, e ti senti vuoto. Tieni per te le nuove idee. Nella vita puoi usare le idee come strumenti. Ma senza identificarti. Ogni cosa esce da te con le tue parole.

Domanda: Penso che io sia spinto dal mio sentimento di superiorità, è per questo che lo faccio.

Gurdjieff: Ti dirò anche un'altra cosa. Tu hai una debolezza che chi lavora con me deve distruggere. Tu credi. Tu non devi mai credere. Devi criticare ogni cosa, non accettare nulla che non puoi provare come che due più due fa quattro. Il credere non conta niente, non vale niente. Tu credi, tu ti identifichi e desideri passare sul tuo credere, con le tue emozioni. Ti identifichi, dai tutte le tue energie. Se tu non credi, se rimani del tutto imparziale, nel desiderare di trasmettere qualcosa a qualcuno, fallo come se stessi rendendo loro un servizio (a qualcun altro). Have you experienced this? Lo hai provato?

Domanda: Ho notato che si perde quel che si ha se lo si dà agli altri.

Domanda: Ho l'impressione di non potermi impedire di usare le forze datemi dal lavoro al fine di essere superiore alle persone che frequento.

Gurdjieff: Sei una piccola persona. E' cresciuto in te un aspetto. Ne devono crescere altri sei. Dopo questo, puoi immaginarti di non essere come gli altri. Non devi dimenticarti che la prima cosa da ricordare è la tua nullità. Tu hai molta immaginazione. Se tu avessi la comprensione della tua nullità, questa idea di te stesso ti mostrerebbe meglio che gli altri ti hanno superato.

Domanda: Quando sono da solo, o con persone notevoli, vedo la mia nullità. La dimentico quando sono con persone mediocri.

Gurdjieff: Ti darò un compito. Lavora su questo. Riconosci la tua debolezza e lavora. Se incontri ostacoli sul cammino, ti aiuterò correggendoti.

----- 33

Meeting of Monday, December 9, 1946

G.: Who wants to say something. How is the exercise going? It interests me to know what you have ascertained.

Mme de S: Who has ascertained something that might be interesting to the others, concerning the exercise?

G.: That can show who works, what? Horande?

Mme de S: Then, do you want to say if you have something to ask? One at a time.

G.: Then, if you have ascertained nothing, it is because you have not worked. If you have not worked, what have you done? (Mme de S repeats) Masturbated. (To

Mme de S) Can one say it? Even over against good taste?

Mme de S: Yes, why not, in this case?

G.: (To Sheaffer) You have just arrived, perhaps you have something to say? Have you ascertained something?

Shaefter: I ascertain a result in the first part of the exercise. Something turns up in each limb. What I don't know how to acquire is the inclination. When I feel something, it is imaginary. I have renounced all voluntary action. Before, I made effort with my head. I do it no longer.

G.: Your head must be like a policeman. That is all. It must repeat to you all the time that you are occupied by this work. It must not go away.

Shaefter: Then I wait for something to happen.

G.: By means of sensation?

Shaefter: Yes, rather than to manufacture artificially. Then, for me, "to exhaust", I do not see very well what that can be. I feel sometimes something which stirs. I feel it in the place where one pulls something. The second phase is more difficult.

After, I know nothing to do about it.

G.: The importance, at the beginning, is the sensation. Then, if you have contact with the sensation, if you verify how you feel, then, a second thing is important; it is the way by which you pour out. Up till now no one has spoken of this important question this way.

Edith: I have ascertained a greater need to relax in life.

G.: If it is thus, you have the inclination. It is only when you relax consciously, and when your head retains its role of policeman, that the relaxation has value. If you relax generally, it is weakness.

----- 34

Edith: I am conscious of being rather tense in general.

G.: You must not relax unconsciously. Yet when you are in your state of awakening, you must relax consciously. When you sleep, everything relaxes without you; that has no value. It is your bondage.

Zuber: Sir, in this exercise, the difficulty for me is always the turning of the limbs. On the contrary the (sucage) and the flowing out are easy. I am happy to do it. The great effort is the beginning of the exercise. In life, I flow out generally much more vitality and force and I have something of a bent for the exercise and that I have very often, or else all is, on the contrary, mad, cacophonous, much madder than before. I made an ascertaining. It is the need, if I am in bed, of closing a circuit, by putting the right leg against the left, the right arm against the left.

G.: How to close a circuit, how to understand? I tell you the same thing; do not give your head permission to wander.

Zuber: This is done without any will.

G.: Then, why verify it? Why speak of it? It is an obsession. This can only give you many chances of entering an insane asylum. You must never do unconsciously.

Even half consciously, I advise you. All or nothing. Between the two is only psychopathy, obsession. Never believe. Do not have confidence. You are a very weak person. If, during one moment, your center of gravity is in your head, then if it moves to you plexus etc., it is masturbation. The conscious effort consists in giving the initiative to all your centers. That is activity. All the rest, it is material for being a candidate for insane asylums.

Zuber: In spite of what you have just said, I think that it is bound up with work.

G.: I know not. But I know that that must not happen. Not yet. Expect nothing.

Send the rest to the devil. For you, there exists only your exercise. Do it until you are entirely content. All these combinations and manipulations can come after, but not yet.

One must not let himself be carried away. It is a very dangerous moment. On one side you have the strength to fix and something can enter forever into you.

Then, you would be obliged to become my client and I can never do for less than three English zeros and there exists only one remedy to rule these things; hypnotism. And I advise it not.

Godet speaks.

G interrupts Your question costs nothing. Wait. You do not come enough. You come here once in three months. Collect some material. For you this work is one thing among others. You disturb with your question. Here there is another degree of comprehension. What you say interests no one. These people make efforts for years and work seriously. With your question, you only cause disturbance.

----- 35

In this exercise, it is very important to understand the way by which can be made the inclination. This thing that you suck in with the air that you breathe. How?

What is it? It is not your business. From the lungs you cause to flow this result. It must go from each side of the navel, without touching it. Then, below, these two lines unite and from there, that spreads itself throughout all the sphere of the sexual organs. You must feel the whole sphere.

With your thought, you must journey everywhere as if you were painting quickly. You circulate everywhere. From there, you go to the solar plexus in exactly the same way. You go up again from the two sides of the navel to a little forward of the sternum. (G. Indicates the periphery of the solar plexus.) Like this, under the skin. Through the back, one cannot transmit to the solar plexus. Then, always in front, from each side.

Now, in order to nourish the head. You start from the coccyx in leaving the bone sideways. To the left and to the right of the vertebra column, from two sides, the path. goes up again to each side of the cerebellum to the brain. (G. Indicates on Tchekovich the path to travel over (en partant), from each side of the vertebra column, to mid-buttock).

To cause to flow in the vertebra column, you must first do an exercise in order to get accustomed to having the sensations of the Kundalini. You know what that is? We used to have there a tail, formerly. It is necessary to do this only as an exercise, to have the sensation of this spot.

Do the exercise from two sides, alongside of the vertebra column to the root of the head (the cervical vertebrae). The vertebra column must be felt in the center, the sensation must be equal from two sides. The density must be equal also.

These things are very important. It is necessary now to train oneself especially to feel and to establish a contact with this path. After, it will be easy for you to send something by these paths.

Parallel with this exercise, one thing is necessary. It is possible that someone obtains a result. But then this result is going to disappear. In order that it may continue to exist, one must do a special thing with the voluntary thought. At the beginning and at the end of each exercise, you must pretend, be compelled, to close again. Think that what you have done stays with you until the next time and that the next time you will obtain more. You must be certain, that what you have is not sufficient. Then, consciously, you close again. Instinctively, you can feel it and already that will help you.

And it is desirable that you would remember to do nothing which might cause you to emanate a great deal. If you really want to accumulate this thing, you must have all the time a concentrated state, consciously, unconsciously, instinctively.

----- 36

Something can be obtained then disappear. It never accumulates nor settles down. On the one hand, this comes and on the other this evaporates to the devil. Like the smoke of a cigarette.

It will even be very useful, in finishing the exercise, for each to pronounce his subjective prayer and ask his ideal to help him to guard this thing until the following exercise.

If by chance you remember, between two exercises, you can repeat your prayer. Then you will be inured. You shall be able to always remember. You shall even be able to succeed in making appear a factor of recall.

In general, it is necessary to create some automatic factors of recall. It is necessary for you. to undertake this quality of work. It is very easy. For example, how do you sit down to the table? You have never ascertained with which foot you sit down. You observe, that there also, you have automatism. You will connect something with this automatism, for a reminder of your work. With each time that you sit down to the table, this thing will be able to act as a factor of recall. Another example, when you wash, you take a towel. Look to see with which hand. See how you automatize. You will see that each time, you do the something. Do it consciously, take it with the left hand, instead of the right. In this manner you make a contact with your work, in order to self-remember.

Another example: you dress in the morning. Which sock do you put on first? The right or the left? You have not noticed? Observe now. You find out that you begin with the left, always. Set a task: begin with the right. And connect this new way of doing with the recall of your work. Whether you wanted it or not, you are obliged to put on your socks. If you change the way of doing it, you self remember. Then you find something else etc

Then, you will be able, perhaps, to self-remember five minutes. Now, you can only do it one second. We try to arrive at five minutes. When you can do it, perhaps you, will be capable of sending back this instrument.

- Silence -

Speak. Talk about something. Speak of it. Fasten there. With Tchekhovitch, I have something to do.

Shaeffer: I understand well everything that concerns the conservation of concentrated state.

-- But Mr. G. would he want to explain more than that which is fixed in a limb?

Mme de S: For the moment the necessary thing is to feel the path along which something must move and that you grow familiar with the sensation of this path.

Lemaitre: There is no flowing in the different centers? Only the leg and the sexual organ?

----- 37

Gurdjieff: It is the same thing. Tomorrow you shall do this exercise to the end. Gradually as you have need of it, you shall use this path.

Mme de S: It is for training, for exercising in feeling these passages. You must know how you can flow.

Gurdjieff: It is important to know these paths. Later we shall speak of stations and of forks.

From here to there, there are three stations. From each station, one must go in one direction and not in another. If you go to the left, instead of going to the right, you can crush a dog or breathe the stink of a sewer.

Godet: Does the way of the solar plexus compromise the lungs and the interior of the chest? Or must one feel this passage?

Gurdjieff: The plexus is a sphere. We do not meddle with the organs. In the plexus there are many nerves of which the total constitutes a brain. Previously, all the collection was here. (G. shows the approximate height of the diaphragm.) But we have degenerated. It is not quite dispersed. This is distributed in different places. (G. shows the circumference of the chest from the beginning of the neck, in back of the clavicle to a little above the sternum.) Then we shall be able to study details. For example, one point is your appetite, another your love, another still, all your impulses. Like in an electric station. The commanding post of your internal life is there. It is like machinery.

Shaeffer: Gurdjieff speaks of ways for flowing. And in order to suck in, how does one do it?

G.: Imagine that you take in air. Consciously, if you do it consciously, you feel that you suck in. It is the same occasion. Good breathing leads to better sucking in.

Good sucking in leads to better breathing.

Mme de S: This is done all alone.

Shaeffer: All that one sucks in is concentrated in the lungs?

Mme de S: That mingles.

G.: It is transformed at the same time. There are millions of thins. Many details. It is much more complicated than your car. Feel the sphere only. Do not manipulate. Do nothing in the sphere. Concern yourself only with the way of one sphere in the other.

Plaidge: (Asks for details on breathing)

Gurdjieff: You take in air. In expiring, pay attention only to the process of flowing. Respiration becomes automatic. Only the inhaling is conscious. I repeat again: get used to this; when I say consciously, this means that all initiative comes from the three centers. In the beginning, in order to do it better, feel the site of the three spheres and mobilize, feel that everything comes from there. Train yourself.

----- 38

Then, if you ascertain that you work only with one or two centers, know that this is not consciousness. There is only real consciousness with the same intensity in three places.

Per esempio, ecco un esercizio: io sono - Quando dici "io" senti i tre centri. Quando dici "sono", senti anche i tre centri ma diversamente. "Io", è come se qualcosa stood up. "Sono", è come se, nei tre centri (posti) qualcosa si fosse seduto. Questa è una spiegazione originale. Hai capito?

Horande: (Chiede spiegazioni sulla circonferenza della sfera del plesso solare)

Gurdjieff: È come in chirurgia. (Gurdjieff mostra la circonferenza dei lati. All'altezza del diaframma, la linea discende sullo stomaco e rimonta loro per ricongiungere i lati)

Horande: Le due linee rimangono nella sfera?

Gurdjieff: No. Solo la sfera. Ho mostrato la circonferenza della sfera. Quando è inserita non importa molto.

Lebeau: I due tracciati si uniscono l'un l'altro prima di entrare nel plesso solare?

Gurdjieff: No. Entrano indipendentemente. Poi se ne vanno altrettanto separatamente. Come in una città. Due vie per entrare, due vie per andarsene.

Zuber: Se c'è qualcosa come una brutta contrazione su uno dei due percorsi, ci si deve astenere di dominare la contrazione?

Gurdjieff: Non fare a caso a questo. Fa l'esercizio. Non fare niente di particolare per questo.

Mechin: Le spalle devono essere lasciate all'esterno?

Gurdjieff: Passa solo da qui (Mostra il tracciato situato vicino al collo, un poco sopra la clavicola.) Per le spalle, è la colonna vertebrale. C'è il posto di comando.

Tracol: Posso avere la sensazione del plesso solare e sentire che il mio sentimento non è lì. A quel momento mi piacerebbe capire cosa dice Gurdjieff.

Gurdjieff: È normale. Se tu hai la sensazione del tuo plesso solare, hai già mobilitato il posto del sentimento. È occupato. Non puoi sentirlo. Non devi sentirlo tranne che per avere la sensazione. Se, da questo posto, vuoi sentire la tua colonna vertebrale, puoi ri-esperire l'iniziativa da lì, ma non puoi sperirla. Per esperirla, è necessario che la cosa sentita sia calma e non funzioni.

Tracol: Quindi, non è possibile che i tre centri possano essere presenti quando ho la sensazione delle tre localizzazioni?

Gurdjieff: No.

----- 39

Tracol: Allora come posso essere attento?

Gurdjieff: Si deve avere la sensazione di tre cose. O li vedi o li senti. La cosa importante è un contatto. In ogni momento. Tu osservi diverse forme di contatto. Una volta, tu senti. Un'altra volta hai la sensazione.

O puoi vederli, **or you might guess at them**. È necessario che tu sia occupato tutto il tempo, che ti occupi con questa obbligazione. Se tu lo vuoi, se lo decidi, la parte di te che stimi è obbligata a farlo. Altrimenti, punisci te stesso. Se non lo fai, è colpa della tua individualità. Devi educare la tua individualità. Rifiutale quel che le piace. Non darle nulla. Opponiti in tutte le cose. Per esempio, quel che fai alla destra, fai alla sinistra. Ogni cosa per opporlo. E la tua individualità può trovarsi in una situazione molto brutta. Peggio che in prigione.

Mme de S: Non c'è peggior sofferenza.

Gurdjieff: È difficile ma utile.

20-ALCUNE DOMANDE E RISPOSTE DAL GRUPPO FRANCESE

PAGINA 39

ALCUNE DOMANDE E RISPOSTE DAL GRUPPO FRANCESE

Domanda: Non ho mai fatto un compito per intero. Ci penso, lo faccio, ma solo per un secondo. Non riesco a mantenere un pensiero o un sentimento. ("un compito", evidentemente significa uno degli esercizi del signor Gurdjieff.)

Gurdjieff: Tu dimentichi, non hai memoria, dimentichi. Devi ripetere, ripetere, ripetere. Tu vuoi dire che non hai potere di concentrazione. E' lo stesso per tutti. Questo è lo scopo del lavoro. Se un uomo potesse concentrarsi soltanto per un quarto o per un'ora, sarebbe grande come la vostra Notre Dame, come Cristo. Gli chiederei di essere il mio maestro. Se tutti potessero farlo, sarebbero tutti santi. In tre secoli ci sono stati forse tre santi e mezzo. Devi provare a raggiungere forse un secondo al mese ripetendo, ripetendo, ripetendo.

Domanda: Quando vedo un'emozione negativa, vedo molto chiaramente che non è l'oggetto che conta. Esso non esiste, è la copertura. Appena lo vedo, esso scompare, ma l'emozione negativa rimane e va ad occuparsi di un altro oggetto, non importa quale, poi di qualcos'altro ancora. Ho notato che la stessa emozione negativa ritorna più volte tramite associazione e queste sembrano corrispondere a una tendenza. Vedendole, posso pensarle come se fossero degli "io"?

Gurdjieff: Non ci sono tutte queste complicazioni. (Per esempio) sei affamato. Ci sono diversi tipi di fame; la fame del mattino, di mezzogiorno, della sera. Non sono tutte uguali. L'Inglese mangia molto al mattino, il Francese alla sera. Tu hai l'opportunità di avere questo materiale. E' già pronto per te. Altrimenti avresti dovuto farlo. (Mme de Salzmänn) Dalle emozioni negative si comprende qualcosa che non si potrebbe comprendere senza averle. Invidia, paura, rabbia, eccetera. Si deve separare questo da sé stessi cosicché non rimanga nell'essenza e possa essere usata quando necessaria rimanendo distaccati.

Domanda: Io vedo quanto sono vuoto, pieno di piccoli desideri mondani, contraddizioni, come un mulino dove tutti vanno e vengono. Non ho volontà e non ho rimedi per questo. mi manca la forza.

PAGINA 40

Gurdjieff: Il compito è stato dato per quello. Se non fai il compito, che ti faccia partire, apra una vena (venatura?), sarà più facile. Posso darti una pillola che ti tenga sveglio per sempre. Una pillola costa poco per dormire bene da soli. Una notte costa molto di più. Se uno dorme bene per una notte, uno può avere poi un buono stato di veglia.

Domanda: Quando vedo la mia nullità, sono completamente scoraggiato. Poi, il vedere che ho visto questo, mi ridà speranza e grande soddisfazione di me stesso. Me lo dovrei permettere?

Gurdjieff: No. Osserva, impara a vedere sempre di più. Ricerca il tuo passato. Nella tua intera vita. Soffri per tutti i tuoi fallimenti. Dì a te stesso che hai già venticinque anni, che è troppo tardi per fare qualcosa; che il tempo è contato. Ogni volta che si è un anno più vecchi, è già tardi. Guarda sempre di più i tuoi sbagli e ripara.

Domanda: io vedo me stesso nei miei sogni con tale chiarezza, con tale forza e disgusto, che questo mi sveglia.

Gurdjieff: Io ho impiegato quindici anni per imparare a non sognare. Non si dovrebbe sognare, si deve fare. Ci sono due stati: Sonno e stato di veglia. Quando uno dorme, deve dormire. Fai una doccia fredda, datti una strofinata vigorosa, stai per dieci minuti con le braccia allargate e tu dormirai. Se si dorme bene, si vede bene. Se si sogna, ogni cosa è fatta a metà. Le associazioni non si fermano mai fino alla fine. Questa è la vita. Ma si può smettere di prestare attenzione alle associazioni. I sogni o associazioni che continuano sono quelle che sono le più abituali e (di conseguenza) che ricorrono. C'è anche (il libro) la Chiave dei Sogni e i Modelli per Lettere d'Amore. Puoi scegliere.

Domanda: Solo la mia testa partecipa (agli esercizi). Posso evitarlo?

Gurdjieff: La testa è solo il regista. E' il poliziotto col suo manganello che indica la strada. Uno deve percepire e provare (One must sense and feel, forse è la distinzione tra l'atto del pensiero e l'atto del sentimento). Lavora sul sentimento, sul percepire-sentire te stesso.

PAGINA 41

"Io-sono", "me-sono". Non solo la tua testa - l'intero uomo. Ripeti, ripeti, ripeti. Esercitati, esercitati, esercitati, migliaia e migliaia di volte. Solo questo porterà dei risultati.

Domanda: Come si deve capire "riparare il passato"? E' con il rimorso?

Gurdjieff: Sei troppo complicato. E' molto semplice. Il presente è il risultato del passato. Se hai acquistato una cattiva abitudine in passato, devi fermarla. Vedo che ho l'abitudine di girarmi i pollici nella stessa direzione. La fermo. Questo è riparare. Non fare ancora lo stesso errore e prepararsi per il futuro, preparare il futuro. Pratica, pratica come se volessi suonare il piano. Devi sviluppare la forza delle tue dita. Ripeti, ripeti.

Domanda: Vedo come trascorro ore intere al giorno con sentimenti molto piccoli e insignificanti, molto disgustoso. Potrei cominciare un compito per rimediare a questo, o non c'è nient'altro da fare?

Gurdjieff: E' la stessa cosa per tutti. E' sempre stato così. Per te adesso è solo che tu lo vedi. Questo è quello che vogliamo cambiare. Fai qualcosa che tu sai fare bene, anche fosse mangiare. Se mangi bene, preghi bene. Sii appassionato in ogni cosa che fai. Si deve lavorare precisamente su qualcosa di preciso. Il lavoro non dovrebbe essere un desiderio, ma un bisogno, una necessità. Quando diventerà un bisogno avrai una risposta. Non hai il diritto di avere solo desiderio. Non è abbastanza. Non ti darà niente. Crea un bisogno in te. Ripeti, ripeti, ripeti. Non si ripete mai abbastanza. Ogni cosa che ti viene facile, fai "tchick". (Distruggila). Scegli qualcosa che ti costa qualcosa, che sia uno sforzo. Quello che è facile è cattivo per la tua vita interiore. LO SCOPO. Avere sempre uno scopo immediato. Questo è il tuo obiettivo. Devi raggiungere questo. Ci sono molti zig-zag sulla strada. Non indugiare. guarda sempre lo scopo. Sappi dove stai andando e troverai i mezzi per andarci. Prima devi raggiungere il primo; lo scopo dovrebbe essere chiaro e sempre di fronte a te.

Domanda: Quando provo a lavorare sul rimorso, c'è sempre qualche parte di me che si rifiuta, che mi dice che è inutile, che non mi porterà da nessuna parte o a nulla. Vorrei comprendere meglio l'uso del rimorso, la sua necessità, per rendermi capace di convincermi e lottare contro questo rifiuto.

PAGINA 42

Gurdjieff: E' molto semplice: Guarda. (Prende uno spicchio di mandarino dal suo piatto). Questo è destinato a diventare marmellata, deve diventare marmellata, è stato fatto per quello. Ma è pieno di sale. Che fare? Dovrebbe essere lavato, messo a mollo, pulito per rimuovere il sale. Dopodiché può diventare marmellata. Con il sale è impossibile. Il rimorso è quello che toglie il sale. E' quello che purifica. Capito?

Domanda: Quando tengo lezione devo fermarmi per un momento a raccogliermi. Mi sembra vuoto, inutile, vano. Come posso

prevenire questo?

Gurdjieff: Devi fare in modo che i tuoi obblighi entrino nel tuo lavoro. Questo deve essere il tuo compito. La tua classe deve essere parte del tuo compito. Il tuo compito è di aiutare. Non devi vedere i bambini nelle loro manifestazioni, ma nel loro futuro. Devi desiderare di aiutare quel futuro. Devi metterti al loro posto. Ricordati come eri alla loro età. Poi farai in modo che vedano diversamente.. Quando pensi "io sono" allo stesso tempo desidera aiutare. Dopo vedrai come i bambini ti ameranno. Sarai capace di andare a dire loro di andare a uccidere i loro padri e madri e loro lo faranno. Non sarà niente per loro. Ho visto questo laggiù con i veri Maestri. (Magi) Questo è il lievito del lavoro, i bambini. E' un'opportunità per te. Devi diventare una buona lavoratrice.

Domanda: Quando provo a mettermi al posto di qualcuno, c'è sempre una parte di me che si rifiuta, che non partecipa, che nasconde, che è occupata con sé stessa e che gode di sé stessa. E' qualcosa che scivola via e che non posso afferrare. D'altra parte, non appena ho un piccolo risultato nel mio lavoro, la vanità prende il suo posto. "Sono io che ho fatto questo" - e questo sciupa tutto.

Gurdjieff: Ti darò un sacro segreto. Ricordi Belzebù - ci sono due correnti, due fiumi. Tu devi attraversare da uno all'altro; sei come il pesce il cui elemento naturale è l'acqua e che è costretto a vivere nell'aria.

PAGINA 43

Devi imparare a vivere in entrambe le correnti contemporaneamente. C'è la corrente abituale che è la vita ordinaria nella quale vivi, e poi in te deve esistere l'altra corrente, che è la tua vita interiore. Finora hai avuto contatto con te stesso solo quando eri da solo, va bene, ora devi imparare con gli altri. Quando sei con una persona, rimani nella tua propria corrente, la tua corrente interiore.

Domanda: Nel sistema, sembra che la soddisfazione, i piaceri, siano rigettati. Tutti quanti? Ho capito correttamente?

Gurdjieff: Tutti i piaceri sono merda. Tutti i piaceri fanno di te uno schiavo. La tua soddisfazione. Ci sono due qualità di piaceri, due qualità di sensazioni piacevoli. Da un parte il piacere oggettivo; se lavori bene e ottieni un risultato, puoi avere soddisfazione di te stesso. Questa è buona soddisfazione che corona lo sforzo. Gli altri, i piaceri meccanici, ti distruggono. Sei perso in loro. Sono tutti dannosi, eccetto che per dare a sé stessi rilassamento volontario, necessario per uno scopo.

Domanda: Noto (in me stesso) una aridità, una assenza di emozioni. Vivo o nell'indifferenza o nell'ostilità. Che si deve fare?

Gurdjieff: Tu mi interessi. Voglio aiutarti. I tuoi genitori sono ancora vivi? Noi non li abbiamo conosciuti, ma forse avevano un'anima. Forse hanno sofferto. Loro non possono fare più niente dove sono, non hanno corpi. Tu devi fare qualcosa per loro. Devi pensarli. Devi raffigurarteli in te stesso, rivederli, avere le loro facce davanti ai tuoi occhi, devi pensare che tutto quello che sei lo devi al oro. Tu sei un piccolo pezzo di loro, della loro vita. Li devi amare, esprimere loro la tua gratitudine. Ripensa a tutto quello che hanno fatto per te. Devi vedere tutti i tuoi sbagli nei loro confronti. Persisti in questo, ricostruisci la scena di quando li hai fatti soffrire, forse piangere. Rivivi i tempi in cui fosti un bambino cattivo. Devi avere rimorso di coscienza. Rimorso. Si deve soffrire volontariamente per riparare. Si deve pagare per il passato. Il passato deve essere riparato. Cerca nel tuo passato. Crea il rimorso. Dottore, fai anche tu questo esercizio.

PAGINA 44

Per il momento, i tuoi genitori sono il tuo dio. Non puoi conoscere Dio. E' troppo lontano. Non c'è posto per lui in te. I tuoi genitori sono Dio, essi sono il posto futuro per Dio in te. Tu devi loro ogni cosa, la vita, tutto. Lavora prima con loro; dopodiché ci saranno altri esercizi.

Domanda: Ho fatto il lavoro che ci ha detto. Io amo i miei genitori veramente molto e ho scoperto un'emozione di una qualità veramente speciale; per un secondo, forse, una particella di amore reale, anche grande sofferenza, una vera sofferenza per i miei peccati verso di loro. Di rimorso. C'erano le due emozioni allo stesso tempo, sofferenza molto viva e felicità data dal sentimento d'amore. E? stato il rimorso che ha portato la felicità, per sparire quando è sparita anche la felicità. Qualche volta quando aspetto i miei pazienti ho scoperto in me stesso per un secondo emozioni d'amore della stessa qualità. E in quel momento potevo avvertire la loro sofferenza fisica e portare loro un sentimento di felicità. C'è un nesso.

Gurdjieff: L'amore reale è la base di tutto, il fondamento, la Sorgente. Le religioni hanno pervertito e deformato (l'amore). Fu con l'amore che Gesù fece i miracoli. Amore reale unito al magnetismo. Tutte le vibrazioni accumulate creano una corrente. Questa corrente porta la forza dell'amore. L'amore reale è una forza cosmica che ci attraversa. Se noi la cristallizziamo, diventa un potere - il più grande potere del mondo. Più tardi studierai il magnetismo sui libri, non importa quali, vi darà materiale. E con l'amore come base, sarai capace di curare i paralitici e far vedere i ciechi.

Domanda: Sono rimasto sorpreso dell'acutezza delle sensazioni osservate a lungo, così intense, così vivide, con tutte le impressioni che avevo in me e che ritornavano.

Gurdjieff: Questo è normale. I nostri centri registrano ogni cosa, dall'ora della nascita. Se ti metto in un sonno ipnotico, tu puoi

dimmi cosa accadde intorno a te una settimana dopo la nascita. Ogni cosa è scritta, ogni cosa è lì. Un soggetto, messo a dormire da me, mi ha detto le pulsazioni della persona che era vicino a lui al momento che io gli ho fatto rivivere.

PAGINA 45

Ogni cosa è scritta, come su una fotografia, ma un migliaio di volte più sensibile. Questo è il motivo per cui devi stare attento alle iscrizioni. Sceglile. (Belzebù: "Guarda la purezza dei tuoi rulli".)

Domanda: Il fare questo lavoro porterà qualcosa ai miei genitori? Li riguarda, dà loro qualcosa?

Gurdjieff: Tu devi farlo per te stesso, per riparare. Avere rimorso. Lascia che il tuo rimorso sia il più forte possibile. E' il rimorso che conta; è la sofferenza che conta; la sofferenza volontaria che paga il passato, che ripara gli errori.

Domanda: Ho scoperto la stessa qualità di emozioni delle quali stiamo parlando, ma questo mi dà un tale pienezza interiore, un tale sentimento di felicità che non sento più il rimorso; mi risento di me stesso per questa felicità, per non averla meritata.

Gurdjieff: Tu hai immaginazione e fantasia. io ho sempre detto così. Tu sei un rappresentante dell'arte. Foufou. Non c'è peso. E' leggero. Filosofia, immaginazione. Uno stato è un risultato. E' questo che dà peso. Questo è il contrappeso di una felicità reale che va al passo con esso. Allo stesso tempo, al fine che sia genuino, non si dovrebbe avere l'uno senza l'altro. La tua natura ha una tendenza (il risultato dell'inerzia); tu ti lasci andare di fronte a queste tendenze di avere stati straordinari senza una base reale, senza peso. Devi eliminare questo, caccialo. Non appena appare uno stato di soddisfazione, fai "tchick". Schiaccialo, eliminalo. Lavora sul rimorso, ricorda te stesso, rivivi la scena di quando eri un bambino cattivo, quando hai fatto piangere i tuoi genitori, forse. Senti ancora tutti i dettagli, ritrova le tue colpe.. Cerca nel tuo passato. Soffri. In quella sofferenza puoi avere vera felicità data dal vero amore.

Ci sono due cose diverse sotto leggi diverse: 1) Il corpo organico; 2) il corpo psichico. Il corpo organico obbedisce alle sue leggi. Desidera soltanto soddisfare i suoi bisogni - mangiare, dormire, sesso. Non conosce altro. Non desidera altro. E' un vero animale. Dovremmo sentirlo come un animale. Si dovrebbe sentire come un estraneo. Lo si deve assoggettare, allenarlo e farlo obbedire, al posto di obbedirgli.

PAGINA 46

Il corpo psichico conosce qualcos'altro rispetto al corpo organico. Ha altri bisogni, altre aspirazioni, altri desideri. Appartiene a un mondo diverso. E' una lotta che si dovrebbe volontariamente rinforzare. Con il nostro lavoro; con la nostra volontà. E' questa lotta che esiste naturalmente, che è uno stato specifico dell'uomo, che dobbiamo usare per creare una terza cosa, un terzo stato diverso dagli altri due, che è il Padrone (Master, maestro), che è unito con qualcos'altro.

Il compito è quindi qualcosa di preciso che rinforza questa lotta, perché dalla lotta e SOLO dalla lotta può nascere una nuova possibilità di essere. Per esempio, il mio organismo ha il vizio del fumo. Quello è il suo bisogno. Io non voglio fumare - elimino questo vizio. Il bisogno è sempre lì, ma io mi rifiuto di soddisfarlo. Questa è una lotta, una volontaria lotta conscia che richiama la terza forza. E' la terza forza che sarà il fattore - "io" - che concilierà e equilibrerà.

Il corpo è un animale. La psiche è un bambino. Uno deve educare sia uno che l'altro. Prendi il corpo, fagli capire che deve obbedire, non comandare. Metti ognuno al suo posto. Uno dovrebbe conoscersi. Uno dovrebbe vedere cosa va. Prendi un compito che è nelle tue possibilità, molto piccolo per cominciare. Sul mangiare. Su un vizio. Ognuno conosce sé stesso e può trovare un compito; è la sua cosa interiore, una volontà che opposta a un bisogno crea lotta.

La sola possibilità di creare un secondo corpo è tramite l'accumulazione di una sostanza diversa. Il solo scopo è che ogni cosa dovrebbe servire a questo scopo.

Domanda: Ho accuratamente capito tutto durante la settimana in cui ha parlato sul corpo fisico e il corpo psichico e per tutta la settimana ho lavorato in questa direzione; ho lottato. Una notte ero sveglio.

PAGINA 47

Ero stato svegliato da mio figlio - ho un figlio di quattro anni - che era stato punto dalle zanzare e sentiva male, ha cominciato a piangere e chiamarmi. Stava soffrendo e piangendo. Sono andato da lui perché piangeva e soffriva, prima di rendermene conto, l'ho picchiato. Non mi sono permesso di andare di nuovo a letto. Come posso annientare questa violenza in me stesso? Ho visto quel che è il mio corpo, di cosa è capace e la sua reazione dopo una settimana di lavoro su di esso.

Gurdjieff: Ci sono forze intorno a te, estranee a te. E' possibile che quando un uomo lavora veramente, desidera realmente lottare, esse producano un evento come quello. Possono anche creare le zanzare. In ogni caso, che sia stato questo o altro, niente poteva andare meglio. Lì hai sentito, hai capito, non solo con la tua testa. Sono molto contento e ora ti chiedo di prendere nota di tutto quello che succede nel tuo lavoro per una settimana, due settimane, tre settimane, e ne parlerai qui, perché questo sarà utile ai tuoi compagni. E non dimenticare che ora tuo figlio è il tuo maestro. Ringrazialo. Per me, lui è mio amico. E ti incarico di una commissione per lui; cinque caramelle al giorno per un anno.