

Una tale crescita nell'essenza e la nascita di un'anima comporteranno un cambiamento dell'intero essere dell'uomo, un accumulo interno di energia e di forza. E come il riflesso delle percezioni come personalità è stato trovato analogo alla luce riflessa che viene dalla luna, così la trasformazione interna delle impressioni per creare un'anima rassomiglierà al processo per mezzo del quale un corpo risplende di luce propria. Esso sarà analogo al Sole.

II. IL RICORDO DI SÉ, LA CONSAPEVOLEZZA, LA MEMORIA

Se il ricordo di sé è così desiderabile, perché è tanto difficile da ottenere?

Per rispondere a questo bisogna parlare più dettagliatamente dell'attenzione. Poiché la possibilità di stati superiori di consapevolezza nell'uomo dipende proprio da alcune materie fini prodotte dal corpo che viene sottoposto all'*attenzione*.

Il processo di digestione nell'uomo consiste nella progressiva rarefazione del cibo, dell'aria e delle percezioni che egli assume, e la materia fine di cui parliamo può essere considerata come il prodotto finale di questa rarefazione in condizioni ordinarie. A differenza della carne e del sangue che sono costituiti da cellule, questa materia può essere visualizzata in uno stato molecolare, cioè in uno stato simile a quello dei gas o dei profumi. Infatti è straordinariamente volatile, instabile e difficile da contenere.

Tuttavia nel caso dell'uomo, essa è sottoposta a controllo psicologico, e questo controllo psicologico è l'*attenzione*. Controllata dall'attenzione questa materia diventa il potenziale veicolo dell'*auto-consapevolezza*.

Nell'ordinario stato dell'uomo — cioè dell'uomo che agisce come una macchina, quando i suoi processi interni vanno avanti del tutto indipendentemente dalla sua volontà o dal suo desiderio — questa materia fine segue le leggi che governano tutte le materie libere allo stato molecolare. Si diffonde da lui in ogni direzione, o nella direzione che "cattura la sua attenzione". Appena formata o poco dopo, questa materia fine esce da lui, in un modo o nell'altro. Per trattenerla o per accumularla ci vuole la *volontà* che egli normalmente non possiede, ed essa produce una tensione interna che può essere mantenuta solo con grande auto-conoscenza ed auto-controllo.

Questa diffusione dall'uomo delle sue energie più fini prende molte forme. Questa può uscire da lui in modo sano come energia sessuale; esplodere in modo malsano come rancore o irritazione; sfuggire da lui come invidia o auto-commiserazione. Molto più spesso si diffonde semplicemente da lui per creare quel curioso stato psicologico di "fascino" nel quale un uomo perde completamente la sua identità in una conversazione, un compito, un amico, un nemico, un libro, un oggetto, un pensiero o una sensazione. Questo "fascino" è semplicemente l'effetto della materia fine che fuoriesce dall'uomo in una direzione determinata dal suo tipo e dalla sua personalità, e che trascina con sé la sua attenzione. In casi estremi questo risucchio dell'attenzione può essere così completo che il corpo dell'uomo al momento viene privato perfino dei rudimenti della sua individualità psichica. Questo "fascino" è il modo più comune di usare la materia fine dell'energia creativa dell'uomo. Costituisce infatti lo stato normale dell'uomo e per questo motivo è completamente irricognoscibile ed ordinariamente invisibile.

P
dell'
buon
pe, u
"affa
tare
lavor
C
Il fl
vista
ne. C
forte
ta, u
zo d
desic
C
men
rand
essi
men
N
l'atto
lezzi
può
pers
vole
vole
egli
le le
suoi
nari
di q
cons
no,
te le
C
si n
una
re e
di u
con:
I
e ol
I
tenz
una
sape
sa
all'

Per eseguire i lavori più difficili e più produttivi, un uomo impara, per mezzo dell'uso dell'attenzione, a mantenere questo "fascino" in una certa direzione. Per esempio, un buon calzolaio per un'ora rimane "affascinato" dalla fabbricazione di un paio di scarpe, un politico rimane "affascinato" mentre pronuncia un discorso, una donna rimane "affascinata" dalla lettera che sta scrivendo ad un amico. Senza questo modo elementare di mantenere l'attenzione in una direzione, non può essere prodotto nessun buon lavoro, neppure il più semplice.

Così ci sono tre categorie di questa ordinaria spesa o diffusione della materia fine. Il flusso verso l'esterno può indirizzarsi semplicemente da oggetto ad oggetto, dalla vista al suono, al pensiero, a seconda che l'uno o l'altro fenomeno catturi l'attenzione. Oppure il flusso verso l'esterno può essere attratto da qualcosa che esercita una forte presa sull'attenzione: una persona di cui si è innamorati, una persona che ci irrita, un libro interessante, un suono irritante e così via. Ed infine, con un semplice sforzo dell'attenzione, il flusso può essere mantenuto per un certo tempo nella direzione desiderata.

Come abbiamo detto, questi modi diversi nei quali la materia fine viene normalmente consumata rappresentano aspetti diversi della particolare funzione che sta lavorando: un aspetto automatico, un aspetto emozionale, un aspetto intenzionale. Inoltre essi sono caratteristici di tre distinti processi, e danno tre tipi di risultati completamente diversi.

Nello stesso tempo essi sono tutti meccanici, e la loro principale caratteristica è che l'attenzione è sufficiente solo a permettere alla materia fine che porta la consapevolezza di attaccarsi ad una cosa alla volta. Questo è lo stato ordinario dell'uomo. Egli può essere consapevole solo di una cosa alla volta. Egli può essere consapevole della persona alla quale sta parlando, o delle sue proprie parole; egli può essere consapevole delle angosce di qualcuno o di un dolore nel suo corpo; egli può essere consapevole di una scena o dei suoi propri pensieri. Ma eccetto che in occasioni molto rare, egli non è consapevole contemporaneamente delle sue parole e della persona alla quale le sta indirizzando; del suo dolore e di quello di qualcun altro; di una scena e dei suoi pensieri su di essa. Così la consapevolezza di *tutti* gli uomini nel loro stato ordinario può essere classificata come "fascino". Poiché se un uomo diventa consapevole di qualche fenomeno esterno, egli perde la consapevolezza di se stesso; o se diventa consapevole di qualche cosa in se stesso, egli perde la consapevolezza del mondo esterno, cioè egli diventa "affascinato" da una sola cosa, interna o esterna, ed esclude tutte le altre.

Certamente l'esperienza di ogni uomo contiene istanti di attenzione divisa, e se così non fosse, noi non avremmo nessuna indicazione su come procedere. Per esempio, una delle ragioni dello straordinario potere che hanno sull'uomo le sensazioni d'amore e di sesso è che in certe circostanze esse danno *un'intensa consapevolezza di sé e di un altro nello stesso momento*. Questo è un vero anticipo del successivo stato di consapevolezza.

Ma se questa sensazione arriva ad uomini del tutto impreparati, essa è accidentale e oltre il loro controllo.

Una delle cose principali che viene insegnata nelle scuole della Quarta Via è l'*intenzionale divisione dell'attenzione fra se stesso ed il mondo esterno*. Per mezzo di una lunga pratica e di un costante esercizio della volontà, alla materia fine della consapevolezza non viene permesso di scorrere ininterrottamente in una direzione, ma essa viene divisa, una parte viene trattenuta in se stesso, mentre l'altra viene diretta all'esterno, verso quello che uno sta studiando o facendo. Per mezzo della divisione

profondo
mistero
che basi
one, il
ne dal
engono
giudizi
nti dot-

udace,
n Wal-
emen-
nisteri
e del-
inside-
che lo
o, dal
ere un
a".

sofo e
1947.
avan-
pensky
tanica
principi
e è il
ecchio

E

dell'attenzione, lo studente impara ad essere consapevole di se stesso che parla ad un altro, di se stesso situato in una certa scena, *di se stesso che agisce, sente o pensa in rapporto al mondo esterno.*

In questo modo egli impara a ricordare se stesso, all'inizio solo per qualche istante, e poi sempre più frequentemente. E via via che egli impara a ricordare se stesso, le sue azioni acquistano un significato ed una consistenza che prima, quando la sua consapevolezza si muoveva da un fascino all'altro, esse non avevano.

La caratteristica di questo secondo stato, del ricordo di sé, è *l'attenzione divisa*. Ci sono molte cose strane su questo stato. Primo, per alcune ragioni cosmiche, nessuno può tentare di metterlo in pratica fino a che non gliene viene parlato e non gli viene spiegato. Secondo, quando gli viene spiegato, ogni persona normale, con sufficiente volontà ed energia, avrà una momentanea visione di ciò che significa. Infatti *se lo desidera, egli può, nel momento in cui ne sente parlare, diventare consapevole di se stesso nel suo ambiente*, di se stesso seduto su una sedia, che sta leggendo di una nuova idea.

Ma questo ricordo di sé non può essere ripetuto o mantenuto, se non con un suo sforzo conscio. Non viene da solo. Non può mai diventare un'abitudine. Nel momento in cui l'idea *del ricordo di sé, o attenzione divisa*, viene dimenticata, tutti gli sforzi, non importa quanto sinceri, degenerano ancora una volta nel "fascino", cioè nella consapevolezza di una cosa alla volta. Così è necessario notare che una forte attenzione messa in un compito, nella consapevolezza fisica del proprio corpo, in esercizi mentali di un tipo o dell'altro, in visioni o visualizzazioni, perfino in profonde emozioni, *non costituisce il ricordo di sé*. Poiché tutto questo può essere fatto con l'attenzione non divisa; cioè uno può diventare "affascinato" da un compito, dalla consapevolezza fisica, da un esercizio mentale, o da un'emozione; ed uno diventerà immancabilmente affascinato in questo modo, nel momento in cui l'attenzione smette di essere divisa tra l'attore o osservatore che è in lui stesso, e ciò che egli osserva o che fa.

Un altro curioso trucco psicologico deve essere ricordato a proposito del momento in cui un uomo per la prima volta sente parlare del ricordo di sé. Se egli lo collega con qualcosa che ha udito o letto prima, con qualche termine religioso o filosofico, o orientale, che egli già conosce, immediatamente l'idea sparisce, perde il suo potere. Perché essa può aprirgli nuove possibilità solo come *un'idea completamente nuova*. Se viene collegata con qualche associazione conosciuta, significa che è entrata nella parte sbagliata della mente, dove verrà archiviata come qualsiasi altro pezzo di conoscenza. Sarà stato perso uno shock e solo con grande difficoltà l'uomo potrà riavere la stessa opportunità¹.

Quando un uomo sente parlare del ricordo di sé per la prima volta, se lo prende seriamente, gli sembra che ogni tipo di nuove possibilità si apra immediatamente per lui. Non può capire come mai non ci aveva pensato prima. Egli sente di dover soltanto fare questo e che tutti i suoi dubbi, artificiosità e difficoltà spariranno, e che tutte le cose che prima egli considerava oltre la sua portata, saranno per lui facili e possibili. La sua vita intera sarà trasformata.

In questo sentimento egli ha sia ragione che torto.

¹ La straordinaria sfuggevolezza di questo nuovo stato psicologico, il successivo aperto all'uomo oltre il suo normale, è trattato molto bene nel capitolo 7 di *Frammenti di un insegnamento sconosciuto* di P. D. Ouspensky, in cui l'autore descrive con grande accuratezza i suoi esperimenti e le sue esperienze di quando per la prima volta gli parlarono del ricordo di sé.

cos:
me
che
que
rich
spau
cost
ci p
ed a
com
tizz
rico
e pe
ved
egli
(
sa s
rico
vers
biar
vers
lont
sem
sibil
E
sca
tante
tenz
ricor
facil
C
ogni
dell'
la cc
conc
gette
ment
risol
C
da se
le, q
sua s
da in
da; c
dand
te su

Ha completamente ragione nel credere che se egli potesse ricordare se stesso ogni cosa sarebbe diversa, come egli immagina. Solo che al principio egli non vede l'enorme resistenza che c'è in lui per padroneggiare questo nuovo stato. Egli non realizza che per ottenere il ricordo di sé come uno stato permanente, o anche per ottenere frequenti momenti di esso, deve ricostruire completamente la sua vita. Questo compito richiederà la maggior parte della materia fine che la sua macchina può produrre o risparmiare, tutta la volontà e l'attenzione che egli può sviluppare con l'esercizio più costante. Egli dovrà combattere contro, e alla fine rinunciare a tutti i modi psicopatici per i quali brucia questa materia sottile, e che ora formano una parte così conosciuta ed apparentemente necessaria della sua vita: rancore, irritazione, indignazione, autocommiserazione, ogni tipo di paura, ogni tipo di sogno, tutti i modi nei quali egli ipnotizza se stesso nella soddisfazione per le cose come sono. Oltre tutto egli deve voler ricordare se stesso, costantemente e permanentemente, non importa quanto scomodo e penoso possa essere farlo, né quanto spiacevoli possano essere le cose che ora egli vede in se stesso e negli altri. Nel momento in cui smette di voler ricordare se stesso, egli perde — almeno per qualche tempo — la possibilità di farlo.

Così il ricordo di sé o pratica dell'attenzione divisa, sebbene al primo sguardo possa sembrare estremamente semplice, facile ed ovvio, in realtà richiede una completa ricostruzione della vita di una persona, e dei suoi punti di vista, sia verso se stesso che verso gli altri. Finché uno crederà di essere capace di cambiare se stesso, o di cambiare gli altri; finché uno crederà di avere il potere di fare, cioè di rendere le cose diverse da come sono, sia internamente che esternamente, lo stato di ricordo di sé si allontanerà da lui, nonostante i suoi sforzi per ottenerlo. Ciò che in un primo momento sembrava proprio dietro l'angolo comincia ad apparire estremamente lontano, impossibile da raggiungere.

E possono essere necessari molti anni di lotta e di fallimenti, prima che uno capisca un curioso fatto psicologico, che in realtà è collegato con una legge molto importante. Si tratta del fatto che sebbene sia estremamente difficile dividere la propria attenzione in due, è molto più facile dividerla in tre: sebbene sia estremamente difficile ricordare se stessi ed il proprio ambiente contemporaneamente, può essere molto più facile ricordare se stessi ed il proprio ambiente *alla presenza di qualcosa d'altro*.

Come abbiamo visto, nessun fenomeno è prodotto da due forze: ogni fenomeno ed ogni vero risultato hanno bisogno di tre forze. La pratica del ricordo di sé o divisione dell'attenzione, è collegata col tentativo di produrre un certo fenomeno, la nascita della consapevolezza in se stessi. E quando questo comincia ad accadere, l'attenzione riconosce con sollievo e gioia non due ma tre fattori: il proprio organismo, cioè il soggetto dell'esperimento; la situazione alla quale questo organismo è esposto in quel momento; e qualcosa permane che sta ad un livello superiore ad entrambi e che solo può risolvere il rapporto tra i due.

Qual è questo terzo fattore che deve essere ricordato? Ogni persona deve trovarlo da solo: la sua scuola, il suo maestro, il suo scopo, i principi che ha imparato, il Sole, qualche potere superiore nell'universo, Dio. Egli deve ricordare che lui stesso e la sua situazione sono posti alla presenza di poteri superiori, che entrambi sono bagnati da influenze celesti. "Affascinato" egli è completamente assorbito dall'albero che guarda; con l'attenzione divisa egli vede sia l'albero che se stesso, che lo guarda; ricordando egli è consapevole dell'albero, di se stesso e del Sole che brilla imparzialmente su entrambi.

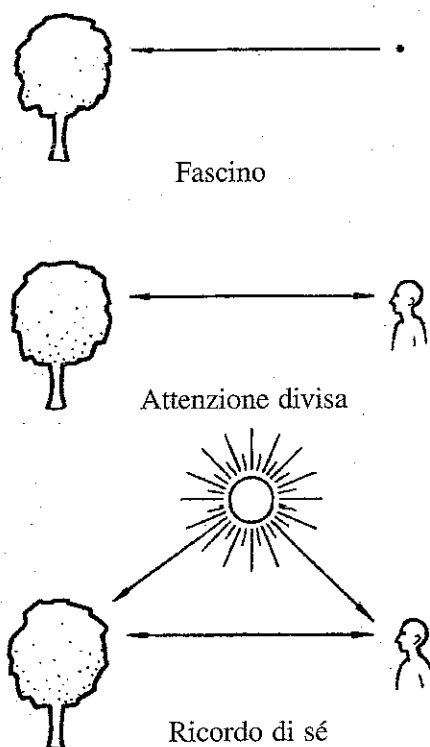


Fig. 11.

Abbiamo parlato del mondo minerale, del mondo cellulare, del mondo molecolare, e del mondo elettronico. La situazione dell'uomo, i suoi problemi, il suo ambiente, le sue difficoltà esistono nel mondo materiale, cellulare: questa è la forza passiva; l'energia fine di consapevolezza, diretta per mezzo della sua attenzione, esiste nel mondo molecolare: questa è la forza attiva; e quello che può risolvere l'eterna lotta tra questi due mondi, può venire solo da un mondo ancora più alto: il mondo del Sole, il mondo elettronico. Come la luce del Sole che unisce e penetra ogni cosa, sia creando che dissolvendo l'individualità, così questo terzo fattore deve essere tale che ricordandolo, chi ricorda è unito al suo ambiente, ed egli acquista e perde l'individualità separata.

Se un uomo può scoprire questo terzo fattore, il *ricordo di sé* diventa possibile per lui, e può portarlo molto più lontano di quanto promesso all'inizio.

Così il ricordo di sé deve sempre contenere tre principi, bisogna ricordare tre cose. E se uno è solo e occupato con qualche compito interno, allora è necessario ricordare *tre mondi in se stesso, tre posti in se stesso*.

Per mezzo di questa divisione dell'attenzione in tre, la materia sottile che è la portatrice della forza creativa dell'uomo, viene giustamente divisa in tre correnti: una diretta alla giusta azione nel mondo esterno, una diretta verso la creazione di un colle-

gamen
in se s
sapevc
Ne
no pos
zione,
questi
sto tip
superi
sultatc

Or
La
mo so
volezz
la trac
A
uni-di
sa uni
rappo
dimer
perfic
ze esi
dell'u
senza
za sai
esatta
L
lungc
15 an
go il
avanz
temp
duzic
sciut
In
scald
gradu
N
za a c
passa
na co
di nu
L
vole
In
che i
di, e

gamento con i poteri superiori, ed una trattenuta in se stessa. Quella che è trattenuta in se stessa, col tempo, dovrebbe cristallizzare in un veicolo permanente di auto-consapevolezza, cioè in un'anima.

Nello stesso tempo deve essere ricordato che se tre forze funzionano insieme, sono possibili sei ordini e sei processi. Così ci può essere un ricordo di sé per la distruzione, un ricordo di sé per la guarigione, un ricordo di sé per il crimine. E oltre tutti questi, il solo vero ricordo di sé, il ricordo di sé per la rigenerazione. Per ottenere questo tipo di ricordo di sé, l'uomo deve mettere al primo posto questi poteri nascosti o superiori, se stesso e la sua anima passivamente al loro servizio, invocando come risultato quella pienezza di vita e di luce alla quale solo questo processo conduce.

Ora possiamo arrivare al rapporto tra consapevolezza e memoria.

La memoria ordinaria è un impulso che viaggia intorno al circolo della vita dell'uomo *solo nella direzione del tempo*. Essa nasce da un momento di maggiore consapevolezza; se non c'è consapevolezza non viene creata nessuna memoria. La memoria è la traccia di un potenziale ricordo di sé.

A questo punto è possibile fare un'analogia molto precisa. In rapporto alla linea uni-dimensionale della vita corporea dell'uomo, la sua essenza è a due dimensioni; essa unisce insieme tutti i punti della linea simultaneamente, creando una superficie. In rapporto alla superficie dell'essenza dell'uomo, l'anima potrebbe essere un solido tri-dimensionale perché unirebbe non solo tutti i diversi punti della sua vita e tutta la superficie della sua essenza, ma li unirebbe a possibilità completamente diverse ed a forze esistenti *in un'altra dimensione*. Immaginiamo che il circolo della vita corporea dell'uomo sia rappresentato da un filo metallico, la superficie collegante della sua essenza da un disco metallico, e la potenziale anima da un cuneo solido, di cui l'essenza sarebbe una sezione trasversale isolata. Il fenomeno della consapevolezza sarà ora esattamente analogo al calore.

La nostra ordinaria sensazione di vivere è un punto di leggero calore che avanza lungo il circolo. Supponiamo ora un momento di consapevolezza, diciamo all'età di 15 anni. In quel punto il filo diventa bollente. Gli impulsi di calore si diffondono lungo il filo in entrambe le direzioni partendo da questo punto. Ma ad una percezione che avanza lungo il filo dal punto in questione, poiché noi siamo abituati a muoverci nel tempo, gli impulsi sembreranno sempre provenire *da dietro*, cioè dal passato. La conduzione del calore, o memoria retrograda, cioè verso i primi anni, ci rimarrà sconosciuta a causa del nostro metodo di percezione.

Inoltre, più ci allontaniamo dal momento della consapevolezza, cioè dal punto riscaldato, più gli impulsi diventeranno deboli. La memoria, come sappiamo, svanisce gradualmente.

Nello stesso tempo, sebbene la memoria di momenti coscienti mostri una tendenza a diminuire, è importante capire che questa diminuzione non è una conseguenza del passaggio del tempo. La nostra illusione principale sulla memoria è che essa si rovina con il tempo, come gli edifici o i vestiti. Ma non è così. Diminuisce per mancanza di nutrimento.

La memoria è generata dalla consapevolezza e deve essere nutrita dalla consapevolezza, cioè deve essere nutrita consapevolmente.

Infatti *la memoria è un fenomeno che non è soggetto alle leggi del tempo*. L'uomo che realmente comincia a capire questo troverà che davanti a lui si aprono nuovi mondi, e vedrà praticamente come entrare in questi mondi e possederli.

Esaminiamo dapprima come viene persa la memoria e poi come può essere riportata in vita e coltivata.

Come abbiamo detto, la ragione più comune della perdita di memoria è semplicemente la negligenza e la mancanza di nutrimento. L'uomo ordinario, in circostanze ordinarie, non fa alcuno sforzo per mantenere vive le memorie, per nutrirle, per richiamarle e per prestar loro attenzione. A meno che esse non siano così piacevoli o così penose che l'emozione stessa le mantiene nella consapevolezza, esse svaniscono naturalmente. Questa è la perdita passiva della memoria.

Ma esiste anche una distruzione attiva della memoria. Questa consiste nel rimpiazzare la memoria con l'immaginazione, o più semplicemente con la menzogna. Per esempio, io faccio una passeggiata in una strada dove incontro un conoscente. All'inizio l'incontro può essere del tutto chiaro nella mia mente: quello che ho detto, quello che lui ha detto, come lui sembrava e così via. Quando torno a casa racconto l'accaduto alla mia famiglia. Ma nel farlo io rendo l'intera cosa abbastanza divertente o drammatica, più di quanto fosse in realtà, rendo le mie risposte un po' più intelligenti, le sue un po' più stupide; accenno qualcosa sulle sue abitudini, forse introduco un altro personaggio, o adatto la conversazione in modo da poter raccontare una barzelletta uditata ieri. Dopo di ciò io non ricordo più la scena come veramente era, ma solo *come l'ho raccontata*. L'immaginazione e la menzogna hanno distrutto la memoria.

E se io passo la vita intera in questo modo, certamente dopo qualche anno per me sarà completamente impossibile distinguere quello che mi è veramente accaduto da quello che volevo accadesse, o che temevo accadesse, o da quello che è accaduto ad altri, o che ho semplicemente letto. In questo modo la memoria è distrutta attivamente. La differenza sta nel fatto che mentre la memoria persa per negligenza è ancora intatta, sebbene seppellita, e con duro lavoro può essere riscoperta, invece la memoria persa per menzogna è danneggiata permanentemente, se non distrutta del tutto.

Ma proprio come la libera circolazione del sangue attraverso il corpo è necessaria per la salute fisica e per la crescita, così la libera circolazione della memoria attraverso il lungo corpo della vita dell'uomo, è necessaria per la salute e per la crescita dell'essenza. Dove la circolazione del sangue è debole, dove gli organi sono contratti o bloccati verso il suo flusso, lì sorgerà inevitabilmente la malattia. E così è anche per la successione temporale della vita. Quegli anni, mesi, incidenti, o rapporti che noi non consideriamo ricordare, cominciano a suppurare per mancanza di comprensione. Si forma un blocco, si sviluppa "un complesso", e se non riconosciamo cosa sta accadendo, l'intero presente può essere avvelenato *da quello che non ricordiamo*.

Molti moderni sistemi psicologici hanno riconosciuto questo rapporto tra la libera circolazione della memoria e la salute psichica. Alcuni hanno anche dichiarato che il flusso della memoria può essere ristabilito fino al periodo prima della nascita. Pazienti sotto ipnosi sembra abbiano descritto le sensazioni dell'embrione nell'utero.

Ed uno riferito dal dottor Denis Kelsey parlava di uno stato precedente a quello: "Era scuro, ma pieno di colori di indescrivibile bellezza; c'era silenzio completo, tuttavia il posto era pieno di musica paradisiaca; tutto era fermo, tuttavia ogni cosa fremeva".

Ma quello che è stato trascurato da questi sistemi è che la perdita di memoria non può essere corretta da nessun metodo o trattamento meccanico, ma solo coscientemente per mezzo della volontà e della comprensione.

L'immaginazione, il ricordo di sé, la memoria, hanno bisogno di lavoro consapevole rispettivamente sul futuro, sul presente e sul passato.

Allora come si possono far rivivere e usare le memorie?

Sol
bia un
bra di
offerta
zione,
camer
cordo
pareti
la mia
no de
versi
tribui
di m
lo lo
C
ho p
può
peve
quar
ria i
a qu
mite
(
mol
cier
ma.
qua
per
sfe
por
ste
per
do
tar
te

da
le
da
za
tr

p
p
v
c
z
z

Solo facendole rivivere intenzionalmente e *coscientemente*. Supponiamo che io abbia un particolare motivo per volere ricordare un incontro con alcune persone: mi sembra di aver fatto un errore verso di loro, di aver persa un'opportunità che mi avevano offerta, e per me è molto importante mettere tutto a posto. Accuratamente, con attenzione, comincio a srotolare la memoria. Mi ricordo di quando busso alla porta della camera nella quale essi stavano, sento la maniglia della porta, entro, e mi siedo. Mi ricordo la posizione nella quale gli altri erano seduti, le sedie, il mobilio, i quadri sulle pareti, come la luce cadeva sulla scena dalla finestra. Poi ricordo quello che ho detto, la mia voce, quello che ho sentito, come hanno reagito le altre persone, quello che hanno detto, e così via. Gradualmente, *se io posso mantenere l'attenzione*, tutti i miei diversi sensi – quello della vista, dell'udito, del tatto –, l'umore, cominceranno a contribuire con le loro memorie separate, e a poco a poco la scena si ricomporrà dentro di me *esattamente* come era. Tutto ad un tratto, anche il mio errore si è ricomposto. Io lo vedo molto chiaramente: *è diventato conscio*.

Che io possa o no, aggiustare le cose nel presente, o riafferrare l'opportunità che ho persa, è una questione diversa. Questa correzione può richiedere molto tempo, e può anche non essere possibile in questa vita. Ma la cosa principale è che *la consapevolezza è stata portata nel passato*. Io ora sono più consapevole dell'incidente di quanto lo fossi quando accadde veramente. In questo modo, per mezzo della memoria intenzionale, ulteriori momenti di consapevolezza possono sempre essere aggiunti a quelli che avvennero naturalmente nella successione del tempo. E così non c'è limite a questo processo che rende il passato più consapevole.

Ora, se questi punti di aumentata consapevolezza nel circolo della vita vengono moltiplicati a sufficienza, noi possiamo immaginare che venga generato calore sufficiente ad influenzare l'essenza dell'uomo, e con il tempo anche il solido della sua anima. Sebbene naturalmente il compito di riscaldare qualcosa di maggiori dimensioni da qualcosa di dimensioni inferiori – per esempio un disco da un filo, o l'essenza dalla personalità – debba essere un compito enorme. Se inoltre il calore dovesse essere trasferito dalla superficie dell'essenza al solido dell'anima, sarebbe chiara la stessa proporzione. In effetti un tale modo di riscaldamento è praticamente impossibile. E nello stesso modo l'idea di creare la consapevolezza nell'anima esclusivamente *dal basso*, per così dire, è contraria a tutte le credenze umane, e a tutte le esperienze umane. Noi dobbiamo supporre che i suoi sforzi per diventare conscio, prima o poi possano portare l'uomo in contatto con una sorgente di calore o di consapevolezza, *in alto*. La fonte della consapevolezza deve essere cercata in un mondo di più dimensioni.

In modo pratico, infatti, è chiaro che l'idea di consapevolezza, penetrando profondamente nell'essenza di un uomo, gli farà cercare uomini più consci di lui, e "scuole" guidate da tali uomini. Così questo speciale interesse agirà magneticamente guidandolo da quelli alla cui presenza egli può veramente acquistare più consapevolezza. E se si tratta di un vero interesse *essenziale*, egli non troverà pace finché non li avrà trovati.

Inoltre se un uomo comincia ad acquistare anche solo i rudimenti di un principio permanente di consapevolezza, o anima, è certo che quest'anima, per virtù della sua penetrazione in un'altra dimensione, lo potrebbe collegare con qualche livello dell'universo in cui l'energia cosmica creativa è illimitata, e può essere utilizzata per alzare la consapevolezza fino al limite della sopportazione. Tornando alle nostre prime spiegazioni, possiamo supporre che l'anima può unire direttamente un uomo con la sostanza allo stato molecolare, con il mondo infinito dell'energia molecolare.

Così nella ricerca della consapevolezza, deve essere capito per prima cosa che *l'uomo deve fare ogni cosa da solo*, cioè egli deve penetrare in un altro livello solo per mezzo dei suoi sforzi; e per seconda cosa che *egli non può fare niente da solo*, cioè che tutto il suo sforzo deve essere quello di mettersi in contatto con sorgenti e livelli superiori di energia. Poiché, a meno che egli non riesca a fare questo, non otterrà niente e non potrà ottenere niente.

In ogni caso è ora possibile cominciare a vedere l'effetto dei diversi livelli o gradi di consapevolezza. Momenti di consapevolezza nel circolo della vita corporea, come abbiamo visto, produrranno una forte memoria che durerà per il resto della vita, e teoricamente dovrebbero anche produrre impulsi che vanno *indietro* verso la nascita. Ma se gli effetti della consapevolezza cominciassero a penetrare nell'essenza, avrebbero luogo cambiamenti molto più grandi. Mentre un filo metallico si raffredda quasi istantaneamente, un piatto può trattenere il calore per un tempo molto più lungo. Invece di essere momentanea, come deve essere nel circolo dell'esistenza corporea, la consapevolezza che è penetrata nell'essenza, ha già una certa durata, una certa affidabilità. Non può essere persa all'improvviso. Inoltre essa irradierà calore in tutte le direzioni, riscaldando l'intera rete di circoli paralleli ed incrociati, che risultano dai collegamenti delle vite umane, e che sono intrecciati in una massa solida ed inestricabile. Così il contatto o la presenza di un uomo con una tale essenza può veramente aumentare la consapevolezza di quelli che si trovano nella sua sfera di radiazione o di influenza. E se anche il solido interno diventasse caldo, cioè se un uomo avesse creato in sé un'anima conscia partendo dal materiale accumulato della consapevolezza, ne risulterebbe un enorme cambiamento. In primo luogo un solido caldo può trattenere il calore per un tempo molto lungo. Per un tale uomo la consapevolezza sarà diventata permanente, sarà il fuoco centrale del suo essere. Inoltre si irradierà su un'area enormemente estesa, forse cento volte più grande di quella riscaldata solo dalla radiazione dell'essenza.

Così abbiamo una base per classificare gli uomini a seconda del loro grado di consapevolezza. Primo, c'è l'enorme massa di uomini ordinari nei quali la consapevolezza, se esiste, capita solo momentaneamente e per caso durante la vita corporea. Secondo, ci sono quelli nei quali l'idea della consapevolezza è penetrata nell'essenza, e così ha acquistato durata ed affidabilità. E finalmente c'è un piccolo pugno di uomini sparsi lungo la storia ed in tutto il mondo, che hanno creato per loro stessi un'anima consapevole, per i quali l'auto-consapevolezza è permanente, e che attraverso questa consapevolezza hanno il potere di influenzare e di illuminare migliaia o perfino milioni di altri uomini.

Uomini dallo spirito conscio possono esistere invisibilmente.

La vera storia dell'umanità è la storia dell'influenza di questi uomini consci.

III. IL GIOCO DEI TIPI UMANI

I nove decimi dei problemi dell'ordinaria psicologia, e perfino la maggior parte delle trame dei romanzi, delle poesie, dei drammi e delle leggende, dipendono dai reciproci rapporti dei tipi umani, cioè dai rapporti tra i diversi tipi di essenza. Fino dall'alba della storia l'uomo non ha mai smesso di essere affascinato da questo mistero, che

riempie l'
deri, e la
cessari tu
cuno di q
tri irresist
intensame
loro oppo
zo? E cos

Tutto
come un
te essenzi
nate, le si
dell'unive

Tuttav
tura di ur
universal
sapevolez
ceve un d
digerisco
ta l'energ
i tre cibi
cordo cor
i cibi enti

Quanc
te (capito
pianeti vi
za "invisi
collocare
che nutro
provengo

Nello
ve avere
dinario ir
quistato l
biamo su
mini, ed
conscio"
tidiano",
dire che
consci ag

Tuttav
funzioni,
"scala di
splendore
splendore
La luna,
circolazio
zione sin