

Traduzione dallo spagnolo dal "VIANDANTE" Casa Editrice Kier S.A. Argentina

Autore Dr. Maurice Nicoll

**COMMENTARI PSICOLOGICI SULL'INSEGNAMENTO DI GURDJIEFF E OUSPENSKY
VOLUME III**

Consiglio del Traduttore

State attenti, voi che intraprendete questa lettura! Non sarà comprensibile agli stolti e agli inetti.

Solo a pochi sarà concesso di capirne il senso e costoro prima di tutto devono aver letto i libri base, "La Quarta Via" e "Frammenti di un Insegnamento sconosciuto" di P. Ouspensky, allievo di Gurdjieff.

Questi libri sono un approfondimento personale del Maestro Nicoll che ha percorso la Via e fanno parte dell'insegnamento originario di Gurdjieff.

"È un andare a scuola senza frequentare la scuola; È mettere in pratica il Lavoro per amore di se stesso per amore del prossimo e per crescere interiormente, senza che intervenga la Falsa Personalità in quanto si deve fare i conti solo con se stesso; e serve per affrontare il giorno come fosse una sfida e un esame con se stessi".

Un grazie speciale a mia moglie Rita che mi ha seguito ed aiutato in questa traduzione.

Cap. 1 Quaremead, Ugley, 22 settembre, 1945 pag. 7

LA SECONDA LINEA DI LAVORO

Ci sono tre linee di Lavoro. La prima si fonda nel lavorare su se stesso in connessione con ciò che il Lavoro insegna. La seconda è il lavoro che si realizza insieme alle altre persone che sono nel gruppo. La terza è lavorare conformemente a ciò che il Lavoro ha per obiettivo.

Occupiamoci della seconda linea di Lavoro: il lavoro in connessione con le altre persone che ci si trovano. Per iniziare dirò che se voi vi trovate in un gruppo che studia questo Lavoro, e non vi impegnate a conoscere e a comprendere i vostri compagni del gruppo, non lavorate sulla seconda linea di Lavoro. Nessuno può lavorare unicamente sulla prima linea. Lavorare solo per se stessi aumenta soltanto il proprio egoismo, la propria infatuazione. Riguardo al lavoro insieme alle altre persone, le cose che si dissero su questo particolare nel Lavoro sono molte e sono molto utili da ricordare. A volte mi sorprende come la gente che è stata molto tempo nel Lavoro – o che immagina di esservi stata – non fa il minimo sforzo per mettersi in relazione con i suoi compagni, ma lo fa soltanto attraverso i suoi pregiudizi ed i suoi respingenti; proprio così, desiderano conoscere persone che approvano, persone che hanno gli loro stessi respingenti. Questa gente non progredisce nel Lavoro; non cambia. Nel Lavoro si suole dire che le persone che si conoscono nei gruppi e con i quali non si simpatizza all'inizio, sono spesso quelli con cui successivamente si simpatizza, ma questo cambiamento avviene soltanto per mezzo del Lavoro su se stesso e la valorizzazione del lavoro, che conduce sempre a lavorare sulla terza linea. Quando svariate persone si trovano insieme tendono di solito a litigare. Se non ci fosse la forza del Lavoro a spalleggiare dette persone, si dividerebbero, lasciandosi

dominare da differenti forme di antagonismo. A causa della loro meccanicità sono propense a disputare. Per questo si dice che la vita, come Forza Neutralizzante, separa sempre la gente e la divide in discussioni antagoniste. Ma la Terza Forza che discende per differenti canali è, allo stesso tempo, una forza di unione che mantiene unite le persone se stanno valorizzando il Lavoro. E questa disciplina, che si compie per il sentimento del valore del Lavoro, riunisce le persone in un modo insolito ed amplia la loro vita, e così formano ciò che è definito un accumulatore, vale a dire, un gruppo di persone che rinunciano ad alcune delle loro reazioni meccaniche e in un certo modo cominciano ad obbedire al Lavoro e così trasmettono le loro influenze. È qualcosa di meraviglioso. Ed è esattamente in questa meraviglia del Lavoro che la gente si trasforma e si cura interiormente. È necessario comprendere che il Lavoro è una forza curativa e che in molti modi differenti si contrappone alla vita e alle sue influenze – di fatto, nel Lavoro si dice che qui in realtà si va contro la vita – e con questo dobbiamo comprendere che l'influenza del Lavoro, la comprensione di ciò che esso significa, va contro le influenze ed i valori provenienti dalla vita. Basta guardare ciò che succede oggi intorno a noi, in questo così detto tempo di pace; basta vedere come la vita divida la gente e fomenti sempre nuove dispute, nuovi antagonismi dovunque. Allora si comprenderà perché si dice che la vita è una forza disgregatrice ed il Lavoro una forza unificatrice.

Rispetto alla seconda linea, di cui bisogna dire che consiste nello stabilire relazioni con le altre persone, è necessario ricordare che il Lavoro c'insegna che siamo meccanici. Questa è un'affermazione molto profonda, molto più profonda nel suo significato di quanto avvertiamo. Cosa significa dire che una persona è meccanica? Significa che agisce sempre nell'unica maniera in cui può agire in un momento dato. Crediamo che le persone facciano le cose intenzionalmente, ma non vediamo che lo fanno meccanicamente. Una persona, per esempio, che dice una menzogna in determinate circostanze, non lo fa deliberatamente, ma meccanicamente – per conoscenza, la sua macchina agisce sempre in detto momento in questa maniera – proprio così, dice una menzogna. Naturalmente, odiamo pensare che in questo senso siamo delle macchine. Ci forgiamo l'illusione di essere sempre coscienti in ciò che facciamo, di essere deliberati e intenzionali. Non è vero. Qualunque cosa facciamo, qualunque cosa diciamo, come amiamo comportarci, come amiamo pensare, come amiamo sentire, tutto è meccanico. G. una volta disse: "Tutti voi siete differenti tipi di macchine; alcuni sono macchine da scrivere, altri, macchine da cucire, altri ancora macchine per tritare carne, ecc." Questo criterio sulla natura umana è sgradevole eppure è vero. Ci sono molte teorie scientifiche che si riferiscono alla meccanicità dell'Uomo. Basta spargere benzina e si ottengono dei risultati determinati. Quello che più mi ha interessato nell'insegnamento del Lavoro è l'idea che, da *un* punto di vista, l'Uomo è una macchina; cioè, se non cerca di svegliarsi e di lavorare su se stesso. Smette di essere una macchina, se cerca di svegliarsi dal sonno e dall'umanità addormentata. Questa cosa mi interessò, perché costituiva una conciliazione tra l'idea scientifica e quella spirituale sull'Uomo. L'Uomo è una macchina, ma può trasformarsi in una cosa che non ha nulla a che vedere con le macchine, se segue l'insegnamento di coloro che non sono macchine, l'insegnamento proveniente dal

Circolo Cosciente dell'Umanità. In questo modo l'apparente parodia si concilia trasformandosi in un pensiero armonioso invece di essere un pensiero contraddittorio basato sugli opposti. Se voi dite: "Fulano è una macchina?" Vi risponderò: "A quale uomo vi riferite?" a volte è un uomo meccanico, o un uomo che comincia a svegliarsi, o persino un Uomo Cosciente. Se si tratta di un uomo meccanico è una macchina. Se è un Uomo Cosciente non è una macchina perché si è elevato al di sopra della sua meccanicità e si trova ad un livello superiore. Come si sa il Lavoro divide l'umanità in sette categorie. Di queste, tre sono meccaniche: l'Uomo n° 1, il n° 2 e il n° 3; l'Uomo n° 4 è di transizione, e l'Uomo n° 5, il n° 6 e il n° 7 appartengono al Circolo Cosciente dell'Umanità, e non è più possibile chiamarli macchine. Ma la gran maggior parte degli uomini sono meccanici, governati dalle impressioni esterne. Bene, quando una persona si mette in contatto con un'altra, in altre parole, che inizia a riflettere su ciò che significa la seconda linea di Lavoro e l'applica, a volte si dice che all'inizio è necessario fondarsi sull'idea che le altre persone sono macchine. Ma questo è assolutamente sbagliato e non si dovrebbe mai dire. Si deve partire dall'idea di essere noi stessi delle macchine. Soltanto per mezzo dell'auto-osservazione, fatta correttamente, una persona comincia a vedere la propria macchina, la propria meccanicità. Ciò nonostante, così come siamo ci consideriamo, sia noi stessi come gli altri, pienamente coscienti. Capaci di un'azione indipendente, non governati da associazioni passate, in somma, non crediamo di essere macchine. Di conseguenza, censuriamo le altre persone perché non si comportano con noi come desidereremmo e, di conseguenza, diamo corso al dialogo interiore e alle emozioni negative. Probabilmente tutti voi sapete come ci si sente disillusi verso le altre persone. Speriamo che i nostri mariti e mogli, i nostri fratelli e cugini e zie, e i nostri amici, siano molto differenti da ciò che sono, e tutto ciò stabilisce in noi una specie di risentimento segreto, una forma di Considerazione Interna, a cui non c'è rimedio a meno che non si comprenda che cos'è la meccanicità. È come se una macchina da scrivere scoprisse difetti nella macchina da cucire. È come se noi ci lamentassimo nel metterci un paio di guanti di una misura che non è la nostra. È necessario prendere come punto di partenza la propria meccanicità. Come si sa tutti noi ci diamo per scontati. E cosa significa questo? Significa che ci crediamo pienamente coscienti, capaci di adattarci correttamente a qualsiasi circostanza, in somma, di non avere nessuna macchina collocata in noi. Siamo molto sicuri di non avere attitudini fisse, né modi di parlare, né tendenze fisse, né comportamenti abituali. In genere ammettiamo di avere qualche abitudine fisica, ma non credo che una persona ammetta di avere abitudini emozionali o abitudini mentali. Ma il Lavoro c'insegna che abbiamo abitudini nei centri Intellettuale ed Emozionale e che queste sono molto più importanti delle abitudini fisiche e molto più significative. Gli uomini sono educati come anglicani, cattolici romani, presbiteriani, quaqueri, metodisti, atei, agnostici, o anche come scienziati, ed hanno la certezza che le loro menti e le loro emozioni siano libere da ogni meccanicità, la sicurezza di essere imparziali. Tutto ciò deve nell'evenienza, diventare cosciente e controllato affinché un uomo sia universale nelle sue prospettive e nei suoi sentimenti. Ma non può essere dominato se l'auto-osservazione di un uomo non sia aiutata e sia piena d'integrità, perché in caso

contrario non potrà muoversi da dove sta e continuerà ad essere un uomo meccanico o una donna meccanica – vale a dire, non si produrrà alcuna trasformazione – e così non comprenderà cosa significa la seconda educazione, la vera Università che bisogna frequentare per sanarsi, attraverso la Considerazione Esterna.

Per questo in questo insegnamento una delle principali e primarie idee in ciò che si riferisce alle nostre relazioni con le altre persone è quella di comprendere che siamo tutti meccanici e che ciò che facciamo o ciò che essi fanno è inevitabile, essendo determinato meccanicamente. Molte persone credono di aver raggiunto questo punto di vista e di fronte alle persone assumono un atteggiamento rassegnato. Questa è pura finzione. Significa che non hanno visto la loro meccanicità, e così restano ingranati nella grande ruota della vita meccanica, pensando di essere coscienti e sono con tutto sempre più meccanici fino al punto di superare gli altri. Bene, quello che una persona vede nella propria meccanicità è estremamente difficile e penoso ma trasformerà tutte le sue relazioni con le altre persone. Quando si rende conto che gli è impossibile smettere di fare qualcosa, comprenderà perché le altre persone non possono smettere di fare qualcosa ed allora non sentirà più quelle inevitabili critiche, quel disprezzo che è la ragione fondamentale della psicologia di tanta gente. Gli darà una base corretta per iniziare le sue relazioni con le altre persone nel senso del Lavoro. Non ricordate che l'inizio della prima ottava del Lavoro che iniziava con la nota *Do* si chiamava “**valutazione del Lavoro**”? Naturalmente è un'ottava ascendente, e quindi la prossima nota è *Re*, che si chiama “**applicazione pratica del Lavoro su se stesso**”. La terza nota *Mi* si chiama “**comprensione delle proprie difficoltà**”. Bene, un uomo che si rende conto delle proprie difficoltà nel Lavoro, non giudica più le altre persone come soleva farlo meccanicamente, perché tutto ciò che si comprende in se stesso libera dalle altre persone. Voglio dire che se una persona comprende le proprie difficoltà comprenderà nello stesso modo le difficoltà degli altri. Tanto meglio una persona vede se stessa, meglio vede gli altri. Se uno è cieco per se stesso, non comprenderà mai le altre persone, e, come si sa, una delle cose che cerchiamo in questo Lavoro è la comprensione della quale si dice essere la forza più poderosa che possa essere creata in noi. La parola “creare” si utilizza in relazione con la comprensione. Se una persona si comporta meccanicamente non potrà creare nulla, poiché la meccanicità non crea nulla. Soltanto quando si è più coscienti si comincerà a comprendere questa difficile parola “*creazione*”. E per arrivare ad una piena comprensione, è necessario praticare le tre linee di questo Lavoro e di ottenere una conoscenza su noi stessi molto più profonda di come siamo soliti avere. Ma se la terza linea di Lavoro non è presente, le prime due linee spariranno dopo un po' tempo. È molto naturale, poiché come è possibile sperare che il Lavoro mantenga la sua forza se non si presta attenzione alla terza forza, lo scopo del Lavoro, a ciò che il Lavoro stesso cerca di realizzare in un dato momento. È necessario ricordare che la terza linea di Lavoro è quella che ci mette in contatto con la Terza Forza, la Forza Neutralizzante del Lavoro, ed è esattamente questo fatto che impedisce alla Terza Forza di vita d'interporsi e di farla scendere verso zero nel Centro Emozionale in modo tale da far perdere al Lavoro tutta la sua forza.

Bene, quando una persona cerca di relazionarsi con un'altra, deve crearla vedendola distintamente. La maggior parte delle persone ha idee fisse, non solo sul tipo di persone che preferisce, ma anche su come devono comportarsi queste. Nella pratica queste idee sono sempre sbagliate e così lo si scopre dopo essere stato del tempo nel Lavoro. Si fondano probabilmente in ciò che ci hanno insegnato o in quello che abbiamo letto nei romanzi. Non si può giudicare una persona basandosi semplicemente nell'opinione che si ha di lei. Né tanto meno basandosi semplicemente su ciò che è nella vita o dalla sua reputazione. Per relazionarsi con una persona è necessario vederla in un modo diverso da come si suole vederla nella vita. Se non ci si è mai esaminati in profondità né tanto meno lo si è fatto con l'opinione che si ha di se stessi, ci sarà impossibile farlo. Si accetterà la gente soltanto per il loro valore nominale e si desidererà conoscere solo coloro che hanno i nostri stessi respingenti e le nostre stesse attitudini, come dissi prima. Così, nessuno progredirà, niente cambierà, si continuerà ad essere sempre la stessa persona, vale a dire, non ci sarà nessuna trasformazione. Ma il Lavoro tratta della trasformazione di sé.

Il secondo punto cui mi riferisco questa sera, rispetto alla relazione con gli altri è che non sono soltanto le altre persone ad essere macchine come noi, ma anche che non siamo una persona sola. Ogni persona è formata da molte persone diverse, gradevoli e sgradevoli, intelligenti e stupide. Considerare un'altra persona come se fosse un "Io" invariabile è produrle un maggior danno. Ma, nuovamente, la vera questione è: Non vi siete resi ancora conto di essere molte persone diverse e non una persona permanente, ma una mescolanza di differenti "Io" che agiscono in voi in differenti momenti? Forse sarete capaci di scoprire i cambiamenti che si producono nella gente, che tale persona è di buon umore, ma, non avete visto, per caso, la stessa cosa in voi e lo avete valutato non come una persona che cambia, ma come una persona adattabile in voi? È strana questa forma di amor proprio che sembra dominarci, che c'induce a pensare di essere sempre una e la stessa persona. Si avvertirà che sia la comprensione della nostra meccanicità. Come il fatto di non essere uno ma differenti "Io" è un duro colpo per il nostro egoismo e amor proprio. Per mezzo dell'amor proprio ci attribuiamo tutto. Per questo nell'esoterismo, e specialmente nei Vangeli, ci insegnano che l'unico rimedio contro l'amor proprio è l'amore di Dio. Ciò significa che arriviamo gradualmente alla conclusione che non facciamo nulla e che in noi tutto proviene da un'altra fonte. A volte vi domando: "Come muovete il vostro corpo? Come pensate? Non sapete rispondermi. E tutto ciò che fate l'attribuite a voi stessi. Vi attribuite persino l'amore per voi stessi, che è forse il peggior peccato che un uomo possa commettere. Il Lavoro c'insegna che siamo organismi contenitori, che riceviamo tutto e che non possiamo fare nulla per noi stessi, né pensare, né amare, né nessun'altra cosa. Nell'attribuirci l'esistenza di un vero "Io" permanente non ci procuriamo soltanto un danno enorme, ma lo facciamo anche agli altri nel considerarli come se avessero un "Io" permanente, come fossero una persona permanente.

Il terzo punto che si riferisce alle nostre relazioni con gli altri, dipende dalla scienza delle impressioni esterne. Non riflettiamo sui nostri comportamenti, e quante volte

produciamo un'impressione molto sbagliata nelle altre persone. Usiamo esprimerci con difficoltà; abbiamo di solito in noi qualche caratteristica che non vuole aggregarsi con gli altri, o che c'impedisce di dire il necessario affinché l'altra persona ci comprenda; siamo invidiosi e non ci rendiamo conto di manifestarlo sempre; siamo negativi e lo dimostriamo con il tono della nostra voce, e così via, e nonostante tutto ci sorprende che le persone non ci prestino attenzione. La scienza delle impressioni esterne è un tema cui ci siamo riferiti una o due volte e del quale parleremo in seguito. Ciò significa che bisogna agire verso un'altra persona in modo tale che questa possa comprenderci. Ciò esige un atteggiamento cosciente verso l'altra persona, attitudine che ora siamo quasi incapaci di avere. In generale siamo estremamente maldestri gli uni verso gli altri. Credo che non vi costerà nulla ammetterlo. Produciamo una cattiva impressione nell'altra persona senza rendercene conto. Ciò significa che non ci conosciamo sufficientemente attraverso l'auto-osservazione e per tanto non conosciamo gli altri internamente. Non sappiamo avvicinarci ad un'altra persona e crediamo che un attacco frontale, per così dire, sia un modo conveniente. È chiaro che l'unica cosa che otteniamo è un aumento della seconda forza, e qui interviene la parte del Lavoro che tratta delle quattro categorie di condotta: la sincerità sciocca, la menzogna sciocca, la sincerità intelligente e la menzogna intelligente. È importante studiare nelle nostre mutue relazioni queste quattro categorie di condotta in collegamento con la scienza delle impressioni esterne. La sincerità sciocca è la cosa più stupida e meccanica nelle relazioni di una persona con un'altra. La gente lo definisce dire la verità. È preferibile usare una bugia sciocca. Forse sarete sorpreso. Ma nelle nostre relazioni con gli altri dobbiamo evitare innanzi tutto la sincerità sciocca che porta una persona ad essere insipida e ad avvelenare così l'anima del suo interlocutore e causarle un danno infinito. Le relazioni gli uni con gli altri esigono molta attenzione, come, per esempio, fermare in tempo le emozioni negative. Così come siamo, non possiamo parlare di una condotta cosciente degli uni verso gli altri perché non siamo ancora uomini e donne coscienti, ma cerchiamo di mettere in pratica ciò che significa una condotta cosciente per vivere ogni giorno più coscientemente. Dico più coscientemente se si comprende ciò che il Lavoro c'insegna ad evitare. Se si segue il Lavoro nelle sue regole sentiremo succedere qualcosa nella nostra persona perché il Lavoro è un appoggio che ci solleva ad un altro livello e siccome si applica a noi stessi – proprio così, si fa suonare la seconda nota Re nell'ottava Lavoro – e ci si sentirà elevati.

Cap. 2 Quaremead, Ugley, 29 settembre, 1945

COMMENTARIO SULLA PRESA DI DECISIONE NEL LAVORO

Nel prendere una decisione nel Lavoro la mente deve essere libera dalla sua schiavitù verso le attitudini meccaniche. Altrimenti le decisioni che si prendono, provengono sempre dalla Personalità, da quello che ci hanno insegnato a giudicare *bene o male (buono o cattivo)*. Questa liberazione della mente comincia soltanto se si permette al Lavoro di penetrare nella mente in modo da cambiarla. È la Volontà, quella che deve prendere le decisioni, non la volontà della mente meccanica. La Volontà appartiene ad ogni centro e ad ogni parte di questo e, di fatto, in ogni "Io". Se il Lavoro e le sue

idee non hanno ancora trasformato la nostra mente, si prenderanno sempre le decisioni in funzione della nostra mente che giudica le cose in un modo meccanico secondo quello che le hanno insegnato a credere che sia giusto ed ingiusto. In altre parole, non si prenderanno le decisioni giuste con la nostra mente nel senso del Lavoro perché è già strutturata, già formata nel modo in cui stati abituati ad usarla e che abbiamo sempre usato nella vita. È esattamente questa cosiddetta mente che il Lavoro comincia ad attaccare con lo scopo di trasformarla – proprio così, con lo scopo di trasformare il suo modo di pensare su tutte le cose -. In un’occasione G. parlava delle decisioni. In quel momento ebbi l’occasione di annotare ciò che diceva, e questo mi permette di ripetere esattamente le parole che pronunciò. Disse: “Non si può prendere una decisione da un solo “Io”. Per esempio, voi prendete la decisione di non fumare, mentre siete seduti tranquillamente. Il momento successivo vi alzate ed accendete una sigaretta. Quando non state nel Centro Motorio – proprio così, quando non siete in movimento – la decisione che avete preso è dimenticata istantaneamente in quanto cominciate a muovervi. Questo significa prendere una decisione da un piccolo “Io”, diciamo, nel Centro Intellettuale”. G. disse che queste decisioni che si prendono nei piccoli “Io” quando, per così dire, ci si trova in uno stato d’animo passeggero, sono completamente inutili. Aggiunse: “Sono completamente inutili perché fanno vedere quanto sia difficile prendere una vera decisione. Tali decisioni ci dimostrano che siamo incapaci di controllare le nostre macchine – cioè, tutti i nostri centri -.” Naturalmente diceva che le decisioni nel senso del Lavoro devono provenire da un livello più profondo di quello in cui parlano i piccoli “Io”. Bene, come tutti voi sapete, prendiamo sempre decisioni di questo tipo, come quella di non mangiare troppo dopo aver avuto un’indigestione copiosa e tali decisioni si prendono ad un livello superficiale degli opposti e in pratica si formano sempre, come avrete osservato, con parole. Le vere decisioni non sono fatte di parole perché provengono da una fonte molto più profonda.

G. proseguì nel suo discorso parlando delle decisioni nei seguenti termini che ripeterò così come li disse: “Le decisioni ordinarie che prendiamo sono meccaniche e sono totalmente differenti di quelle coscienti. Un uomo cerca di cambiare una cosa senza vedere le sue connessioni con altre. Questo significa che non è propriamente cosciente e così prende una decisione meccanica.” Poi G. cominciò a parlare dei *binari* (la parola *binario* deriva dal latino *binarius* = *che è formato da due*). Ci dette un esempio di binario: necessario e non necessario, che sono opposti. Disse che una decisione nel senso del Lavoro non riposa nei binari ma nella Forza Neutralizzante o nella Terza Forza che trasforma un binario in *ternario* (il cui significato è “triplo” o “triade” - dal latino *ternarius*). Questa si chiama la Legge del Pendolo, secondo la quale siamo meccanici. Disse: “S’intavola una disputa in voi stessi tra Si e No. Questa situazione binaria in voi deve essere trasformata con la Terza Forza e trasformarsi in un ternario o triade. L’uomo in generale, ammesso che non si ricorda di se stesso mancando così della Terza Forza nella sua vita, sta sempre tra gli opposti – proprio così, la sua vita sta sempre in binari che sono inconciliabili. Questa lotta tra il Si e il No non ottiene soluzioni quando s’inclina verso il Si o verso il No. È necessario trovare un terzo fattore che trasformi questi binari in una triade o ternario,

che non assomiglia ormai più alla situazione prodotta dallo stato di trovarsi nei binari od opposti. Si o No è preso come qualcosa di molto differente che può essere espresso solo con Si e No. Ricorderete che la Terza Forza unisce gli opposti e contiene qualcosa di due e comunque non è nessuno dei due. Quando la mente trova qualcosa tra il Si e il No, si può prendere una decisione.” Nelle parole di G. il binario arriva ad essere ternario – vale a dire, gli opposti vengono inclusi nella triade e da essi può risultare ciò che si chiama *quaternario* (che deriva dal latino *quaternarius* = *che è formato da quattro*). Il quaternario è attivo. Si forma innanzi tutto con l’unione dei binari o opposti mediante la Terza Forza che forma così un ternario e porta ad un risultato che lo trasforma in quaternario. Attraverso questo risultato, che in un certo senso possiamo dire che è attivo, può nascere un altro sviluppo. G. disse: “Ogni disputa in se stessi, dovrebbe eventualmente portare ad un nuovo stato in se stessi. Non si dovrebbe far sorgere un lato abituale od usuale. Si arriva ad un nuovo stato attraverso la via del ternario, che porta a un quaternario. Se permane lo stato binario, l’antico stato, lo stato precedente permarrà, e la persona retrocederà semplicemente nell’antica posizione. Il sentiero che conduce alla conoscenza dell’unità è innanzi tutto una lotta tra il Si e il No – proprio così, uno stato binario, per cominciare – ma dovrebbe portare ad una decisione – proprio così, ad uno stato ternario che non è né Si né No – e questo produce un vero risultato – vale a dire, conduce ad un quaternario-. Una lotta di Si-No non è in sé una soluzione. È necessario trovare un terzo fattore attraverso cui Si e No giungono a combinarsi mediante una Terza Forza in qualcosa di molto diverso da Si e da No. Questo forma un ternario e questo, a sua volta, il risultato chiamato quaternario.

G. disse che tutto il segreto stava nel fatto che l’uomo ricordasse se stesso – cioè, che di procurasse il Primo Shock Cosciente -. Disse che un uomo ordinario non era capace di crescere o di agire in un senso vero perché mancava della Terza Forza che si produce attraverso il Primo Shock Cosciente del Ricordo di Sé. “C’è”, disse, “una sorta di breccia che l’uomo deve fare in se stesso e se non la fa continuerà a stare nei binari – proprio così continuerà a stare negli opposti”.

In un'altra occasione G. disse: “In questo punto c’è la possibilità di distinguerlo dall’uomo meccanico. Qual’è la cosa più importante?”, ci domandò una volta. Disse: “la cosa più importante è rendersi conto che non ci ricordiamo di noi stessi, e che per questa ragione non viviamo veramente come individui nella nostra esperienza.”

Bene, da tutto ciò che disse G. vediamo che si riferiva a qualcosa che necessita di molti anni per comprenderla quantunque il Lavoro ce lo insegna costantemente. Avrete osservato che ci dice che le decisioni non si possono prendere dagli opposti ma da un’altra forza che non è né Si né No e che è connessa con lo stato del Ricordo di Sé. “Lo stato del Ricordo di Sé – dissi molte volte -, è uno stato che l’Uomo era destinato a possedere con la sua nascita ma che ha perso. L’uomo nasce con il potere di ricordare se stesso ma siccome fu educato da gente addormentata e vive con essa, è per questo motivo che il Lavoro deve cominciare riferendosi allo stato che l’Uomo deve raggiungere per diritto di nascita. Per questo dico a tutti voi che dovete praticare il Ricordo di Sé.” G. parlava spesso su questo particolare e cercherò di ripetere parola per parola ciò che disse. Parlando dell’insegnamento esoterico disse che ci fu

un'epoca in cui esso era necessario soltanto per quanto riguarda il Secondo Shock Cosciente, perché l'Uomo non era nato per darsi da solo questo shock e gli era impossibile farlo se non glielo insegnavano, ma, a causa del fatto di essersi lasciato dominare a tal punto dal sonno, bisognava insegnargli a darsi lo shock del Ricordo di Sé prima che si potesse fare qualsiasi altra cosa per trasformarlo. G. era solito parlare molto sul modo in cui l'Uomo aveva perso questo stato che aveva ricevuto per nascita, e prendeva come esempio, il mondo moderno, dicendo che se volevamo conoscere come l'uomo perse lo stato del Ricordo di Sé e quali furono le conseguenze di questa perdita di Coscienza, basta guardarci intorno e vedere ciò che succede nel mondo, in questo mondo dove milioni di uomini si comportano in modo tale che ogni possibile soluzione è impossibile e può andare soltanto di male in peggio. "Nessuno – disse – si ricorda di se stesso ora né lo giudica necessario, e per questa ragione sopravviene un dissenso nel livello della Coscienza, e questo dissenso si accentua sempre di più con il passar del tempo, e come conseguenza la gente si lascia governare sempre di più dalle circostanze esterne ed è sempre più impotente per mettere rimedio alle sue tribolazioni."

Bene, ritorniamo al tema di prendere una decisione nel Lavoro. Innanzi tutto ci insegnano a prendere decisioni, ma ce lo insegnano in modo tale che ci rendiamo conto di non poterle compiere, perché vediamo, in somma, fino a che punto siamo meccanici. Ma, come si sa, questa visione della nostra meccanicità è una delle forme del Ricordo di Sé. Non confidiamo già più nella nostra macchina quantunque la osserviamo nel suo lavoro. Proviamo a fare una cosa e un'altra ma ci rendiamo conto che questo non ci porta da nessuna parte. Per esempio, facciamo la tal cosa, e poi avvertiamo di non progredire, ecc. Ci sforziamo in una direzione e per effetto di questo vediamo che in un'altra direzione il nostro sforzo è minore. Per mezzo dell'osservazione di sé, senza permettere che il nostro fracasso ci deprima e ci facci diventare negativi ci avviciniamo ad un punto in cui comprendiamo che ci è impossibile prendere decisioni nello stesso modo in cui lo avevamo fatto fin'ora. Scopriamo che il terreno delle decisioni è situato molto più profondamente di quanto pensavamo e così impariamo ad avere pazienza con noi stessi, che è una cosa molto necessaria. Scopriamo subito cos'è ciò che deve succederci per trasformarci, e soprattutto sappiamo che ci è impossibile ottenerlo, e che questa trasformazione che desideriamo internamente non si produrrà se le piccole decisioni immediate si prendono attraverso i piccoli "Io" negli opposti, e allo stesso tempo desideriamo che questa trasformazione avvenga qualsiasi fossero i sentimenti rispetto ad essa. Allora la decisione diventa emozionale – cioè, penetra più profondamente del livello dei piccoli "Io" immediati, le improvvise forme di auto tortura.

Bene, parlando da un altro punto di vista e tuttavia sullo stesso, la Terza Forza del Lavoro è quella che ci può trasformare. La prima cosa che il Lavoro ci ordina di ricordare è quella di ricordarci di noi stessi e a questo riguardo c'insegna molte altre cose, come la separazione interiore dai pensieri e sentimenti negativi, ecc., ma tutte queste cose secondarie che sono insegnate sono connesse con il Ricordo di Sé. Prendiamo, per esempio, l'insegnamento del Lavoro sull'identificazione con se stessi e con gli avvenimenti esterni. Tutto questo si relaziona con il Ricordo di Sé. Tutto ciò

deriva dallo studio di come non possiamo ricordarci di noi stessi perché, come si sa, se una persona è molto identificata con le sue emozioni negative o con la condotta degli altri nei suoi riguardi, detta persona non si trova nello stato del ricordo di Sé ma in uno stato opposto. Se si impegola nel dialogo interiore e nella considerazione interiore, nell'auto giustificazione, ecc., non si ricorda di se stesso, non sta nel terzo stato di Coscienza, definito come stato del Ricordo di Sé. L'insegnamento del Lavoro si propone di elevarci a questo stato che dovrebbe essere il nostro e al quale abbiamo diritto per nascita. In questo Terzo Stato di Coscienza, in questo livello, ci arrivano le influenze che possono aiutarci. È come se emergessimo con la nostra testa al di sopra dell'acqua per sentire l'aria ed il sole. Se qualcuno di voi cerca di ricordare se stesso in un momento qualsiasi, se lo fa opportunamente e con molta sincerità, sentirà sempre una felicità istantanea. Bene, se fossimo in uno stato di Ricordo di Sé sapremmo prendere decisioni, ma quando siamo addormentati in noi stessi, quando siamo preoccupati e ci identifichiamo con noi stessi, prendiamo le decisioni dai binari, come li chiamava G, - dagli opposti – proprio così, gli opposti o binari -. Se stiamo sempre in uno stato di Ricordo di Sé, sempre nel terzo stato di Coscienza, le nostre decisioni saranno vere e ci porteranno ad un risultato vero che G. chiamava quaternario.

C'è un racconto di una bambina cieca i cui cinque fratelli si lanciarono nel mondo uno dopo l'altro, avendo fiducia nelle loro forze, ma fallirono e si persero nel mondo. Allora la bambina cieca si tuffò nel mondo. Non confidava nelle sue forze, ma si afferrò ad una corda che aveva tessuto, ed uno dei suoi capi era fissato fortemente al Sole. Non lasciò mai la corda e come risultato di ciò si sentì capace e ebbe la possibilità di aiutare i suoi fratelli e le altre persone nel mondo semplicemente perché non confidava in se stessa per trovare la Via ma badava soltanto a farsi guidare dalla corda. Perché questa bambina è rappresentata cieca? È cieca di fronte al mondo esterno. Non agisce attraverso i suoi sensi ma si afferra a qualcosa di interno. Bene, se una persona potesse ricordare sempre se stessa ed avvertire tutto quello che lo fa identificare – proprio così, acconsentisse a ricordare se stessa – si sosterebbe a questa corda che proviene dal Sole, da un livello più elevato. E se questa persona decidesse sempre di ricordarsi di sé stesso, qualunque fosse la cosa che stesse succedendo, starebbe nel Terzo Stato di Coscienza, e la sua decisione sarebbe veritiera e non ha nulla a che vedere con gli opposti né coi binari. Ma, il fatto di doversi ricordare di sé, questo, alla gente comune, non parrebbe una decisione, mentre invece, lottare per il Ricordo di Sé ogni giorno, è una decisione nonostante tutto.

Cap. 3 Quaremead, Ugley, 6 ottobre, 1945

COMMENTARIO SULL'APPLICAZIONE A SE STESSO DELLE IDEE-LAVORO

Si è detto spesso che questo Lavoro si propone di farci pensare. Il signor Ouspensky soleva sottolineare che la gente non pensa. Invece di farlo leggono i periodici o domandano ai loro amici cosa devono pensare o seguono il consenso generale delle opinioni. Questa mancanza di pensiero individuale porta al pensiero di massa. Il pensiero di massa è diretto da qualcuno che dice alla gente quello che deve pensare

attraverso la radio telefonia, attraverso la propaganda. In un'occasione, mentre parlavo con il signor Ouspensky su questo particolare, mi disse che nel secolo passato la gente soleva pensare molto di più di oggi. “La gente – disse – soleva pensare più individualmente. Oggi si può dire che la gente ha rinunciato a pensare, e desidera solo che gli venga detto ciò che deve pensare. Il Lavoro – aggiunse – si propone di farci pensare da noi stessi”. In un'altra occasione disse che l'unico modo in cui l'uomo poteva svegliarsi oggi era attraverso la sua parte pensante. “Osserva come si accresce il sonno dell'Umanità – proseguì -. È straordinario come la gente rinuncia all'unica cosa che gli rimane – vale a dire, il potere di pensare da se stessa -. Tutti i libri, i periodici, le radio, ed altro, impediscono alla gente di pensare, quantunque li si presupponga capaci di aumentare il pensiero”.

Bene, *pensare* è molto diverso da *ricordare* e a sua volta è molto differente dall'aver opinioni fisse. Se le persone prendono il Lavoro come un tema preparato che rimane semplicemente nella loro memoria, è dovuto al fatto che non pensano da loro stesse sulle idee del Lavoro. Quando le persone smettono di pensare da se stesse abbandonano una parte di sé che ancora potrebbe condurle al risveglio. Abbiamo la tendenza a desiderare che tutto ci sia debitamente spiegato senza doverci sforzare per trovare la nostra soluzione da soli – cioè, senza lo sforzo di pensare da noi stessi. Se una persona si formula la seguente domanda: “Chi sono io? Cosa sono io?” Tenderà a cercare un'altra persona per farsi dare la risposta di queste domande o a pensare che siano nocive. Il Lavoro dice molte cose su: “Chi sono io? Cosa sono io? ma ciò che dice viene detto in termini generali affinché servano da guida al pensiero individuale. Il Lavoro, per esempio, dice che nella vita siamo tutti addormentati e che viviamo in un mondo di gente addormentata dove tutto succede nell'unico modo in cui può succedere. Se domando al Lavoro: “Cosa sono io? Mi risponde che sono un uomo addormentato. Bene, è possibilissimo che si accetti l'idea di essere tutti addormentati e di vivere in un mondo di umanità addormentata, senza pensare a ciò individualmente. In tal caso il Lavoro si trasforma in qualcosa che assomiglia alla propaganda e la gente dirà: “Oh si siamo tutti addormentati e viviamo in un mondo di gente addormentata”, e tal volta prosegue: “Quindi, questo è ciò che il Lavoro c'insegna.”. Questa è memoria carente di pensiero. Questo non è applicare il Lavoro a se stesso attraverso il pensiero. Di fatto, si possono accettare le idee del Lavoro semplicemente perché non si desidera pensare. Tutto ciò significa un semplice stare nel Lavoro nella memoria, come qualcosa che s'impara a memoria e che non sta ancora coinvolto con il pensiero individuale e in questo modo non può combinarsi con uno stesso. Non si è ancora accesi. Per mezzo dell'osservazione di sé ci si scopre addormentati e si comincia a pensare da se stessi sul proprio stato di sonno. Questo è uno sforzo intelligente. È applicare intelligentemente il Lavoro a se stessi. Allora si comincia a pensare: “È proprio vero che tutta l'Umanità è addormentata e che tutto succede nell'unico modo in cui può succedere, quando la gente è addormentata? Se medita ed osserva potrà captare la verità di una delle grandi idee del Lavoro. Lo farà allora da se stesso. L'idea di essere addormentato non sarà già più una questione di memoria, ma un'esperienza reale che ha cominciato a sperimentare e che lo trasformerà. Imparare le cose a memoria non costituisce il Lavoro, salvo in un senso

molto limitato - quando s'impura una cosa a memoria rimane semplicemente nella memoria formatoria. Apprendere con la memoria è, in un certo modo, sentire con il cuore, perché la memoria deve essere emozionale. Bene, nel Lavoro si dice che le idee che insegna devono diventare emozionali. È necessario sentirle. In realtà è preciso sentire, per esempio, che voi stesso siete addormentato e andate per la vita senza una vera direzione interiore. Che vi dicano di essere addormentato e che l'Umanità è addormentata e ripeterlo come un pappagallo è non comprendere ciò che insegna il Lavoro ed è un peccato contro il Lavoro. Significa che non ci si auto-osservò mai alla luce del Lavoro. Ma il Lavoro è luce ed è voi stesso che dovete avvertire di essere addormentato alla luce e alla verità del Lavoro, e che vivete in un mondo di umanità addormentata dove tutto capita. Queste idee già non saranno più una semplice questione di memoria, una semplice questione di ripassare le proprie note, ma che diventano una continua esperienza viva. Quando questo comincia, il Lavoro non sarà già più una memoria formatoria somigliante a cercare di ricordare un libro scientifico o un articolo che si è letto, ma un processo che avviene in voi e vi trasformerà – trasformerà il vostro modo totale di pensare.

Voglio accentuare di più questo tema del Lavoro che riposa nella nostra memoria e il Lavoro che riposa nella vostra comprensione individuale.

Non vi costa nulla ricordare l'idea di essere addormentati e la potete accettare senza nessun pensiero individuale su ciò che significa. Voglio dire, potete accettarla come una verità. Ma nulla può essere verità per voi se non avete visto la verità da voi stesso. Potete ricordare tutte le idee di questo Lavoro, ed accettarle come tali e ricorrere semplicemente alla vostra memoria per contestare le questioni. Allora il Lavoro sta nella memoria superficiale esterna e non si è ancora combinata con la vostra persona attraverso la percezione emozionale della verità di questo. A volte si possiedono delle belle note scritte in rosso e nero di tutto ciò che si è detto nel Lavoro e si crede di conoscerlo in modo giusto. Ma non si conoscerà nulla del Lavoro. Non ha effettuato nessun contatto con voi stesso; il tema del Lavoro è voi stesso, e le idee di questo cercano di trasformare in realtà quello che chiamate voi stesso. Forse avete preso, per esempio, le note più esatte su quanto si è detto sulle emozioni negative o i livelli dell'Essere e ciò che si deve fare affinché questo cresca. Eppure tutto può rimanere semplicemente nella vostra memoria senza che sia fatto nulla per applicare il Lavoro al vostro Essere attraverso l'osservazione di Sé. Bene, uno dei maggiori pericoli che si corrono nel Lavoro è fare di esso qualcosa di formatorio, qualcosa che dipende unicamente dalla memoria. A volte la gente è solita dirmi: perché non prepara un sunto completo di tutte le idee del lavoro e di quanto si è detto per poterlo leggere una ed un'altra volta per il nostro profitto?" Perché? Perché rimarrebbe semplicemente nella memoria esterna e in tal caso si può avere la completa sicurezza che il livello del Lavoro scenderebbe a zero. Sarebbe qualcosa che starebbe fuori di voi e non dentro di voi. Non sarebbe emozionale. Non vi toccherebbe. Un sistema d'insegnamento esoterico che prende sempre se stesso come scopo – vale a dire, che vive sempre più esternamente – suole trasformarsi in un semplice ricordo. C'è sempre la possibilità di contestare le domande esposte nel Lavoro basandosi sulla memoria, ma questo lo priva di forza. Allora non comprenderà nulla. Allora non vedrà qual'è il

significato delle nuove idee. Sarà semplicemente un pappagallo che ripete a memoria le frasi che ha sentito senza comprendere il loro significato. In questo modo il vero insegnamento diventa nell'evenienza inutile e, per detta ragione, tutto l'insegnamento esoterico deve rifondersi e rinnovarsi per mantenersi vivo. Sono molti i sistemi che sono morti e che prima sovrabbondavano di vita. La ragione di questa morte avvenne perché la gente non cercava più di comprendere le idee che insegnavano. Si può pensare su ciò che si ricorda o si può semplicemente ricordare ed usare la memoria in un modo automatico. Se qualche volta avete preso in esame gli studenti, saprete sempre, quando il candidato dice le cose solo a memoria e quando parla di ciò che gli si è insegnato. Mi hanno riferito che adesso gli esami sono semplicemente una questione di memoria, ma quando ero giovane non succedeva così. Nel fare gli esami si scopriva se i candidati ricordavano bene il tema, il capitolo e la pagina che si riferivano a quel particolare, ma anche se avevano pensato sul significato di ciò che ricordavano, ed era frequente trovare una persona che, quantunque non dimostrasse di ricordare bene i dati che si riferivano al tema, esponevano il loro pensiero con individualità, e si dava molto più valore a questa maniera di pensare che alla semplice memoria.

Prendiamo, per esempio, il Raggio di Creazione, nel modo in cui suole essere ricordato da una persona. Rispondo ora ad una domanda che mi si fece recentemente. La domanda si fece più o meno in questa forma: "Può spiegarmi cos'è il Raggio di Creazione? Bene qui abbiamo un'idea che richiede un pensiero individuale. Il Raggio di Creazione può prendere un significato emozionale per una persona che inizia a pensare su esso. Fa vedere, per esempio, dove stiamo e indirettamente cosa siamo, chi siamo e cosa dobbiamo fare e da dove possono venire gli aiuti. Ma se il Raggio di Creazione si prende semplicemente come una cosa che è necessario ricordare, si perde tutta la finalità di questo importante diagramma. Cosa ci mostra emozionalmente il Raggio di Creazione – proprio così, attraverso la percezione emozionale del suo significato -? Ci mostra un Universo spaventoso ordinato in una scala da cima a fondo e che occupiamo un posto molto basso in questo vasto macchinario. Mostra che la Terra è un punto piccolissimo. Bene, che differenza c'è tra il registrare semplicemente tutto questo nella memoria e pensare sul suo significato? In questo radica tutta la differenza. Se si riflette individualmente sul Raggio di Creazione e mentalmente mettiamo noi stessi sulla Terra, diventiamo emozionali. Avremo emozioni che normalmente non abbiamo. Per quale ragione? Perché diminuisce il nostro barbaro egotismo ed autosufficienza. Ferisce il nostro prestigio, la nostra autostima. Dal punto di vista del Raggio di Creazione, percepito emozionalmente, in pratica non siamo nulla, in pratica manchiamo di ogni importanza, eppure ci fu concessa un'opportunità così come la nostra Scala Laterale. Bene, vi è la memoria e la conoscenza che si basa sulla memoria – proprio così, conoscere semplicemente ciò che si ricorda, che non è esattamente conoscere ma semplice ricordare – ed allora si ha la distinzione tra conoscere e riconoscere. È possibile che ricordiate molte cose su voi stessi e affermate di conoscervi. Riconoscete ciò che sapete grazie alla memoria? Dunque ci sono molte classi di memoria. Tutta la memoria che si acquisisce nel Lavoro per mezzo dell'osservazione

di sé è immagazzinata in un posto diverso nei centri perché possiede una qualità emozionale relazionata con la memoria che si è acquistata per mezzo dell'osservazione di sé. L'emozione ci trasforma. Le emozioni di sé ci mantengono così come siamo. La memoria superficiale non ci trasformerà mai perché in un senso ci è esterna. Ma ciò che diventa più profondo ed interiore in noi può trasformarci. Ma questo non avviene se per prima cosa la mente non cambia – proprio così, se non si ottengono dal Lavoro delle idee differenti su se stesso e la vita -. Questa è la nuova verità. Questo nuovo tipo di pensiero diventa gradualmente emozionale e risana l'Essere. Comincia con lo svegliare il Centro Emozionale che è l'obiettivo supremo del Lavoro – non il Centro Emozionale così come lo abbiamo ora pieno di sentimenti di sé, ma un Centro Emozionale diverso -. Questo è ciò che ci trasforma. Ma se la memoria del Lavoro continua ad essere puramente formatoria (un libretto di appunti) non potrà succedere nulla. Di certo, non si è ancora iniziata l'ottava del Lavoro che ha il suo punto d'inizio nella valorizzazione di questo tipo d'insegnamento in mezzo al mondo così come è ora. La seconda nota dell'ottava-Lavoro è l'applicazione delle idee di questo, e la terza nota è la comprensione delle proprie difficoltà in relazione con il Lavoro – che ostacolano il nostro progresso -. Ma ascoltare semplicemente il Lavoro e ripeterlo a memoria ed annotarlo in libretti di appunti, non ci faranno trasformare. Possiamo imparare il cinese o il francese esattamente nello stesso modo e questo appartiene alla memoria esterna e non trasforma una persona – proprio così, essa non fa un uomo o una donna differente -. Ma all'inizio è necessario incidere e registrare le idee del Lavoro nella memoria esterna – proprio così, la parte formatoria e motoria del Centro Intellettuale -. Questo è inevitabilmente il primo passo. È necessario arrivare a conoscere le idee del Lavoro ed inciderle. Quello di cui parlo è il prossimo stato – cioè, il momento in cui queste idee arrivano ad essere percepite emozionalmente per mezzo della loro applicazione a se stesso, prima di tutto al proprio pensiero e poi al proprio Essere -. Quando si dice che il Lavoro si propone di farci pensare in un modo nuovo, significa che le idee del Lavoro devono cominciare a cambiare il nostro modo di pensare, e non si può sperare che ciò accada se non si sono incise queste idee per averle sentite svariate volte fino al punto di saperle a memoria. La tappa successiva arriva nell'applicare questa idea a se stesso mediante l'osservazione di sé. L'osservazione di sé connette le idee del Lavoro a se stesso. Se non si pratica l'osservazione di sé le idee del Lavoro rimarranno fuori di noi come una semplice questione di memoria. Ma le idee del lavoro sono spermatiche – proprio così, sono molto potenti e possono generare in noi non soltanto un nuovo modo di contemplare le cose ma un nuovo sentimento sulle cose.

In altre parole il Lavoro ci da una comprensione che sta in stretta relazione con l'intelligenza. È per mezzo della comprensione dell'intelligenza che sfuggiamo alla continua ripetizione della stessa cosa nella nostra vita. Se si fa uso del Lavoro con l'intelligenza, cominceremo a trasformarci, ma ciò può succedere soltanto se si prende il lavoro in se stesso e si comincia a viverlo. Per quanto riguarda lo sviluppo dell'intelligenza, le idee del Lavoro sono inestinguibili. Il Lavoro è destinato a farci pensare e, se si cominciano a strutturare veri pensieri sul Lavoro, si scoprirà che il proprio pensiero si nutre da una fonte che neppure s'immagina.

Cap. 4 Quaremead, Ugley, 13 ottobre, 1945

COMMENTARIO SULL'OSSERVAZIONE DELLA PROPRIA PSICOLOGIA

In una recente riunione abbiamo detto che l'Uomo ha un corpo ed anche una psicologia. Su questo tema si scrisse una breve nota che ora leggerò:

Tutte le persone sono legate ad un particolare tipo di corpo per la nascita e poi ad una classe particolare di psicologia per l'educazione. Il Lavoro non s'inizia con il corpo, ma con la classe particolare di psicologia acquisita cui siamo legati per l'educazione. Si è soliti impiegare il tempo cercando di migliorare il corpo o di migliorare la psicologia. Il Lavoro si propone per prima cosa di studiare questa psicologia acquisita e, per così dire, esaminarla in profondità. Dice che essa non è *voi* e se continuate a prendere *voi* come se stessi siete addormentati. Se voi, signor Smith, prendete *voi* come il signor Smith, e il signor Smith come voi – come "Io" – siete addormentato. Nello stesso modo, se voi, signora Smith, prendete voi stessa come voi, siete addormentata. Il Lavoro comincia con l'osservazione imparziale di detto signor Smith e di detta signora Smith che voi prendete come voi – come voi stesso -. L'obiettivo del Lavoro è quello di vedere per prima cosa questo signor Smith, o signora Smith, e separarsi da loro. La ragione di ciò è che tutti hanno un sé reale – un "Io" reale – e che non si raggiunge mai se continuiamo ad essere il signor Smith o la signora Smith. La vita che appartiene al signor Smith o alla signora Smith non è il loro vero destino, perché ambedue sono persone inventate e non persone reali, e in questo modo attraggono cose molto sbagliate. Ma nella maggioranza dei casi, o meglio in tutti i casi, la gente preferisce fare la vita del signor Smith o della signora Smith, specialmente quando le circostanze sono facili. Ed anche quando si trovano continuamente in situazioni difficili o tragiche continuano sempre ad afferrarsi alla figura del signor Smith o della signora Smith – proprio così, alla psicologia acquisita che è chiamata allo stesso tempo Personalità e Falsa Personalità. Ma questo afferrarsi al signor Smith o alla signora Smith è in realtà la Falsa Personalità – alla loro invenzione di se stessi -. Qualunque sia stata la nostra educazione nell'Università o nell'Esercito o nella Polizia o in qualunque altra scuola o professione, questa personalità acquisita è quella che dobbiamo vincere – proprio così, questa tediosa invenzione di noi stessi -. Com'è tedioso vedere, dopo un po' di tempo, le persone educate in queste differenti sfere, completamente identificati con se stessi e con la loro psicologia acquisita a cui sono connesse la loro vanità. Ricordate che il Lavoro dice che è necessario arrivare ad avvertire la propria nullità prima di poter ricevere il pieno appoggio del Lavoro. Ci sono molti antichi simboli esoterici che indicano quello che l'uomo deve arrivare ad essere per sperimentare la rigenerazione o la rinascita. Certamente non è possibile che l'ottenga se continua ad essere identificato con la propria psicologia acquisita, con le proprie circostanze o nascita. Il simbolo rappresenta una coppa o un vaso di vino capovolto su di lui. La coppa deve mettersi dritta e, siccome è vuota, può ricevere idee completamente nuove –vale a dire, idee capaci di rigenerare un uomo o una donna e trasformarli in esseri differenti.

Bene, è necessario avere in conto che ognuno di voi ha un corpo che gli fu dato per vivere e una psicologia che fu acquisita attraverso l'educazione. Una bella moglie si sposa con un uomo bello, ma, in quale stato stanno le loro rispettive psicologie? La

maggior parte delle volte le loro psicologie sono completamente incompatibili. La caratteristica di una persona, a meno che non si sia molto sensibili, non ci fa vedere la psicologia di detta persona. Ma qui l'idea principale è dovuta al fatto che ognuno di voi ha una differente psicologia che è stata acquisita attraverso l'educazione e su di essa non sappiamo assolutamente nulla”.

In un'altra occasione parlammo sulla questione che ogni persona ha la sua propria psicologia, e dissi che è straordinario il tempo che ci vuole nel Lavoro per comprendere che ognuno di noi ha un tipo particolare di psicologia completamente separata dal nostro corpo fisico. Come si sa, il Lavoro inizia nella nostra psicologia, con il tipo di persone che siamo psicologicamente. Siamo d'accordo nel riconoscere che ognuno ha una classe particolare di psicologia con diverse attitudini, respingenti e opinioni, e tutto il resto, e che questa non è l'esperienza normale della gente, ammesso che non esaminando la propria psicologia, ci si immagina sempre di essere liberali, imparziali e, per così dire, completamente liberi nel nostro modo di essere psicologico. La gente prende questa idea come punto di partenza. Forse hanno coscienza del loro corpo ma non della loro psicologia. Non vedono, per esempio, che sono psicologicamente molto meschini, estremamente difficili, estremamente parziali. Ma al contrario, sentono come se mancassero di psicologia, per così dire. E così si creano l'illusione, tra molte altre, di poter aiutare sempre gli altri, di consolarli, di confortarli, proteggerli, tutelarli, e così via. Bene, il Lavoro ha il suo punto di partenza nell'osservazione di sé che non inizia nel corpo (che si può guardare, da capo a piedi, tutti i giorni davanti allo specchio) ma con il tipo di persona che si è psicologicamente. È solo con l'osservazione di sé che l'uomo inizia a vedere a cosa assomiglia psicologicamente. Può essere molto bello e aiutante per ciò che riguarda il suo corpo ma, a cosa assomiglia psicologicamente? Bene, immaginare che una bella donna abbia una bella psicologia o che un uomo bello abbia una buona psicologia manca di ogni senso. Su questo particolare ho detto come sia straordinariamente difficile per la gente separarsi dalle impressioni sensoriali prodotte in noi dagli altri. Mi sembra come se fossimo ancora incapaci di andare oltre le apparenze fisiche e prendere l'eccellenza fisica di un tipo o di un altro come esempio di uno sviluppo psicologico analogo. Equivale a pensare che se un pavone reale offre un meraviglioso dispiego di bellezza nelle sue piume, nello stesso modo deve avere uno sviluppo psicologico ugualmente bello. Sarete d'accordo con me che, quando sentirete il verso di un pavone reale non penserete più che abbia una mente o uno sviluppo emozionale bellissimi. Credo che questo meriti di essere menzionato mentre stiamo dicendo di come sia difficile per la gente l'osservazione di sé. L'osservazione di sé non ha le sue radici nel guardarsi allo specchio ed aggiustarsi per riflettere più bellezza o sinuosità. Questa è semplicemente l'osservazione del corpo e amministrare la vita del corpo e sperimentare la sensazione dell'”Io” dell'esperienza fisica. L'osservazione di sé non si ottiene guardandosi in uno specchio eccettuato sotto certe condizioni. L'osservazione di sé è guardare la propria psicologia – vale a dire, il tipo di uomo, il tipo di donna che si è, psicologicamente -. Mi pare che sia proprio questa cosa che la maggior parte della gente trova molto difficile da comprendere – cioè, di essere un corpo fisico ed anche di avere una forma particolare di psicologia o di

disposizione mentale -. È a questa psicologia o di disposizione mentale che il Lavoro presta la sua attenzione per mezzo dell'osservazione di sé. Ma è certo che molte persone dopo aver sentito il Lavoro per molti anni non osservano mai in realtà a cosa assomigliano psicologicamente. Danno per scontato la loro psicologia. Danno per scontati tutti i loro pregiudizi, la loro maniera di affrontare le cose quotidiane, tutte le proprie reazioni psicologiche. In altre parole, non vedono se stessi e ciò che sono psicologicamente perché questo si può vedere soltanto attraverso l'osservazione di sé. La cosa difficile consiste nel fatto che la gente non pratica mai l'osservazione di sé e in questo modo non si rendono mai conto di nulla, credendo sempre di non avere psicologia. Pensano che tutto ciò che fanno e dicono va bene. La seconda educazione che il Lavoro impartisce consiste nell'osservare questa psicologia che la gente da tanto facilmente per scontata senza rendersi conto che è una cosa precisa, un modo di essere definito, dal quale ci si può gradualmente liberare se si comincia a praticare la prima linea di Lavoro – proprio così, l'osservazione di sé alla luce di questo insegnamento. Questo richiede uno sforzo considerevole. Le persone a volte fanno questo sforzo per un po' di tempo e cominciano a vedere un leggero barlume di se stesse e di quello che sono psicologicamente, e poi cadono addormentati un'altra volta, a volte per molti mesi, a volte per sempre. Sentire che le proprie opinioni sono tutte erronee, vedere in realtà che ci si è comportati in modo erroneo tutta la vita, parlando psicologicamente, è una cosa molto difficile d'accettare.

Bene lo sviluppo della Coscienza a cui si riferisce tutto il Lavoro, ha le sue basi innanzi tutto nel vedere a cosa assomigliamo psicologicamente e come risultato di ciò non aver più fiducia nella nostra condotta psicologica. A volte per la maggior parte della gente questa cosa è impossibile. Desidero dire con ciò che sarebbe uguale non vedere a cosa si assomiglia psicologicamente. E converrebbe di più a queste persone continuare ad essere ciò che sono con la loro psicologia acquisita, i loro respingenti, le loro abitudini, le loro opinioni, e tutto il resto. Ma chiunque abbia in sé il Centro Magnetico è capace di trasformazione, parlando psicologicamente. E nel Lavoro voglio occuparmi di queste persone – proprio così, persone che non sono completamente identificate con se stesse, perché altrimenti non c'è nessuna possibilità di trasformazione -. L'uomo che non ha mai dubitato di sé ed è convinto che la sua psicologia acquisita sia perfetta – proprio così, ciò che gli hanno insegnato – non serve per il Lavoro. Presto o tardi tali persone comprenderanno che non possono più dare per scontato ciò che hanno fatto fino ad ora, ma che devono cambiare tutte le loro maniere di prendere le cose, tutti i loro modi di giudicare le cose. Bene, se non lo possono sopportare, se, insomma, sono completamente rigidi alla loro psicologia acquisita. È necessario ricordare che non si può fare nulla con tali persone, eccettuato di evitare di attaccarle frontalmente.

Bene, questa è una dissertazione molto breve, ma tratta di un tema che è una delle cose più importanti che è necessario comprendere, quando s'inizia il Lavoro, per quanto fino ad ora so. L'uomo che entra in questo Lavoro deve essere capace di comprendere, dopo un po' di tempo, che la sua psicologia tal volta è sbagliata dal punto di vista del Lavoro. È necessario che comprenda che ciò che deve fare nel Lavoro è di trasformare la psicologia a cui è fissato e che crede sia l'unica psicologia

che possa avere. Tra voi, quanti sono quelli che possono dire: “Forse sono sbagliato, tutti i miei punti di vista non sono corretti. È possibile che mi sia fatto un’idea sbagliata di tutte le cose, incluso me stesso. Che nel passato tutti i miei giudizi sono stati sbagliati”. Tali pensieri sogliono trasformare una persona a condizione che possa appigliarsi a qualcosa che gl’insegna ciò che è giusto. Ma se inizia il lavoro con la profonda convinzione di avere ragione psicologicamente così come è e desidera solo sentire ciò che insegna il Lavoro per una specie di curiosità, questo modo di pensare non lo porterà da nessuna parte. Il tema del Lavoro è voi stessi. Come può prodursi una trasformazione in voi se continuate ad essere gli stessi? Come potete cambiare psicologicamente se continuate ad essere sempre uguali psicologicamente? Come potete cambiare se accettate la vostra psicologia attuale e la prendete come qualcosa di completo, come l’ultima parola, per così dire, dello sviluppo psicologico?

Bene, tutti voi sapete quanto è difficile parlare ad una persona che guarda le cose in un modo sbagliato. Si offende immediatamente. Ma e, supponendo che detta persona possieda un certo potere di osservazione di sé, e che comincia a capire ciò che significa un’osservazione di sé imparziale e che in questo modo vede a cosa assomiglia e a cosa è assomigliato fino adesso? Allora il Lavoro può penetrare in detta persona come una forza che porta alla trasformazione interiore, allo sviluppo interiore. È esattamente per mezzo dell’osservazione di sé che il Lavoro può crescere e diventare qualcosa che non è una semplice fonte di recriminazione o mutuo rimprovero. L’antica frase: “Conosci te stesso”, significa esattamente quello che stiamo dicendo. Se per mezzo di un’osservazione di sé imparziale già siamo arrivati a scoprire che tipo di donna si è, che tipo di uomo si è, saremo capaci di sopportare tutti gli shocks del Lavoro e di seguirlo e di ricevere la sua forza. Ma se non avvertiamo mai che tipo di uomo si è ed in quale modo meccanico ci comportiamo verso gli altri – cioè, tutti i giorni – e se non abbiamo mai osservato quello che immaginiamo su noi stessi, e non abbiamo mai scoperto la verità, come possiamo sperare di trasformare la nostra psicologia o come possiamo sperare di comprendere di che cosa tratta il Lavoro?

Bene, cos’è che dobbiamo osservare in noi per cambiare la nostra psicologia? Il Lavoro c’insegna che è necessario realizzare l’osservazione psicologica da un’angolazione precisa. Tutta la parte pratica del Lavoro che s’insegna continuamente tratta dell’osservazione di se stesso – vale a dire, della nostra psicologia -. Desiderate che enumeri un’altra volta tutte le cose che il Lavoro insegna sull’osservazione di sé pratica? Credo che sia sempre necessario ricordarci ciò che dobbiamo osservare in noi stessi. Prendiamo una sola cosa: Passate tutto il tempo a formularvi delle accuse? Vi sentite infelici o che vi trattano male o di non essere stati messi nel posto che meritavate? Passate il tempo a giustificare voi stessi quando in un certo senso sapete di essere colpevoli? Autorizzate l’apertura di un vasto canale alla vostra emotività negativa? Osservate voi stessi, quando offendete e poi pensate alla Falsa Personalità. Questo è particolarmente importante per alcuni di voi. Cercate di vedere la Falsa Personalità in voi stessi mediante l’osservazione di sé. Scoprirete come complica la vostra vita nel momento in cui, con un po’ più di coscienza, avreste potuto risolvere una situazione con più calma invece di farsi portare dalla collera.

Cercate di osservare le sue opinioni e come parla lasciandovi guidare da esse senza nessun pensiero vero. Frenatevi e dite a voi stessi: A cosa pensate voi? Che cosa sentite voi? Osservatelo. Osservate per quanto tempo rimane profondamente addormentato e come reagisce sempre in modo meccanico se non si applica lo shock cosciente chiamato Ricordo di Sé. Osservate come non realizza mai un vero sforzo e lo evita sempre. Osservate tutte le sue forme di considerazione interna e cercate di osservare tutte le fantasie che crea su se stesso e non credete in esse. Osservate cos'è che lo mantiene assoggettato, che lo mantiene sempre sottomesso e che lo amareggia, e lottate contro tutte queste cose per mezzo della separazione interiore. Tutte queste cose e molte altre come lo insegna il Lavoro, hanno a che vedere con la trasformazione della psicologia. Per esempio, osservate se siete negativi in questo momento. Vi lasciate trasportare da ciò? V'identificate con le emozioni negative in questo momento? O vi appartate da esse e non permettete che vi dominino? Questo è lavorare su se stesso. Comprendete di avere tutti voi delle abitudini fisse ed abituali così come quella di sperare di mangiare ad una data ora e altre simili? Siete capaci di cambiare le vostre abitudini verso queste cose che sono fisse in voi? Potete cambiare il vostro modo di essere, quando, nel leggere un quotidiano vi sentite immediatamente negativi – cioè, meccanicamente negativi verso una persona od un'altra -? Questa è una reazione meccanica dovuta alla vostra psicologia acquisita, per questo è necessario avvertire come si reagisce negativamente verso tutte le cose con le quali venite in contatto e come si deve cercare di cambiarle, alla luce di ciò che insegna il Lavoro. Innanzi tutto avvertite il momento in cui si diviene negativi. Avvertirlo prima che sia giunto troppo lontano e si faccia tutto il possibile per appartarsi da questa reazione negativa. Questo è il vero lavoro su se stessi e se lo si realizza i benefici saranno immensi. Ma se si continua a prendere come qualcosa dovuta, non può succedere nulla. In questo Lavoro dobbiamo imparare che sbagliamo tutto ciò che facciamo e diciamo e sentiamo, dal punto di vista dell'Uomo Superiore – proprio così, dell'Uomo Cosciente.

Cap. 5 Quaremead, Ugley, 10 ottobre, 1945

NOTA SULLA LEGGE DEL DESTINO

Quando lottiamo contro l'identificazione spariscono molte emozioni inutili. Cosa significa lottare contro l'identificazione? Questo tema ci porta a domandarci: "Cos'è in me stesso che mi fa identificare con questo o con quell'avvenimento, con questa o quella situazione?" La risposta ce la dà il nostro livello di psicologia. L'ultima volta abbiamo parlato di questo punto così importante – cioè, che tutti noi possediamo un certo tipo di psicologia che ci spinge a reagire e a comportarci così come facciamo. Nel mio caso, se comincio a discernere questa psicologia che do per scontata in me stesso e che ho acquisito dalla fanciullezza a causa d'innumerabili influenze esercitate su me e che nel mio caso il Lavoro chiamerebbe Nicoll, e se cerco di separarmi da alcune di queste abituali reazioni meccaniche contro Nicoll, avrò allora una probabilità di trasformare il mio livello d'Essere. Ma se non posso discernere Nicoll non sarò capace di sperimentare nessun cambiamento nel mio Essere.

Bene, nel mio caso Nicoll è chiamato Personalità e la Personalità sta sotto la Legge dell'Accidente. Ma in questo acquisito macchinario psicologico c'è una certa parte (che nel mio caso è Nicoll) che è chiamata Falsa Personalità. E questa sta sotto ancora più leggi di Nicoll. Quali sono le caratteristiche della Falsa Personalità? Consistono nell'attribuire tutto a se stesso a causa della vanità o dell'orgoglio. La Personalità acquisita contiene in se stessa delle cose che simultaneamente sono buone e cattive, abitudini buone e cattive, ma ciò che le mantiene attive è in realtà il potere della Falsa Personalità che le unisce in modo tale che la trasformazione dell'Essere diviene molto difficile e ci ferisce e ci turba tanto.

Parleremo nuovamente della Legge dell'Accidente e della Legge del Destino. Ma innanzi tutto devo avvertirvi che quest'idea non è per niente di facile comprensione. In altre parole, è innanzi tutto, una cosa che è necessario capire invece di un'altra che può essere spiegata con determinate parole. La prima cosa che bisogna apprendere è che in noi ci sono livelli differenti. L'Uomo è un piccolo cosmo, un microcosmo, che fino ad un certo punto riflette il Grande Cosmo o Macrocosmo. Il Macrocosmo è raffigurato con la forma del Raggio di Creazione che, come tutti potete vedere, si struttura in differenti livelli. Un livello superiore, come, diciamo, quello del Sole, sta sotto 12 ordini di leggi, ed il livello inferiore, sotto il quale viviamo, sta sotto 48 ordini di leggi. Il Lavoro, come formulazione generale, dice che in noi l'Essenza sta sotto 24 ordini di leggi e che la Personalità presa come un tutto sta sotto 48 ordini di leggi. Bene, nel supposto caso che un uomo è molto identificato con la sua personalità attraverso la sua Falsa Personalità che a sua volta sta sotto un maggior numero di leggi - il Lavoro dice che tale uomo sta sotto la Legge dell'Accidente -. Potrebbe essere ucciso, quando non dovrebbe esserlo - proprio così, può essere ucciso per la Legge dell'Accidente perché è identificato con la sua Personalità -. Da una parte questo Lavoro si basa sulla non identificazione con la Personalità, in particolare con la Falsa Personalità, e nel separarsi dalla Personalità. Se siete completamente identificati con voi stessi così come siete e vi date per scontati e non vi rendete conto di non avere nulla che possa essere chiamato psicologia o Personalità, se agite sempre meccanicamente con la vostra Personalità acquisita e la prendete come fosse voi stessi, non state sotto la Legge del vostro Destino che appartiene all'essenza o al lato più interno della vostra persona. Tutto quello che fate è in un certo senso irreali perché in realtà *voi* non fate nulla da voi stessi. Nel Lavoro, man mano che si accresce la comprensione in ogni uomo o donna, scoprono che molte cose che stavano pensando o dicendo non sono reali e in realtà non gli appartengono in assoluto perché furono acquisite per imitazione. Bene, come si sa il Lavoro dice che la comprensione è la forza più vigorosa che possiamo creare in noi stessi, e quanto maggiore è la comprensione del nostro Lavoro personale, più risultati otterremo. Quando un uomo fa qualcosa dalla sua comprensione non sta agendo meccanicamente dalla sua Falsa Personalità; sta agendo da qualcosa di più interiore, di più profondo, e quando succede così, è più probabile che stia sotto la Legge del suo Destino. Ma quando agisce dal lato puramente esteriore di sé stesso, da un eccitato lato obbediente, è più probabile che stia sotto la Legge dell'Accidente. Un uomo che fa ogni cosa perché desidera essere esattamente uguale alle altre persone è

naturalmente un uomo che non agisce assolutamente dall'interno. Agisce dal lato esteriore di se stesso, dalla Personalità, parlando in generale. In realtà non pensa a quello che sta facendo, e neppure sente ciò che sta facendo, salvo che sta facendo il suo dovere, così come glielo hanno insegnato. Si lascia portare dalla corrente meccanica delle cose, e in lui non c'è traccia di pensiero individuale, di sentimento individuale rispetto a qualsiasi situazione che possa nascere, ma agisce sempre meccanicamente secondo la formazione della sua Personalità. In altre parole, non c'è qui un uomo vero, né un individuo vero, ma una specie di uomo di produzione di massa. Tale persona è più o meno sotto la Legge dell'Accidente e tale uomo avrà rare volte un momento di sincerità con se stesso. Va per la vita portando sulle spalle il macchinario psicologico che fu stabilito in lui ed è semplicemente un macchinario – proprio così, è completamente identificato con la sua Personalità e la prende come se stesso -. Non discute mai di ciò che fa, non pensa mai a ciò che fa. Un tale uomo appartiene al circolo meccanico dell'umanità e sta molto lontano dal Circolo Cosciente dell'Umanità. Le sue opinioni sono stereotipate, i suoi respingenti sono rigidi, le sue abitudini sono acquisite e lui è così – un eccellente tipo di uomo, ma completamente addormentato in se stesso. Tale uomo non sta sotto la Legge del suo Destino.

Bene, supponendo che detto uomo comincia ad osservare se stesso alla luce dell'insegnamento impartito dal Lavoro e comincia a notare ciò che dice e come si comporta e in certi momenti si chiede perché dice queste cose e si comporta sempre nello stesso modo – tal uomo ha iniziato ad osservare se stesso e attraverso l'osservazione di sé non si identifica più tanto con se stesso. Tale uomo, tale donna, ha cominciato a trasformarsi in una persona più interiore; lui stesso, lei stessa. Hanno cominciato a separarsi dalla Personalità, e soprattutto dalla Falsa Personalità che governa la vita esterna. Cominciano a convertirsi in loro stessi, a penetrare ad un livello più profondo di se stessi. In altre parole, cominciano a convertirsi in ciò che è reale in loro, in ciò che è essenziale. E, attraverso questa lotta contro l'essere identificati con se stessi nel modo in cui lo sono meccanicamente, è inevitabile che scoprono che molte emozioni che fino allora avevano creduto necessarie, sono inutili. Vedono che molte emozioni inutili spariscono dalla loro vita e che questo si applica anche a molti pensieri, molti modi di pensare, a ciò che precedentemente davamo importanza. Tutto ciò significa un movimento verso l'interiore, verso la parte essenziale di se stessi, che è la parte vera. E questo movimento determina che, un uomo, una donna, si mettano sempre di più sotto la Legge del loro Destino essenziale, per essere quello che sono e che devono essere essenzialmente. Con il tempo giungono realmente a mettersi sotto la Legge del loro Destino. Ricordatevi che la Legge del Destino che appartiene all'Essenza sta sottoposta a meno leggi di quelle cui è sottoposta la Personalità, ed essa corrisponde ad elevarsi nel Raggio di Creazione, o il Macrocosmo, al livello chiamato planetario, che sta sotto 24 leggi. Nel Lavoro si chiama con il nome di sviluppo. Si potrebbe pensare che lo sviluppo significhi un incremento di leggi ma se prendiamo il livello della Luna nel raggio di Creazione vediamo che sta sotto 96 ordini di leggi e questo non è sviluppo. Al contrario, è una discesa ad un'accresciuta e inutile confusione. Ogni sviluppo consiste

nell'arrivare ad essere sempre di più interiorizzati nella propria comprensione discernendo a cosa si assomiglia, e separandosi da ciò e allo stesso tempo significa un'elevazione di ogni livello di essere in funzione del Raggio di Creazione ad un livello in cui esistono meno leggi. Il Lavoro insegna che ad un uomo è possibile raggiungere in se stesso il livello del Sole. Come si sa, nel Raggio di Creazione, il Sole, come è chiamato, sta sotto 12 ordini di leggi, e un uomo così possiede un "Io" Reale o Padrone che agisce in lui – cioè, obbedisce ai principi superiori occulti nella psicologia dell'Uomo -. Ma questo al presente non ci riguarda. Al presente ognuno di noi si preoccupi di separarsi dalla Personalità e di vedere a cosa assomiglia la Personalità che sta in noi stessi, ed un modo di esaminarci è, come si è già detto, scoprire le emozioni inutili. Avete immaginato qualche volta che la preoccupazione è un'emozione inutile? Credete che fare una tragedia per ogni cosa è un'emozione inutile? Credete che preoccuparsi molto per il comportamento di una persona o per la fine del mondo appartenga alla categoria delle emozioni inutili? Il Lavoro dice che tutte le emozioni negative sono inutili, siano di ansietà o di preoccupazioni o quelle che si possono chiamare emozioni obbligate. Alcune persone, ansiose di fare il Lavoro, molte volte sono solite dire cose di questo tenore: "Credo nel Lavoro, credo che mi aiuterà. Mi piacerebbe molto sapere a cosa devo rinunciare". Fanno questa domanda con ansietà o anche tragicamente. Per così dire, aprono le mani e dicono: "Cosa debbo abbandonare?" Quindi, basta rispondergli che è esattamente questo modo di aprire le mani, quest'abitudine tragica, che debbono rinunciare. Devono comprendere di essere identificati con l'essere ansiosi e questa è la cosa stessa che devono sacrificare. Ma, sperate che una persona molto identificata con se stessa sia capace di comprendere ciò che questo significa? Questa è la maggiore difficoltà nell'insegnamento del Lavoro. Quando la gente dice, per esempio di rinunciare alla sua volontà, commette un grande errore. Parlano come se avessero la volontà, come se potessero rinunciare ad essa come atto finale, come qualcosa esaurita per sempre. Tutto ciò è illusione. A cosa serve rinunciare a quello che non si ha? E cos'è che la gente deve discernere innanzi tutto, anche prima di comprendere di cosa tratta il Lavoro? È necessario che riconoscano, attraverso una prolungata osservazione di sé, di non avere una Volontà, ma molte Volontà differenti. Ogni "Io" ha a sua volta una Volontà differente, perciò, come possiamo rinunciare alla Volontà? Il Lavoro dice che c'è una sola cosa alla quale possiamo rinunciare – alla propria sofferenza -. Ma immaginate che la gente sia in grado di capirlo facilmente? Immaginate che sia una cosa molto semplice rinunciare alla propria sofferenza meccanica? E senza dubbio è l'unica cosa cui possiamo rinunciare al nostro attuale livello. Rinunciare alla nostra sofferenza. Smettere di soffrire inutilmente. Questo ha qualcosa a che vedere con le nostre emozioni negative, con la nostra compassione di sé, con le nostre idee personali sui significati ancora non scoperti della nostra persona? Sì, tutto ciò ha a che vedere con la nostra sofferenza. Quando avete realizzato qualche atto di questo tipo in voi stessi sentirete una leggerezza ed una felicità che vi mostrerà che il Lavoro ha sempre ragione in ciò che dice. Vedrete da voi stessi la verità di ciò che il Lavoro insegna. E nessuno di voi può fare questo Lavoro se iniziate a vedere la verità di ciò che insegna attraverso la vostra esperienza. Bene, rinunciare alla propria sofferenza

esige la non identificazione con tutto quello che si è al presente. Esige che s'inizi a capire che si possiede una psicologia acquisita che reagisce in un certo modo meccanico dal quale è necessario separarsi mediante un lavoro personale e sincero su se stesso. E questo è un movimento verso il vero lato di se stessi, il lato interno, il lato essenziale, che sta sotto le 24 leggi del Destino. Il Destino è quello che dovremmo essere. Tutti gli esseri umani furono creati per diventare qualcosa mediante il Destino e più, un uomo o una donna, si trasforma nell'individuo essenziale per cui fu creato, meno saranno le leggi sotto di cui starà. Il Destino significa in realtà ciò che fu ordinato primordialmente, il nostro proprio e vero destino. Quando un uomo vuole realmente che questo Lavoro formi parte della sua vita, progredirà inevitabilmente verso una crescita interiore, verso il suo destino interiore. Certamente qualche volta giungerà a trasformarsi in qualcosa di completamente diverso da ciò che era nella vita. Molte cose accidentali, che appartengono alla sua Personalità, e specialmente alla sua Falsa Personalità, si separano da lui. Ma tale uomo farà realmente il lavoro e arriverà ad un punto che solo a certe persone è dato di raggiungere, un punto che gli darà il suo vero centro di gravità e il suo vero Essere. Non sarà più un uomo artificiale, un uomo inventato, che rimane sulla superficie delle cose, ma un Uomo Reale. L'obiettivo di questo Lavoro è quello di fare di noi degli uomini e delle donne reali, non gente inventata, governata dalla Falsa Personalità, perché, come tali, nulla ci può succedere, o diciamo, molte poche cose ci appartengono realmente. Se ricordate i principi del Lavoro, e si tratta di trasmettere la propria volontà, così come l'avete, a degli "Io" che desiderano lavorare, alla prosecuzione di questi principi, alla continuazione di certe regole che vi furono insegnate, specialmente sul parlare inutile, interiore ed esteriore, se cominciate ad obbedire all'idea centrale che è necessario, per esempio, ricordarsi di se stesso, devo dire che state rinunciando alla vostra volontà ordinaria, così com'è. Seguendo il Lavoro, meditando in ciò che insegna, pensando a lui, e portandolo nella propria vita di tutti i giorni in un modo nuovo, vi sarà possibile progredire verso il vero lato della sua persona e sfuggire così dalla Legge dell'Accidente. Da questo punto di vista non dovete rinunciare a niente, né tanto meno vi devono dire di fare qualcosa. Dunque gran parte del Lavoro consiste nel non fare qualcosa che si è sempre fatto. Ma qui è necessario lottare molto tempo per comprendere quanto siano gentili le influenze del Lavoro. È necessario, per esempio, che rinunciate alle vostre emozioni negative. Cosa significa rinunciare alle proprie emozioni negative? In primo luogo significa che bisogna seguire ciò che dice il Lavoro. Ma come posso rinunciare ad esse? Innanzi tutto, bisogna osservarle, e poi, cercare di non identificarvi con esse. La maggior parte della gente, dopo cinque minuti che si sono alzati la mattina, cominciano ad identificarsi con le emozioni negative, cioè, s'identificano con le proprie abitudini reattive personali contro la vita. Non osservano ciò che gli succede semplicemente perché mancano di auto osservazione nel senso del Lavoro. Si buttano nell'abbandono. Non si ricordano di se stesse. Non si mantengono unite internamente. In altre parole, nell'alzarsi cadono istantaneamente nel sonno. Passano la giornata attirando verso di loro situazioni e cose che non gli capiterebbero se si ricordasse di se stessi. Mezz'ora di lavoro al mattino produce una notevole differenza durante tutto il giorno. Tutti voi

comprendete molto bene ciò che significa stare sotto la Legge dell'Accidente e la Legge del Destino o Fatalità. Ma la gente deve capirlo da se stessa. Molte volte la gente apre i giornali nel momento in cui si alza. Mi domando perché lo fanno. È necessario forse sommergersi immediatamente negli accidenti della vita senza aver svegliato in se stessi una certa resistenza alla vita, senza aver avuto un istante sacro di Ricordo di Sé con se stesso, in modo tale che la vita e tutti gli accidenti non irrompano istantaneamente ed occupino tutta la psicologia?

Cap. 6 Quaremead, Ugley, 27 ottobre, 1945

OSSERVAZIONE DEGLI "IO" E GLI STATI

Ogni "Io" produce il proprio stato. Ogni persona sta in un certo stato in un determinato momento a causa di un "Io" che gli produce quello stato. Se si ha difficoltà nello studiare i differenti "Io" nella propria persona, ci sono due cose che possono aiutarvi. I differenti "Io" si raggruppano in personalità dentro le Personalità; per esempio, un uomo ha una certa personalità che si relaziona con la sua professione ed un'altra personalità molto diversa relazionata con la sua vita familiare. Queste suddivisioni della Personalità si compongono di un insieme di molti "Io" differenti. In un'occasione il signor Ouspensky si riferì alla difficoltà di discernere i differenti "Io" e disse che dovevamo cercare di vedere i gruppi di "Io" che possono essere denominati subpersonalità. Un uomo va al suo club e mostra una certa personalità; poi si dirige verso il suo ufficio dove assume una personalità differente e poi ritorna alla sua casa dove la sua personalità subisce ancora un cambiamento. L'altro modo di studiare gli "Io" è quello di avvertire il proprio stato. Come dissi, ogni "Io" produce una propria atmosfera, il proprio stato in noi stessi. Nell'esaminare un problema, se si ha il potere d'osservazione successiva, non tardiamo a scoprire che seguiamo differenti vie in differenti momenti. Ciò si deve all'instabile caleidoscopio degli "Io". Quando un "Io" particolare predomina, esaminiamo la cosa attraverso questo "Io", e nell'istante successivo, quando si presenta un altro "Io", esaminiamo la stessa questione in una maniera completamente diversa. Bene, è molto facile essere negativo o deprimersi quando si avverte questo stato in se stessi. Però è un procedere molto errato e ci separa da tutto ciò che insegna il Lavoro. Non abbiamo un "Io" Reale né un "Io" permanente, ed è necessario renderci conto di questo. Dobbiamo vedere la verità da noi stessi. Questo continuo cambiamento dei differenti "Io" in noi è esattamente ciò che ci dicono di osservare. A volte la gente suole dire: "Non posso dire una volta per tutte ciò che penso del signor X? Vi piaccia o non vi piaccia? Ma questa domanda è strampalata perché tutto dipende dall'"Io" in cui state voi nel momento in cui lo incontrate. Ogni "Io" indurrà uno stato differente in voi e in ogni stato differente si giudicherà differentemente.

Bene, se abbiamo già acquisito la memoria-Lavoro per mezzo dell'osservazione di sé si saprà a cosa attenersi. Significa che non si crede già più ai propri differenti stati momentanei – cioè, nei differenti "Io" che appaiono uno dopo l'altro -. Gli "Io" possono essere vinti soltanto con l'osservazione di sé e la non identificazione. Una persona può pensare che deve prendere una decisione definitiva, diciamo riguardo al signor X. Vi farò questa domanda: "Cosa vi spingerà a decidere?" Ogni "Io" farà in

modo che si prenda una decisione diversa – proprio così, ogni “Io” vi darà una visione molto diversa del signor X -. Se si inizia ad osservare i propri “Io” e non ci s’identifica con loro si otterrà finalmente un ritratto del signor X composto di tutti i diversi angoli dai quali lo vedono con voi i diversi “Io”. Pertanto si otterrà un ritratto composto del signor X – non un ritratto che si basa sugli opposti ma un ritratto completo -. Aggiungerò qui che ciò è completamente impossibile se non si discernono i differenti “Io” in voi. Se si manca della memoria che nasce dai momenti di osservazione di sé e di Ricordo di Sé mai si sarà capaci di ottenere un ritratto fedele del signor X. E qual’è la ragione? La ragione è che ancora non si ha un ritratto composto di se stessi e pertanto si sta tuttavia nel “Io” immaginario il cui potere su noi c’induce a dire “Io” ad ogni “Io”. Come si sa, è necessario liberarsi dall’idea di essere uno ed una sola persona invariabile. Questo ferisce la Vanità e l’Orgoglio, forse più ancora l’Orgoglio. Si sa come è difficile per una persona ammettere di aver cambiato parere. Credo che ciò si debba all’Orgoglio. Di sicuro tutti voi conoscono delle persone, se ancora non conoscono se stessi, che credono di essere sempre le stesse. Queste persone vivono dominate da un’illusione. Non vedono di cambiare incessantemente a causa di una successione di differenti “Io” che appaiono nella sua atmosfera cosciente e si fanno carico di lui momentaneamente ed inducono un determinato stato. Ricordate ciò che si disse sugli “Io”, come ogni “Io” è un Califfo per un momento? Dopo un po’ di tempo è assai possibile arrivare ad una tappa nel Lavoro in cui non si crede più di essere una persona vera. Questo forma parte del processo di scioglimento da parte del Lavoro e da una forma di coscienza che la vita rare volte ci dona – proprio così la nuova coscienza che viene mediante l’osservazione di sé alla luce dell’insegnamento esoterico. Questa coscienza si avvicina gradualmente al Terzo Livello di Coscienza, il Livello di Percezione di Sé, o Stato di Ricordo di Sé, o Coscienza di Sé. Non posso pensare ad una definizione migliore di ciò che significa la Percezione di Sé che è quella di percepire i piccoli “Io” in se stessi e di non permettere che si trasformino in Califfi e di non identificarsi con gli stati che inducono.

Bene, riconoscete i vostri stati e riconoscete che ad ogni momento state in uno stato particolare e che in ogni stato vedete le cose in un modo diverso così come nell’andare intorno ad una casa la si vede da differenti angoli in ogni momento? Forse non sarete capaci di vedere un “Io”, perché penso a volte che la gente crede che un “Io” é qualcosa scritta in un manifesto e non vede che un “Io” può essere scoperto soltanto per lo stato che produce in noi stessi. E un “Io” non può essere riconosciuto come un “Io” in questo modo. E può solo essere riconosciuto con l’osservazione dello stato emozionale ed intellettuale che induce. Per esempio, ci si scopre ad avere certi pensieri e sentimenti, o ci ritrova in un certo stato d’animo. Forse non si comprende chiaramente che questo stato è dovuto ad un “Io” predominante in voi in quel momento. Si è identificati con questo “Io” e si vede tutto attraverso di lui. Si pensa per mezzo di lui, si hanno i suoi pensieri, si sente attraverso di lui, si sentono le sue emozioni. Bene, se state osservando i vostri pensieri ed emozioni e dopo un po’ di tempo riconoscete di avere avuto gli stessi pensieri ed emozioni precedentemente, riconoscerete che questo è un “Io” in voi, e se si ha il beneficio di una memoria

dovuta all'osservazione di sé si saprà molto bene che questi pensieri, queste emozioni, giungeranno ad essere dopo molto diversi – cioè, quando un diverso “Io” predomina in voi -. In effetti, talvolta questi pensieri, queste emozioni ci fanno sorridere e ci fanno chiedere il perché si prese tutto in quella maniera. Questo è esattamente quello che è un “Io”. Non si può vedere un “Io” come si può vedere un essere umano o una farfalla o un pezzo di carbone; non è un oggetto che sta fuori di voi. Si può osservare un “Io” solamente per gli effetti che produce in voi, per ciò che vi suggerisce, per quello che dice e per i pensieri che suscita in voi e le emozioni che vi fa sentire. È molto conveniente domandarsi a volte ciò che segue: “In quale stato io sto?” Dopo essere stato un periodo nel Lavoro si scoprirà che questa è una domanda difficile a cui rispondere perché si hanno ricordi di tanti stati differenti, oltre lo stato in cui si sta, perché non si accetta lo stato particolare che si è raggiunto mediante l’”Io” che cerca di persuaderci e far sì che si creda in lui in detto momento. In altre parole, cominciate a muovervi ed appartarvi dai vostri successivi stati – proprio così, dal potere dei successivi “Io” che cercano di ipnotizzarvi ed obbligarvi ad obbedirlo-. Questo è un movimento verso l’”Io” Reale. È chiaro che l’”Io” Reale non obbedisce a nessuno ma solo a se stesso e controlla tutti gli altri “Io”. Ma con lo scopo di avvicinarsi a questo stato psicologico dove vive l’”Io” Reale – ed è un viaggio molto lungo – innanzitutto è necessario non sottomettersi ai cangianti “Io” che non sono voi, né tanto meno l’”Io” Reale, ma che cercano sempre di persuaderci che loro sono voi. Ogni “Io” vi dice queste parole: “Guarda, questo è quello che eri veramente. Sono tu e così è come senti, così è come pensi”. E vi assicuro che questi “Io” sono ipnotizzatori molto abili e nella maggior parte della gente la sua azione ha completo successo. La maggior parte della gente crede in ogni “Io” successivo che occupa la loro mente in un momento dato.

Per questo è necessario avvertire gli “Io” attraverso l’osservazione dei nostri stati. Iniziamo questo Lavoro osservando i nostri stati e la qualità dei nostri pensieri e la qualità dei nostri sentimenti. Vi darò un altro esempio: Qualcuno venne a trovarmi l’altro giorno e mi disse: “Mi sento scoraggiato per i miei progressi nel Lavoro”. Gli risposi: “Perché non osservate l’”Io” che sta in voi?”

Cap. 7 Quaremead, Ugley, 3 novembre, 1945

NOTA SUL RILASSAMENTO

È da molto tempo che non parliamo del rilassamento. In passato in varie occasioni ci dissero che dovevamo rilassarci e praticare il rilassamento tutti i giorni. È chiaro che questa è diventata una parola familiare che oggi manca di significato nei termini ordinari, ma quando il Lavoro parla del rilassamento si riferisce a qualcosa di molto diverso e che tutti dovremmo praticare. Vi dirò ciò che il Lavoro dice sul rilassamento. Dice che ogni rilassamento deve iniziare con i piccoli muscoli, come i piccoli muscoli del viso, le dita delle mani e dei piedi. Ci insegnarono ad iniziare da quelli del viso e prestare un’attenzione interna ai piccoli muscoli del viso e a rilassarli – i muscoli intorno alla bocca, intorno agli occhi, e perfino i muscoli stessi dell’occhio.

Bene, se parliamo sul rilassamento dobbiamo parlare anche sull'attenzione interna. In noi ci sono due tipi di attenzione, una esterna e l'altra interna. Per esempio, quando uno osserva se stesso, i propri stati d'animo, i pensieri, ed altro, si sta usando l'attenzione interna – cioè, l'attenzione che non è diretta verso nessun oggetto esterno, visibile, tangibile o udibile con i sensi. L'osservazione di sé non si riferisce a nessuna cosa che i sensi possono vedere, sentire, ecc., ma soltanto unicamente ciò che il senso interiore può osservare. Questa è un'attenzione interna. Per quanto riguarda il collocare la coscienza mediante l'attenzione in diverse parti del corpo, è necessario iniziarlo gradualmente. Per esempio, per mezzo dell'attenzione interna, si può arrivare ad avere coscienza di una parte particolare del proprio corpo, diciamo, il piede sinistro, e poi trasferirlo al piede destro, e così via? È inutile cercare di rilassarsi se non si ha nessuna idea di cosa significa l'attenzione interna diretta verso una parte determinata del corpo. Come dissi, il Lavoro insegna che il rilassamento comincia rilassando i piccoli muscoli della faccia. Non conviene di cercare di rilassarsi se la fronte è corrugata, la bocca contratta e le mandibole sono in tensione. Per questa ragione è necessario arrivare ad essere internamente coscienti dello stato dei muscoli del viso, per cominciare. E questo atto di attenzione interna produrrà la condizione corretta per il rilassamento dell'intero corpo. La cosa importante, però, è che è necessario farlo. Sono trasportato dalla corrente di vita dei pensieri, ansietà e preoccupazioni inutili. E la gente arriva a pensare che l'interruzione di questa corrente semplicemente meccanica delle cose che la mantengono occupata in ogni momento è qualcosa che non dovrebbero fare, che è una cosa irrazionale. Ma in questo caso non è così. Se si può interrompere questa corrente meccanica che ci governa, la corrente di vita, questo film cinematografico che ci attraversa perennemente, quantunque per un istante, ci farà ottenere più forza. Per questo conviene iniziare mettendo l'attenzione interna nei muscoli del viso ed osservare quanta attenzione vi è lì.

Il signor O. una volta disse che la vita moderna produce sempre tensioni nei nostri muscoli, espressioni ansiose, movimenti affrettati, e che tutto ciò è una perdita di un'enorme quantità di energia. Ma, per Dio, non cercate di rilassare i piccoli muscoli della faccia quando state attraversando Piccadilly Circus. È un grande errore. Di fatto, lo si potrebbe qualificare di fare lo sforzo opportuno in un momento inopportuno e se si fa uno sforzo opportuno in un momento inopportuno, o uno sforzo inopportuno nel momento opportuno, si corrono dei rischi. Vi è un momento per ogni cosa – proprio così, il momento giusto in cui si devono fare le cose -. Per questa ragione desidero che questa sera si legga il seguente passaggio dell'Ecclesiaste che si riferisce al momento appropriato per fare le cose, perché se si realizza uno sforzo in un momento che non è appropriato, quantunque lo sforzo sia buono, niente risulterà da esso.

“Tutto ha il suo tempo, e tutto quello che si desidera sotto il cielo ha la sua ora. Tempo di nascere, e tempo di morire, tempo per piantare, e tempo per raccogliere; tempo per uccidere, e tempo per curare; tempo per distruggere, e tempo per costruire; tempo per piangere, e tempo per ridere; tempo per star fermi, e tempo per ballare; tempo per spargere pietre, e tempo per mettere insieme pietre; tempo per guadagnare e tempo per perdere; tempo per guardare, e tempo per rifiutare; tempo

per strappare, e tempo per cucire; tempo per stare in silenzio, e tempo per parlare; tempo per amare, e tempo per odiare; tempo per la guerra, e tempo per la pace”.
(Eclesiaste, III, 1.8.)

Immaginate di rimanere immobili in mezzo al traffico e di cercare di rilassare i piccoli muscoli del vostro viso, e poi se una macchina vi investe vi lamentate che vi è stato ordinato di farlo. Questa sarebbe semplicemente una follia equiparabile a quella gente che sta agli inizi del Lavoro cui si era detto di lottare contro la meccanicità e che credono che converrebbe mangiare carbone o restare in piedi in un autobus vuoto, o di mangiare con il coltello nella mano sinistra e la forchetta nella destra. Tutti questi sforzi sono inutili perché non sono intelligenti. Il Lavoro si occupa degli sforzi intelligenti.

L'altro giorno, nella riunione che si tenne qui si fece la seguente domanda: “Avete studiato il vostro Essere anche solo un pochino ed avete avvertito ciò che nel vostro Essere deve essere trasformato alla luce del Lavoro?” Supponendo che non avete mai osservato il vostro Essere neppure un poco e iniziate a fare questo Lavoro come vi dissero, vi farà forse bene? Il Lavoro si metterà in connessione con voi? Supponendo, per esempio, che non percepiate mai le vostre emozioni negative, la vostra invidia, le vostre gelosie, ed altro, eppure cercate sempre di lavorare sul Centro Emozionale in un modo teorico, vi farà per caso un po' di bene?

Bene, questa sera parleremo delle posture, dei muscoli – in somma, del Centro Motorio -. Suppongo che sappiate che ogni centro ipnotizza gli altri centri. Supponiamo che un uomo adotti invariabilmente nel suo Centro Motorio una postura muscolare di depressione ed i piccoli muscoli del viso esprimono una specie di tristezza – credete che un uomo simile sarà capace di avere emozioni piacevoli o pensieri interessanti? - Di certo no. È incatenato alla sua postura muscolare. Tutti voi sapete che gli stati depressivi suscitano nella nostra postura un aspetto di depressione. Nel Lavoro, una persona intelligente cambierà di postura, quando cerca di separarsi dalle emozioni negative che lo dominano, perché ogni emozione negativa produce una posizione muscolare che gli è propria. Un uomo entra in casa, avvilito, con le spalle curve, la tristezza dipinta sul viso, ed in seguito si rende conto di essere in uno stato negativo, che tal volta è abituale, se non altera la posizione dei suoi muscoli. Nello stesso modo, per ritornare alla questione dei piccoli muscoli della faccia, ha sempre in tiro le sue labbra, l'aspetto preoccupato, angosciato o ansioso, in seguito uno si rende conto che questa persona sta in un cattivo stato, e a meno che la s'induca a sorridere o a mantenersi più attenta rimarrà ipnotizzata dalla sua postura. È necessario comprendere che questa postura non è una semplice questione dei grandi muscoli del corpo ma anche dei piccoli muscoli. Voglio dire che non serve a nulla mantenersi con le spalle dritte se il viso ha un'espressione di tristezza perché il viso - proprio così, i centouno piccoli muscoli che controllano le espressioni del viso – è governato direttamente dal Centro Emozionale, perché il viso riflette le emozioni più di qualsiasi altra parte del corpo. Non si simpatizza con un uomo che dice di amare una persona, mentre parla con la bocca contratta. Uno si rende proprio conto che sta mentendo e usando parole mancanti di ogni significato, che sfortunatamente è la condizione in cui stiamo nella maggior parte del tempo. Bene, giacché il Centro

Motorio può ipnotizzare i centri Emozionale ed Intellettuale, conviene osservare la propria postura e l'espressione facciale, la postura del viso, a volte, e studiare attraverso l'attenzione interna il modo di alterare queste posture. Se si rilasciano i muscoli, specialmente i piccoli muscoli, succede che si entra in uno stato differente di emozione e di pensiero. Non avete osservato come la gente adotta certe posture, certe espressioni facciali? Bene, supponiamo che in questo momento questo uomo o questa donna osservi se stesso e inizi a rilassare i muscoli, sia i grandi come i piccoli, vi è forse la possibilità che lo stato di frenesia in cui è prosegua o aumenti? Certamente no. Sfortunatamente, non lavoriamo mai su noi stessi nel momento in cui dovremmo farlo, perché preferiamo molto di più cadere nelle caratteristiche reazioni meccaniche davanti alle questioni ordinarie della vita prima di prenderle più coscientemente e con qualche grado di Ricordo di Sé. Di fatto, l'uomo che si lascia portare da un impulso, se osservasse la tensione dei suoi muscoli, ricorderebbe se stesso nei momenti critici e questo cambierebbe completamente la sua condotta.

Studiate pertanto il rilassamento ogni volta che ne avete l'opportunità di farlo. Osservate come i muscoli del vostro viso si contraggono e cercate di portare la vostra attenzione interna ai muscoli del vostro viso per rilassarli. Vi consiglio d'iniziare con i muscoli che stanno intorno agli occhi e poi con quelli che stanno intorno alle narici (questi muscoli che suscitano tanto facilmente quella brutta smorfia di disprezzo) e poi i piccoli muscoli che stanno intorno alla bocca e quelli delle mascelle; e portate la vostra attenzione interna a quei muscoli che stanno proprio sotto il mento e nella parte posteriore del collo e poi alla nuca e rilassate questi muscoli che lo fanno irrigidire, e poi portatela ai grandi muscoli intorno alle spalle, e discendete gradualmente fino alle dita dei piedi. Naturalmente, esige molto tempo ed è molto conveniente farlo. Ho lasciato da parte i muscoli della mano. Avrei dovuto dire: Passate dalle spalle alle braccia e da lì alle mani ed iniziate con i muscoli dei polsi. Portate la vostra attenzione interna ai muscoli dei polsi affinché essi siano molto flessibili, molto sciolti, e poi cercate di portarla ai piccoli muscoli delle dita e rilassateli. Ogni persona che visita in questo modo le tensioni muscolari del suo corpo giungerà a conoscere un certo numero di muscoli che generalmente non si rilassano in un modo appropriato. Vi ricordo innanzi tutto che non è possibile rilassarsi dicendo a se stessi: "Rilassati". È in realtà un esercizio di attenzione interna. È uno sforzo diretto che è necessario fare coscientemente e che si realizza una volta la settimana darà buoni risultati. Molte volte la gente soffre d'insonnia perché un certo gruppo di muscoli rimane in uno stato di tensione. Potete osservare il vostro Centro Emozionale e il vostro Centro Intellettuale e cercare di rilassarsi – proprio così, non identificarsi in questi due centri – eppure non osservare, attraverso l'attenzione diretta, le contrazioni muscolari che esistono nel vostro corpo. Bene, questo argomento tratta del rilassamento muscolare. Tratta del rilassamento del Centro Motorio. Vi ricorderò ancora che il Lavoro dice che ogni centro può ipnotizzare un altro centro. Nel caso del Centro Motorio significa che certe posture ed espressioni caratteristiche inducono in una persona emozioni e sentimenti caratteristici. Per esempio, una persona che ha fretta, che non può smettere di correre da un lato all'altro, è una persona che ha un Centro Motorio che assume certe posizioni o

posture o meglio, in questo caso, certi movimenti che appartengono alla stessa idea, e per tanto è sempre ipnotizzata dal Centro Motorio che si arroga queste posture e movimenti. Questi movimenti affrettati suscitano emozioni e pensieri affrettati ed ansiosi. È per questo che la malattia è a volte così conveniente. L'unica cosa che posso dire è di averlo osservato molte volte in me stesso. La malattia tranquillizza il Centro Motorio e per questo motivo che molte volte fa così bene il rilassarsi. Alcuni di voi forse hanno osservato la stessa cosa. A volte non sono emozionalmente ansioso se non ho nessuna ragione per esserlo, ma se sono abituato a fare movimenti frettolosi e non ho apparentemente tempo per fare niente, il mio Centro Motorio ipnotizzerà il mio Centro Emozionale suscitandogli il sentimento di ansietà e frustrazione. Naturalmente, non è una ragione per cui tutti dobbiamo andare maestosamente e lentamente per dimostrare di essere rilassati. È necessario essere realmente rilassati mediante l'attenzione interna, quando si deve esserlo e quando si sente che il rilassamento è necessario. Se s'inizia con i piccoli muscoli del viso e se si fa questo esercizio molto sinceramente vi sorprenderà di scoprire che molte volte i pensieri difficili ed opprimenti spariscono completamente. Per esempio, smetto di corrugare la fronte per un momento. Voglio dire, non smetto di aggrottare la fronte solo perché mi è stato detto di non farlo ma che lo faccio per mezzo dell'attenzione interna portata ai muscoli che dirigono l'aggrottamento della fronte, ed è qui, che tutti i pensieri che accompagnano l'aggrottamento della fronte spariscono. Ciò significa che la posizione del vostro viso li mantiene in funzione. Inoltre, la gente che porta fuori la mandibola e stringe i pugni si sorprenderà molto se smette di farlo – si sente come se fosse fuori di se stessa – ma, supposto che tutti desiderano continuare ad essere meccanici e a non cambiare assolutamente, mi immagino che queste persone seguiranno a sporgere il petto e a stringere i pugni come lo facevano prima.

Bene, nel parlare di questo argomento è necessario ricordare che iniziamo il Lavoro con il rilassamento dei muscoli del viso, ed esige molta pratica portare la coscienza a questi muscoli e rilassarli uno dopo l'altro, ed è necessario ricordare specialmente i piccoli muscoli che stanno immediatamente sotto la pelle nella parte inferiore del mento e i muscoli della nuca. La mia esperienza personale mi ha insegnato che il rilassamento dei muscoli del polso nei momenti in cui non ho tempo per fare un'altra cosa, è estremamente utile. Bisogna mettere giù le mani che esprimono con molta facilità la violenza.

Cap. 8 Quaremead, Ugley, 17 novembre, 1945
IL LAVORO SUL CENTRO EMOZIONALE

Nell'ultima riunione qualcuno domandò come si lavora sul Centro Emozionale. La grande difficoltà con il Centro Emozionale é che noi siamo sempre identificati con esso - cioè, con le emozioni in cui siamo in ogni particolare momento. Noi abbiamo grandi difficoltà a separarci dallo stato emozionale del momento. Noi diamo per scontato il nostro stato emozionale. Per esempio, noi ci sentiamo emozionalmente gelosi, il che é diverso dal sentirsi gelosi istintivamente, e siamo completamente identificati con questa emozione. O ancora, siamo depressi emozionalmente, ed ancora una volta, noi prendiamo questo stato come qualcosa che non mettiamo in

dubbio. Come voi sapete, il Lavoro insegna che il Centro Emozionale é il centro piú difficile con cui trattare. Abbiamo sentito che esso é chiamato l'elefante matto, e che dobbiamo mettere ad ogni lato di esso due elefanti addomesticati, uno dei quali é il Centro Intellettuale e l'altro il Centro Motorio. L'intera questione é situata nella difficoltà di osservare il Centro Emozionale in modo non identificato. La ragione é che noi ci identifichiamo con le nostre emozioni piú che con ogni altra cosa, cosí lo ripeto, noi prendiamo sempre per scontato il nostro stato emozionale, e non come qualcosa che dobbiamo osservare e da cui dobbiamo separarci. Ognuno ha una serie tipica di stati emozionali costantemente ricorrenti, i quali variano dal piú grande eccitamento ed entusiasmo ai sentimenti piú depressivi e morbosi. Ma poiché la forza delle emozioni é accecante, le persone rimangono attaccate alla ruota girante delle loro emozioni. In altre parole la gente non diffida delle proprie emozioni, ma le prende come se fossero degli stati completamente genuini e reali. Essi accettano le loro emozioni come giuste in ogni momento. E poiché le emozioni sono cosí difficili da osservare, a causa della nostra tendenza ad identificarci con esse, la gente non le osserva come qualcosa che é solo di osservare e non da seguire. Il punto di partenza é sempre situato nell'auto-osservazione, ed in questo caso l'osservazione dello stato emozionale. Ora, siete capaci di farlo? Potete osservare il vostro stato emozionale senza crederlo per scontato come se fosse il vostro stato reale? "Qualcuno di voi ha già collocato nella sua memoria di Lavoro la conoscenza dei suoi tipici e ricorrenti stati emozionali?" In altre parole, come ho già detto, non credete al vostro stato emozionale e dite a voi stessi: "Perché sono in questo stato emozionale? Ed in rapporto con che cosa é sorto?" Lo sforzo di attenzione interna allora comincerà a separarvi dallo stato emozionale, e perciò sarete capaci di disarmarlo, di non andare con lui, di non credere in lui, di non prenderlo per scontato.

Per i nostri stati emozionali ci sono, in ogni momento, due sorgenti. Una sorgente é qualche stimolo esterno, come una persona che non si comporta bene con voi, o che vi dice qualcosa di spiacevole, e l'altra sorgente é la tipica abituale emozione che viene da un patetico sentimento del vostro passato. Il superamento del passato é una grande linea di lavoro personale su di voi. Alcune persone hanno una lista cosí grande di momenti infelici che essi hanno nutrito cosí a lungo che spesso é molto difficile per loro sfuggire a questi patetici stati, i quali naturalmente danno origine a continue emozioni negative che creano solo sofferenza inutile. Questo lavoro personale é di un tipo molto speciale ed ognuno, dopo un certo tempo deve essere capace di affrontarlo. Alla fine l'intero passato deve essere cancellato. In altre parole, noi non dobbiamo avere niente contro nessuno. Noi dobbiamo perdonare tutti i debiti.

E possiamo farlo solo cambiando completamente la nostra opinione su noi stessi per mezzo dell'auto-osservazione. La sorgente esterna é come gli altri si comportano verso di voi ogni giorno. Voi diventati negativi verso qualcuno perché si comporta con voi in un modo che voi ritenete sbagliato. E voi dovete anche vedere che queste due sorgenti, esterna ed interna, di emozioni negative, sono collegate molto strettamente. In un'occasione, in cui il signor Ouspensky stava parlando di questo argomento, e di come noi ci identifichiamo con ogni stato emozionale, egli diede

questa formula: ***”Per non identificarvi non prendete niente seriamente fuorché il lavoro”***.

Ora, riguardo all’essere negativo e all’averne uno stato emozionale sgradevole nei riguardi di una persona particolare - supponiamo che siete arrivati al punto di essere capaci di osservare che siete in uno sgradevole stato emozionale, e questo naturalmente significa che non vi state affatto identificando con questo stato - così supponiamo che siate un po’ consci di essere in uno stato negativo verso una data persona - come vi comporterete? Qui entra tutto il lavoro che voi avete fatto personalmente. Cercate di formulare cosa è che vi rende negativi verso questa persona, e poi guardate nel libro della vostra personale auto-osservazione, nei vostri dischi di voi stessi; cioè della vostra memoria di Lavoro, e cercate di vedere se ciò che trovate così difficile da sopportare nell’altra persona non sia qualcosa che anche voi avete in voi stessi. La realizzazione che voi stessi siete problematici, proprio come la persona che state criticando, produce istantaneamente il magico sentimento di accettazione, di cancellazione, di libertà. Per fare questo, dovete usare il Centro Intellettuale, in altre parole, voi dovete pensare.

Questo è un ottimo esempio di cosa significa pensare nel senso del Lavoro, e posso assicurarvi che se penserete in questo modo, questo vi darà il più grande sentimento di libertà che abbiate mai sperimentato. Questa è in realtà la stessa cosa di cui si è parlato prima. È estremamente difficile farci fronte, e all’inizio tal volta non si è capaci di farlo.

D’altra parte, supponiamo che voi siate negativi perché qualcuno ha detto qualcosa di sgradevole su di voi. Ora ogni avvenimento che vi accade, come nel caso in cui qualcuno ha detto qualcosa di sgradevole, può essere trasformato. Tutto questo Lavoro riguarda la trasformazione di noi stessi, sia in relazione al nostro passato che in relazione a quello che ci sta accadendo ora. Io posso solo dire: Avete mai detto agli altri qualcosa di sgradevole, e siete capaci di ricordare che in passato avete detto qualcosa di ugualmente sgradevole? Posso assicurarvi che se riuscirete a farlo, il fatto che qualcuno vi ha detto qualcosa di sgradevole, sarà completamente cancellato, completamente indifferente, sebbene non sarete capaci di fare tutto questo nel momento esatto in cui vi viene detto qualcosa di sgradevole. Molto del nostro lavoro personale viene fatto dopo l’avvenimento. È completamente inutile perdonare: dovete cancellare. E questo viene sempre fatto trovando la stesse cose in voi stessi, e la troverete sempre se sarete sinceri. Nessuno può comportarsi con voi in modo diverso dal modo in cui voi vi comportate verso gli altri, perché il vostro Essere attrae la vostra vita. Capite che deve essere così, se è possibile credere nello psicotrasformismo? Il guaio con noi è che noi diamo per scontato, di essere persone piacevoli e dolci, ed a questo punto dovete ricordare che se anche non avete detto niente di sgradevole, pur tuttavia voi avete pensato qualcosa di sgradevole e vi avete acconsentito. Nel Lavoro dovete capire che ciò che pensate psicologicamente voi stessi, nel vostro privato, ha lo stesso valore di quello che dite. Sto parlando di quei pensieri ai quali voi avete consentito, quegli assegni che voi avete firmato Essi contano tanto quanto quello che voi dite apertamente. I Vangeli parlano spesso di questo. Ma il caso è completamente diverso con una persona nel Lavoro, nella cui

mente arrivano molti sgradevoli pensieri sugli altri, ma che non acconsente a questi pensieri. Quando non vi unite ai vostri pensieri e sentimenti sgradevoli riguardo agli altri, ma siete solo consapevoli di essi, voi state realmente lavorando su voi stessi. Questo è il lavoro personale. Se voi siete così pazzi da dire: “Perché ho questi pensieri e sentimenti sugli altri? Voi sbagliate completamente. In questo modo state solo cercando di fare terminare la lotta in voi stessi. Ma ogni lotta, ci da una possibilità di sviluppo e suppongo che sia giusto dire che ogni sviluppo consiste nel non identificarsi con quello con cui il Lavoro ci insegna a non identificarci. Se voi acconsentite a pensieri negativi, amari, sospettosi, non vedete che il piccolo recipiente del lavoro che voi state cercando di costruire, la piccola storta, ha già una perdita per riparare la quale possono servire settimane, e spesso si tratta di una cosa apparentemente molto piccola e banale, che esaurisce completamente la vostra forza, perché crea in voi una perdita. Naturalmente i pensieri di auto-compassione creano dei buchi in voi. Voi diventate, invece di un alambicco, un colabrodo pieno di buchi nel quale ogni cosa versata dentro, ogni cosa che fate per voi, va perduta. Prendete l'invidia. L'invidia sembra una piccola cosa, ma crea un buco molto grande. Prendete la malizia. Prendete il pungiglione sulla vostra lingua, crea un buco molto grande. O prendete l'odio che nasce per essere stato offeso. Tutti questi stati sono stati di identificazione.

Tutto l'insegnamento psicologico, ogni vero insegnamento psicologico riguarda il modo di crescere un uomo, ed ha uno scopo ben definito, cioè se un uomo conserva la sua forza in un certo modo, egli può creare in se stesso un uomo nuovo, una persona diversa. *Le metafore usate per comunicare questi insegnamenti sono cambiate nelle diverse epoche. Negli insegnamenti alchemici, che apparentemente trattano del cambiamento del piombo in oro, ma che in realtà trattano del cambiamento dell'uomo stesso in un nuovo essere, c'è sempre quest'idea di un alambicco, qualcosa che non può essere penetrata da influenze sbagliate, qualcosa che unisce tutte le parti essenziali dell'uomo ed attraverso una certa frizione lo trasforma in un nuovo corpo.*

Noi cerchiamo di raggiungere un livello di Essere superiore. Qual'è un segno di un livello superiore di Essere? Permettetemi di girare la domanda in questo modo: Pensate che una persona che è piena di auto-compatimento, di invidie, gelosie, rimpianti, malignità, depressioni e stati negativi di ogni tipo, possa entrare nel Regno dei Cieli? Che cosa è il Regno dei Cieli? Niente altro fuorché quello a cui conduce la pratica della vera psicologia che in questo Lavoro è chiamato “Essere Superiore”. Così abbiamo qualcosa di definito da fare. Non è una teoria né un'invenzione: è un insegnamento permanente. Questo lavoro ci insegna qualcosa di completamente reale e definito. È una *via* che conduce a qualcosa di definito e possibile per coloro che sanno udire. Riguarda l'uomo ed il suo significato permanente, non il suo significato provvisorio. E perciò c'è qualcosa che necessariamente risponderà all'uomo se egli farà gli sforzi giusti e le giuste richieste, perché l'uomo ha un significato e l'Universo ha un significato.

Ora torniamo all'argomento originale di come trattare con il Centro Emozionale. Questa è una cosa difficile, e nessuno può sperare di poterlo fare per moltissimi anni.

Ma le persone che desiderano fare questo Lavoro devono cominciare ad indagare sul proprio livello, le loro emozioni sgradevoli, perché il Lavoro insegna che praticamente tutte le emozioni che conosciamo sono sgradevoli. Per esempio, trionfare su un rivale é un'emozione molto sgradevole, sebbene al nostro livello la prendiamo come un'emozione piacevole. E perfino le emozioni più piacevoli che noi sperimentiamo ordinariamente diventano in un attimo le emozioni più sgradevoli, se viene toccato il nostro orgoglio o la nostra vanità. Il motivo é che tutte le nostre emozioni sono basate sull'amore di sé e se c'è adulazione noi ci sentiamo molto bene, e se non c'è adulazione ci sentiamo depressi. Per questo motivo é bene diffidare delle proprie emozioni, sia piacevoli che spiacevoli e dovremmo diffidare soprattutto dell'entusiasmo.

Ora il Lavoro insegna che ci sono emozioni che non cambiano, e vengono chiamate emozioni positive mentre quelle che noi chiamiamo ordinarie emozioni positive, il Lavoro le chiama solo "piacevoli o spiacevoli". Il Lavoro insegna che ancora non abbiamo emozioni positive. Per mia esperienza personale io penso che occasionalmente noi abbiamo reali emozioni per un breve periodo, ed esse sono sempre completamente libere dall'amore di sé. Ma penso anche che esse siano molto rare e facilmente inventate.

Ora il Lavoro dice che non possiamo creare emozioni positive da noi stessi. Esso dice che le emozioni positive qualche volta arrivano se abbiamo lavorato genuinamente, ed arrivano come premio. Dice anche che la caratteristica di un'emozione positiva, la quale viene dal Centro Emozionale Superiore, é quella di non cambiare mai nel suo opposto. Il nostro amore ordinario diventa facilmente odio. Un'emozione positiva non ha opposti, perché appartiene alla Terza Forza che é tra gli opposti. Come sappiamo la purificazione del Centro Emozionale é uno dei nostri grandi obiettivi. Possiamo ottenerla solo attraverso la purificazione del Centro Intellettuale, attraverso nuove idee sia su noi stessi che su gli altri, che sul significato di tutta la vita sulla Terra. Quando la mente comincia a vedere la nuova Verità, allora il Centro Emozionale, comincia a rinunciare e queste false emozioni. Lo scopo finale é il risveglio del Centro Emozionale in modo che esso possa ricevere vere emozioni positive. Tutto ciò é molto lontano da noi che sappiamo di dover fare molto lavoro sul nostro Centro Emozionale e sui nostri presenti stati emozionali che ne risultano. Non pensate che questo possa essere fatto in un momento. Dobbiamo cominciare a dissolvere il nostro ordinario sentimento meccanico di noi stessi; ed ora vi chiederò: Quanti di voi sono convinti di essere perfettamente giusti? Dobbiamo cominciare a spezzare le sorgenti di questo amore di sé e sentimento di sé, che attualmente ci governano. Cristo é nato in una mangiatoia per insegnarci che l'uomo può crescere.

Cap. 9 Quaremead, Ugley, 24 novembre, 1945
IL LAVORO SUGLI ATTEGGIAMENTI

In questa breve dissertazione ci occuperemo ancora dell'idea degli atteggiamenti. Il Lavoro c'insegna che dobbiamo osservare i nostri atteggiamenti. Si può dare il nome di atteggiamenti a semplici punti di vista che si adoperano meccanicamente, ma questa definizione è semplicemente un'introduzione all'idea degli atteggiamenti. Per

iniziare gli atteggiamenti si possono osservare soltanto dai suoi risultati. Un atteggiamento è qualcosa che si forma a causa di una lunga abitudine di pensare in modo scontato. La prima cosa che dobbiamo tenere in conto è quella di riconoscere la verità dell'idea di avere degli atteggiamenti, punti di vista tipici, modi caratteristici di prendere le cose, e che naturalmente questo appartiene alla nostra psicologia meccanica e per tanto morta, proprio così, il lato della nostra psicologia che non può cambiare. Si può avere un atteggiamento sullo stato del tempo, un atteggiamento sulla religione, e sulla scienza, un atteggiamento verso le altre persone, un atteggiamento riguardo la politica, e così via. Ciò che la gente non discerne è che i loro atteggiamenti nascosti le creano molti dispiaceri e le impedisce ogni ulteriore comprensione. Nessuno, naturalmente, ammette di avere degli atteggiamenti tipici.

Riferirò di passaggio un'osservazione che udì recentemente. L'osservazione è la seguente: "Ho cercato di mantenermi sveglio a tratti più di una volta al giorno, per un'osservazione di me stesso imparziale. Mi è parso di avvertire che un pezzo di me stesso si separasse dal resto della mia persona e mi stesse osservando. Un lato di me stesso osservava l'altro lato ma facendolo in un modo completamente imparziale. Questo altro lato di me stesso che stava osservando prendeva a modo suo una situazione di vita che si ripeteva spesso. Immediatamente ebbi la sensazione di ricordare il futuro. Come risultato tutta la situazione cambiò, non era solo il futuro che stavo osservando ma mi pareva di osservare anche il passato e il futuro allo stesso tempo in relazione alla stessa situazione con la quale mi vedevo confrontato, e vedevo il mio atteggiamento verso di essa ed era come se mi liberassi da detta situazione."

Commenterò questa osservazione, che non manca di valore, dal punto di vista del Lavoro. Un certo lato del Lavoro è connesso con l'idea del Karma Yoga. Non ha nulla a che vedere con il disimpegno o la rappresentazione cosciente di una parte nella vita che, probabilmente poche persone possono avere se non per un breve tempo, così come siamo ora. Il Karma Yoga ha a che vedere con il Lavoro nella situazione presente in cui stiamo Karmicamente, e nel trovare la maniera appropriata di comportarsi nei suoi confronti. È impossibile praticare il Karma Yoga se uno non osserva se stesso, proprio così, se non si divide in un lato osservatore ed un lato osservato. In ogni momento ognuno di noi prende qualche avvenimento, qualche situazione nella vita, in un modo meccanico e caratteristico principalmente per mezzo dell'atteggiamento. La pratica di quest'aspetto del Lavoro connesso con il Karma Yoga non ha nulla a che vedere con il cambiamento della situazione stessa ma con il cambiamento del modo di affrontarla. Se qualche persona ha praticato l'osservazione di sé sinceramente ed ha raggiunto realmente la tappa nella quale non è già più soddisfatta di se stessa e non crede che quanto dice e pensa sia sempre giusto o accertato, allora le è possibile praticare il lato del Lavoro che si relaziona con questa forma particolare dell'insegnamento yoga chiamato Karma Yoga. Ora, è necessario che tutti voi comprendiate che essere capaci di fare questo passo significa che si è già arrivati ad un certo punto nel Lavoro e che si è desiderosi di lavorare su di sé e di non identificarsi completamente con se stessi così come si è, che come si sa, è in generale un sé molto sfortunato. Qui suggerirò uno o due punti. **Il primo è:** Tra voi, quanti

sono coloro che conoscono o che si sono resi conto di poter superare una situazione tipica, un avvenimento tipico in un modo diverso da quello abituale? **Il secondo è:** “Avere la capacità di osservare se stessi imparzialmente. Ogni cosa si ripete nella vita di ogni persona, nasce la stessa situazione, gli stessi eventi, e la stessa psicologia meccanica si scontra con esse e reagisce nella stessa maniera meccanica giorno dopo giorno, settimana dopo settimana. Nell’insegnamento esoterico tutti gli sforzi per farci svegliare e farci arrivare ad essere diversi da quello che la vita ci ha fatto, la pratica del Karma Yoga è qualcosa che si può comprendere intelligentemente e che ci darà un risultato immediato. Avrete notato nell’esempio menzionato precedentemente che quando avviene l’osservazione di sé imparziale si ha allo stesso tempo il senso del futuro e il senso del passato. Il comportamento tipico, la reazione caratteristica contro una situazione, portano a diventare coscienti, ed in seguito si ha la sensazione del futuro –proprio così, che questa cosa avviene una ed un’altra volta-. Ed immediatamente nasce un sentimento di liberazione da quella non riconosciuta prigione di sé, servitù di sé, a causa della propria psicologia meccanica, alla propria disposizione meccanica. Qui abbiamo un buonissimo esempio di ciò che significa questo lato del Lavoro nella pratica, ma siamo abitualmente così immersi nel sonno o così identificati con ogni reazione meccanica tipica, e lo siamo a tal punto che ci comportiamo sempre esattamente nello stesso modo di fronte alle situazioni che si ripetono, e perdiamo continuamente forza e rimaniamo nel nostro stato di sonno profondo, perché è necessario ricordare che se si desidera svegliarsi bisogna scoprire in quale modo si può ottenere forza ed immagazzinarla, e non ci si può svegliare se non accumuliamo forza per immagazzinarla. E molte volte i momenti pesanti e morti sono quelli che estraggono quotidianamente la forza di tutte le persone, questo solito modo di prendere le cose attraverso comportamenti usuali sono quelli che producono una costante perdita di forza.

Bene, un esercizio molto conveniente è quello di affrontare la giornata odierna in un modo completamente nuovo. Ripeto che è un buon esercizio prendere nella settimana tutto ciò che capita, tutte le solite disavventure ed i compiti sgradevoli e tutto il resto in un modo completamente nuovo, se è possibile, per un breve istante. Ci procura un barlume di ciò che significa il Lavoro e di ciò che significa la trasformazione – proprio così, trasformare la comune vita quotidiana e prenderla in un modo completamente nuovo.

In relazione con l’esempio dato prima se mi faccio la seguente domanda:” Questa è una questione di Ricordo di Sé o di osservazione di sé? Ogni volta che si ottiene il doppio senso del futuro e del passato insieme nel presente, questa è sempre una qualità del Ricordo di Sé. In questo caso lo si è ottenuto attraverso un’osservazione di sé imparziale che porta la coscienza ad un livello più alto – quello del Ricordo di Sé o terzo livello di coscienza. Ora, se una persona osserva se stessa criticamente mai potrà raggiungere questo livello per mezzo dell’osservazione di sé. Perché? Perché starà sempre giustificando se stessa, starà sempre a lamentarsi, sarà sempre negativa ed altro, che appartiene al secondo livello di coscienza, il così detto stato di veglia. Ma se si può osservare se stesso imparzialmente si passerà da questo livello dolorante, sgradevole ad uno stato completamente nuovo di coscienza e si vedrà

fermata nel tempo. Bene, supponiamo di essere sufficientemente svegli per osservare, in un determinato momento, il modo in cui si prende una situazione, qualche avvenimento, e supponiamo di essere capaci di osservare imparzialmente se stessi, ciò significa che si può osservare la parte di se stesso che prende le cose in quella maniera meccanica, sempre uguale. Se l'”Io” osservante è realmente imparziale comincia ad approssimarsi all'”Io” Reale che non è mai parziale. Ma se si sta osservando se stessi con un “Io” che appartiene ad un livello più basso – proprio così, un “Io” parziale – allora non si arriverà al livello del Ricordo di Sé. In altre parole, la qualità della propria osservazione non è abbastanza fine, e starà semplicemente in un livello dove si producono le discussioni con gli altri “Io”. I propri migliori “Io” sono gli “Io” imparziali, gli “Io” che non giudicano né tanto meno, gli “Io” gelosi, invidiosi, maliziosi, lamentosi. Attraverso questi potete forse osservarvi imparzialmente? Ma attraverso il sentimento puro del Lavoro si può osservare se stessi imparzialmente, come una semplice nullità – non come una creatura ridicola ed assurda, uguale a quello che siamo tutti, senza nessuna eccezione, perché questo sarebbe parzialità – ma semplicemente come una nullità, come nessuno. E vi ricordo qui che se non ci si rende conto della propria nullità non si potrà arrivare da nessuna parte.

Cap. 10 Quaremead, Ugley, 19 dicembre, 1945
IN POSTO IN CUI VIVIAMO PSICOLOGICAMENTE

Nel Lavoro l'uomo è definito innanzi tutto per ciò che mangia e ciò che respira e dove vive. Ogni animale vivente è definito nella stessa maniera – cioè, per ciò che mangia, per ciò che respira e dove vive -. Un pesce, per esempio, è a questo riguardo differente da un uomo e mangia un alimento differente. Il Lavoro insegna anche che nel grande macchinario della Vita Organica ogni cosa mangia un'altra cosa. Il Lavoro, di fatto, dice che l'Universo intero si basa nell'idea di mangiare e di essere mangiati. Basta pensare un istante, forse qualcuno di noi può vivere senza mangiare qualche altro essere? Consideriamo semplicemente la stessa Vita Organica – a sapere, questa pellicola sensibile che circonda questo piccolo pianeta chiamato Terra -. Questa pellicola sensibile è alimentata dalla grande energia del Sole, per cominciare, ma nella Vita Organica sulla Terra tutto può esistere soltanto se una cosa mangia un'altra cosa. Qualcuno avrà già sentito parlare di questa idea sulla quale questa notte non mi dilungherò più. Ritornerò alla frase iniziale: nel Lavoro l'uomo è definito per quello che mangia, quello che respira e dove vive. Orbene, affronteremo quest'idea psicologicamente e non letteralmente. Permettetemi di domandarvi: “Cosa mangiate psicologicamente? Cosa respirate psicologicamente? E dove vivete psicologicamente? Supponiamo che ad una persona piaccia molto alimentarsi con le emozioni negative? Supponiamo che si diletta con pensieri sproporzionati e sgradevoli? O supponiamo che vi piaccia udire discorsi negativi, dicerie sgradevoli sulle altre persone? Alcune persone si alimentano psicologicamente soltanto di impressioni sgradevoli, di osservazioni sgradevoli. Si sentono attratte da situazioni scabrose, moleste. Le piacciono le cose sgradevoli, sono contente di parlare

negativamente. Questo è il loro alimento. Inoltre, respirano, parlando psicologicamente, non la Verità, ma cose false, menzogne, cose sgradevoli.

Ma ciò che voglio dire questa notte è *dove* vivete voi. In quale parte di voi stessi vivete? In quale parte del vostro paese psicologico vivete generalmente? Cercheremo di comprendere una volta di più ciò che significa la nostra psicologia distinguendola dal mondo esterno dello spazio, perché dovremo fare continuamente questo sforzo. Ogni persona ha dentro di sé uno spazio o territorio psicologico molto maggiore di quello che conosce in un senso fisico. Forse non ha mai girato il mondo, forse conosce soltanto il suo piccolo paese, eppure abita psicologicamente in un posto determinato che corrisponde esattamente allo spazio fisico e al posto fisico. Comprende già il significato di essere in un posto molto brutto in se stesso, in un dato momento, nello stesso modo in cui può stare in un territorio oscuro, sinistro, pieno di ladroni, di pistolieri ed altro, nel senso fisico esterno. È necessario molto tempo per comprendere che si può stare in un posto pericoloso e sinistro in noi stessi, e rendersi conto di questo richiede una grande forza obiettiva verso se stessi. Dopo un po' di tempo, ottiene una relazione più obiettiva con se stesso nel senso che si rende conto a tratti di stare in un bruttissimo posto in se stesso e circondato da "Io" molto cattivi – di fatto, "Io" maligni – e che deve comportarsi con loro molto attentamente, esattamente come se si trovasse in un sobborgo di cattiva fama circondato da gente di pessimo aspetto. La cosa straordinaria è che la gente non nota di avere un paese psicologico molto più esteso di quello in cui vivono nel mondo esterno e che conoscono. L'altro giorno parlavo con qualcuno su questo particolare e questa persona mi disse: "Non capisco cosa intende dire con il suo paese psicologico". Dove si trova? Come si può trovare?" Mi era impossibile spiegargli qualsiasi altra cosa su questo particolare perché la persona con cui stavo parlando era propensa a vedere tutto esternamente e così discerneva soltanto le cose esteriori e non le interiori. Proprio così, il mondo per quella persona consisteva soltanto in ciò che registravano i sensi e non quello registrato con l'osservazione di sé. Bene, tutti gli angeli e i demoni sono già in noi in questo territorio psicologico dove si cerca di accedere attraverso l'osservazione di sé. Questo enorme paese, pieno di città e deserti e boschi, popolata da tutti demoni ed angeli, è il paese che è necessario conoscere mediante l'osservazione di sé. Perciò dobbiamo visitarlo intelligentemente e con attenzione nello stesso modo in cui viaggeremmo nel mondo esterno che ci rivela i nostri sensi. Se un uomo è derubato in un quartiere malfamato, la gente è solita dire: Perché sarà andato in quel posto? Perché continua ad andare per queste strade così rischiose che è frequentata da persone così pericolose? Ma siamo addormentati a tal punto, così morti riguardo al nostro stato precedente, così ignoranti di ciò che il Lavoro c'insegna su questo paese interiore dove stiamo sempre in qualche posto, che solo confusamente comprendiamo questo parallelo. Dopo aver passato un po' di tempo nel Lavoro un uomo comincia a sapere dove si trova nella sua psicologia, tra quali "Io" si trova, e alla luce, che proviene dall'osservazione di sé, conosce quando deve cambiare di posizione.

Bene, le forme più utili di Ricordo di Sé si riferiscono al paese psicologico interiore del quale ne abbiamo una percezione sempre più grande mediante il Lavoro personale

su noi stessi. Apprendiamo a ricordarci di noi stessi in questo paese interiore nel momento in cui, per esempio, ci troviamo, per una ragione o per un'altra, in qualche posto pericoloso. E in questo modo conosciamo ciò che significa il silenzio e ciò che significa il tatto da noi stessi. La stessa cosa si applica esattamente sia al posto psicologico come a quello fisico – voglio dire, succede lo stesso se ci trovassimo in difficoltà nello spazio esterno e sappiamo molto bene che è necessario ricorrere al silenzio e al tatto per fuggire. Il pericolo radica nel fatto che non ci rendiamo conto che la nostra posizione cambia continuamente rispetto al posto in cui viviamo psicologicamente in noi stessi, e di conseguenza una cosa che ieri era innocua non lo è necessariamente oggi. Se non può comprendere lo spazio psicologico può comprendere i differenti “Io” che sono nella sua persona. Quali sono, in questo momento, gli “Io” più vicini a voi? A cosa assomigliano questi “Io”? Si può fare esattamente la stessa domanda per ciò che riguarda lo spazio fisico – cioè, guardandosi intorno si può dire: “Con che tipo di persone sto in questo momento? Mi interessano? Desidero stare con loro? Quando le proprie relazioni con la propria vita interiore, col proprio spazio psicologico interiore, giungono ad essere così vivide e reali come le proprie relazioni con lo spazio esterno, con le cose viste visibilmente, allora avrete la sicurezza di capire ormai il significato di questo Lavoro. A quale “Io” in voi darete il vostro consenso e con quale “Io” sarete estremamente discreto e con quale “Io” disimpegherete la parte di evitarli a tutti i costi? Quando il Salmista disse: “Siamo passati in posti di sofferenza”, penso che definisca molto bene la tappa in cui si trova un uomo che capisce di essere passato per molto tempo in posti di sofferenza nel proprio mondo interiore.

Così, per tornare alla frase che l'uomo è definito per il posto in cui vive, prendendo tutta la definizione così come è data all'inizio di questa dissertazione, se la consideriamo psicologicamente e non in una semplice forma letterale, a volte ci conviene molto domandarci: “In quale posto di me stesso vivo in questo momento?” Bene, supponiamo di essere rimasti una settimana senza aver lavorato su se stessi? Supponiamo di aver accresciuto i propri carichi interni, o supponiamo di essere pieno dell'idea di “solo io”? Ora, permettetemi di domandarvi: “In quale posto del vostro quartiere di malaffare state vivendo? Suppongo che una persona che viva in un quartiere basso di se stesso, nella parte più infima, deve sforzarsi di uscire, così come una persona, che vive realmente in un fisico quartiere malfamato e ha l'idea di migliorare la propria sorte, sa molto bene che deve sforzarsi di uscire dalla sua posizione fisica. Secondo il mio parere è esattamente la stessa cosa. Conoscete il vostro quartiere basso? Sarete d'accordo con me che c'è molta gente che vive nei quartieri bassi – cioè, nei quartieri bassi del suo paese psicologico, del suo mondo psicologico -. Prendete tutte le invidie e le gelosie e le cose meschine, disgraziate, negative che sono in ognuno di noi. Non credete che, in somma, sono quartieri bassi? Secondo ciò che ho osservato in me stesso direi che sono esattamente quartieri bassi. Tutte le cose possono essere prese nella forma più pesante, più negativa senza la minima traccia di trasformazione. Però questo Lavoro si occupa di trasformare la propria vita. Si occupa degli sforzi che tendono a sollevarci al di sopra del livello nel quale è così facile vivere la propria vita, quantunque uno sia vestito esteriormente in

un modo molto diverso da come si usa nei quartieri bassi. Sì, il Lavoro inizia dai quartieri bassi. Lì ci sono cose molto preziose.

Bene, si è soliti trovare, se si arriva ad una certa tappa nell'osservazione di sé, che nella ruota giratoria dell'esperienza interiore il ritorno ai quartieri bassi è quasi inevitabile, ed è il momento in cui bisogna stare molto svegli e realizzare il massimo sforzo interiore. In altri punti si scopre che non bisogna sforzarsi molto perché non si sta vivendo in un cattivo posto in se stesso. Ma c'è sempre un certo punto nella ruota che gira della propria psicologia in cui bisogna essere eccezionalmente prudenti e silenziosi, molto cauti, ed essere molto svelti per abbandonare questo posto nel miglior modo possibile senza essere stati diseredati di quanto ci appartiene. È necessario che tutti noi ci rendiamo conto di questo punto decisivo nella nostra psicologia. Ho già menzionato il "se non fosse per". Supponiamo ora che mangi – e permettetemi di ricordarvi che l'Uomo è definito per quello che mangia, quello che respira, dove sta – studiamo questa frase "se non fosse per". C'è forse un buon alimento da mangiare, parlando psicologicamente? Supponiamo che sto mangiando tutte le impressioni che sono fondate nel "se non fosse per" Questo è un alimento rancido, questo alimento è morto, negativo, che mi rende impossibile trasformare nessuna cosa nel mio Essere. Questo comportamento rappresentato da "se non fosse per" mi impedisce di lavorare. Ma possiamo sempre lavorare. Possiamo sempre andare da un'altra parte del nostro paese psicologico se osserviamo e ci separiamo dai nostri abituali "Io" caratteristici.

Cap. 11 Quaremead, Ugley, 8 dicembre, 1945
SULL'OBEDIENZA AL LAVORO

Quando si comincia ad obbedire al Lavoro non si può fare più ciò che ci piace. Senza dubbio, è necessario molto tempo prima che ciò si chiarisca. Non è qualcosa che si può apprendere a memoria o che si senta dire da qualcuno, ma che è in realtà un prodotto della nostra esperienza. È relazionata, naturalmente, con il compimento del nostro scopo. Agire con il nostro scopo è agire senza essere identificati, ma, nuovamente, è necessario molto tempo prima di sapere cosa significa lo scopo. All'inizio è qualcosa che pensiamo a parole senza discernere il significato di dette parole. Il significato dello scopo si chiarifica gradualmente nel renderci conto che ha sempre a che vedere con il cambiamento di sé. Bene, nessun cambiamento di sé è possibile se continuiamo a fare ciò che ci piace. Permettetemi di esporlo in un modo un po' diverso. Se facciamo sempre ciò che ci piace ed è facile da fare, non è possibile nessun cambiamento di sé. L'idea centrale del Lavoro è che l'Uomo è una creazione non finita, un organismo auto sviluppante, un essere il cui unico vero scopo è quello di completarsi. Se non apprenderemo il significato del Lavoro non saremo capaci di avere uno scopo giusto o di compierlo in un modo adeguato. La forza del Lavoro non ci aiuterà. Il Lavoro non può aiutarci se non facciamo ciò che insegna. Come, per esempio, può il Lavoro aiutarci se non ci ricordiamo mai di noi stessi? Molte persone si forgiavano compiti che non hanno nulla a che vedere con il lavoro o che si portano a termine senza essere in relazione con nessun sentimento del Lavoro. Supponiamo di avere lo scopo di raggiungere la più alta vetta del mondo. È possibile

che chiami questo uno scopo di Lavoro? Ma supponiamo che diciate che nessuno ha uno scopo di questo tipo. Bene, diciamo allora che una persona ha uno scopo di limitata importanza, quello di preparare una cena esemplare. Ci sono molti modi per preparare una cena esemplare – voglio dire, modi psicologici, non modi ordinari-. Bene, supponiamo di aver formulato un importante e vero scopo cioè, che si cercherà di ricordare di non identificarci quando si è impegnati nella vita, e si cercherà di praticare questo importante esercizio di Lavoro per almeno diverse volte al giorno. Poi, è chiaro, che avendo questo piccolo scopo di preparare un'eccellente cena insieme con lo scopo generale e vero, esso sarà in realtà un esercizio e si dovrà preparare la cena senza essere identificato e se qualcosa andasse male o qualcuno facesse una cosa sbagliata, ci si dovrà separare da quegli "Io" che iniziano ad essere negativi. Ma è molto difficile non fare tutto *personalmente (meccanicamente, nel solito modo)* perché c'è sempre quella forma di considerazione interna che tanto sottolinea il Lavoro e che consiste nel pensare che perfino il cattivo tempo *venga a proposito (ci faccia diventare negativi)*.

Quando si sta lavorando lo si scopre sempre per un curioso sentimento che in un certo modo può assomigliare a quello che si sperimentava nell'andare a scuola. Non si può evitare e quando lo si fa, si ha coscienza di ciò e non ci si sente felici. Una scuola nel senso del Lavoro produce innanzi tutto questo sentimento esteriormente, per così dire – quantunque si goda della libertà di andarsene – ma successivamente, questo sentimento deve stare in voi senza che vi sia nessuna scuola. Allora non si faranno più le cose personalmente come le si faceva prima. Si avranno, naturalmente, sempre due divisioni di "Io", due persone, in voi – una che desidera lavorare e una che non lo desidera – e la lotta tra le due continuerà sempre perché alla base del lavoro ci deve essere una battaglia. Il Lavoro comincia quando un uomo inizia la lotta con se stesso. Precedentemente dissi che quando si inizia ad obbedire a questo Lavoro non si può più fare ciò che ad uno piaceva fare. Il Lavoro in realtà è Coscienza morale. L'Uomo ha la Coscienza morale ma è sotterrata. La Coscienza a cui si riferisce il Lavoro è la stessa in tutti ed è la Coscienza morale. Quando lo sentii per la prima volta mi parve straordinario che fosse proprio così. Come potrebbe la Coscienza essere uguale in tutti? Ma quando feci la riflessione che il Lavoro insegna anche che i Centri Superiori esistono in tutti, solo che non li si sente, l'idea non mi parve più tanto straordinaria. Siccome l'Uomo è così profondamente addormentato ha bisogno in questo periodo di ricevere l'insegnamento dall'esterno. Il Lavoro è un insegnamento esoterico impartito all'inizio dall'esterno. Se un uomo lo sente emozionalmente, se in lui qualcosa risponde al Lavoro, e finalmente se s'impegna per molto tempo, scoprirà che il Lavoro si trova sia dentro che fuori di lui. Allora deve obbedire al Lavoro. Forse per molto tempo non saprà come farlo. Ma in lui ci deve essere l'intenzione. E dopo del tempo gli si mostrerà il cammino o il Lavoro gli farà trovare una via – spesso molto diversa da ciò che supposeva.

Tutto questo dipende innanzi tutto dalla sua obbedienza al Lavoro con la mente ed il pensiero emozionale e finalmente con la Volontà come un tutto – a sapere, con la massa totale dell'uomo -. Ma quest'ultima tappa è al presente molto lontana da noi. Quando il Lavoro sarà in voi nel senso menzionato precedentemente saprete già come

agire nella vita non identificandovi. Alcune persone sogliono chiamarlo agire impersonalmente, ma non sono d'accordo con l'uso di questa parola. Si può agire molto personalmente senza identificarsi. È necessario ricordare che siamo tutti ciechi per l'identificazione, che siamo diventati tutti sordi e muti a causa di essa, e che l'identificazione è il nostro nemico più terribile. Soltanto il Lavoro ha la forza per vincere questo terribile potere.

Cap. 12 Quaremead, Ugley, 22 dicembre, 1945

LA PARABOLA DEL CAVALLO, LA CARROZZA E IL COCCHIERE

Prima relazione

Parlando dello stato interiore dell'uomo meccanico, G. fece molte analogie. In alcune occasioni paragonò lo stato interiore di un uomo con una Carrozza, il Cavallo e il Cocchiere – e suggerì l'importanza di pensare al significato di queste tre cose distinte nell'Uomo -. La cosa importante in questa analogia è che queste tre cose distinte non stanno in una correlazione le une con le altre. Il Cocchiere non sta in cassetta; il Cavallo non è alimentato debitamente, i suoi finimenti non sono ben agganciati alla Carrozza, e la Carrozza stessa sta in cattive condizioni. “Qual è, domandò una volta G., la ragione di tutto questo? La ragione è che il Cocchiere sta chiuso dentro una taverna spendendo il suo denaro in bevute e non dà da mangiare al suo Cavallo né presta la debita attenzione alla Carrozza. Così allo scopo di cambiare quest'ordine di cose – disse G. –, è necessario che il Cocchiere riceva uno shock che lo svegli.”

Bene, l'interpretazione di questa analogia o parabola può essere affrontata da diverse angolazioni, alcune delle quali furono già spiegate. Questa notte mi occuperò principalmente del punto in cui il Cocchiere, dopo essersi reso conto del suo stato, dovrà arrampicarsi eventualmente sul sedile della Carrozza – proprio così, deve sollevarsi dal suo livello per arrivare ad un posto di controllo -. Ma bisogna comprendere innanzitutto che è possibile risvegliare il Cocchiere gradualmente, per tappe. Bisogna prima scuoterlo per farlo svegliare dalla sua sbornia, e poi deve alzarsi ed uscire dall'atmosfera della taverna, e poi guardare il Cavallo, e poi la Carrozza, e così via. Poi deve occuparsi del Cavallo e deve arrampicarsi sulla cassetta della Carrozza e finalmente afferrare le redini e condurre la Carrozza nel miglior modo possibile. Come si sa la parabola prosegue dicendo che se si realizzano tutte queste cose *forse* potrà apparire sulla scena un quarto fattore – cioè, il Padrone talvolta si trova seduto nella Carrozza e nel dare ordini al Cocchiere gli indica dove deve andare. Ma, si aggiunge, il Padrone non potrà mai sedere nella Carrozza se il Cocchiere non sta in cassetta e non si sia impadronito delle redini ed abbia fatto il possibile sia per il Cavallo sia per la Carrozza. Questa parabola in realtà tratta di tutto l'obiettivo del Lavoro. L'obiettivo che si propone il Lavoro è quello di raggiungere l'”Io” Reale in uno stesso – attraverso un lungo percorso interiore che passa in noi stessi, attraverso il Ricordo di Sé ed il lavoro su di sé. L'”Io” Reale è il vero Padrone della parabola. Ci insegnarono che così come siamo non possediamo un “Io” Reale né possediamo stabilità interiore e in realtà non conosciamo nemmeno quello che si deve fare. Nel nostro stato presente, prima un “Io” si fa carico di noi e poi un altro “Io”. Il nostro stato è paragonato a quello che è rappresentato nella parabola della

Torre di Babele. Secondo questa parabola, apparentemente in altri tempi abbiamo goduto dell'unità interiore ma qualcosa andò storta ed apparve la molteplicità – per conoscenza, invece di essere uno ci troviamo ad essere molti -. In generale, il nostro Essere nel Lavoro è definito come molteplicità per distinguerlo dall'Essere di un Uomo Cosciente. Siamo una moltitudine di differenti "Io" che tirano in differenti direzioni, tutti con una loro volontà di sé, e quella che grandiosamente chiamiamo la nostra volontà non è niente altro che la risultante di tutte queste differenti volontà. Così il nostro compito è quello di conquistare l'unità, e neppure un solo "Io" che conosciamo o che possiamo osservare ha la forza sufficiente per darci questa unità ed ordinare e subordinare tutti gli altri "Io" in un tutto. Senza dubbio, possiamo formare dei sostituti per l'"Io" Reale che, iniziando con l'"Io" Osservatore, sono chiamati in una sequenza ascendente d'importanza e potere Maggiordomo Delegato e Maggiordomo. Abbiamo molta fortuna ad avere un Maggiordomo Delegato che si occupa delle faccende della nostra casa ed ancora di più se si può raggiungere il livello in cui il Maggiordomo controlla le faccende. Ma oltre il Maggiordomo vi è il Padrone o "Io" Reale, il cui raggiungimento è la principale di tutte le mete. Torniamo alla parabola del Cavallo, la Carrozza e il Cocchiere che non ha nessuna probabilità di raggiungere il livello in cui c'è il Padrone o "Io" Reale o di udire la sua voce o di ricevere le istruzioni che si riferiscono a quello che si deve fare con la nostra vita o che non si risvegli prima dal suo sonno, dalla sonnolenza in cui siamo tutti sommersi, che è rappresentato dal Cocchiere seduto nella taverna perso nel sonno della sua ubriacatura. Il primo compito, quindi, è quello di svegliare il Cocchiere perché altrimenti, nessuno si occuperà del Cavallo, né tanto meno della Carrozza. Si può dire che la Carrozza rappresenta il corpo e la gente pensa che basti iniziare con il corpo, ma non è così – in effetti, può gettare il Cocchiere in un sonno più profondo -. Qual è il metodo impiegato dal Lavoro per svegliare il Cocchiere e qual è la natura dello shock che si deve dare? Se il Cocchiere si rende conto di essere addormentato in genere è sufficiente per svegliarlo. Con cosa si è ubriacato? Una delle cose è l'immaginazione. Siamo ebbri d'immaginazione. Nel Lavoro ho sentito dire che ci fu un tempo in cui l'Umanità sulla Terra progrediva troppo rapidamente in relazione alla velocità dello sviluppo della Luna e la Terra e doveva essere moderata. Il Sovrintendente chiamò l'Ingegnere capo e gli spiegò in cosa consisteva la difficoltà. La risoluzione di questo problema fu che all'Uomo venne data l'immaginazione. Da allora tutto andò senza più nessuna difficoltà. L'immaginazione rimpiazzò la realtà. Come si sa il Lavoro si riferisce all'"Io" Immaginario. L'Uomo crede di possedere un "Io" Reale così com'è, nella stessa maniera immagina di essere pienamente cosciente. Crede di essere un individuo vero, che non subisce nessun cambiamento, di essere permanente, dotato di piena volontà e piena coscienza. Non possiede un "Io" Reale ma è la sua immaginazione che crea l'"Io" Immaginario in lui. Nasconde a se stesso la sua estrema fragilità interiore attraverso l'immaginazione. Bene, se un uomo si rende conto di non avere un "Io" Reale, né Volontà Reale, che tutto quello che ha sentito o pensato su questo punto su se stesso è chiamato semplicemente "Io" Immaginario, allora può svegliarsi dalla sua ubriacatura nella taverna in cui spende il suo denaro in immaginazioni. Questo è un aspetto della posizione dell'Uomo dal

punto di vista esoterico. Teniamo presente che il problema dell'esoterismo è sempre lo stesso – a sapere, come svegliare l'uomo dal suo stato di sonno e fare in modo che si renda conto di essere addormentato -. L'insegnamento esoterico non soltanto considera l'Uomo come un essere ancora non cosciente, ma anche come un essere che si è ubriacato con la sua immaginazione e che spreca la sua forza nella falsità e nella violenza. Si vede allora la necessità d'iniziare questo insegnamento con l'osservazione del nostro sonno. Ogni forma d'insegnamento è completamente inutile se il Cocchiere è addormentato. È facile vedere la ragione di questo ordine di cose. L'insegnamento impartito ad un uomo che sta bevendo in una taverna sarà ricevuto soltanto dalla sua immaginazione ed aumenterà il suo stato di sonno – cioè, gli pseudo insegnamenti che aumentano solo l'immaginazione. Nel Lavoro, però, non c'è nulla che possa alimentare quello che immaginiamo su noi stessi, ma tutto il contrario. In questo insegnamento non si trova niente di lusinghiero. Non è piacevole, per esempio, che ci dicano di essere macchine che sono prive di "Io" Reale, che siamo solo dei ritratti di noi stessi, che ciò che chiamiamo "Io" è solo immaginazione, che manchiamo di Volontà Reale, che siamo una massa di contraddizioni che assolutamente non avvertiamo a causa dell'enorme quantità di respingenti e delle diverse forme di ammortizzatori che abbiamo, che non siamo neppure coscienti e così via. Non ci piace che ci dicano di essere meccanici, soltanto macchine, e che non facciamo nulla coscientemente. Ma questo tipo d'insegnamento non tende a prolungare il nostro sonno nella taverna se lo valorizziamo e lo applichiamo a noi stessi. Quando ci rendiamo conto, anche in modo minimo, di essere meccanici, e che questa macchina, sulla quale aleggia l'"Io" Immaginario, fa tutto – sperimentiamo uno shock. Tal volta questo shock all'inizio non è niente altro che un sentimento d'inquietudine per non essere quello che fin'ora supponevamo di essere. Senz'altro, questo sentimento è anche l'inizio del risveglio e si accrescerà se verrà alimentato perché è la verità. Ogni risveglio ha un sapore amaro – come ritornare a scuola -. Ora, quando un uomo si sveglia dal sonno comincia fino ad un certo punto a ricordarsi di sé stesso, non il suo "Io" Immaginario, ma qualcosa di più profondo, che eventualmente arriverà all'"Io" Reale, che è la nostra verità. Ma il potere dell'immaginazione è così grande che la gente non desidera svegliarsi e di sperimentare neppure momentaneamente il sapore aspro che accompagna i momenti di maggiore coscienza. Cercano di nascondere, anche quando la loro sofferenza e disgrazia nelle vicende della vita ordinaria sono molto grandi. Si vedono persone così infastidite da una cosa o da un'altra, da cui potrebbero sfuggire se fossero svegli, che preferiscono deliberatamente il loro fastidio invece che frenarsi con lo svegliarsi ed alzarsi ed uscire dalla taverna ed occupare il posto che gli corrisponde alla guida della propria carrozza.

Già sapete ciò che si dice sul sacrificio inoltre, così come siamo, non abbiamo nulla da sacrificare, nulla che meriti di essere sacrificato, salvo una cosa – per conoscenza, i nostri stati negativi, la nostra sofferenza negativa, le nostre depressioni e infermità-. Possiamo sacrificare solo ciò che amiamo. I ritratti che ci forgiamo da noi stessi determina che ci attribuiamo molte cose che non esistono, salvo nella nostra immaginazione. Ma amiamo così tanto la nostra sofferenza, la nostra tristezza e

delusioni, i nostri stati negativi, per cui abbiamo qui qualcosa da sacrificare affinché l'orientamento del nostro amore possa cambiare. Quando sentii per la prima volta questa opinione, mi parve molto strana e non l'applicai a me stesso fino a che cominciai ad osservare me stesso ed allora compresi che era sicura. Avrete notato come la gente si ubriaca con la propria sofferenza e non può prestare attenzione alle altre persone e si trattengono sempre nella loro sofferenza, sia essa aperta o nascosta, compatendosi a se stessi. Questo stabilizzarsi nella sofferenza è una forma di ubriachezza immaginativa. È una forma affascinante di ubriachezza che spinge il Cocchiere a spendere molto denaro. Non conoscete forse la tipica canzone malfamata delle taverne – che in realtà si canta spesso in una vera taverna?

Per svegliarsi, il Cocchiere deve cominciare a pensare. Le idee del Lavoro ci arrivano prima da una grande distanza. Udiamo una voce che ci dice delle cose una e un'altra volta. Non prestiamo molta attenzione a ciò che ci dice. Stiamo sognando con altre cose o sperando che i nostri piccoli accumulatori si riempiano un'altra volta, per correre da un lato all'altro come facevamo prima. Dopo un po' di tempo qualcosa arriva all'orecchio dell'addormentato Cocchiere. Sente qualcosa e si muove e forse alza lo sguardo un istante. "Sì", pensa, "è sicuro". Ha cominciato a pensare. Se le cose vanno bene il suo udito migliora ed invece di passare il tempo a bere, a volte pensa ed altre seguita a bere. Sta ancora nella taverna. Il suo Cavallo tuttavia fa la fame. I finimenti sono a pezzi e la Carrozza necessita di essere riparata e dipinta. Ma ancora non ha coscienza di tutto ciò. Il suo pensiero non è ancora abbastanza forte per arrivare ad essere emozionale e metterlo in piedi e farlo andare oltre la porta e di riconoscere il suo stato interiore.

Ora sorvolerò altri vari dettagli della parabola e mi fermerò all'idea che il Cocchiere deve arrampicarsi in cassetta. Per condurre la Carrozza deve salire ad un livello più alto di quello del suolo. Ma prima che succeda questo deve dire: "Vado alla guida". Questa è una decisione che deve essere seguita da quella di voler *salire*. Bene, qui succede qualcosa di molto strano, perché in realtà deve abbassarsi. Non può guidare con l'"Io" Immaginario, con la Falsa Personalità, con qualche cosa in lui che crede di *poter fare*. Non sarà mai capace di guidare con l'orgoglio e la vanità, ma da ciò che a questo riguardo è più basso in lui – da ciò che è più semplice ed umile e genuino e sincero. Per ciò per salire è necessario che si chini. Quando dice "Condurrò", se crede di poterlo fare lui stesso e per se stesso, romperà le redini, distruggerà le ruote e cadrà. Questa decisione, "Condurrò" deve essere detta con una delicatezza di comprensione che implica l'esistenza che è necessaria un'altra cosa. Perché? Dove si deve condurre? Dovranno dircelo e poi obbedire, così non è il Cocchiere nell'imperioso senso dell'uomo che immagina di poter fare e semplicemente fa quello che gli piace. *Fare* nel senso del Lavoro significa in ultima analisi obbedire al Padrone che può apparire *improvvisamente* nella Carrozza.

Cap. 13 Quaremead, Ugley, 29 dicembre, 1945
LA PARABOLA DEL CAVALLO, LA CARROZZA E IL COCCHIERE
Seconda relazione

L'ultima volta abbiamo parlato della parabola del Cavallo, della carrozza e del Cocchiere che è una parabola del Lavoro che tratta della situazione interiore dell'Uomo. Ricorderete che il Cocchiere in questa parabola sta in una taverna e il Cavallo e la carrozza stanno fuori e sono tutti e due in pessimo stato. Per prima cosa il Cocchiere si deve svegliare dalla sua ubriacatura e raggiungere il Cavallo e la Carrozza, e poi salire in cassetta ed afferrare le redini. Allora può succedere di trovare nella Carrozza il Padrone seduto oltre lui che gli ordina la direzione che deve seguire. Nella nostra ultima discussione su questa parabola mi soffermai in modo speciale sul punto in cui il Cocchiere deve salire in cassetta e segnalai che non può condurre il Cavallo e la Carrozza al livello del suolo. Da questo livello non può controllare nulla. Allo stesso tempo dissi che un uomo può arrivare al punto di dire: "Condurrò", ciò succede quando attraverso l'osservazione di sé stesso capisce di dover fare qualcosa con se stesso e di non essere trascinato più dall'idea della sua vita meccanica. Ma quantunque prenda questa decisione: "Condurrò", è ancora lontano dalla possibilità di guidare. Sono necessarie altre tappe ed altre esperienze con se stesso. La sua attenzione sarà attratta da certi lati di se stesso. In questa comunione interiore con se stesso che deriva dalla crescente necessità del Lavoro e la crescente nuova conoscenza di se stesso ottenuta con l'osservazione di sé, percepirà di dover elevarsi prima di poter condurre – proprio così, raggiungere un altro livello – altrimenti è destinato sempre a fallire e probabilmente rinuncerà allo scopo di fare qualcosa con se stesso nel percorso che porta al cambiamento di sé. In altre parole, deve elevarsi al livello del Ricordo di Sé perché nessun uomo può condurre il Cavallo e la Carrozza se non ha qualcosa dell'intensità della Coscienza e della Percezione di Sé che appartengono al Terzo Stato di Coscienza a cui s'indirizza il Lavoro. Qual è la cosa più importante che il Lavoro dice di dover praticare? Dice che dobbiamo diventare più coscienti e, di fatto, arrivare al livello del Ricordo di Sé, di Percezione di Sé e di Coscienza di Sé. Non comprendendo il Lavoro, alcune persone, quantunque siano in contatto con esso, vedono che la vita così come è adesso è una tragedia, una completa confusione, una vera Babele. E quando raggiungono questo punto a volte diventano negativi, senza comprendere che questo è esattamente ciò che il Lavoro insegna sulla vita. Si fermano bloccati, non vivendo il Lavoro, ma soltanto il caos della vita. Il Lavoro insegna che un uomo deve vedere tutto ciò che succede nella vita e rendersi conto che succede così perché l'Uomo non è propriamente cosciente. Il Lavoro sottolinea costantemente che la vita è meccanica e che ciò è dovuto al fatto che l'Uomo nell'essere addormentato, non è propriamente cosciente. È vero, ma il Lavoro aggiunge che la pratica di questo insegnamento determina che un individuo diventi più cosciente nel momento in cui lo comprende e gli dà le istruzioni che lo fanno diventare più cosciente e a raggiungere così un altro livello di se stesso. Quando un uomo osserva sinceramente se stesso, per un lungo periodo, si spaventa e attraverso questo spavento arriva ad avere una maggiore coscienza di sé. Se lo realizza con un continuo rinnovo del significato delle idee insegnate nel Lavoro

giungerà ad essere ancora più cosciente per quanto sia doloroso, e raggiungerà un livello in se stesso dal quale potrà controllare correttamente i posti inferiori in se stesso, i piccoli “Io” nelle parti meccaniche dei Centri che fin’ora lo avevano controllato. È questo elevarsi in se stessi *da questa morte meccanica, che è stata presa in modo equivoco per la vita*, l’obiettivo del Lavoro. Parlando in termini correnti, viviamo in un livello basso di noi stessi. Per esempio, viviamo spesso con i piccoli e sgradevoli “Io”, nelle pesanti e stupide parti meccaniche dei centri, in sonni ottusi, e così contribuiamo anche al sonno generale dell’umanità. Sì, aiutiamo a mantenere il mondo addormentato. Ciò che si riferisce alla parabola del Cocchiere, addormentato nella taverna in sogni e illusioni su se stesso, è esattamente questo svegliarsi dal sonno dell’umanità che noi compartiamo. Affinché l’uomo si svegli è necessario che smetta di avere illusioni ed una falsa immaginazione, e qui viene il lavoro sottile realizzato con l’osservazione di sé che separa l’uomo da se stesso e gli dà la possibilità di abbandonare la taverna.

Proseguiamo parlando della tappa in cui il Cocchiere deve salire in cassetta. È necessario comprendere che questa non è una tappa esattamente delimitata, ma un processo graduale di prove e di errori. Nel Lavoro si fa tutto ordinatamente, attraverso la Legge del Sette. Per esempio, ci si propone una cosa definita e non la possiamo ottenere. Si capisce gradualmente, ma a causa del fatto che non si può compiere il nostro scopo perché siamo sempre dominati dal sonno, e questo è causato anche perché ci si unisce ai piccoli “Io” che non fanno niente del nostro scopo né del nostro lavoro. Non *si pensa* abbastanza. Uso questa parola deliberatamente – cioè che non *si pensa* abbastanza -. Qui pensare implica sia il ricordo sia il pensiero. Il pensiero e il ricordo si intrecciano. È necessario difendere il proprio scopo infondendogli verità che si riferiscono allo scopo – voglio dire, le idee e il discernimento del Lavoro – altrimenti lo scopo devia. Diventerò allora un vago ricordo invece di essere una fonte di verità costantemente rinnovata. Tutte le verità del Lavoro lottano per noi quando si ottiene una posizione più o meno centrale in se stessi rispetto al nostro scopo. Ma è necessaria una continua re-visitazione, re-stimolazione di se stessi, riguardo a queste verità e discernimento. Il Lavoro lotterà per voi solo se ci s’impegna mentalmente per mezzo del riconoscimento emozionale. Recentemente dissi che se le idee o verità del Lavoro vi attorniano e vi trasmettono la loro forza allora sarete capaci di *fare*. A causa della nostra limitata coscienza e al nostro livello di mente che contiene solo una cosa per volta, questo non è possibile. È possibile ad un livello superiore, ma, è così, la luce aumenta man mano che il nostro essere si eleva. Riguardo a ciò che c’è di sbagliato o di cattivo in voi e che può essere notato sia nell’azione come nel pensiero, le idee del Lavoro, se si percepiscono come una verità, lotteranno per voi. In voi può essere modificato soltanto ciò che è sbagliato o cattivo o innecessario. Non lo potete fare da soli. Si va in guerra. Gli “Io” del Lavoro lotteranno contro gli “Io” meccanici se si continua ad impartirgli la forza delle idee del lavoro. Per esempio, quando si è negativi si presenta immediatamente un’idea del lavoro nella nostra mente, ed allora si vede che è possibile lottare contro questo stato negativo – o questo sparisce semplicemente -. Questo è un esempio del lavoro che lotta in voi e per voi. È per questo che la valutazione del Lavoro è così

importante. È inutile pensare che si possa fare tutto questo da se stessi e per se stessi. La cosa che voi chiamate voi stesso è inutile e la maggior parte delle volte è il vostro peggior sé, il vostro sé più meccanico, più abituale, che non vi porterà probabilmente mai in nessun posto e non eviterà mai la tentazione di dormire. Tutti coloro che hanno compreso profondamente questo Lavoro per un tempo sufficiente hanno già altri sé capaci di lottare. Ma cerchiamo di lottare noi stessi contro noi stessi – i nostri sé abituali – e non con i nostri nuovi sé. Quando siamo negativi cerchiamo di lottare contro il nostro stato negativo, con questa cosa chiamata “noi stessi”. E spesso facciamo uno scopo quando siamo negativi – proprio così, quando stiamo ad un livello ancora più basso del nostro ordinario “sé”.

Bene, quando un uomo sta in uno stato negativo pensa meccanicamente con menzogne. La verità delle idee del Lavoro non lo raggiungono. Ma è questo ciò che può lottare per voi. Perciò quando si è negativi è importante pensare alla verità, sforzandosi. Uno stato negativo, al quale si permette di perdurare a causa di un rilassamento interiore, espelle il Lavoro e tutta l’influenza che può esercitare su di voi. Quando un uomo sta in uno stato negativo, la parte negativa del Centro Emozionale induce una corrente di menzogne che fluiscono attraverso il Centro Intellettuale. Gli stati negativi sono sostenuti unicamente dalle menzogne nel Centro Intellettuale. Non si può pensare una menzogna se si è in uno stato buono. In generale sono le stesse menzogne che appaiono, se ci si osserva da vicino. Quando uno stato negativo nel Centro Emozionale induce a mentire con il Centro Intellettuale significa che si producono connessioni sbagliate nel pensiero e nella memoria, le cui tracce molte volte si possono scoprire in un lontano passato, e di conseguenza si sono trasformate in abitudini di pensiero che non furono mai sottoposte ad un giudizio interiore personale. Questo significa stare in uno stato deplorabile. La gente muore a causa di tali menzogne. In quelle menzogne che sono tirate fuori dagli stati negativi nel Centro Intellettuale lasciano di lato le cose importanti e fanno prestare eccessiva attenzione alle cose che mancano d’importanza, e ciò che è pura immaginazione è mescolato con ciò che è reale, specialmente con l’aiuto dell’orgoglio e la vanità ed il sospetto che non furono mai corretti, e si producono molte altre deformazioni del sé prioritario, a causa generalmente delle censure e degli appesantimenti interiori. Tutto ciò continua ad essere incredibile, se non ci si sorprende a se stessi con l’osservazione di sé nel momento di gioire di queste menzogne. Molte persone vivono in questo guaio interiore gran parte della loro vita senza cercare di occuparsi energicamente di tutta la sporcizia e la confusione depositata nella loro vita psichica. Bene, non c’è nessuna possibilità di salire in cassetta quando si è pieni di sudiciume o di una fila di menzogne o evasioni o deformazioni della verità che formano una specie di monte di sterco dentro di noi. Se si cercherà di salire in cassetta, pieni di questo tipo di menzogne e, ammesso che ci si sentirà sempre come se si fosse la persona principale in se stessi, si sentiranno sempre queste menzogne abituali in se stessi che possono essere annichilite soltanto da una nuova rivelazione di se stessi proveniente dalla piena luce della coscienza che appartiene al Terzo Stato di Coscienza – proprio così, alla Percezione di Sé. È qui che la luce li guarirà. La luce della coscienza renderà impossibile alle menzogne abituali di attaccarsi strettamente e di formare una parte

così grande del solito sentimento di quel se stesso che fino allora si era riconosciuto come se stesso.

Così salire in cassetta è ovviamente un processo molto lungo e, come dissi, si realizza in un modo ordinato. Il problema che bisogna impostare è nondimeno questo: “Chi sale in cassetta?” Se è una massa di menzogne abituali, inculcate, che sale in cassetta, non succede nulla. Non bisogna dire in nessun modo che il Cocchiere è salito in cassetta, perché il Cocchiere deve essere purificato dal Lavoro. Nel momento in cui è pronto a salire in cassetta è messo alla prova. “È in realtà sufficientemente sveglio? È preparato in realtà a condurre anche se ha detto: “Condurrò?” Posso immaginare che salga in cassetta, ma in questo caso continua a dormire e fallirà nel suo intento. Poi può essere persuaso di aver fatto tutto il possibile e sente compassione per se stesso ed abbandona il suo scopo per il momento. Ma in realtà fin’ora non ha fatto assolutamente nulla. Non ha messo se stesso contro se stesso e contro le difficoltà nel suo Essere. Così tutto continua ad essere pura immaginazione. Si sforza nell’immaginazione ma non fa un vero sforzo. Si può mettere la totalità di questo Lavoro nell’immaginazione eppure non fare un vero sforzo. Bene, ogni volta che si fa un vero sforzo o uno sforzo relativamente vero, non si arriva mai ad essere negativo quantunque si fallisca. *Questo è un segno.* Questo fallimento determina che si pensi di più e ci si ricordi di più. Ma quando ci si sforza nell’immaginazione, quando si realizza uno sforzo immaginario, non un vero sforzo, si arriva rapidamente ad essere negativi e si passa in una galleria di compassione di sé con tutti i propri ritratti ancestrali. Bene, l’esteriore assomiglia all’interiore. Se si va in una bottega di un carpentiere e si pretende di segare un pezzo di stoffa si fa uno sforzo immaginario. Si possono maneggiare una moltitudine di utensili e fare tanto rumore come se si stesse lavorando, ma in realtà non si fa nulla e non si otterrà nessun risultato. Succede esattamente la stessa cosa nel nostro mondo psicologico. È necessario fare un vero sforzo nel proprio mondo psicologico, senza esigere che si faccia più di quello che si può fare. Prendete, per così dire, il vostro modo di essere soddisfatti, che in questo Lavoro è la rovina di molti – proprio così, il pericolo più grande -. Tutte le persone molto soddisfatte di sé non hanno alcuna possibilità di fare questo Lavoro, e l’idea di salire in cassetta è una cosa che non è di loro competenza. Perché? Perché l’uomo soddisfatto di sé, crede già di essere in cassetta. In realtà è profondamente addormentato nella taverna e spende tutto il suo denaro in generose forme d’immaginazione su se stesso. Senza dubbio, quando in pratica e per discernimento diretto e per percezione mentale cominciamo a renderci conto di non essere nulla e di non poter fare, ci avviciniamo molto ad essere in grado di salire in cassetta. Per questo è necessario abbassarsi per salire. Ma nessuno è capace di rendersi conto della propria nullità – voglio dire, in un modo genuino e non teorico, eccettuato per mezzo del potere del Lavoro -. E con ragione da vendere. Rendersi conto della propria nullità in un modo reale senza l’appoggio del Lavoro può distruggere molto facilmente un uomo o trasformarlo in una massa di emozioni negative. Mentre invece, può cominciare a svolgere il Lavoro. Senza dubbio, non si sale in cassetta soltanto perché si comprende la propria nullità ma per mezzo di un processo doppio e

paradossale in cui è preciso sforzarsi da un lato eppure conoscere dall'altro che non si può fare nulla senza aiuto.

Cap. 14 Quaremead, Ugley, 12 gennaio, 1946
IL LATO INOSSERVATO DI NOI STESSI

Recentemente abbiamo conversato su quest'oscuro lato di noi stessi. Vi ho spiegato precedentemente che mi riferivo al lato di noi stessi che non conoscevamo o non accettavamo, e che l'obiettivo della conoscenza di sé con il metodo dell'osservazione di sé era quello di portare questo lato ancora sconosciuto di noi stessi alla luce della coscienza. Tutto l'obiettivo della conoscenza di sé è fare che la nostra conoscenza di noi stessi sia più cosciente. Si basa nell'idea che quando si hanno molte cose in se stessi che non si conoscono né si accettano – cioè, cose di cui non si è coscienti – allora queste cose ci complicano la vita enormemente e provocano ogni tipo di situazioni che potrebbero essere evitate con la conoscenza di sé. In generale bisogna dire che mettiamo questo lato sconosciuto o incosciente di noi stessi nelle altre persone o, per usare un termine di psicologia moderna, proiettiamo questo lato di noi stessi in altre persone e lo vediamo in loro. Per esempio li vediamo come fossero bugiardi, infedeli, meschini, mancanti di fiducia ed altro, in relazione con le nostre qualità a questo riguardo. Il Lavoro dice, su questo particolare, che viviamo in una piccola parte di noi stessi. Ciò significa che la nostra coscienza si estende soltanto ad una parte molto ridotta di noi stessi. Tale situazione determina che le nostre relazioni con gli altri siano molto cattive, come pure con la vita e con noi stessi. L'idea di questo Lavoro è quello di ampliare la nostra coscienza. È necessario, ci dice, diventare molto più coscienti di noi stessi attraverso una diretta osservazione di sé, in modo tale che tutti i ritratti meschini di noi stessi che ci siamo costruiti siano distrutti e di cominciare a vivere in una parte più estesa di noi stessi. Nel Lavoro una regola generale è che quando non siamo d'accordo con nessuna persona si può avere la certezza che questa è la cosa stessa contro cui è preciso lavorare su se stesso. Questo impartisce un'orientazione completamente differente ed è secondo il mio parere l'inizio del vero lavoro. Ciò che si critica tanto negli altri è qualcosa che riposa nel lato oscuro di noi stessi e che non si riconosce né si vuole riconoscere. Si vede soltanto questo lato oscuro, questo lato incosciente, sconosciuto a noi stessi, riflesso in tale modo negli altri che hanno sempre torto e mai noi stessi. Tutte le persone vivono in una coscienza molto ridotta, in un mondo molto meschino di auto-reaione, di reazioni personali e in questo piccolo spazio in cui vivono sono pieni di ogni tipo di suscettibilità. E come ammetterete, alcune persone vivono in questa piccola parte di se stesse dove la coscienza è confinata in una zona ridotta della totalità della psiche. Ciò che mantiene in noi questa piccola coscienza è l'azione dei respingenti, dei ritratti che ci forgiamo da noi stessi, dalle opinioni fisse, dalle attitudini negative. Quando siamo in tali condizioni il lato oscuro di noi stessi è molto grande, ma quando la luce dell'osservazione di sé s'inoltra in questo lato oscuro, la coscienza di noi stessi si accresce mediante la conoscenza di sé, e dopo del tempo iniziamo a sentirci in modo diverso di come eravamo soliti sentirci. Il centro di gravità dell'"Io" in noi comincia a spostarsi. In altre parole, l'"Io" Immaginario, questo "Io" che

serviamo e manteniamo sempre, che non è assolutamente noi stessi comincia a dissolversi. Scopriamo di non essere assolutamente ciò che immaginiamo di essere e man mano che succede questo le nostre relazioni con le altre persone si espandono. Invece di vivere nel ristretto mondo dei pregiudizi, delle violente simpatie ed antipatie, a motivo dell'espansione della coscienza in noi stessi ci mettiamo in relazioni più ampie con le altre persone. Ciò è dovuto alla crescita della coscienza mediante il metodo dell'osservazione imparziale sul quale si fonda tutto il Lavoro nel suo lato pratico. Come risultato la sensibile quantità di reazioni personali, il sentirsi continuamente confuso e ferito, l'incapacità di far fronte alle critiche degli altri, cominciano a sparire, ed entriamo in un mondo più ampio. Diventiamo più universali. Non alimentiamo più i nostri ritratti di noi stessi come facevamo prima. Non pensiamo più in noi stessi in quel modo così esclusivo, ma cominciamo a renderci conto della nostra impotenza in modo tale da poter sopportare l'impotenza delle altre persone. Bene, il Lavoro dice che dobbiamo sopportare le cattive manifestazioni gli uni degli altri. Ma è impossibile sopportare le cattive manifestazioni gli uni degli altri nel vero senso del significato della parola se non riusciamo a vedere le nostre manifestazioni sgradevoli e le riconosciamo e le accettiamo. Ciò distrugge tutte le illusioni di noi stessi. Se non accettiamo il lato oscuro di noi che censura, saremo sempre negativi perché questa sensibile quantità di reazioni personali circondata dall'oscurità di noi stessi, che non si conosce né si vuole conoscere, è la cosa principale che dobbiamo affrontare nella vita. Ed è qualcosa che è completamente inadatto alla vita, qualcosa d'incompleto, d'inadeguato, che ci mantiene sfiduciati per tutta la nostra vita se non lo si corregge per mezzo di un lavoro cosciente su di sé. Il nostro piccolo ego-mondo personale si sentirà frastornato in ogni momento e mancheremo di energia e di sopportazione nella vita se non facciamo fronte a questo lato oscuro riconoscendolo coscientemente e rendendoci conto che tutto ciò che censuriamo negli altri trova la sua espressione in ogni momento in noi, ma non lo includiamo nella nostra coscienza di noi stessi. Per questo il Lavoro fa tanta insistenza nell'”Io” Immaginario in cui vive la gente. Supponiamo di criticare un uomo che è diventato cosciente di una gran parte del suo lato oscuro. Cioè, quell'uomo ha portato alla sua coscienza per mezzo del suo lavoro molti aspetti di se stesso che prima ignorava che esistessero, e li ha accettati. Sarà capace tale uomo a sopportare le critiche più facilmente di una persona che continua a vivere nei ritratti di se stessa e non si è mai confrontata realmente con se stessa per mezzo di un'osservazione diretta? Ho la completa certezza che se un uomo mediante il potere del Lavoro osserva realmente se stesso, avverte in verità quando critica e censura gli altri, e lo attribuisce sempre a qualcosa che sta in lui stesso e che ancora non riconosce, detto uomo sarà molto più equilibrato e per tanto più capace a sopportare il passo successivo nello sviluppo interiore. Sono tante le ansie che sfumano, le crisi emozionali che spariscono, le malattie che svaniscono, le bufere in vasi d'acqua che smettono di esistere. Vi accusano, per esempio, di essere bugiardo. Vi difendete furiosamente, usate tutte le arti di autogiustificazione – che, vi ricordo, è una delle cose specifiche su cui bisogna lavorare – e ne risulta un immenso tumulto. Naturalmente voi siete un bugiardo. Ma la vostra menzogna si mantiene sempre fuori

dalla vostra sfera cosciente e si nega nel riconoscerla e si rifiuta di riconoscerla, come potete accettarla? Difendete sempre la vostra persona, con lo scopo di continuare a mantenere il vostro "Io" Immaginario, la vostra immagine di ciò che si è. Ma supponiamo di essere diventati molto più coscienti del vostro lato oscuro e vi accusano di essere un bugiardo, allora non reagirete dal vostro fascio di reazioni personali, né da un ritratto di voi stessi, perché sapete molto bene che siete anche un bugiardo e che mentite spesso. Pertanto accetterete le critiche senza inquietarvi. Nel Lavoro si dicono molte cose sulla comprensione della nostra nullità. Si è detto una ed un'altra volta che un uomo nel Lavoro deve giungere al punto in cui comprende la propria nullità prima di fare un altro passo. Cosa significa essere *qualcosa*? Cercherò di spiegarvi ciò che intendo con questo. Vi sentite, per esempio, liberali e tolleranti. Credo che un poco di vera osservazione di sé e di ricordo di sé mostreranno che non lo siete e che in certe circostanze siete molto intolleranti ed estremamente fanatici. Bene, il riconoscimento di questo, cioè che a volte si è intolleranti e fanatici, neutralizzerà il ritratto che si è forgiati da se stessi e secondo il quale si è tolleranti e liberali. Come risultato sentirete di essere, a questo riguardo, *niente*. Allora si smetterà di avere in sé lo scopo di essere qualcosa. Non si dirà più: "Grazie a Dio, sono liberale e tollerante", perché si ricorderà, attraverso la memoria che l'"Io" Osservatore ha stabilito in voi, le molte occasioni in cui fu tutto il contrario, perciò invece di essere qualcosa di artificiale a causa dei respingenti si diventerà *niente* riguardo a questa qualità speciale di cui ci s'inorgoglia tanto. In altre parole, apprenderà a non aver fiducia nell'idea che si ha di se stesso. Ciò che qui ci preoccupa non è un problema morale ma l'ampliamento della coscienza. L'osservazione di sé assomiglia ad un raggio di luce che penetra nell'oscurità del nostro interiore. Questo raggio di luce porta alla coscienza il lato sconosciuto ed inaccettato di noi stessi. Rallegra ogni cosa in noi ed elimina gran parte della nostra violenza. Tutti dobbiamo vincere in noi l'uomo violento o la donna violenta perché ogni violenza è dovuta alla mancanza di coscienza. Se si può vedere un altro come si vede se stesso mai si potrà essere violento verso l'altro. Noterete che ci si lascia dominare dalla violenza solo quando si crede di non assomigliare all'altra persona, che non si è tanto cattivi o bestie o così bugiardi. La parzialità genera la violenza. In una recente conversazione una persona disse: "Quando ci si sente violento verso un'altra persona e ci si sforza a non sentirsi violento la volta successiva che si vede detta persona, si scopre che questa sembra essere cambiata, non sarà forse che si è cambiati *noi*, e non l'altra persona"? Sì, è perfettamente vero. Nell'avere più coscienza dell'atto della violenza non si reagisce più così meccanicamente, e così siete voi che siete cambiato un poco. Ma il cambiamento supremo avviene quando si vede che ciò che produce la violenza è qualcosa in noi stessi che non si accetta. Poi, se si può mantenere la coscienza di questo fatto non ci mostreremo mai violenti verso le altre persone, che nel vero senso della parola, è simpatia. Il vero significato della simpatia è *sentire* con l'altra persona. Ma non ci si può sentire *con* l'altra persona se non si è coscienti dei propri sentimenti. A volte nelle discussioni che s'intavolano tra due persone sul Lavoro si scopre che ambedue hanno passato le stesse esperienze. Questa è *simpatia*. Ma la simpatia in un senso sentimentale è inutile e contiene

sempre un pizzico di orgoglio e di paternalismo. Se si desidera aiutare qualcuno nel Lavoro è necessario sentirsi ad un livello inferiore a quello delle altre persone mediante la propria conoscenza di sé.

Bene, in una discussione recente una persona disse: “Ho scoperto che, se non adottavo un altro metodo, mi era difficile trovare la stessa cosa che in me stesso suscitava la mia violenza verso le altre persone,”. Sì, questa è un’osservazione molto buona, specialmente se ci s’inorgoglisce di qualcosa che si è o si fa secondo il ritratto che si è forgiati di se stessi e si pensa che detta persona non ci soddisfi a questo riguardo ed allora il risultato è che ci si lascia dominare dalla violenza. In questo caso la violenza proviene da immagini di se stesso che non si riconosce, che si disconosce e che sono molto vicini a ciò che ci fa inorgoglire. Permettetemi di evidenziarlo più dettagliatamente. Se voi siete una persona molto precisa e vi inorgogliate di questa qualità, vi lascerete dominare dalla violenza con una persona che giudicate non precisa secondo le vostre norme, ma troverete sempre di non essere così precisi come immaginate di essere e che ci sono molte falle nella vostra così chiamata precisione che proiettate sulle altre persone e che per questo le censurate. Abbiate la certezza che qui si agisce da un ritratto e non dalla conoscenza di sé e che il ritratto è forse, da un punto di vista, giustificato, ma senza dubbio non corrisponde alla verità perché nessun ritratto può farlo. Forse si è precisi ma ci s’immagina di essere precisi e la nostra immaginazione c’impedisce di vedere fino a che punto si è a volte precisi in avvenimenti molto importanti. Un uomo, per esempio, si può inorgoglire di essere degno di fiducia e censurare la gente per non esserlo, e censurarla anche violentemente, senza vedere di non essere degno di fiducia in molti altri aspetti e che la fiducia è un’immagine rinforzata dall’immaginazione che si fonda in un fatto. Siccome si vede idoneo in qualcosa e il suo orgoglio e la sua vanità entrano nell’idea di essere idoneo, si scoprirà di essere sempre più sensibile in questo punto e più esposto a lasciarsi dominare dalla violenza. In altre parole, vi state trasformando in *qualcosa*. Se poteste vedere tutti gli errori e stranezze che commettete voi stessi, se poteste vedere le vostre contraddizioni, se poteste avere coscienza dei vostri fallimenti, riguardo a ciò che credete di essere idoneo, ormai non sarete più suscettibili e violenti ma tolleranti e allo stesso tempo sarete più comprensivi. A volte la gente non può ammettere di non servire per fare certe cose a causa di una debolezza interiore. A cosa si deve questa debolezza interiore? È dovuta a questo lato sconosciuto, al lato oscuro, che per così dire, contiene tra le altre cose, tutto ciò che non desideriamo accettare. Si può essere utili per una cosa, ma è necessario che si riconosca gradualmente, specialmente man mano che la nostra età aumenta e necessita di una coscienza più ampia, che possiamo, allo stesso tempo, essere inutili per essa, e di capire, insomma, di non essere ciò che si credeva. Allora non ci si identificherà ormai più come lo si faceva prima e si diventerà più semplici interiormente. Questo penetrare nell’altro lato, nel lato oscuro o non osservato, non ci rende deboli, ma in realtà ci fortifica. Qualcuno domandò: “Il lato oscuro è forse cattivo?” È necessario comprendere che tutto ciò che non si conosce all’inizio appare cattivo. È il diavolo perché il diavolo è sempre il non conosciuto, ciò che non si riconosce o ciò che non si comprende. Se qualcuno avesse scoperto la radio qualche

secolo fa lo avrebbero bruciato come un agente del diavolo. Il lato oscuro non significa assolutamente che abbia in sé il male. Significa semplicemente che è male per voi, con la vostra attuale valutazione di voi stessi. È male per voi, perché quando lo ammettete alla vostra coscienza la vostra attuale valutazione di voi stessi cambierà. Come risultato di ciò sarà molto meglio di ciò che era prima. Sarà molto meglio perché la vostra valutazione presente di voi stessi, mantenuta dall'immaginazione, e dai respingenti, e dai ritratti, e dal continuo mentire, è stata debilitata, e voi siete entrati in un mondo più esteso di coscienza. Non dovrete pensare che il vostro lato oscuro sia cattivo, salvo per il vostro "Io" Immaginario che è il peggiore dei vostri mali. Sì, il vostro "Io" Immaginario che è il peggiore dei vostri mali. Sì, il vostro "Io" Immaginario è pieno d'immaginazione su ciò che voi siete, e se questa immaginazione è distrutta nell'ammettere ciò che è antagonista per voi, si comincerà a perdere questo "Io" Immaginario sbagliato, suscettibile e la vostra coscienza si accrescerà e smetterete di essere ciò che immaginate di essere e vi darà un sentiero verso l'"Io" Reale. Tutto il Lavoro va contro l'"Io" Immaginario con il quale ognuno di noi si scontra così adeguatamente nella vita. L'insegnamento del Lavoro si propone di distruggere il potere dell'"Io" Immaginario, ma all'inizio tutto ciò che minaccia l'"Io" Immaginario appare molto cattivo – di fatto, è il diavolo -. Per questo credo che una volta nel Lavoro si disse: “ Anche il diavolo è necessario”. Molte persone s'identificano con Dio senza nessuna giustificazione ed immaginano persino di stare in continua comunicazione con Dio. Tutto ciò appartiene all'"Io" Immaginario, e in tali casi Dio deve prendere certamente l'aspetto del diavolo e distruggere questa immaginazione, questi ritratti, queste fantasie, questi auto meriti, e tutte le follie che il Lavoro attacca così vigorosamente in ognuno di noi.

Bene, come lavoro pratico vi dirò un'altra volta che se osservate voi stessi nei momenti in cui criticate le altre persone nel Lavoro o quando vi lasciate dominare dalla violenza, se riuscite a capovolgere il problema e se cercate di trovare in voi stessi, cosa è ciò che vi fa criticare così tanto un'altra persona o che cosa è che vi fa perdere il controllo. Ciò determinerà che il vostro lato oscuro, inosservato sia più cosciente in voi perché potete avere la certezza che se si critica qualcuno e gli si risponde con violenza è semplicemente perché è una proiezione di ciò che sta in voi, in questo lato oscuro – cioè, incosciente – lato di voi stessi, il lato che ancora non si conosce, il lato che non si è ancora osservato, il lato che deve arrivare ad essere l'obiettivo della vostra conoscenza di sé. Vi ricorderò qui che l'osservazione di sé è una luce limpida e chiara che non tollera nessuna falsità e che all'inizio non vi darà nessuna auto soddisfazione. Vi ricorderò anche che se si è negativi verso le altre persone, non importa quale sia la motivazione esterna, dal punto di vista del Lavoro il fatto di essere negativi è colpa nostra. È necessario che le emozioni negative siano eliminate in noi stessi come lo fa l'acqua nello strizzare la biancheria che si sta lavando. È voi stessi, che dovete occuparvi degli stati negativi prescindendo dalle cause esterne che le eccitano, e qui interviene tutto l'obiettivo e il significato del Lavoro. Se si ha la forza del Lavoro, poche cose vi potranno toccare dall'esterno, solo se non rimanete troppo tempo addormentati. È un segno. Ma possiamo sempre indirizzare lo stato per il Lavoro e la comprensione. Tutti hanno difficoltà nel Lavoro

con gli altri. Non dovete credere che la mia missione ha le sue basi nel ridurre le difficoltà. Ognuno è lavoro per l'altro. Basta immaginare ciò che succederebbe se fossimo tutti soavi esteriormente e stessimo interiormente a sibilare come serpenti. No, dobbiamo lavorare considerandoci gli uni con gli altri e non sperare che le persone o l'ambiente medio siano ideali. Questa è la seconda linea di Lavoro – il lavoro in relazione con gli altri. È sempre colpa mia se sono negativo, qualunque fosse la situazione esterna. Questo produce subito un centro di gravità differente dal centro di gravità della vita? *Io* devo lavorare. E *posso* lavorare e *io voglio*. E devo prendere la mia vita come lavoro e lavorare sulla mia vita. Per questo non si deve avere “se soltanto”. Ricordo che la gente suole dire all'inizio del Lavoro: “Se soltanto trovassimo gente più gradevole nel Gruppo”. Ma il Gruppo qualunque fosse qui, è semplicemente un maestro generale di vita e questa è esattamente la sfera in cui tutti noi dobbiamo lavorare in connessione con gli altri. Conviene comprendere in profondità perché alleggerisce il lavoro con l'accettazione.

Cap. 15 Quaremead, Ugley, 19 gennaio, 1946
SUL METTERE IL SENTIMENTO DELL'”IO” NEL LAVORO

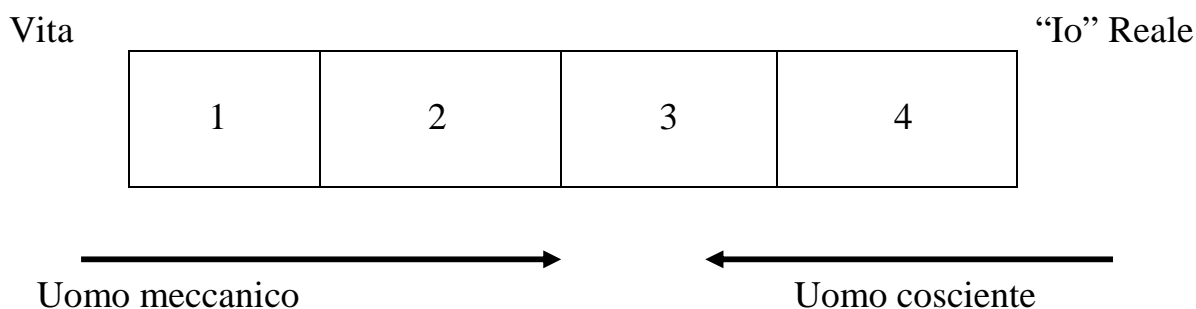
Recentemente abbiamo parlato del Cocchiere che sale alla guida della Carrozza. Nel Lavoro si è detto spesso che se un uomo non crede in una Mente Superiore gli è impossibile fare questo Lavoro. Il Lavoro insegna che esiste un Circolo Cosciente dell'Umanità. Il Circolo Cosciente dell'Umanità s'impegnò a svegliare lungo tutte le età il Circolo Meccanico dell'Umanità. Ma non lo può fare coattivamente. È necessario ricordare l'idea dell'Uomo, una delle grandi basi nel Lavoro. Il Lavoro dice che l'Uomo è creato come un organismo auto sviluppante, ma che per svilupparsi deve credere ad una Mente Superiore. Come avete già notato, la Natura, il mondo esterno, non ci dicono nulla. È neutrale. Si può arrivare ad una conclusione o ad un'altra circa la Natura. Si può dire che Dio esiste o dire ugualmente che Dio non esiste. Perché non c'è un'evidenza molto chiara di una Mente Superiore? Una volta si disse che se Dio fluttuasse su una nuvola, questo distruggerebbe tutta l'idea di Dio, che è invisibile, ed uno spirito che scopre la Verità soltanto dentro di noi. La gente tenderebbe a credere in Dio. La gente si vedrebbe obbligata dall'evidenza dei suoi sensi esterni a riconoscere l'esistenza del Superiore. Ma giacché l'Uomo è creato come un organismo auto sviluppante, ciò distruggerebbe il suo significato. In altre parole, è necessario arrivare alle nostre proprie conclusioni mediante il nostro pensare individuale. Un uomo, nel senso esoterico, può svilupparsi solo attraverso la sua comprensione individuale lavorando sulla sua conoscenza ed Essere. Altrimenti non sarebbe auto sviluppante. Molte volte ho pensato a quanto sarebbe deludente svelare un segreto alla mattina e vedere Dio che ci sta guardando avvolto in una nube colorata. E ci si sentirebbe più increduli di prima. Ci hanno lasciato un poco di libertà per scoprirlo da soli e per prendere la via che ci conduca al significato della nostra esistenza. Comprendere che esiste una Mente Superiore è un processo interiore, una via. Come si sa, un segno dell'Essere è l'avere il Centro Magnetico. Un uomo che possiede un Centro Magnetico ha il sentimento che esiste qualcos'altro prescindendo dai valori esteriori, ma l'idea di una Mente Superiore non per questo esisterebbe in

lui. Per esempio, detto uomo arriva a percepire che ci sono due grandi correnti letterarie nella vita, una di esse è la corrente ordinaria, che include i giornali, con le sue notizie sugli omicidi, di notizie politiche ed altro, ed un'altra molto lontana da tutto ciò e che si riferisce in apparenza a qualcosa di molto diverso – i Vangeli, per esempio -. Ma non per questo comprenderà la Mente Superiore o l'Umanità Cosciente. Ora comprendiamo perché il Circolo Cosciente dell'Umanità non può obbligare l'Uomo a credere, a causa della natura di questo problema, e alle condizioni sotto cui nacque l'Uomo. Non si può forzare un organismo capace di sviluppo proprio. Se si studia il Raggio di Creazione – e la gente dovrebbe pensare di più ad esso – si capisce perché la Volontà dell'Assoluto arriva sulla Terra soltanto attraverso un numero crescente di leggi o influenze – e attraverso un crescente macchinario. Noi, nella posizione che occupiamo nel Raggio di Creazione, siamo immensamente lontani dall'Assoluto. Siamo sotto 48 ordini di leggi con le loro influenze e significati conflittuali (contrastanti). Una volta si disse che se l'Assoluto si manifestasse direttamente, la totalità del Raggio di Creazione sarebbe distrutto ed equivarrebbe ad una partita di carte in cui improvvisamente non ci fossero più regole. Come risultato il gioco sparirebbe. Quando parliamo di una Mente Superiore vogliamo dire almeno che ci sono Intelligenze superiori alle nostre, che si possono paragonare, se la confrontiamo con la nostra, all'Intelligenza Divina. Il raggio di Creazione è pieno di questo significato. C'è ogni volta un significato sempre più elevato, una scala d'intelligenza. Se l'uomo è cieco per questa cosa – per il Raggio – le parti superiori dei Centri, le parti emozionali ed intellettuali che sono i conduttori del loro significato, non si sveglieranno mai. I suoi occhi saranno fissati al suolo. D'altra parte, se si possiede un Centro Magnetico corretto e, diciamo, fosse capace di distinguere le due classi di letterature a cui mi sono riferito, e sente in special modo che la vita non può essere spiegata in funzione di se stessa ma che deve esserci un'altra interpretazione in qualche altro livello di significato, allora si è sulla via per percepire da se stesso, con la percezione interiore, l'esistenza di una Mente Superiore. E siccome esiste questa Mente Superiore, lui stesso è capace di ricevere con giusta valutazione gli insegnamenti che sono originati in teoria nella Mente Superiore.

Come si sa, viviamo in una piccolissima parte dei nostri centri – viviamo nel sottosuolo della casa dove esistiamo psicologicamente. Nel Lavoro si dice che l'Uomo è tutto sbagliato. Si parla anche riguardo ai corpi dell'Uomo, che lavora in una maniera sbagliata. Crediamo che la Natura si produca da se stessa. Come è possibile ciò? Allora pensiamo che la materia produca la mente. Questa è la definizione che Platone dà di un materialista. Vede le cose al contrario. Il Raggio di Creazione ci mostra che la Mente dell'Assoluto crea le successive condensazioni della materia. C'insegna che viviamo in un Universo creato. Questo credo induce un uomo ad indirizzare il suo pensiero.

Farò un breve commentario sul sentimento dell'"Io" in questo Lavoro – proprio così, dell'"Io" che sta nel Lavoro. Con il tempo il Lavoro può giungere ad essere più forte della Vita – l'"Io" Lavoro più forte dell'"Io" vita. Ciò che il Lavoro stabilisce gradualmente in noi può giungere ad essere eventualmente più forte di ciò che la vita ha stabilito in noi, ed arriva a controllarlo. Allora si è ben instradati – proprio così, ci

siamo levati da una brutta strada. Ricordate che questa idea è rappresentata chiaramente nel diagramma dei quattro possibili corpi dell'Uomo, chiamati primo, secondo, terzo e quarto.



Supponiamo che un uomo raggiunga questo livello di sviluppo e che l' "Io" Reale o Padrone lo diriga . allora lavora nella direzione 4, 3, 2, 1. un uomo ordinario è indirizzato dall'altra parte ed invece dei corpi organizzati 2, 3 e 4 non si è formato nulla in lui e non è in contatto con l' "Io" Reale – di fatto, è nella posizione di un uomo nella taverna -. La domanda che farò è questa: “Credete che un uomo che non ha mai sentito l'esistenza di una Mente Superiore possa arrivare in qualche modo all' "Io" Reale in se stesso? Può raggiungere un livello superiore di se stesso se crede che non vi sia nulla di superiore? C'è una cosa molto precisa che si può sperimentare nel Lavoro – proprio così, un cambiamento del sentimento dell' "Io". Non si può produrre alcun cambiamento in se stessi se non c'è un cambiamento nel sentimento di se stessi. Questo significa un cambiamento nel sentimento dell' "Io". Ma credete sia possibile qualche cambiamento senza che si creda ad una Mente Superiore? Voglio che tutti voi pensiate ad un significato pratico relativo a tutti i Diagrammi che segnalano qualcosa di superiore affinché lo ripassiate mentalmente.

Cap. 16 Quaremead, Ugley, 26 gennaio, 1946
NOTA SULL'EFFETTO DELLE PRIME IMPRESSIONI

Le prime impressioni hanno la tendenza a produrre un effetto molto più forte di quelle successive. Questo produce in noi un sentimento di irrealtà man mano che invecchiamo. Nei primi anni della vita le impressioni che si stabiliscono nei rulli dei nostri centri e che furono captate dai sensi, ed anche dall'interiore e che ebbero la loro origine nell'immaginazione, sono più vivide ed intime e reali. Per questo quando reagiamo allo scenario dei nostri primi anni e vediamo tutto cambiato per la costruzione di nuovi edifici e negozi, e di alberi che furono tagliati, vie sparite ed altro, ci appare irreali e non possiamo crederlo, per così dire – non possiamo credere nell'evidenza dei nostri sensi – perché la forza delle nostre prime impressioni nei rulli contraddice le impressioni che entrano in questo momento. Da ciò risulta una sensazione di irrealtà.

Succede la stessa cosa con le prime immaginazioni. In gioventù una persona è solita identificarsi con ciò che immagina di essere o che vuole diventare, nella posizione, con la casa che vuole avere, con la qualità della servitù che avrà, con il coro di elogi e la simpatia che avrà intorno a lei. Queste ed altre immaginazioni simili possono formare impressioni molto forti nei rulli dei centri. Quando si cresce risulta una

sensazione di scontentezza o di disinganno, o di tristezza, che colma tutte le prospettive, essendo la loro causa sconosciuta dalla persona che le sperimenta, quantunque seguitino ad evidenziarsi nelle immaginazioni. Si tende, poi, a guardare le altre persone perché la vita così come la si sperimenta pare in qualche modo irreali, perché, a causa delle esperienze fatte con la prima immaginazione, il percorso non è quello che si sperava. La cura per queste due fonti di irrealità radica nell'idea della ricorrenza e dai pensieri che derivano da essa quando capiamo che la vita ritornerà come era prima, e così se la desideriamo differente è necessario lavorare subito su di noi. Come si sa, il lavoro sull'immaginazione è una delle cose che dobbiamo fare.

È molto che non parliamo dell'immaginazione. Tra le molte cose che esauriscono inutilmente la forza, una di esse è l'immaginazione non diretta, in quelle cose in cui si è passivi, davanti alla nostra immaginazione e c'immergiamo in essa. Questo è ciò che ci disgusta della vita. Cercate almeno di osservare una forma d'immaginazione in voi. Poi osservate qualcosa che fu stabilito nei rulli dall'immaginazione, che ha suscitato in voi una speranza che non corrisponde a ciò che si può ottenere. Ciò ci rende incapaci di apprezzare ciò che si ha.

A questo riguardo un altro pensiero di Lavoro capace di curare questa situazione è che il nostro Essere attrae la nostra vita e per tanto è inutile incolpare la vita.

Cap. 17 Quaremead, Ugley, 2 febbraio, 1946
SUL MANTENERE IL LAVORO VIVO DENTRO NOI

In questo Lavoro la parte-Volontà di noi deve amare ciò che la parte Intellettuale conosce o ciò che crede. Attraverso l'osservazione di sé comprendiamo che non desideriamo ciò che conosciamo. Il Centro Emozionale è l'assenso della Volontà, il Centro Intellettuale è l'assenso di ciò che conosciamo, e in accordo con i diagrammi del Lavoro la parte intellettuale è in noi l'assenso della coscienza. Abbiamo, in questo diagramma a cui mi riferisco, la Coscienza che è situata nella parte superiore del compartimento, la Volontà situata nella seconda, e l'Attenzione nel terzo compartimento inferiore. In un'occasione si disse che nessuno può mantenere il suo scopo nel Lavoro se non cooperano insieme la Coscienza, la Volontà e l'Attenzione. In genere, quando un uomo ha uno scopo forma questo scopo con un piccolo lato di se stesso, con la sua conoscenza, e molto presto lo dimentica – proprio così, smette di essere cosciente di esso -. Si fa uno scopo dalla conoscenza. Ma non si ha una coscienza sufficiente di esso per poterlo mantenere. Invece molte sue Volontà – cioè, le sue svariate volontà – vanno in direzioni differenti e contrarie e la sua attenzione si dirama in infinite maniere. La combinazione di Coscienza, Volontà e Attenzione non si ottiene.

Recentemente abbiamo parlato su ciò che significa mettere il sentimento dell'”Io” nel Lavoro. In quale senso ognuno di voi può dire di avere il sentimento dell'”Io” in questo Lavoro? Cosa volete dire con ciò? E quante volte al giorno percepite questo sentimento dell'”Io” che abbiamo nei nostri problemi correnti di vita? Se ci dessero il compito di ricordarci di noi stessi almeno una o due volte al giorno, credete che sia

possibile o è semplicemente una questione di memoria senza che da ciò risulti nulla di reale? Ricordarsi di se stesso significa entrare in uno stato molto diverso in se stesso. Un differente sentimento di “Io” appartiene a questo stato perché è un innalzamento della coscienza a un livello più alto – è così, al di là del detto stato di veglia o secondo stato di coscienza che abbiamo nelle faccende ordinarie in cui dimorano i piccoli “Io”. Per ricordarsi di se stesso è necessario che la Volontà contribuisca all’azione. Non è un pensiero né può essere questione di semplice memoria. Bene, devo ricordare che debbo ricordarmi di me stesso ma in realtà non è un ricordarmi a me stesso – proprio così, continua ad essere una questione di memoria e nulla più -. Questo significa stare in uno stato comune. Allo stesso tempo mi attribuisco il merito di aver ricordato di dover ricordare me stesso. È la stessa cosa che ricordare che si deve scrivere una lettera, e sentirsi meritorio di averlo ricordato e non scrivere la lettera. Deve *essere necessario* ricordarsi di se stesso con lo scopo di farlo e quando la necessità si presenta si presenta anche la Volontà, proprio così: “**Io** desidero ricordarmi di me stesso”, **Io** voglio ricordarmi di me stesso. C’è una preghiera che ci consigliavano di ripetere nei primi tempi del Lavoro: “**Io** desidero ricordarmi di me stesso”. Gran parte del lavoro personale si disperde pensando e non facendo ciò che si pensava. La parte-Volontà in noi non é coinvolta e così ritorniamo alla frase iniziale: “La parte-Volontà in noi deve amare ciò che la parte Intellettuale conosce e crede”.

Questo matrimonio tra l’Intelletto e la Volontà di cui si parla tante volte nella letteratura esoterica del passato nel Lavoro è segnalata quando dice che ci deve essere un’unione tra la nuova Conoscenza e l’Essere prima che possa nascere una nuova comprensione nell’uomo.

Soltanto dalla conoscenza possiamo e prendiamo molte decisioni intellettuali – di fatto, le prendiamo costantemente –ma tutto ciò avviene unicamente in un centro, il Centro Intellettuale, e il Centro Emozionale non si vede implicato. Tutti abbiamo sentito come il Lavoro deve essere recepito prima dall’Intelletto e come innanzi tutto deve essere registrato nella parte più meccanica del Centro Intellettuale – vale a dire, la parte formativa. Se il Lavoro non è ben registrato in quella parte continuerà ad essere debole, come un idioma parlato imperfettamente. Ma continuerà ad essere inoperante se una persona non pensa a queste idee e non le applichi al proprio Essere. Bene, il nostro Essere appartiene al lato-Essere di noi perché è il nostro livello d’Essere in noi quello che eventualmente decide quello che c’è da fare – la nostra vanità forse o il nostro orgoglio -. Posso decidere di agire intellettualmente in un certo modo ma il mio livello d’Essere determina la mia azione in un modo completamente diverso. Per tanto percepisco sempre meglio di avere in me qualcosa che mi spinge ad agire indipendentemente ed ignora le mie effimere decisioni. Nei primi giorni si disse in molte occasioni che l’obiettivo del Lavoro è quello di svegliare il Centro Emozionale che è l’assenso della Volontà, ma ciò non è possibile se prima la parte Intellettuale non sia sveglia. Cosa significa in questo Lavoro che il Centro Intellettuale deve svegliarsi? Per cominciare significa che non prendiamo già più il Lavoro come un qualcosa sulla lavagna che dobbiamo memorizzare. La tappa successiva radica nel far sì che la mente scopri la verità delle idee del Lavoro.

Quando un uomo comincia a vedere la verità di questo Lavoro dopo anni di lavoro personale passa ad una tappa molto difficile perché lo stato del suo Essere non è ancora stato colpito dalla verità della conoscenza insegnata dal Lavoro e che ora vede attraverso il Centro Intellettuale. Bisogna dire che invero questa è la prima tappa del Lavoro, perché allora l'Essere di una persona si trasforma in un vero problema e l'osservazione del suo Essere è per lei un problema che lo incalza praticamente. Quando un uomo comincia a vedere da se stesso la verità di questo Lavoro, senza l'aiuto di altri, comincia ad avere la propria fonte di lavoro in se stesso. Questa cresce in lui. È, fino ad un certo punto, sveglio – proprio così, sveglio in qualche piccola parte della sua mente – ma se immagina che questo basti, commette un grave errore. Di fatto, comincia a comprendere soltanto ciò che significa il lavoro in ciò che lo riguarda e su ciò che deve lavorare ed il perché.

In una riunione recente qualcuno disse: “Quando uno vede concretamente la sua posizione nel Raggio di Creazione, e constata quanto si sta in basso in esso e quali possibilità si hanno, allora inizia tutto”. Questa è una buona osservazione perché è un esempio di come il Lavoro può diventare al momento emozionale. Alcuni prestano scarsa attenzione ai grandi diagrammi cosmologici, non comprendendo che sono la fonte che determina che il Lavoro sia veramente emozionale e così uniscono il Centro Emozionale con il Centro Intellettuale. Il Raggio di Creazione risulta essere il diagramma più emozionale di tutti. Bene, quando il Lavoro diventa emozionale comincia ad impressionare la parte-Volontà in noi. Impressiona il nostro Essere. Un pensiero non impressiona il nostro Essere nello stesso modo in cui lo fa un'emozione. Avete tutti notato che una crisi emozionale c'impresiona molto più profondamente di qualsiasi pensiero, e di certo può alterarli momentaneamente. Alterare cosa? Alterare le sue forme ordinarie di Volontà, i suoi desideri. Non c'è dubbio che suona strano che i diagrammi del Lavoro possano svegliare realmente le emozioni. Ma è forse strano quando si pensa che tutti questi diagrammi ci parlano dell'esistenza di una Mente Superiore, di ciò che sta al di sopra di noi, di ciò che è più grande di noi? Si sa che ora, così come siamo, il Centro Emozionale è governato dalle emozioni di sé. Le emozioni di simpatia per se stessi, di vanità, di amore di sé, dominano il Centro Emozionale e così lo rendono suscettibile alle emozioni negative, come quando, per esempio, la nostra vanità è ferita. È solo in presenza di qualcosa di più grande che il Centro Emozionale si sveglia al suo vero lavoro e comincia a condurci ad un Centro Emozionale Superiore. Devo dire che non portiamo tutti i giorni le idee del Lavoro alla nostra mente in un modo sufficiente in maniera tale che rimangano vive in noi. Ogni idea, ogni insegnamento, ogni diagramma, in questo Lavoro, appartiene ad un tutto organico, e non si può accantonare per troppo tempo una parte qualsiasi di essi. Non pensiamo, per esempio, sufficientemente nell'insegnamento esoterico stesso e alla sua storia lungo le epoche e qual'era la sua finalità e di coloro che lo portarono a termine. Non vediamo alcuna differenza tra questo insegnamento e la vita. Né tanto meno capiamo che questo Lavoro si può mantenere vivo ed attivo in noi soltanto attraverso sforzi coscienti che ci permettono di pensarlo e riordinarlo nella nostra mente e di valorizzarlo più delle faccende della vita quotidiana. Il Lavoro deve essere al di sopra dei nostri “Io” di vita per quando si debba ricorrere ad essi nei

nostri compiti ordinari. Altrimenti il Lavoro rimane nelle parti meccaniche dei centri e qui è assediato da incalcolabili dubbi e, in somma, è strozzato o, di certo, crocifisso. Uno dei significati della crocifissione di Cristo si basa nel fatto che nella vita l'insegnamento esoterico e la comprensione psicologica sono sempre calunniati e crocifissi da menti letteralmente sensuali. Quest'idea è presentata nel Lavoro dal fatto che le influenze C seminate nel mondo dall'Umanità Cosciente si trasformano sempre in influenze B e di certo a volte in influenze A.

Vi dirò ora brevemente qualche parola sul tema di mantenere vivente il Lavoro in noi stessi una volta che è arrivato a formarsi. È necessario proteggerlo. Questo è il punto principale. È necessario contemplarlo come qualcosa che si sta formando in noi stessi e che si deve accudire e prestargli attenzione. Questa è una relazione curiosa e non sempre alcuni di voi lo ha capito. Voi, l'ordinario voi nella vita, deve mantenere il Lavoro vivo in voi anche quando questo "voi" non è nel Lavoro. Ciò che il Lavoro sta formando sta in voi ma voi non siete lui e per questo bisogna mantenerlo vivo. Si assomiglia a questo: Se credete di poter lavorare sempre, siete completamente nell'errore. Dovete prendete voi stessi come qualcosa che si sta formando in voi e a cui si dovrà prestare maggior attenzione ad intervalli. Nessuno può lavorare continuamente tutto il giorno e la notte, ma si può avere coscienza del Lavoro in voi stessi e fermare il sentimento dell'"Io", questo significa il Lavoro in voi – cioè, una continua percezione del Lavoro -. Questo non vuol dire che sia necessario pensare sempre nel Lavoro quando si fanno i compiti giornalieri perché si é negli "Io" meccanici e i propri pensieri tendono a proseguire meccanicamente e creano una confusione interiore. In un'occasione rispondendo ad una domanda che ho dimenticato si disse: "Vi costerà non Lavorare". Con questo compresi che ciò voleva dire, almeno in un senso, che pensare oscuramente nel Lavoro e preoccuparsi di esso in mezzo ai compiti quotidiani era completamente inutile. O si lavora o non si lavora. E bisogna ricordare che ogni lavoro è sempre un'azione relativamente cosciente. Ma non vedo nessuna ragione per cui una persona che cerca d'infilare il filo in una cruna di un ago debba pensare al Raggio di Creazione con un sentimento negativo. Se le associazioni che abbiamo con le idee-Lavoro sono costantemente cattive l'assestamento del Lavoro nella mente risulterà una vera complicazione. Lo strumento trasformatore sarà mal connesso. È la stessa cosa di quelle persone che cercano di spiegare con molta tristezza come fallirono nel Ricordo di Sé. Relazionano il Ricordo di Sé con associazioni negative in tal maniera che ogni volta che cercano di ricordarsi di sé stesse, le associazioni negative si presentano automaticamente. Queste persone in generale si compiacciono del loro fallimento.

Ritornando a quelle prime formazioni del Lavoro in noi stessi, lo si può paragonare, per così dire, con un nuovo Essere piccino che si organizza gradualmente in noi stessi e la cui volontà si sente appena. Se lo sentissimo, sentiremo una nuova Volontà in noi. Quando affrontiamo una situazione di vita come se fosse il Lavoro, la nostra reazione contro di essa sarà diversa dalla nostra reazione meccanica e anche i risultati saranno diversi. In tal caso di fronte alla situazione di vita ci comporteremo più coscientemente, in accordo con il nostro livello di comprensione. Tutto il potere del Lavoro nella nostra comprensione è capace di trasformare qualsiasi situazione di vita

– ma manchiamo di questa comprensione ora e, se siamo sinceri e non fingiamo, lo sappiamo e riconosciamo la nostra conoscenza. Bene, è una cosa sicura che quando prendiamo una situazione di vita in un modo-Lavoro piuttosto che meccanico cambia la nostra relazione con la situazione di vita. Questa è una delle cose che vediamo in noi stessi che è così. Proprio così, abbiamo la certezza che è così. Nei primi giorni dell'insegnamento, molte volte si è insistito su questo punto, per conoscenza: "Fin'ora di cosa sei sicuro, delle cose che hai provato nel Lavoro?" È necessario iniziare da questo punto. Quando non si ha certezza nel Lavoro, non abbiamo centro di gravità, né alcun appoggio nel Lavoro, come è chiamato. Non abbiamo iniziato, o meglio, questa cosa nuova non è ancora iniziata. Si soleva dire che solo per alcuni anni potevamo lavorare con una forza prestata, ma che arriverà il momento in cui questa forza prestata, che proviene dagli altri, sparirà gradualmente, fino a che, per proseguire, sarà necessario ricorrere alla propria forza. In questa tappa è molto importante affidarsi con sicurezza a quelle cose che hanno attinenza con il Lavoro. Questo esige una nuova revisione ad *intervalli* di tutte le idee del Lavoro ed ottenere da esse una nuova raccolta di significati. È soltanto dalle idee viventi del Lavoro, in quanto questo ha vita in sé, che i nostri "Io"-Lavoro possono mantenersi vivi. Questa cosa nuova, questo Essere nuovo, deve essere alimentato fino a che diventi sufficientemente forte per sostenere la propria esistenza. Per detta ragione dobbiamo agire in un modo tale da proteggere questo Essere in noi e di alimentarlo. Ogni nuova percezione, tutte le osservazioni ed esperienze nuove che stabiliamo in noi stessi come certezze lo nutrono. Particolarmente lo nutre la percezione interiore della verità di una o di un'altra delle idee-Lavoro. Perché per mezzo di questo lato della Volontà passa attraverso la conoscenza che si ha di lui e i due si accrescono.

Quando in noi il Lavoro arriva ad essere più forte della vita, tutta la macchina s'inverte, è usata abilmente dall'estremo opposto. Allora il Lavoro è più forte della vita. Per noi, però, il problema si pone sul come mantenere questo piccino, questo debole Essere in vita fino a che diventi attivo. Così siamo come guardiani per noi stessi ed è così che gli "Io"-vita più esperti possono aiutarci a proteggere questa cosa nuova degli "Io" di vita. Ci sono molti "Io" che detestano il Lavoro e cercano di ridicolizzarlo perché si sentono minacciati di morte. Di certo, a causa di questa lotta con gli "Io" che cercano di distruggere il Lavoro, questa cosa nuova seminata dal lavoro cresce e, come dissi, gli "Io" abili possono essere utili. Non si deve permettere che gli "Io" calunniatori, increduli, schernitori attacchino questa cosa nuova che si sta formando, ma che bisogna affrontarli con abilità e intelligenza. Per questo è preciso intavolare la guerra con essi *al di fuori* dal posto in cui il lavoro sta formando questo Essere nuovo e non lasciarli entrare. Entrano in noi – si – ma non devono penetrare in questo posto interiore che stiamo vigilando. Le parole malevoli aprono il cammino che conduce a questo posto e distruggono tutto quello che si sta formando lì. Per questo si mette tanta enfasi nel pericolo delle parole malevole in ciò che riguarda il lavoro.

Cap. 18 Quaremead, Ugley, 9 febbraio, 1946
COMMENTARIO SUL PROPRIO LIVELLO D'ESSERE

Una persona mi scrisse questo: ***“Mi rendo conto di non poter fare né sperimentare nulla oltre il mio livello d’Essere”***.

Risposi che questa osservazione, che è intelligente, si divide in due parti – cioè, “Non posso fare nulla oltre il mio livello d’Essere” è “Non posso sperimentare oltre il mio livello d’Essere”. Riguardo alla prima parte: “Non posso fare nulla oltre il mio livello d’Essere” – questo è esatto. Un uomo non può fare, oltre il suo livello d’Essere, perché il suo livello d’Essere gli farà fare quello che ha sempre fatto. Questo, nel senso del Lavoro è non fare. È non fare nel senso del Lavoro perché è meccanico. Ciò che facciamo meccanicamente secondo il nostro livello d’Essere è non fare. Forse crediamo di star facendo – di fatto, crediamo di fare in ogni momento – ma CIÒ sta facendo. Il nostro Essere meccanico sta facendo. Fare, nel senso del Lavoro, è andare contro il fare meccanico e l’uomo meccanico non può fare nel senso-Lavoro. Faccio ciò che voglio, nel senso ordinario, è dovuto al nostro Essere meccanico. L’osservazione è molto esatta in quanto dice: “Mi rendo conto di non poter fare oltre il mio livello d’Essere”.

Ora viene la seconda parte di detta osservazione: “Non posso sperimentare oltre il mio livello d’Essere”, non è esatto. Se fosse esatto, nessuno potrebbe muoversi da dove sta. Saremmo tutti appiccicati al nostro livello d’Essere e saremmo incapaci di crescere – proprio così, saremmo incapaci di qualsiasi crescita dell’Essere. Un uomo, una donna, possono sperimentare momentaneamente qualcosa oltre il loro livello d’Essere. Questo è ciò che ci spinge a proseguire. Altrimenti la nostra situazione sarebbe disperata. Se non avessimo dei barlumi di ciò che può essere una cosa, non cercheremo mai di averla.

Si fece un’altra domanda: ***“Come è possibile avere esperienze oltre il nostro livello d’Essere?”***

La risposta è che il nostro livello d’Essere non è ***una*** cosa ma che è composta in scala ridotta da livelli d’Essere leggermente differenti. Recentemente li si paragonò a fili telegrafici di cui alcuni sono più alti ed altri più bassi. Detto in un altro modo, significa che abbiamo “Io” in differenti livelli nel nostro Essere – proprio così, alcuni migliori ed altri pessimi. Abbiamo, per esempio, “Io” che sono connessi con il Centro Magnetico, e “Io” che sono semplicemente immersi nella vita. Possiamo parlare del nostro livello d’Essere in generale come se fosse caratterizzato dal sonno e la meccanicità, ma se consideriamo il nostro Essere su una scala differente – cioè in una scala molto più piccola – il nostro Essere quantunque in senso generale sia meccanico, racchiude gradazioni o gradi di minor e di maggior meccanicità. Per detta ragione c’è la possibilità di sperimentare qualcosa che sta oltre il nostro livello d’Essere generale o medio. Come si disse prima, se non fosse così staremmo perennemente fissi al nostro presente livello d’Essere. Ciò significa che il nostro lato recettivo è maggiore del nostro essere attivo. Pertanto noi siamo in questo Lavoro in condizione di essere capaci di vedere meglio la possibilità di ***farlo***. In certe situazioni abbiamo barlumi di comprensione che a volte ci permettono di vedere molto chiaramente ciò che dobbiamo fare eppure ci rendiamo conto che non è possibile fare

ciò che abbiamo visto. Siamo imprigionati dal nostro livello d'Essere medio che è quello che agisce. Vediamo, per esempio, molto chiaramente in un istante di introspezione che dobbiamo comportarci in una certa maniera ma quando arriva il momento pratico ci comportiamo come facevamo prima. Questa discrepanza è inevitabile e deve essere sopportata con la maggiore pazienza.

Allora si fece la seguente domanda: **“Cosa devo fare poi?”**

Questa domanda nasce sempre nella mente di una qualsiasi persona. La risposta di Lavoro tratta di ciò che dobbiamo fare. La domanda dovrebbe essere questa: “Cos'è, poi, ciò che non dobbiamo fare?” È esattamente qui che si presenta il Lavoro. Il Lavoro c'insegna che ci sono molte cose che non dobbiamo fare, per esempio, che non dobbiamo identificarci con le nostre emozioni negative, e così via. Ma l'impazienza della nostra natura è tale che vogliamo una risposta precisa di ciò che dobbiamo fare. Di fatto, tutta la nostra psicologia si fonda in quest'idea, vale a dire, “Dimmi esattamente cosa si deve fare”. Quest'impulso di fare, urgente ed illusorio deve essere completamente vinto nel Lavoro. È un impulso di vita, è un pensiero di vita, un sentimento di vita, e la cosa paradossale è che nella vita abbiamo sempre il sentimento di poter fare eppure dal punto di vista del Lavoro, in realtà non facciamo nulla, perché in tutto questo tempo il nostro livello d'Essere ci fa agire meccanicamente in ogni situazione e questo è quello che chiamiamo fare. Per questa ragione il lavoro ci indica uno dei primi passi per arrivare ad un Essere superiore e di renderci conto della nostra meccanicità. Se attribuite sempre tutto quello che fate nella vita all'idea che siete *voi* che state facendo non potrete comprendere mai esattamente che importanza abbia in ciò il Lavoro. Per mezzo dell'osservazione di sé si deve arrivare al punto in cui uno capisce che quando crede di fare non fa nulla in assoluto ma che **CIÒ** sta facendo, la macchina in noi sta facendo, uno sta facendo meccanicamente ciò che ha sempre fatto prima. Qui non è questione di *fare* nel senso del lavoro. **CIÒ** sta facendo. Nel mio caso Nicoll sta facendo; nel caso di altre persone Smith, Robinson o Brown stanno facendo.

Si fece una domanda: **“Quindi, come posso fare nel senso del Lavoro?”**

La risposta è che non si può fare secondo il senso-Lavoro.

“Allora cosa debbo fare?”

“Comprendere di non poter fare. Rendersi conto della meccanicità del proprio Essere”.

“Volete dire, perciò, che non posso fare nulla e che devo crederlo?”

“No, è preciso che ci si renda conto di non poter fare nulla, ma non dovete credere che sia così”.

“Come posso rendermi conto di ciò?”

“Potrete rendervi conto di questo soltanto osservando voi stessi. Se osservate voi stessi sinceramente per un periodo sufficiente comincerete a capire che non si può fare – proprio così, fate sempre come avete sempre fatto e non potete cambiare voi stessi. Si sa che voi pensate sempre di poter cambiare voi stessi e siccome avete la piena sicurezza di poter essere differenti si reputa e si crede che le altre persone siano anch'esse così. Ma è necessario intendere che non si può essere differenti da ciò che si è e a causa di ciò di essere capaci di capire che le altre persone non possono essere

diverse da quello che sono. Ricordo che in un'occasione qualcuno domandò: "Cosa faremo poi?" E gli si rispose: "Divertitevi". Bene, detta persona disse: "Per me sarebbe la cosa più facile del mondo divertirmi, ma sono un uomo serio – devo far fronte a molte difficoltà – e da sempre accarezzo l'idea di divertirmi". Avrete visto che detta persona ha l'idea che potrebbe divertirsi molto facilmente se lo desidera – proprio così, gli si è inculcata la convinzione che poteva divertirsi, ma non lo faceva per applicarsi al suo dovere. È chiaro che la risposta è che non poteva divertirsi come credeva di poterlo fare, non poteva uscire dalla sua meccanicità che lo spingeva a fare ciò che stava facendo. È come se una macchina da scrivere gridasse ad una bicicletta: "Perché giri da un lato all'altro?" e la bicicletta rispondesse gridando: "Perché vi muovete dall'alto al basso, tac, tac?" Nessuno può cambiare il suo macchinario. E la stessa cosa succede a noi. Siamo meccanici e il primo passo è capire che siamo meccanici, che ci identifichiamo con tutto ciò che facciamo nelle nostre relazioni, con tutti i pensieri e sentimenti che appaiono. Ma il Lavoro insegna che se ci svegliamo non saremo più meccanici. Una macchina non si può trasformare da se stessa, una macchina non può ricordarsi di se stessa, non può svegliarsi. Ma, il Lavoro insegna, che possiamo svegliarci, che possiamo ricordarci di noi stessi, che possiamo trasformare noi stessi".

"Come è possibile tutto ciò?"

"È possibile soltanto seguendo ciò che insegna il Lavoro. Il Lavoro inizia con l'osservazione di sé affinché si apprenda gradualmente fino a che punto siamo delle macchine e di come si reagisce meccanicamente contro tutto. Quando comprendiamo di reagire meccanicamente come se fosse il nostro "Io" e crediamo di essere *noi* a fare, allora ci renderemo conto di essere realmente meccanici e che per distinguerci dagli animali e dalle semplici macchine ci fu elargito il dono di accrescere la coscienza osservando di essere macchine e che tutta la nostra vita fino a ora è stata meccanica – proprio così, una serie di reazioni meschine, personali, sensoriali, meccaniche contro tutto. Unitamente a questo punto nasce l'idea che l'Uomo può smettere di essere una macchina. Accedere ad un'altra coscienza di sé è l'inizio del Lavoro. L'uomo che lo ha raggiunto già non si dà più per scontato. Bene, il Lavoro c'insegna che bisogna fare certe cose che prendono la forma di non fare certe cose come, per esempio, quella di non identificarsi in generale – proprio così, di non mettere il sentimento dell'"Io" in tutte le reazioni meccaniche. Per questo il Lavoro consiste per molto tempo nel non fare cose, secondo le istruzioni chiaramente stabilite nell'aspetto pratico dello stesso".

"Allora, volete dire che non dobbiamo fare assolutamente niente?"

"Sì, si può fare una cosa. Possiamo ricordarci di noi stessi. Questa è l'unica cosa che si dice di fare nell'aspetto positivo di questo Lavoro. Tutto il resto è un processo di non fare, di non comportarsi meccanicamente".

"Come ci si può ricordare di noi stessi?"

"Comprendendo che non ci si ricorda mai di se stessi".

"Ma sono sicuro che mi ricordo sempre di me stesso".

"Potete avere la certezza di ricordarvi sempre di voi stessi ma è necessario che si percepisca quando lo si fa".

“Ma tutto ciò che faccio lo faccio sempre coscientemente”.

“Parlate sempre con la piena coscienza, sapendo esattamente ciò che dovete dire?”

Sì, ho la piena certezza di fare tutto coscientemente e mi rendo conto perfettamente di ciò che sto dicendo e facendo in ogni momento”.

“In questo caso è necessario che si osservi sinceramente e veda se questo è vero. Se si è sinceri con se stesso si scoprirà che si fa e che si pensa e che si sente meccanicamente e che gran parte del giorno non si ha assolutamente coscienza di se stessi”.

“Non sono d'accordo con voi”.

“Quindi, in questo caso è necessario praticare l'osservazione di sé. Soltanto per mezzo di un'osservazione di sé realizzata sinceramente ed imparzialmente si capirà il punto di vista del Lavoro in ciò che vi riguarda. Se si da per scontato di essere una persona cosciente che fa ogni cosa coscientemente e deliberatamente non ci si potrà mettere in connessione con questo Lavoro. Il Lavoro cadrà su orecchie sorde”.

“Quale è l'obiettivo dell'osservazione di sé?”

L'obiettivo dell'osservazione è arrivare a percepire il fatto che voi non siete in nessun modo quello che credete di essere. L'obiettivo dell'osservazione di sé è quello di mostrarvi con un'auto-esperienza diretta che voi siete in realtà una persona meccanica che non può smettere di fare ciò che fa in ogni momento e che se desiderate trasformare voi stesso, che è l'obiettivo di questo Lavoro, dovete comprenderlo”.

“Non è per caso un punto di vista estremamente deprimente?”

“Sì”.

“Allora, perché bisogna intraprendere questo Lavoro?”

“Non vi è nessuna ragione che lo facciate se siete soddisfatti di voi stessi così come siete”.

“Pensate sempre che l'introspezione sia una cosa malsana?”

“Sono d'accordo con voi, ma il Lavoro non insegna l'introspezione ma un'osservazione di sé cosciente ed imparziale. L'introspezione è meccanica; l'osservazione di sé è cosciente”.

“Non credete che il Lavoro ci faccia diventare più egocentrici?”

“È esattamente l'opposto. Modifica questa opinione di se stessi egocentrica, auto-soddisfatta. Ci fa pensare realmente di non assomigliare a nulla di ciò che si crede di essere. In somma, il Lavoro effettuato correttamente vi sarà molto penoso e distruggerà tutto il vostro egocentrismo. In quanto all'osservazione che il Lavoro è egoista, è necessario che ognuno comprenda che il Lavoro è sempre contrario all'egoismo, e all'auto compiacimento. Il Lavoro si propone di disperderli e se lo si applica correttamente è una cosa molto poderosa e molto penosa. È qualcosa che distrugge l'auto compiacimento, l'egoismo, l'auto stima, le fantasie che la gente si forgia su se stessa, le immagini che si fanno di se stessi, in somma, la Falsa Personalità. La mette a nudo – determina che ci si veda come si è in realtà -. Distrugge in voi il fariseo. Vi fa capire che prima di aiutare gli altri ci si deve occupare di noi stessi.”

“Ma è certo che ciò che viene prima è aiutare gli altri”.

“Come posso aiutare le altre persone se non sono più cosciente di me stesso? Come possono i ciechi guidare i ciechi? Prima di impegnarsi ad aiutare le altre persone per amor del cielo esaminatevi e vedete se realmente potete aiutare voi stessi. Chiamate aiutare gli altri questa auto soddisfatta imposizione della vostra volontà? Il Lavoro può aiutarvi a trasformarvi e quando ormai cominciate ad essere un altro vi sarà allora possibile aiutare le altre persone secondo il grado di trasformazione che il Lavoro ha operato in voi stessi, ed allora il vostro aiuto sarà prezioso. Ma cominciare così come si è ora, credendo di poter aiutare gli altri in questo stato, significa semplicemente imporre agli altri le vostre idee di ciò che dovrebbero essere senza rendervi conto di cosa siete voi in realtà. Quanto più grande è la trasformazione che si è prodotta in voi attraverso il dolore e la comprensione di sé, tanto meglio vi vedrete così come siete senza auto giustificazione, e pertanto aiuterete maggiormente gli altri. Quanto meno si è ciechi con se stesso, più si potrà aiutare l’altra gente che seguita ancora ad essere cieca per se stessa, ma per arrivare ad essere meno ciechi con se stesso sono necessari molti anni di difficile lavoro e molto dolore e di vincere l’ostinazione, l’egoismo, e vincere i pregiudizi, il pensare di sapere tutto, il credere di avere un punto di partenza in se stesso. Il Lavoro c’insegna a partire da un punto molto diverso da quello che c’immaginiamo di essere. Il Lavoro non comincia con la Falsa Personalità – cioè, con quello che ci si immagina di essere -. Il mondo intero è pieno di Falsa Personalità ed ogni Falsa Personalità crede di saper meglio di tutti ciò che gli conviene fare. Il Lavoro è qualcosa di molto grande che butta fuori gradualmente tutte queste immaginazioni e falsità che rinforziamo su noi stessi. Solo allora potremo aiutare gli altri, ma in un modo molto diverso da quello che avremmo impiegato, prima di conoscere il Lavoro e prima che abbia agito internamente su di noi per mezzo della sua semplicità e sincerità. Il Lavoro è una cosa meravigliosa se lo si applica a se stesso, qualcosa di molto tranquillo e gentile e assolutamente genuino in ogni suo punto che penetra realmente attraversando la cappa di falsità ed immaginazione che predominano in noi. Iniziate ad avere in voi gli “Io” di Lavoro – proprio così, gli “Io” che captano una parte del significato del Lavoro, poi potrete discernere che sono oltre il nostro livello d’Essere, e ciò che riconoscete, se si conferma come una verità nella parte migliore della vostra mente, vi trasformerà gradualmente, ed agirà sopra il vostro livello di Essere e modificherà l’Essere. Allora, gradualmente, ciò che conoscete sul vostro lato migliore è possibile realizzarlo e di portarlo a termine per il vostro Essere. Il Lavoro dice che questa trasformazione è possibile in tutti gli uomini se si impegnano a lavorare su se stessi. Per questo è necessario pensare su ciò che significa la non identificazione, con se stessi, con i propri pensieri e sentimenti. È non fare, e gradualmente questo processo di non fare vi permetterà di fare in una scala molto ridotta.

Cap. 19 Quaremead, Ugley, 16 febbraio, 1946

COMMENTARIO SULLA RINUNCIA ALLA PROPRIA SOFFERENZA

Avrete sentito dire spesso che l’unica cosa che possiamo sacrificare nel Lavoro è la nostra sofferenza. Il Lavoro c’insegna che dobbiamo avere un nuovo tipo di sofferenza che non si basa sulla nostra sofferenza ordinaria e meccanica. Ogni

mutamento in se stesso può avvenire soltanto se rinunciamo a ciò che si era prima e ci trasformiamo in qualcosa di diverso. La trasformazione di se stesso significa arrivare ad essere diverso. Non posso cambiare me stesso se continuo ad essere la stessa persona che è meccanica. Per tanto, con lo scopo di cambiare è necessario che rinunci a qualcosa, che sacrifichi qualcosa. L'idea di sacrificio impregna tutto l'esoterismo. La ragione di ciò è ovvia. Si deve al fatto che ogni mutamento di se stesso è impossibile se non si rinuncia o che non si sacrifichi qualcosa di quello che si è al presente. In questo insegnamento si è ripetuto spesso che il cambiamento di Essere significa che si deve modificare qualcosa in se stessi, nel proprio Essere. Non si può essere quello che si è, e allo stesso tempo cambiare. Il cambiamento di Essere presuppone sempre la rinuncia a qualcosa e in questo modo il sacrificio di qualcosa nel proprio Essere. E il Lavoro dice che la prima cosa che è necessario sacrificare – e qui ho sottolineato come *prima* cosa – che è la nostra abituale sofferenza meccanica. Bene, se non si capisce il significato di ciò che si vuole dire qui, non si potrà iniziare il Lavoro correttamente in se stessi. Se la persona inizia dalle sue personali idee, di quello che deve sacrificare o di quello a cui deve rinunciare, non gli servirà a nulla e non gli darà alcun risultato. Il primo compito che un uomo, una donna deve fare è quello di rinunciare alla propria sofferenza e di sacrificarla innanzitutto, perché questo porta ad un cambiamento di Essere. Affinché questo avvenga è necessario distinguere attraverso l'osservazione di sé qual è la causa della propria sofferenza. Ricordo che la prima cosa di cui parlò il signor Ouspensky era su questo argomento. Iniziò le sue parole dicendo che tutti erano dominati senza saperlo da forme tipiche di sentimento da cui derivavano le loro auto giustificazioni – cioè, giustificavano la loro sofferenza e così la davano per scontata come una parte integrante di loro stessi -. Disse che era una specie di cosa che la gente trascina dietro di sé o la impugna di fronte agli altri. Descrisse molto chiaramente, con parole che non ricordo con esattezza, come la gente è incatenata alla sofferenza che ha accumulato secondo le proprie idee di vita e alla forma in cui furono trattati per questa. Disse: “Tutta questa sofferenza appartiene al lato della Personalità”. Disse: “La gente soffre inutilmente ma si afferra alla propria sofferenza. Hanno scoperto che la vita non era come supponevano ed invece di discernere le proprie forme di immaginazione e le proprie abitudini acquisite verso la vita credono soltanto di sperimentare una sofferenza reale, genuina, e di conseguenza sentono che nessuno comprende quello che hanno patito”. “Tutti”, disse, “sono trascinati da questa sofferenza acquisita dalla quale proviene tutta la considerazione interiore e il fare i conti”. “Tutta la considerazione interiore e il fare i conti”, disse, “si basa in detta sofferenza acquisita a cui la gente dà così tanto valore”. Parlò sull'impossibilità di sfuggire alla Personalità con le proprie abitudini acquisite e respingenti salvo che per mezzo di una forza completamente nuova capace di distruggere questo disordine, questa inutile confusione in noi stessi. Disse: “Dobbiamo pensare in un modo nuovo sia riguardo alla vita sia riguardo a noi stessi, e questo è possibile soltanto quando sentiamo una forza nuova che ci penetra trascinandoci dentro di noi nuove idee, nuovi modi di prendere le cose”. La redenzione dalla sofferenza è difficile ma possibile, mentre nella vita è impossibile. Quando si comincia a comprendere il Lavoro e tutto ciò che insegna e lo si raffronta con ciò che

si è si comprenderà ciò che vuole dire. Si vedrà che quello che è, è molto diverso da quello che secondo l'insegnamento del Lavoro dovrebbe essere". Il signor Ouspensky usò qui una frase che ricorderò sempre. Disse: "Quando si cammina insieme al Lavoro e si giunge ad essere coscienti di ciò che si è mediante l'osservazione di sé, si riconosce di non essere assolutamente come dice di essere il Lavoro, di come il proprio Essere non corrisponde a ciò che esso dice". La gente domandava: "Allora, cosa dobbiamo fare?" Rispondeva sempre: "È necessario che vi ricordiate di voi stessi e la prima cosa da fare è quella di rinunciare alla propria sofferenza". Credo che volesse dire, in quello che riguarda l'ultima parte di ciò che espresse, che se continuiamo a portarci la sofferenza sulle spalle non possiamo fare il Lavoro. È necessario rinunciare ad essa – proprio così, bisogna sacrificare questa strana cosa in noi che è la base di tutta la considerazione interiore e del fare i conti. In un'altra occasione il signor Ouspensky disse: "Nessuno può raggiungere un livello più elevato di Essere se non rinuncia alle sue attuali forme di sofferenza". Nello stesso tempo parlava dell'idea di giustizia e sottolineava che ciò che chiamavamo giustizia non ha niente a che vedere con la giustizia. Disse: "Giustificare sempre se stessi ha le sue radici nella nostra idea che ci facciamo di giustizia. Per esempio, tutti giustificano i loro stati negativi". Voleva dire che tutti hanno il senso di ciò che è la giustizia per *loro*, ma lo scoprire che la vita non corrisponde a questa idea li fa aggrappare a ciò che credono debba essere la giustizia per loro. Di conseguenza, giustificiamo i nostri stati negativi, la nostra considerazione interiore e il fare i conti, e se esaminiamo tutto dal punto di vista del lavoro cominciamo a renderci conto che non possiamo giustificare noi stessi basandoci sulle nostre idee di giustizia. È necessario agire da un altro senso di giustizia. Supponiamo di parlare in modo sbagliato nel Lavoro e ci si vede obbligati a confessare di aver parlato in modo sbagliato, scopriremo che ci giustificiamo sempre a noi stessi sulla base della nostra idea di giustizia – giustificazione personale di sé -. E al di là di questa giustificazione c'è la propria sofferenza che nasce dall'idea di giustizia che si è acquisita ed imitata. Questa deve essere spezzata da qualcosa di più alto, da una forma più elevata di quello che è la giustizia. A volte si dice: "Ritengo di aver perfettamente ragione riguardo all'ingiustizia che vi è nella vita ma nei riguardi del Lavoro e delle sue idee non posso dire la stessa cosa". Nel Lavoro siamo sotto una nuova disciplina, a un nuovo senso di giustizia – per conoscenza, di ciò che è corretto, di quello che è giusto, da un livello superiore -. Così dobbiamo imparare a servirci di un'altra serie d'idee molto diverse da quelle che abbiamo acquisito dalla vita. Il signor Ouspensky disse: "Siamo come scimmie. Una scimmia può giustificare se stessa in funzione di un'altra scimmia, ma stiamo cercando di diventare esseri umani e non possiamo più giustificarci con noi stessi in funzione di essere scimmia. Sottolineava continuamente che nel Lavoro c'insegnano idee e discipline che non sono necessarie nella vita. Disse: " Cerchiamo di obbedire a leggi superiori – proprio così, cerchiamo di diventare persone coscienti in modo da poter vivere tra persone coscienti ed apprendere a comportarci in questo livello superiore di Esseri -. Questo Lavoro proviene da gente cosciente".

Bene, per ritornare al problema della prima cosa che è necessario sacrificare – a sapere, la nostra sofferenza meccanica – è evidente che dobbiamo discernere innanzi tutto quali sono le forme che adotta la sofferenza meccanica. Se non abbiamo coscienza di una cosa non possiamo sacrificarla. Non si può prendere come punto di partenza una cosa di cui si è incoscienti. Il Lavoro si propone di accrescere la nostra coscienza di noi stessi, del nostro stato di Essere. Nessuno può lavorare sul proprio Essere se non inizia a osservare a cosa assomiglia il proprio Essere. Il Lavoro dice che in ciò che riguarda l'Essere tutti hanno la loro propria forma di sofferenza, di emozioni negative, di zavorre, di pensieri e di sentimenti tristi e altre cose dello stesso tenore. Questo si applica a tutti quanti. Non ci sono eccezioni. E questa cosa in noi stessi che ci dicono di sacrificare è il principio stesso di questo insegnamento. Per tanto è necessario cercare di osservare la nostra forma di sofferenza.

Forse bisogna domandarsi: “Quali sono queste forme di sofferenza che bisogna sacrificare?” È la sofferenza dell'uomo verso la moglie, della moglie verso l'uomo. Per esempio, un uomo sente di non saper realmente se sua moglie lo abbia mai capito. O sente semplicemente di non essere mai stato apprezzato veramente né tanto meno che gli sono state offerte opportunità per farlo, e così via. O una donna sente che non ha mai potuto sposarsi – o che non ha potuto avere dei figli – o che ha troppi figli – e questa è la sua sofferenza -. Poi considerate tutte le forme meccaniche di sofferenza che nascono dal sentimento che i propri genitori non ci abbiano mai compresi, né la propria moglie, né i propri figli. Credo sia impossibile enumerare tutte le forme di sofferenza che la gente si forgia e a cui si afferra come se fossero le cose più preziose della loro vita. Ed è esattamente questa sofferenza che deriva dalla vita e tutte le sporcizie che devono essere sacrificate. E qui è necessario che vi ricordi quello che si disse recentemente sul “Se soltanto”; “Se soltanto avessi avuto un'opportunità migliore”, “Se soltanto avessi avuto un figlio”, “Se soltanto avessi conosciuto la persona giusta”, “Se soltanto la guerra non fosse scoppiata allora”, “Se soltanto non avessi cambiato i miei soldi in marchi tedeschi”, “Se soltanto fossi stato più alto”, “Se soltanto non avessi avuto la casa che ho”, “Se avessi più denaro”, “Se soltanto potessi conoscere della gente di classe migliore”, “Se mi mostrassero più simpatia per tutte le mie avversioni” – ma “Se soltanto” è connesso con tutta la sofferenza meccanica che deve essere sacrificata -. Un'altra forma di sofferenza è il sentimento di aver fallito. La cosa strana è che si suole godere di questa forma di sofferenza. Una persona che non ha fatto mai un vero sforzo nella vita di solito fallisce e la cosa curiosa è che gode del suo fallimento, o una persona crede di aver fatto tutto il possibile per intavolare relazioni con gente difficile e poi dopo aver fallito gode della sua disgrazia. Questa curiosa forma di sofferenza non può essere spiegata in questa dissertazione. Come dissi, è una forma molto curiosa di sofferenza con cui molte persone si adattano alla vita denigrandosi e godono a parlare su questo particolare. Ma in tali casi si troverà sempre che alcune forme di orgoglio o di vanità gli permettono di pretendere che il loro insuccesso è genuino, ricadendo nel sentimento che avrebbero potuto avere fortuna o di trionfare su qualcun'altra cosa, specialmente se si fossero inorgogliati della loro posizione sociale, della loro origine, o di qualsiasi altra cosa di questo tipo – cioè, qualcosa di semplicemente negativo, che in realtà non

sono essi stessi -. A volte ho pensato che questa è la forma più difficile da trattare quando una persona ammette il suo fallimento, afferrandosi sempre segretamente a qualche altra cosa. Questo è un tipo falsificato di sofferenza. Allo stesso tempo, è necessario analizzarlo e sacrificarlo. Oltre quello si nasconde il sacrificio dell'orgoglio e della vanità. Ma questo esempio dimostra fino a che punto la gente è falsa con se stessa e come l'ingannare se stessa gli permette di continuare a vivere. Non vediamo l'altro lato del problema, il lato oscuro, non accettato, non riconosciuto, ma è per questo che il Lavoro dice che un'osservazione di sé imparziale permette ad un raggio di luce di penetrare in questo lato oscuro che si oppone allo sviluppo individuale in ogni uomo. Siamo tutti attori, ma non vediamo la nostra commedia e nel Lavoro è ciò che dobbiamo fare. Tutta la nostra sofferenza meccanica è una farsa, ma soltanto non lo ammettiamo. La sofferenza fraudolenta è il nucleo centrale (la tonica) di quello che dobbiamo sacrificare. La vera sofferenza è molto differente e ci porta sempre ad un livello più alto; la sofferenza fraudolenta ci chiude. È straordinario come un momento di vera sofferenza determina che una cosa sparisca intorno ad una persona e che in tali momenti questa comprenda pienamente di cosa tratta il Lavoro, ma la sofferenza fraudolenta, auto-inventata s'interpone tra noi e i Centri Superiori – proprio così, tra noi e la voce del Lavoro che ci stanno sempre parlando, e innanzi tutto dobbiamo udirla dall'esterno, da un maestro, e dopo del tempo la udiremo parlandoci internamente.

La cosa straordinaria è che si è soliti conoscere persone che negano di avere una sofferenza meccanica. In generale sono persone appagate di se stesse e in realtà morte in se stesse, eppure se le si tratta intelligentemente non si tarda a scoprire che hanno le loro forme nascoste di sofferenza che derivano dalla vita. Bene, conviene osservare le proprie forme caratteristiche di sofferenza meccanica, e qui è necessario osservare le proprie fantasie – proprio così, il lavoro passivo dell'immaginazione in se stesso -. Ricordo che una volta mi impressionò molto l'idea che almeno un milione di persone morivano tutte le settimane e che probabilmente molti credono che andranno in un posto migliore. Sono pieni dei loro problemi personali, dei loro oneri, della loro sofferenza su questa Terra. Tra questa gente, quanti credete voi – supponendo che è una specie di Essere sito in un livello superiore e che deve dirigerli ai loro rispettivi posti nel mondo spirituale – quanti saranno sorpresi di non appartenere al tipo ordinario? Non si presenterebbero ognuno di loro lamentandosi – cioè, tirando fuori tutte le loro sofferenze meccaniche, oneri, tutti quei problemi relativi al fatto che qualcuno non gli ha dato il buon giorno, e quanti si vedranno completamente limpidi, senza oneri, senza nessuna sofferenza della Terra, e che quando gli si chiederà cosa desiderino, risponderanno, non che desiderano giustizia, ma che desiderano sapere di più ed essere di più e **comprendere** di più? Questa visione mi impressionò moltissimo e mi fece pensare con profondità in ciò che sarei stato io in quelle circostanze. Abbiamo parlato spesso di perdonare i debiti e di ciò che significava cancellare i debiti contro gli altri. Tutti i nostri problemi terreni non hanno nessun valore in un livello d'Essere superiore, e il nostro Lavoro radica nel cancellare i nostri problemi Terra, la nostra sofferenza Terra, le nostre pesantezze interiori, i nostri stati negativi verso gli altri, i nostri oneri verso gli altri, le nostre antipatie verso gli altri e il nostro

odio verso gli altri. Altrimenti siamo destinati alla terra e così come le scimmie di cui abbiamo parlato. Credete che sia un'idea molto penosa? Mi immagino che la vita stessa possa darci qualche idea di ciò che questo significa. Se si desidera raggiungere una posizione più elevata nella vita, si deve passare il tempo a presentare i propri problemi, i propri meschini problemi personali, in vista della posizione che si desidera raggiungere?

Il signor Ouspensky una volta mi disse: “La gente non comprende che il Lavoro tratta di condurci ad un determinato posto e che ha stabilito istruzioni precise riguardo alla via che bisogna percorrere per arrivare lì, a condizione di lavorare su se stesso, e che pertanto man mano che una persona progredisce, il Lavoro per lei cambia”. In quell'epoca mi stava parlando su qualcosa che mi bloccava, e mi disse: “Non si rende conto che questo non ha niente a che vedere con me, ma che sta in voi stesso, e che se non si lavora su quello e si cerca di non identificarsi con quello, vi fermerà sempre?” Disse: “Mette al riparo queste persone, ma loro sono voi e voi siete loro”. Naturalmente in quell'epoca non riconobbi che questo faceva parte della mia sofferenza. Non mi rendevo conto che questo era uno dei significati del rinunciare alla propria sofferenza. In un'altra occasione mi disse, guardandomi di traverso: “Perché gode tanto delle sue emozioni negative?” E ricorderò sempre, quantunque non ricordo con esattezza le parole che mi disse, il suo sguardo di traverso. Di fatto fu questo sguardo che mi fece osservare che godevo delle mie emozioni negative – proprio così, la mia sofferenza meccanica -. Suppongo che ora molti di voi già capiscono fino a che punto godono delle loro emozioni negative. Il Lavoro dice che per arrivare a un livello d'Essere superiore non si devono avere emozioni negative e che la parte negativa del Centro Emozionale deve essere distrutta in noi. Altrimenti, se nelle nostre attuali forme di sofferenza intervengono i Centri Superiori, esse si identificheranno mille volte. In un'occasione udii G. dire: “Dobbiamo distruggere il nostro Centro Emozionale”. Siccome stavo nel Lavoro da poco tempo mi parve qualcosa di terribile e di come tutto sarebbe stato duro e crudele se il Centro Emozionale fosse distrutto. Quando trascorsi più tempo nel Lavoro compresi chiaramente ciò che esso significava: il nostro Centro Emozionale, così come è ora, non è niente altro che emozioni di sé con le risultanti emozioni negative che nascono da esse. La purificazione del Centro Emozionale deve, parlando praticamente, distruggere il Centro Emozionale in noi così come è ora, con tutte le nostre meschine reazioni personali, sensitive e difficili, i nostri piccoli sentimenti personali sugli altri, il nostro fascio di gusti e disgusti sensitivi – in somma, le meschine emozioni che continuiamo ad avere quando le emozioni di sé ci governano. Quando si serve realmente il lavoro bisogna distruggere queste piccole, quotidiane, meschine emozioni di sé, e si può fare solamente quando si capisce che il Lavoro è molto più grande di noi stessi. Recentemente abbiamo parlato su questo particolare in connessione con la comprensione di una Mente Superiore. È necessario servire il Lavoro e non se stessi. Il Lavoro non deve essere funzione di uno stesso ma che uno stesso deve giungere ad essere funzione del Lavoro.

Cosa significa servire il Lavoro? Significa obbedire a ciò che il Lavoro c'insegna. Recentemente in una riunione si disse che, per iniziare, è necessario comprendere che

servire il Lavoro significa servirlo psicologicamente. Supponiamo che una persona stia sul punto di divulgare qualche scandalo sgradevole e subito si ricorda di se stesso in connessione con ciò che il Lavoro insegna su questo particolare e non divulga lo scandalo, sapendo che farlo è meccanico e che lo danneggerebbe soltanto – allora detta persona serve il Lavoro -. O supponiamo che desidera essere negativa perché una persona non lo ha trattato nella maniera che lei considera giusta secondo le sue idee di giustizia e si ricorda di se stessa e non reagisce meccanicamente, in questo caso servirà il Lavoro. Servire il Lavoro significa obbedire a ciò che esso insegna a praticare su se stesso. Se si lascia dominare dalla tristezza e dal cattivo umore, le obiezioni, e così via, ed osserva il proprio stato e comincia a separarsi da esso – allora serve il Lavoro -. E nel farlo rinuncia ad una parte della sua sofferenza meccanica. O supponiamo che stia sul punto di passare in uno dei suoi tipici stati di preoccupazione, di lamentele, di perdere la testa per qualche motivo, di aver disgusto per ogni cosa, questi stati che gli fanno continuamente perdere forza – supponiamo che li osserva e smette di identificarsi con essi perché il sentimento del Lavoro sta in lui – allora sta servendo psicologicamente il Lavoro. Ha già cominciato a lavorare su di sé, ha già cominciato a vedere ciò che il Lavoro significa per lui. Ha già cominciato ad obbedire a qualcosa che non è lui stesso. Tutto ciò appartiene alla rinuncia della sofferenza. Ma per lavorare sulle proprie forme tipiche di sofferenza, è necessaria una ferma e sincera osservazione del proprio Essere, ed anche di portare il Lavoro in quei posti del proprio Essere mediante la luce dell'osservazione di sé, e cercare di non accompagnare queste reazioni, di non identificarsi con esse, di non mettere il sentimento di "Io" in esse, e quanto più si valorizza il Lavoro in noi perché il significato superiore è qualcosa che sta al di sopra del significato della vita, più il Lavoro ci aiuterà a vincere la nostra sofferenza meccanica.

Cap. 20 Quaremead, Ugley, 22 febbraio, 1946
IL SIGNIFICATO PSICOLOGICO DEL PIEDE

Il signor Ouspensky in un'occasione disse che aveva del cuoio da vendere per coloro che desideravano confezionarsi delle scarpe. Vi sono due tipi di calzature. La prima calzatura ce la dà la vita in noi. Apprendiamo a comportarci in un dato modo, a pensare che alcune persone hanno ragione e che altre non l'hanno, ci riempiamo di abitudini inculcate dall'imitazione a seconda della nostra posizione sociale, e tutto il resto. Parte di queste scarpe sono dovute al padre ed altre alla madre. Quando si vede una persona che va con le scarpe di suo padre o forse quelle di sua madre si capisce che detta persona non è ancora sveglia. Tutto ciò si riferisce ai *piedi* e questa notte cerchiamo di riflettere sul significato esoterico dei piedi. Le scarpe di vita a volte si rompono e d'altro canto a volte sono permanenti. Una persona che non ha mai messo in dubbio le sue abitudini di vita, i suoi respingenti, i suoi pregiudizi acquisiti, probabilmente porterà scarpe permanenti, fatte per l'azione che la vita esercita su di lei. Allo stesso tempo può esserci la possibilità che una persona arrivi al punto in cui le sue calzature si rompono. Bene, le scarpe sono quelle che ci permettono di andare sulla Terra. Parlando esotericamente i nostri piedi sono nel posto in cui ci poniamo in contatto con la vita esterna e le scarpe che ricoprono i nostri piedi rappresentano le

abitudini, i pregiudizi e le opinioni con cui affrontiamo la vita. Quando il Lavoro dice che vende cuoio per fare scarpe, significa ovviamente fabbricare scarpe nuove con cui poter andare per la vita in un modo differente. Il piede, parlando psicologicamente, è la nostra parte più esterna, la nostra parte con cui ci mettiamo in contatto con la vita. Avrete già sentito parlare del Primo Shock Cosciente che avviene nel punto d'entrata delle impressioni esterne. In genere lì, non si produce nessuno shock. La vita esterna penetra in noi e ci comportiamo verso di essa sempre nello stesso modo. Prendiamo tutte le cose come sempre abbiamo fatto. Ci comportiamo sempre nello stesso modo. Ci mettiamo in relazione con le circostanze esterne, con la gente, con tutto ciò che appartiene alla vita esterna come abbiamo sempre fatto. Il Primo Shock Cosciente consiste nel trasformare le impressioni. Se accettiamo tutto ciò che arriva dalla vita esterna attraverso i sensi come sempre abbiamo fatto non trasformeremo la vita. Ogni volta che si vede A. o B., che esistono nella vita esterna, o verso chiunque si vede o si sente attraverso i propri sensi esterni, si reagisce a quelli come si è fatto sempre. In questo modo voi non state lavorando su di voi, non state dando il Primo Shock Cosciente, che consiste nel ricevere le impressioni esterne *in un nuovo modo*. Un uomo, una donna, pieno di pregiudizi, ortodosso e ostinato, troverà molta difficoltà nel ricevere le impressioni in un modo nuovo. Quando i suoi piedi psicologici toccano la vita andranno sempre nello stesso modo.

Bene, traducendo ciò che abbiamo appena detto in termini di Lavoro è visibile che in tal caso ci comportiamo meccanicamente. Per questo il lato meccanico di noi sono i nostri piedi. Se ci comportiamo meccanicamente di fronte ad ogni situazione, andremo sempre negli stessi posti, parlando psicologicamente, cioè, non ci daremo il Primo Shock Cosciente né trasformeremo le impressioni entranti. Ricordate che tutto ciò che si vede e si ode, tutta la gente che si conosce, tutto quello che si legge, sono impressioni entranti, perché siamo in contatto con la vita esterna solo attraverso le impressioni entranti che ci trasmettono i nostri sensi. È giustamente in questo punto delle impressioni entranti che il Lavoro c'insegna qualcosa di molto preciso. Se queste impressioni entranti cadono sempre nello stesso posto in una persona ed eccitano le stesse reazioni, le stesse antipatie, le stesse simpatie, gli stessi giudici, le stesse critiche, gli stessi pensieri, gli stessi sentimenti, nulla potrà muovere detta persona da dove sta. Non starà facendo il Lavoro. In tal caso è una semplice macchina, un semplice esempio di condotta meccanica. I suoi piedi, che sono la meccanicità attraverso cui tocca la vita, andranno sempre nello stesso modo.

Qui recentemente dicevamo che il Lavoro c'insegna dal suo inizio a lottare contro la nostra meccanicità ed anche l'impossibilità di farlo se non si riconosce la nostra meccanicità per mezzo di una lunga osservazione. Questa è l'introduzione al Lavoro. Un uomo, una donna, che non possono osservare se stessi e la loro condotta meccanica sono incapaci di lavorare su di sé. Danno per scontato la loro condotta meccanica, con la sicurezza che le loro condanne meccaniche, le loro critiche, i loro pregiudizi, i loro disprezzi ed altro, sono assolutamente giusti. In somma, se non osservano il loro modo di prendere la vita, la continueranno a prendere sempre così perché non sono capaci di fare diversamente. Credo che il punto principale radica qui – a sapere, che accettando le reazioni meccaniche con le altre persone, con la vita

esterna, sentono non soltanto di avere assolutamente ragione ma che non c'è nessuna possibilità di prendere le persone e gli eventi della vita in un altro modo -. Questo è un errore. A volte persone molto sincere mi dicono: “Come posso prendere quella persona in un modo diverso se sono sicuro che sta sbagliando e non è il tipo di persona con cui vorrei avere alcun tipo di relazione se avessi l'opportunità di farlo”. Questo significa che in loro non è avvenuto nessun tipo di trasformazione. Le impressioni esterne penetrano e, come il centralino automatico del telefono, fanno suonare le stesse reazioni in loro per cui credono che si possa reagire soltanto in quel modo. Recentemente parlando su questo particolare, dissi che era conveniente leggere il Sermone della Montagna e di comprendere che esso si riferiva a reagire in un modo nuovo. Reagire come un fariseo è una cosa – un fariseo significa una persona che reagisce in una maniera fissa e parziale – ma il Sermone della Montagna non ha nulla a che vedere con l'elogio dei farisei in noi. Si riferisce alla distruzione del fariseo – con il prendere le cose in un modo completamente differente -. Per questo appartiene all'insegnamento che si riferisce al Primo Shock Cosciente - proprio così, alla trasformazione delle impressioni entranti -. Invece prendiamo sempre nella stessa maniera le impressioni entranti degli altri e quelle delle situazioni di vita. Non creiamo il Primo Shock Cosciente. Continuiamo ad usare le nostre scarpe fatte dalla vita. Di certo non siamo calzati con il cuoio del Lavoro.

Da ciò che si è detto si capisce che il piede rappresenta il lato puramente meccanico, ovvero la Personalità governata dalla Falsa Personalità. In questo Lavoro ci dicono che è necessario fare in modo, parlando in generale, che la Personalità diventi sempre più passiva. Questo significa cambiare la nostra reazione meccanica. In noi la Personalità è qualcosa di acquisito, principalmente attraverso l'imitazione. Si ha una personalità-madre, una personalità-padre, una personalità mescolata, una personalità-scuola, una personalità-collegio, e così via. Se questa Personalità, per quanto sia acquisita, è attiva in voi, si prenderà ogni persona nel mondo esterno, ogni cosa che si dice, ogni cosa che si legge, ogni cosa che si vede, esattamente nello stesso modo con cui lo si fa sempre, e si sentirà di aver ragione nel prendere le cose in questo modo. Perché? Perché non si è mai messo in dubbio la propria Personalità, non avete mai osservato in voi questa cosa chiamata Personalità, ma che invece l'accettate come una Verità. Vi reggete sulla vostra Personalità, nello stesso modo in cui vi reggete sui vostri piedi, perché, psicologicamente, la vostra psicologia più radicata ed abituale sono i vostri piedi. L'uomo psicologico, la donna psicologica, scaricano nei piedi gli “Io” più meccanici della parte motoria dei centri. È la base delle loro reazioni, la fonte del loro modo di comportarsi.

Bene, il Lavoro ha cuoio da vendere, per fare nuove scarpe, nuovi piedi, nuovi modi di comportarsi verso la vita e tutti i suoi incidenti. Comprendere che è possibile comportarsi diversamente verso una sola cosa nella vita è meraviglioso, perché non è necessario prenderla come lo si faceva prima, e che, in somma, uno può comportarsi diversamente e sentire diversamente e da qui di sentirci gradualmente diversi, e, con il tempo raggiungeremo la mente. Come si sa, il Lavoro si propone di farci pensare differentemente *a condizione che si inizi a pensare differentemente* – proprio così, a cambiare la mente. Come si sa, il Lavoro si propone di farci pensare differentemente

e da qui di sentirci gradualmente diversi, e con il tempo giungeremo a vederci con nuovi occhi. Non ci si stanca mai a comportarci sempre nello stesso modo. Di certo sarebbe meraviglioso non pensare, non sentire e non comportarci come sempre abbiamo fatto meccanicamente. Quando Smith comprende Smith e desidera separarsi da Smith, già intende di che cosa tratta il Lavoro. Già inizia a discernere ciò che significa la meccanicità e per mezzo dell'osservazione di sé si rende conto del modo meccanico che c'è in lui, del puro meccanismo, del quale fino a quel momento è stato schiavo. Nel Lavoro si dice che la comprensione della nostra meccanicità è il primo passo verso il Ricordo di Sé. A volte la qualità del Primo shock Cosciente si denota con il termine Ricordo di Sé. Si dice che se un uomo dà a sé stesso lo Shock Cosciente nel mezzo dei suoi dubbi ed ansietà creerà in sé una nuova forza. Di fatto, creerà in realtà nuovi idrogeni, nuove energie in lui stesso. È in questo senso che la comprensione della meccanicità s'intende come una delle prime forme di Ricordo di Sé. È una forma di trasformazione delle impressioni, della trasformazione di tutte le nostre relazioni con noi stessi e così della vita esterna. È un passo verso lo smettere di essere una semplice funzione meccanica della Personalità. Si può capire cosa significa il Primo shock Cosciente che avviene esattamente nel punto di entrata delle impressioni provenienti dalla vita esterna, si sentirà l'esperienza magica che non è affatto necessario prendere questa situazione tipica nel modo tipico con cui si è sempre fatto, che non è necessario sentire questa antipatia che si è sempre sentita, questo odio, questo disgusto, questa noia, questa tristezza. Si è già compreso cosa significa la necessità di non identificarsi con tutto. Tutto ciò appartiene alla comprensione del Primo shock Cosciente che è trasformazione, nel rendersi conto che non è necessario reagire alle impressioni come sempre si è fatto.

Come dissi, questo lato meccanico ed abituale di noi è chiamato, esotericamente, piede, la base psicologica di se stesso, quella che si appoggia al presente. In Isaia c'è un passaggio molto interessante, che inizia con la strana avvertenza che è necessario ritrarre il piede dal giorno di riposo. Isaia è un libro esoterico. È pieno di insegnamenti esoterici. Significa che non bisogna prenderlo letteralmente come si fa con una parabola qualsiasi dei Vangeli. Oltre il suo significato letterale ha un significato recondito. Esaminiamo la prima frase: "Si devono ritrarre dai giorni di riposo i tuoi piedi" – se lo si prende letteralmente, quale può essere il suo significato? -. Se si prende il giorno di riposo come l'andare in chiesa, il suo significato mi pare sia che convenga ritrarre i piedi dalla chiesa. Ma naturalmente non è questo il significato. È necessario capire il passaggio psicologicamente. Il piede è il nostro "Io" più meccanico situato nella parte più esterna dei centri, le parti che toccano il suolo – cioè, la vita esterna – e reagire meccanicamente contro la vita esterna. Se una persona si ritrae dalla sua reazione meccanica in relazione con il giorno di riposo, allora può ottenere qualcosa di prezioso. Citeremo l'intero passaggio:

“Se ritrarrai dal giorno di riposo i tuoi piedi, se smetterai di fare la tua volontà nel mio giorno santo, e lo chiamerai delizia, santo, glorioso di Jehova; e lo venererai, non andando per la tua solita strada, né volendo la tua volontà, né parlando con le tue solite parole, allora tu sarai gioioso in Jehova; ed io ti farò

andare sulle alture della terra, e ti darò da mangiare l'eredità di Giacobbe tuo padre; perché la bocca di Jehova lo ha detto". (Isaia LVIII, 13, 14)

Se si esaminano questi strani versi psicologicamente, si scopre che sono pieni di significato e che dicono esattamente ciò che il Lavoro ci dice ora. Il Lavoro ci dice che se lottiamo contro la nostra meccanicità, anche se solo per un istante, si ottiene sempre qualche risultato. Il significato del giorno di riposo è quello di mettere fine al sé meccanico, di smettere di alzare le spalle, di smettere di parlare così come si è abituati, e così via. Ogni persona può avere il suo giorno di riposo, l'interruzione della sua meccanicità, ogni volta che lo desidera. Per esempio, si può ottenere l'interruzione del proprio sé meccanico per mezz'ora o anche per cinque minuti. Cosa significa smettere di fare la propria volontà? Significa fare la volontà del Lavoro. Per esempio, in questo momento, fare la volontà del Lavoro invece di servire la volontà di sé, l'ostinazione, forse significa non identificarsi con la propria presente sofferenza. O a volte significa che non bisogna giustificare se stessi, così come si fa. O forse che bisogna considerare esternamente una persona. Il Lavoro c'insegna tutto questo. O tal volta significa per voi che in questo momento smettiate di farvi conti interni, di mettere fine alla vostra considerazione interna: è questo che il Lavoro c'insegna. Significa non accettare le emozioni negative. In somma, significa tutto ciò che il Lavoro c'insegna. E quando cerchiamo di farlo per un breve momento otteniamo il nostro giorno di riposo, la nostra interruzione di noi stessi. Così ritiriamo il nostro piede. La maggior parte delle persone credono che il giorno di riposo sia quello di smettere il lavoro della vita, ma nell'esoterismo il giorno di riposo significa il lavoro su di sé con l'interruzione di se stesso. È una buona cosa lavorare sinceramente su di sé per un breve giorno di riposo e cercare di portare alla mente tutte le idee del Lavoro per elevarla al di sopra della vita meccanica. Il Lavoro è un potere più alto che agisce su di noi, ma è necessario portare tutto il Lavoro e tutto il suo significato dentro la nostra mente per trasportarci al di sopra di tutte le parole insignificanti, delle troppe preoccupazioni della vita, delle grandi gelosie in cui tanto facilmente ci impegniamo, verso questo potere superiore, e se facciamo il Lavoro otterremo sempre buoni risultati. Ma bisogna iniziarlo isolandoci da tutti gli appetiti fisici. È preferibile appartarci dalle cose che sono nei nostri centri emozionale ed intellettuale. È necessario appartarci dall'essere negativi, di sentire che gli altri debbano fare ciò che devono fare. Appartarci dagli stati di identificazione, dai giudizi che si fanno ordinariamente sulle altre persone. Appartarci dalla propria depressione. Appartarci dal sentimento di aver ragione. Appartarci da tutto ciò che il Lavoro c'insegna ad appartarci. Perché così si ottiene una nuova forza che Isaia, nello stesso capitolo, descrive con queste parole:

"Jehova ti guiderà sempre, e tirerà fuori la tua anima dalla siccità, e darà vigore alle tue ossa; e sarai come un orto irrigato, e come una sorgente d'acqua, la cui acqua scorrerà sempre". (Isaia, LVIII II.)

Questa è una descrizione di ciò che si ottiene quando ci si dà il Primo Shock Cosciente.

Cap. 21 Quaremead, Ugley, 2 marzo, 1946
COMMENTARIO SULL'ESSERE CHIUSO ALLA VITA

Con il tempo dobbiamo essere canali per questo insegnamento. Se cerchiamo di diffondere questo insegnamento così come lo abbiamo ricevuto ne beneficeremo. Per ottenerlo è necessario che ci sia qualcosa che sia stato chiuso in noi, ermeticamente chiusa contro l'effetto delle cose che succedono fuori di noi. È necessario mettere il Lavoro in un posto in noi che eventualmente non possa essere infettato da nessuna cosa che succede nel mondo esterno. Tempo fa abbiamo detto che il Lavoro somiglia a un nuovo essere che si sta formando dentro di noi e di come dobbiamo proteggere questo essere e lottare spesso per lui contro la logica dei sentimenti esterni. L'ultima volta abbiamo parlato sul significato del piede. Il piede è il lato esterno che è in contatto con la vita. Un'altra volta parlerò più estesamente su ciò che significano gli occhi in contrasto con i piedi. Ma, insomma, gli occhi significano esotericamente la nostra comprensione psicologica interiore che si distingue dalla comprensione che si ottiene per mezzo dei sensi o del piede. Nel Lavoro si dice spesso che è necessario andare contro la vita. Per esempio, leggete i giornali e vedrete come nel mondo tutta la gente è furiosa o dominata dalla violenza ed allora si è soliti pensare: "A cosa serve il Lavoro se tutto va in questo modo?" Bene, tale pensiero, non significa forse che non si è incamerato il Lavoro, contro le influenze della vita? Si permette che la nostra attitudine verso il Lavoro si mescoli con cose che appartengono al grande macchinario della vita, nello stesso modo in cui si spera che la vita esterna corrisponda o si conformi al Lavoro. Questo chiudere noi stessi alla vita in modo tale che si possa guardare e mantenere separate le idee-Lavoro, è necessario. Presto o tardi bisogna farlo. Il Lavoro sta sotto altre leggi di quelle della vita. Le sue origini non sono le stesse di quelle della vita. Se giudichiamo il Lavoro da ciò che succede nella vita, non lo comprenderemo. Qui, nel Lavoro, stiamo studiando qualcosa che differisce dalla vita. Ci sforziamo di metterci sotto influenze differenti dalle influenze della vita. Cerchiamo di formare in noi stessi qualcosa che la vita non può fare, qualunque cosa succeda nella vita, sia la guerra o la pace, la povertà o la ricchezza, il cattivo o il bel tempo, il fallimento o il successo. Si basa nell'idea che bisogna stabilire un posto in noi in cui possa esistere il Lavoro, e dobbiamo proteggere questo posto. Come si sa il Lavoro insegna che tutto ciò che succede nella vita succede nell'unico modo in cui può succedere. Dice che la vita è una grande macchina. Insegna che la Vita Organica sulla Terra serve ad un proposito cosmico. Questa sensibile pellicola vivente che circonda la Terra é utilizzata per uno scopo deliberato. Eppure l'Uomo ha la possibilità, un uomo individuale, di scollegarsi da alcune leggi meccaniche della vita e di cominciare a crescere attraverso leggi più coscienti. Quando si adotta il punto di vista, la non-corrispondenza della vita con quello che si spera, non si è già più fonte di negatività. E se un uomo si nutre sufficientemente con le idee del Lavoro sarà capace di mantenere questo posto nascosto a cui facciamo riferimento ed allora gli eventi che prima lo trasportavano verso la negatività non hanno più potere su di lui perché è rinvigorito dal Lavoro, come ho già ripetuto tante volte. Non bisogna ricercare la Volontà di Dio nella vita. Nell'Orazione del Signore

si inizia con l'idea che la Volontà di Dio non si compie sulla Terra, ma può compiersi nell'uomo.

L'ultima volta abbiamo parlato di confezionare scarpe e di come il Lavoro abbia cuoio per fare scarpe nuove. Abbiamo anche detto che le nostre scarpe di vita si guastano – almeno in certi casi, perché alcune persone mi pare siano soddisfatte delle loro scarpe di vita -. Un antico insegnamento dell'esoterismo s'impartiva con il nome di Hermes. Da questo insegnamento nacque l'espressione di "ermeticamente chiuso" che si usava nell'alchimia esoterica. L'alchimia esoterica si fondava nell'idea che l'Uomo come metallo vile poteva essere trasformato in oro – proprio così, l'Uomo considerato come metallo, diciamo il piombo, come è nel suo stato presente, attraverso la conoscenza e la pratica poteva trasformarsi in oro. Questa era l'alchimia esoterica. L'alchimia esoterica si fondava nell'idea che l'attuale piombo poteva essere trasformato in oro, che è una possibilità data. Un eremita era una persona che seguiva l'insegnamento di Hermes e cercava di appartarsi dagli effetti della vita chiudendosi in una caverna o andando nel deserto. Questa non è l'idea del Lavoro. Equivarrebbe liberarsi dalla vita artificialmente. Dobbiamo isolarci dagli effetti della vita esterna nel momento stesso in cui li sperimentiamo. Qui interviene l'idea della pratica della non identificazione. In genere, con cosa siete identificati in questo momento? Naturalmente, senza osservazione di sé, non si avrà nessuna idea su questo particolare. Senza osservazione di sé si è semplicemente identificati. In generale, se è questo caso, quasi sempre uno non si sforza d'isolarsi dagli effetti della vita esterna, ed allora non vi è nulla di chiuso. Tale persona non vive coscientemente. Detto stato rimane nell'oscurità. Non è portato alla coscienza. Come è possibile dire che detta persona stia lavorando? Però non ammetterà che si sta comportando in questo modo a meno che non lasci penetrare la luce nella sua oscurità interiore – cioè, che osservi il suo stato. Quando non si conosce in che modo ci si comporta, per voi tutto è oscurità. Sì, lo state facendo sempre, ma non lo sapete. Questa è la cosa strana. Voi non siete coscienti. Siete addormentati in voi stessi. In questo caso è corretto dire che una persona è una macchina. Bene, in una macchina non c'è nulla di chiuso, niente è ermetico agli impatti delle cose esterne. La vita vi fa girare così come una pista fa girare una macchina.

Ritorniamo a ciò che si disse all'inizio di questa dissertazione, che ognuno si trasformi in un canale di questo insegnamento. Per arrivare ad essere in questo senso un canale, il Lavoro deve essere chiuso alla vita – altrimenti la vita lo continuerà a cambiare -. Per questo non bisogna mai mettere la mano nel fango dei propri piedi per portarla agli occhi. La comprensione della vita è una cosa e la comprensione del Lavoro è un'altra. La vita non deve prevalere e non deve stare al di sopra del lavoro. In questo Lavoro un uomo è qualcosa che a dispetto delle circostanze esterne, sia che lo aiutino o no, continua a lavorare. La vita non scaccia la vostra comprensione del Lavoro. Il vederla, che in questo caso è introspezione, vi sostiene. Nell'esoterismo ci sono due tipi di cecità. Ci sono ciechi che Cristo sanava – la gente che è cieca interiormente -. E ci sono ciechi che hanno risvegliato la loro vista interiore ed ora sono ciechi per la vita esterna. Sappiamo che una cosa si può prendere da un punto di vista della vita e da un punto di vista del Lavoro. Quando si considera qualcosa come

lavoro i risultati sono differenti. C'è un livello di comprensione più elevato di quello in cui si appoggiano i piedi. In questo livello uno si rende conto che tutto ciò che succede a uno nella vita è la miglior cosa che gli potesse succedere, se la si prende come lavoro – come mezzo di sviluppo -. Si rende conto in modo pratico di essere stato creato come un organismo auto sviluppante. E non prende già più la vita come un fine in sé, né spera più che possa essere come desiderava, ma che la prende come un mezzo che conduce ad un fine. Citerò ancora la frase secondo cui per una persona intelligente né la vita né la propria vita può essere compresa in funzione di se stessa. È necessaria un'idea addizionale. Non avete riflettuto forse su questo particolare quando vi siete trovati nelle difficoltà di vita? Non avete avuto forse un barlume che esse sono esattamente quelle di cui avete bisogno?

Negli antichi miti, molte idee esoteriche erano presentate in forma di allegorie che se vengono prese letteralmente mancano di significato. Ma se le si prende psicologicamente lo hanno. Ricordate che quando Odisseo sbarcò nell'isola di Circe, Hermes gli diede un'erba magica che lo avrebbe protetto contro gli'incantesimi di lei, anche se i suoi compagni furono trasformati in porci dai suoi incantesimi. Credete voi che esista in realtà quest'erba magica? Forse – aconito (piante erbacea della famiglia delle ranunculacee) -. Ma mi immagino che il Lavoro, se lo si prende realmente dentro di sé, produrrà lo stesso effetto – a sapere, sarebbe una protezione contro gli'incantesimi della vita, contro le illusioni, contro i suoi espedienti. Non ricordate il mito del Lavoro che ci dice che stiamo tutti in una sala degli specchi? In questa sala tutte le persone vanno di fretta credendo di andare in linea retta, credendo di progredire, ma a causa degli specchi cambiano continuamente l'angolo di visione e girano sempre in tondo, ripetendo sempre lo stesso giro. A volte una persona se ne accorge. Voglio dire, che gli pare che la vita lo abbia ingannato e che non tutto è colpa delle persone o delle cose. Ma, senza le idee del Lavoro non c'è modo di comprendere questi sospetti. L'altro giorno riguardavo un'annotazione che avevo scritto molto tempo fa e un passaggio che ora torno a scrivere. Si riferiva ad un uomo che da poco tempo si era unito al Lavoro. Diceva che ogni volta che ritornava da una festa o da un impegno sociale aveva l'impressione di essere stato ingannato, non dalla festa o dagli anfitrioni, ma da qualcosa che sentiva confusamente ma che era sempre presente, un qualche potere che lo faceva sentire come un tonto e che sembrava usarlo per i suoi scopi eppure senza malevolenza ma piuttosto in un modo vantaggioso e pratico – agendo per i suoi propri scopi tra persone che erano abbastanza stupide tanto da permettere a questo potere di ipnotizzarli. Lo cito perché qui abbiamo un uomo che ha già una traccia di Centro Magnetico. Ha il vago sentore di essere usato a cui non può resistere e che lo sta ingannando. Direi che se un uomo inizia a sentire che la vita lo sta ingannando, se sente di stare nella Sala degli Specchi, ha già raggiunto la tappa nella quale il Lavoro e le sue idee gli possono essere utili. Voglio dire, è già capace di comprendere che la vita e la sua propria vita non può essere capita in funzione di se stessa ma che esistono altre interpretazioni. Per questo il Lavoro può essere utile per tale persona.

Cap. 22 Quaremead, Ugley, 9 marzo, 1946

**NOTA SULLE DIFFICOLTÀ CHE IMPLICANO LA DIFFUSIONE E LA RICEZIONE
DELL'INSEGNAMENTO ESOTERICO**

Questa notte parleremo sulle difficoltà dell'esoterismo, sia dal punto di vista della sua diffusione come della sua ricezione. Bisogna immaginare la vita sulla Terra come un grande hotel in cui bisogna immettere aria affinché la gente rimanga in vita. Questo sistema di ventilazione può essere paragonato con il Circolo Cosciente dell'Umanità che cerca d'introdurre aria o spirito nella gente che si trova in questo enorme hotel – altrimenti tutte queste persone morirebbero gradualmente -. Tale pericolo esiste in questo momento. Se la somministrazione di aria fosse interrotta, sarebbe la morte per tutta questa gente – proprio così, se l'umanità si vedesse separata dai livelli superiori. Nei Vangeli si dice che l'uomo deve nascere dall'aria. La parola che in greco indica aria è la stessa che si usa per lo spirito. In qualche antico scritto gnostico l'Uomo è diviso in classi differenti dal punto di vista dell'esoterismo – cioè, un uomo più o meno meccanico -. C'è, per esempio, l'uomo "hilico"(materiale), il tipo più terreno dell'Uomo, che chiameremo Uomo n° 1. la parola "hilico" deriva da una parola greca che significa materia o legno. Detto uomo è un uomo di legno, definizione abbastanza accertata se ci si riflette sopra. La prossima classe è quella dell'Uomo "pneumatico" – l'uomo aria -. In greco la parola "pneu" significa aria o spirito. Un uomo pneumatico è pressappoco l'uomo dotato di comprensione spirituale per distinguerlo dalla comprensione letterale, materiale o di legno. Tale uomo suole vedere la vita spiritualmente come un combattimento tra il Bene e il Male invece di vederla come un mezzo per ottenere il suo stesso profitto. Tal volta vede la vita come la Volontà dell'Uomo in combattimento contro lo spirito del Male in un Universo di mistero. In ogni caso vede la vita in un modo differente dall'uomo hilico o uomo di legno. Possiamo capire le parole di Cristo quando dice che un uomo deve nascere in spirito o aria, nel senso che deve ottenere una comprensione interamente nuova. Il Lavoro ci dà una prospettiva differente di vita. Il cercare di farci prendere noi stessi e la vita in un modo nuovo è qualcosa di spirituale perché cerca di trasformarci da un punto di vista puramente materiale. Aggiungerò qui, tra parentesi, che le Scuole Gnostiche precedenti all'avvenimento di Cristo di uno o più secoli, anticiparono il suo arrivo, e nei Vangeli ci sono una o due parabole semplicemente gnostiche come quella del Maggiordomo Ingiusto. "Gnostico" deriva da una parola greca che significa semplicemente "conoscenza" – proprio così, era un termine che si riferiva a certe scuole di conoscenza che non erano puramente materiali – cioè, non erano scuole che preparavano per problemi pratici. In questo Commentario userò il termine "uomo spirituale" nel senso gnostico per distinguerlo dal senso dell'indole materiale o dell'uomo di legno. La cosa brutta nell'impiegare questo termine è l'abuso che si è fatto di esso. Come dissi, per mezzo del Lavoro si può ottenere una comprensione spirituale del significato della vita che differisce completamente dall'interpretazione letterale, di legno. Le cose hanno un altro significato. In altre parole, si arriva al punto in cui uno si rende conto che la vita così come ci è trasmessa con l'udito e la vista è un'apparenza esterna, non la realtà delle cose. L'ultima volta abbiamo parlato della Sala degli Specchi Rotanti. L'Umanità si precipita, nel modo in cui lo crede, verso

avanti. In realtà gli specchi girano e l'Umanità gira in tondo. Ciò si applica specialmente all'uomo hilico che, per così dire, vede sempre il suo futuro davanti a lui e persegue questa fantasia. È immerso nella vita: è identificato con tutto ciò che succede nella vita, e per questo prende la vita così come appare e come un fine a se stessa. Ma nella vita nulla è quello che sembra essere.

Bene, il Lavoro insegna che il Circolo Cosciente dell'Umanità ha seminato nella vita idee spirituali – cioè, idee che non appartengono al potere della vita esterna così come la si vede, come la si legge tutti i giorni nei giornali, come la si sperimenta nelle nostre situazioni domestiche ordinarie. Bisogna stabilire e mantenere una connessione attraverso cui le influenze superiori possano arrivare all'Uomo addormentato. C'è un'altra interpretazione e per suo tramite un altro sentimento di vita e della propria vita che si ottiene per mezzo della comprensione di questo Lavoro, e questo proviene dal Circolo Cosciente dell'Umanità che diffonde influenze che differiscono dalla vita. Dove manca la percezione, e attualmente la percezione della gente sembra che stia scomparendo, il potere della vita esterna, delle macchine, e della guerra, si accresce. L'Uomo deve servire all'uomo o all'altro. Senza percezione, senza le influenze dell'Uomo Cosciente, l'Umanità è schiavizzata dalla vita esterna. Siccome non ha vita interiore, l'aver rinunciato all'idea di religione, determina che non ha più nulla che gli permetta di resistere alla vita esterna. Quando non c'è vita interiore si passa sotto il completo potere della vita esterna. L'Uomo diviene impotente – una creatura con i movimenti di massa, di politica di massa, di giganteschi organismi di massa. Certamente c'è la possibilità di supporre che le formiche manchino di vita interiore. Alcune persone dicono: “Se ci fosse qualcosa come il Circolo Cosciente dell'Umanità, perché non appare esteriormente e ci dice quello che dobbiamo fare? In realtà ha sempre detto alla gente ciò che dovevano fare nei diversi insegnamenti e religioni di tutte le epoche, ed alcuni furono noti. Ma non può obbligare l'Uomo, non può stabilire sistemi di polizia, non può forzare la gente a svegliarsi, per mezzo di torture, perché l'Uomo fu creato come un organismo capace di auto sviluppo. Qualsiasi sistema religioso che volesse imporsi con la forza è un sistema che è morto. Non si può obbligare un uomo a svegliarsi con la forza esterna o con quella coercitiva. Un uomo può cominciare a svegliarsi soltanto attraverso la propria comprensione e la propria volontà di svegliarsi – che inizia quando discerne il suo stato -. Per questa ragione il Circolo Cosciente dell'Umanità è limitato da leggi più elevate di quelle che dominano sulla Terra. Per tanto devono agire indirettamente. Le forze di vita possono agire direttamente e violentemente sulla gente attraverso sistemi di polizia e di leggi e tutte le barbarie che abbiamo visto in questo secolo e in verità, in scala minore, lungo tutta la storia, ma tale coattività non risveglia un uomo internamente, non lo conduce all'auto sviluppo, non suscita la crescita dell'Essenza. Tutto ciò che sto dicendo si relaziona con il tema sul quale abbiamo parlato recentemente, quello di mantenere il Lavoro in un posto isolato di noi stessi e di proteggerlo dalle influenze ed apparenze della vita. È impossibile a meno che la gente non comprenda eventualmente tutto ciò che possono dell'insegnamento del Lavoro – altrimenti cadranno in profonde fosse di pensiero, che derivano dalla vita e non dal Lavoro. Diranno: “Perché non si fa qualcosa in modo diretto e completamente?

Perché non si dice alla gente quello che deve fare e li si obbliga a farlo?” Ma un uomo può crescere soltanto per mezzo della propria scelta e della comprensione e dall’interno, perché l’uomo individuale in se stesso, l’uomo essenziale, è quello che, il Lavoro e tutti i sistemi esoterici, cercano di svegliare. È l’uomo interiore, non l’uomo esteriore, quello che deve crescere. Per questa ragione il Lavoro deve mantenersi isolato e custodito nella nostra mente. Recentemente ho parlato del piede e degli occhi e del loro significato psicologico – vale a dire, esoterico -. Dissi che non si doveva permettere che la mano toccasse il piede o le scarpe per non portare il fango negli occhi, perché questo è peccare. In greco *peccare* significava originariamente *mancare il bersaglio*. Il fango nel piede – fango della vita – non deve essere mischiato con la comprensione del Lavoro. Tutti mentiamo meccanicamente e per questa ragione non lo accettiamo, proprio questo è il fango nei piedi. Tutti ci giustifichiamo e crediamo di non farlo. Ma noi stiamo nell’oscurità – questo è fango -. Soprattutto, ci identifichiamo, e non lo vediamo mai. Ci identifichiamo con la nostra sofferenza. In un istante ci sentiamo annichiliti e in un altro ci sentiamo ingigantiti. Prendiamo la nostra vita così come siamo arrivati ad essere come fosse la nostra base – il luogo sul quale ci adagiamo pensando o sentendo quello che siamo -. Questo è fango. Il sentimento sbagliato dell’”Io” è fango. Ognuno di noi considera che il nostro auto-merito sia lodevole: è fango. Abbiamo molte idee di superiorità: questo è fango. Tutto quello che deriva dalla Falsa Personalità è fango. Ogni interpretazione di vita come apparenza, come qualcosa di visto, senza idee trasformatrici, è fango. Pertanto, il fango merita un lungo studio. Ma mi pare difficile presentare un manuale sul fango – semplicemente perché il fango è il nostro modo di prendere la vita e deriva da ciò che immaginiamo su noi stessi, e il Lavoro è qualcosa di completamente differente. Se potessimo vedere internamente il significato della nostra vita e il tipo di persone che siamo alla luce della coscienza del Lavoro, se potessimo elevare il nostro livello, se potessimo vedere ciò che significa *non poter fare* – allora certamente non vedremo più il merito nei nostri piedi ma nel fango. Il peggior tipo di fango è formato dai diversi modi di credere di poter fare – proprio così, di aver ragione – e di sentirci meritori per averlo fatto. Recentemente abbiamo parlato della sofferenza e di come il Lavoro c’insegna che non abbiamo nulla di genuino da sacrificare salvo la nostra sofferenza ed indignazione. Questa sofferenza, questa negatività, questi prolungati e non gradevoli carichi interiori che nascono dalla considerazione interna, di non essere giustamente apprezzati – tutto ciò è in verità fango alla luce del Lavoro -. È una stalla di Auge di sozzura da cui deve passare un fiume di acqua per ripulirlo. Il fiume di acqua: l’acqua della verità esoterica. È molto curioso di come la gente prenda la sporcizia in un modo sbagliato. Voglio dire, non vede la sporcizia della Falsa Personalità, del merito, dei sentimenti di superiorità, di auto compiacenza. Quando un uomo sente il potere delle idee del Lavoro, comincia a vedere internamente. La sua vista interiore si apre e poi si mette in contatto con il Circolo Cosciente dell’Umanità. Riceve influenze che differiscono da quelle che entrano attraverso i suoi sensi della vita. Ma è necessario che mantenga i suoi piedi puliti. Quando Cristo lavò i piedi dei suoi discepoli, voleva dire che il suo insegnamento, se era compreso e seguito, puliva l’uomo esteriore, e la donna esteriore, dal Fango della Falsa Personalità.

Cercate di portare il Lavoro alla vostra mente quando vi sentite negativi e vedete da voi stessi ciò che significa “lavarsi i piedi”.

Quando un uomo sente il Lavoro e percepisce il suo significato, la vista che fin’ora possiede psicologicamente differisce dalla vista che aveva del piede. Ora vede Smith come il suo piede, per così dire. Vede il fango nel suo piede, ma non deve portare questo fango ai suoi occhi che stanno contemplando un ordine differente di significati, un mondo differente, un livello di coscienza differente. Ci sono molte frasi nell’Antico Testamento su questo particolare. Cito un passaggio:

“Quando Giosuè stava vicino a Gerico, alzò i suoi occhi e vide un uomo che stava di fronte a lui, che aveva una spada sguainata nella sua mano. E Giosuè andato vicino a lui, gli disse: “Sei dei nostri o sei nostro nemico?” Gli rispose: “No; ora sono venuto come Principe dell’esercito di Geova. Allora Giosuè, prostrando la sua faccia a terra, lo adorò; e gli disse: “Cosa dice il mio Signore al suo servo? E il Principe dell’esercito di Geova rispose a Giosuè: “Levati i calzari dai tuoi piedi, perché il luogo dove sei è santo”. E Giosuè così fece”. (Giosuè, V. 13-15)

Questo significa che ha alzato i suoi occhi spirituali e vede che aveva di fronte una spada – proprio così, che si trovava davanti alla verità spirituale che è il contrario della via che voleva seguire -. A volte si é soliti avere un’esperienza somigliante quando alziamo i nostri occhi in questo senso. Scopriamo di seguire una via completamente contraria alla verità del Lavoro – che andiamo con i nostri piedi invece di andare con i nostri occhi -. Il fatto stesso di dire di guardare verso l’alto (alzò gli occhi) significa che non si guardano già più i propri piedi. Percepite che si deve seguire un altro sentiero, molto diverso da quello che si era seguito quando si mantenevano gli occhi fissi sui propri piedi. Il Ricordo di Sé è alzare gli occhi. Davide diceva: ***“Alzerò i miei occhi verso i monti; Da dove verrà il mio soccorso?” (Salmo 121).***

Nel Lavoro alzare gli occhi è ricordarsi di se stessi – proprio così, scoprire il proprio significato – perché gli occhi spirituali sono dentro, non fuori. Nel Lavoro si parla dei sensi interni. Quando un uomo si ricorda di se stesso raccoglie intorno a sé tutto il Lavoro che sta in lui e tutta la sua comprensione del Lavoro. Questa è la forma più alta del Ricordo di Sé. Vede la questione con nuovi occhi e tutto il fango che copriva i suoi piedi – a sapere, tutto ciò con cui era identificato e che prendeva personalmente, tutti i suoi risentimenti di vita e tormenti interni e sofferenze inutili, e tutto il resto. Tutto questo sparisce come se fosse nulla quando si è visto con gli occhi spirituali, il discernimento spirituale. Dal punto di vista dell’esoterismo siamo tutti ciechi, stiamo guardando i nostri piedi. Quando Cristo curò il cieco, non significava soltanto qualcosa di semplicemente letterale ma anche psicologico. “Che essendo io stato cieco, ora vedo”. Paolo scoprì di essere cieco prima che poter vedere. Il Lavoro si propone di farci vedere. Innanzi tutto è necessario vedere il proprio piede, per questo comincia con l’osservazione di sé. Per mezzo di Smith che osserva Smith, che è i suoi piedi, e dividendolo, entra in un altro ordine di influenze e forse può mettersi in contatto con le influenze del Lavoro. Questo è il Lavoro pratico. Ma è necessario mantenerlo separato dai piedi, e le mani non devono mai portare il fango dei piedi agli occhi.

Cap. 23 Quaremead, Ugley, 16 marzo, 1946
NUOVA NOTA SUL CHIUDERSI ALLA VITA

In una recente riunione abbiamo parlato sulla questione di chiudersi agli effetti della vita. Questa è una frase del Lavoro e significa che in certe situazioni è necessario impedire che le impressioni adottino una forma negativa. È necessario frenarle interiormente come un atto del Lavoro. Supponiamo, dissi, che nel Lavoro ci sia una persona che ci è antipatica, ed ogni volta che la si vede si permette che le impressioni negative si avventino su di noi e le si accettino identificandoci così con esse; da ciò risulterà che presto o tardi queste impressioni negative si scioglano in parole o fatti su qualche altra persona o sulla persona che ci disgusta. La nostra antipatia si nutre di ciò che l'alimenta, e ciò che l'alimenta sono le idee sgradevoli che si ricevono continuamente su detta persona. Così, se si accettano le impressioni sgradevoli, si tenderà eventualmente a farle uscire. Il freno interiore significa non permettere a queste impressioni di produrre degli effetti sulla nostra persona. Non la si discute ma la si trattiene semplicemente nel nostro interiore. L'altro punto che si menzionò si fondava nel diventare passivi alla vita. Le cose non risultano come speravamo, e a causa di ciò noi reagiamo continuamente. Essere passivi alla vita naturalmente è una questione di estrema importanza. All'inizio bisogna impegnarsi ad essere più passivi verso le cose che succedono e ciò richiede una grande attività interiore. Richiede una relazione molto cosciente con se stesso. Nel mio caso significa far sì che Nicoll sia passivo a ciò che succede in modo tale che ciò che sperimento sia qualcosa che *io* necessariamente non accetto. Vedrete in seguito che se non faccio una distinzione tra "Io" e Nicoll non giungerò ad essere passivo alla vita. Se prendo Nicoll come fosse "Io" e "Io" come fosse Nicoll, sarò dominato sempre dalla vita e dai suoi cangianti avvenimenti. Sarò semplicemente un uomo meccanico.

Bene, si è detto spesso che questo Lavoro deve essere protetto dalla vita nello stesso modo in cui i bambini devono essere protetti. Come proteggeremo il Lavoro dalla vita affinché possa crescere e svilupparsi? Se un uomo si chiama Smith, è necessario che protegga il Lavoro da Smith. Ciò significa che il Lavoro si può proteggere soltanto da se stessi quando ci si separa da una Personalità meccanica. Non si può aggregare il Lavoro a Smith. È necessario iniziare da Smith e cominciare a vedere Smith e arrivare ad essere differente da Smith. Allora possiamo mettere il Lavoro in un posto in noi stessi, perché altrimenti Smith, che non comprenderà mai il Lavoro, lo disprezzerà e lo distruggerà sempre. Il Lavoro inizia con la separazione interiore della Personalità. La Personalità è stata acquisita mediante la Terza Forza di vita e la Terza Forza di vita la mantiene attiva – proprio così, nel mio caso, la vita manterrà Nicoll in suo potere -. È necessario che mi separi da Nicoll; non posso vincere direttamente Nicoll perché Nicoll è molto forte comparandolo con me e lo sarà per molto tempo. Ma lo stesso atto di vedere Nicoll, nel mio caso, determina che io abbia qualcosa che non è Nicoll. Questa cosa *nuova* che è separata da Nicoll è una parte di me che può crescere, recepire e comprendere il Lavoro, ma per molto tempo questa piccola e separata parte di me deve sopportare Nicoll e Nicoll si fa costantemente carico di essa. L'osservazione di sé, nel mio caso, è vedere Nicoll. Tutto ciò succede ad

ognuno di voi – o al meno se poteste osservare voi stessi. L'”Io” osservatore non s'identifica con ciò che osserva. Osservo me stesso ma ciò non vuole dire che posso cambiare ciò che osservo. Qualcosa in me comincia ad osservare me. Questo “qualcosa”, che è l'”Io” Osservatore è il punto di partenza di un nuovo posto, che conduce al Maggiordomo Delegato, al Maggiordomo e all'”Io” Reale o Padrone. Ma se in me non c'è nulla che mi abbia mai osservato, e se, semplicemente, io sono sempre me stesso, il Lavoro non può iniziare in me. Sarò incapace di effettuare uno stop interiore in me stesso eccettuato alcune volte a causa di ragioni sociali come la paura di perdere la reputazione, nel cui caso non è uno “stop interiore”. Non comprenderò mai da dove inizia il Lavoro. Di certo, non sarò mai capace di fare diventare passivo Nicoll. Sarò sempre Nicoll.

Quando un uomo comincia ad osservare se stesso sinceramente, quando già distingue tra l'interiore e l'esteriore, tra i suoi piedi e il fango che li ricopre e i suoi occhi, il suo discernimento allora entra sinceramente nel Lavoro. Forse credeva di stare nel Lavoro molti anni fa. Ora vede qual è il suo compito. Ammesso che era cieco, ora comincia a vedere. Discerne ciò che sta dentro se stesso. Vede i suoi piedi che lo hanno portato sempre.

Quando si prende ogni evento psicologico in se stessi come “Io”, ad esempio, una sgradevole corrente di pensiero, o uno sgradevole stato d'animo, si mette il sentimento di “Io” in esso. Lo si prende come uno stesso, come “Io”, non come CIÒ. Alcune persone s'identificano con tutti i loro pensieri e stati d'animo e sentimenti e sensazioni. Dicono “Io” a tutti loro. Non comprendono il Lavoro. Con un atto di Ricordo di sé si toglie il sentimento di “Io” da tutti questi stati interiori. Ma anche l'osservazione di sé può ottenerlo in parte, perché se io osservo uno stato in me stesso, già non sono più del tutto questo stato d'animo. Se osservo una sgradevole corrente di pensieri in me stesso già non mi identifico completamente con questa sgradevole corrente di pensieri. Bene, l'identificazione nasce nel mettere il sentimento di “Io” in tutto ciò che succede. Una persona si può identificare con i suoi stati negativi – proprio così, se li prende come “Io” -. Se il suo nome è Smith, invece di dire che Smith è negativo, dice: “Io sono negativo”.

Nel Lavoro si può arrivare ad una tappa in cui si ha già il sentimento di liberarsi degli stati d'animo, delle emozioni, dei pensieri. Vedete come iniziano, ma non consentite di farsi portare da essi, perché non sentite che sono voi – proprio così, non sono “Io”-. Forse non potete fermarli. Il Lavoro non dice che si possono fermare gli stati d'animo e i pensieri senza nessuno sforzo. Dice che uno si può separare da essi o osservarli. Dice che uno si può stancare dei propri pensieri o stati d'animo o sentimenti è sicuro. Forse è dovuto al fatto che si logorano e tendono a ripetersi o che si è arrivati ad una tappa nella coscienza di sé dove si ha un'altra cosa in sé che si è stancata di essi. Alcune emozioni negative sono così difficili da trattare che è un vero sollievo quando si logorano da se stesse. Ma, se ciò succede *incoscientemente* senza che si produca nessun intento di osservazione di sé, dopo un po' di tempo ritornano ad apparire. Ma se si è praticata l'osservazione di sé, la prossima volta che appaiono li si ricorderà. Questa è chiamata la memoria del Lavoro – questa memoria che viene con l'osservazione di sé, che è una forma speciale di coscienza. L'osservazione di sé è un

atto cosciente. Si sa di aver sperimentato questo o quello prima e che questi stati non ci porteranno da nessuna parte e così uno non si identifica più con essi così totalmente come succedeva prima. Significa che uno si è già chiuso un poco al loro potere, e più tardi nel Lavoro si può arrivare a chiudersi quasi completamente al potere di certe antiche correnti di pensiero, di certi vecchi stati d'animo, di certi antichi sentimenti. Non si cede già più ad essi. Non si crede in essi. Dirà: "Questo è successo prima di essere qui", e ricordando ciò che è successo, ricomincia da capo. Conoscerà meglio i posti cattivi nel suo ambito psicologico. Uno stato è un posto. I posti psicologici si possono visitare nuovamente, ma ci indicano i posti che bisogna evitare – proprio così, gli stati dai quali è necessario appartarsi – per chiudersi ad essi. Ma l'osservazione di sé è di prima necessità. Cos'è l'osservazione di sé? Immaginiamo che si rappresenta un lavoro teatrale e un numeroso pubblico sta presenziando, assorto in esso. Questo siete voi con i vostri numerosi "Io" e lo scenario è la vita. Quando osservate voi stessi, voi girate la testa ed esaminate il pubblico.

Cap. 24 Quaremead, Ugley, 23 marzo, 1946

L'IMPORTANZA D'OSSERVARE L'ANTIPATIA MECCANICA

Nei recenti Commentari il punto topico (centrale) fu quello d'isolarsi dalla vita. Il Lavoro non può formarsi in una persona se lo mette sullo stesso piano del percorso della propria vita. Il seme del Lavoro non crescerà se lo si dissemina insieme al percorso della vita, come lo si dimostra chiaramente nella parabola del Semiatore ed il Seme raccontata da Cristo, nella quale si dice che "il semiatore andò a seminare. E mentre seminava, parte dei semi cadde sulla strada, ed arrivò il diavolo e se li mangiò". Il diavolo, certamente, è la vita ordinaria e il mondo dei sensi, e così il nostro lato meccanico esteriore che è occupato da tutti i conti ed ansietà della vita. Fin'ora abbiamo compreso che è necessario proteggere il Lavoro in noi dagli effetti esterni e che deve penetrare gradualmente più all'interno finché alla fine non si metta in contatto con i Centri Superiori e l'"Io" Reale. In una recente riunione abbiamo parlato su questo particolare e sulle cose che ci aiutano ad isolarci dalle influenze esterne della vita. Tutto ciò che insegna il lavoro ha il suo punto centrale qui. Per prima cosa abbiamo detto che la conoscenza del nostro Essere ci aiuta giacché non confidiamo già più in noi stessi né tanto meno ci diamo per scontato o viviamo nella superficie di noi stessi ma che comprendiamo già di essere molti e che in noi ci sono "Io" molto pericolosi dai quali è necessario appartarsi. Il secondo punto trattava della necessità di praticare la non identificazione. Poi parliamo dell'importanza del ricordo di sé in mezzo alla vita e mediante questa azione sentire la differenza tra la vita e se stessi. Il Ricordo di Sé è, sia chiaro, la cosa suprema che è necessario raggiungere. E finalmente abbiamo detto di quanto era necessario fermare la considerazione interiore, che nasce sempre da situazioni di vita e ci mantiene negli "Io" meccanici, incapaci di comprendere il Lavoro, e che lo distruggeranno soltanto. È evidente che ci dobbiamo creare un posto speciale per recepire le idee del Lavoro. Questa notte aggiungerò uno o due commentari su questo particolare e sulla necessità di costruire in noi stessi un posto per isolarlo dalla vita. Per prima cosa menzionerò la simpatia e

l'antipatia meccaniche. Se una persona ha antipatie molto forti rinforzerà soltanto la sua Personalità. Quando si rinforza la Personalità uno non si prepara alla vita ma accresce la sua vulnerabilità alla vita. Alcune persone ammirano le sue forti antipatie e pregiudizi, ma questo è un errore.

Riflettiamo un istante su quello che è il fine ultimo che dobbiamo raggiungere. Prima che un uomo possa rinascere, il Lavoro insegna, è necessario che si renda conto della sua nullità. Una persona che ha antipatie molto forti e le giustifica non comprende assolutamente la propria nullità. Sente troppo di essere qualcosa. Conviene lavorare sulle antipatie meccaniche. Ma innanzi tutto è necessario avere la capacità di osservarle. Questo è sempre il punto di partenza. Se un uomo potesse sentire realmente la propria nullità si muoverebbe interiormente verso l' "Io" Reale e in verità non sarebbe più così pieno di antipatie meccaniche. Un forte sentimento di antipatia fortifica semplicemente la nostra Personalità meccanica. Ci dicono, di fatto, di farci piacere ciò che fino ad ora ci disgustava, perché questo è accettare, e ogni accettazione significa rinunciare alla sofferenza inutile. Se si persiste a non farci piacere qualcosa e lo si giustifica e ci si riempie di conti interni a questo riguardo, significa aumentare semplicemente la sofferenza meccanica e dilapidare la forza e fermare lo sviluppo della comprensione. Uno dei modi che ci conduce a sentire sinceramente la propria nullità è quello di cercare di farci piacere ciò che ci disgusta. Vivere in un'antipatia meccanica è vivere meccanicamente e in questo caso l'Essere continua ad essere esattamente lo stesso e per tanto attrae a sé esattamente gli stessi eventi. O conviene dire a se stesso: "A cosa assomiglia il mio Essere in ciò che riguarda l'antipatia?" Questo è un modo pratico per discernere parzialmente la qualità dell'Essere. Vi è un uomo, per esempio, che rifiuta quasi ogni cosa, che ha disgusto di quasi tutte le persone. Questo ha la sua origine dal suo livello d'Essere. La vita per lui suole essere molto difficile ma non lo relaziona con lo stato del suo Essere. Non vede che, mentre tutte queste antipatie e pregiudizi meschini esistono in lui, il suo Essere non può cambiare, e di certo tale uomo non potrà mai avvicinarsi al punto, chiamato nel Lavoro, la comprensione della propria nullità. Tale uomo penserà probabilmente che tutti lo abbiano in antipatia e che se potesse andare in un altro ambiente e cominciare tutto di nuovo le cose sarebbero differenti, ma in realtà il suo Essere in seguito attrarrà le stesse situazioni e dopo un po' di tempo dopo essere stato entusiasta delle nuove persone che ha conosciuto, avrebbe le stesse difficoltà. Per questa ragione è importante lavorare sulle antipatie, specialmente su quelle più forti, che aumentano soltanto il potere della Personalità e per suo mezzo il potere che la vita esercita su di noi. Allora si presenta il problema di chiudersi agli effetti della vita, perché le forti antipatie ci connettono continuamente con la vita, in ogni momento. In tale uomo non ci sarà una scogliera e certamente nessuna diga. Nell'osservare le proprie antipatie, cominciate con le più forti, fate una lista di esse e annotatele. Poi dite a voi stessi: "Come mai questa persona o questa nazione mi disgusta?" Bene, vi dirò cosa dovete fare con le vostre antipatie più forti una volta che le avete osservate. Esistono due cose, l'ironia e l'umore (lo stato d'animo). Aggiungerò soltanto che è necessario osservarsi con ironia e divertirsi con i pregiudizi.

Ora ricorderò che dobbiamo vivere coscientemente nella vita. Tutta la Quarta Via non si fonda nella fede, né nella speranza, né nell'amore, ma nell'aumento di coscienza. Fede, speranza e amore, che nel passato furono la base delle tre maggiori religioni, non si escludono, quantunque nella Quarta Via si mette l'accento nell'aumento di coscienza, e per questa ragione, la Quarta Via comincia con l'Osservazione di sé, il cui obiettivo è farci diventare coscienti di noi stessi, di ciò che siamo – a sapere, fare in modo di avere una vera conoscenza impersonale del nostro Essere. Se un uomo ha forti antipatie meccaniche ed è controllato da esse, detto uomo non vive coscientemente. Al contrario vive meccanicamente. Ma se un uomo osserva se stesso e arriva a percepire le sue forti antipatie meccaniche e i pregiudizi e le abitudini che le spalleggiano, ed inizia a lottare con se stesso e rifiuta di lasciarsi incatenare da esse sommerso da uno stato di completa identificazione, dissoda il terreno del proprio Essere e cerca di vivere più coscientemente. Un istante o due di comportamento cosciente in mezzo alla vita può apportare un accrescimento di forza quotidiana e fino ad un certo punto modificare le cose. Possiamo lavorare per brevi istanti ogni giorno in un modo genuino. Come lo dissi ripetute volte, non possiamo lavorare continuamente perché non abbiamo sufficiente forza di coscienza. Ma ogni momento di comportamento più cosciente nel quale si vede con chiarezza come il comportamento potrebbe essere stato meccanico, accresce gradualmente la forza della coscienza in uno stesso. Forse tal volta il risultato non sarà visibile per il momento, ma gradualmente si evidenzierà – proprio così, si osserverà in forma graduale che alcune reazioni meccaniche, alcuni pensieri meccanici, che prima ci mantenevano incatenati, perdono ogni volta di più il loro potere su di noi e a causa di ciò si produce un cambiamento nel sentimento di ciò che si è. Forse ci s'immagina di essere una persona più forte ma stiamo sbagliando perché la nostra forza deriva da reazioni meccaniche. Si credeva che la nostra violenza fosse forza. Nel Lavoro la violenza è sempre debolezza. Ed allora si percepisce ciò che significa capire la propria nullità. È questa comprensione della propria nullità ciò che attrae il nuovo Essere. Ma non si può inventare questo sentimento. È inutile dire di non essere nulla perché tali frasi nascondono una grande immagine di noi e così appartengono alla Falsa Personalità. Lo si sente ma non lo si esprime. Nessuno parla dei suoi veri sentimenti. Quando si cominciano ad avere barlumi di sentimenti della propria nullità e disgusto per la propria interiorità, ci si trova più flessibili e per tanto più capaci – di fatto, ci si sente alleggeriti -.

Alleggeriti di cosa? Nel mio caso mi sento alleggerito di Nicoll. Come dissi, una forte Personalità è sempre un segno di debolezza, nel senso del Lavoro. Quando un uomo non può separare se stesso da se stesso a causa del suo forte sistema meccanico di simpatie ed antipatie, crede di aver ragione e che gli altri stanno sbagliando, è un uomo debole, nel senso del Lavoro. Detto uomo non può cambiare – non può isolarsi dalla vita – cioè, isolarsi da se stesso, e per questo il Lavoro non trova mai un suolo appropriato. Il seme del Lavoro sarà buttato sulla strada e così i suoi centri meccanici, il diavolo, verrà e s'impadronirà di esso. In generale, la Personalità è il diavolo. Il suolo appropriato è ciò che sta oltre la Personalità, questa comprensione più interna,

che non subisce l'influenza in ogni momento dei fluttuanti eventi della vita e delle risposte meccaniche della Personalità a tali avvenimenti.

Permettetemi di ricordarvi cos'è l'osservazione di sé, perché senza osservazione di sé non può aver luogo l'isolamento. L'uomo è composto di molti "Io" tra i quali c'è l'"Io" Osservatore. Tutti questi "Io" hanno un ruolo che si rappresenta nello scenario: lo scenario rappresenta la vita. Questa è la situazione dell'uomo addormentato. Quando un uomo comincia ad osservare se stesso, l'"Io" Osservatore dà le spalle alla scena e guarda l'uditorio ed osserva come ogni persona reagisce. Alcuni di questi "Io" a volte passano il tempo facendo salti e minacciando la scena con i pugni, mentre altri li guardano assorti e molti altri ronfano, e così via. L'"Io" Osservatore nota tutte queste differenti reazioni del pubblico. Questa è l'osservazione di sé.

Cap. 25 Quaremead, Ugley, 3 aprile, 1946
COMMENTARIO SULL'ACCETTARE SE STESSI

Recentemente qualcuno domandò: "L'osservazione di sé è un istante di accettazione di se stessi, oppure questa viene dopo?" L'osservazione di sé differisce dall'accettazione di se stessi. Nell'osservazione di sé si sottolinea soprattutto che questa deve essere imparziale. Cominciamo a svegliarci a ciò che siamo veramente e vediamo le nostre contraddizioni attraverso l'"Io" Osservatore. A causa del fatto che siamo molti e che il nostro livello d'Essere si caratterizza dalla molteplicità degli "Io" e perciò per la mancanza di unità – la mancanza dell'"Io" Reale – viviamo in frammenti che non sono uniti e non vediamo mai chiaramente che questo è così. Per questo siamo, senza riconoscerlo, tutti molto difficili e contraddittori.

Questa notte parleremo dell'accettazione. L'accettazione viene dopo il Lavoro dell'imparziale "Io" Osservatore. L'osservazione di sé non è accettazione ma ciò che fa l'osservazione di sé è quello di dare ad un uomo una maggiore coscienza di sé e, per mezzo del nuovo materiale che ha riconosciuto nella sua memoria speciale, arriva ad accettare che tutte queste cose per lui sono vere. Senza dubbio in noi c'è uno *stato curioso* a causa del quale noi accettiamo noi stessi. Detto stato è strano perché anche se conosciamo qualcosa su di noi non lo vogliamo ammettere. Non appartiene alla valutazione generale che abbiamo di noi stessi, a quello che accettiamo su noi stessi, ed una delle ragioni è che l'azione della Falsa Personalità con le sue immagini di ciò che pretendiamo di essere impedisce che avvenga questa chiara accettazione introspettiva. Questa è una parte del nostro sonno ipnotico. Qui interviene l'attività dell'autogiustificazione. Ma la radice di tutto il problema sta nella questione del sonno ipnotico dell'Uomo, che è mantenuto dai respingenti. I respingenti c'impediscono di vedere le contraddizioni e c'impediscono così di svegliarci dal nostro sonno. I respingenti sostituiscono la Coscienza Reale. Se avessimo Coscienza Reale potremmo vedere e sentire congiuntamente tutti i lati di noi stessi. Tale stato distruggerebbe completamente la Falsa Personalità e tutte le forme d'immaginazione che contribuiscono a fortificarla. Potremmo essere più sinceri, migliori. Tutti abbiamo respingenti in ogni parte di un centro, ma non lo vediamo. I respingenti occupano il posto della Coscienza morale, della Coscienza intellettuale. Se siamo protetti dai respingenti andiamo per la vita facilmente ed abbiamo un buon senso del

nostro proprio valore. Ma, se in noi i respingenti fossero distrutti subito impazziremmo. Bene, solo attraverso della nuova memoria che si forma intorno all'”Io” Osservatore gradualmente vediamo le nostre contraddizioni e arriviamo ad essere più semplici. Tempo fa ho parlato del lato oscuro in noi, quel lato che non ammettiamo nella nostra coscienza e allo stesso tempo conosciamo ed ignoriamo. Il signor O. una volta disse: “Vediamo solo la metà delle cose”. È necessario accettare questo lato oscuro. A quanto pare non corrisponde alla nostra stima di noi stessi. L'osservazione di sé si paragona, come tutti sappiamo, a lasciar penetrare un raggio di luce nella nostra oscurità interiore. così ci rendiamo conto gradualmente di non essere ciò che abbiamo creduto o immaginato di essere. Questo è l'inizio del cambiamento di sé. Vediamo gradualmente che l'”Io” Immaginario non si modella esattamente a noi. cerchiamo di essere qualcosa che non siamo e questo produce una tensione psicologica interiore. Non siamo in relazione con noi stessi. Qui interviene l'idea della Falsa Personalità. Per esempio, dice: “Grazie a Dio non sono come questo pubblicano”. Forse ricordate la parabola. Se lo si dice si sta mentendo a se stessi mediante l'azione della Falsa Personalità che mente sempre, e cerca sempre di essere superiore agli altri. *Siete* voi somiglianti a quel pubblicano? Non siete né meglio né peggio di quel pubblicano. Come può una persona ottenere la pace interiore, l'equilibrio interiore, se sta dicendo sempre succintamente: “Dio ti rendo grazie perché non sono come gli altri uomini, ladroni, ingiusti, adulteri e neanche come questo pubblicano. Digiuno due volte alla settimana, do le decime di tutto ciò che guadagno”. E immaginate invocando Dio che si definisce come “vivo ed efficace e più tagliente di ogni spada a due fili; e penetra fino a far uscire l'anima e lo spirito, le giunture e i tendini, e discerne i pensieri e le intenzioni del cuore”. (*Ebrei. IV 12.*) Qualunque cosa sia ciò che intendiamo per Dio, possiamo avere la piena sicurezza che non possiamo nascondere nulla a questa forza suprema di coscienza e tutti i nostri respingenti, tutte le nostre immagini, tutte le nostre finzioni, tutte le nostre menzogne interiori, e tutto ciò che ha a che vedere con la Falsa Personalità, tutto ciò non è se non fango. Così come siamo, viviamo in una parte laterale di un cerchio. Viviamo di fronte o oltre il cerchio. Per questo non possiamo girare la testa completamente al circolo dell'Essere. Ammettiamo soltanto una parte del nostro Essere alla volta. Il signor O. disse che dobbiamo vedere i due lati allo stesso tempo. Perché viviamo in un semicerchio in noi stessi e siccome l'altro semicerchio è nascosto dai respingenti e non è accettato dalla coscienza, perdiamo facilmente la testa. Credete che quando vi accusano di qualcosa non sia vero, affatto vero? Non credo che un uomo già cosciente del cerchio completo di sé potrebbe perdere qualcosa se non le cose senza valore della Falsa Personalità. Detto uomo non otterrebbe in questo modo una maggiore stabilità interiore? detto uomo non avrebbe più respingenti, e permettetemi di ricordarvi qui che una volta che un respingente sia distrutto non può più tornare a formarsi. Mi immagino che tale uomo non si sentirà più impotente per quante cose gli dicano, quelle cose che un altro uomo ferirebbero il suo amore di sé, , la sua vanità, il suo orgoglio, e producono un incalcolabile odio e recriminazioni e gelosie. Quando le persone mi parlano delle loro difficoltà personali e della loro vita nascosta non trovo nulla di sorprendente in ciò perché ho appreso dal Lavoro che tutte queste

cose sono anche in me e che è inutile pretendere che non ci siano. Non ricordate che l'altra persona che pregava diceva: "Dio, abbi pietà di me, che sono un povero peccatore", e si disse: "Quest'uomo fu giustificato alla sua casa prima di quell'altro". Osservate, non giustificato per se stesso, ma giustificato per Dio. Nessuno può sentire la propria nullità se non accetta l'altra metà del cerchio. Allora non avrà più illusioni su se stesso e in un modo molto strano si sentirà in pace. Si sentirà fortificato. Non più debole, ed allora gli sarà mostrato che è quello su cui è preciso lavorare e che deve essere trasformato perché ormai non costruisce più sulla sabbia della Falsa Personalità.

Cap. 26 Quaremead, Ugley, 6 aprile, 1946

NOTA ADDIZIONALE SULL'ACCETTARE SE STESSI

IL Lavoro parla molto sulla pratica del Silenzio interiore. È necessario praticare l'isolare se stesso a se stesso, per quanto riguarda il parlare meccanico – l'isolarsi dal sé meccanico, dal dialogo meccanico, dalla diffamazione, le cattive parole, che rende tanto difficile l'isolarsi a se stesso -. Il Lavoro può crescere soltanto in colui che è isolato in se stesso e protetto dalla vita. Possiamo conoscere molte cose gli uni degli altri, ma non bisogna mai parlare di esse. Una delle regole del lavoro è che quando c'incontriamo con un'altra persona, ma che è accompagnata da estranei, procediamo come se non ci conoscessimo. Questo è un esempio del silenzio. Mi estenderò di più su questo particolare, e su qual è il significato di questo procedere, in una riunione successiva. In genere, succede così, meccanicamente, a chiunque si sfoga e dice in quale maniera s'incontrò con Tizio o con Caio. Questo è meccanico e generalmente è *chismografia (pettegolezzo)*. Questo è ciò che significa il versetto nel Libro dei Proverbi: "L'uomo cattivo, l'uomo perverso, cammina con la menzogna sulle labbra; strizza l'occhio, stropiccia i piedi". (*Prov. VI, 12, 13.*)

In una riunione recente si disse che uno non può lavorare contro il proprio Essere se non lo si accetta. È preciso comprendere che ciò significa qualcosa di grande. È chiaro che dobbiamo, così come siamo, cercare di lavorare sul nostro Essere secondo ciò che ci insegna a fare il Lavoro. Lo trovo molto difficile da spiegare. Permettetemi di darvi un esempio approssimativo. Occupiamoci del parlare meccanico sul quale nel Lavoro si parla tanto. Se non accetto il fatto che parlo meccanicamente non sarò capace di cambiarlo. Dico di lavorare contro il parlare meccanico in me stesso che faccio sempre il possibile per non parlare meccanicamente, ma allo stesso tempo, se comprendete ciò che voglio dire, non accetto il fatto che parlo meccanicamente. In ogni caso continuo a lavorare con la Falsa Personalità – per tanto il mio lavoro sarà irrealista -. Una volta il signor Ouspensky disse che alcune persone lavorano sempre in una specie di sonno. Non vedono in realtà, aggiunse, quello su cui stanno lavorando. Per questa ragione metto tanta enfasi nel vedere l'altro lato che manteniamo nell'oscurità e che non accettiamo nelle dovute forme. Nel modo in cui si spiegò, ciò è dovuto alla curiosa azione dei nostri respingenti che c'impediscono di vedere a cosa in realtà assomigliamo e cosa abbiamo in noi stessi. Le cose devono essere perfettamente comprese prima di trovare la forza necessaria per vedere e trasformarci. Per questo è a volte tanto utile che il maestro ci dica che, per esempio,

parliamo meccanicamente. Questo è uno shock, sebbene in un senso lo abbiamo già ammesso, ma non facciamo nulla per correggerlo. Quando una persona dice di sapere perfettamente di essere un bugiardo e lo ammette con molta facilità, si ha la sicurezza che non ha accettato il fatto di essere bugiardo. Se veramente ha compreso emozionalmente di essere un bugiardo, non lo direbbe in questa maniera. Come dissi, l'azione dei respingenti è molto strana perché ci mantiene in una specie di semi stato. Allo stesso tempo sappiamo e non sappiamo. Ma il fatto reale non è ancora penetrato nella nostra coscienza, il fatto di essere bugiardi e che in pratica mentiamo ogni volta che apriamo la bocca. Nello stesso modo in cui un uomo riconosce di avere molti "Io" differenti in lui, e parla in modo volubile su questo particolare, ma non per questo lo accetta. Non vede emozionalmente di non essere una ma molte persone differenti. In tal caso il Lavoro si adagia sulla parte superficiale di detta persona ed ancora non è penetrato ed arrivato ad essere reale per lei. Forse dice di osservare se stessa ogni giorno, ma in realtà non si osserva assolutamente. Immagina di osservare se stessa e così vive nell'"Io" Immaginario. Con il tempo il Lavoro deve penetrare in tutti i centri. Il grande problema che espone il Lavoro è quello di come svegliare il Centro Emozionale. Quando il Centro Emozionale è sveglio si cambia tutta la prospettiva di se stesso. Un uomo vede che non si ricorda di se stesso; vede emozionalmente che mente, che parla meccanicamente; vede emozionalmente che non lavora su se stesso ma che passa il tempo a fingere di farlo. È il risveglio del Centro Emozionale ciò che deve farci capire le cose facendoci capire queste strane parole; "Sei tu quell'uomo". Davide, che aveva inviato al fronte Urias affinché fosse ucciso in battaglia, per poter prendere in sposa sua moglie Betsabea, fu visitato dal profeta Natan che gli raccontò questa parabola. La parabola si riferiva ad un uomo ricco che aveva numerose greggi di pecore e ad un uomo povero che aveva solo un agnellino. Quantunque il ricco avesse molte pecore si appropriò dell'agnellino del povero e lo fece uccidere perché voleva offrirlo ai suoi ospiti. Nell'udire ciò Davide disse con furore: "Come è vero che esiste il Signore colui che ha fatto questa cosa è degno di essere ucciso". A queste parole il profeta gli rispose: "Sei tu quell'uomo".

(II Sam. XII, 7.)

È risaputo che quando si accusa direttamente una persona, a costei è molto difficile di evitare l'accusa e di giustificarsi e di trovare scusanti. In altre parole, non può accettarla. Il Lavoro si trasforma in qualcosa di molto reale e spaventoso man mano che le persone s'inoltrano in esso e per questo è così necessario accettarlo. Accettarlo distrugge la Personalità e tutta l'immaginazione su noi stessi, e ci porta una nuova base sulla quale è possibile iniziare il Lavoro. Però, affinché ciò avvenga, è necessario che una vera osservazione di sé occupi il posto dell'osservazione di sé immaginaria. È preciso che qualcosa si rompa in noi prima di arrivare a sanarci – prima d'iniziare a svegliarci.

Torniamo ad esaminare brevemente ciò che il Lavoro c'insegna sull'Uomo in questa Terra. Il Lavoro dice che l'uomo è addormentato nella Terra e che il mondo intero è pieno di gente addormentata e per questa ragione nulla va bene nel mondo. Il Lavoro dice che questo sonno è uno strano tipo di sonno e lo chiama sonno ipnotico, e qui riferiamo una parabola del Lavoro che parla di due possidenti che avevano molte

pecore. Siccome erano molto avari e meschini, quando scoprirono che alcune pecore erano fuggite, risolsero di ipnotizzarle e di fargli intendere che tutto era molto bello e meraviglioso e ad insegnarle a cantare inni e fargli credere che tutte sarebbero andate in Cielo. In realtà, ciò che desideravano era la lana delle pecore per i loro scopi. Questo stato di sonno ipnotico in cui giace l'umanità non sta fuori di noi ma al nostro interno. Per questo il Lavoro dice che tutti viviamo nella Falsa Personalità e nell'"Io" Immaginario. Se si vuole spezzare questo stato ipnotico dobbiamo svegliarci da soli e se siamo dominati dalla Falsa Personalità e dall'"Io" Immaginario continueremo a dormire. È per questa ragione che il Lavoro fa tanta insistenza su quello che dobbiamo fare, ciò che dobbiamo osservare, le cose contro di cui dobbiamo lavorare e separarci da esse.

Parliamo un momento sulle emozioni negative. Si sa che il Lavoro insegna che il Centro Emozionale è dominato dalle emozioni negative e che questo bello e meraviglioso strumento, che se si è purificato può darci persino la chiaroveggenza, diventa inutile a causa di tutte le autoemozioni che nascono dalla Falsa Personalità. Quando le persone s'identificano con le infinite varietà delle proprie emozioni negative rimangono in uno stato di sonno ipnotico e sono utilizzati dai due possidenti che desiderano semplicemente la loro lana e la loro carne, e per questo che conviene studiare per svegliarci.

Ogni risveglio comincia con l'osservazione di sé attraverso la quale si capisce gradualmente di non essere la persona che si credeva di essere – proprio così, se non si accetta ciò che l'"Io" Osservatore ci insegna gradualmente su noi stessi -. Tutto ciò è chiamato far in modo che la Personalità diventi passiva affinché l'Essenza possa crescere. Quando si arriva ad accettare ogni insulto e ogni accusa senza reagire violentemente, già si comprende il posto dal quale il Lavoro può crescere e produrre un altro essere in noi, per questo è necessario osservare ciò che più ci disorienta, la cosa che più ci fa indignare, ciò che ci fa dire di non farcela più, perché questa è una buonissima guida per l'osservazione di sé e di ciò che è necessario osservare. Quando sentiamo già la nostra nullità, si riceve l'aiuto del Lavoro che rimpiazza detta nullità con qualcosa. Per questo è necessario scendere molto prima di poter risalire.

Cap. 27 Quaremead, Ugley, 13 aprile, 1946
LA PARABOLA DEL CAMMINARE SULLE ACQUE

Fra non molto inizieremo l'insegnamento del Lavoro dall'inizio. Ora continueremo a parlare sul problema dell'isolare se stesso. Vi ricorderò che il Lavoro non può cadere sul nostro sé ordinario e crescere e produrre risultati. Una persona deve sentire il Lavoro come qualcosa di molto diverso dalla vita e da tutto ciò che ha appreso dalla vita. Bisogna dire che è spirituale, non fisico, non materiale, non *fuori* da uno stesso, come è la vita. Per questa ragione si è detto che il Regno dei Cieli è dentro di noi. Abbiamo parlato del significato di "dentro" o "interiore". Come esempio pratico si disse che l'"Io" Osservatore e la pratica dell'osservazione di sé determinano che il centro di gravità si sposti verso l'interno. Una persona che comincia a vedere se stessa come qualcosa di esterno, di acquisito, *non è più esattamente se stessa*. Comincia a vedere un nuovo sé. Questo è un movimento verso l'interno.

Questa notte mi riferirò alla parabola di Cristo che cammina sulle acque in connessione con l'idea che è necessario isolarsi in se stesso. È necessario isolarci alla vita ed al modo in cui la si prende. In realtà sono la stessa cosa, ma non completamente. L'uomo, la donna, che si sconvolgono facilmente, devono isolarsi dalla vita – proprio così, da ciò che li sconvolge -. Ma ciò dipende dalla loro capacità di isolarsi da questo lato che è sconvolto. Per questo l'isolarsi alla vita e alla Personalità meccanica è ciò che più tardi determina le nostre reazioni alla vita, il come prendere la vita, il come giudicare la vita, e il come sentire di avere o non avere ragione. Forse posso isolarmi dal dottor Nicoll e dal modo in cui affronta tutto. Ciò non vuol dire che vinco il dottor Nicoll - significa semplicemente che dispongo di un posto, di un'abitazione chiusa, di una camera privata, in cui il dottor Nicoll non può entrare. Qui può crescere il Lavoro. Dopo un po' di tempo, questo posto interiore, ottenuto mediante l'osservazione di sé, quando è abbastanza fortificato, può vincere indubbiamente il dottor Nicoll. Ma all'inizio è impossibile. Ma se provo a lungo si produce una distinzione – una separazione interiore -. Ora sono *due*, non uno. Nessuna persona, dice il Lavoro, può muoversi da dove sta a meno che non divida se stessa in due – che arrivi ad essere un lato osservatore ed un altro osservato -. Se ha un Centro Magnetico è in un senso due persone, ma in realtà non lo è ancora. Ha la possibilità del Lavoro. Ogni crescita si produce per divisione. Una cellula si divide in due. L'Uomo come organismo auto sviluppante, come una cellula, deve innanzi tutto arrivare ad essere due. Nel mio caso io e Nicoll deve arrivare ad essere un'esperienza molto vera di separazione interiore. Osservo Nicoll che sta facendo cose eppure non sono Nicoll. Questo non è facile. *È facile ascoltare – non è facile fare -. Fare ciò che il Lavoro insegna è una cosa; ascoltare ciò che dice è un'altra.* La seconda nota nell'Ottava-Lavoro dello sviluppo personale radica, secondo quello che ci dissero, nell'applicare a noi stessi ciò che il Lavoro insegna. Questo non è compreso se non dopo un lungo contatto con le idee ed una vera lotta con tutta la questione. Il Lavoro comincia a lottare con la vita in uno stesso. La gente, per esempio, dice: “Nella riunione si parlò soltanto dell'osservazione di sé e lo abbiamo già sentito molte volte”. Non vi è il minimo dubbio che è così. Ma si è osservato realmente se stesso in un modo cosciente ed imparziale e si è esaminato da questo angolo assolutamente neutrale in cui non ha più importanza né l'autogiustificazione, né le scuse? O si passa tutto il tempo prendendo se stesso come se stesso e credendo che è l'unico modo di prendere la vita?

Nella parabola che si riferisce nel camminare sulle acque vi è un'idea che nel Lavoro si espone in un modo differente. Supponiamo di essere sempre capaci di ricordare se stessi. Allora staremmo nel terzo livello di coscienza e tutto ciò che avviene nel secondo livello, dove, nel mio caso, esiste Nicoll, il così detto livello di coscienza di veglia, non avrebbe potere su di me. Proprio così, sareste isolati dai vostri modi meccanici di pensare e di sentire e di agire e di prendere la vita e di giudicare e così via. In questa maniera, per così dire, *andrete sopra voi stessi.* Bene, immaginate di identificarvi subito, allora vi profonderete. Dove vi sprofonderete? Vi sprofonderete nel livello ordinario di voi stessi – nel mio caso in quello di Nicoll – nel come prende la vita, esamina la vita, pensa la vita, giudica la vita, nel modo in cui gli fu insegnato

– proprio così, nel modo in cui la vostra Personalità fu stabilita in voi – da ciò che si acquisì.

Cito la parabola:

“Ma Gesù, sapendo che stavano per venire a prenderlo per farlo re, si ritirò di nuovo sulla montagna, tutto solo. Veniva intanto la sera, i suoi discepoli scesero al mare, saliti in una barca, si avviarono verso l'altra riva in direzione di Cafarnao. Era ormai buio, e Gesù non era ancora venuto da loro. Il mare era agitato, perché soffiava un forte vento. Dopo aver remato circa tre o quattro miglia, videro Gesù che camminava sul mare e si avvicinava alla barca, ed ebbero paura. Ma egli disse loro: “Sono io, non temete”. Allora vollero prenderlo sulla barca e rapidamente la barca toccò la riva alla quale erano diretti”. (Giovanni VI. 15-21.)

Tutte le parabole dei Vangeli si riferiscono ad alcune cose che stanno in questo lavoro. Supponiamo di dover ideare qualche parabola sul Ricordo di Sé o sulla Falsa Personalità e di altro, scoprirete di scrivere parabole simili a quelle che stanno nei Vangeli. Mediteremo su ciò che significa la parabola di Cristo che cammina sulle acque. È spiegata in un modo molto più completo in uno dei miei capitoli sui Vangeli, ma ora possiamo comprendere fino ad un certo punto il suo significato. Ricordate che Cristo fu tentato di diventare re in Terra e che poi si ritirò su un alto monte. Qual è il suo significato? Dovete capire che Cristo fu tentato così come noi siamo tentati. Sarebbe una grande tentazione per uno di diventare Re della Terra. Ma lui si ritirò su un alto monte. Sicuramente significa che si ricordò di sé stesso, si ricordò di ciò che doveva fare, qual'era il suo scopo. Nella parte successiva della parabola appare esattamente la stessa idea con un'immagine differente. La bufera che si leva nel mare rappresenta la bufera che si scatena in tutti noi, diciamo, quando siamo negativi, quando ci identifichiamo. Cristo andando sulle acque rappresenta lo stato di essere nel quale si può andare sulle acque turbolente di se stesso e non sprofondare. Le due idee, quella di salire il monte (dopo essere stato tentato di diventare Re della Terra), e nuovamente, quella di camminare sulle tumultuose acque di se stesso, sono similari. Rappresentano lo stato del Ricordo di Sé. E la cosa interessante è che quando Cristo dice: **“Io sono”**, la costruzione greca è molto enfatica. Letteralmente vuole dire. **“Io sono io”** (in greco), che, come si sa, è la definizione che Jehova dice di sé nel dire: **“Io sono quello che sono”**. Il Terzo Stato di Coscienza che nessuno di noi ha raggiunto se non in forma di barlumi è quello nel quale uno si ricorda di sé stesso, uno arriva ad essere “Io” al di sopra di tutti i piccoli “Io” che sono in se stesso. Così si vede che tutti gli esempi dati nelle parabole si riferiscono al Ricordo di Sé e dimostrano come Cristo usufruiva del potere completo di ricordare se stesso, di avere l'”Io” Reale in se stesso, che gli dava potere su tutti i piccoli “Io” della vita. E questo naturalmente significa che poteva isolare se stesso dagli effetti della vita nel suo sé umano.

In questa parabola si parla di due aspetti del Ricordo di Sé. Quando Gesù si ritira sul monte si ricordò di se stesso in un modo che si definisce una forma passiva – proprio così, ritirò se stesso da se stesso e raggiunse uno stato più elevato di coscienza nel quale non si producono più contatti con i propri “Io” inferiori. Troviamo poi che è anche menzionato l'altro aspetto del Ricordo di Sé. Scese nel mare infuriato e

camminò su di esso. Uno dei più grandi insegnamenti del Lavoro ha le sue radici nel fatto che non siamo esattamente coscienti e che non possiamo fare nulla con noi stessi in un modo vero se non raggiungiamo un livello superiore di coscienza chiamato Ricordo di Sé, Coscienza di Sé, Percezione di Sé. Tutti voi ricorderete che recentemente si parlò su questo particolare quando dissi che il Cocchiere doveva salire ad un livello più alto, altrimenti non poteva condurre il suo cavallo e la carrozza. La pratica del Ricordo di Sé non è tanto difficile quanto la gente crede. È un elevarsi sopra il proprio mare tormentoso, sopra la propria Personalità, le gelosie, le invidie, le ansietà, i dubbi e tutto il resto. Vi si è detto infinite volte che se non si crede che ci sia qualcosa di superiore sia in voi stessi che nelle categorie dell'umanità – vale a dire, un circolo cosciente di uomini, non sarete capaci di ricordarvi di voi stessi. Se una persona possiede un Centro Magnetico, detta persona percepisce sempre in un modo starno che esiste qualcosa di superiore, ma il Centro Magnetico per se stesso può dirigerla solo verso il Lavoro e è incapace di mantenerla in quel posto. Se ascolta il Lavoro con la mente e non con le orecchie esterne discerne già di cosa tratta, trova già in se stesso infinite verifiche. Attraverso il potere del Lavoro che ha occupato il posto del Centro Magnetico comincia a ricordarsi di se stessa, ma se prende la vita come se stessa si sprofonderà – proprio così, in quanto se nasce una difficoltà nella vita e si sente maltrattata da essa si identificherà con tutti i piccoli “Io” in se stessa che sono stati formati dalla sua educazione. Così cadrà, si profonderà nelle acque della sua Personalità, e poi si dimenticherà di se stesso e diventerà un uomo comune, meccanico, che serve la Natura. Il semplice ricordare se stesso appartandosi dal mondo, salendo sul monte, non basta. Certamente vi darà un'idea di ciò che bisogna fare, di qual è la nostra vera meta, ma poi, avendo sentito con la mente interiore quello che bisogna fare, si cercherà di uscire dalla vita ed andare sulle acque e non sprofondare. Permettetemi di ripetere che se si continua a prendere se stesso come se stesso, non si raggiungerà mai nessun posto nel Lavoro. Se non possiamo osservare noi stessi, non possiamo muoverci da dove siamo.

Cap. 28 Quaremead, Ugley, 20 aprile, 1946

NOTA SULLA FALSA PERSONALITÀ E L'“IO” IMMAGINARIO

Meditiamo un'altra volta sulle *Tre Linee di Lavoro*. Ci hanno insegnato che presto o tardi una persona deve fare le tre linee di Lavoro, altrimenti non può succedere nulla. La prima linea di Lavoro si riferisce al lavoro su di sé mediante l'osservazione di sé e l'applicazione pratica delle idee del Lavoro a se stesso – proprio così, la non identificazione con gli stati negativi, e tutto il resto -. La seconda linea di Lavoro si riferisce al lavoro con le altre persone nel Lavoro e nel considerarle esternamente. In questo momento questa linea è la più importante per molti di voi. La seconda linea di Lavoro ha successo soltanto se si riesce a vedere un'altra persona come se fosse uno stesso. “Io sono loro e loro sono io”. Nella seconda linea di Lavoro è necessario eventualmente che le persone con cui uno sta lavorando nel Lavoro comincino ad esistere in uno ed arrivare ad essere “Io” di Lavoro. “Non ucciderai”, vuol dire nel livello psicologico, distinto dal livello letterale, che si fa vivere un altro in uno stesso e che non bisogna uccidere questa vita con atti momentanei di ostinazione. Questo

produce un campo di forze e all'inizio della formazione di un accumulatore di Lavoro. Nel Lavoro esiste questa possibilità. Nella vita non è possibile perché la vita divide la gente attraverso l'odio, la diffamazione, ecc. Se avete seguito la prima linea di Lavoro sinceramente avrete già visto che non è come immaginate. Poi, e solo poi, potete fare correttamente la seconda linea di Lavoro. Vedete che quello che si critica negli altri esiste anche in voi stesso. Se si cerca di fare la seconda linea di Lavoro in un modo caritativo senza aver seguito la stretta disciplina della prima linea di Lavoro, se non avete visto che in voi stessi esistono tante cose che criticate negli altri, non potete fare correttamente la seconda linea di Lavoro. Si sarà allora esageratamente baldanzoso con una persona che in realtà si detesta, che è una cosa orribile. La terza linea di Lavoro si riferisce al mio lavoro e a ciò che mi propongo di fare. Ha a che vedere con il modo di portare a termine il Lavoro. Alcune persone possono realizzare la prima linea di Lavoro fino ad un certo punto e possono toccare anche la terza linea di lavoro, ma le tre linee sono ugualmente importanti.

Questa notte vi parlerò della prima linea di Lavoro e fino ad un certo punto della seconda linea. Recentemente si disse che la Falsa Personalità e l' "Io" Immaginario sono due concetti differenti del lavoro, sebbene alcune volte abbiamo parlato di loro come fossero la stessa cosa. Occupiamoci del concetto di Falsa Personalità in tutti noi. Nessuno può realizzare la seconda linea di Lavoro se la Falsa Personalità è predominante nella loro persona. La Falsa Personalità in noi è una cosa irreali. La Personalità non appartiene di rigore alla stessa categoria. Tutti noi tendiamo ad avere una forte personalità. Per esempio, tutti dobbiamo imparare il nostro compito nella vita e ad essere capaci di realizzare nella vita un numero maggiore o minore di cose. La Personalità è il lato acquisito e il Lavoro dice che è necessario avere una buona Personalità acquisita prima di poter fare veracemente il lavoro, ma la Falsa Personalità è molto differente. Come risultato della mia preparazione ho acquisito dalla mia personalità una certa conoscenza di medicina. Questo è giusto. Una persona che non ha imparato nulla nella vita e che non può fare nulla nella vita non è una persona conveniente per il Lavoro. La gente che cerca di entrare nel Lavoro e che non ha fatto nulla nella vita, che non conosce nulla nel senso ordinario, che non ebbero mai la pazienza di apprendere qualcosa, che non servono per nessun lavoro nella vita, non servono per questo Lavoro. Non hanno raggiunto assolutamente il livello che nel Lavoro viene chiamato del Buon Padre di Famiglia. Per questo tante volte domando, quando qualcuno mi dice che porta una nuova persona al Lavoro: "Quale mestiere costui o costei fa o ha fatto?" Se mi rispondono che quella persona non ha fatto assolutamente niente, che si è impiegato in un posto o in un altro e che poi lo ha abbandonato ed è incapace ad adattarsi alla vita, allora diffido nell'accettare detta persona. Nei primi giorni del Lavoro ci domandavano sempre quando volevamo presentare una nuova persona: "Chi è? Cosa ha fatto?" In un'occasione, lo ricordo molto bene, credetti che una persona era adatta per il Lavoro e mi interrogarono molto severamente su detta persona, domandandomi cosa aveva fatto, chi era, cosa sapeva. Ricordo che risposi che era una persona molto simpatica, che non aveva fatto nulla, e mi risposero che era impossibile far entrare tale persona nel Lavoro. In un'occasione Ouspensky mi disse: "Voi cercate di far entrare una persona che per

quanto simpatica sia, non è passata per l'addestramento comune della vita. Detta persona", aggiunse, "entrerà nel Lavoro avendo fallito nella vita, credendo che nel Lavoro passerà momenti gradevoli". Per questo tutti noi dobbiamo capire che nel portare nuove persone al Lavoro è necessario essere intelligenti e non portare un gruppo di vagabondi che non servono a nulla nella vita.

Continuiamo a cercare di comprendere cosa significa la Falsa Personalità. Ognuno di noi sia che sappia vivere o no, possiede una fortissima Falsa Personalità. Cominciamo a dire che la Falsa Personalità è un'invenzione di voi – qualcosa di finto -. È qualcosa d'irreale in voi, che soltanto l'osservazione di sé, imparziale e sincera, può modificare e, finalmente far diventare passiva. Per molto tempo abbiamo ripetuto che non siamo ciò che immaginiamo di essere. A volte lavoro deliberatamente su qualcuno a questo riguardo – cioè, alla distruzione della Falsa Personalità. Quando vedo che non c'è nulla da fare in questa direzione, mi fermo. A volte spero e se non succede nulla capisco che in seguito detta persona non può essere ancora toccata in ciò che si riferisce alla sua Falsa Personalità – proprio così, il sentimento immaginario che detta persona ha di sé stessa. In somma, c'è qualcosa alla quale dette persone non possono rinunciare e di certo non lo possono fare finché non giungono al punto nel lavoro in cui in loro un altro posto sia sufficientemente ampliato per permettergli di rinunciare alle loro idee immaginarie su loro stesse. Ciò che si distingue nelle persone che sono fortemente poggiate nella Falsa Personalità è questo: tali persone sono sempre negli opposti. Passano la vita a paragonarsi alle altre persone nel senso di sentirsi migliori di quello che sono, o, più raramente, peggiori. Dalla Falsa Personalità stanno sempre facendo discriminazioni sulle altre persone. Dividono, per così dire, la gente in due classi: "La gente che approva e la gente che detesta".

Nel Medio Evo c'era un insegnamento che si fondava nella parola (in greco) svuotarsi, vale a dire, svuotare se stesso. Tutto il Sermone della Montagna si riferisce a questo. Forse alcuni di voi hanno letto l'interessante libro esoterico della letteratura sufi – la Conferenza degli Uccelli -. Qui si racconta che gli uccelli, si misero in viaggio, che corrisponde al sentiero del lavoro, e quando giunsero alla meta avevano perso tutte le piume. Si comprende ciò che è questo Lavoro, vi renderete conto che è un percorso, un sentiero, una via che è necessario seguire. Dobbiamo perdere le nostre piume. Nel fare così lasciamo il posto affinché qualcos'altro penetri in noi. Ci vuotiamo di qualcosa che ci riempiva e allora un'altra cosa penetra in noi, e quella cosa che penetra e ciò che ci cambierà. A nessuno di noi è dato di aumentare la sua statura di un solo millimetro, ma la Falsa Personalità si crede capace di farlo e lotterà per sostenersi. Ricordo che in un'occasione, quando il signor Ouspensky stava parlando sulla Falsa Personalità e di come ci possa dare solo cose irreali e di attrarre cose irreali, gente irreali e una posizione irreali, disse: "È da molto tempo che sono arrivato alla conclusione che non c'è scappatoia possibile dal labirinto degli opposti, delle contraddizioni, in mezzo alle quali viviamo comunemente, eccetto intraprendendo un cammino completamente nuovo, diverso da tutto ciò che abbiamo conosciuto fin'ora, ma non sono capace di dire da dove inizia questo cammino. L'unica cosa che posso dire è che per me è un fatto indubbio che oltre la fina

pellicola della falsa realtà esiste un'altra realtà della quale per qualche ragione ci siamo separati, e secondo il mio parere questo cammino sconosciuto si trova in Oriente, in qualche insegnamento di cui ignoro tutto".

Così è comprensibile che la Falsa Personalità ci dà una falsa realtà e ci fa realizzare cose che se avessimo una comprensione più profonda odieremo fare e sentiamo la sua futilità eppure siamo incapaci di cambiare il corso della nostra vita. Quando stiamo nella Falsa Personalità – nella vita – nell'esteriorità, e così nella rivalità, non possiamo situarci nella realtà interna. Siamo attaccati al senso esterno delle cose. Allora una persona è una cosa esterna, un'apparenza di carne. Per questo non si può vedere dove sta e chi è quella persona psicologicamente – interiormente – proprio così, l'Essere della Persona ci sfugge. Questo è un vertiginoso circolo di apparenze esterne. Voglio dire, è una falsa realtà, e per questo è tanto disgraziata. Per situare se stesso nella realtà *interiore*, che sta sempre in movimento, per adattarsi ai suoi cangianti giri, e cercare di apprenderla fuori dal tempo e il cambiamento – questo è certamente un movimento verso l'interiore e avere una nuova visione di ciò che è reale. Una persona rigida con una serie di valori rigidi e pietrificati non può giungere a questo stato fluido di verità. Per tali persone la verità è una *pietra* – è inflessibile. Ma per una persona che comincia a separarsi dalla Falsa Personalità e dall'"Io" Immaginario la verità si trasforma in acqua – proprio così, in qualcosa di *relativo o flessibile* – non "una cosa o l'altra", non Sì o No – ma allo stesso tempo Sì e No. Redimersi da questa gelata morte psicologica che s'impadronisce molto presto di tante persone è possibile per tutti coloro che preferiscono seguire le idee del Lavoro, per trovarle più importanti delle loro opinioni fisse, dei loro abiti psicologici. Aggiungerei qui che colui che apprende il Raggio di Creazione e il suo tremendo significato, anche superficialmente, gli sarà molto difficile rimanere nella sua piccola vanità ed orgoglio. Apparentemente, secondo questo grande diagramma, siamo persone estremamente carenti di importanza – in rapporto ai numerosi livelli superiori di Essere -. Questa emozione debilita la vanità e l'orgoglio – e così debilita la Falsa Personalità -. Per questo il Lavoro dice: "Se un uomo non crede in una Mente Superiore è inutile nel Lavoro".

Giungiamo ora al concetto dell'"Io" Immaginario. L'"Io" Immaginario è immaginare di avere un "Io" vero e permanente che risponde sempre coscientemente, si comporta coscientemente e conseguentemente. Immaginiamo di essere sempre una persona permanente e sempre la stessa. L'"Io" Immaginario è quello che suscita in noi un senso di unità falso e irreali. La realtà che fabbricano la Personalità e l'"Io" Immaginario è quella con cui cerchiamo di vivere la nostra vita. In un'occasione G. disse: "Uno dei più grandi errori è quello di pensare che l'Uomo sia sempre uno e lo stesso. L'uomo non seguita ad essere sempre lo stesso uomo per molto tempo. Cambia continuamente eppure s'immagina di essere sempre lo stesso "Io". Gli è difficile accettare che da un momento all'altro l'"Io" che è in lui cambia. È convinto di essere un'unità, una persona vera. Ma raramente continua ad essere lo stesso neppure per cinque minuti. Crediamo che se un uomo si chiama Ivan, sia sempre Ivan. Non è vero assolutamente. Ora è Ivan, nell'altro minuto è Pedro, e un minuto dopo ancora è Nicola o Sergio. È tutti voi credete che sia sempre Ivan, e a volte

sapete che Ivan non può fare certe cose – per esempio, non può dire una menzogna – e poi scoprite che ha detto una menzogna e vi sorprendete perché lui, Ivan, può averlo fatto. In effetti, direte, è molto certo, che Ivan è incapace di mentire. Fu Nicola che ha mentito e quando a questo “Io” chiamato Nicola, gli si presenta l’opportunità di prevalere non può smettere di mentire. Vi sorprenderà rendervi conto che una moltitudine di questi “Io”, Nicola, Pedro, e gli altri, vivono in un uomo. Se imparate ad osservarli, non avete la necessità di andare al cinema”.

Queste parole di Gurdjieff ci inducono a pensare nella definizione dell’Essere dell’Uomo in questo Lavoro. Il Lavoro dice che l’Essere dell’Uomo, nello stato di sonno in cui è sommerso, si caratterizza per la molteplicità – proprio così, per la mancanza di unità -. Invece di avere una vera unità abbiamo questo “Io” Immaginario, questa unità immaginaria, che è completamente falsa, e così due persone si conoscono e sperano di essere felici, senza comprendere di essere molte, in ogni caso un migliaio di differenti donne e un migliaio di differenti uomini. Una donna crede, diciamo, che si sposa con Ivan, ma si sposa anche con Nicola e tutti gli altri, e viceversa.

Mettiamo fine a questo argomento dicendo che la Falsa Personalità è una cosa e l’”Io” Immaginario è un’altra, ma ambedue ci procurano una falsa realtà. È per questo che il Lavoro ci ripete tante volte che è necessario osservare la Falsa Personalità e osservare l’”Io” Immaginario e cercare di pensare oltre questa realtà falsa per penetrare in una realtà più profonda in cui le cose sono completamente differenti.

Cap. 29 Quaremead, Ugley, 27 aprile, 1946
COMMENTARIO SUGLI ATTEGGIAMENTI

È da un po’ di tempo che non parliamo degli atteggiamenti. Nell’ultimo commentario abbiamo parlato della Falsa Personalità e dell’”Io” Immaginario. Si disse che questi due concetti di Lavoro sono differenti. Eppure, qualche volta sono confinanti. Esaminerò brevemente e in un modo molto preciso la differenza tra la Falsa Personalità e l’”Io” Immaginario. La Falsa Personalità è quella che ci procura un’esistenza completamente irreali e ci fa attrarre solo cose irreali. Determina che uno s’identifica con ciò che uno stesso non é. In un’occasione parlavo con il signor Ouspensky su questo particolare e mi disse: “È un grande ostacolo avere una discendenza famosa”. Gli domandai perché era così e mi rispose che le persone erano solite identificarsi con i propri antenati quando invece nascono nel mondo completamente liberi dai loro antenati – proprio così, la loro vera Essenza viene al mondo completamente separata dalle condizioni in cui nacque l’Essenza -. Aggiunse succintamente: “Se ci si sente orgogliosi della propria origine nel Tempo e nello Spazio non si potrà mai raggiungere il proprio vero sé”. Ricordo che mi ripeté in due occasioni che è necessario comprendere che non nasciamo per mezzo dei nostri genitori ma che la nostra Essenza arriva dalle stelle come qualcosa di completamente indipendente dalla nostra origine. In altre parole, ciò che dobbiamo comprendere è che nel Ricordo di Sé non ci ricordiamo dei nostri avi né tantomeno dei nostri genitori. Discendiamo da un’origine completamente differente. Se si vuole vedere a

cosa assomiglia la Falsa Personalità, ci basta immaginare due servitori che stanno parlando. Uno di loro dice che suo nonno aveva una casa enorme e un grande prestigio. L'altra dirà forse che il suo avo aveva passato dieci anni nella guarnigione e che fu citato nei giornali. Questa curiosa cosa che si chiama Falsa Personalità è capace di farci sentire di essere qualcosa perché abbiamo avuto in un'epoca o in un'altra degli antenati molto famosi, molto noti che commisero vari crimini e che crearono molte difficoltà alla polizia. La Falsa Personalità è una cosa straordinaria, degna di essere studiata sia in se stesso come nelle altre persone.

Bene, riguardo l'"Io" Immaginario, si disse che questo è dovuto al fatto che immaginiamo sempre di essere una e la stessa persona e che in ogni occasione si parla coscientemente, si sa ciò che si sta facendo, di fatto, che si può fare.

Bene, passeremo al problema degli atteggiamenti. Tutto il Lavoro consiste nel separarsi dai propri "Io" Irreali. La Falsa Personalità è un aspetto irreali di noi ed attrae soltanto cose irreali: anche l'"Io" Immaginario attrae cose irreali. Ma nel lavoro di separare se stesso da quello che è irreali, il Lavoro c'insegna molte idee addizionali alle quali è necessario applicare l'osservazione di sé. In noi gli atteggiamenti sono cose irreali. Ognuno di voi ha certi atteggiamenti o punti di vista inculcati dai quali considerano tutte le altre persone ad anche se stesso. Quasi sempre hanno a che vedere con la Falsa Personalità. Vi darò un esempio di un atteggiamento. Un uomo ha acquisito un atteggiamento che lo fa sentire superiore alle altre persone. Quando si trova con queste persone il suo atteggiamento agisce meccanicamente in lui. Non simpatizza con dette persone. Sì, ma non simpatizza con loro a causa del suo atteggiamento, della sua meccanicità. Supponiamo che cerco di far vedere a detto uomo il valore delle altre persone verso le quali ha questo atteggiamento meccanico. Lo presento a queste persone, gli parlo di loro, di ciò che hanno fatto, quali avvenimenti hanno subito, e così via. Dopo un po' di tempo cede. Lo sorprende molto che queste persone non sono per niente ciò che credeva. Vedrà che sono persone molto interessanti. Cosa succede a quest'uomo? Ciò che gli succede è che ha evitato il proprio atteggiamento meccanico con il quale non potrebbe ricevere nuove impressioni, ed uno deve, per così dire, indebolirlo. Indebolirlo in cosa? Indebolire la sua Falsa Personalità, il suo atteggiamento negativo e ristretto, e pertanto liberarlo da una parte del suo lato meccanico, dal suo lato acquisito. Detto uomo si sentirà ora più libero. L'espressione stessa del suo viso cambierà, il suo modo di parlare si modificherà, e invece di un sentimento di perdita sentirà un sentimento di acquisto.

In un'occasione il signor Ouspensky mi parlava sugli atteggiamenti. Disse che gli atteggiamenti sono cose molto difficili da osservare in se stesso. Disse: "Furono stabiliti in noi in un'età molto precoce, attraverso la nostra psicologia acquisita – cioè, attraverso ciò che ci hanno insegnato – e sono, parlando praticamente, sempre atteggiamenti negativi. Disse che ciò che la gente chiama buona educazione è ciò che dà a una persona i suoi caratteristici atteggiamenti negativi e quando questi atteggiamenti negativi furono impiantati correttamente viene detto che questa persona è ben educata. Aggiunse che nell'educazione inglese, per ciò che sapeva, si metteva molta enfasi nello stabilire nei bambini e bambine atteggiamenti negativi, e per ciò che potei vedere era l'unica educazione che s'impartiva. In un'occasione suggerii ad

alcuni dei nostri compagni di cantare canzoni di mare. In quel momento ero vicino al signor Ouspensky che mi guardò sorridendo e disse: “La maggior parte di queste persone sono state educate con atteggiamenti caratteristici. Come potrebbero cantare canzoni di mare? Non sopporto queste canzoni cantate con l’accento di Oxford”. Bene, gli atteggiamenti negativi si fissano gradualmente in noi e poi si trasformano in respingenti. Un atteggiamento caratteristico, se non lo si rifiuta, si stabilisce gradualmente, per così dire, e si cristallizza e si trasforma in respingente. Una volta che si è trasformato in respingente è molto difficile percepirlo. Un respingente, vi ricordo, è quello che c’impedisce di vedere le contraddizioni in noi stessi. È per questa ragione che un uomo con molti respingenti ha spesso tanto successo nella vita. Sembra avere una forte volontà. I suoi respingenti gl’impediscono di vedere che c’è qualcosa che va male in lui, e senza dubbio tale uomo dal punto di vista del lavoro è un uomo molto debole. È situato in un posto molto basso nella Scala dell’Essere. A volte mi portarono persone per il Lavoro e mi resi conto che avevano dei respingenti molto forti. Allora compresi che sarebbe stato praticamente impossibile insegnargli il Lavoro perché erano troppo deboli interiormente. Proprio così, non avevano nessuna cosa oltre la loro facciata di respingenti che li mantenevano di buon umore con se stessi e se uno cercava di distruggere un respingente in tali persone andavano letteralmente in escandescenza perché non avevano nulla internamente, nulla oltre loro, nulla di reale.

Nel Lavoro cominciamo con un impersonale studio di sé – proprio così, con l’idea che è necessario arrivare alla conoscenza del nostro Essere -. Evidentemente uno lo può ottenere solo adottando un nuovo punto di vista e allo stesso tempo esaminandosi coscientemente, notando come si parla e ci si comporta e così via. Questo è un movimento orientato verso l’interiore. Un uomo può separare se stesso solo in questo modo. Una parte della pratica di questo auto studio cosciente è quella di osservare i nostri atteggiamenti. Quando arriviamo al punto in cui siamo capaci di osservare i nostri atteggiamenti, questo mette in movimento qualcosa in noi che ci conduce a qualcosa di strano, a nuovi pensieri e sentimenti. Per questo si dice che il Lavoro s’inizia con l’osservazione di sé. Nessuno di noi sapeva di avere degli atteggiamenti. In generale, diamo per scontato ciò che siamo e così non vediamo mai che questo è quello che siamo – proprio così, che il nostro Stato d’Essere attrae in ogni momento quello che ci succede -. Tra voi, quanti si sono resi conto qualche volta che tutto succede per colpa vostra? Questo è un pensiero comodo se lo si prende in modo sentimentale e patetico. Sicuramente sappiamo tutti di questa falsa forma della propria colpa ma ciò che voglio dire è: tra voi, quanti sono coloro che realmente hanno visto, senza alcuna autogiustificazione, di avere la colpa di qualcosa e che è sinteticamente: “Eri tu quell’uomo”? Siccome abbiamo questa peculiare illusione su noi stessi che è chiamato sonno ipnotico nel Lavoro non possiamo immaginarci di avere nessun atteggiamento particolare. Bene, come già si disse, i nostri atteggiamenti sono quasi sempre atteggiamenti negativi attraverso cui ci distinguiamo dalle altre persone e così stimoliamo questa falsa concezione di noi stessi denominata Falsa Personalità. Il signor Ouspensky una volta disse: “È necessario osservare e conoscere tutti i nostri atteggiamenti vendicativi. In un certo senso siamo solito

osservare i nostri atteggiamenti negativi ma li consideriamo come se fossero perfettamente giusti. Ma”, aggiunse, “ciò che importa qui è che in realtà non vediamo che sono atteggiamenti impiantati in noi dalla nostra educazione e per imitazione e che in verità non sono in assoluto noi stessi.”. Disse: “Non solo dobbiamo osservare ma conoscere molto bene nella nostra memoria quali sono i nostri atteggiamenti in modo definitivo e permanente”. E aggiunse: “Gli atteggiamenti negativi non portano mai nessun beneficio – ci vuotano semplicemente. E una volta che ci siamo resi conto di questo non abbiamo più diritto né scusanti per identificarci con essi”. In un'altra occasione disse: “Gli atteggiamenti non pensano. Agiscono automaticamente. Assomigliano a posti induriti nel Centro Intellettuale, a pensieri cristallizzati, e siccome sono quasi sempre negativi finiscono per trasformarsi in respingenti”. Una volta mi domandò: “Come riconoscete voi quando una persona vi parla con atteggiamenti fissi?” Gli risposi che non lo sapevo e mi disse. “Dovrete rendervene conto in seguito. Quando un uomo parla con opinioni fisse ci si annoia, si comincia a sbadigliare. Non si sta pensando. Bene, gli atteggiamenti si stabiliscono nel Centro Intellettuale ed occupano il posto del vero pensiero, individuale. Infettano il Centro Emozionale, ma il suo punto di partenza sta nel Centro Intellettuale. Se si vede una persona piena di atteggiamenti acquisiti e null'altro, si avvertirà il punto in cui ci è impossibile parlare con detta persona. Proprio così, non può liberare il suo pensiero dagli atteggiamenti acquisiti”.

In un'altra occasione il signor Ouspensky disse: “Se voi siete pieni di atteggiamenti negativi non sarete mai capaci di mettervi in contatto in voi stessi con le parti superiori dei centri e né, tanto meno, con qualsiasi livello superiore di Essere”. Ci diete un esempio. Disse: “Se avete molti atteggiamenti negativi di cui non siete stati informati e li avete accettati come fossero voi, è la stessa cosa che portare un grande numero di cianfrusaglie e continuare a portarle sempre in un modo tale che è impossibile giungere fino a voi. In tal caso”, aggiunse, “un uomo non può passare per lo stretto cammino di questo Lavoro, che è una questione di sincerità interiore. Non sarà mai capace di passare per le porte e gli stretti passaggi se non si abbandona tutto il superfluo che si ignora di portare e che si prende come se stesso.

Aggiungerò che non costa nulla osservare gli atteggiamenti nelle altre persone, e sappiamo perfettamente quando una persona parla con un atteggiamento caratteristico. Di certo è pesante. È molto difficile osservare gli atteggiamenti caratteristici in se stesso, ma è necessario farlo. Lo si percepisce vigilando sull'intonazione della propria voce. Questo è uno dei molti modi di farlo. Quando si sta parlando da un atteggiamento si noterà che si parla con una voce insipida, opaca. Nello stesso modo in cui lo avvertirete nelle altre persone, cercate di vederlo in voi stessi. Allora avvertirete quanto è comune la nostra vita e forse sfortunata a causa degli atteggiamenti che si è acquisiti e che non si è capaci di discernere.

Cap. 30 Quaremead, Ugley, 2 marzo, 1946
STUDIO DELLE ASSOCIAZIONI MECCANICHE

Il cambiamento dell'Essere dipende dal lavoro interiore su sé stesso. Nessuno può cambiare il proprio essere senza Lavoro interiore perché se non separa se stesso dal

suo livello d'Essere non può cambiare, ed ogni separazione dipende dall'osservazione del proprio Essere. Per esempio, la scienza non può cambiare il livello d'Essere dell'Umanità o il livello d'Essere di un solo uomo. La scienza è qualcosa di esterno relazionato con lo studio del mondo esterno, ma l'osservazione di sé è una questione di studio interiore, lo studio di se stesso. Recentemente abbiamo parlato sullo studio della Falsa Personalità in se stessi, lo studio dell'”Io” Immaginario, e l'ultima volta ci siamo riferiti allo studio degli atteggiamenti e dei respingenti in uno stesso. Questa notte, tra le altre cose, parlerò sullo studio delle associazioni in se stessi.

Tutti noi abbiamo nella nostra persona un gran numero di associazioni puramente meccaniche che uniscono i differenti centri in diversi modi sbagliati. Queste associazioni appartengono alla nostra psicologia acquisita e così alla nostra Personalità. Possiamo immaginare queste associazioni come se fossero composte da una recinzione collocata sui centri che le connette in diverse maniere. Ogni volta che una catena di associazioni è toccata in un punto lo stimolo determina che tutta la catena di associazioni diventi attiva. Nello studio delle associazioni è preferibile cominciare con il Centro Intellettuale. Se si ammette un certo pensiero nella mente farà suonare, per così dire, il Centro Emozionale e tutti gli altri centri e così si produrranno automaticamente certi sentimenti, certi movimenti e certi desideri. Tutto ciò appartiene alla nostra meccanicità. Uno dei principali obiettivi dello studio di sé mediante l'osservazione è quello di osservare il nostro meccanismo. Esige molto tempo il capire che quello che noi prendiamo per noi stessi in realtà è una macchina. Il Lavoro consiste nel separarci da questo meccanismo. Le catene di associazioni abituali formano una parte molto forte di questo meccanismo. Se si è ottenuto un certo grado di osservazione di sé, che significa allo stesso tempo il poter vedere il proprio meccanismo, si sarà capaci di studiare i sentieri associativi tra i centri – proprio così, di come una cosa ne fa suonare un'altra in un modo completamente automatico -. In noi i centri sono molto mal connessi gli uni con gli altri a causa delle associazioni. Finisco dicendo che è necessario studiare per mezzo dell'osservazione il modo in cui agiscono automaticamente le associazioni di come un pensiero può mettere in movimento tutta la catena di associazioni e portare a certi risultati. È possibile anche studiare le associazioni dal lato del Centro Motorio – per esempio, s'inizia con l'andare velocemente, impazientemente, e alla fine una serie completa di emozioni e pensieri si presentano automaticamente -. Questo meccanismo associativo può essere studiato dal lato intellettuale e dal lato motorio. Per esempio, lo stare seduto in una certa postura fa nascere automaticamente certe associazioni che infetteranno il Centro Emozionale e il Centro Intellettuale – per conoscenza, i sentimenti, gli stati d'animo e le correnti di pensieri -. Se si ha presente che i centri non sono liberi e che non lavorano in un modo corretto, in parte a causa di tutte queste associazioni meccaniche che si sono acquisite, e se si è capaci di osservare se stessi ci si diventerà spesso ad avvertire, in quale modo, qualche catena d'associazioni nata accidentalmente che cerca d'impadronirsi di voi e di farvi identificare con essa. Se lo avvertite vedrete che dopo un po' di tempo queste catene d'associazioni automatiche perdono il loro potere su di voi e ciò significa che si è già meno macchine di quando si è cominciato il lavoro su di sé.

Come si disse le associazioni formano un recinto intorno ai centri. Questo recinto si acquisisce gradualmente dai primi anni della nostra vita. I centri, a causa di ciò, non possono lavorare correttamente – vale a dire, non possono eseguire il loro lavoro -. Di conseguenza, le impressioni provenienti dal mondo esterno non possono cadere nel luogo esatto. Si connettono con cose con le quali non dovrebbero prodursi connessioni. Quando ci si rende conto fino ad un certo punto della propria meccanicità e di essere incatenati ad una macchina che non è assolutamente noi stessi, si potrà vedere come la propria vita, tra le altre cose, è stata governata dalle associazioni meccaniche. Uno è già separato, fino ad un certo punto, da se stesso da come si credeva di essere. Questo è realmente un grande progresso nel lavoro interiore su se stesso. È anche un progredire verso il Ricordo di Sé perché, come si sa, una delle prime esperienze dell'importante significato del Ricordo di Sé radica nella comprensione della propria meccanicità. Non si è già più la propria macchina ma un'altra cosa. Non si ha già più necessità di prendere le cose così come si era sempre fatto, perché si è un'altra cosa. Ma capire che già non si è la propria meccanicità, né la Falsa Personalità, né l' "Io" Immaginario, né gli atteggiamenti negativi, né le associazioni stabilite, è accompagnata sempre da una sensazione di dolore, o come lo definì una volta il signor Ouspensky, un sentimento di amarezza, e in una certa occasione disse che poche persone potevano sopportare questo dolore o sentimento amaro su se stesse e per questo preferivano ricadere in ciò che avevano sempre fatto. Allo stesso tempo aggiungerò che questo sentimento di dolore o di amarezza è accompagnato anche da un sentimento di libertà, un sentimento di stupore per aver sempre fatto lo schiavo di tutto questo meccanismo che immaginavamo fosse il nostro vero sé.

Quando si hanno nella mente nuovi pensieri, nuovi modi di pensare stabiliti dal Lavoro, si cominciano a ridurre le associazioni meccaniche che sono originate dal Centro Intellettuale. Questi nuovi pensieri, queste nuove idee che il Lavoro c'insegna, ci donano un nuovo modo di pensare, una nuova mente. E questa nuova mente eventualmente cercherà di stabilire connessioni corrette tra i centri se gli si lascia sufficiente tempo. Non vedo come è possibile rompere le associazioni meccaniche senza una serie completa di nuovi pensieri, di idee e, eventualmente, di una nuova comprensione. La vita connette il meccanismo in un modo completamente sbagliato. Fa in modo che la gente adotti parzialità politiche, parzialità religiose, e cose simili, ma le influenze del lavoro producono in una persona associazioni completamente nuove, connessioni completamente nuove. Il Lavoro si propone di farci pensare in una maniera nuova e ciò significa che già non si può più pensare come si faceva prima. Se non possiamo pensare come prima, una miriade di catene meccaniche andranno distrutte. È il momento opportuno per fare alcune osservazioni sulle catene meccaniche di associazioni, ed avrei piacere che facciate qualche osservazione sulle associazioni puramente meccaniche che avete osservato in voi.

Cap. 31 Quaremead, Ugley, 11 marzo, 1946
NOTA ADDIZIONALE SULLA FALSA PERSONALITÀ

Nel commentario in cui ho parlato sulla differenza che c'è tra la Falsa Personalità e l'”Io” Immaginario, ho avvertito un errore serio. Si disse che l'”Io” Immaginario è un'illusione dalla nascita. Un bambino manca dell'”Io” Immaginario. Di sicuro tutti sanno che un bambino non dice mai “Io”. Usa il suo nome – parla di se stesso in terza persona -. Per esempio, dice: “Robertino vuole questo”, o “Nino vuole quello”. Sicuramente la questione dell'”Io” Immaginario non ha luogo nell'innocente stato di un bimbo. L'inizio dell'”Io” Immaginario sopravviene quando il bambino nel crescere dice, invece di “Nino vuole questo”, “Io voglio questo”. Questo è l'inizio dell'”Io” Immaginario. La formazione si produce più tardi. È necessario imparare a parlare di noi stessi in terza persona. Per esempio, nel mio caso, debbo arrivare al punto nel mio sviluppo interiore della mia coscienza, mediante il lavoro di separazione, di dire: “Nicoll vuole questo”, non “Io voglio questo”.

La formazione dell'”Io” Immaginario appartiene ad uno sviluppo che si acquisisce. Come tutti sanno il Lavoro dice che nasciamo in mezzo a gente addormentata, ma dice anche che quando nasciamo siamo svegli. Nasciamo in un mondo di gente addormentata che dicono “Io” in ogni momento senza avere neppure il minimo barlume di ciò che vogliono dire, per questo una creatura che si sta sviluppando non tarda ad imitare la gente addormentata che la circonda, e dopo un po' di tempo dice: “Io voglio questo”. Prima, per così dire, è innocente, ma una volta che comincia a dire: “Io voglio questo”, si contagia dalla gente addormentata che la circonda e pensa di esistere come “Io”. È necessario pensare che lo sviluppo della Personalità è quello che si acquisisce per il contatto con la vita nei primi giorni, per questo sia la Falsa Personalità come l'”Io” Immaginario si fanno carico di una persona e da questo punto la persona in via di crescita si forgia relazioni completamente false con se stessa. Tra tutte le cose che si acquisiscono con l'imitazione e l'esempio – insomma, nell'ambiente circostante – le prime e più importanti di tutte sono l'”Io” Immaginario e la Falsa Personalità. Il bambino comincia a pensare di avere un “Io”, un “Io” vero e permanente. Vi siete accorti qualche volta del momento in cui il bambino dice “Io” per la prima volta? Ed avete avvertito anche il modo in cui dice “Io”? Per quello che ho osservato è sempre per imitazione. Il bambino comincia ad imitare o l'uno o l'altro dei suoi genitori, o la sua bambinaia o la persona con cui è in stretto contatto. Ma, come si sa, è una cosa necessaria affinché la Personalità, con tutti i suoi vizi e difetti e connessioni sbagliate, possa forgiarsi in una persona che sta crescendo, perché la formazione della Personalità costituisce ciò contro di cui, nell'età adulta, dobbiamo lavorare eventualmente nel Lavoro e da cui è necessario separarsi gradualmente.

In ciò che riguarda la Falsa Personalità, da origine a molte reazioni emozionali sbagliate. La Falsa Personalità si fonda nella finzione, specialmente nell'immaginare di sapere qualcosa. Comprendere d'ignorare ciò che crediamo conoscere indebolisce il tremendo potere della Falsa Personalità. Mi pare inutile dirvi che la Falsa Personalità desidera sempre delle ricompense, delle medaglie, la fama e tutto il resto. Lotta per essere il migliore tra le altre persone. È ambiziosa. Cerca di mantenersi in

movimento a qualsiasi costo – e tutto ciò è finzione -. E oltre questa finzione si nasconde un'enorme ignoranza ed impotenza che chiamo il lato oscuro di una persona – cioè, il lato che non si accetta e non si ammette nella propria coscienza -. Essere tra persone dotate di una fortissima Falsa Personalità è una vera tortura per l'uomo o la donna che si sono separati fino ad un certo punto dal dominio della loro Falsa Personalità. Quando la Falsa Personalità è dominante suscita ogni tipo di autoemozioni nel Centro Emozionale che non possono condurci mai a qualcosa di genuino. Il Lavoro dice che due giganti camminano davanti a noi, chiamati Vanità ed Orgoglio, e che sistemano tutto in anticipo. Questa è l'azione suscitata su di noi dalla Falsa Personalità e si esercita in modo tale che non possiamo, se siamo dominati da essa, smettere di fare una falsa vita.

Una volta G. disse che tutto il mondo esterno, tutto ciò che sta accadendo ora, tutto ciò che si legge nei giornali, è mantenuto dalla Falsa Personalità – cioè, è sostenuto da ciò che è irreale, inventato -. La Falsa Personalità domina le nostre reazioni emozionali più di qualsiasi altra cosa. Una volta O. disse: “Se fate che tutte le emozioni che nascono dalla Falsa Personalità siano rivolte contro di voi, l'effetto sarà differente”. Aggiunse: “Cercate in voi stessi ciò che detestate negli altri e volgetelo contro di voi e difendete la vostra persona e odiatevi se vi è possibile. Potete vedere voi stessi solo facendo un giro completo delle vostre proprie reazioni emozionali e dirigendole verso voi stessi”. Più tardi disse: “Il vero lavoro si realizza sul Centro Emozionale. Tutto ciò che insegna il Lavoro deve penetrare innanzi tutto nel Centro Intellettuale ed aggrapparsi lì per concentrarsi finalmente nello stato in cui sta in Centro Emozionale e le sue reazioni meccaniche”.

Quando si realizzano le cose dalla Falsa Personalità le si fa esternamente. In tal caso non c'è niente d'interiore in uno che possa corrispondere a ciò che la Falsa Personalità sta dicendo o sta facendo. In altre parole, uno sta fingendo, inventando, mantenendo qualcosa che non è uno stesso. La Personalità Reale differisce dalla Falsa Personalità perché, un uomo avendo acquisito una perfetta conoscenza sul modo di fare una cosa è in questo caso più sincero. Ha in lui qualcosa di reale. Per esempio, suole dipingere molto bene, lo ha acquisito. Ma può pretendere di dipingere ancora meglio di ciò che fa o, in altre parole, può fingere una conoscenza che in realtà non possiede. Ogni Personalità, sia essa Falsa o Vera, appartiene al lato acquisito, e questo lato acquisito deve realizzarsi con la maggiore solidità. È per questo motivo che il Lavoro dice che dobbiamo avere una buona Personalità, e per questo G una volta disse: “Preferisco parlare con un uomo che sa qualcosa, con un uomo capace di fare un buon caffè”.

Ora parleremo sul comportamento causato dalla Falsa Personalità. Una situazione caratteristica, che si sottolineava costantemente nella psicologia esoterica, si riferisce sempre a fare una cosa esternamente, senza che nessun lato interno in uno stesso corrisponda a ciò che si sta facendo. Per esempio, si fa finta di credere esteriormente in qualcosa che si detesta e si disprezza. Si fa finta di credere in ciò che non si crede. Questo significa che nel mondo interiore di detta persona nulla può crescere. Se il lato interiore – proprio così, il lato più vero ed essenziale – è negativo per il lato esterno che si manifesta esteriormente nella vita, se ciò che una persona pensa

intimamente contraddice completamente ciò che professa in pubblico, se allo stesso tempo non può rinunciare alla sua condotta esteriore, tale persona è esotericamente morta. È governata dalla Falsa Personalità e dalle sue ambizioni e non può rinunciare a questo lato e non si cimenterà mai con se stesso internamente, e in questo caso è incapace di sviluppo interiore. Psicologicamente, esotericamente e spiritualmente questa persona sta vivendo una menzogna e mai affronterà questa menzogna che è lei stessa. Sono tante le parabole e detti nei Vangeli su questo particolare e che si riferiscono ai farisei, per cui è inutile dire altre cose salvo che il Lavoro insegna che il lavoro personale su di sé dipende completamente dalla sincerità con se stesso. Se la Falsa Personalità è molto forte non ci può essere nessuna sincerità con se stesso e la propria vita, anche se essa è un grande successo, dal punto di vista superiore dell'esoterismo è un completo fallimento perché in essa non c'è niente di vero, nulla di genuino. Per questa ragione nella pratica di questo Lavoro, che si fonda nello studio di sé per mezzo dell'autoosservazione, prestiamo tanta attenzione all'azione della Falsa Personalità che ci crea sempre una vita irreale e impedisce all'Essenza o al nostro lato vero ogni possibilità di crescita e suscita in noi mille e uno ansie, dubbi che sono completamente inutili, che ci fanno sentire, ancora più disgraziati e ci pongono in situazioni e ci creano problemi che mancano di vera importanza. Stare fra persone in cui la Falsa Personalità è in qualche modo assente è stare in un mondo completamente nuovo. Questa esperienza, che è possibile per ognuno di voi, nel sperimentarla dovrebbe farvi domandare cosa diavolo stanno facendo nel mondo. E di certo, l'uso dell'espressione "cosa diavolo stanno facendo nel mondo" è corretto perché ciò che stanno facendo lo realizzano sulla "terra" di se stessi, la parte più esteriore, più esterna di voi, il lato esterno che è rivolto verso il mondo.

Bene, la parte interiore di un uomo è la sua volontà e la sua comprensione. Se le idee del Lavoro non si trovano già più sulla superficie di uno stesso ma iniziano a penetrare, se si comincia a vedere da se stesso di quale verità sono portatrici, uno si muove interiormente verso il lato più interno e così si allontana dalla Falsa Personalità e da tutte le sue invenzioni, finzioni e forme di considerazione interiore. Nel capire che non vi è nulla di condannabile nell'altra persona che non vi sia anche in noi stessi – di fatto, ci si rende conto del significato della frase: "Sei tu quell'uomo" – uno si muove verso l'interno, verso un'esistenza più reale, e si vede tutto in funzione di un significato più profondo. Supponiamo di occuparci dell'arroganza morale o della tentazione del potere. Qualche volta avete osservato questi due fattori in voi stessi in connessione con la Falsa Personalità? Tal volta si pensa di non avere arroganza morale, per esempio. Questa impressione di verità che porta, non all'arroganza morale, ma a capire il tipo di persona che si è realmente, darà origine alla pietà e ad un'estensione molto più grande dell'affetto e molto probabilmente ad un miglior stato di salute corporale. Succede la stessa cosa riguardo la crescente tentazione di potere che stimola la Falsa Personalità, **ma questa non è la verità, parlando esotericamente**, quantunque moltissimi l'abbiano presa come tale e abbiano seguito il sentiero che porta ad una crudeltà molto deliberata e allo stesso tempo incosciente, e per crudeltà voglio dire non solo la crudeltà verso gli altri ma anche verso se stessi, verso tutti i lati di uno stesso capaci di crescere. Credete che

seguire l'arroganza morale e l'amore per il meschino potere domestico ci porterà alla comprensione della propria nullità? Si crede forse che tale sentiero farà diventare passiva la Falsa Personalità e che permetterà che tutti i lati della propria persona, mancanti di alimento, di acqua, i veri lati che appartengono all'Essenza possano crescere e cambiare così il proprio livello d'Essere? Uno degli insegnamenti del Lavoro si propone di far diventare passiva la Falsa Personalità. Con lo scopo di riuscirci è necessario vedere ed osservare ciò che mantiene la Personalità attiva, che ci fa credere di aver sempre ragione. Se la Falsa Personalità continua a dominare la Personalità Reale quest'ultima starà sotto un governo sbagliato e mal diretto. La Falsa Personalità attribuisce tutto a se stessa. Ha la certezza di poter fare. È proprio qui che entrano l'arroganza morale e la tentazione di potere. Ma se la parte più interna di una persona comincia ad essere cosciente, si sveglia mediante una genuina osservazione di sé realizzata sinceramente, eviterà queste tentazioni molto comuni ed invece di sentire una perdita sentirà una forza. Quanto è difficile parlare con una persona che, senza saperlo, è piena di arroganza, che, senza saperlo, ringrazia Dio di non essere come gli altri. Vi dissi molte volte che in noi il meccanismo psicologico più facile è quello di vedere il male o le mancanze negli altri e mai vederli in noi stessi. A ciò appartiene la grande idea del Lavoro in cui dice che bisogna diventare molto più coscienti di se stessi. L'unico sentiero che segue questa direzione è quello dell'osservazione di sé che cambia tutte le idee che sosteniamo su noi stessi distruggendo così la Falsa Personalità.

Cap. 32 Quaremead, Ugley, 18 marzo, 1946
COMMENTARIO SUL RICORDO DI SÉ

In questo Lavoro ci insegnano che non siamo coscienti e che non ci ricordiamo di noi stessi. Il Lavoro dice che la principale difficoltà che si oppone a che l'umanità o noi stessi si arrivi ad una tappa superiore è dovuta all'assenza di coscienza. Ci immaginiamo di essere pienamente coscienti e che ogni cosa che facciamo, sentiamo e pensiamo sia un processo cosciente. Nonostante, il Lavoro dice che l'Uomo è addormentato e che la gente addormentata non può mai giungere ad un ordine migliore delle cose. Questo stato di sonno caratterizza il nostro livello d'Essere, e ci dicono che la prima cosa che è necessario studiare in noi stessi è detto stato di sonno. È questo stato di sonno che fissa da un punto di vista il nostro livello di Essere che attrae inevitabilmente la vita che appartiene a questo livello di Essere, il cui risultato vediamo nel mondo attuale. Se le persone fossero un po' più coscienti, tutto lo stato della vita esteriore si modificherebbe e ciò che ognuno crede che dovrebbe farsi in nome del senso comune potrebbe riuscire. Come si sa, in questo Lavoro si sottolinea molto il fattore chiamato *coscienza*. ***Il Lavoro non si fonda nella fede, né nella speranza, né nell'amore, ma nella coscienza.*** Nel Lavoro la coscienza è chiamata luce. Per esempio, se rimango nel mio stato di coscienza ordinaria che in realtà è uno stato di sonno, il mio livello d'Essere attirerà ciò che gli appartiene. In uomo di Essere basso, un uomo senza barlumi di osservazione di sé, se si trova al potere, attrarrà tutto ciò che appartiene al suo livello d'Essere.

Questa notte vi parlerò un'altra volta sul Ricordo di Sé e ciò che il Lavoro insegna riguardo a come possiamo cambiare il nostro livello d'Essere. Come sapete questo Lavoro insegna a diventare più coscienti di noi stessi e ciò inizia con una certa forma di osservazione di sé. Ci dice che è necessario osservare se stessi seguendo certe linee molto precise e che tutti dovrebbero conoscere. Bene, il Ricordo di Sé è un atto che può essere diretto verso ciò che si desidera. Per esempio, una persona suole ricordare la propria sfortuna e mantenerla in primo piano. Il Lavoro lo chiama Ricordo di Sé negativo. Questo non è per forza un atto cosciente, nel modo in cui deve diventarlo eventualmente il Ricordo di Sé, ma è un Ricordo di Sé meccanico. Considerate, per esempio, le vostre differenti forme di conti interni che avete fatto nel passato – proprio così, quello che credete che le altre persone vi debbano – tutti gli avvenimenti in cui avete sentito che non vi è stata offerta una buona possibilità. Mantenere tutto questo in primo piano è un esempio esatto di Ricordo di Sé negativo. Cosa si sta ricordando in tale caso? O quali sé? State ricordando dei sé o “Io” negativi. Proprio così, in realtà non ci si ricorda di se stessi nel senso Lavoro ma ci si ricorda molto facilmente di certi sé in voi e questi sé stanno nei lati negativi dei centri. Le persone sentono di non essere buone. Questo è un Ricordo di Sé negativo e non porta a nessun lato. Il vero Ricordo di Sé radica nel ricordare qualcosa che non si è, se mi permettete questo paradosso. Ogni vero Ricordo di Sé inizia con qualcosa che ha a che vedere con il Lavoro. Per esempio, si dice che quando una persona si ricorda di se stessa, è necessario che si ricordi allo stesso tempo del suo scopo. Lo scopo deve sempre essere connesso con qualcosa che si riferisce alle idee del Lavoro e per farsi tale scopo deve già possedere una considerevole esperienza dell'osservazione di sé dai differenti angoli del Lavoro. Quando una persona si fa uno scopo che è un risultato preciso dell'osservazione di sé, diciamo, che è sempre negativa in relazione con una o un'altra cosa nel passato o nel presente o in ambedue, allora ottiene un vero scopo-Lavoro, quello di non esprimere quest'emozione negativa esteriormente e con il tempo quello di non identificarsi con essa internamente nei suoi centri Intellettuale ed Emozionale. Questo forma in detta persona ciò che è chiamato Maggiordomo Interinale o Delegato – cioè, colloca alcuni “Io” che già comprendono di cosa tratta il Lavoro alle sue dipendenze in modo tale che quantunque si dimentichi costantemente di sé – cada nel sonno – ricordi che qualcosa non va bene nel suo stato interiore. Con il tempo il Maggiordomo si presenterà. Il Maggiordomo sta ad un livello molto più elevato del Maggiordomo-Delegato e arriva dall'alto e ci aiuta. E al di sopra del Maggiordomo sta l'”Io” Reale. Se potessimo metterci in contatto direttamente con l'”Io” Reale senza dover pagare tutto ciò che è necessario per questo sviluppo interiore, allora saremmo capaci di ricordarci di noi stessi nel senso del lavoro. Ma dobbiamo partire da dove stiamo e, gradualmente, mediante un processo di separazione interiore e di selezione, imparare a non farsi portare da certi “Io” e preferire altri “Io” differenti che si trovano ad un livello leggermente più alto nel nostro essere ordinario. Ma il Ricordo di Sé negativo è una delle maggiori difficoltà ed un ostacolo nel cammino che conduce ad una qualsiasi crescita ulteriore. È molto facile sentire di non essere buoni, di non capire nulla, di non realizzare nessun progresso. È molto facile cedere a questi “Io” che dicono “se non fosse per questo” o

“se non fosse per quello”. Tutto ciò è Ricordo di Sé negativo da cui è preciso finalmente di separarsi. Di fatto, ci sorprende molto che ciò che credevamo essere sincera umiltà non lo era assolutamente ma che era solo un artificio che nasceva dalla Falsa Personalità – vale a dire, è una forma di vanità o di orgoglio di sé.

Già avete sentito dire che l'unica cosa che possiamo sacrificare è la nostra sofferenza. Cosa significa il sacrificio? Originariamente sacrificio vuole dire santificare. Questo significa che è necessario che la nostra sofferenza sia santa? No, il suo significato è molto più profondo. Se continuo ad identificarmi con la mia sofferenza, se continuo ad addossarla a me stesso, continuerò ad identificarmi con essa. Bene, originariamente santificare significava che si era rinunciato ad ogni connessione personale. Si appartiene allora a Dio. Se preferite potete sostituire la parola “santo” con la parola “cosciente”. Non si diventa cosciente di una cosa in uno stesso se si è identificati con essa. Avere realmente coscienza di una cosa in uno stesso è non essere più identificato con essa, non essere più essa. Se ho coscienza delle forme meccaniche della mia sofferenza e dei miei conti interni e dei miei stati negativi, già essi non sono più io. Mi distacco da essi, li lascio partire, per così dire, per loro mezzo già mi distacco da me stesso. Come risultato di ciò, il sentimento di me stesso si trasformerà. Quest'atto permette di effettuare la trasformazione e tutto quello che è vero nella mia sofferenza lo ritroverò in un livello superiore completamente trasformato in un'altra cosa, mentre invece se rimango attaccato alla mia sofferenza e mi sento realmente me stesso attraverso la mia sofferenza – di fatto, sento in questo modo la mia propria importanza personale – non posso sperare nessuna trasformazione. Come dissi molto tempo fa, è come stare in piedi su una tavola e cercare di sollevarla. È necessario stargli accanto, ed allora non costa nulla sollevarla. Ogni volta che ci ricordiamo di noi stessi in un modo meccanico, ricordando sfortune e sofferenze, ci paragoniamo alla moglie di Lot. Guardiamo verso dove non si deve guardare, guardiamo il passato e poi ci nutriamo con ogni tipo di ricordi sfortunati che sono stampati nei rulli nelle parti negative dei centri. Dobbiamo ricordare che ora siamo nel Lavoro. Questa è, di fatto, una vera forma di Ricordo di Sé. È necessario che una persona negativa impari per mezzo di un'osservazione di sé personale a non ricordare le sue disgrazie, a non lasciarsi intrappolare dai piccoli “Io” negativi, disseminati per terra come piccoli aghi che riaprono solo le antiche ferite. In un'occasione G. disse: “Dobbiamo imparare a camminare. Per poter camminare è necessario avere buone scarpe”. E aggiunse che aveva cuoio da vendere con cui si potevano fare delle buone calzature, ma che ognuno doveva confezionare la sua propria calzatura con il cuoio che G. offriva in vendita. Naturalmente dobbiamo capire, che si riferiva al camminare da soli evitando i posti pericolosi. Successivamente possiamo andare per la vita senza che, tutti i cangianti avvenimenti che ci arrivano da ogni direzione, ci sconvolgano e ci feriscano.

Abbiamo detto abbastanza per dimostrare che il Ricordo di Sé non significa sempre ricordare il sé negativo. A questo riguardo vi darò una definizione della considerazione esterna e del suo significato. Nei primi gruppi in una certa occasione si disse che la considerazione esterna significava dimenticare se stesso e pensare in quello che era necessario agli altri, e si aggiungeva che in questo modo si ottenevano

dei risultati. Il primo è che uno può aiutare, e il secondo è che si può ottenere aiuto. Ma se pensate realmente su questo problema, vedrete che tutto il vero Ricordo di Sé è semplicemente dimenticarsi di sé, dimenticare il sé ordinario, i comuni “Io” negativi, le forme ordinarie di considerazione interna, e tutto il resto, ed avere la certezza che esiste un altro stato al di sopra di tutto questo tumulto personale che ha luogo tutto il giorno in ognuno di noi, con il quale continuiamo a identificarci, e quando il Lavoro dice che abbiamo un “Io” Reale al di sopra di noi dobbiamo capire che quest’atto, per così dire, di separarci dalla Falsa Personalità, deliberatamente e per sempre, è basilare, affinché possiamo metterci in contatto con i primi barlumi dell’”Io” Reale che è già lì e che è la nostra vera meta.

Cap. 33 Quaremead, Ugley, 25 marzo, 1946
COMMENTARIO SULL’IDENTIFICAZIONE

Nel Lavoro ci hanno detto che una delle prime cose che dobbiamo osservare in noi stessi è l’identificazione. Si dice che l’identificazione è la forza più terribile che agisca su questo pianeta e che mantiene le persone addormentate e così gl’impedisce di svegliarsi. Così come siamo – proprio così, gente meccanica, che fa tutto meccanicamente e non ha coscienza propria – c’identifichiamo ogni istante. C’identifichiamo con i nostri pensieri, con i nostri sentimenti, e c’identifichiamo con ciò che succede nella vita esterna. In questo modo ci mantiene in prigione senza che ce ne rendiamo conto – e soltanto per mezzo dello sviluppo della coscienza otteniamo di uscire dal carcere -. Lo desiderano solo poche persone –cioè, quelle persone che hanno il Centro Magnetico e che pertanto sentono che deve esserci qualcosa di diverso e cercano di trovarlo -. Tutti noi abbiamo emozioni inutili, la cui origine radica nell’identificazione. Il nostro Centro Emozionale, che è il centro più importante ed è eventualmente capace di metterci in contatto con il Centro Emozionale Superiore, sta in pessimo stato. Per prima cosa è pieno di emozioni negative acquisite che abbiamo imitato dagli altri. Quando il Centro Emozionale nasce è libero dalle emozioni negative e quando nasciamo siamo leggermente svegli. Nei bambini c’è una specie d’innocenza che non si tarda a perdere a causa dell’identificazione. Questa innocenza, si suole chiamarla così, appartiene all’Essenza, ma non tarda ad essere circondata dalla Personalità e dalla Falsa Personalità, e perdiamo il nostro centro di gravità originale che passa dall’Essenza alla Personalità. Diventiamo allora, per così dire, gente inventata che ha una vita fittizia. Basta guardare qualche vecchia rivista, diciamo di quaranta o cinquanta anni fa, per notare fino a che punto le persone paiono artificiali nelle illustrazioni e fotografie ed irreali le novelle e i racconti. Uno si domanda come è possibile che la gente abbia potuto vestirsi così, comportarsi così, fare le cose così, e senza dubbio stiamo esattamente nello stesso stato di ipnotismo in ogni momento. Bene, quando esaminiamo questi vecchi scritti, questi vecchi racconti, e si domanda come era possibile che la gente facesse quelle cose, quello che si esamina in realtà è il potere dell’identificarsi e il potere che l’identificazione ha sull’umanità. Eppure voi credete di non essere identificati assolutamente. Come si sa, l’umanità è mantenuta addormentata per delle ragioni, ma vi è sempre la possibilità per un certo numero di

persone di svegliarsi da questo sonno che proviene in parte dall'identificarsi. Ognuno di voi in questo momento è identificato. Ognuno di voi ha cento e uno emozioni inutili. Ognuno di voi è identificato con cento e uno pensieri inutili. Quando un uomo è completamente addormentato è identificato con ogni pensiero che gli si presenta automaticamente e con ogni stato d'animo che nasce in lui automaticamente, e con ogni sentimento. Prende tutto questo come la sua vita e, in effetti, ancor più, lo prende come la sua vita necessaria. Nel lavoro dell'osservazione di sé ci dicono in quale direzione è necessario osservare se stesso e la ragione di ciò è la capacità di separarsi molto gradualmente da tutte queste forme inutili di identificarsi con pensieri transitori, stati d'animo e sentimenti. Allora siamo già spalleggiati da qualcosa. Cominciamo, per dirla così, ad osservare noi stessi nella scena che si rappresenta davanti a noi. Vediamo ogni tipo di differenti "Io" in noi, che dicono una cosa e ne pensano un'altra, che si comportano in un modo e si esprimono in un altro, come qualcosa d'irreale, qualcosa che non è uno stesso, qualcosa che non ha nulla a che vedere con l'"Io" Reale. In altre parole, cominciamo a vedere la nostra meccanicità. Questo è realizzare un grande progresso e una volta che una persona lo ha realizzato non sarà mai più la stessa persona. Ma il potere d'identificarsi è così tremendo, che quantunque arriviamo ad uno stato in cui siamo momentaneamente separati dalla nostra Personalità, cadiamo subito nuovamente – proprio così, abbiamo raggiunto lo stato di essere capaci di "camminare sulle acque" per un momento, e nel momento successivo sprofondiamo. Siamo un'altra volta nel piccolo teatro dei nostri sé meccanici che rappresentano i loro drammi.

Il Lavoro dice che è necessario lottare tutti i giorni contro l'identificarsi e che questa lotta adotta molte forme e segue distinte direzioni. Per esempio, un uomo suole, mediante l'osservazione di sé, comprendere che s'identifica con qualcuno e con qualche forma di pensiero e di emozione, e cerca di separarsi momentaneamente da questa particolare classe d'identificazione, ma scopre che s'identifica con un'altra cosa in un grado ancora maggiore. All'inizio lo accetta ed ha a questo riguardo la certezza di non essere identificato. Poi si rende conto di ciò che è successo. Per questo la lotta deve proseguire per tutta la vita. La gente a volte suole dire: "Sicuramente dobbiamo identificarci, solo allora ci sentiamo vivere realmente, sentiamo emozioni vere e tutto il resto". Questo non è esatto. Non si possono sentire emozioni vere se si è identificati – in effetti, il Lavoro dice che così come siamo conosciamo solo un'emozione o un sapore – il sapore di essere identificati. Come si sa, ci identifichiamo in particolare con i nostri stati negativi, con i nostri stati d'animo negativi, con i nostri pensieri negativi. Il Lavoro menziona appena le emozioni positive. E allo stesso tempo, dice che le emozioni positive sono possibili, ma che in esse non c'è ombra d'identificazione, non c'è sapore d'identificazione. Non sono autoemozioni, né forme di auto simpatia. Tutte le autoemozioni sono forme di identificazione. Le emozioni positive non hanno questo sapore e non sono autoemozioni. Non possiamo crearle ora se non cerchiamo di fare il Lavoro con sincerità, se non cerchiamo di seguire le tre linee di Lavoro. La prima linea è il lavoro su di sé, che inizia con una sincera ed imparziale osservazione di sé che si realizza in accordo con ciò che il Lavoro c'insegna ad osservare. La seconda linea è il lavoro

insieme con gli altri, è comprenderci gli uni con gli altri e non reagire meccanicamente alle sgradevoli manifestazioni degli altri nel Lavoro, è imparare un linguaggio comune e in questo modo valutare la gente esteriormente. La terza linea radica nell'aiutare coloro che insegnano il Lavoro e di sostenerli per dargli modo di trasmetterlo. Se si seguono queste linee, specialmente la prima e la seconda saremo ricompensati con frammenti di emozione positiva il cui sapore, la cui qualità istantanea, è completamente differente da quelle delle emozioni passate ed ordinarie tra le quali viviamo. Quelle che potremo chiamare emozioni positive non sono in realtà emozioni positive perché si trasformano molto facilmente nel suo opposto – a sapere, in emozioni negative -. Per esempio, vi sentite molto contenti con voi stessi, vi sentite felici, pieni di bontà, e tutto il resto, e qualcuno vi dice qualcosa di spiacevole, e nel momento successivo siete sommersi da emozioni negative. Bene, la cosa importante nelle emozioni positive è che in esse non ci sono mai opposti – proprio così, non possono mai trasformarsi in emozioni negative -. Possono apparire per un istante e poi svanire, ma non possono trasformarsi in una cosa opposta, in uno stato negativo. E inoltre ci fanno vedere cose che mai avevamo visto prima, come un'improvvisa visione – cioè, il suo valore cognitivo è molto grande -. L'istante successivo torniamo a cadere nel nostro livello abituale e dimentichiamo ciò che abbiamo visto e non possiamo ricordarlo, eppure sappiamo che abbiamo visto qualcosa che mai avevamo visto prima, qualche aspetto della verità, del significato. Bene, se in passato qualcuno avesse avuto dei barlumi di emozione positiva, se qualcuno le avesse avuti nel futuro, li avrebbe registrati per il loro elevato valore quantunque non possa ricordare esattamente ciò che successe. La cosa peggiore è quella di contemplarli come un qualcosa di sbagliato. Le emozioni positive non possono portarci al secondo stato di coscienza, ma possono portarci al terzo stato di coscienza – vale a dire, il Ricordo di Sé o la Percezione di Sé -. Quando un uomo si lascia assorbire dai propri interessi privati, dalle sue autoemozioni, dalla sua vanità, dalla sua auto compiacenza, dalla sua arroganza morale, dal sentimento di avere sempre ragione, dalle sue lamentele, e tutto il resto – proprio così, quando un uomo è completamente identificato con se stesso – non potrà mai avere un'avvisaglia di emozioni positive. Per questo è così necessario lavorare su di sé e separarsi da se stesso. Quando un uomo si ricorda di se stesso, non è identificato – è così, quando un uomo raggiunge il terzo stato di coscienza che esiste in tutta l'umanità e gli appartiene per diritto di nascita – è in uno stato di coscienza nel quale può ricevere l'aiuto dei Centri Superiori – per conoscenza, dell'Umanità Cosciente – ma quando un uomo sta nel secondo stato di coscienza si trova sempre in un costante stato di identificazione, di identificazione con il denaro, con la gente, con l'ambizione, con se stesso, ed è perciò addormentato e sotto la Legge dell'Accidente. Nel secondo stato di coscienza, nel così detto stato di veglia, non può giungere nulla di ciò che appartiene al livello superiore. Così tutto succederà nell'unica maniera in cui può succedere perché allora tutti gli uomini sono macchine e nessuno può fare nulla.

Cap. 34 Quaremead, Ugley, 1 giugno, 1946
COMMENTARIO SULLA MEMORIA

Le persone cercano spesso non solo di spiegare a se stesse con il passato, ma di sentirsi unicamente in funzione di esso. Cosa vorremmo dire con il nostro passato? Ciò che chiamiamo il nostro passato suole essere unicamente una spiegazione del nostro presente e una spiegazione molto inadeguata. Ciò che chiamiamo il nostro passato è la memoria che abbiamo di esso. Ma ciò che chiamiamo la *nostra* memoria del passato non spiega né il passato né il presente. La nostra memoria sta d'accordo con il nostro livello d'essere. La nostra memoria personale spesso è una cosa falsa, deforme. La cosa importante è che ricordiamo molto poco – diciamo la cento milionesima parte di tutto quello che è successo -. Dubito che si possa ricordare qualche cosa come successe in realtà. La nostra memoria dipende dai poteri di recezione e non è in nessun modo obiettiva. Per esempio, ricordate tutto ciò che è successo nel mondo esterno dentro e fuori di voi e nella vostra mente ieri? O la settimana passata? O l'anno passato? È chiaro che non lo ricordate. Ricordiamo appena qualche cosa della somma totale di quello che è successo. Vi prego di non avere la pretesa di ricordare tutto. Ma alcune persone s'inorgoliscono di avere un'eccellente ed esatta memoria ed osano persino di proclamarlo. Altre persone ricordano in un modo differente. Così s'intavola una polemica – una polemica molto pesante. Bene, la memoria connette le cose in un modo soggettivo che le è proprio. Ma credete che quest'esile memoria soggettiva connetta le cose realmente in un modo corretto? Potete vedere esattamente la vostra vita attraverso la memoria? Dire che il passato è esistito in quanto il momento presente esiste è una verità. Però quale è il vostro momento presente che il passato tanto spesso ha creato per voi? È un vero momento o un'invenzione del passato? Cos'è quella cosa chiamata “memoria del passato” a cui voi vi afferrate? Non credo che si possa avere fiducia in essa. Ricordate ciò che avete fatto o ciò che ha fatto un'altra persona? Ricordate ciò che *lui* o *lei* ha fatto? La vostra così detta memoria è qualcosa in cui ci si debba fidare? In accordo con la mia propria esperienza nel Lavoro direi che questa è la guida più indegna di fiducia che si possa seguire e che in pratica dobbiamo prescindere da essa. Le nostre memorie sono impostori personali che portiamo accuratamente con noi. Non crediate che ricordare se stessi ci si ricorda del passato. Proiettarsi nel futuro con questa falsa memoria non dà nessuna soluzione alla nostra vita. Direi meglio che è necessario dimenticare – vincere – il proprio passato. È una pazzia molto grande immaginare che la nostra memoria sia infallibile. Oppure, questi ricordi a cui le persone si afferrano ed abbracciano in un'estasi di sfortuna! Comprendere che quello che chiamiamo il nostro passato – proprio così, che quello che crediamo di ricordare è il nostro passato – non è qualcosa su cui si possa basare il momento presente, è fare un passo verso il risveglio – altrimenti continueremo ad essere sommersi nell'oscurità che è la nostra propria opera, oscurità fatta dalle nostre idee soggettive del passato, che chiamiamo la nostra vera memoria. Non abbiamo una vera memoria, una memoria indiscussa. Senza dubbio il Lavoro ci dice che abbiamo una vera memoria, solo che non ci è accessibile nei livelli di coscienza ordinaria. È tutto registrato. Tutto ciò che viviamo, tutto ciò che facciamo, diciamo, tutto ciò che sentiamo e pensiamo

sta inciso lì nei rulli nei centri e nelle sue sottodivisioni. Ma l'accesso a questa vera memoria, per fortuna, essendo ciò che siamo, ci è vietato. L'azione dell'imparziale "Io" Osservatore ristabilisce una parte ridotta della vera memoria – ma solo fino al punto in cui una persona può sopportarlo senza impazzire -. Possediamo un sistema di respingenti, per menzionare un fattore, che ci impedisce di avere coscienza della vera memoria interiore. La vera memoria interiore si apre al momento della morte – nel Nuovo Testamento è chiamata il Libro -. Se ciò che s'immagina su noi stessi, le false nozioni che sosteniamo su noi stessi, la nostra Falsa Personalità con le sue nozioni inventate su ciò che siamo noi – se potete separarvi da tutto questo, in questa vita, se non ci si è identificati con ciò, e potete vedere attraverso questo specchio, allora forse supporterete socchiudere il Libro che è descritto nell'Apocalisse con le seguenti parole:

“E vidi i morti, grandi e piccoli, in piedi davanti a Dio; poi, furono aperti i libri, infine fu aperto un altro libro che è quello della vita; e i morti furono giudicati su ciò che stava scritto nei libri, secondo le loro opere.” (Apocalisse, XX. 12.)

Ciò significa che alla morte diventiamo coscienti nella quarta dimensione – proprio così, tutta la vita diventa cosciente per noi – ed allora vediamo ciò che è successo realmente. Perché due libri? Ah, questo è un argomento, in verità, sul quale è necessario pensare.

Nell'interessante racconto persiano chiamato “La Conferenza degli Uccelli”, appare la stessa idea. Alla fine gli uccelli, dopo aver perso tutte le loro piume, poterono andare davanti al Sovrano.”Ma”, si dice, “prima collocarono un registro davanti a loro, nel quale ogni dettaglio dei fatti che ognuno di loro aveva realizzato o omesso, dall'inizio alla fine, era registrato fedelmente”.

Parliamo sulla memoria in accordo con ciò che il Lavoro insegna. Ogni centro ha la sua propria memoria ed ogni parte di un centro ha anch'essa la sua propria memoria. La qualità di queste memorie è differente. Non abbiamo, insomma, una memoria, ma innanzitutto tre memorie, poi nuove memorie e dopo ancora ventisette memorie. Ciò si deve al fatto che, prendendo tre centri, l'Intellettuale, l'Emozionale e l'Istintivo-Motorio, ognuno ha la sua propria memoria. Poi, dividendo ognuno dei tre centri in tre parti, abbiamo nuove memorie più piccine. Nuovamente, ognuna di queste suddivisioni si divide un'altra volta in tre – così abbiamo $3 + 9 + 27$ memorie – proprio così, trentanove differenti classi di memorie in scale differenti. In queste trentanove memorie tutto ciò che abbiamo visto, detto, pensato, sperimentato e sentito è registrato. Ma l'accesso a queste trentanove memorie è molto difficile. In genere viviamo in una o due di queste piccole suddivisioni dei centri. Aggiungerò che persino questa categoria di memorie è incompleta. Le divisioni negative dei centri sono stati messi da parte. Se dividiamo il Centro Intellettuale e il Centro Emozionale con una linea in due parti, indicando la parte inferiore come lato negativo, allora è facile calcolare altre ventiquattro memorie.

Bene, parlando delle differenti memorie, scegliamo qualcosa che è di facile comprensione. La memoria intellettuale è differente dalla memoria emozionale e ancora la memoria del Centro Motorio differisce dalla memoria intellettuale e dalla

memoria emozionale. Qui è necessario escogitare grandi cose, verso le quali ci attacchiamo come insetti. Un uomo impara ad andare in bicicletta. Proprio così, il suo Centro Motorio è quello che ricorda. Ma non può ricordare ciò che prima sapeva di chimica. Quando prende una bicicletta gli è facile maneggiarla. Qualcosa ricorda. Cos'è ciò che ricorda? Il suo Centro Intellettuale? Certamente, no. Ricorre ad un'altra memoria, di più facile accesso. Ma non può ricordare nessuna formula di chimica. Per tanto, se vuole ricordarle dovrà consultare un libro. Senza dubbio, si rende conto che le capisce molto più rapidamente di un uomo che non ha mai studiato chimica. Dopo un lasso di tempo, "le cose cambiano" e la sua memoria intellettuale rivive – ma soltanto sforzandosi.

Occupiamoci ora del Centro Emozionale. Una persona ricorda, generalmente, le emozioni negative sgradevoli. Prendono nuova vita per mezzo delle associazioni meccaniche, con molta facilità. Questo tipo di memoria non è la stessa del Centro Intellettuale o del Centro Motorio. Il Centro Emozionale non sta sotto il nostro controllo – proprio così, non possiamo sentirci felici quando siamo sventurati -. Ogni sforzo che si connette con il Centro Intellettuale *può* cambiare la direzione del pensiero e uno *può* ricordare qualcosa concentrandosi o cercando quello che vuole ricordare. Ma la memoria del Centro Emozionale che molte volte è la memoria della parte negativa del Centro Emozionale, non si può modificare con tanta facilità. Una delle ragioni radica nel fatto che in quel posto abbiamo ammucciato una sfilza di sgradevoli memorie, che crediamo siano vere, attuali e, di fatto, quelle che prendiamo *come* il nostro passato. Quando si crede che una cosa sia vera e reale, naturalmente non la si può modificare. Per questo è così difficile alterare le memorie che appartengono alla parte negativa del Centro Emozionale. Ma una volta che iniziamo a dubitare della sua verità, una volta che cominciamo a sospettare che non sono totalmente esatte, allora è possibile separarsi da esse. Questo è un momento felice. Si disconosce, per così dire, il passato da come lo si era immaginato, e si entra in pieno nel presente con una certa gioia, una certa libertà, qualcosa come "non è necessario che io sia così". Si ha sempre questo sentimento di gioia quando uno si libera dalle catene che ci mantenevano ancorati a ciò che prima credevamo essere *noi stessi*, e che avevamo difeso così inutilmente e con tanto inutile spreco di energia che avremmo potuto usare per una nuova versione di uno stesso, una nuova visione di uno stesso, una nuova persona. Queste catene però sono molto potenti. Solo l'assorbimento del Lavoro – soltanto l'aspirazione di un'altra serie d'influenze – può dissolverle. Perché nessuno può liberarsi da ciò che è se non sente l'esistenza di ciò che è più elevato di lui e che gli obbedisca. Ma le persone mettono respingenti a questa idea – per conoscenza, che non esiste nulla che sia più elevato di loro -. Siamo fissati in un modo molto rigido e ristretto *a noi stessi*. Siamo incapaci di vedere che esiste qualcosa di superiore in *noi stessi* a ciò che siamo realmente – a sapere, livelli superiori di coscienza, livelli superiori di Essere e Conoscenza, livelli superiori di comprensione e così di misericordia -. Questa percezione di qualcosa di superiore è un punto critico quando una persona si muove verso il risveglio interiore, e in questo punto tutti coloro che sono giunti così lontano devono intavolare una lunga lotta,

difficile eppure molto semplice e retta per modificare l'equilibrio che eventualmente farà diventare passiva l'implacabile Personalità ed attiva la misericordiosa Essenza. Che rapporto ha tutto ciò con la memoria? È un rapporto sicuro, perché se una persona non ha la memoria-Lavoro e non può vedere se stessa per un periodo mai si avvicinerà a questo punto. A meno che smetta di credere di conoscere se stessa e di essere ciò che immagina di essere e si comporta come pensa, non può cambiare. Perché? Perché è soddisfatta del suo "Io" Immaginario. Per questo continua a dormire, quantunque la vita lo colpisca molto duramente. Non ha mai la colpa, naturalmente. Non vede che il suo livello d'Essere – ciò che è – attrae la sua vita. E manca di vera memoria – non ha memoria-Lavoro ottenuta con l'osservazione di sé -. Si presuppone a se stessa. La sua memoria non è una vera memoria ma una memoria fatta dalla vanità e dai pregiudizi. Ripeto che tutto quello che abbiamo fatto o detto – tutto ciò che abbiamo pensato o sentito o intentato o desiderato – tutta la *nostra* condotta e tutta la condotta degli altri in relazione con noi – di tutto ciò ricordiamo solo la cento milionesima parte e anche così connessa in modo errato -. Ma abbiamo una memoria molto profonda che è accessibile solo ad un livello più elevato di coscienza, dove tutto è registrato così come è realmente. La formazione della memoria di Lavoro mediante l'"Io" Osservatore eleva la memoria ad un altro livello. Allora non sperimenteremo uno shock molto disastroso quando ci confronteremo con ciò che abbiamo fatto o detto o pensato e quello che si immaginava di fare o di dire o di pensare.

Cap. 35 Quaremead, Ugley, 8 giugno, 1946
SUL PENSARE IN UN MODO NUOVO

Spesse volte si è detto che questo Lavoro si propone di farci pensare in un modo nuovo ma che ciò è impossibile se le persone non si sforzano mentalmente – a sapere, se non compiono sforzi mentali in collegamento con le idee -. Se una persona non pensa al Lavoro e non lo medita e lo collega con se stessa, la mente non può trasformarsi – proprio così, detta persona continuerà a pensare esattamente nello stesso modo che usava prima -. Se non pensiamo sulle idee del Lavoro e non pensiamo alla nostra condotta e non riflettiamo su di noi e non pensiamo su noi stessi nel modo in cui lo insegna il Lavoro, continueremo ad essere sempre gli stessi – proprio così, non si produrrà nessun cambiamento mentale -. Vale a dire, il Lavoro non eserciterà la sua influenza su di noi – in noi non penetrerà nulla -. Allora il Lavoro rimane, per così dire, come tanti pacchetti non aperti nel Centro Intellettuale. Bene, è necessario che noi stessi cercassimo e trovassimo il modo per poter ricevere le influenze del Lavoro. Come si sa comunemente la gente riceve l'influenza della vita. Il Lavoro, come sistema di idee che in realtà formano un tutto organico, è costruito in modo tale che se si capisce, se a rigor di termini ci uniamo con esso, la mente intera comincia a trasformarsi, e come risultato di questo in noi tutto si trasforma. Una delle idee che più mi emozionò all'inizio del Lavoro fu quella che tutti eravamo addormentati e che tutto ciò che si legge nei giornali si riferisce alla condotta della gente addormentata e che pensano di poter fare in questo stato, ma successivamente sentii l'influenza di idee ancora più poderose – l'idea che io stesso

ero addormentato -. Bene, le idee sono più reali dei fatti. Ricordate ciò che disse O. sulle idee? Disse che la psicologia moderna non capisce l'immenso potere di una certa classe di idee e della loro autenticità. "Persino nella filosofia primitiva", scrisse, "quando un uomo divide le idee in divine ed umane, si comprende meglio l'esistenza di differenti ordini d'idee. Il pensiero moderno non lo riconosce affatto. La psicologia attuale e la teoria della conoscenza non insegna la gente a discriminare tra i due ordini d'idee, né gl'insegna che alcune idee sono molto pericolose e che non possono essere affrontate senza una lunga e diligente preparazione. Questo succede perché la psicologia moderna non prende in considerazione la realtà delle idee, né comprende detta realtà... La psicologia antica e medioevale comprendevano meglio la posizione della mente umana in relazione con le idee. Comprendevano che la mente non poteva occuparsi delle idee in una maniera corretta se la loro realtà non era chiara per essi. Ed inoltre l'antica psicologia comprese che la mente era incapace di recepire idee di differenti classi simultaneamente o al di fuori di un ordine corretto – proprio così, non poteva passare senza una preparazione da un ordine di idee ad un altro ordine d'idee-. O. comparava le idee esoteriche a macchine complicate che è impossibile usare correttamente a meno che uno non si preparava prima.

Bene, nel Lavoro c'insegnano certe idee il cui obiettivo è quello di trasformare tutto il nostro modo di pensare. Queste idee sono date in quantità ridotta, per così dire, un po' alla volta. Occupiamoci una volta di più dell'idea che l'uomo è addormentato. Bene, quest'idea è molto pericolosa se non è insegnata correttamente. Qual è la preparazione che rende possibile far capire correttamente questa idea? Detta preparazione consiste nel capire attraverso l'osservazione di sé che uno è addormentato. Questo esige molti anni di osservazione di sé e di sforzi mentali, molti anni di pensiero e riflessione da soli e di dialogo interiore. Quando questa preparazione è arrivata ad un certo punto, la visione dell'Uomo addormentato – del mondo addormentato – si presenta ad una persona in un modo corretto. Non lo sorprende più con una forma negativa, o con un sentimento di superiorità, ma come una percezione reale senza nessuna emozione negativa, né identificazione personale che si collega ad essa. In tal caso bisogna dire che una delle idee del Lavoro cominciò ad esercitare la sua influenza su una persona e a cambiare tutto il modo di pensare di detta persona. Ma se non si è riflettuto continuamente sul Lavoro nella parte più intima del nostro pensiero, non bisogna sperare che questo avvenga. Detta persona ripeterà solo come un pappagallo che l'Uomo è addormentato, e persino che essa stessa è addormentata, senza capire ciò che questo significa. Tutte le idee del Lavoro trasmettono una grande densità di significati ma senza pensiero personale e senza applicazione sono semplici sogni. La conoscenza superficiale del Lavoro non aiuta nessuno, ma allo stesso tempo, come prima tappa, è necessaria una conoscenza formativa superficiale del Lavoro. Comprendere un'idea del Lavoro è molto differente dal conoscerla. La differenza tra il conoscere e il comprendere è incommensurabile. È molto facile dire a noi stessi che nelle vicende della vita ordinaria sentiamo poche volte l'influenza del Lavoro. Abbiamo una leggera conoscenza e in alcune occasioni pensiamo un istante su questo particolare, ma le influenze della vita sono molto più poderose, pertanto è necessario trovare e cercare

in che modo le influenze del Lavoro influiscano realmente sulla nostra vita e il nostro comportamento e pensieri e sentimenti e tutto il resto. Per questo è necessario comprendere il Lavoro e non di conoscerlo semplicemente.

Se non abbiamo nessun tipo di scopo, il Lavoro non potrà mai influire nella nostra vita perché in questo caso non siamo circondati dal Lavoro, ma rimaniamo aperti a tutte le influenze della vita. Lo scopo nel Lavoro si può paragonare con qualcosa in cui rimaniamo per il momento nel suo interno. Se ricordiamo il nostro scopo quando stiamo dentro la vita sentiamo subito che due cose completamente diverse agiscono su di noi – per conoscenza, la vita che ci spinge sempre a comportarci meccanicamente e lo scopo nel quale rimaniamo per il momento, che c'impedisce di comportarci in un modo completamente meccanico. Questo è riconoscere il Lavoro e allo stesso tempo dargli potere. Suole essere un'esperienza transitoria ma allo stesso tempo è molto genuina, e sebbene possa eventualmente fallire per lo meno assaporeremo per un istante ciò che significa stare dentro le influenze del Lavoro, ed ottenere così un certo potere sulle influenze della vita che agiscono sulla nostra Personalità meccanica. È per questo che il Lavoro fa tanta insistenza sulla necessità di avere qualche scopo. Può essere uno scopo di breve durata, di qualche istante, di qualche ora, ma è meglio di niente. Lo scopo può essere di molte gradazioni.

Bene, per nutrire il nostro scopo è necessario riflettere sul Lavoro e qui è necessario lo sforzo mentale. Lo scopo non può trasformarsi in qualcosa di meccanico. Lo scopo deve essere una cosa che si mantiene in movimento coscientemente attraverso un nuovo rifornimento di pensiero ed introspezione. Potremmo paragonarlo alla costruzione di un molo nel mare. Il mare continua a schiantarsi contro il molo e a scardinare pezzi che devono essere costantemente rifatti. È preciso dire che così come siamo non saremo capaci di sostenerlo per molto tempo, ma ripeto che se lo abbiamo fatto sinceramente per un po' anticiperemo il sapore di ciò che significa arrivare ad una tappa in cui le influenze del lavoro sono più poderose di quelle della vita. Occupiamoci un'altra volta delle emozioni negative. Qui a rigor di termini c'è la possibilità di fare qualcosa. Ma non si può fare nulla, anche per un breve istante, se si cerca di farlo come uno scopo dato, come qualcosa che ci hanno detto di fare. È necessario farlo comprendendo fino ad un certo punto perché le emozioni negative sono inutili e dannose sia per gli altri come per noi stessi. È necessario capire, più profondamente che si può, che siamo schiavi delle emozioni negative, e tutto ciò che si dice nel Lavoro sul liberarsi da questa schiavitù e i ragionamenti che lo sostengono. Per raggiungere questo scopo è necessario avere presente molti detti del Lavoro, e oltre ciò avere qualche concetto generale di tutto ciò che insegna il Lavoro sullo sviluppo interiore, sulla libertà interiore. Se lo si realizza semplicemente come uno scopo, come qualcosa che è stato ordinato di fare, non si sarà capaci di resistere alla vita. Le influenze del Lavoro che agiscono sulla nostra persona saranno troppo deboli. In altre parole, non si avrà nessun obiettivo nel Lavoro. Bene, se si fa lo scopo temporaneo di non essere negativo, indotti dalla meccanicità, di non accompagnarli, di non prestargli attenzione (soprattutto si scoprono le stesse cose irritanti in voi stessi), allora si starà nel Lavoro – si starà sotto le influenze del Lavoro – che possono giungere fino a noi e trasformarci. Questo è essere dentro lo scopo-Lavoro. Le

influenze del Lavoro, che sono differenti dalle influenze della vita, possono arrivare fino a voi. In realtà è molto semplice. Basta farsi uno scopo di Lavoro chiaro e preciso e cercare di mantenere per un momento la coscienza in esso. Vedrete allora il risultato da voi stessi. Ma, in regola generale, la gente non si fa uno scopo di Lavoro semplice e chiaro di questo tipo. Si lasciano portare dalle loro preoccupazioni o si chiedono vagamente cosa debbono fare riguardo al Lavoro su di sé e di quello che devono praticare. Ho la sicurezza che qualcuno chiederà: “Cosa c’insegna il Lavoro a fare nei riguardi del lavoro su di sé?” Lo hanno sentito una e un’altra volta. Sì, ma: “Avete forse meditato veramente e riflettuto su questo particolare, vi siete sforzati mentalmente per capirlo, da soli e intimamente, ed avete compreso quale direzione segue il sentiero e cosa significa seguirlo? Perché il Lavoro è una Via, un sentiero – interiore, tranquillo, tappa dopo tappa e psicologico – che porta ad una meta precisa. Coloro che ci diedero questo Lavoro hanno seguito la Quarta Via e hanno visto da loro stessi dove portava.

Cap. 36 Quaremead, Ugley, 15 giugno, 1946

NOTA SUL RILASSAMENTO

Un uomo veramente sveglio manca di Falsa Personalità. Per noi che stiamo studiando che svegliarci significa che quanto più svegli si è, meno si sta nella Personalità. Oppure, per dirlo in un altro modo, quanto più una persona sta nella Falsa Personalità, più questa persona è addormentata. Bene, una persona che è addormentata nella Falsa Personalità manca di vera vita. Non è una persona vera. Un uomo deve aprirsi da solo completamente, senza nessun rimpianto. Questo è il vero rilassamento. Deve smettere di mantenere certe illusioni su se stesso, posture, immagini, idee di se stesso. L’ansia e il timore, che c’impediscono di rilassarci, nascono sottilmente quando un uomo cerca di mantenere qualcosa che non è lui stesso. Vive in un lato di se stesso alla volta, ed il resto rimane per lui nell’oscurità. Non si apre a se stesso. La Falsa Personalità, sempre preoccupata con diverse forme di considerazione interna, con problemi di sé per produrre una buona impressione e nel mantenere le apparenze, provocano una tensione nell’Essere. È la stessa cosa di un uomo che vuole mantenersi sulla punta dei piedi e che non capisce il perché si sente esaurito. Mantiene sempre qualcosa che non è lui stesso – qualcosa d’immaginario – qualcosa che non gli conviene. E questo succede in tutte le persone. Se non avessimo la Falsa Personalità, tutte le ansie e il nervosismo che tutti abbiamo segretamente, sia che lo si ammetta o no, sparirebbero. Non cambierebbero soltanto le nostre relazioni con gli altri, ma anche le nostre relazioni con noi stessi. Allora comprenderemmo cosa è rilassarsi. Una delle ragioni radica nel fatto che la Falsa Personalità ama solo se stessa. L’amore di sé, che attribuisce tutto a se stesso, ci mantiene nell’ansia perché teme la perdita della stima e della posizione. Bene, la Falsa Personalità non ammette cosa alcuna. Ha sempre ragione. Finge di confessare i suoi peccati, lo fa a causa della vanità, come una posa, per vantarsi, per ottenere meriti ed applausi. Questa cosa assurda, composta di menzogne evidenti e di falsa immaginazione crediamo sia facile da scoprire e da distruggere. Ma al contrario, la sua presenza è molto difficile da scoprire e la sua forza è straordinaria. Non permette

che la si scopra né che ci si riveli a noi stessi – proprio così, che scopriamo ciò che veramente siamo -. Se lo facesse, il suo potere verrebbe distrutto, e noi verremmo liberati dal nostro maggior nemico – proprio così, dalla persona che immaginiamo di essere, che serviamo come schiavi dal momento in cui ci svegliamo la mattina fino a quando andiamo a dormire la notte. Così è impossibile rilassarsi profondamente quando siamo al servizio della Falsa Personalità, perché questa ci obbliga a corrispondere a ciò che essa immagina di essere. Non permette che una persona si riposi, ma la pungola affinché agisca nel modo in cui suppone debba agire, per fargli mantenere la sua reputazione, la parte che deve disimpegnare.

Per questa ragione se un uomo si forgia il ritratto di essere un lavoratore infaticabile, la Falsa Personalità l'obbligherà a lavorare infaticabilmente fino alla morte. Fa sì che ciascuno di noi mantenga il ritratto che si è forgiato da solo.

Bene, la forza della Falsa Personalità dipende dai respingenti. La sua forza non sta nelle menzogne evidenti né nella falsa immaginazione, ma nei respingenti che nei centri si ergono come muri e c'impediscono di vedere più di un lato alla volta. Per questo non vediamo le contraddizioni interiori. C'impediscono di unire le cose, che vediamo ognuna separatamente. Siccome esercitano questa strana azione, le menzogne e l'immaginazione godono del piacere di dominarci. Arriva il momento in cui il Lavoro ce lo fa vedere. Uno dei modi in cui l'ottiene è quello di stabilire una contraddizione di quando siamo coscienti – proprio così, fa in modo che si diventi simultaneamente sempre più coscienti di ciò che sta in ogni lato di un respingente. In generale abbiamo coscienza solo di un lato e dopo un po' di tempo dell'altro lato, così da non vedere nessuna contraddizione. Così la Falsa Personalità, attraverso l'azione dei respingenti, c'impedisce di trovare noi stessi. Impedisce ad un uomo di vedere senza nessuna illusione la rivelazione di se stesso. Per questo è necessario praticare l'osservazione di sé per un periodo prolungato fino a che la memoria, che registra ambedue i lati di un respingente, sia abbastanza forte da farci sentire la sua influenza. Questo ci tranquillizza. Il tumulto è tale dentro di noi a causa della Falsa Personalità – sono tanti gli “Io” che gridano a squarciagola. In questo modo il rilassamento è impossibile.

Cap. 37 Quaremead, Ugley, 22 giugno, 1946

IL LAVORO SUL CENTRO EMOZIONALE

Questa settimana, parleremo di una riunione che si tenne a Londra, dove tutti i Gruppi erano presenti, dove si cominciò nuovamente ad impartire l'insegnamento del Lavoro, ed una delle idee principali che all'inizio si sottolineò fu quella che questo sistema d'insegnamento si fonda nell'idea che l'Uomo fu creato soprattutto come un esperimento di auto-evoluzione. Il Lavoro dice che l'Uomo fu creato come un organismo auto-sviluppante per distinguerlo dagli animali. Da questo punto di vista l'Uomo è incompleto, come un edificio che ancora non è terminato, e si lasciò in mano sua lo scopo di terminare il proprio edificio, di completare se stesso. Per questa ragione sono sempre esistiti nel mondo certi insegnamenti che sono chiamati “insegnamenti esoterici”. Per esempio, l'insegnamento che stiamo studiando, a volte,

è chiamato cristianesimo esoterico. Non ha nulla a che vedere con il cristianesimo essoterico.

In questa riunione, furono esaminati i tre centri dell'Uomo e si disse che nell'Uomo il Centro Emozionale stava in uno stato molto cattivo. Faremo alcuni brevi commentari su questo particolare a cui l'insegnamento dà così tanta importanza. Il Lavoro dice che dobbiamo lavorare sul nostro Centro Emozionale e purificarlo, ripulirlo, liberarlo dalle emozioni inutili che ci mantengono addormentati e fanno di noi degli schiavi della vita esterna. Prendiamo una persona che sta sempre imbronciata, che sta sempre accigliata, che è sempre fastidiosa, che fa sempre le cose difficili, di fatto, che è una peste. In tale persona il Centro Emozionale non lavora correttamente ed è necessario che lei, attraverso un prolungato addestramento ed un'osservazione tecnica, arrivi a percepire che questo lavoro sbagliato del Centro Emozionale sta in lei. Bene, una persona che sta sempre incollerita, furiosa, difficile, amica della disputa, e persino velenosa, in questo Lavoro deve rendersi conto che tale stato del Centro Emozionale è incompatibile con qualsiasi auto sviluppo – proprio così, detta persona, sia uomo o donna, deve rendersi conto che completarsi nel senso di questo insegnamento, evolvere, svilupparsi, gli sarà impossibile se il Centro Emozionale rimane in questo stato meccanico. La sfortuna è che detta persona non percepisce assolutamente lo stato del Centro Emozionale dentro se stessa. Non vede il suo malumore, il suo carattere difficile, il suo spirito di critica, le sue antipatie, le sue collere e così via. Al contrario, si è forgiata un ritratto di se stessa in cui si vede come una persona gradevole ed incantevole. Per tanto in lei esiste una breccia, una breccia nella sua coscienza di sé. Questa breccia può essere riempita soltanto con un'osservazione di sé sincera e cosciente portata a termine secondo le istruzioni date nell'insegnamento e che si riferiscono all'osservazione di sé. Tutte le persone credono di conoscere se stesse, ma non esiste una persona che si conosca realmente. Questa è un'illusione. In generale gli altri ci conoscono meglio di quanto noi ci conosciamo, ma, d'altra parte, anche loro non si conoscono. Per questo conviene tanto osservare lo stato del nostro Centro Emozionale e le sgradevoli manifestazioni che provengono meccanicamente da esso. Il Lavoro insegna che il Centro Emozionale è in noi il centro più meraviglioso, ma che al presente, nello stato di sonno in cui siamo tutti, è inondato da emozioni negative, da autocompassione, da forme simili di emozioni che c'impediscono di metterci in contatto gli uni con gli altri e così c'impediscono di comprendere le nostre mutue difficoltà.

Il Lavoro sul Centro Intellettuale differisce dal lavoro sul Centro Emozionale, ma il Lavoro inizia con l'osservazione dei tre centri principali in noi, e dobbiamo giungere al punto in cui ci rendiamo conto attraverso l'osservazione di sé dello stato di due centri – questo è ciò che succede in ogni momento nel Centro Emozionale. Qui abbiamo un uomo che non ha simpatia per nessuno, che canzona la gente, che censura gli altri e tutto il resto. Tale uomo non sa che questo si deve allo stato del suo Centro Emozionale. Ovvero un uomo sente solo se stesso credendosi di esser superiore alle altre persone, ma non si rende conto di ciò. Il sentimento emozionale di superiorità si fonda sempre nell'autostima, nell'amore di sé, nel sentimento di sé. In tal caso il Centro Emozionale non lavora come dovrebbe, né tanto meno può colmare

una persona con sentimenti retti che gli svelino il significato interiore e in questo modo la pace. Per questo conviene osservare lo stato del proprio Centro Emozionale, osservarlo nell'azione – proprio così, osservare come reagisce meccanicamente contro gli eventi esteriori ed in particolare contro l'altra gente. Questo è un compito importante, che a rigor di termini è uno scopo-vita. Questo Lavoro è uno scopo di tutta la vita, e mediante la sua applicazione subiamo gradualmente una trasformazione interna che si deve al fatto di essere ogni volta più coscienti dei nostri veri lati, di ciò che siamo veramente. Questo distrugge tutte le illusioni che sosteniamo su noi stessi.

Quando un uomo comincia veramente a lavorare su se stesso, quando inizia ad avere barlumi della profondità di questo insegnamento, già non può essere più lo stesso tipo di uomo, né una donna può continuare ad essere lo stesso tipo di donna. Allora si capisce ciò che significa per le persone nascere in questa Terra come organismi auto-sviluppanti, e che ognuno ha assegnato uno scopo speciale che deve essere seguito e compiuto con lo scopo di raggiungere questo completamento, questo sviluppo finale che è a rigore il significato di trovarsi in questo pianeta imperfetto. Il compito di ognuno è differente, ma una volta che il Lavoro è compreso nelle sue linee principali e una volta che la sua verità è riconosciuta interamente, ad ognuno si fa vedere ciò che deve essere fatto. È necessario ricordare che il lavoro insegna che le emozioni negative sono inutili, che complicano continuamente la vita, che producono tutte le avversità che esistono nelle relazioni tra una persona e l'altra, e che insegna anche che è possibile liberarsi gradualmente da queste inutili emozioni negative. Una volta che una persona lo sa e lo comprende e discerne la sua verità interiore, nella sua mente possiede di già un segreto d'incalcolabile valore. Già non deve più dubitare, qualunque siano state le sue vicende, perché saprà sempre ciò che deve fare in qualsiasi situazione – proprio così, non esprimere emozioni negative, e poi, separarsi da esse, e finalmente liberarsi completamente da esse. Questo Lavoro non c'insegna che non abbiamo il diritto di avere le emozioni negative, perché sarebbe troppo difficile. Ci insegna che abbiamo il diritto a non avere emozioni negative. Tutte le nostre pene, tutte le tragedie domestiche ed altro, si devono principalmente al fatto che si sostengono le emozioni negative, perché si sente che gli altri sono in *debito* con noi. Vi chiedo – cosa credete che vi debbano? Esaminiamolo – e poi studiamolo. Quando voi vedete a cosa si assomiglia, potete credere in verità che vi debbano qualcosa? Io direi, no, ma al contrario mi rendo conto che sto in *debito* con gli altri. Nella Preghiera di Dio (il padre nostro) c'è una frase che dice: “E perdona a noi i nostri debiti come noi li perdoniamo ai nostri debitori.” Proprio così, se la vostra vita si fonda nell'immaginare che gli altri sono in debito con voi, non si andrà da nessuna parte. Ma man mano che si vede che nessuno vi deve nulla e che è sempre colpa nostra – allora i vostri debiti, spiritualmente, sono perdonati -. Questo permette di udire i centri superiori e ciò che ci dicono. Ma se voi siete un uomo dominato dalla considerazione interna, l'auto-compassione, il sentimento che non vi è stata mai offerta alcuna opportunità, il sentimento che la vostra tipica situazione di vita è eccezionale, che nessuno capisca le vostre peculiari difficoltà – poi si proseguirà ad

inondare il Centro Emozionale con emozioni negative -. In questo caso non può eseguire la sua vera funzione e non può dargli un significato interiore e la pace.

Cap. 38 Quaremead, Ugley, 29 giugno, 1946

NOTA SUL RICORDO DI SÉ

IL Lavoro insegna che il significato immediato del Ricordo di Sé è quello di provvedere un miglior alimento per tutte le cellule del corpo. Al contrario, l'identificarsi con tutte le disgrazie della vita, l'essere negativi, pesanti, gelosi, tormentati, e così via, che significa l'assenza del Ricordo di Sé, è un cattivo alimento per tutte le cellule del corpo. Un atto di Ricordo di Sé, in mezzo al tumulto della vita, fa guadagnare nuova forza. Il corpo intero si sente più leggero, perché allora le cellule che compongono il corpo ricevono un nuovo alimento – un tipo di alimento superiore alle vitamine -. Secondo la psicologia il corpo necessita di un alimento appropriato. Le relazioni del corpo con lo stato in cui uno stesso si trova, proprio così, il proprio stato psicologico, sono molto intime. Uno stato negativo di depressione, uno stato di preoccupazione, uno stato di ansietà, producono un alimento dannoso per il corpo. Il Lavoro insegna che le relazioni tra il corpo e la mente sono molto sottili, capillari e definite. I cattivi stati della mente, specialmente le cattive emozioni – come le meschine auto emozioni, le antipatie, l'odio, ecc – ritardano il lavoro corretto delle cellule nel corpo. L'Uomo può essere addormentato nella vita quantunque appaia molto occupato. L'Uomo può essere sveglio nella vita quantunque sia molto occupato. I risultati sono totalmente diversi. Se un uomo studia ciò che significa il Ricordo di Sé per aver compreso che non si ricorda di se stesso ma di essere semplicemente una macchina che reagisce sempre nella stessa maniera alle condizioni esterne, comincia a capire di cosa tratta il Lavoro. Se ha l'illusione di essere perfetto così com'è, il Lavoro rimane chiuso per lui. Significa che nel suo interiore le parti superiori attive dei centri ordinari rimangono chiuse per lui. Per questo vive, totalmente nella cantina di se stesso, della sua casa. Un uomo, una donna, dovrebbero imparare dopo un po' di tempo cosa significa lavorare su di sé e non continuare ad essere una mera funzione delle condizioni esterne – proprio così, scombuscolati, noiosi, sventurati, quando per loro le condizioni esterne sono avverse, ed eccitati ed entusiasti quando le condizioni esterne sono favorevoli. ***Questo è vivere negli opposti.*** Allora, in verità, si è una macchina impotente che va dalla tristezza alla felicità e dalla felicità alla tristezza. Non si fa nulla per creare la propria vita, per creare, insomma, uno stesso. Allora la vita ci imprigiona come una cinghia di trasmissione fa funzionare centinaia di piccole macchine. Questo non è uno stato desiderabile, perché allora non c'è ***nessuno***, in realtà si è ***nessuno***, senza il potere di trasformare una qualsiasi situazione. Si sciupa tutto il denaro e poi non si ha più niente, per così dire. Non c'è forza di riserva. In uno stesso non si crea nulla. In questo caso uno è identificato con ciò che succede. In altre parole, è non ricordarsi di se stesso. Se un uomo, una donna, in un caratteristico e sventurato evento nel quale ci sono molti caratteristici e stereotipati ***dejà vu*** – se s'identifica pienamente con essi perde forza -. Sono macchine che ragionano meccanicamente contro questi eventi caratteristici e convenzionali, già preparati per essi come i salti in una corsa ad

ostacoli. Sì, in verità lo possiamo paragonare a questo. Arriva ad un salto tipico e cade bocconi. Ma se ricorda se stesso non ha ragione di farlo – specialmente se può dire a se stesso: “Questa è una situazione tipica che condivido con milioni di altre persone in questo momento -. Questo ci priva del suo sapore specifico.

Ora ripeteremo – “Il Lavoro insegna che il Ricordo di Sé vuole proprio dire il miglior alimento per le cellule del corpo”-. Ma permettetemi di ricordarvi che il Ricordo di Sé dipende, in ultima analisi, dal sentire qualcosa di superiore in uno stesso. Quando un uomo applica praticamente l’insegnamento del Lavoro a se stesso comincia, per così dire, a volare sopra la superficie della terra. Le cose su cui inciampava non lo fanno più inciampare. In altre parole, sta vivendo in un filo telegrafico più alto – in un livello leggermente più elevato -. Quello che era stata una catastrofe è ora soltanto un incidente momentaneo. Prego tutti voi di pensare e riflettere sul significato del “ricordare se stessi” nel mezzo delle noie ed ansie e, in somma, in mezzo al tumulto degli stereotipati incidenti giornalieri, degli eventi giornalieri della vita. In questo modo, per cambiare d’immagine, già si comincia a comprendere quale potrebbe essere il significato di “camminare sulle acque” di uno stesso – nel mio caso, l’andare sopra Nicoll e così al di sopra di lui.

Cap. 39 Quaremead, Ugley, 6 luglio 1946

COMMENTARIO SULLA FALSA PERSONALITÀ E L’AMORE DI SÉ

In diversi momenti si fecero domande nelle quali si uso il termine “amore di sé”. Vi ho spiegato che il termine “amore di sé” non è usato in questo sistema d’insegnamento e che quando lo uso in generale aggiungo che non è un’espressione tecnica del lavoro. A Londra, nei primi giorni del Lavoro, molte volte abbiamo parlato del perché non si usava questa parola e ricordo che qualcuno disse che talvolta era dovuto al fatto che era una parola non più in uso o il cui significato non era molto chiaro. In un’occasione, in una discussione nella quale pochi intervenivano, il signor Ouspensky disse che se potevamo usare un altro termine per questa espressione, poteva servire molto bene per descrivere la Falsa Personalità. Si suggerirono diverse parole come “autostima”, “autoammirazione”, “auto importanza”, ed altre, ma quando si suggerì il termine “autosimpatia”, disse che era quella che più si avvicinava a ciò che aveva presente. Aggiunse che tutto il problema radicava nelle reazioni emozionali della Falsa Personalità nell’uomo o nella donna. Disse che l’uomo o la donna dovevano essere risolti fino nel più profondo della loro persona per liberarsi dalla Falsa Personalità. Ci offendiamo e perdiamo le staffe facilmente perché la Falsa Personalità è il nostro sentimento di noi stessi ed è una cosa immaginaria, una maschera artificiale acquisita, una persona finta che gode d’immaginare di essere detta persona finta e che in realtà non è vero. La Falsa Personalità considera se stessa come fosse un’unità e questo è ciò che fa nascere l’”Io” Immaginario; prende in prestito, per così dire, l’idea di essere una vera persona e per questo dice “Io”. Mantenere la Falsa Personalità ci priva di molta forza. Suscita in noi la considerazione interna; ci esaurisce. Il signor Ouspensky disse che la Falsa Personalità giustifica sempre se stessa con lo scopo di mantenersi in vita. Questo devia la forza. Riguardo alla Falsa Personalità che nel mio caso si chiama

Nicoll, dissi che uno deve essere capace di vedere che non è in realtà “Io”. Dissi che era composta da un certo raggruppamento di rulli nei centri e gruppi di “Io” che di volta in volta variavano di composizione a secondo il contorno nel quale uno era solito stare, e avendo però sempre la stessa qualità di falsità, di qualcosa di guasto – qualche invenzione -. Un uomo, per esempio, nel trovarsi tra persone di classe inferiore suole assumere una certa maschera e allo stesso tempo manifesta in tutto la stessa cosa – proprio così, la Falsa Personalità -. Disse che è necessario arrivare al punto di essere capaci di dire a se stesso “questo è veramente “Io”. Disse che questa separazione interiore – nel mio caso, di Nicoll – era ciò che aveva più importanza nel Lavoro, e si relazionava con il far sì che la Personalità diventasse completamente passiva. Disse che lo studio della Falsa Personalità era uno scopo che durava quasi tutta la vita e, eventualmente, poteva essere compresa soltanto mediante lo sviluppo del sapore interiore che conduce alla Coscienza Reale. Disse che la Coscienza Reale, diversa dalla Coscienza acquisita, era uno dei nostri principali sensi interiori, e che se non lo avevamo, era impossibile svegliarci. La Coscienza Acquisita dipende, è chiaro, dal modo in cui fummo educati e da ciò che ci hanno insegnato a considerare come giusto ed ingiusto. Aggiunse che la Coscienza Acquisita è differente in ogni nazione. Può essere qualsiasi cosa. Era una questione d’imitazione. Ad alcune persone fu insegnato con l’imitazione e l’educazione che è bene avere molte mogli e ad altre fu insegnato che era bene avere una sola moglie, e così via, in mille modi differenti, ma la Coscienza Reale è la stessa in tutti gli uomini, ma è sotterrata sotto la superficie della Falsa Personalità. Poi disse che nessuno può agire senza un’ammissione di sé – proprio così, nel senso del proprio interesse – ma, in generale è *puro* egoismo. La gente non è solita considerare esteriormente. Aggiunse che ci dissero di amare il nostro prossimo come a se stessi e che uno dei suoi significati era che è impossibile fare una cosa senza che intervenga l’egoismo e l’auto simpatia, ma che la metà dovrebbe corrispondere al sé e l’altra all’amore del prossimo.

Vi dissi che avrei parlato sulle tappe dello sviluppo emozionale – proprio così, lo sviluppo del Centro Emozionale fino ai suoi più elevati poteri ricettivi – così come fu formulato dai Vangeli – a sapere, “l’amore per se stesso, l’amore del prossimo e l’amore per Dio” -. È necessario ricordare che Cristo, quando uno dei farisei gli chiese qual’era il comandamento più grande, replicò: “Amerai il prossimo tuo come te stesso”. (Matteo, XXII 37.). Cercheremo di fare un riassunto della risposta del signor O. con queste parole: “La Falsa Personalità ama solo se stessa e tutto ciò che la lusinga o che è d’accordo con lei. Se un uomo non ama qualcosa più grande di lui non potrà mai modificare il suo stato interiore. Ora – disse – la gente ha un’idea molto strana dell’Universo e lo danno per scontato come se si fosse creato da se stesso e non vedono più niente di meraviglioso in esso. Come può crearsi una cosa da se stessa? Gli scienziati si attribuiscono tutte le loro scoperte, senza comprendere che stanno studiando un Universo che gli fu prestabilito e che esisteva molto prima della loro nascita. Danno persino il loro nome alle stesse. È assurdo. Ma la Falsa Personalità attribuisce ogni cosa a se stessa. Nei tempi più antichi, quando l’uomo aveva il senso del miracoloso e adorava Dio come il Creatore, sia di loro stessi come dell’Universo, era emozionalmente in un miglior stato di quello in cui sta oggi nel

panorama dell'uomo comune. La sua comprensione era migliore. Poteva stare *sotto* se stesso. Riguardo a ciò che è detto nei Vangeli sull'amore, è necessario comprendere che fu detto in un senso molto ampio, in una scala molto ampia, e possiede un significato dentro il significato. Questi significati distruggono la Falsa Personalità perché quando arrivano ad essere compresi da un uomo o da una donna allora il senso della loro nullità paragonati con il grande mistero della Creazione li contagia emozionalmente. Tutte le grandi emozioni distruggono le piccole emozioni dell'egoismo che nascono dalla ristretta e ridotta sfera della Falsa Personalità e della sua esigua autosimpatia ed auto importanza". Disse succintamente: "Io so che tutti i detti e tutte le parabole dei Vangeli contengono un'immensa densità di significato che si rivela man mano che si cambia di livello d'Essere. Discutere se Cristo sia esistito storicamente manca di senso. Di fatto, Egli è esistito e ha disimpegnato la sua parte deliberatamente. La cosa importante è che l'uomo capace di discriminazione e di comprensione che legge i Vangeli per la prima volta in seguito si rende conto che questo brevi scritti, queste parole sono completamente differenti da tutto ciò che fu scritto in quell'epoca. Ma la gente legge i Vangeli meccanicamente, e non comprende ciò che c'è scritto. Leggono ciò che si riferisce ai farisei e le continue critiche che Cristo gli fa, ma non vedono che questo si applica a loro stessi – alla loro Falsa Personalità -. Il fariseo in voi è la vostra Falsa Personalità; si passa la vita fingendo di essere ciò che non si è. È il fariseo che vive in voi. La gente arriva a credere persino che comprendere non costa nulla, che sia facile amare Dio con tutto il cuore, con tutta l'anima, con tutta la mente, e immagina di farlo. Non capiscono che in primo luogo questo significa far diventare passiva la Falsa Personalità – un compito prolungato -. È necessario rinunciare completamente all'idea di essere noi i creatori, che ci si renda conto praticamente, a forza di stangate, che esiste qualcosa d'infinitamente più grande di noi stessi e di essere niente. La sfortuna è che si crede di capire ciò che Cristo disse, e persino le persone molto religiose professano di amare Dio e non osservano la loro insistenza nel mantenere le loro opinioni e di essere una massa di Falsa Personalità, in modo tale che alla fine dei conti amano se stessi". Aggiunse: "Per esempio, sono inclinati a giudicare e condannare qualsiasi persona che non si comporta in una maniera che non approvano. Questo è odiare in segreto. Bene, cosa significa l'amore del prossimo? Chi è il nostro prossimo? Alcune persone sono solite pensare che è il vicino della casa a fianco. Psicologicamente si riferisce a coloro che sono più prossimi a voi nell'Essere, con coloro che sono vicini a voi nella comprensione, a quelli che cercano, o quelli che seguono lo stesso cammino. Per questo è necessario stabilire una relazione cosciente con coloro che stanno nel Lavoro – la seconda linea di Lavoro -. Ed allora cosa significa l'amore di sé? *Quale sé?* Ne abbiamo molti. E, finalmente, come possiamo comprendere l'"amore di Dio"? È qualcosa di tremendo, qualcosa che immaginiamo di conoscere, ma che ancora non possiamo conoscere. Sì, la gente dice di amare Dio e poi si uccidono gli uni con gli altri, si odiano reciprocamente, o parlano male gli uni degli altri. Come può essere questo l'"amore di Dio"? Forse l'Uomo n°7 conosce ciò che significa l'"amore di Dio" – che appartiene al più elevato sviluppo possibile all'Uomo – di certo il comune Uomo meccanico non può sapere ciò che significa. Suole amare la sua *opinione* di

Dio, il Dio che crede di adorare, ma è soggettivo, e se qualcuno non crede la stessa cosa, s'infuria e addirittura lo persegue e cerca di ucciderlo. Dovrebbe arrivare ad uno stato di *coscienza obiettiva* (cioè, il quarto stato di coscienza), prima di poter pienamente comprendere il significato delle parole di Cristo. Tutto quello che si può dire di noi stessi è che non sappiamo come amare gli altri o come amare Dio. Questa è la prima cosa. Bisogna comprendere che è così. Quello che chiamiamo amore può trasformarsi in antipatia, in sospetti, in gelosie o odio subitaneo. L'amore vuole dire un'emozione positiva e non conosciamo le emozioni positive. Si caratterizzano perché non si trasformano negli opposti, ammesso di includere tutti gli opposti. Conosciamo solo le emozioni che si trasformano rapidamente nei loro opposti, e spesso lo fanno con la velocità del lampo. Lo si chiama amore ma non è amore. È amore di sé. Il termine *amore* è usato nei Vangeli in un modo speciale. È amore cosciente, relazione cosciente, il suo significato non è l'amore meccanico. È perfettamente chiaro. Quando un uomo comincia a rendersi conto di non poter amare così com'è, allora sarà almeno più vicino alla verità. Non è già più un insensato. Per lo meno si è liberato di una parte della sua immaginazione, una parte della sua Personalità. Si è liberato dei suoi attaccamenti, e così si trova più vicino all'amore cosciente. Ciò che la gente chiama amore in generale è amore di sé soddisfatto. Amore è lavorare. L'amore è lavoro.”

Secondo ciò che ho osservato, ovviamente, alcune persone, che disapprovano queste parole sono sicure di conoscere ciò che è l'amore anche quando sono apparentemente tristi o sfortunate. In un'altra occasione il signor O. disse che non potevamo forgiarsi nessuna concezione di uno “sviluppo dell'amore” senza uno sviluppo di coscienza. Disse: “Il Lavoro parla di un possibile sviluppo di coscienza nell'Uomo; l'Uomo così com'è, non è ancora propriamente cosciente. L'amore deve diventare cosciente, non essere una passione. L'Uomo è addormentato. In lui tutto è mescolato con sogni, con immaginazioni ed emozioni negative, a cui si afferra più di ogni altra cosa. Gran parte della sua vita ha luogo nella sua immaginazione. È soggettivo ed è particolarmente governato dalla Falsa Personalità. – questa falsa persona che non è lui stesso e a cui deve obbedire -. Così com'è non può discernere nulla. Ma un uomo che arriva allo stato più elevato di coscienza si trova in uno stato molto differente. Se si trova in questo stato vede tutte le cose come sono in realtà. Non è già più nei significati soggettivi personali. È obiettivo e così universale. Può includere tutte le cose in se stesso. Questo avviene quando un uomo diventa cosciente nella parte più elevata o più vera di sé – proprio così, nell'“Io” Reale -. Tale uomo comprenderà cos'è l'amore di Dio. Ma un uomo che sta vivendo nella Falsa Personalità nella quale nascono solo le piccole emozioni di sé parziali, non può farlo. Come potrebbe tale uomo, così pieno di pregiudizi, con l'anima così piccina, così egoista, così negativa, comprendere cos'è l'amore di Dio – un uomo che guarda con disprezzo gli altri se non appartengono allo stesso club, e che rifiuta tutti gli uomini che appartengono ad una religione o a una nazione differente”?

Cap. 40 Quaremead, Ugley, 20 luglio, 1945

LA SEPARAZIONE INTERIORE

La tecnica della separazione interna deve essere sviluppata con la pratica. All'inizio una persona non ha il potere per la separazione interiore solo perché non sa che questa è possibile, e dice "Io" ad ogni cosa. Non ha neppure un'idea che solo attraverso questo sentiero – il sentiero della separazione interna - può raggiungere un livello superiore di se stesso, un nuovo senso di "Io". Il Lavoro lo sottolinea sempre. La gente lo sente ripetere, ma non può capire in che modo viene colpita. Una persona ordinaria è in uno stato di sonno. Quando il Lavoro dice che una persona ordinaria vive in uno stato di sonno, cioè che è addormentata, con questo vuole dire che una tale persona prende sé stesso, non soltanto come una persona consapevole, che sa quello che sta dicendo e che sta facendo, ma anche che egli prende sé stesso come "uno", come una persona cresciuta completamente, come un "Io" solido. Egli usa "Io" per tutto quello che fa o dice, come se fosse lui a farlo. Egli attribuisce a sé stesso i suoi sentimenti, stati d'animo, pensieri, sensazioni, i suoi discorsi, i suoi comportamenti, e perfino la sua digestione. Questo è ciò che vuole dire il Lavoro quando dice che tale persona è addormentata. È addormentata perché attribuisce tutto a se stessa, e non ha alcun sentimento di qualcosa superiore a se stessa, o di qualcosa più elevata di se stessa. Il primo passo nel tentativo di risveglio è quello di cominciare a realizzare per mezzo di un'*auto-osservazione imparziale* che i pensieri *arrivano* ad un uomo, i sentimenti e gli stati d'animo *gli arrivano*, le sensazioni, con tutte le sue azioni risultanti *gli arrivano*; e che sotto questo aspetto egli è una macchina al cui complesso funzionamento egli partecipa in modo sbagliato dicendo in ogni momento: "Io", "Io", "Io". Dicendo "Io" egli attribuisce tutto a sé stesso. In questo Insegnamento, *il rendersi conto di essere una Macchina*, è indicato come il primo passo verso la libertà interna e l'evoluzione individuale. Se un uomo o una donna – proprio così, la macchina-uomo o la macchina-donna come ognuno, uomo o donna, sono in realtà – attribuisce ogni processo psichico, ogni pensiero, stato d'animo, azione e il resto, a se stesso non può avanzare di un solo passo. È fissato nelle sue illusioni. Allora serve la Natura – proprio così, le influenze cosmiche che usano l'umanità per i suoi scopi, senza nessuna pietà, come lo vediamo tanto chiaramente ogni giorno -. Il peccato dell'Uomo, è, per così dire, non colpire il bersaglio, identificarsi con se stesso. Nell'allegoria nella Genesi, l'Uomo mangiò il frutto dall'Albero della Conoscenza e dopo di ciò credette di conoscere ciò che era bene e ciò che era male. Proprio così, cominciò ad attribuire tutto a se stesso. (Aggiungerò qui che è straordinario che i primi capitoli della genesi siano considerati come letterali e non psicologici. L'attacco portato dalla Scienza contro la Religione nel secolo trascorso si fondava nei primi capitoli della Genesi, che si prendevano in modo letterale – proprio così, come se l'Albero esistesse veramente, come se i sette giorni della creazione esistessero realmente, ecc.)

Ora questo attribuire tutto a se stesso che è identificazione nella sua forma più profonda, porta una persona all'idea che tutto gli è dovuto. La separazione interna porta ad uno stato completamente diverso, ad una nuova idea di sé stesso. Noi siamo così profondamente abituati ad attribuire tutto a noi stessi, e così ad identificarci con

ogni stato d'animo, pensiero, sentimento, che c'è in noi, che questo Lavoro deve ricordarci continuamente che questo nostro ordinario stato quotidiano è profondamente sbagliato. Sbagliato completamente dalla testa ai piedi. Noi viviamo in uno stato di sonno totale, dovuto all'identificazione, e da questo sonno totale il Lavoro tenta di svegliarci. Voi non avete pensieri vostri, sebbene li attribuiate a voi stessi. I vostri pensieri vengono a voi. Non avete nessun sentimento vostro. I vostri sentimenti sorgono meccanicamente a seconda delle circostanze e del vostro particolare macchinario di reazione. Per esempio, voi piangete e sospirate meccanicamente. Non siete voi che piangete e sospirate ma è 'ciò'. È il particolare tipo di macchina che avete acquisito che vi fa piangere e sospirare. Voi vi identificate con questo "macchinario" acquisito e sospirate e gemete perché è così che reagisce la vostra particolare macchina. In voi pensate di essere 'voi', cioè "Io" che sospira e geme. Non è così. Quello che sospira è il vostro macchinario al quale voi dite "Io". Un altro tipo di macchina acquisita in condizioni completamente diverse, in un'altra nazione, non sospirerebbe e piangerebbe mai per le cose per le quali voi lo fate, ma sospirerebbe in circostanze completamente diverse e delle quali voi vi meraviglireste, considerandole uno scherzo. Ma se voi non ne avete il concetto, né l'introspezione, continuerete a prendere le vostre reazioni meccaniche come "voi" cioè come "Io", e così le attribuirete a voi stessi. Come potete, poi, svegliarvi, ad una nuova preparazione, una nuova forma di voi stessi? Evidentemente è impossibile. In questo modo resterete allo stesso livello di Essere. Ma questo Lavoro ci propone di far elevare l'Essere. Non vi è anche successo a tutti voi che cercate di progredire nel livello d'Essere? Il Lavoro ci dice che per mezzo dell'auto-osservazione dobbiamo vedere in noi stessi ciò che è debole, pigro, meschino, ristretto, pieno di pregiudizi, ignorante, stupido, folle, bugiardo, negativo, geloso, vendicativo, sospettoso, ingannatore, e altre cose che appartengono a livelli inferiori di Essere. Bene, supponiamo che un'osservazione di sé imparziale e sincera che si compie con passione sufficiente e graduale comincia a svegliare un crescente disgusto di ciò che si è ora – dico, supponiamo che s'inizi a vedere che alcune di queste cose sono in noi e che "Tu eri quell'uomo" -. Poi il Lavoro ci dice che dobbiamo lavorare contro queste cose. Ma come possiamo cambiarle? Solo per mezzo della separazione interna, cioè non attribuendo tutte queste cose a se stesso. Questo suona molto strano, e qui c'è uno dei misteri del Lavoro. Finché attribuirete ogni cosa a voi stessi, voi sarete identificati con ogni cosa e la chiamerete "Io". Ora "Io" non può combattere con "Io". Essi sono identici. Per questo motivo se una persona comincia ad osservare le sue debolezze e le attribuisce a sé stesso, non sarà capace di cambiarle. In un uomo ogni cosa può cambiare solo per mezzo della separazione interna. Se egli osserva in sé meschinità o auto-compassione, e può veramente dire: "Questo non sono "Io", allora quell'uomo non sarà sotto il potere della meschinità e dell'auto-commiserazione. Per un momento egli è libero.

Riguardo tutto ciò è necessario che aumenti una delicata percezione interna. All'inizio tutto è rozzo e violento. La parte formatoria che dice: "O questo è verità o non lo è", è inutile. Il pensare negli opposti deve essere udito lentamente dalla mente – proprio così, il pensare relativo -. A volte una cosa è sbagliata, altre volte no. La

gente esige una risposta definitiva e così ricevono regole dure come la pietra. Sono scritte su tavole di pietra: “Non farò la tal cosa”, ecc. Questa forma di verità è esterna ed è anche inflessibile – non è ancora “acqua” -. Ma le persone che si gettano sul loro schietto senso comune si afferrano all’attività mentale del Centro Formatorio – proprio così, il lato meccanico del Centro Intellettuale che può pensare solo in funzione degli opposti – vale a dire, il pendolo – e mancante della Terza Forza -. Desiderano sempre sapere: “Questo è buono o è cattivo? L’unica cosa che chiedono è che gli diano una risposta franca, precisa.” Ma la verità, come l’acqua, non è così. Ora torniamo al mistero di non attribuire i vostri pensieri, sentimenti, stati d’animo, ecc., a voi stessi e di conseguenza dire sempre “Io” a questi. Bisogna essere capaci di dire: “Questo non sono “Io”. Prendete i pensieri. Un pensiero vi arriva. Dite “Io” a questo pensiero. Così gli date strada, e poi ha potere su di voi. Ma non dovete farlo. Quando Cristo disse che quello che entra in un uomo non lo contamina, intendeva questo. Per esempio i pensieri negativi entrano in noi continuamente. Se in voi non avete un recinto, qualcosa di protetto, i pensieri negativi vi invaderanno, e sarete in loro potere, e così agirete mossi da loro, e li esprimerete con gesti, comportamento, nel modo di parlare e di agire. Questo proviene da voi. Poi la colpa sarà vostra. La colpa si trova in voi ed è dovuto alla mancanza di separazione interna. Così voi diventate una macchina guidata da pensieri e sentimenti negativi. Ma se voi avete dentro di voi un posto di Lavoro per voi sacro, e rimanete in esso almeno tre volte al giorno, vi separerete da questi pensieri e stati d’animo sgradevoli e cattivi - che non sono *voi*, e di essi non esce nulla da voi -. Questo è l’inizio della creazione in voi di qualcosa di nuovo – per conoscenza, il Lavoro.

Di ciò che si è detto è possibile chiarire ora e comprendere il significato *psicologico* delle parole di Cristo, che apparentemente si riferivano all’alimento nella sua forma letterale, proibito dai riti, ma che a rigore significa alimento psicologico – pensieri, stati d’animo e il resto -. Cattivi pensieri possono entrare in un uomo ma costui si può separare da essi. Non è colpevole. Non può impedire la strada ai cattivi pensieri. Ma non lo contaminano. Può separarsi da essi e non cedere, non dire “Io” ad essi. Cristo disse:

«Ascoltatevi tutti e intendete bene: Non c'è nulla fuori dell'uomo che, entrando in lui, possa contaminarlo; sono invece le cose che escono dall'uomo a contaminarlo». Se qualcuno ha orecchie per intendere, intenda. Quando entrò in una casa lontano dalla folla, i discepoli lo interrogarono sul significato di quella parabola. Egli disse loro: « Siete anche voi così privi d'intelletto? Non capite che tutto ciò che entra nell'uomo dal di fuori non può contaminarlo, "perché non gli entra nel cuore ma nel ventre e va a finire nella fogna? ». Dichiarava così puri tutti gli alimenti. "Quindi soggiunse: «Ciò che esce dall'uomo, questo sì contamina l'uomo. `Dal di dentro, infatti, cioè dal cuore degli uomini, escono le intenzioni cattive: prostituzioni, furti, omicidi, adultèri, cupidigie, malvagità, inganno, impudicizia, invidia, calunnia, superbia, stoltezza. "Tutte queste cose cattive vengono fuori dal di dentro e contaminano l'uomo».

(Marco, VII, 14-23.)

Quando vi identificate con un cattivo pensiero, agite da esso. Esso entra in voi. L’ingresso non contamina, ma contaminano le azioni che ne conseguono. Spesso le

persone sono disturbate dai loro pensieri. I loro pensieri entrano in loro dall'esterno. Nessuno può pensare da solo, ma la gente pensa di poterlo fare. Questo è sbagliato. I pensieri vengono. Ogni tipo di pensiero entra in voi. Qualsiasi tipo di pensiero può entrare in una persona. Alcuni pensieri sono utili e non c'è bisogno di separarsene. I pensieri arrivano verso di voi da tutte le parti, incalcolabili come gli uccelli in un'ampia gabbia aperta, e passano. Però non sono *nostri* pensieri. Ma possiamo farli tutti nostri dicendo "Io" – se li attribuiamo a noi stessi. Pensate. "Io penso questo". Quando pensate che voi pensate da voi stesso, che volete da voi stesso, o immaginate che voi avete fatto tutto ciò che avete fatto da voi stesso e non capite che tutto è meccanico – proprio così, quando attribuite tutto ciò che succede nella vostra vita a voi stessi – *voi siete addormentato*. Siete addormentato nella vita ed addormentato in voi stesso. Quando percepirete che i vostri pensieri vi arrivano, e che voi potete oppure no, identificarvi con loro, e quando percepirete di non avere "Reale Volontà", ma solo la risultante dei desideri di molti "Io", allora voi comincerete a svegliarvi dal sonno. Perderete l'idea che avevate di voi stessi. Il quadro immaginario che avevate di voi stessi, cade come una pelle e comincia a venire fuori qualcosa di nuovo, diverso da quello che pensavate di essere. Diventerete consapevoli di un'intera serie di nuovi significati. Questo è l'inizio dello psico-trasformismo.

Cap. 41 Quaremead, Ugley, 27 luglio, 1945
SUL VIVERE PIÙ COSCIENTEMENTE

Si disse che la causa fondamentale di quasi tutti i malintesi che nascono nel mondo interiore dell'Uomo, come anche nella vita in comune della gente, si deve soprattutto ad un fattore psicologico che si trova nell'Essere dell'Uomo in età acerba e a causa di una cattiva educazione, i cui stimoli danno nascita in lui agli impulsi di "Vanità" e di "Orgoglio". A questo riguardo si segnalò solennemente che la felicità dell'Uomo, che dipende dal raggiungimento del terzo stato di coscienza – proprio così, lo Stato di Ricordo di Sé o di Coscienza di Sé, che dovrebbe essere quello dell'uomo giusto o della donna giusta – dipende nella maggior parte dei casi dall'assenza in noi del sentimento di Vanità e di Orgoglio. Ritorniamo al punto in cui ci siamo riferiti alla Falsa Personalità e vediamo anche che l'attività della Falsa Personalità s'interrompe nel Terzo Stato di Coscienza verso il quale tutti ci impegniamo nello svegliare con il nostro lavoro su noi stessi e il nostro lavoro gli uni in relazione con gli altri. A volte otteniamo degli stati in cui la Falsa Personalità è messa interamente di lato e sperimentiamo una sorte d'illuminazione e di felicità che ci è completamente sconosciuta negli stati ordinari di Coscienza nei quali passiamo la maggior parte della nostra esistenza. Ogni senso di preoccupazione sparisce come anche i soliti sentimenti di "Io". Ogni forma di gelosia, ogni forma di considerazione interna sparisce. Si è soli con se stessi e si assapora una nuova classe di Coscienza che non è lontana dalla felicità. Di volta in volta è necessario riesaminare ciò che stiamo facendo e qual è la grande idea che si nasconde oltre il Lavoro stesso. Ci hanno insegnato che abbiamo diritto al Terzo Stato di Coscienza per nascita, ma che lo perdiamo e cadiamo nel Secondo Stato di Coscienza o del così detto stato di veglia, molto somigliante al cadere dal cielo all'inferno. In questo Secondo Stato ci attaccano

da tutti i lati gli “Io” malvagi, i cattivi stati d’animo, tutte le varietà di maligni stati interiori dai quali può separarci solo un sincero atto di Ricordo di Sé. Invece di farlo c’identifichiamo con tutto quello che ci porta al Secondo Stato di Coscienza – proprio così, lo stato di sonno nel quale vive tutta l’umanità e che, come per ironia, è chiamato di piena coscienza -. Quando esaminiamo il Lavoro sotto questa luce vediamo che possiede uno scopo supremo e chiaro e tutto ciò che si dice nel Lavoro si riferisce a come portarlo a termine, a come compierlo. Ma, quanti tra di noi praticano ogni giorno la separazione interna in una maniera pratica nelle ricorrenti situazioni giornaliere della vita? Non è forse certo che la maggioranza di noi perde tempo in stati governati dalla Falsa Personalità, alla quale ci afferriamo? Per questo conviene ricordare che nel Terzo Stato di Coscienza la Falsa Personalità perde ogni potere che detiene su di noi e che passiamo su un terreno completamente nuovo di esperienze interiori ed esteriori. In generale viviamo nelle parti sbagliate dei centri, ma è necessario comprendere come un fatto personale che questo avviene così. I piccoli “Io” s’impadroniscono di noi.

C’identifichiamo con loro ed esageriamo la loro importanza e così ci manteniamo in uno stato di sonno. Bene, scoprirete, se osservate voi stessi, che molti di questi piccoli “Io” sono strettamente vincolati con la Falsa Personalità – a sapere, con la Vanità e l’Orgoglio -. Per tanto non otteniamo un retto sentimento di “Io”, e, come può vivere rettamente un uomo se è governato in ogni momento da un sentimento di “Io” sbagliato – per conoscenza, dall’“Io” Immaginario, che ha la sua origine nella Vanità e nell’Orgoglio -? Avete notato ciò che succede a voi? Qualche volta avete notato nelle altre persone cosa sono spinte a fare per mantenere la loro Vanità e il loro Orgoglio e fino a che punto è inutile ed irrealo o spesso semplicemente insensato tutto ciò? Supponiamo che un mago potesse eliminare di colpo la Vanità e l’Orgoglio da tutta l’umanità – proprio così, la Falsa Personalità – potete concepire la trasformazione che avverrebbe in tutto il mondo? Immaginate quante menzogne si smetterebbero di dire, e di viverci e quante attività inutili smetterebbero subito? Credo che non sia esagerato dire che la maggior parte della vita così come la conosciamo smetterebbe di esistere. Né è tantomeno un’esagerazione dire che la maggior parte della gente non saprebbero che fare se fossero purificate così e liberate dalla Personalità. Ma se fossero improvvisamente svegliati così, quasi tutti perderebbero la vita. Non saprebbero che fare o chi sono. Per questa ragione ogni risveglio deve essere un processo graduale. Lo shock non deve essere rude ma un graduale sviluppo della comprensione mediante il quale un uomo lascia gradualmente certi stati di sé e per mezzo della scelta interiore ne preferisce altri migliori. Questo lo conduce gradualmente al risveglio e quando questo sentiero è seguito lo caratterizza il fatto che una persona suole avere come per casualità veri istanti in cui è molto prossima al Terzo Stato di Coscienza e riconosce di essere in uno stato completamente nuovo che gli è accessibile e che nella vita ordinaria, quando è interamente identificata sia con se stessa sia con gli eventi esterni, non lo conosce.

La prima e principale tappa del Lavoro è quella di svegliarsi dal sonno. Quando ciò è fermamente stabilito, un uomo sa ciò che deve essere capace di sacrificare, le cose per cui deve morire, e giunge ad essere capace di sacrificarle, di morire ad esse, ed

allora comincia la sua ri-nascita – proprio così, la vera trasformazione. Ma per molto tempo permane tra due alternative ed è necessario che abbia molta pazienza con se stesso e non spera di ottenere quello per cui ancora non ha pagato il prezzo. Una volta abbiamo detto che la pazienza è una cosa molto cosciente e non ha nulla a che vedere con la rassegnazione. Quando non possiamo aprirci un varco attraverso i nostri cattivi stati è preciso avere pazienza con se stessi, inoltre conosciamo la situazione quantunque per il momento non possiamo fare nulla per risolverla. Citiamo le parole che Cristo disse ai suoi discepoli quando gli predisse ciò che dovevano sopportare. Disse: “Con la vostra pazienza otterrete la vostra anima.” (*Luca, XXI, 19*), che significa il nostro vincolo con l’“Io” Reale.

Bene, a questo riguardo desidero dirvi poche parole sull’uso corretto dei centri e delle parti dei centri. Dobbiamo pensare sullo sperpero di forza. Il signor Ouspensky una volta disse che una delle cose peggiori che si potevano fare era quella di usare le parti superiori dei centri quando bastava impiegare le parti inferiori. Le parti inferiori dei centri non sono necessariamente cattive per occuparsi soprattutto delle nostre reazioni con i comuni compiti esterni. Senza di essi non potremo disimpegnarci nella vita. Tutto, dissi, dipende dall’ottenere più luce, più discernimento, mediante l’osservazione di sé. Tutti dovrebbero conoscere per mezzo della sensibilità interiore la differenza che esiste quando le parti corrette dei centri stanno lavorando e quando le parti sbagliate lo stanno facendo. Un uomo può perdere tempo facendo cose senza importanza con piena attenzione quando questo è inutile e risulta semplicemente uno spreco di forza. D’altra parte può fare qualcosa di molto importante con attenzione zero – proprio così, con le piccole parti dei centri -. Per esempio, può prendere una decisione importante con la sua mente formatrice, semplicemente per associazione. Allora usa la parte registratrice del Centro Intellettuale per prendere una decisione quando dovrebbe impiegare l’intero centro, tanto la parte intellettuale come la parte emozionale, prima di prendere una decisione. Prendere una decisione sullo Scopo, per esempio, da questa parte del Centro Intellettuale, dagli “Io” così piccini, è incominciare da un **Do** attivo – cioè, si forma una triade sbagliata -. Lo Scopo deve iniziare dalla comprensione – proprio così, nel **Do** passivo. Solo il **Do** passivo può condurre ad un’ottava ascendente. Se un uomo crede di poter fare riguardo al suo scopo, sarà inevitabilmente incapace di compierlo. Comincerà dal **Do** attivo. Molti scopi sono fatti così con i piccoli “Io” senza che un uomo si renda conto di ciò che sta facendo e con quale seconda forza dovrà cimentarsi se cerca di portare a termine la sua decisione. Allora si lascia dominare dalla depressione e sente di non poter lavorare, e diventa negativo perché non può lavorare, e così via. Allora comincia ad assorbire pensieri e sentimenti negativi per ciò che riguarda il Lavoro, che è fare una cosa estremamente pericolosa. O. una volta disse: “È necessario che le cose importanti siano importanti e che le cose senza importanza siano senza importanza”. Mentre si riferiva a questo particolare menzionò le parti dei centri che lavorano con un’energia sbagliata. Gli fecero questa domanda: “Quale esempio potete darmi di parte dei centri che lavorano con un’energia sbagliata?” Rispose: “Un esempio è pensare in un modo eccitato. Ciò ci indica che la parte emozionale lavora irrimediabilmente, perché quando il Centro Emozionale e il Centro Intellettuale

lavorano correttamente all'unisono, il pensiero non è eccitato ma quieto e chiaro. Ciò che voglio dire – proseguì – è che un tipo sbagliato di energia agisce sulla parte pensante – cioè, l'energia può appartenere a qualche altro centro come il Centro Istinivo-Motorio o il Centro Sessuale -. In tal caso è necessario sforzarsi per impedire il pensiero eccitato cercando di penetrare nel centro pensante e pensare chiaramente a quello che uno sta dicendo o che vuole dire.” A questo riguardo Ouspensky parlò sulla formulazione. Disse che la conversazione ordinaria è una cosa e il pensare è un'altra, e che se si desidera pensare chiaramente mentre si sta parlando si dovrebbe fare uno sforzo di attenzione interiore e cercare di scoprire cos'è ciò che uno desidera esprimere in parole e trovare le parole esatte. Aggiunse che molte volte quando si usa qualche frase meccanica, o un'espressione tipica popolare o un cliché, il pensiero s'interrompe e passa verso gli “Io” meccanici. “Una macchina – disse – lavora molto meglio con più luce. In altre parole, dobbiamo usare la nostra macchina più coscientemente nel momento appropriato e perfino quando parliamo casualmente dovremo avere una certa percezione di noi stessi e notare ovvero osservare quello che stiamo dicendo. Dobbiamo cercare – disse – di vivere più coscientemente, sia internamente come esternamente.”. Bene, questo significa che è necessario avere una relazione più *cosciente* con i nostri pensieri e sentimenti e una relazione più *cosciente* con gli effetti prodotti in noi dalle altre persone. Tutto ciò ci fa ottenere il Terzo Stato di Coscienza, lo Stato del Ricordo di Sé o di Coscienza di Sé. Riguardo al vivere più coscientemente sia in ciò che è di pertinenza alle nostre relazioni con noi stessi sia con le altre persone, è necessario studiare in profondità le molte azioni nascoste della Falsa Personalità che nascono dalla Vanità e dall'Orgoglio. Cerchiamo, nel fare la seconda linea di Lavoro, di vivere gli uni con gli altri in modo tale che la Falsa Personalità disimpegni una minima parte nelle nostre relazioni.

Cap. 42 Quaremead, Ugley, 3 Agosto, 1945

BREVE NOTA SUI DIFFERENTI MODI DI RICORDO DI SÉ

Si è detto che il Ricordo di Sé produce uno shock in tutto l'Essere e in realtà rilascia un miglior alimento alle cellule del corpo. In generale non ci diamo questo shock e per questa ragione è chiamato il Primo Shock Cosciente perché è necessario farlo deliberatamente. Non si produce in natura. Lo shock naturale che è dato al corpo è l'atto di respirare. L'atto di respirare da uno shock all'Ottava di Alimentazione che inizia in **768** e si trasforma a se stessa successivamente fino ad arrivare al **Si 12**. Questo è uno shock meccanico. Bene, nella prima parte di questo insegnamento si fa insistenza sul fatto che il Primo Shock Cosciente è la cosa più importante e più pratica che possiamo fare. È necessario apprendere ciò che significa ricordarsi di se stesso e praticarlo ogni giorno per lo meno più di una volta. Siccome ha tanta importanza conviene sempre tenerlo presente e una volta di più studiarlo.

Ci sono molte maniere differenti di ricordarsi di sé stesso, ma in tutti i casi significa non identificarsi con qualcosa e così separarsi sentendo di essere differenti da essa. Non c'è un modo meccanico di Ricordo di Sé. È, parlando su una scala inferiore, la stessa cosa che dire che non c'è un modo meccanico di osservazione di sé. Ambedue gli atti richiedono intelligenza, coscienza e visione. Un monaco può mormorare tutto

il giorno le sue orazioni e non colpire in assoluto il bersaglio. Di certo sarebbe più conveniente ricevere impressioni in un dato momento invece di mormorare preghiere meccaniche. In un'occasione in cui si chiese al Signor O.: "Cos'è quella pillola che prepara ed usa l'Uomo Astuto? Rispose che uno dei significati era che l'Uomo Astuto si ricorda di se stesso in differenti modi sotto differenti condizioni. Citerò le sue parole. Gli si fece questa domanda: "Cos'è quella cosa per cui il fachiro si batte soffrendo per anni e il monaco per settimane e lo Yoghi per giorni?" rispose: "La comprensione". Allora gli si chiese: "Di cosa è fatta la pillola che usa l'Uomo Astuto?" Disse: "È composta da molte cose. È necessario ricordarsi di se stesso per poter prendere la pillola". Allora gli si fece una domanda che riguardava ugualmente lo stesso tema ma che ora non rammento: "Qual è la differenza tra desiderio e volontà?" Rispose: "Possiamo fare ciò che desideriamo però se facciamo ciò che non desideriamo questo dimostra volontà". Poi aggiunse che ogni Ricordo di Sé deve contenere un elemento di controllo-Volontà. È un atto di fare – l'unico che possiamo realizzare.

Bene, sappiamo che questo Lavoro c'insegna che l'unico modo corretto d'interferire con la nostra macchina è quello di dargli il Primo Shock Cosciente, o lo Shock del Ricordo di Sé. Per questo lo scopo deve essere in connessione con il Ricordo di Sé. Cercare di compiere uno scopo senza che lo accompagni uno stato di Ricordo di Sé è cercare di farlo da un posto sbagliato, dalla stessa macchina. Una volta suggerì che il Cocchiere deve salire in cassetta – proprio così, deve arrivare ad un livello più alto prima di poter controllare il cavallo e la carrozza. Ricordarsi di se stesso e poi ricordare il proprio scopo.

O. si dilungò maggiormente riferendosi alla pillola dell'Uomo Astuto e disse che vi erano differenti tipi di Ricordo di Sé. Disse: "È necessario che lo scopriate gradualmente. Ha a che vedere con le differenti influenze, delle quali una si esercita su una persona, un'altra su un'altra persona, e così sono differenti per ogni persona. In differenti ore del giorno le influenze sono differenti in ogni persona". Significa che dobbiamo imparare a ricordarci di noi stessi e che questo significa separarci e smettere di identificarci con qualcosa che si stava impadronendo di noi. Solo a questo riguardo è sempre uguale. È sempre lo stesso perché è un elevarsi da se stessi al di sopra del livello degli "Io" ordinari, al di sopra della corrente di pensiero, delle preoccupazioni e stati d'animo, ma la direzione che prende è differente. Il Ricordo di Sé significa sempre un maggior stato di coscienza, ma non si ottiene un maggior stato di coscienza se si guardano le cose sempre nello stesso modo, perché o non si colpirà il bersaglio o si andrà verso la meccanicità. Se si guarda sempre alla finestra orientata ad est, non si vedrà sempre il sole. Se si è in un cattivo stato d'animo ci si ricorda di se stessi in un modo, e quando si è in un buon stato d'animo bisogna ricordarsi di se stessi in un altro modo, e molte volte è difficile. Ma in ambedue i casi non bisogna credere pienamente al proprio stato ma in quello che potrebbe diventare e che in verità abbiamo già sperimentato una volta – qualcosa che si è dimenticato -. Nell'atto di Ricordo di Sé si stabilisce una distinzione tra se stesso e la persona che si è diventati nella vita. E voi vi differenziate da voi stessi nel vostro pensiero e stato d'animo attuale. Vi è dato lentamente di vedere che tutto ciò non è "Io". Altrimenti se

continuano a seguire semplicemente i nostri pensieri disordinati e stati d'animo inutili che si succedono senza ordine né accordo, – un caleidoscopio – e questo significa essere addormentati in stati meccanici, in mancanze tipiche. Allora siamo alla mercé di ogni serie di “Io” negativi, che cercano di distruggerci e siamo stufi di questi. Non vi rendete conto che tutti sono *mangiati* in ogni momento dai cattivi stati, dai cattivi “Io”, dall'inutile identificazione, e così si va ad alimentare la Luna? In uno stato di Ricordo di Sé questo è impossibile. Le influenze della Luna non penetrano nel Terzo Stato di Coscienza. Quando giungiamo a comprenderlo è necessario lottare per ricordarci di noi stessi. Dobbiamo semplicemente ricordarci di noi stessi e fermare la considerazione. Sforzarsi a non credere nei propri stati – solo nello stato del Ricordo di Sé.

Una volta G. disse: “Un uomo deve essere capace di volgersi completamente in se stesso”. Bene, questo significa che non è attaccato a niente in se stesso. Quando ci identifichiamo ci attacchiamo alle cose e per questo non possiamo liberarci né possiamo guardarci intorno. A rigore, le cose hanno importanza. Ma la non identificazione ha ancora più importanza. Allo stesso tempo le cose hanno e non hanno importanza. È un sentimento doppio. Le cose sono serie e non serie. La gente importunava il signor Ouspensky affinché gli spiegasse esattamente qual'era la pillola dell'Uomo Astuto. Non si accontentavano di studiarlo da se stessi e mettevano la scusa che vi erano differenti forme di Ricordo di Sé da praticare in differenti momenti. Rispose: “Se non volete identificarvi con l'idea di astuzia, è preciso comprendere meglio ciò che significa”. A volte solleva dire: “Un uomo può passare ad uno stato di Ricordo di Sé senza nessuno sforzo diretto. L'unica cosa che avverte è che si trova in uno stato insolito e non è identificato con nulla. Tutta la vita e le sue preoccupazioni svaniscono e vede le cose molto chiaramente”.

Bene, quando pratichiamo il Ricordo di Sé possiamo ottenere ciò che desideriamo. Possiamo ottenere ciò che desideriamo se non c'identifichiamo con esso, perché identificarsi significa smettere di ricordare. “Cosa devo fare?”, era la costante domanda che si faceva nei primi anni di Lavoro. E la risposta era sempre la stessa. “Tutto ciò che si doveva fare era di ricordare se stessi”. Bene, se pensate che questo significa rinunciare a se stessi, state sbagliando molto. Era trovare se stesso e perdere ciò che si credeva che fosse se stesso – tutto questo imbroglio nel quale uno sta. Se possiamo progredire sia nel Lavoro sia per conoscere il Ricordo di Sé e renderci conto che non ci ricordiamo di noi stessi abbiamo percorso un lungo tragitto e siamo arrivati ad una meta. Perché in questo stato di Ricordo di Sé, nel Terzo Stato di Coscienza, possono giungerci influenze che altrimenti non potrebbero farlo – in effetti, possiamo essere aiutati. Siamo educati internamente. Una volta che conosciamo o presenziamo quest'aiuto nella forma di esperienza personale comprendiamo il Lavoro perché la sua conoscenza ci conduce al punto in cui è possibile percepire la verità. Vediamo ciò che significa la verità, senza necessità di parole, perché è evidente da se stessa. Per questo vi ricordo un'altra volta: “Cercate di ricordarvi di voi stessi, non soltanto pensandolo o discutendolo, ma cercate di farlo da soli, nell'intimità; e se non potete fare qualcosa di meglio, cercate di fermare i pensieri, cercate di separarvi dal vostro stato interiore così com'è ora e guardatelo

come fosse privo d'importanza e come se non foste voi stessi. Quest'atto può aprire qualcosa, elevare qualcosa fino al livello del Terzo Stato di Coscienza. Allora questo qualcosa che sta ad un livello superiore lo si riconoscerà, lo si percepirà, come se voi foste entrati attraverso una porta”.

Cap. 43 Quaremead, Ugley, 10 Agosto, 1945

NOTA SUL SECONDO CORPO

Cercare di essere felici prescindendo dalle circostanze esterne è una meta che merita di essere combattuta. La nostra felicità, così come siamo, dipende dalle condizioni esterne. L'uomo che è giunto in una tappa in cui possiede qualcosa che è indipendente dalle condizioni esterne, qualcosa che è indipendente dal fallimento o dal successo, dal calore o dal freddo, dalla comodità o dal disagio, dalla fame o dalla sazietà, tale uomo possiede un Secondo Corpo. Cosa vuol dire il Secondo Corpo? Così come siamo, abbiamo solo un corpo formato – cioè, il corpo fisico – ma un uomo ha la possibilità di formare un altro corpo dentro se stesso. Questo è uno degli insegnamenti del Lavoro. Questo Secondo Corpo non dipende dal primo corpo ma, di fatto, lo controlla. Ogni volta in cui le circostanze che contagiano il primo corpo, sia che si stia in prigione o no, che si senta facoltoso o in difficoltà che sia attorniato in modo evidente dalla ricchezza e dal potere o dalla povertà, il Secondo Corpo non riceve nessuna influenza. Nella pratica della non identificazione cominciamo a formare il Secondo Corpo e, di fatto, tutto ciò che insegna il Lavoro è connesso con questa meta. Si dice che una persona che ha sempre esigenze è molto infelice. Cosa significa, avere esigenze? Significa che la parola felicità dipende dal fatto che certe cose esterne vadano nel modo in cui si sperava. A voi non piacciono quelle persone, tanto meno vi piacciono quelle situazioni, cercate di ovviare a questo o a quello, e così via. In tal caso, avete esigenze e la vostra felicità dipenderà dalle cose esteriori che, se non sono come voi desideravate, siete sommersi dalla depressione e dalla negatività. Tali persone mancano di uno stato interiore sufficientemente sviluppato – proprio così, non possiedono il Secondo Corpo – e gli è impossibile diventare indipendenti dalle sempre cangianti condizioni della vita. Tal volta siete sorpresi di sentire che si può trovare molte volte la felicità quando tutte le cose vanno male, attraverso la pratica del Lavoro. Avete già sentito dire che tutto ciò che succede nella vita è un mezzo e non un fine. Ma, qualche volta avete pensato al suo significato? Qualunque fossero le circostanze in cui vi trovate, si possono affrontare dal punto di vista del Lavoro **come un mezzo per non identificarsi**. Capite il significato di queste parole? La gente prende la vita come un fine e nella vita fanno le cose da questo punto di vista. Cercano sempre i risultati. Lavorano per ottenere i risultati. Se falliscono si sentono sfortunati. Ma nel Lavoro ci dicono che non dobbiamo lavorare per il risultato, ma che in tutto ciò che facciamo dobbiamo praticare la non identificazione e il Ricordo di Sé. Bene, se la vostra felicità dipende dagli elogi delle altre persone, voi siete una macchina. Se la vostra felicità dipende dal guadagnare denaro, nuovamente voi siete una macchina, perché voi potete perdere il denaro e distruggervi. Se la vostra felicità dipende dal fatto che la gente vi tratti correttamente in accordo con il ritratto che si è forgiati di se stesso, di sicuro c'è qualcosa che non

va bene. Il continuo fare i conti che nascono dalle esigenze non è proprio una fonte di pace interiore. Pensare sempre che le cose non siano come si desiderano può condurci solo ad una continua infelicità e negatività. Siete voi che dovete svegliarvi e costruire in voi stessi il segreto della felicità. E questo costruire significa isolarsi dagli effetti degli avvenimenti di fuori, dalle condizioni esteriori che fino ad ora predominavano meccanicamente in voi. Tutti noi abbiamo acquisito modi assurdi e tipici di comportamento verso le persone e le condizioni esterne. È proprio qui che si può ottenere la separazione di sé avvertendo per mezzo dell'osservazione di sé in che modo si sta reagendo in detto momento. Sì, merita di essere avvertito – e molte volte ogni giorno.

Bene, in relazione con tutto questo, che avete sentito molto spesso, questa notte vi parlerò brevemente sui ritratti, sui ruoli e gli atteggiamenti. Quando un uomo o una donna si sono forgiati un ritratto di se stessi sono portati ad essere feriti dalla vita. Un auto-ritratto è una forma rigida d'immaginazione su se stesso. Credevo di essere un buon ragazzo. (Non è necessario dire che questo è successo molto tempo fa.) Era definitivamente un ritratto di me stesso. Naturalmente, siccome ero un buon ragazzo, non potevo dire mai una bugia e, naturalmente dicevo molte bugie. Non potevo vedere il lato oscuro di me stesso, ciò che ero in realtà, ma vedevo sempre un lato soltanto, a causa dell'influenza del ritratto. Comprimerete che essendomi forgiato un ritratto di me stesso dissi molte più menzogne del necessario. Tutto ciò che è falso da origine al suo opposto. Ora sappiamo perché è esatto accettare il lato opposto di se stesso, o il lato oscuro, che significa semplicemente che non siamo propriamente coscienti di questo lato e non lo accettiamo. La coscienza è la luce. Di ciò di cui non abbiamo l'esatta coscienza, per noi è oscuro – cioè, sta nell'oscurità -. È preciso lavorare faticosamente molti anni su questo punto. Convien molto lavorare su di sé perché porta luce alla coscienza, mediante l'osservazione di sé, la conoscenza di sé che è in contraddizione con gli autoritratti che fino ad ora ci hanno dominato. Sarebbe meraviglioso se il nostro autoritratto potesse sparire. Un autoritratto impedisce di vedere la verità. È un ritratto e non quello che si è realmente. Questo ritratto c'impedisce di accettare aspetti di noi stessi che non concordano con le immagini che ci siamo creati. Di conseguenza siamo divisi in un lato illuminato e un altro oscuro, e questo crea una marcata mancanza di armonia. Si è soliti vedere persone che vivono sempre in un'immagine che hanno creato di se stesse e si sentono continuamente feriti o sorpresi.

Il prossimo punto che dobbiamo trattare ha a che vedere con i ruoli. Ogni persona disimpegna svariati ruoli tipici. Una persona ha probabilmente cinque o sei ruoli che utilizza nella vita ordinaria. È giusto dire che questi ruoli sono utilizzati dalla gente. Pensiamo che un proprietario di alberghi sia un re. Questo è disimpegnare un ruolo e non si smette mai di parlare di questo ruolo che assomiglia a un disco di grammofono. Ricordo che, in una delle prime riunioni a Londra, si domandò perché la gente, che nella vita ordinaria si sentiva a suo agio e parlava molto, era invece silenziosa nell'atmosfera del Lavoro. Una delle ragioni è che non possono più disimpegnare la parte della vita ordinaria. Per così dire, non ha nulla a cui afferrarsi e pertanto non sanno dove sono. Bene, questo vuol dire che viviamo in una specie di

stato artificiale. Quando si parla ad un uomo che ha una moltitudine di ruoli si ha l'impressione che non sia presente; succede la stessa cosa quando si parla con delle persone che hanno ritratti di se stesse molto marcati.

Il terzo punto parla degli atteggiamenti. I ritratti, i ruoli e gli atteggiamenti c'impediscono una vera comprensione di noi stessi o della nostra vita e determinano che si dipenda tutti dalle condizioni esterne. L'uomo o la donna pieni di ritratti, ruoli e atteggiamenti non possono formare il Secondo Corpo. Non può andare oltre se stesso – non può separarsi da se stesso. Come può mettere rimedio a questa situazione? L'unico rimedio è quello di vedere gradualmente i ritratti, di giungere a percepire i ruoli, di avere coscienza degli atteggiamenti. Per questo è necessario osservare se stessi. Gli atteggiamenti si formano facilmente con l'educazione. Ad un bambino s'insegna che un certo punto di vista è corretto e così si stabilisce un atteggiamento dai primi anni di vita. Può, per esempio, essere stato educato tra anarchici e credere che abbiano ragione. Con quanta facilità la nostra psicologia è dominata e rovinata dalle cose esterne! Bene, come può un uomo essere felice in se stesso essendo pieno dei propri ruoli incoscienti, di ritratti e di atteggiamenti acquisiti che agiscono su di lui tutto il giorno? Vale la pena capirlo se si pratica l'importante disciplina dell'osservazione di sé e si osserva meticolosamente ciò che ci ferisce, ciò che distrugge tutta la felicità che si è capaci di sperimentare. Quando si è realizzata una buona osservazione, cercate di scoprire se ciò è dovuto ad un ritratto di sé perché non si è stati soddisfatti del comportamento di qualche persona o a un ruolo che abbiamo fatto ma che non è stato lodato, o a un atteggiamento che era completamente inutile. Quante volte ho sentito dire, nei primi giorni del Lavoro: “Avete un atteggiamento sbagliato – prendete le cose in malo modo a causa del vostro atteggiamento” -. Come si sa, gli atteggiamenti sono generalmente atteggiamenti negativi dai quali giudichiamo le cose e la gente. Come è possibile essere liberi, iniziare a vedere le cose come sono veramente, vedere le persone come sono veramente, se siamo pieni di ritratti ed atteggiamenti che ci rendono ciechi? Come è possibile immaginare di poter stabilire semplici relazioni se ci comportiamo sempre con i nostri tipici ruoli e ci vantiamo di essi? “Cerchiamo di osservarci quando stiamo parlando dagli atteggiamenti e non lo facciamo quando siamo nei ruoli”. Se non lo potete fare, cercate di osservarlo in altre persone che fanno la stessa cosa. Tutte queste cose appartengono alla psicologia esterna, alla Personalità acquisita, quella che dobbiamo rendere passiva per mezzo dell'osservazione di sé e il discernimento e la comprensione che risultano da ciò.

La psicologia esterna può diventare eventualmente controllata dalla psicologia interiore. Questa è un'inversione. Questa è la formazione del Secondo Corpo organizzato – un corpo psicologico organizzato – composta da materie più sottili del corpo fisico. Comincia con l'osservazione di sé e la memoria e il discernimento che nascono da esso. Per mezzo dell'osservazione di sé formiamo una nuova psicologia interiore che osserva la psicologia esteriore: *il Secondo Corpo*. Attraverso di essa diventiamo sempre di più indipendenti dalla psicologia esteriore e da tutto ciò che succede. Così arriviamo a comprendere da cosa dipende la felicità.

Cap. 44 Quaremead, Ugley, 17 Agosto, 1945
SULLO SVEGLIARSI DAL SONNO

Stiamo studiando un sistema di idee che a volte é chiamato cristianesimo esoterico e che tra noi é chiamato il Lavoro. Questo sistema d'idee ci mostra linee molto precise secondo le quali è necessario lavorare su noi stessi e questo lavoro su di sé dipende da un'osservazione di uno stesso molto più cosciente di quello che si è soliti fare nella vita e dell'osservazione effettuata secondo certe direzioni precise stabilite dal Lavoro. Questo Lavoro si fonda nell'idea che, così come siamo ora, non siamo propriamente coscienti, ma c'è la possibilità di un preciso aumento di coscienza mediante il quale evolveremo. L'umanità, così come ce lo insegna il Lavoro, al presente non è propriamente cosciente e solo con l'evoluzione della coscienza può arrivare ad uno stato desiderabile. C'insegna anche che, ammesso che l'uomo non è veramente cosciente, tutto ciò che succede nel mondo, tutti i disastri, le guerre e gli altri mali, avvengono necessariamente, soltanto perché l'Uomo non è veramente cosciente e non sa cosa sta facendo o dicendo. Bene, nel Lavoro c'insegnano che la coscienza non può svilupparsi involontariamente ma solo per mezzo dello sforzo. Al presente l'umanità è usata dalla natura e così tutto succede nell'unico modo in cui può succedere, ma se l'Uomo diventasse più cosciente le cose succederebbero in un modo differente. In questo Lavoro ci dicono che un certo numero di persone possono diventare coscienti in determinati periodi se sono disposti a lavorare su di sé e a studiare perché ciò nonostante non sono coscienti e di come poter accrescere la coscienza in se stessi, e per detta ragione il Lavoro inizia con l'osservazione di sé. Un uomo deve osservare se stesso, deve vigilarsi, e deve fare la distinzione tra se stesso e la figura meccanica che è stata fino ad ora. Per mezzo di questo lavoro personale può raggiungere un livello più elevato di coscienza chiamato nel sistema il livello di Coscienza di Sé. Di Ricordo di Sé o di Percezione di Sé. Questi livelli di coscienza sono segnalati nel seguente diagramma:

LIVELLI DI COSCIENZA

| | |
|-------|--|
| 4 | Coscienza Obiettiva |
| <hr/> | |
| 3 | Stato di Ricordo di Sé, Coscienza di Sé o Percezione di Sé |
| <hr/> | |
| 2 | Secondo Stato o Il così detto stato di veglia |
| <hr/> | |
| 1 | Stato di sonno fisico con sogni |
| <hr/> | |

Così come è l'Uomo, vive nel così detto secondo stato o stato di veglia nel quale tutto succede nell'unico modo in cui può succedere a causa delle innumerevoli catene di Causa ed Effetto. L'evoluzione dell'umanità è impossibile in un senso generale. Un uomo può evolvere ed arrivare ad essere più cosciente ma l'umanità non lo può fare a meno che ogni persona lavori per accrescere la coscienza, e un tale caso è molto improbabile – di fatto, totalmente impossibile a causa di molte ragioni.

Lo stato di Coscienza a cui cerchiamo di arrivare è il Terzo Stato – lo Stato del Ricordo di Sé -. Per questo in questo Lavoro si dice tanto spesso che è necessario ricordarsi di se stesso e che se cerchiamo sinceramente di ricordarci di noi stessi, ci sarà mostrato gradualmente come praticare il Ricordo di Sé in differenti momenti e i distinti sforzi che sono richiesti. Senza dubbio, il primo passo che bisogna fare è quello di comprendere mediante lo sforzo di una lunga ed imparziale osservazione di sé che non ci ricordiamo di noi stessi e che, di fatto, siamo sempre in uno stato di sonno. In questo stato di sonno viviamo, diciamo tutto il giorno migliaia di parole, facciamo l'amore, scriviamo libri, ci uccidiamo gli uni con gli altri. Tutto ciò si fa mentre dormiamo.

Questa è una delle prime cose che ci dicono – il primo mistero, per così dire, che il Lavoro insegna, la cui verità è da comprendere da noi stessi. L'umanità è addormentata. Sì, ma anche noi siamo addormentati. Questo è il punto che è preciso vedere mediante un'imparziale osservazione di sé. Soltanto quando comprenderemo di essere addormentati e che siamo meccanici e non esseri coscienti, si produce l'inizio del risveglio. Nel Nuovo Testamento si menziona molte volte che l'Uomo è addormentato e che è necessario che si svegli. Sfortunatamente la parola "svegliare" fu tradotta con "vigilare". Doveva essere "svegliare". Nei Vangeli molte parole furono tradotte male, come (*metanoia* - μετάνοια) che non significa pentimento ma "cambio di mente", cambiamento del modo di pensare – nel modo in cui lo sperimenta un uomo quando si rende conto che esiste il Circolo Cosciente dell'Umanità e che l'idea del Regno dei Cieli è vera. Un'altra parola che fu tradotta male è (ἀμαρτάνω), che è data come "peccato", mentre significa "non colpire il bersaglio". Il bersaglio che l'uomo deve colpire è il Regno dei Cieli e per ottenerlo è necessario ottenere per prima cosa uno stato di Ricordo di Sé – proprio così, il Terzo Stato di Coscienza. Deve puntare a svegliarsi, a diventare più cosciente, a ricordarsi di se stesso, ad avere percezione di sé. Nel mio caso, per esempio, devo avere una percezione continua del dottor Nicoll e a sentire ogni volta di più qualcosa in me che è distinto dal lui e che è situato più interiormente oltre lui. In questo modo la Personalità diventa passiva e l'Essenza è attivata. L'Essenza sta oltre la Personalità. La Personalità che è stata formata in voi dalla vita non è voi. Non è Io – ma chiama se stessa io. Dice io a voi e voi gli dite io. Questo significa essere addormentati.

Con lo scopo di ricordarsi di se stesso ogni volta più profondamente un uomo deve credere nell'esistenza di una Mente Superiore e deve pensare psicologicamente in modo diverso dal suo modo di pensare letterale. Deve sentire un'altra realtà di sé stesso da quella che deriva dalla sua vita o dai suoi genitori. La Preghiera di Dio (il Padre Nostro) inizia elevando tutto il significato di uno stesso ad un altro livello di Coscienza: "Padre Nostro che sei nei Cieli" ... è necessario ricordare che questo Lavoro insegna che l'Essenza discende da un livello molto elevato nel discendente Raggio di Creazione – il livello dello spazio interiore, invisibile, che è rappresentato nello spazio esterno visibile con la Galassia Stellare. Come abbiamo già segnalato prima, l'insegnamento di un livello superiore di Coscienza non è possibile se il mondo esteriore è considerato come l'unica realtà. Il primo passo è la comprensione psicologica che si distingue dalla comprensione letterale. Nelle parabole che abbiamo

discusso fin'ora non si possono comprendere letteralmente perché hanno un significato psicologico oltre il loro senso letterale. E così come l'arte non è un fatto fisico ma un'interpretazione psicologica che è trasmessa dall'artista, così lo è ogni sviluppo verso un livello psicologico superiore al di là del fatto fisico di quello di cui si occupano i sensi. In altre parole, lo sviluppo psicologico o spirituale, la comprensione psicologica o spirituale, è qualcosa che si sottrae ai fatti letterali dei sensi. Lo sviluppo interiore dell'Uomo non si realizzerà attraverso la scienza fisica e mai lo sarà a meno che le ultime scoperte della scienza fisica passino al significato spirituale. Ciò che eleva l'Uomo al di sopra del livello sensuale della mente è la comprensione psicologica. Nel parlare sul significato di ciò che insegnava, Cristo disse: "Lo spirito è quello che dà vita; la carne non giova a nulla; le parole che vi ho dette sono spirito e vita". (*Giovanni, VI, 63.*) Un uomo governato dai suoi sensi e che crede solo alla realtà che gli mostrano i cinque sensi e che nega di credere che egli possa essere un'altra cosa, qualcosa che sta al di sopra della realtà fisica, un uomo che crede che la natura si creò da se stessa accidentalmente – che l'atomo in un modo o in un altro giunse ad esistere con le sue terribili forze incatenate – tale uomo è morto in se stesso. È morto psicologicamente, spiritualmente. Cristo disse che era necessario che un uomo "entrasse nella vita". Questo significa entrare in una forma di comprensione che non si fonda nei sensi – in una comprensione spirituale di se stesso e degli altri.

Il potere dell'evidente mondo esterno, unito al potere della scienza fanno credere che la direzione dello sviluppo dell'Uomo sia fuori di lui se vuole investigare e controllare la materia. Ma se studiamo le idee esoteriche sia nell'Antico come nel Nuovo Testamento troviamo un insegnamento molto diverso. Nell'Antico Testamento il passaggio dei Figli d'Israele dall'Egitto è usato come un "esempio" o immagine. San Paolo disse: "E queste cose sono successe come esempio" (*I Corinti, X, 11*). Rappresenta il passaggio dell'Uomo da una comprensione letterale, sensuale ad una comprensione psicologica o spirituale del suo significato. In *Isaia* si dice (*XXXI, 3*): "Egitto è carne non spirito". E gli egiziani sono uomini e non Dio; e i suoi cavalli sono carne, e non spirito. Il cavallo è un antico simbolo che rappresenta l'intelletto. I cavalli di carne vogliono dire l'intelletto incatenato ai sensi e che crede soltanto all'evidenza dei sensi. Scopriamo anche che un uomo sensuale è colui che segue solo ciò che vede e manca delle idee di poter sviluppare la comprensione psicologica e rappresenta l'uomo che muore o è morto. Questo non si riferisce alla morte fisica. Si riferisce all'anima, al lato psicologico dell'Uomo – perché un uomo può essere psicologicamente morto e fisicamente vivo. In Ezechiele è detto: "L'anima che mancò il bersaglio, morirà", ma il profeta aggiunse che se l'uomo si separava dalla sua maniera meccanica di comportarsi e cercava di vivere secondo ciò che gli era stato insegnato, poi "vivrà di sicuro, lui non morirà". Andando contro se stesso – proprio così, contro la propria anima – troverà una nuova vita in se stesso, un nuovo significato. Tale uomo comincerà a vivere in un modo diverso in mezzo alla vita perché non vive ormai più riferendosi a se stesso, dalla volontà di sé, ma da una serie d'idee che gli furono insegnate e che non hanno nulla a che vedere con la vita esterna ma che si riferiscono allo sviluppo interiore della propria psicologia verso un

livello più elevato. Per questo si dice che se un uomo che sia vissuto in qualsiasi modo ed ha seguito la sua anima sottosviluppata, quasi come quella di un animale, che è la principale sede del suo desiderio e dell'amore di sé – se tale uomo *cambia*, allora **“Tutte le colpe che ha commesso, non gli saranno più ricordate ma in grazia della sua giustizia che ha praticato, egli vivrà”** (*Ezechiele XVIII, 22.*) Il profeta fa rispondere Dio: “Mi compiacerò forse io per la morte dell'iniquo? Dice Geova il Signore” (questo è morire spiritualmente): “O non piuttosto che egli si converta e viva?” (*Ezechiele XVIII, 23.*) Tutto ciò si riferisce allo svegliarsi dal sonno, andando contro la propria condotta meccanica, i pensieri e le opinioni meccaniche, i sentimenti meccanici.

Nel Nuovo Testamento si menzionano questi due tipi di uomini. Uno di essi è chiamato “l'uomo psichico” – proprio così, l'uomo che segue la sua anima. Questo è l'uomo meccanico, perché l'anima, a mano che non resiste, non cresce e continua ad essere al punto del più intenso desiderio e amore di sé. Il secondo tipo di uomo è l'uomo spirituale o pneumatico (*πνεύμα - spirito*). Cristo parla spesso della possibilità di essere nato in spirito e di convertirsi in uomo spirituale o pneumatico – un secondo uomo dentro l'uomo di carne -. Per questa ragione Cristo dice: “Nessuno ha un amore più grande di questo, dare la vita per i propri amici”. (*Giovanni XV, 13.*) Questo è tradotto “affidare la vita” che non include il completo significato. Andare contro l'anima è esattamente ciò che dobbiamo fare nel Lavoro. Se capite che quest'anima sottosviluppata è la sede di tutti i desideri meccanici, della vanità, l'orgoglio, le gelosie, e tutto il resto, allora comprenderete perché il Lavoro inizia, nel lato pratico, ad insegnare che si deve andare contro la meccanicità in uno stesso. Ma in realtà inizia con l'osservazione di sé, nell'osservare ciò che è meccanico in uno stesso. E se una persona lo fa sinceramente non tarderà a comprendere di essere meccanico nel Centro Intellettuale, nel Centro Emozionale, e nel Centro Motorio, e nel Centro Istintivo. Insomma, siamo una massa di abitudini. Proprio così, siamo semplicemente macchine. Diciamo le stesse cose una e un'altra volta, reagiamo contro gli stessi eventi nella stessa maniera, ci incolliamo nello stesso modo, diventiamo negativi nello stesso modo. Tutto ciò ci mantiene in uno stato di sonno – cioè, nel secondo livello di coscienza.

Cap. 45 Quaremead, Ugley, 18 Agosto, 1945
NUOVA NOTA SUL SECONDO CORPO

Se un uomo segue il Lavoro e lo pratica dalla sua comprensione o lo anela dalla sua comprensione comincia a formare il Secondo Corpo in se stesso. In realtà sta lavorando in altre stanze – proprio così, nelle stanze del Terzo Corpo e del Quarto Corpo-. Lavorare è obbedire. Obbedire è amare. Agire dal Lavoro è ricordarsi di se stesso. Ricordarsi di se stesso è cominciare a fare qualcosa di nuovo – cioè, il Secondo Corpo-. In questa dissertazione mi limiterò a parlare semplicemente del “Secondo Corpo”, quantunque allo stesso tempo includa la formazione di altri corpi. Se si anela questo Lavoro e ciò che insegna e lo si fa si formerà qualcosa in se stesso che è differente dalla propria psicologia meccanica. Si formerà un altro corpo. Tutto il Lavoro è ordinato in ogni suo dettaglio in modo tale che se lo si comprende e si

pratica e si sente ogni giorno di più la sua presenza quotidiana, e se ci s’impegna ad amarlo e così ad obbedirgli, si formerà una *nuova psicologia in sé stesso*, distinta dalla molteplice e caotica psicologia dei molti “Io” che la gente possiede comunemente e che credono sia il vero “Io”. La difficoltà è che la gente non vede che deve obbedire ed amare il Lavoro nella loro vita giornaliera – negli accadimenti giornalieri-. La gente sente questo Lavoro una ed un’altra volta eppure continuano a comportarsi nella loro vita quotidiana come se non avessero ascoltato niente di ciò che insegna. Poi, per esempio, passano il tempo discutendo se una persona deve arrivare ad essere un Uomo Equilibrato prima di formare il Secondo Corpo. La cosa importante è che se si sente, si comprende e si ama e così si obbedisce al Lavoro si raggiunge una nuova tappa di uno stesso. Il Lavoro farà il resto per noi. Un uomo, una donna devono *vivere* questo Lavoro.

Bene, cerchiamo di comprendere nella maniera più semplice possibile cosa significa sentire, comprendere, amare e così fare il Lavoro. Innanzi tutto mettiamo in risalto che è preciso osservare la Personalità in uno stesso attraverso l’osservazione di sé. Questo si relaziona con il supremo insegnamento che la Personalità deve diventare eventualmente passiva in noi prima che possano avvenire tutte le trasformazioni interiori che sono possibili all’Uomo. La vostra Personalità è al presente un caos, una confusione. Manca di organizzazione, sebbene attraverso l’azione dell’*“Io” Immaginario* pretende di averla e così v’inganna. La vostra Personalità non è niente altro che una massa di “Io” contraddittori acquisiti e ogni “Io” in un dato momento può dominarvi completamente. Bene, se si è capaci di sentire, comprendere ed obbedire al Lavoro questo sarebbe impossibile, perché gli “Io” di Lavoro si faranno carico di voi. Un uomo che al presente si lascia trasportare dai suoi cangianti “Io” – proprio così, un comune uomo meccanico – non possiede, secondo le parole di G., una vera psicologia e non è niente altro che una macchina. Se seguiamo la Personalità e i suoi molteplici mutevoli “Io” siamo macchine e viviamo sotto l’ipnotismo dell’*“Io” Immaginario* – proprio così, immaginiamo di avere un “Io” reale e permanente. Bene, per mezzo di una prolungata osservazione di sé questa falsa idea di noi stessi svanisce. Così come siamo, siamo vittime dei piccoli “Io” più stupidi e tonti che si fanno carico di noi e immaginiamo che conoscono realmente quello che è bene e ciò che è male.

Bene, se sentiamo, comprendiamo ed obbediamo al Lavoro, ci si mostrerà gradualmente ciò che è veramente male e bene. Per esempio, tutte le emozioni negative sono male, ed è necessario lavorare contro di esse con il massimo della nostra capacità nella vita quotidiana. Inoltre, tutte le forme di considerazione interiore, di fare i conti interni contro gli altri, è male, ed è preciso lavorare contro di esse. Ancora, tutte le forme di autogiustificazione sono male. Allo stesso modo, e più di tutto l’identificarsi è male ed è preciso lottare contro l’identificazione in tutti i modi possibili per quanto ci resta da vivere.

A questo riguardo studiamo un uomo che è molto orgoglioso di sé. È convinto, è chiaro, di capire ciò che è bene e ciò che è male, ciò che giusto e ciò che è sbagliato, ed agisce con orgoglio per questo, quantunque sia tutto il contrario di ciò che il Lavoro gl’insegnerebbe. In tal caso non sente né comprende né obbedisce al Lavoro.

È probabile che associ soltanto l'idea del Lavoro al suo orgoglio di sé ed utilizzi il Lavoro in questo modo. Si sentirà più grande del Lavoro e così la sua Personalità si manterrà attiva. In altre parole, il Lavoro non giungerà nelle sue profondità interiori per iniziare lì la crescita di qualcosa – per conoscenza, la crescita dell'Essenza o parte vera. Come si sa, ci insegnano che nella ricerca del Difetto (Caratteristica) Principale è preciso osservare ciò che appartiene all'amore di sé e all'orgoglio di sé come chiave principale. In questo caso, l'unico accesso ad un maggior sviluppo interiore si ottiene per mezzo dell'umiltà, per mezzo di un'esperienza vera, costantemente rinnovata, del fatto **che non si sa** – di fatto, che non si sa nulla quantunque si pretenda sempre di sapere. Vi ho parlato spesso del sentimento di automerito, il sentimento di essere un caso speciale, per così dire, di non essere come gli altri, il sentimento di auto compiacenza, di una superiorità modesta o arrogante e tutto il resto. Tutto ciò ha la sua origine nell'orgoglio di sé e l'amore di sé. Un uomo eventualmente deve arrivare al punto in cui si renda chiaramente conto di non essere niente. Allora può arrivare ad essere qualcosa. Successivamente il Lavoro occupa il posto di ciò che immaginava. L'orgoglio di sé di un uomo è un ostacolo che si oppone all'azione del Lavoro su di lui e, di fatto, è così per molti anni, e l'uomo, per così dire, ha crisi di tremendo orgoglio di sé seguite da crisi di umiliazione interiore e per molto tempo non sente che l'umiltà è il suo lato più vero, più interessante, e l'orgoglio di sé il suo lato più pesante, più artificiale, e così non capta le molte forme di cognizione e di percezione interna che stanno associate con la momentanea assenza di orgoglio di sé. La stessa cosa succede nella vita ordinaria alle persone religiose. Manifestano di credere in Dio, ma internamente non lo fanno. Credono in se stesse. Si può fingere di credere nel Lavoro, ma internamente non vi si crede. Senza dubbio, pochi "Io" sono soliti credere, ed allora s'intavola inevitabilmente una lunga lotta tra gli "Io" che credono in questo Lavoro – proprio così, in qualcosa di superiore – e gli "Io" che non vi credono. Quando un uomo sta negli "Io" di Lavoro è completamente diverso, ma qualunque circostanza esterna può portarlo subito verso gli "Io" di vita che non credono nel Lavoro – proprio così, non credono che ci sia nulla di più elevato della vita sensuale esterna. In questo senso un uomo deve lottare tra i sensi e lo spirito. Tutto l'esoterismo insegna la stessa cosa e lo si trova in ogni pagina dei Vangeli. Ora è preciso ricordare che non c'è nessuna ragione per fare questo Lavoro. Ricordatevelo sempre. Tenetelo sempre presente – per conoscenza che non vi è nessuna ragione perché voi facciate questo Lavoro-. Non vi è nessuna prova esteriore di esso. Si può proseguire la propria vita come si è fatto fin'ora. Nessuno vi chiede di fare questo Lavoro. È semplicemente una questione che si deve decidere da se stessi. Non avete pronunciato nessun voto. Ma se si inizia a sentirlo e quello che si sente penetra in un livello più profondo e si comincia già a comprenderlo e si cerca di obbedirgli nella propria vita quotidiana, allora la cosa interna che lo mantiene afferrato a questo Lavoro sarà la propria **comprensione**. Ad un uomo non costa nulla andare contro la propria comprensione, ma in questo caso nella vita s'incontrerà nello stesso posto in cui era prima. E se per lui questo ordine di cose è più soddisfacente, gli basta ritornare alla vita e dimenticare il più presto possibile tutta la comprensione che aveva ottenuto dal Lavoro. Di fatto, non è necessario che dimentichi perché il Lavoro

sparisce da se stesso da lui. In tal caso un uomo rimarrà nello stesso stato della sua psicologia in cui stava prima. Continuerà ad essere una moltitudine di “Io” contraddittori che si fanno carico di lui e lo obbligano a fare cose in differenti momenti e a pensare che “Io” sia chi sta agendo. Naturalmente tale uomo non formerà mai *un nuovo corpo psicologico in se stesso*: vivrà e morirà nella molteplicità dell’essere. Mancherà di conoscenza di sé e, insomma, non avrà fatto nulla per sé durante la sua vita eccettuato servire la vita meccanica. Mi domando se alcuni di voi tuttavia credono di poter servire la vita meccanica così come sono ora. Vi chiedo: avete affrontato qualche volta questo problema? Esaminate ora la vita. Credete che vi porterà da qualche parte?

Parleremo ora sulla questione della Caratteristica Principale, e la sua connessione in taluni casi con l’orgoglio di sé, e che non si può separare dall’amore di sé. Tale uomo cercherà sempre di spuntarla. Per tanto non sarà capace di obbedire al Lavoro perché il Lavoro esige che egli si opponga alla propria volontà di sé. Il Lavoro non rappresenterà qualcosa di più importante di ciò che è lui. Non si può obbedire a qualcosa che sentiamo inferiore a noi. Quest’uomo sentirà spesso che sta facendo ciò che deve fare, ciò che crede giusto, ma cercherà di spuntarla – cioè, agirà dal suo amore di sé o dalla sua volontà di sé-. L’orgoglio di sé, l’amore di sé e la volontà di sé non possono essere separati. L’orgoglio di sé è una manifestazione dell’amore di sé e la volontà di sé è una manifestazione di ambedue. Come ho ripetuto molte volte, quando alcuni di noi si trovavano in Francia, ci dissero che la Personalità aveva appena il diritto di esistere. La volontà della Personalità doveva essere sacrificata. Una persona è solita opporre obiezioni a una cosa e scuse per un’altra, o di esigere una cosa e di esigerne un’*altra* prima di accettare qualcosa. Queste sono tutte manifestazioni della Personalità sotto l’aspetto dell’orgoglio di sé, dell’amore di sé e della volontà di sé – proprio così, il Lavoro non è la prima cosa ma piuttosto la volontà di sé, l’amore di sé, saranno le cose più importanti. La Personalità meccanica, acquisita, dirigerà la nostra vita. La difficoltà per una persona, che sia uomo o donna, è quella di non discernere per molto tempo che ciò è così. La gente, vi ho avvertito, o s’inorgoglisce di essere orgogliosa o dice di non avere alcun orgoglio. L’orgoglio di sé sta in tutti ma in alcuni la Caratteristica Principale è connessa direttamente con detto orgoglio e in altri soltanto indirettamente. L’orgoglio è una qualità latente in tutti noi, la cui osservazione non è facile ma è solito sollevare una barriera molto solida contro ogni avanzamento nello sviluppo. Molto facilmente giustifichiamo il nostro orgoglio, ma quando per mezzo della percezione interiore cominciamo ad assaporare questa fredda, dura ed infrangibile qualità ci rendiamo conto dell’importanza di ammorbidirla e di metterci nei panni di coloro che condanniamo a causa del nostro orgoglio, sentendoci migliori di loro. I discepoli non furono accusati di vanità. Molte volte ho pensato che la distinzione tra l’orgoglio e la vanità è la seguente: la vanità vuole essere la prima, come quei discepoli che desideravano sedersi una a destra di Cristo e l’altro alla sua sinistra nel regno dei Cieli, ma l’orgoglio è piuttosto quello che dimostrò Pietro quando esclamò: “Anche se questo mi determinerà la morte, non ti rinnegherò”. Però lo fece. A causa della paura rinnegò Cristo. Bene, supponiamo di analizzare l’orgoglio come un’esperienza personale

giornaliera per mezzo dell'osservazione di sé. Allora si vede uno di questi due giganti che camminano davanti a noi e decidono la nostra vita. Se si comprende di già qualcosa del Lavoro e si desidera attaccarsi ad esso per potersi trasformare in un modo indescrivibile e insondabile nel modo in cui si può farlo, una volta che lo si valorizza, allora si capirà che si deve obbedire al Lavoro, e metterlo più in alto di se stesso lottando contro l'orgoglio, contro le forme con cui si esprime nella sua vita. Ricordate che ora ci riferiamo all'orgoglio come l'origine della Caratteristica Principale. Allora sentirete, comprenderete e obbedirete al Lavoro e questo vi darà **una nuova psicologia**, farà di voi una nuova persona, che chiamiamo Secondo Corpo. Non discutiamo su qualcosa che al presente non ci riguarda, sul modo in cui i nostri sforzi formeranno il Secondo, il Terzo o il Quarto Corpo. Tali sforzi formeranno un nuovo **corpo** in voi, una nuova persona, una nuova psicologia, perché comincerete a seguire, a praticare il Lavoro stesso. Il Lavoro in se è un tutto organizzato capace di creare in voi un nuovo organismo, una seconda e nuova persona.

Ricordate che il lavoro non **aggiunge** nulla a ciò che siete ora, ma è una trasformazione di ciò che siete ora. Il Lavoro va a **cambiarci**, non ad aggiungere qualcosa a voi così come siete ora, ma a cambiare completamente ciò che siete **ora**. Non si può fare questo Lavoro e continuare ad essere la stessa persona. Non si può aggiungere il vino nuovo nella vecchia bottiglia di se stesso. Qualcuno di voi si chieda, ho forse sperimentato qualche cambiamento, e desidero cambiare veramente? O sono pieno di autocompiacimento? E se desidero cambiare, cosa devo cambiare, secondo ciò che ho compreso dell'insegnamento del lavoro? Permettetemi di ricordarvi queste parole: "Agire secondo il Lavoro è ricordarsi di se stesso". Allora **amerete** il Lavoro opponendovi alla vostra volontà di sé. Persino Cristo stesso disse che Lui non faceva la sua volontà ma la Volontà di Colui che lo aveva inviato. Comprendete ora cosa significa l'esoterismo? Il Lavoro e tutti i suoi meticolosi e adorabili insegnamenti ci danno la possibilità di **amare** ciò che insegna e di non agire dalla nostra volontà di sé. La volontà di sé non ci porta da nessuna parte. Ma è preciso meditare su ciò che il Lavoro insegna e rendersi conto se qualche volta, nella vita, si è agito realmente dal lavoro – proprio così, se in qualche momento lo si è ascoltato, compreso ed obbedito.

Cap. 46 Quaremead, Ugley, 31 agosto, 1945

RICAPITOLAZIONE SULL'ESSENZA E LA PERSONALITÀ

L'Essenza viene giù sulla Terra, e qui, con sostanze che vengono da entrambi i genitori, viene formato per lei un corpo fisico. Di queste sostanze, che forniscono separate e distinte quantità di sostanze necessarie per la formazione di un corpo, alcune sono fornite da un genitore, ed altre dall'altro genitore, mentre il resto viene scartato. L'Essenza é precedente al corpo attraverso il quale prende contatto con il mondo. In questo senso il Lavoro corregge il nostro abituale punto di vista basato sui sensi, che afferma che sono i genitori che fanno il bambino. Essi forniscono alcuni materiali che sono formati in loro, e ogni altra cosa é fatta. La sola cosa che possiamo dire sia fatta dai genitori é quella di unire le due serie di materiali. Poi, se c'è

un'Essenza individuale che cerca di manifestarsi, ne risulterà un bambino. Ora, la sorte di molti milioni d'esseri, sotto forma di spermatozoi, é compresa nel primo contatto dell'Essenza con la Terra. La presenza e la morte di grandi quantità di cellule viventi sembra necessaria affinché una di loro possa passare dal cosmo delle cellule a quello dell'uomo e così raggiungere la sua meta per mezzo di un pieno sviluppo. Noi capiamo che lo scopo dell'Essenza nello scendere su questa Terra e nel cercare un corpo, é quello di rendergli possibile di raggiungere un pieno sviluppo. Ci viene detto che in circostanze ordinarie l'Essenza può crescere solo fino ad un certo punto e che perché si sviluppi ancora, le serve un cibo speciale. Possiamo essere certi che questo cibo speciale comprenda la morte di qualche cos'altro. In questo caso comprende la morte della Personalità. Per primo c'è l'Essenza che può crescere solo fino ad un certo punto. Cercate di capire che il corpo non é l'Essenza stessa. Il corpo cresce completamente se gli viene fornito cibo fisico. Ma non é così con l'Essenza, la quale ha bisogno di cibo psicologico. Il modo dello sviluppo dell'Essenza non é il modo dello sviluppo del corpo. Un corpo completamente sviluppato non significa un'Essenza completamente sviluppata. Un selvaggio può avere la forza di tre uomini ordinari e la mente di un bambino di due anni. Questa é la tragedia. Così dapprima c'è solo l'Essenza e il corpo. Allora l'Essenza é attiva. In seguito intorno all'Essenza si forma gradualmente una copertura che si chiama Personalità e che ne circonda l'Essenza. Nel frattempo il corpo continua a crescere. Di regola un uomo non raggiunge uno stadio ulteriore. Il suo corpo cresce. La sua Essenza dopo una breve crescita, resta sotto-sviluppata, e si forma la Personalità. Il centro di gravità della consapevolezza dell'uomo si sposta sempre di più nella copertura esterna chiamata Personalità, formata in lui dalla vita, soprattutto per imitazione. L'uomo passa verso l'esterno in quello che non é lui. In questo modo la Personalità diventa attiva e l'Essenza diventa passiva.

Pochi tra quelli che vanno in questa direzione esterna a causa dell'azione ipnotica della vita, tornano indietro. Ma nella letteratura esoterica, per esempio nei Vangeli, si parla molto del *trasformarsi*. Un uomo che vive e muore nello stato in cui la Personalità é attiva e l'Essenza passiva, é incompleto, non finito. Un tale uomo qualche volta viene chiamato un seme, una ghianda, un grano di frumento, o una casa non finita. È anche chiamato uomo addormentato. Il cibo di cui l'Essenza ha bisogno per il suo ulteriore sviluppo é la Personalità che si è formata intorno ad essa. Ma dipende dalla comprensione dell'uomo se l'Essenza userà questo cibo. Meccanicamente questo non accade. Egli deve cominciare a *svegliarsi* prima che questo sia possibile, e per fare questo egli deve acquistare *conoscenza*. Per mezzo del risveglio egli si sente sempre di meno sotto il dominio della Personalità. In questo senso la Personalità comincia a morire. Molti "Io" devono morire perché l'uomo nasca. Qui troviamo alcune analogie. Questi "Io" che formano la popolazione della personalità devono essere messi in ordine, cioè gli "Io" che possono svegliarsi devono essere scelti tra quelli che non possono. Un "Io" cattivo, un "Io" negativo deve morire. Cioè deve essere relegato lontano e non deve ricevere nutrimento. Psicologicamente noi nutriamo di più quello che amiamo di più. Se ameremo gli "Io" negativi, li nutriremo di più. Smettendo di amare molti "Io" dopo averne viste le

qualità alla luce del Lavoro, smetteremo di nutrirli con la nostra forza e questi “Io” s’indeboliranno. Ma se noi daremo loro il nostro sangue da bere, essi si riprenderanno e cominceranno a parlare. Se per mezzo della non identificazione noi traiamo forza da un “Io” e se capiremo perché lo stiamo facendo, la forza verrà portata dalla Personalità verso l'Essenza. Così per svegliarci noi dobbiamo attaccare la Personalità. Tutto quello che impariamo nel Lavoro ha questo scopo. L’auto-osservazione serve a renderci consapevoli della Personalità con tutti i suoi “Io”, i suoi atteggiamenti, respingenti, quadri immaginari, ruoli, ecc. Se non lavoriamo sulla Personalità questa userà per sé tutta la nostra forza e non lascerà niente per l'Essenza. L’Essenza, che é realmente noi stessi, sarà affamata. Se noi non facciamo niente con la Personalità resteremo semi, cose non finite, persone addormentate, e come tali - poiché siamo stati creati come organismi ad auto-sviluppo - saremo degli inutili esperimenti, dei fallimenti, qualunque sia la posizione che abbiamo nel mondo. L’Essenza è stata collegata con un corpo; il corpo é cresciuto, l’Essenza é cresciuta un po' e la Personalità l’ha circondata. Ora tutto é pronto per il lavoro d’auto-sviluppo per mezzo della morte della Personalità. È a questo punto che può cominciare l’auto-sviluppo. Ma di regola non succede nient’altro. L'uomo vive e muore come un seme, addormentato in un mondo di persone addormentate. Ma egli non capisce che le cose stanno così, sebbene n’abbia sentito parlare spesso.

Cap. 47 Great Amwell House, 21 settembre, 1946
NUOVA NOTA SUL RICORDO DI SÉ

In una recente conferenza si fece riferimento all’Uomo Astuto nella Quarta Via che sa il metodo di preparare una pillola e d’inghiottirla invece di fare ogni tipo di penosi e prolungati sforzi come quelli del Fachiro o del Monaco. Le persone possono realizzare ogni tipo di sforzi inutili e mancanti d’intelligenza per raggiungere un livello più elevato dell’Essere, attraverso l’ascetismo, per mezzo della tortura del corpo, mantenendo voti di silenzio, passando la fame, negandosi ogni piacere, realizzando riti elaborati, ripetendo meccanicamente preghiere, facendo costantemente cose sgradevoli ed irrazionali, e così via. Tutto ciò non è intelligente. L’Uomo Astuto vede immediatamente per mezzo dell’osservazione di sé, che in lui c’è qualcosa che va male e lo riconosce – proprio così, lo inghiotte – e poi si ricorda di se stesso in connessione a ciò. Lavora personalmente su se stesso. Può preparare la pillola solo vedendo se stesso con una diretta osservazione di sé – proprio così, con il lavoro personale e nell’esprimere quello che si vede. In questo modo, si comprende lo sforzo che è necessario realizzare in un dato momento per mantenersi sveglio. Quello che è necessario ad una persona in un dato momento è in genere completamente differente da quello che è necessario in un’altra occasione. Per esempio, la Preghiera di Dio (il Padre Nostro) può essere visto come la Preghiera dell’Uomo Astuto. Per prima cosa bisogna notare che è inutile la preghiera mediante varie ripetizioni: “E pregando, non usare vane ripetizioni, come fanno i gentili, che pensano che saranno sentiti per le loro parole”. (*Matteo, VI, 7.*) Ciò che significa non è specificato in una forma diretta – per conoscenza, che la preghiera deve essere cosciente e non meccanica-. Deve essere concepita dalla mente e il suo significato deve essere visto

internamente in relazione con il proprio stato di Essere. Ogni parola deve essere detta coscientemente con il suo pieno significato. In questa preghiera (che farfugliamo inutilmente in chiesa) chiediamo il **pane quotidiano**: “Dacci oggi il nostro pane quotidiano”. Ma la parola greca non significa quotidiano ma “ciò che è necessario”. Ha anche il significato di pane trans-sustanziale” o “quello che sta molto più in là di noi”. Il pane non significa il pane letterale, ma il “pane dei cieli” – proprio così, il pane psicologico, l’introspezione psicologica, “l’alimento mentale, proveniente da un livello più elevato, e che in questo modo ci mostra ciò che è sbagliato e violento nel nostro livello-. Parafrasando il brano: “Dacci oggi il nostro pane quotidiano” significa “Dacci oggi visione e discernimento e nuovi significati affinché possiamo sapere ciò che oggi dobbiamo fare e come dobbiamo lavorare su noi stessi”. Così in un senso la pillola è il “penoso pane celestiale” che è preciso trangugiare. È la stessa cosa della manna nel deserto. È la stessa cosa di pregare per essere capaci direttamente e sinceramente di osservarci alla luce del Lavoro e così attraverso la sua illuminazione mentale vedere su che cosa è necessario lavorare, e con cosa non ci si deve identificare, ecc, - e accettare questo bagliore d’introspezione o luce che ci è data – portarla all’interno e non discuterla né autogiustificarla, ma accettarla, riconoscere la sua verità. Ma la maggior parte della gente discute ogni vera critica interiore o esteriore su se stessa e così non l’inghiotte – proprio così, non l’accetta, e non la vede come la verità su se stessi.

Quando ci mostrano qualcosa sul nostro stato d’Essere, sia per mezzo della percezione interiore, sia per un suggerimento esteriore o insinuazione, con questo non prepariamo la pillola – proprio così, non la formuliamo –né tantomeno l’inghiottiamo – ciò significa accettarlo – come la verità. Ma se lo facessimo, ciò ci porterebbe ad uno sforzo diretto ed intelligente fondato sulla comprensione. È questo che fa l’Uomo Astuto – proprio così, l’Uomo intelligente -, ed è incommensurabilmente superiore agli esercizi di respirazione, ai riti, ai digiuni, alle torture del corpo, alla caccia di discipline meccaniche, e tutto il resto. La Quarta Via si fonda sulla **comprensione**. Il Lavoro è la Quarta Via – proprio così, non è la Via del Fachiro né la Via del Monaco, né la Via dello Yoghi-. In questo Lavoro la **comprensione** è la cosa più poderosa che un uomo possa sviluppare. Per tanto è necessario cominciare con lo scopo di **comprendere** ciò che insegna il Lavoro e **di vedere da se stessi** perché lo insegna. Cosa significa ciò? Alla fin dei conti significa che è preciso che voi **comprendiate da voi stessi** perché le emozioni negative devono scomparire, **comprendere** perché l’autogiustificazione deve sparire, perché la menzogna e l’inganno devono sparire. (Osservate che il Padre Nostro dice: “Perdona i nostri debiti, come noi li rimettiamo ai nostri debitori”). È necessario che comprendiate da voi stessi perché devono sparire le fantasie egoistiche, perché l’auto compassione e i lamenti devono sparire, perché l’avversione deve sparire, perché lo stato di sonno interiore deve sparire, perché l’ignoranza deve sparire, perché i respingenti e gli atteggiamenti e i ritratti devono sparire, perché la Falsa Personalità, con i due giganti che camminano davanti a voi, l’Orgoglio e la Vanità, devono sparire, perché l’ignoranza di sé deve essere rimpiazzata da una vera ed imparziale conoscenza di sé mediante l’osservazione, perché la considerazione esterna è sempre necessaria, e finalmente è preciso

comprendere e vedere perché il Ricordo di Sé è completamente e totalmente sempre necessario per voi se volete svegliarvi dal grande sonno indotto dal potere della natura e dal crescente ipnotismo della vita esterna. Tutto questo costituisce il Lavoro e ciò che insegna – per conoscenza, cosa dobbiamo fare per svegliarci dallo stato di sonno in cui viviamo.

Bene, se attraverso un'osservazione di sé imparziale si vede qualcosa, diciamo, che nasce unicamente dalla Falsa Personalità, dalla Vanità e dall'amore di sé, e così da una memoria di sé equivocata, che ci controlla e ci parla con la nostra bocca e dirige tutte le nostre emozioni e pensieri ed espressioni facciali e movimenti, e se lo si vede chiaramente e lo si esprime – allora si prepara una pillola. Sì, ma la si può far girare tra le dita? È forse così chiara, così definita, così obiettiva? No, ma può arrivare ad esserlo, man mano che la vostra comprensione di ciò che è il Lavoro ci fortifica in quanto si è più responsabili verso di esso. Allora bisogna ingoiare la pillola – accettarla – proprio così, vedere che c'è qualcosa in voi e che si è sempre colpevole perché si è identificato e si è sempre detto "Io" a quella cosa in voi, che vi ha fatto diventare probabilmente sventurato ed ancora più infelice con tutti i suoi contenuti. Non dirò che ingoiare la pillola sia cosa facile.

Bene, una persona manca del potere di osservazione di sé a meno che utilizzi la forza del Lavoro. Per questo, per una persona che è segretamente finta nella sua disposizione verso il Lavoro, avrà sempre una curiosa incapacità di osservare se stessa. Tali persone mancano di luce per vedere se stesse. In detti casi non si tratta di preparare una pillola e d'inghiottirla. Considerate ciò che si è detto tanto spesso. Voi non potete comprendere il lavoro se non lo sentite – proprio così, se non lo valorizzate-. **Comprendere** nel senso-Lavoro richiede per iniziare l'avvicinamento dei centri – il Centro Intellettuale e il Centro Emozionale.

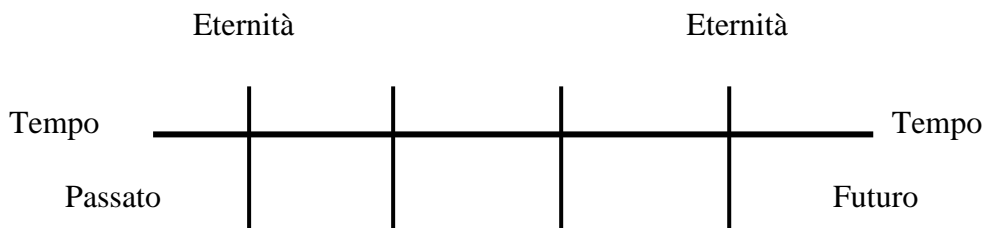
Cap. 48 Great Amwell House, 28 settembre, 1946 **CORPO-TEMPO**

In collegamento con l'osservazione che il sentimento di Eternità entra nel Ricordo di Sé e non lo fa nell'osservazione di sé, è preciso ricordare alcune idee sul Tempo che sono concomitanti a questo insegnamento. Ci sono tre dimensioni visibili ed accessibili e tre dimensioni invisibili e in genere inaccessibili. Da questo punto di vista il mondo reale ha sei dimensioni. A causa dei nostri sensi limitati conosciamo solo un mondo di tre dimensioni che si muove nel Tempo e questo è il mondo che consideriamo reale – proprio così, come la realtà, come tutto quello che è o può essere. Fondiamo i nostri pensieri in questo visibile e tridimensionale mondo che si muove nel Tempo. Proprio così, il nostro modo di pensare si modella su questa realtà che è evidente ai nostri sensi limitati. È, senza dubbio, necessario cambiare il nostro modo di pensare se la nostra meta è lo sviluppo nel livello d'Essere o l'accrescimento di coscienza. Questo insegnamento, come tante volte si sottolineò, si propone di farci ***pensare in un modo nuovo***. Permettetemi di domandarvi: "Avete già cominciato a pensare in un nuovo modo per mezzo del vostro contatto con le idee del Lavoro? Affinché ciò sia possibile è preciso che le nuove idee cambino la mente, attraverso la

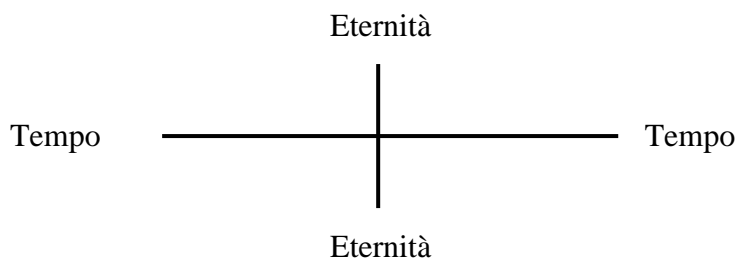
quale si stabiliscono nuove connessioni che fin'ora non furono usate. In questo modo realtà nuove e più ampie della mente appaiono oltre le strette realtà somministrate dai sensi, con un corrispondente accrescimento di coscienza. Per dirla in breve, si percepisce di più di quello che si percepiva prima, e questo in molte direzioni insolite. Non si accrescono soltanto la capacità e la comprensione della mente, ma anche la percezione di sé. Per esempio, sentir dire che stiamo dormendo, che siamo meccanici e che non conosciamo noi stessi sono nuove idee. Quando le si applica nella pratica, per mezzo dell'osservazione di sé, queste nuove idee stabiliscono numerose nuove connessioni nella mente, di fatto, fino a tal punto che tutte la concezione e il sentire di uno stesso comincia a cambiare e un nuovo sé si fa percettibile, occulto e a qualche distanza oltre quello che fin'ora credevamo che era la sola forma possibile di essere di uno stesso. Occupiamoci di questa questione in riferimento alle dimensioni. La quarta dimensione è quella del Tempo. Non vediamo il Tempo né ci vediamo nel Tempo. Non vediamo i Tempi-Corpi di noi stessi o delle cose. Crediamo che il passato sia morto. La nostra vita è una linea vivente nel Tempo vivente. A causa della nostra relazione con il Tempo, vediamo solo un punto nel Tempo e poi un altro e così via, e li denominiamo momenti presenti. Si noti che i nostri cinque sensi lavorano soltanto nel momento presente, registrano solo il momento presente – né il passato né il futuro-. Discernerlo chiaramente è un punto di partenza, secondo il mio parere, per essere capaci di comprendere qualcosa sulle dimensioni, che stanno oltre i sensi. ***Vi rendete forse conto chiaramente che*** potete vedere o prendere o assaporare soltanto una mela nel momento presente? Non lo potete far fare in un momento o dentro un momento – proprio così, nel passato o nel futuro-. Così ci si vede limitati a questa cosa dubbiosa che chiamiamo il momento presente, e tutto il resto lo chiamiamo passato o futuro e lo contempliamo come se mancassero di esistenza reale. Eliminiamo così ogni esistenza possibile al momento presente ed immaginiamo che Dio esista soltanto in esso. In questo insegnamento ciò è chiamato, però, un taglio trasversale nel Tempo. Senza dubbio non stiamo mai in contatto con questo sfuggente attimo presente dentro il quale confidiamo tutta la nostra esistenza. È reale – eppure dubbioso – non ai sensi bensì alla coscienza. I nostri sensi ci mettono in relazione con il momento presente ma la nostra coscienza non lo fa. Non siamo presenti in questo momento presente dei sensi. È troppo piccolo e troppo rapido per avere propriamente coscienza di esso. La nostra coscienza, che lavora al di là dei sensi, è una cosa confusa e mescolata, composta di passato, presente e futuro anticipato. Per mezzo della memoria e dell'immaginazione tendiamo a vivere o prima o dopo il momento presente e non possiamo stare dentro di esso. Per questo non stiamo realmente mai nel mondo esterno nel modo in cui lo registrano i sensi. Per così dire traducono le cose come una sequenza di fotografie che si succedono in rapida successione, come in un film. Senza dubbio, per quanto strano appaia, ogni momento presente è eterno. Il momento presente sta a volte nel Tempo e nell'Eternità. È il luogo d'incontro del Tempo e dell'Eternità. L'Eternità penetra in ogni momento presente nel Tempo in movimento, ad angolo retto con esso. È per questo che, a volte, in uno stato di Ricordo di Sé – proprio così, nel Terzo Stato di Coscienza – sentiamo l'Eternità. È per la stessa ragione che alcune cose che sono nel

Passato si distaccano fuori del Tempo – a volte una cosa indecente. Ciò si deve al fatto che in qualunque momento, in qualsiasi momento ordinario di tranquillità che non ha nulla che lo distingui dagli altri, si penetra nella dimensione di Eternità e per casualità abbiamo coscienza di ciò.

La relazione del Tempo con l’Eternità è rappresentata prima di tutto dal diagramma:



La linea orizzontale rappresenta il Tempo –la quarta dimensione-. Le linee verticali rappresentano la quinta dimensione che entra perpendicolarmente in ogni momento in ogni parte del Tempo. O, più semplicemente, il Tempo e l’Eternità possono essere rappresentati da una croce:



L’Uomo a volte è nel Tempo a volte nell’Eternità. L’Eternità è perpendicolare al Tempo – e questa è la direzione del Ricordo di Sé – il sentire che ci siamo anche noi *ora*. Ogni *momento* è eterno. Per ricordarsi di se stesso deve immettersi il sentimento di ora – *io ora sono qui – io stesso, ora-*. E se la cosa ha successo si conoscerà da se stessi che l’Eternità sta sempre nel momento e può essere sperimentata come un sapore differente dal Tempo. Bisogna avvertire che non si parla già più del momento presente registrato dai sensi, ma di *ora*, di questa esperienza interna che in realtà può dare il Ricordo di Sé. L’“Io” Reale sta nell’Eternità –non nel Tempo-. Il Ricordo di Sé sta fuori dal Tempo e dalla Personalità. Non ci sorprende che il Ricordo di Sé possa suscitare un sentimento completamente diverso di quello che procura la nostra relazione con il pressante, ansioso Tempo. L’Essenza, per essere eterna, manca del sentimento di Personalità che si trova solo nel Tempo. Pensare dal Tempo non produce un vero sentimento abituale di noi stessi. Non costa nulla rendersi conto di quanto si è incompleti. Perché le persone agiscono così come fanno? Perché non sentono se stesse correttamente. Già sappiamo che il Lavoro insegna che fummo creati come un esperimento –come organismi capaci di sviluppo proprio- e per tanto comprenderemo perché ci sentiamo incompleti e perché un uomo, modellato unicamente dalla vita – proprio così, che ha attiva solo la sua Personalità acquisita- deve sentirsi sempre incompleto, interminato, e così completamente impotente. Non è la forza di vita quella che sta nel Tempo, quella che è capace di fare diventare passiva la Personalità – come potrebbe esserlo, quando è la forza che lo fa? -. Solo un’altra

forza proveniente da un'altra direzione può far sì che la Personalità diventi passiva ed alimentare l'Essenza – la parte eterna in noi-. Allora si comincia a vedere che tutto l'insegnamento esoterico deve avere la qualità dell'*Eternità*, e essendo così sviluppare l'Essenza, che è eterna. Lungo tutto il Tempo, lungo tutte le epoche, l'insegnamento esoterico continua ad essere sempre lo stesso. Dice sempre le stesse cose. Insegna sempre le stesse cose. Sta al di sopra del Tempo e cambia. È l'Eternità nel Tempo –e così parla sempre della vita eterna-.

Ritornando al nostro tema: la quarta dimensione del Tempo contiene tutta la nostra vita. La sperimentiamo un istante dopo l'altro. Va di fretta e è sempre fermata dal sentimento di *ora*. Se la nostra vita si estendesse in questa dimensione, inaccessibile ai nostri sensi, sarebbe tutta lì – in questa dimensione invisibile-. Per questa ragione tutto ciò che facciamo ora intacca tanto il passato come il futuro della nostra vita. L'atto di non identificazione fatto ora influisce *tanto sul nostro passato come sul nostro futuro*. Le relazioni che abbiamo avuto con la gente del passato cambieranno, per mezzo del lavoro su di sé realizzato ora. Non solo cambierà il nostro passato, ma possibilmente quello di quelle persone. Siccome ciò è molto difficile da capire ritornerà all'inizio di questo commentario in cui si disse che per cambiare il nostro Essere ed accrescere la coscienza abbiamo la necessità di nuove idee oltre quelle che ci procurano i nostri sensi. Si disse succintamente che se il nostro pensiero si basa unicamente sull'evidenza dei sensi, la mente non può pensare diversamente e non si possono stabilire nuove connessioni. Mi direte che il passato è morto, finito, terminato – solo perché non è registrato dai nostri sensi-. Se fosse registrato, pensereste in un modo molto diverso, ma siccome non lo è, si dirà che l'idea che la vita passata esiste in realtà è perduta. Questo è ciò che è. È “perduta”, perché i sensi esterni non la registrano, ammesso che possono registrare solo il momento del Tempo chiamato il presente. Le dimensioni superiori non sono reali per i sensi esterni, ma lo sono solo per i sensi interni. Per esempio, la mia vita intera può essere vista soltanto internamente in un certo stato di coscienza. Perché? Perché è lì! Dove? Nel Tempo. E il mio futuro? Anch'esso è lì, nella dimensione che sperimentiamo come il Tempo attraverso cui ci muoviamo. Allora, sono predestinato? Sì e No, perché ci sono molte linee parallele di tempo somiglianti a fili telegrafici e si può stare in uno o nell'altro secondo il proprio stato interiore. Se si gode delle proprie emozioni negative si seguirà una linea, e la più bassa. Elevandosi nel movimento verticale uno si eleva e segue un'altra linea parallela per mezzo della non identificazione e per mezzo del Ricordo di Sé –insomma, mediante il Lavoro- che entra perpendicolarmente nel Tempo e così sta sempre in verticale sopra di voi, qualunque fosse la linea che si segue, e mai nel futuro, perché il futuro sta nel tempo orizzontale. Si potrebbe parlare del futuro verticale, ma, per distinguerlo dal futuro orizzontale. Se l'Essere si sviluppa, la direzione che segue è verticale. Si vede la propria vita diversamente. L'Essere superiore sta *sopra* l'Essere inferiore. In questo momento può accompagnare gli “Io” che sono sotto di voi o quelli che stanno sopra. Può rompere silenziosamente qualcosa in voi o può non farlo. Si può dire qualcosa o si può non dirla. Rimarrà tutto nel Corpo-Tempo, ma a differenti livelli, secondo la loro qualità. Tutta la vita è lì –nel Corpo-Tempo-. Ma, lavorando ora, le cose possono essere

cambiate nel passato e il Corpo-Tempo può essere connesso in un modo diverso –così come si possono annodare pezzi da una corda lunga e flessibile per accorciarla, e annodarne altri -. Quando sentiamo che tutto il passato sta lì e che stiamo vivendo nella dimensione del Tempo vivente, il nostro senso di noi stessi cambia. Certamente il cambiamento è molto grande, nel comprendere primariamente che il Tempo che passa non annulla niente e seconda cosa che ora si possono cambiare le cose nel passato – non per mezzo d’inutili rimorsi, ma con un attivo lavoro su noi stessi-. Ogni atto di lavoro vibra attraverso tutto il Corpo. Può cambiare la mia condotta di trenta anni fa. Più tardi parleremo della ricorrenza, sul tornare ed entrare una volta di più nella nostra vita e trovare forse che alcune cose furono cambiate, in modo da poterci svegliare più presto.

Cap. 49 Great Amwell House, 8 ottobre, 1946
NUOVA NOTA SUL CORPO-TEMPO

Nel commentario precedente si disse che il sentimento di Eternità entra nel Ricordo di Sé ma non nell’osservazione di sé. Osserviamo noi stessi nel Tempo che passa. Osserviamo la Personalità che si è formata nel tempo che passa mediante l’azione della vita. Osserviamo i differenti “Io” che appaiono in diversi periodi di Tempo, principalmente a causa dell’imitazione. L’Essenza non appartiene al Tempo transitorio, non è una cosa temporale. Nel ricordarsi di se stesso non si ricorda la Personalità ma qualcosa che è anteriore ad essa e che sta nella direzione dell’Essenza e si può raggiungere solo per mezzo di essa. Per ricordare se stessi nella Personalità bisognerebbe fortificarla – è dire, “Questo sono Io” invece di “Questo non sono Io”-. Se si dice “Io” alla cosa sbagliata si accresce il suo potere su noi stessi. Allora non ci si può separare da essa. La vita fa che ci identifichiamo con la Personalità. Naturalmente, fa che c’identifichiamo con ciò che essa stessa ha creato in noi. Il Lavoro si propone di farci smettere d’identificarci con ciò che la vita ha creato in noi, e con quello che ora ci sta facendo. Ricordarsi di se stessi, invocare il più puro, più sottile sentimento di “Io” in connessione con qualche aspetto prominente della Personalità equivarrebbe ad identificarsi ancora di più con quello che la vita ha formato intorno all’Essenza. Equivarrebbe a togliere la vernice con la vernice. Il più puro, il più sottile, il più luminoso e totale sentimento di “Io” si nasconde oltre il multiplo sentimento della Personalità e le sue molteplici ambizioni, ansie, violenza e negatività. In questo sentimento di “Io” a cui mi riferisco, in ogni istante di Tempo entra il sentimento di Eternità, ma in una direzione che non potremo trovare se siamo totalmente identificati con la Personalità. Se la Personalità sta in completa attività, la via rimane sbarrata. La Personalità ci dirige verso il Tempo –verso il Tempo transitorio- proprio così, la Vita, Diagrammaticamente, la dimensione di Eternità entra ad angolo retto nella dimensione del Tempo. Man mano che il sentimento di Tempo si accresce con l’osservazione di sé e cominciamo a prendere fotografie-tempo di noi stessi – proprio così, abbozzi di “Io” per prolungati periodi - diminuisce l’ipnotismo del momento presente registrato dai sensi. Il “presente” non è già più confinato nell’istante –ma si estende gradualmente a tutta la nostra vita, man mano che si espande la coscienza-. Cominciamo, di fatto, a comprendere il Tempo vivente

–proprio così, cominciamo a comprendere che la nostra vita è nell’invisibile dimensione del Tempo e non siamo già più confinati nell’istantanea del Tempo registrata dai nostri sensi-. Nel nostro presente sta vivendo il passato – e sta cambiando-. Come può cambiare? Perché arriva alla nostra coscienza. La coscienza è luce: la luce trasforma tutto. Rinchiusi nella prigione dei nostri sensi non crediamo in altre dimensioni che sono oltre lo spazio che i nostri sensi ci mostrano. Come, se crediamo soltanto in ciò che vediamo, come potremo mai evolvere? Come potremo arrivare ai centri che sono super-sensibili? Come potremo sperimentare un cambiamento di mente –la prima tappa nello sviluppo che, secondo ciò che è insegnato nell’esoterismo, è il significato dell’uomo-? Se si crede che non ci sia nulla oltre lo scenario della vita visibile e che la Natura si sia creata da se stessa, come ci si può ricordare di se stessi? Se si crede che ci sia soltanto un corpo visibile e che si finisce di esistere con esso, come ci si può ricordare di se stesso? Quando il Lavoro dice che l’Essenza discende dalle Stelle dice qualcosa che può modificare la nostra vita. L’origine dell’Essenza è perpendicolare al Tempo. La nostra origine non è nel Tempo –nel passato-. Questa è un’idea strana. Ma è un’idea necessaria. Cambia la mente e questa è la prima cosa necessaria. Cominciamo a pensare in un modo nuovo – e sono così tante le cose che si devono pensare in un nuovo modo- e ritorniamo, alla nostra vita, e cambiamo. Si può vedere la propria vita in un modo molto differente –ma non lo si può fare se non si comprende che questa sta vivendo ed è colpita da tutto ciò che fin’ora facciamo e comprendiamo-. Una nuova comprensione è la forza più poderosa che ci è dato di creare nel Lavoro. Proviene da idee nuove. Questa forza della nuova comprensione non modifica soltanto il futuro ma modifica anche il passato. L’intero Corpo-Tempo di una persona sta in connessione reciproca, nello stesso modo in cui una punta di un bastone sta in connessione con la punta opposta. Basta colpirlo in qualche punto e tutto il bastone vibra. Ma il Corpo-Tempo non è una retta. È un cerchio, che non si chiude completamente.

Questo ci porta all’eterna ricorrenza. Ci insegnano che se non lavoriamo su noi stessi la vita si ripete *esattamente come prima*. Non si modifica niente. Perché? Perché non abbiamo cambiato nulla in noi stessi. Cosa significa cambiare qualcosa in uno stesso? Vuole dire che l’Essenza cresce. Se l’Essenza cresce non attirerà la stessa vita nella ricorrenza. Nel Lavoro il termine “sviluppo” significa una nuova crescita dell’Essenza. Questo può avvenire solo se qualche manifestazione della Personalità smette di essere attiva attraverso il potere del Lavoro. Un uomo vede, per mezzo della luce del Lavoro e della sua comprensione dello stesso, alcune manifestazioni negative di se stesso, diciamo. Per mezzo di un’osservazione più approfondita lo vede sempre più chiaramente, estendendosi lungo la propria vita. Desiderando di lavorare su se stesso – proprio così, valorizzando il Lavoro mette in pratica e non in modo sentimentale – comincia a separarsi da se stesso, possiamo dire, a sangue freddo – deliberatamente. Quando sente di essere vicino a degli “Io” che lo portano a detto stato, a questo cattivo posto psicologico in se stesso, già non s’identifica più con quegli “Io” negativi nel posto nel quale stanno sempre. Se sente che sta avvicinandosi troppo ad essi e si ricorda di se stesso e di quanto sente il lavoro –proprio così, quando è in presenza degli “Io” del Lavoro- ricorda le osservazioni che ha fatto prima

sul proprio stato negativo e gl'istanti d'introspezione che fece e quello che ha compreso del significato del Lavoro e perché lui stesso sta lavorando. In questo modo fortifica il suo proposito. Si é dato il Primo Shock Cosciente e così ha creato nuovi idrogeni, una nuova forza. Con questa nuova forza che ha creato il suo potere di non identificarsi si accresce.

Bene, questo tipo di lavoro, che va contro questa o quella manifestazione della Personalità, produce le condizioni corrette per la crescita dell'Essenza. Avviene *necessariamente* una lotta in ogni tappa di questa crescita. Se è la Personalità che vince non avviene nessuna crescita. La Personalità e la volontà di sé assorbono questa forza e rimangono attive e l'Essenza non ottiene nulla e così rimane passiva. ***Per questo dobbiamo essere tentati.*** Preghiamo per non cadere in tentazione ed essere liberati dal male della Personalità. Qui è necessario pensare individualmente. S'intavola la lotta tra ciò che è irrealista e ciò che è reale. Ma in questa lotta soltanto la luce del lavoro –proprio così, la forza e l'illuminazione che ci arrivano dall'Uomo Cosciente nella forma d'insegnamento esoterico, come il Lavoro che studiamo- é ciò che ci può separare dalla Personalità. Questa forza si contrappone alla forza di vita. Nell'uomo inizia la guerra. Non c'è altro modo per l'Essenza di diventare attiva. La vita fa e mantiene attiva la Personalità. Il Lavoro determina che la Personalità diventi passiva mediante i metodi della Quarta Via in modo che l'Essenza possa crescere e diventare eventualmente più forte della Personalità, così un uomo non è già più manipolato dall'esterno –dalla vita-. Ciò significa che emergono un nuovo uomo, una nuova donna. Questo è ciò che significa lo sviluppo –non un aumento di quello che è una persona, ma una nuova persona che emerge, facendo sì che ciò che è *ora* sia passivo, secondo le linee insegnate chiaramente dal Lavoro-. Se l'Essenza cresce *dopo* che si è formata la Personalità, non attrarrà più la stessa vita nella ricorrenza. Ma se un uomo non ha un'altra luce oltre quella visibile del Sole, non sarà capace di far diventare passiva la Personalità. Non comprenderà cosa significa. Se arriverà a conoscere qualche pseudo - insegnamento i suoi sforzi accresceranno soltanto la Personalità ed egli rimarrà nella ruota della ricorrenza meccanica.

Comprenderete allora perché un uomo proprietario di un Centro Magnetico corretto è situato in un livello di Essere più alto degli altri perché essi mancano del Centro Magnetico e credono solo nei loro sensi che sono sottolineati dalla scienza o da qualche altra disciplina. Il punto d'inizio nell'insegnamento esoterico è il Centro Magnetico, capace di distinguere tra le cose della vita – proprio così, le influenze A -. Senza questo punto d'inizio un uomo non può separarsi dalla Personalità perché la forza della vita lo mantiene legato ad essa. Allora lo sviluppo dell'Essenza sarà praticamente impossibile. L'uomo vive e muore come un seme, una ghianda, e il Lavoro dice che può essere mangiato da un maiale, che non è per niente gradevole. Costituisce una fonte di alimento per quello che vive sotto la Terra. L'uomo in cui è entrata la conoscenza dell'Uomo Superiore, che comprende e si rende conto di ciò che è, e vede la sua nullità, che comincia a lavorare, detto uomo può riuscire a far diventare passiva la Personalità. Proprio così, il Lavoro la rende passiva se questo uomo è utile. In detto uomo si produrrà la crescita dell'Essenza. Non girerà già più nello stesso circolo di vita. Se lo sviluppo dell'Essenza si realizza pienamente, se

l'uomo essenziale cresce in tutta la sua statura – non sperimenterà già più la vita al livello della Terra-. È un livello chiamato del Sole a cui può arrivare la vita dell'Uomo, così come la Terra e la Luna. Il Sole esige l'organismo sviluppato – l'Uomo Cosciente-. Così l'Uomo fu creato come un organismo capace di sviluppo proprio e gli si diede un'Essenza che proviene dalla Galassia Stellare.

Cap. 50 Great Amwell House, 13 ottobre, 1946

LE RELAZIONI DELLA MEMORIA CON LA QUARTA DIMENSIONE

La nostra memoria è immagazzinata nei rulli dei centri. Le impressioni cadono nei rulli dei centri. Sono messi in movimento dalle associazioni. Quando ricordiamo qualcosa un rullo comincia a girare da qualche parte di un centro. A volte un rullo comincia a girare e si ferma nuovamente e così ricordiamo – uno stato strano ma abbastanza comune-. Altre volte c'è più di un rullo che gira. Quando succede questo la memoria è molto più ricca. Quando i rulli si mettono a girare simultaneamente nei tre centri – diciamo, nel Centro Intellettuale, nell'Emozionale e nell'Istintivo- il ricordo possiede la qualità della realtà. L'olfatto può quasi trasformare il passato in presente. Le materie fini dell'olfatto toccano la Quarta Dimensione, della quale abbiamo parlato recentemente.

Bene, i miei ricordi, diciamo, di Parigi, sono immagazzinati nei rulli dei centri. Questi ricordi sono differenti in ogni centro, perché ogni centro ha un tipo di memoria separata. Le impressioni immagazzinate nel Centro Istintivo ricordano, diciamo, l'alimento e il vino o un comodo letto. Le impressioni immagazzinate nel centro Emozionale ricordano, diciamo, la bellezza dell'alba. Le impressioni immagazzinate nel centro Motorio, ricordano, diciamo, i movimenti ginnici che si svolgevano nelle piazze di Parigi. Le impressioni immagazzinate nel centro Intellettuale, ricordano, diciamo, le bancarelle di libri antichi sulla riva della Senna o i pensieri suscitati da Notre Dame de Paris e così via. Tutte queste impressioni e un milione di altre stanno immagazzinate nei rulli dei differenti centri dei miei ricordi di Parigi. A volte un rullo di Parigi è messo in movimento da qualche associazione accidentale e appare un pezzetto di Parigi nella coscienza per un attimo e forse un altro rullo gira un istante e posso vedere confusamente un altro pezzetto di Parigi. Il meccanismo dei rulli è situato nel cervello. Il cervello è una macchina chiusa in una cassa. Se le nostre conoscenze fosse sufficienti e potessimo esaminare l'interno della cassa e il macchinario che contiene con sensi molto più sottili di quelli che possediamo ma che non usiamo, potremmo vedere i rulli in movimento. Se qualcuno fosse capace di mettere la sua macchina in connessione con la mia potremmo conoscere Parigi per mio mezzo e di vedere ciò che ho visto. Gli sarebbe anche possibile osservare un'idea che penetra nel mio cervello in un certo modo e nel cervello di un'altra persona in modo differente ed allora potrebbe comprendere il perché non siamo mai d'accordo su nessuna cosa e ricordiamo sempre in modo diverso da loro e le nostre proteste sono continue. Il cervello è una piccola macchina la cui capacità di immagazzinare è molto grande e nella quale milioni di fili mettono in connessione le sue differenti parti. È molto simile in ogni persona, ma le connessioni sono diverse in ogni persona. Quando giudichiamo un'altra persona ciò

che giudichiamo sono certe connessioni usate per detta persona, che non corrispondono alle connessioni utilizzate per noi. Così ci si rende conto che il proprio passato non sta soltanto nei rulli dei centri ma anche nelle connessioni acquisite con l'educazione tra i milioni di fili che si usano abitualmente – proprio così, il sentiero nel cervello lungo cui andiamo sempre. Tra milioni di altri sentieri possibili, il nostro passato, è poi, una forma, una possibilità, un modello e una serie di vie in una grande città. Ora vediamo il significato che ha il Tempo per noi in questo insegnamento, poiché è la realizzazione di una linea di possibilità, ma ad ogni istante ci sono linee che si ramificano in ogni direzione facendo diventare così infinite le possibilità, e l'Eternità è la consumazione di tutte le possibilità. Basta ricordare una delle definizioni che Cristo dice di Dio – che con Dio sono possibili tutte le cose-. Dio non sta nel Tempo ma nell'Eternità, fuori dal Tempo, non avendo nulla a che vedere con il Tempo. Per questo, con lo scopo di comprendere correttamente ciò che si trova sopra di noi, è necessario eliminare il Tempo nel nostro pensare. Dobbiamo anche scartare completamente il Tempo per arrivare ad un livello che sta sopra di noi. Il Tempo e lo Spazio c'impediscono di arrivare ad un livello superiore di noi stessi, che è possibile ed esiste realmente. L'uomo deve rinascere fuori del Tempo e dello Spazio – perché la sua mente, se si sveglia, può comprendere e raggiungere un mondo dimensionale più elevato nel quale non c'è Tempo e tutto è –non *fu* -. Per questo dobbiamo prendere come punto di partenza la comprensione che la nostra vita sta vivendo nella Quarta ed invisibile dimensione e che il passato è vivo. Il passato è – non *fu* – e per questo può essere trasformato. ***Io posso trasformare il mio passato lavorando ora su me stesso.*** Si può cambiare tanto il passato, come il futuro *ora* ricordandosi di se stesso e smettendo di identificarsi con il modo solito che in generale si segue, diciamo, nel giudicare gli altri. Per questo ciò che facciamo ora per ottenere una nuova conoscenza che ci permetta di pensare in un modo nuovo – stabilendo nuove connessioni, perché questo è l'inizio di ogni trasformazione dell'Essere – è veramente importante. Tra le altre cose si pensa in un modo nuovo se si crede che la transitorietà del tempo sia un'illusione. Qual è la ragione di detta illusione? Una delle ragioni è dovuta ai rulli dei centri di cui abbiamo parlato, prescindendo da ciò che si disse precedentemente. Quando girano si producono le sensazioni del passato, di ciò che fu, e così pensiamo nel passato come se non fosse esistente, morto e irrimediabile, e ricaviamo da quello un sentimento completamente sbagliato di noi stessi – sì, di un centinaio di altre cose-. I rulli sono necessari - altrimenti mancheremo di memoria-. Ma la memoria non è un nuovo significato, un nuovo gusto. Non è uguale alla coscienza nella Quarta Dimensione, che a volte si sperimenta quando il biossido di carbonio arriva ad una certa concentrazione nel sangue. Allora l'accesso alla Quarta Dimensione del Tempo è diretto. Un certo tipo di respirazione può provocare questo risultato. Allora è lo stesso che andare a Parigi, invece di ricordare detta città. Parigi è, non fu. Se si esamina direttamente il cervello di una persona, si potrebbe vedere, diciamo, l'arrivo di una malattia. Il cervello è legato al Tempo come un cerchio che si fa scorrere lungo una corda. È una macchina che passa attraverso il Tempo – attraverso una delle possibili linee del Tempo – e lascia un leggero deposito nei rulli. Questa è la memoria. La memoria è tenue.

Ricordiamo molto poco. Ricordiamo male e dimentichiamo quasi tutto. Ma nella Quarta Dimensione stessa, oltre la memoria, tutta la nostra vita rimane così come fu in ogni dettaglio di pensiero, di sentimento, di sensazione, di movimento, di percezione e di azione. Nel momento della morte tutta la vita –l'integrità della vita- forma un certo tipo di alimento e secondo la sua qualità è assorbita sia da ciò che sta al di sotto della Terra nella scala di creazione – a sapere, la Luna – sia da un livello superiore – a sapere, il Sole-. Non siamo i nostri corpi, ma tutto è stabilito nella nostra vita prescindendo dalla memoria. Siamo la totalità della nostra vita dalla nascita fino alla morte. Questo è il nostro Corpo-Tempo. È tutto presente, sta tutto lì, e se ora lavoro su me stesso, osservo me stesso, vedo ciò con cui sono identificato, vedo le accuse che ho fatto agli altri, vedo in che modo mi giustifico e non perdono nessuno, e siccome credo che solo gli altri sbagliano, siccome giudico la gente meccanicamente senza mettermi nei suoi panni e vedere quanto sono soddisfatto di me e quanto auto-compiacente sono io, siccome non sono assolutamente ciò che immagino di essere –di fatto, se inizio a lavorare su me stesso dalle idee esoteriche del Lavoro che cercano di trasformarmi, allora sarò capace di cambiare il mio Corpo-Tempo salendo ad un altro livello del Tempo, o ad un'altra linea in cui tutto il passato è modificato – in modo tale che quando ritorno a visitare la mia vita dal momento della mia nascita trovo cose differenti e persino ricordi della mia ricorrenza anteriore, guidato forse da qualche sentimento di familiarità – di essere stato prima in quel posto -. Questo è dovuto al fatto che quando la vera memoria si apre, alla morte, quando il libro della nostra vita è aperto – non è solo registrato ciò che fecero gli altri, ma è anche registrato, il nostro orgoglio, la nostra presunzione, le nostre crudeltà ed antipatie, ciò che abbiamo fatto e ciò che abbiamo sentito e pensato. Questo è un farmaco molto forte da sostenere, salvo con un'osservazione di sé prolungata, sincera ed imparziale. Così, invece di una gradazione così poderosa di coscienza diretta ci è stata data con intelligenza la memoria nei rulli e non ci è stato permesso di avere accesso alla vera memoria, che soltanto l'Uomo Cosciente può sopportare e possedere. Noi, nella nostra posizione di persone meccaniche, che brancolano nell'oscurità, non possiamo sopportare luci così intense. Però, in un modo graduale, dovuto al Lavoro su di sé, aumenta l'avvicinamento alla coscienza, e con questo la nostra Personalità comincia a perdere potere – e l'Essenza comincia a svilupparsi. A volte possiamo avere barlumi di ciò che sto dicendo – cioè, quanto poco possiamo fidare nella memoria depositata nei rulli dei centri -. Se la gente si rendesse conto soltanto che ciò che chiamiamo una memoria assolutamente vera non è vera e, di fatto, che non si può avere fiducia nella memoria depositata nei rulli dei centri, e che, quando hanno la sicurezza che qualcosa successe in un certo modo, in realtà non successe così come lo ricordano – ciò li condurrebbe a liberarsi del meccanismo del cervello e come risultato ad un totale distacco e ad un nuovo sentimento di sé stessi. Il Lavoro, da differenti angoli di approssimazione, si propone di liberare l'uomo, la donna, dai loro abituali sentimenti di sé rigidi e stabiliti, e di creare eventualmente un nuovo senso dell'“Io”, un nuovo sentimento di sé. Quanti sentimenti malvagi, quante amare ingiustizie, sono mantenute vive contro gli altri a causa di una memoria difettosa dei rulli, i quali, se potessimo sperimentare un vero contatto con la

Dimensione-Tempo, sparirebbero completamente. Ma sono scarsi coloro che preparati dal Lavoro, possono vedere e sopportare ciò che successe realmente. Se avessimo una vera memoria non potremmo avere mai emozioni negative contro gli altri. Ma così come siamo dobbiamo di nuovo ricominciare da capo – cioè, avvertire le nostre emozioni negative e separarsi da esse-. Questo è chiamato “la preparazione dei centri inferiori per la ricezione dei centri superiori”. I centri superiori lavorano in dimensioni più elevate. Abbracciano la vita nella sua totalità.

Cap. 51 Great Amwell House, 19 ottobre, 1946
NOTA SUL LAVORO PERSONALE SU UNO STESSO

Quando siamo identificati non ci ricordiamo di noi stessi. Nel metodo e nella pratica della Quarta Via l’ottenimento del Terzo Stato o livello di Coscienza costituisce il tema centrale. Il Ricordo di Sé, la Coscienza di Sé e la Percezione di Sé sono alcune delle caratteristiche del Terzo Stato di Coscienza. A mo’ di commentario aggiungo anche il Riconoscimento di Sé o riconoscere se stesso. Quando c’identifichiamo cadiamo nel secondo livello di coscienza. Cosa ne risulta? Ne risulta un numero di cose relazionate in noi. Ci addormentiamo. Passiamo sotto la Legge dell’Accidente. Serviamo la Natura e le influenze create dalla vita – cioè, le influenze A -. Siamo dominati da una qualsiasi cosa con cui ci identifichiamo, a causa della quale perdiamo forza. Il lavoro interno dell’organismo è modificato. Dimentichiamo il nostro scopo. La coscienza si contrae. Le nostre associazioni ricevono energia e le cose passate ritornano. Tutto ciò e molto di più nasce dall’identificarsi. Visualizzando in grande scala alla luce del Raggio di Creazione e dell’Ottava Laterale del Sole, quando c’identifichiamo ci chiudiamo alle influenze che provengono da un livello superiore e ci apriamo a quelle che vengono da un livello inferiore al livello in cui siamo. È così, alimentiamo la Luna. Quanto più c’identifichiamo più alimentiamo la Luna. Una persona che gode delle emozioni negative è un buon esempio di ciò. Identificarsi è sporcarsi. Se la visione del mondo ci si presenta piena di sofferenza inutile –proprio così, inutile per uno sviluppo qualsiasi – tuttavia, é per voi un’esperienza interiore? Senza dubbio la sofferenza inutile è utile per qualche altra cosa, perché tutto è utile per qualcosa o qualche altra cosa. Tutto è usato a livelli differenti. Se un uomo non si sforza di svegliarsi, l’energia di cui dispone per svegliarsi sarà usata in qualche altro posto. Sarà data ad altri. Cristo disse: “Perché a chiunque ha sarà dato e sarà nell’abbondanza; ma a chi non ha sarà tolto anche quello che ha”. (*Matteo XXV, 29*). Nulla si disperde, anche se ci pare che lo sia. Tutto è “alimento” per qualche altra cosa. La sofferenza inutile dell’umanità e tutte le sue identificazioni costituiscono un alimento. Questo alimento è ricevuto dalla sottile pellicola che circonda la Terra ed è trasmesso alla Luna. Per questo diciamo che un uomo che è in uno stato di Ricordo di Sé e un uomo che è in uno stato di sonno sono due persone differenti anche se stanno sedute una accanto all’altra. Non sono sedute una accanto all’altra nella scala verticale dell’Essere. Psicologicamente sono separate da una distanza immensa–non una distanza nello spazio ma una distanza nell’Essere-. Quando le persone s’identificano con tutto, sia con se stesse sia con la vita, non comprendono il Lavoro. Prendiamo l’identificarsi con se stesso. Se stesso è una

molteplicità di “Io” differenti. Quando una persona s’identifica con ogni “Io” che si presenta nella girandola degli “Io”, non sta lavorando su di sé. Quella cosa a cui ci riferiamo come “io stesso”, è esattamente quella che dobbiamo osservare. È una serie di “Io” che si fanno carico in modo ininterrotto della nostra persona, a cui diciamo sempre “Io”. Dicendo “Io”, pensando di essere sempre *uno stesso* e così prendendo se stesso come *uno stesso*, c’identifichiamo continuamente, siamo sempre addormentati.

Come e in quale modo penetra il delicato filo del Lavoro affinché tutto quest’ordine meccanico di cose cominci a modificarsi? Rendendosi conto per mezzo di un’osservazione diretta che uno non è una persona ma molte persone differenti. Non si è “uno stesso” ma “molti sé”. Alcuni diranno che questo fu già detto molte volte. Sì, e lo si dirà nuovamente molte volte. Perché? Se non ce lo ricordiamo costantemente dimentichiamo completamente in quale posto si inizia il lavoro pratico su noi stessi. Esso inizia nel momento in cui ci separiamo da certi tipi di “Io”. Capite ciò che sto dicendo? Il lavoro su di sé inizia quando ci separiamo da un certo tipo di “Io”. Ma, come ci si può separare dal potere di un “Io” qualsiasi se non lo si osserva in azione? Nel Lavoro l’obiettivo di osservare se stessi è quello di arrivare a percepire certi tipi di “Io” che alimentano la Luna ed allora non lasciarsi portare da quelli – proprio così, identificarsi ogni volta di meno con essi- non prenderli come se fossero “Io” – proprio così, separarsi da essi-. Qui è il punto di partenza del Lavoro. Se non lo si capisce, il Lavoro e il suo significato continueranno ad essere oscuri. Non si capta di cosa si tratta. Si continua ad essere negativo, disperato, disgraziato, miserabile. Non si può vedere nessuna connessione tra ciò che il Lavoro insegna e i propri stati. Si crede ad ogni situazione di se stesso. Si crede ad ogni “Io” che momentaneamente si fa carico di voi – proprio così, ci s’identifica con ogni cosa in se stesso-. Non si comprende dove si trova il segreto del Lavoro – cioè, nel non far caso e nel non identificarsi con la propria negatività, con la propria disperazione, con la propria sfortuna, con la propria miseria-. È preciso che non ci s’identifichi con esse, che non gli si ceda, è preciso che non si dica “Io sono negativo”, perché ci sono “Io” che amano annientarvi, che godono ad avvelenarvi.

Come si disse, quando ci s’identifica, voi siete addormentato. Gli “Io” negativi desiderano mantenervi addormentati, perché quando siete svegli non hanno potere su di voi. Le persone sogliono dire: “Talvolta mi capita, ma ho le mie buone ragioni per essere negativo”. In questo modo gli “Io” negativi proseguono ad essere padroni assoluti della vostra persona. Rapportiamo le ragioni. Il Lavoro dice che tutti gli stati negativi, non ha importanza quale ne sia la causa, sono cattivi, e una persona deve separarsi da essi. Bisogna ignorare la causa. Il Lavoro dice, abbiamo il diritto di non essere negativi e dobbiamo lottare con tutte la nostra forza di mente e attraverso la verità del Lavoro per questo diritto che è nostro e che abbiamo perso imitando gli altri. È forse necessario prendere sempre le cose in un’unica maniera meccanica? Se non si vede in quale altro modo si può prenderle, allora non si é capito ancora di cosa tratta il lavoro su di sé. Guardatelo in questo modo – è necessario comportarsi sempre meccanicamente? -. Non è possibile comportarsi più coscientemente verso la vita, verso noi stessi e verso gli altri? Cosa significa ciò? Significa che già sappiamo

attraverso l'osservazione di sé come affrontare una situazione, un evento, una persona, meccanicamente, e di non identificarci con questo modo tipico di affrontarli ma che: 1) ci si separi da essi e 2) Se capita la possibilità cerchiamo di trovare coscientemente un nuovo modo di affrontarli. Questo è lavoro su di sé e questo conduce al cambiamento dell'Essere – al nuovo Essere -. Vi è una grande quantità di nuovo Essere, per questo non è necessario continuare ad andare con il vecchio Essere-. Ma non possiamo andare a Parigi e rimanere a Londra.

Bene, torniamo a questo semplice segreto che il Lavoro ci sta sempre insegnando e che ci costa tanto ad imparare. Se si dice: "Io sono negativo" non vi sarà possibile separarsi. Se si vede l'"Io" che sta producendo un gas tossico di emozioni negative allora si dirà: "Questo non è "Io". Inoltre, non bisognerebbe dire: "È preciso che Io affronti l'evento in questo modo? Tutto proviene dall'osservare che un "Io" in voi lo affronta in questo modo e che voi siete identificato con questo "Io" e che non siete obbligati a farlo. Per questo dovete separarvi da questo "Io" – separarvi da lui – e mantenendosi oltre di lui vigilarlo e in questo modo osservare come si svolge la situazione. Così gradualmente ci si colloca oltre la Macchina-Personalità e si scopre che è una gabbia di "Io" e non siete già più voi. Si comincia a distinguerli come una quantità di coperture. Allora appare il Maggiordomo per preparare la casa per l'"Io" Reale.

Cap. 52 Great Amwell House, 25 ottobre, 1946

ESSENZA E PERSONALITÀ

Parleremo dell'essenza e della personalità perché ogni auto-osservazione porta sempre alla domanda: "Che cosa in me è Essenza? Che cosa è Personalità"? Si può dire che la Personalità è il lato cresciuto e l'Essenza il lato non cresciuto in noi. Tuttavia il punto è che la parte cresciuta non è realmente noi stessi. Ci sta addosso come un vestito stretto ed in alcune circostanze può essere tolto via. Allora appare la persona reale, completamente diversa da quella che la Personalità la faceva apparire, *sia a se stessa, che agli altri*. Perché nel Lavoro si parla tanto della necessità che l'Essenza cresca? L'Essenza non può essere tolta via. La persona reale, la persona che rimane dopo che la Personalità viene rimossa è l'Essenza. Una persona può avere una nobile personalità, ma questa non è la persona reale. Quando gli ammortizzatori e le esperienze coercitive della vita vengono eliminate, e con loro se ne vanno tutte le paure di esporre o di perdere la reputazione, o di cadere sotto le conseguenze della legge viene eliminato, quello che è nascosto dietro questa nobile Personalità emerge. Proprio così, appare l'Essenza che non è cresciuta ed è rimasta non sviluppata. Non dobbiamo immaginare che l'Essenza sia completamente bella e affascinante. L'uomo reale appare separato dalla Personalità che lo aveva circondato fino ad allora. La gente non capisce che, se alcune restrizioni e paure esterne fossero rimosse, le loro vite non avrebbero la prudente vita che hanno. Essi non capiscono che il loro comportamento non viene dall'*interno*, ma è causato dalle circostanze esterne. Cioè essi non vedono che la Personalità è attiva, ma non l'Essenza. Ora sappiamo che l'Essenza si manifesta apertamente e non è ricoperta fino all'età di tre o quattro anni. Poi la Personalità comincia a circondare l'Essenza, mascherandola e prende il

predominio. La Personalità é formata dall'imitazione e dall'educazione, dalle lodi, dalla paura delle conseguenze. Ma non é l'individuo stesso. La persona reale, l'Essenza, rimane nascosta e passiva. Ora, qualunque cosa viene fatta per mezzo della Personalità, viene fatto sotto la forza delle circostanze esterne. Cioè é fatto dall'esterno, non dall'interno. In questo senso é una persona irreal, non reale. La vita guida la macchina della Personalità. Le circostanze esterne vi fanno agire come agite. Potete pensare di essere liberi. Ma non lo siete. Qualunque cosa facciate é dovuta alle circostanze esterne che agiscono su un particolare tipo di Personalità acquisita. Notate come le circostanze esterne mettono la gente in posizioni grandi o piccole, Non sono loro. È la forza delle circostanze esterne. Ogni volta noi diciamo "Io" per qualunque cosa facciamo come se fossimo noi a farla. Non sospettiamo - almeno che non pratichiamo una genuina auto-osservazione - che sono le circostanze esterne che agiscono sulla Personalità che ci fa credere di essere noi a fare. Non é un "Io" dall'interno che lo fa. Generalmente quello che voi pensate sia realmente il vostro "Io" é solo una collezione di "Io" nella Personalità, che in quel momento sono d'accordo nel rispondere alle impressioni esterne, cioè di rispondere alle circostanze esterne.

Torniamo a quanto é stato detto; cioè che quello che fate non è dell'Essenza ma della Personalità. Supponiamo che voi possiate agire dall'Essenza non sviluppata; sarebbe pazzesco e perfino non umano. Così qui é situato il paradosso dell'Essenza e della Personalità. Per essere capaci di agire dall'Essenza ci vuole uno sviluppo dell'Essenza. Il Lavoro insegna che il primo gradino che porta allo sviluppo dell'Essenza é la formazione della personalità. Poi dice che affinché l'Essenza cresca la Personalità deve essere resa passiva. Dire che la Personalità deve insegnare all'essenza é un modo di dire la cosa; io preferisco dire che l'Essenza deve imparare dalla Personalità. Il problema esoterico, il compito del nostro Lavoro é come far crescere l'Essenza. Essa cresce da sola fino ad un certo punto. Poi qualcosa d'altro é necessario. Questa é l'idea centrale e spiega perché l'insegnamento esoterico - le religioni e di fatto, tutte le influenze **B** esistono-. Come far crescere l'essenza é il vero problema esoterico; come creare in noi una vera crescita in modo che non ci sia dualità tra la Personalità acquisita e l'Essenza con cui siamo nati. La difficoltà é che l'Essenza non può essere obbligata a crescere. Nessuna spinta esterna può far crescere l'Essenza. Non si può obbligare un bambino piccolo a crescere. Perché? Perché ogni bambino per creazione, é un organismo ad auto-sviluppo. Cioè, esso solo può sviluppare sé stesso. Poiché l'Essenza non può essere persuasa direttamente, da una forza esterna, la Personalità si forma intorno all'Essenza. Questo é il primo passo nello schemi dell'uomo sulla Terra, che viene giù dall'ottava del Sole. Il guaio é che l'uomo si ferma a questo punto, cioè egli ha una Personalità formata per lui e così si identifica con questa e la prende per lui, per sé stesso. Per questo motivo egli soffre per tutta la vita di disarmonie interne. Egli non sa di essere formato a metà. Questa Personalità acquisita può non dare spazio all'Essenza. Un'educazione molto rigida significa una Personalità rigida e ristretta, e così rendere la Personalità più passiva diventa un grosso problema. Ma tuttavia rimane il fatto che se l'Essenza non cresce, l'uomo esotericamente é un fallimento. Forse egli é una bravissima persona. ma solo

meccanicamente. Egli non é realmente una brava persona ma l'imitazione di una brava persona. Alla luce di questo Lavoro il meccanicamente buono ed il meccanicamente cattivo sono visti alla stessa luce. Solo la comprensione può far crescere l'Essenza, e questa può entrare in un uomo solo attraverso nuova conoscenza che dapprima entra attraverso la Personalità. Così l'Essenza può crescere solo per mezzo di nuova conoscenza, una conoscenza speciale, cioè un insegnamento esoterico. E questo dapprima deve arrivare *per mezzo* della Personalità - dall'esterno - da particolari circostanze esterne. La Personalità la trasmette. Questo alla fine significa la morte della Personalità. Ma la Personalità questo non la sa. La nuova conoscenza ha dietro di sé una forza che non deriva dalla vita. Mr. Ouspensky usava ripetere che é impossibile scappare dalla Personalità e dai respingenti fuorché per mezzo di una forza speciale e che noi non abbiamo questa forza. Noi dobbiamo metterci in contatto con questa forza. Così la Personalità può gradualmente diventare passiva, quando deve, in modo che l'Essenza possa crescere. Il seguito dipende dal fatto che voi desideriate seguire la comprensione o no. L'Essenza é pigra, come tutte le persone primitive. La pigrizia é una cosa molta potente. Perciò il lavoro dice che se voi capite veramente perché una cosa é sbagliata, e ancora la fate, voi nel vero senso della parola state peccando –proprio così, state mancando il bersaglio-. A proposito dell'Essenza Mr. Ouspensky una volta disse che dal punto di vista del mondo astrale e planetario, l'Essenza somiglia più o meno ad un animale, e che *essenzialmente* gli esseri *umani* che stanno a questo livello sono molto limitati. Egli disse che l'umanità quasi non esiste ad un livello superiore, quando viene spogliata di tutte le loro maschere e pretese e la si lascia completamente nuda. Bene, il non ingannare noi stessi, non importa quali siano le circostanze, questo é essenziale. Se io faccio una cosa perché nessuno mi sta guardando, o perché desidero un premio o una lode, o per paura, questo non proviene dall'interno, ma dall'esterno – proprio così, dalle circostanze esterne, dalla Personalità. Questa non é reale. Quando sarò liberato dalla vita esterna, che cosa sarò quando la Personalità sarà rimossa? Che cosa rimane di ciò che é reale? Tutto quello che io penso di questo problema sorge dal fatto che l'uomo é stato creato come un organismo ad auto-sviluppo. Vedremo come tutte le spinte esterne, ed i sistemi sociali non svilupperanno mai l'uomo, ma lo separeranno completamente dall'Essenza. Tutto il lento processo del Lavoro é fatto per passare dalla Personalità all'Essenza, portando all'Essenza i doni che la Personalità ha acquistato. Prima o poi, in un modo o nell'altro, in un posto o nell'altro noi resteremo senza maschere, e l'Essenza si rivelerà come noi stessi. Ricordate i balli mascherati dei tempi antichi? A mezzanotte dovremo toglierci le maschere.

Cap. 53 Great Amwell House, 2 novembre, 1945

NOTA SULLA COSCIENZA SOTTERRATA

Questo Lavoro cerca di raggiungere un livello più elevato chiamato il Terzo Stato di Coscienza. questo livello in noi esiste come una possibilità. Il secondo livello di Coscienza, è il livello della così detta Coscienza sveglia, in cui viviamo, è il livello che sta al di sotto del terzo livello. Tutte le forme di pensiero, tutte le reazioni emozionali, tutti i sentimenti di sé, il modo di affrontare comunemente le cose,

appartengono al secondo livello. Cerchiamo di raggiungere il terzo livello. Su che cosa possiamo avere una completa sicurezza? Si può avere la completa sicurezza che nel terzo livello il modo di pensare e sentire, il sentimento di ciò che è importante e di quello che non lo è, sono totalmente differenti. Si giunge ad un altro ordine. Molte persone sperimentano il terzo livello nella vita come un barlume, un'esperienza momentanea. Per un istante mancano del sentimento del tempo, e così di ogni senso di identificazione. I fastidi, i dubbi, le ansie, tutte le fonti d'identificazione, sono al di fuori di essa. Ma questi istanti non sono sufficienti. Segnalano semplicemente la forma di raggiungere qualcosa. Il Lavoro si riferisce al separarsi da tutte queste cose che appartengono a questo livello, che è il nostro vero scopo. La gente dice: "Perché dovrei lavorare?" o dice: "Qual è il significato del Lavoro"? Questo Lavoro di fonda su una vera conoscenza che si riferisce alla possibilità di raggiungere il terzo livello. Per esempio, perché non bisogna identificarsi completamente con ogni cosa? La risposta è che se non lo si fa non si ottiene nulla dal Lavoro. Così come siete, voi sottostate solo a voi stessi; sottostate alla vita; sottostate alla Natura. Di conseguenza siete usati dalle forze cosmiche che cercano di mantenervi addormentati. Bene, una persona suole dire: "Non servirò a questo scopo cosmico. Non mi farò prendere da una sofferenza inutile. Non mi identificherò con le emozioni negative. Arriverò ad essere cosciente". Ma non si può fare nulla da se stessi. In primo luogo, è necessario impartire una nuova conoscenza, e in secondo luogo, quando arrivano le prove, sempre avviene, in certi periodi, deve usarle praticamente – proprio così, deve essere capace di pensare veramente in un modo nuovo sulle prove che gli capitano -. La nuova conoscenza non può essere messa nei vecchi modelli –proprio così, in una mente vecchia -. È necessario comprendere che un livello più alto di Coscienza significa un altro modo di pensare, non l'antico modo superato. La liberazione della mente dagli antichi e soliti modi di pensare; la liberazione di se stesso dalla propria vecchia mente e le proprie maniere di pensare, la liberazione di uno stesso dalle solite emozioni, avviene per tappe – spesso con lunghi intervalli. Si può paragonare ad una salita di scale, dove ogni gradino vuole la nostra energia per un momento. Ad ogni persona è data la sua ottava personale o scala di sviluppo, e ciò che a una persona è facile non lo è necessariamente per un'altra. Per la somma totale, la quantità degli sforzi necessari per ottenere la libertà interiore, è la stessa per tutti. Non vi è nessuno che sta in una migliore condizione di un altro. Ottenere privilegi, per esempio, alla lunga non aiuta assolutamente. Il posto esatto in cui è stato aiutato diventerà eventualmente il posto più difficile in lui perché dovrà valersi del suo personale sostegno. E qui è necessario ricordare due cose – a sapere, il detto esoterico secondo il quale più ad una persona è dato, più si richiede da lei e che se gli furono date anticipatamente delle cose che in seguito ella stessa scoprì per mezzo dell'osservazione, tal volta si pensa che questo è un aiuto –come, per esempio, che vi dicano la Caratteristica Principale prima di avere avuto un barlume di essa – ma questo non è un aiuto. In realtà, farà che le cose siano molto più difficili. Interrompe un graduale processo interiore di sviluppo, di vedere le cose da se stessa e di comprendere che in lei vi è qualcosa di sbagliato che gli mette ostacoli. Si può avere la sicurezza che quando la sua valorizzazione del Lavoro è abbastanza forte e gli

presta la debita attenzione e riflessione, decifrerà gradualmente il mistero del suo sviluppo personale. Questo mistero è differente per ogni persona. È per questa ragione che è importante non paragonarsi con gli altri. Dai paragoni nascono una quantità di emozioni negative. È sempre preciso ricordare che il Lavoro è ugualmente difficile per tutti e che non arriva mai ad essere facile. È sempre difficile. E senza dubbio non è tanto difficile se ci si ricorda sufficientemente e si mantiene una certa forza di volontà interiore a questo riguardo. La comprensione è la forza più grande che è possibile creare nel Lavoro. Un uomo deve edificare il suo Lavoro interiore su se stesso affermando i momenti di comprensione che ha avuto e non permettere che gli avvenimenti esterni che appaiono contraddire quello che egli stesso capisce, lo appassionino troppo, sia nel Lavoro, sia nella vita. Lo sviluppo individuale di una persona non può avvenire in un altro modo. La comprensione di una persona è la sua personale crescita di comprensione e questa non può essere presa in prestito. Non si può prendere in prestito la comprensione di un'altra persona ma lo si può fare dalla propria conoscenza e, applicandolo al proprio essere, giungere ad una nuova comprensione, eppure questa comprensione e la propria personale comprensione sono due cose differenti. Ognuna di esse è unica, individuale. Per esempio, non posso prendere in prestito la comprensione del mio maestro, sebbene m'impartisca la conoscenza per mezzo della quale, quando l'applico al mio essere, fa crescere la mia personale comprensione. Ricordate che la crescita della comprensione può prodursi soltanto se una nuova conoscenza è applicata al proprio essere. La conoscenza e l'essere costituiscono uniti il nostro livello di comprensione. Non mi converrebbe imitare ciò che fa il mio maestro. Questo sarebbe un'imitazione esteriore e arriverebbe a formare una parte della Falsa Personalità. Per esempio, se il mio maestro non esprime emozioni negative e lo imito, non comprenderò nulla sulle emozioni negative. La mia imitazione è esteriore. Ma se il mio maestro m'impartisce la conoscenza che devo lavorare sulla parte negativa del Centro Emozionale e che per farlo devo osservare le mie emozioni negative imparzialmente e lottare per non identificarmi con esse e vedere da me stesso la ragione della mia condotta, allora e solo allora potrò non esprimere le mie emozioni negative nel modo in cui fa il mio maestro. Ma ciò non si dovrà già più all'imitazione. Avrebbe origine da me stesso, dalla crescita della mia comprensione, dalla mia stessa esperienza che subì anche il mio maestro.

Nel Lavoro c'insegnano innanzi tutto a lavorare sul Centro Intellettuale e sul Centro Emozionale. Per iniziare, dobbiamo lavorare sul Centro Intellettuale accettando una nuova raccolta d'idee e a sistemarle nella nostra mente in modo tale da farci pensare su tutte le cose in un modo nuovo. Questo modifica le connessioni nel nostro intelletto. Se le idee del Lavoro non influissero assolutamente sul nostro pensiero, se mai pensiamo veramente su noi stessi, sulle altre persone o sulla vita, dalle idee del Lavoro, allora continueremo a comportarci sempre con la nostra solita maniera di pensare, con le nostre abitudini di pensiero. Il primo posto che deve essere modificato per sperimentare un cambiamento di essere è l'intelletto stesso. Proprio così, il nostro modo di pensare. Quando osserviamo il Centro Intellettuale, osserviamo i nostri pensieri ed avvertiamo quando diciamo "Io" ai nostri pensieri; ma questi pensieri

abituale devo essere visti come pensieri abituali, come un macchinario. Per esempio, è necessario pensare nel modo in cui lo sto facendo ora? Questa è la prima sfida che bisogna farsi a se stesso se si vuole cambiare. È necessario che pensi nel modo in cui sto facendo in questo momento? Sfidate questo pensiero. Detto pensiero è automatico. Vi siete lasciati portare da esso? Vi siete identificati con esso? Introducete il Lavoro nella vostra mente e cercate di vedere se questo v'insegna così a pensare. Cercate d'introdurre il sistema di pensieri, di idee, che il Lavoro c'insegna nella forma di conoscenza, nella vostra vecchia maniera di pensare su se stesso o sulla vostra abituale maniera di pensare sulle altre persone, o nella vostra abituale maniera di pensare sulla vita. Se non lo potete fare, significa che siete identificati con il vostro pensiero meccanico, che avete ottenuto casualmente dalla vostra educazione. Siete forse sicuri che tutti i questi pensieri che avete avuto casualmente dalla vostra educazione vi servano a qualcosa?

Bene, pensare dalle idee del lavoro richiede lo sforzo dell'attenzione interna. Questo lavoro si propone di farci pensare in un modo nuovo. Per questo è preciso ricordare molte volte e per molto tempo ciò che il Lavoro insegna affinché qualcosa avvenga eventualmente in voi, qualcosa di molto definito e difficile da definire, quando già non si pensa nel solito modo, ma che si pensa da quello che il Lavoro ha ripetuto per anni. Quando ciò succede, il Lavoro nasce nella nostra mente e voi sperimentate un cambiamento di mente. Una nuova serie d'idee, una nuova serie di associazioni si formano nella vostra parte mentale. Allora avviene una lotta tra il vostro pensare ordinario e il pensare dal Lavoro. È come se lo stesso cervello dovesse modificarsi in ogni sua connessione e ri-modellarsi e ri-connettersi sulla base della conoscenza del Lavoro. Pensiamo dalla conoscenza che abbiamo. Ma questo Lavoro è conoscenza nuova e con il tempo tenderemo a pensare da questa conoscenza nuova su noi stessi – e questo è un tema della maggiore importanza – e finalmente sulla vita e su quello che significa e anche questo è un tema della maggior importanza-. Una volta che il nuovo modo di pensare che deriva dalla conoscenza del Lavoro si mette in connessione con la nostra mente si producono istanti in cui vediamo le cose e comprendiamo le cose in un modo completamente differente da come facevamo prima. Allora cadiamo nel sonno e pensiamo come facevamo sempre – proprio così, siamo soggetti ad oscillazioni, a volte molto violente. Bene, se fossimo sempre nel Terzo Stato di Coscienza penseremmo sempre dalla conoscenza del Lavoro. Questo ci governerebbe ed allora sarebbe tutto molto facile. Basta ritirarsi semplicemente a questo nuovo modo di pensare e meditare in esso, come si è soliti fare in alcune forme di Yoga. Ma la sfortuna è che abbiamo anche un Centro Emozionale che per molto tempo non ha obbedito al nostro pensiero e per questo è necessario lavorare allo stesso tempo sul Centro Emozionale in connessione con la nuova conoscenza del Lavoro, e la prima cosa che si sottolinea è che dobbiamo lavorare sulle nostre emozioni negative. Perché dobbiamo lavorare sulle nostre emozioni negative? Questa è una domanda che bisogna farsi con tutta la sincerità interiore, e qui la mente aiuterà se la forza delle idee del Lavoro hanno già iniziato a formare una nuova mente che possiede una piccola volontà propria. Il Centro Emozionale, così com'è, è la sede della nostra volontà ordinaria, e in particolare della parte negativa del Centro

Emozionale. La piccola volontà dovuta al cambiamento prodotto nel Centro Mentale non basta per controllare la volontà della parte non liberata del Centro Emozionale e per molto tempo. La volontà della parte negativa del Centro Emozionale unita con la volontà del corpo fisico forma un antagonista molto poderoso della Volontà che si sta formando mediante il Lavoro nella parte emozionale del Centro Intellettuale. Ma sebbene siamo testimoni costanti della completa impossibilità di controllare le nostre emozioni negative, o aggiungeremo, la volontà del corpo, eppure se i vincoli del Lavoro e la valorizzazione delle sue idee sono sufficientemente forti, a dispetto delle continue sconfitte rimane sempre qualcosa nel fondo che non accetta quello che sta avvenendo. Non credo di aver menzionato qui che in relazione con ciò che dice al Lavoro sulla necessità che la propria conoscenza deve essere emozionale, arriverà così unicamente nella parte emozionale del Centro Intellettuale. Come dissi, è lì che si forma la nuova Volontà del Lavoro. S'impiana allora il problema della parte negativa stessa del Centro Emozionale, dove esistono molti poderosi "Io" che fanno l'impossibile per lottare contro ogni forma di crescita che possiamo avere riguardo il Lavoro. Se non avessimo una *Coscienza Nascosta* la situazione sarebbe disperata. Gli "Io" negativi del Centro Emozionale l'avrebbero sempre vinta. Il segreto però sta nel fatto che abbiamo nel Centro Emozionale la Coscienza Nascosta e che questa è risvegliata dalla parte emozionale del Centro Intellettuale quando sono penetrate nella mente le idee del Lavoro e giungono ad essere sentite emozionalmente – non soltanto come Verità ma anche come Bene. Questo sveglia la Coscienza Nascosta nel Centro Emozionale stesso. Il Lavoro insegna che la Coscienza Nascosta esiste in ogni uomo, oltre la Coscienza acquisita, che è una questione di educazione. Se non fosse per la Coscienza Nascosta e del suo risveglio nel Centro Emozionale mediante la nuova mente e la sua nuova Volontà, in verità saremmo in una situazione disperata. Ma, fortunatamente, nel modo in cui succedono le cose, ogni percezione emozionale della verità del Lavoro proveniente dal Centro Intellettuale sveglia la Coscienza Nascosta nel Centro Emozionale ed allora il Centro Emozionale stesso lotta contro le proprie emozioni negative.

Bene, se non si mantiene fortemente nella propria mente il Lavoro e non lo si rinnova continuamente, almeno una volta al giorno, o più spesso, se non si torna a ordinare ogni cosa nella mente ad intervalli in modo tale che i propri pensieri seguano i percorsi del Lavoro e le sue connessioni, questo svegliarsi della Coscienza Nascosta si ferma ed allora vi ritrovate da soli. Quando una persona si sente sola in questo modo, è necessario pensare al Lavoro, per esempio, meditare su ciò che si disse nell'ultima riunione per rinfrescarsi la mente. Questa è una forma di Ricordo di Sé nella pratica e trasmetterà una corrente di forza alla Coscienza Nascosta nel Centro Emozionale che è l'unica capace di cacciare via i suoi demoni. Non è come lo si può fare né tantomeno come si credeva di poterlo fare, ma si fa quello che si può fare, allora qualcosa vi aiuterà a capire con non siete voi e che mai dovrete attribuirlo a voi stessi. Entriamo spesso in un cattivo stato d'animo perché attribuiamo tutto a noi stessi, nello stesso modo in cui ci attribuiamo il nostro merito e il bene, che naturalmente significa che ci attribuiamo inevitabilmente il male. Non bisogna attribuirsi né il bene né il male – altrimenti si diventa un ostacolo nel cammino del

proprio sviluppo-. Il Lavoro è innanzi tutto uno strumento – uno strumento mentale – che deve essere usato per disporre i nostri pensieri in un modo ordinato, affinché le cose siano corrette, e se lo facciamo con il ricordo della nostra esperienza passata nel Lavoro, questo sforzo di riordinare internamente stimolerà la Coscienza Nascosta nel Centro Emozionale, che è capace di lottare contro tutte le emozioni negative e di cacciare via tutti i nostri demoni. Non si può vincere direttamente una emozione negativa. In regola generale si ottiene solo di farla diventare più forte. Ma si può fare attraverso la mente, attraverso un ordinamento del Lavoro nella mente mettendosi in contatto con la parte emozionale del Centro Intellettuale che a sua volta risveglia la Coscienza Nascosta che attaccherà da se stessa le emozioni negative. Il potere della Coscienza Nascosta deriva dal Centro Emozionale Superiore. È preciso ricordare che il Lavoro insegna che l’Uomo una volta era in contatto con i Centri Superiori ma che si è addormentato. Ci fu un tempo in cui si sapeva direttamente cosa si doveva fare ma ora, in questo stato di sonno, si può ritornare ad essere quello che eravamo solo con metodi indiretti. Tutto ciò che ora si richiede è un **cambiamento di mente**. Il cambiamento di mente inizia ogni recupero possibile. È per questo che Cristo insegnava sempre *μετάνοια*, cambiamento di mente. Se la mente non cambia, in modo tale da cambiare gli atteggiamenti, ogni essere umano sarà sempre quello che è, qualunque siano stati gli sforzi fatti nella via del digiuno, dell’abnegazione, e tutto il resto. Con le stesse abitudini, un uomo resterà sempre quello che è stato prima. Se un uomo continua a pensare nello stesso modo abituale, rimarrà uguale a prima. Il Lavoro insegna veramente all’uomo a pensare in un modo nuovo, ripeto, su se stesso, sugli altri, e sul significato della vita. Con il cambiamento di mente le sue abitudini cambieranno inevitabilmente. Se i vostri atteggiamenti non sono cambiati, poi **voi** non cambierete e mai potrete cambiare. Se, per esempio, mantenete l’abitudine di considerarvi un uomo completamente cosciente, e di essere un’unità e di avere un “Io” Reale permanente e una volontà inflessibile e di **poter fare** e così via, allora queste attitudini e il modo di pensare vi fisseranno sempre nello stesso luogo psicologico in cui state ora e non è possibile nessuno sviluppo nuovo. Ma se le vostre attitudini cambiano a motivo di un pensare nuovo, dovute alle idee del Lavoro, secondo gli insegnamenti esoterici, allora potete cambiare, perché sveglierete la Coscienza Nascosta che non può lavorare in voi se continuate ad avere tutte queste nozioni false su voi stessi, sugli altri e sulla vita, e se lo attribuite a voi stessi. È esattamente questo nuovo pensare, questa *μετάνοια*, che il Lavoro ci può dare, a colui che quando lo sente emozionalmente mette in attività la Coscienza Nascosta che allora lo può aiutare. Così si vede l’importanza di mantenere mentalmente vivo il Lavoro in uno stesso non soltanto per mezzo dei ricordi esterni, ma attraverso un profondo pensiero interiore perché, come si sa, questo Lavoro è una corda che ci avvicinano e che per prenderla bisogna saltare. A volte, indubbiamente, una persona non ha bisogno di saltare, ma così come siamo è necessario saltare – proprio così, fare un certo tipo di sforzo tutti i giorni per raggiungere il Lavoro. Se mi domandano: “Che sforzo è? Gli risponderò come ho detto nel commentario qual’è lo sforzo necessario. Invertirò la risposta: Se usate semplicemente il Lavoro come un mezzo per ciarle occasionali, poi non si farà questo sforzo.

Cap. 54 Great Amwell House, 11 novembre, 1946
CONTRADDIZIONI INTERIORI

Nel Lavoro si dice che se un uomo o una donna sentisse nella sua vita tutte le contraddizioni interiori, non potrebbe vivere ed agire con tanta calma come lo fa ora. Saremmo dominati da continui contrasti ed inquietudini. In generale, uno dei problemi dell'umanità, e forse dell'odierna umanità in particolare, è che nessuno si rende conto delle contraddizioni. Come risultato di questo, la psicologia umana rimane sotto il livello dello sviluppo, e giacché lo sviluppo dell'umanità nel suo insieme dipende interamente dallo sviluppo di ogni individuo, è poco probabile a quanto pare la possibilità di uno sviluppo genuino – in ogni caso per il momento -. Per questa ragione, non bisogna sperare in alcuna intesa mondiale. Il livello di Essere, il Lavoro c'insegna, attrae la vita – proprio così, voi attraete i vostri problemi e situazioni tipiche a causa del vostro livello d'essere e se cercate di cambiare le cose è necessario cominciare a lavorare sul vostro essere e cambiarlo – proprio così, cambiare il tipo di persona che siete -. Allora i vostri problemi esterni e le situazioni tipiche cambieranno. Quando avvertite che le cose capitano in questo modo, potete avere la certezza che si stanno già producendo alcuni cambi. Il cambiamento di essere, senza dubbio, è difficile, ed esige un arduo lavoro e molta pazienza, e dato che bisogna dire che l'umanità, lo ripeto specialmente quella di oggi, non lavora sull'essere, o lo ignora persino, sarà attratta la stessa forma di vita – addirittura una forma peggiore – e tutti gli intenti per migliorare l'esistenza umana, fondati sui cambiamenti esteriori falliranno necessariamente, in quanto l'umanità rimane uguale a quella che era prima. Ma un individuo può cambiare il suo essere.

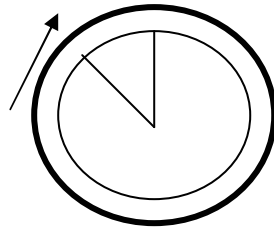
Per tanto parleremo un'altra volta del cambiamento di essere, ma unicamente dal punto di vista delle contraddizioni. L'essere di un uomo, l'essere di una donna, non può cambiare oltre un certo punto, se non si vedono le contraddizioni. Per cambiare il proprio essere è necessario rendersi conto delle contraddizioni in se stesso attraverso un'osservazione di sé diretta ed imparziale. O, per dirla in un altro modo, quando s'inizia a vedere che stiamo modificandoci, forse a causa di un'altra linea di lavoro. Il Lavoro ci mostra che il nostro attuale livello di essere è mantenuto nel suo stato attuale da fattori molto poderosi. Questa notte menzioneremo soltanto i *ritratti e i respingenti*. I ritratti di noi stessi c'impediscono di vedere ciò che siamo veramente. Indichiamo una classe abbastanza comune di ritratto – è, di fatto, diciamo, un ritratto di se stesso in cui ci si vede buono, giusto, che si sacrifica e che è pieno di buona volontà. Si vive, o meglio si fluttua, in questa nube rosa, in questa illusione. Non ci si rende conto che spesso si è crudele, egoista, ingiusto, e a volte pieno di cattiva volontà. Proprio così, voi non vedete le contraddizioni nel vostro essere. Bene, in tali casi voi non vedete la vostra malvagità ma la proiettate sugli altri. Proprio così, ciò che non vedete in voi stesso lo vedete riflesso in un'altra persona. Se non accettate la vostra malvagità continuerete a fluttuare in questa assurda e romantica illusione – in questo ritratto di sé, che non ha nulla a che vedere con la verità ed è, insomma, composta d'immaginazione e menzogne. In questo stato, l'essere di un uomo si vede impedito di sviluppare, a causa di questa situazione contraddittoria in lui.

Bene, solo la verità ci può condurre alla luce e solo la luce che proviene da una verità compresa, accettata può curarci. Soltanto le menzogne deformano il nostro essere, ci privano dell'armonia e ci fanno diventare più brutti internamente. In verità dovremmo, dopo alcuni anni di lavoro sull'essere, smettere praticamente di avere ritratti attivi di noi stessi – ho detto dovremmo-. Se avviene così, significa uno sviluppo corrispondente dell'essere. Ma con i respingenti il problema si presenta più difficile. Il respingente è una cosa silenziosa, paragonabile ad una piccola parete che si alza tra due cose contraddittorie, di cui siamo coscienti, ma soltanto di una alla volta, non contemporaneamente. Per l'azione di un respingente, una persona è ora cosciente di ciò che sta ad un lato del respingente, e poi molto rapidamente e soavemente è trasportata nell'altro lato del respingente senza che sperimenti nessuno shock – proprio così, senza sperimentare nessuna contraddizione-. Eppure questi due lati, se immediatamente questi due lati fossero messi insieme, apparirebbero così totalmente in contraddizione che da ciò si riceverebbe un violento shock. Per questo il Lavoro dice che se un uomo o una donna sentissero continuamente tutte le contraddizioni che avvengono nella loro persona, non potrebbero agire o vivere con tanta tranquillità così come lo fanno. In realtà, l'immediata eliminazione di tutti i respingenti, se fosse possibile, farebbe impazzire una persona. Perderebbe ogni idea di sé.

Bene, vi consiglio di non perdere tempo a discutere su cosa è esattamente un respingente. È così facile identificarsi completamente con una parola che non si può guardare oltre ciò che questa segnala. Le parole – le parole-Lavoro sono miliari. Il termine-Lavoro *respingente* segnala tutto il problema delle contraddizioni in noi – proprio così, ciò che sta nella coscienza in un dato momento e ciò che sta nell'oscurità e che è opposto per sua natura e significato a ciò a ciò che sta nella coscienza. Bene, un accrescimento, un aumento di coscienza, che è lo scopo del Lavoro, sarebbe evidentemente il risultato di portare lo scuro alla luce. Allo stesso tempo lo accompagnerebbe un cambiamento del nostro sentimento di "Io". Quello che chiamiamo "Io" – la nostra idea di "Io" – cambierebbe. Basta riflettere un istante per vedere le ragioni che la fanno diventare una conseguenza logica. Le contraddizioni mantengono il nostro essere nel posto in cui sta. Il rendersi conto delle contraddizioni per mezzo del lavoro interiore fa cambiare l'essere. Se l'essere cambia, il sentimento di "Io" – di quello che sono io – l'idea di me stesso – cambia -. Per tanto mi cambio in un'altra persona e già non mi riconosco più a me stesso come ero. Alcune persone prendono questo cambiamento negativamente, ma fanno molto male. Come potete trasformarvi in un'altra persona se continuate insistentemente ad essere la stessa persona? Bene, si dice che ogni volta che si vede un respingente questo non può più formarsi – proprio così, quando una contraddizione causata da un respingente sparisce e i due lati sono accettati contemporaneamente, avviene un vero cambiamento di essere. Invece di essere cosciente di un solo posto e poi dell'altro, che è una dualità, i due lati si uniscono e formano un'unità. Ma in questo caso né un lato né l'altro continuano ad essere ciò che erano prima. Si forma una terza cosa che non è *né Sì né No*, ma Sì e No. Questo è uno dei primi passi verso l'unità di essere perché il nostro essere è, al presente, per così dire, una dualità divisa in un lato

accettato e l'altro non accettato, in un lato illuminato e l'altro all'oscuro o meglio, direi, in un lato che per il momento sta nella coscienza e nell'altro nell'oscurità e poi in un lato opposto nel quale il lato che stava nell'oscurità viene ora alla coscienza e il lato che stava nella coscienza viene ora all'oscurità.

Il signor Ouspensky una volta rappresentò questa idea sulla lavagna in questo modo. Prese come centro un cerchio e lo sovrappose ad un altro cerchio dove delimita un settore nel seguente modo:



Il cerchio sovrapposto gira continuamente e la parte del centro o gli "Io" in questa parte particolare del centro diventa cosciente soltanto dove risiede l'azione. Come risultato tutto il resto sta nell'oscurità e pertanto ci lasciamo portare da quegli "Io" che espone il settore in quel momento dato. Il nostro scopo è quello di cercare, per così dire, di eliminare il cerchio sovrapposto in modo tale che tutti gli "Io" possano entrare nella coscienza allo stesso tempo se si devono convocare. Il signor Ouspensky disse: "Nella vita ordinaria siamo coscienti solo di una piccolissima parte di noi stessi. La Coscienza Reale ha percezione di tutto allo stesso tempo". E, indicando il signor Gurdjieff, disse: "La Coscienza Reale è uno stato nel quale un uomo conosce globalmente tutto ciò che in generale conosce e solo in questo stato può rendersi conto di quanto poco sappia e le molte contraddizioni che stanno in ciò che sa."

Bene, La Coscienza, la Coscienza Reale, che al presente è nascosta in noi, è *sentire* tutto contemporaneamente. E questa Coscienza è molto necessaria per stabilire relazioni con la gente nel Lavoro. Stabilire relazioni nel Lavoro significa essere capaci di *sentire* tutto congiuntamente, sia i lati cattivi sia i lati buoni di una persona. La Coscienza Reale si fonda nel *conoscere* tutto congiuntamente.

Ho già detto abbastanza in questa breve dissertazione per darvi l'occasione di discuterne sopra. Ora vorrei che mi domandaste: "Cos'è esattamente un respingente? Un respingente è quello che impedisce di vedere le contraddizioni e segnala semplicemente il cammino verso quest'importante ramo del lavoro personale – proprio così, il lavoro su *uno stesso* con lo scopo di cambiare il *proprio* sé rendendosi conto delle contraddizioni nell'essere-. Ricordate che questo Lavoro si propone di cambiarlo e che se non si vede il bisogno di cambiarlo, e non si desidera sapere *come cambiare*, il cercare di relazionarsi con il Lavoro è inutile. Le persone soddisfatte di sé non hanno motivo di entrare nel Lavoro. Dette persone sono già *morte*. Il Lavoro è per coloro che desiderano svegliarsi tra i morti.

Cap. 55 Great Amwell House 16 novembre, 1946

NOTA SULLA FALSA PERSONALITÀ

Nel Lavoro si disse che essere sveglio significa mancare di Falsa Personalità. Quanto più si è nella Falsa Personalità, e tutte le conseguenze che risultano nel confrontarsi

con la vita quotidiana attraverso la Falsa Personalità, più si è addormentati; mentre, al contrario, quanto meno si affronta la vita quotidiana con la Falsa Personalità, più si è svegli. Sappiamo che la Falsa Personalità è composta d'immaginazione – di idee false su se stessi -. Alcune persone credono che la Falsa Personalità sia qualcosa che vocifera, rumorosa e presuntuosa. Ma questo punto di vista è sbagliato. La Falsa Personalità in una persona suole cantare: “Come sono importante”, e in un'altra persona: “Come sono infelice”. Ma l'azione sull'Essere, in entrambi, i casi è uguale – proprio così, il suo potere per produrre una mancanza di armonia nell'Essere è lo stesso ed è ugualmente difficoltoso lo sforzo di affrontarlo con la verità su se stesso. L'obiettivo di un'osservazione di sé imparziale sta nel raccogliere fatti su uno stesso. Per questa ragione l'“Io” Osservatore non deve stare proprio di fronte a uno stesso nella sfera in cui la Falsa Personalità fa sentire la sua influenza, ma un poco più indietro. Il potere dell'osservazione di sé si accresce man mano che l'“Io” Osservatore s'interiorizza sempre più. Questo in parte dipende dall'approfondimento del sentimento o valorizzazione del Lavoro quando sono stati analizzati gli entusiasmi superficiali. Recentemente abbiamo detto che il Lavoro stesso realizza nel Centro Intellettuale una specie di strumento trasmettitore con il quale i Centri Superiori si possono mettere eventualmente in contatto, la cui costruzione è graduale fino a che tutte le sue parti siano ordinate. Sono due le cose che lo determinano – lo sforzo di pensare in un modo nuovo e la valorizzazione. La valorizzazione risiede all'inizio nella parte emozionale del Centro Intellettuale; ciò, come fu già detto recentemente, comincia a svegliare la Coscienza Nascosta nel Centro Emozionale stesso. Durante questo processo l'“Io” Osservatore s'interiorizza sempre di più e finisce per passare alla Coscienza Reale. È la stessa cosa di quando Giovanni il Battista si presentò davanti a Gesù. Per prima cosa si deve possedere un buon Centro Magnetico. Questo può portarci al Lavoro ma non è capace di mantenerci in esso. Poi viene l'“Io” Osservatore, e per mezzo di lui l'applicazione dell'insegnamento a uno stesso. Allora uno osserva se stesso alla luce del Lavoro, non alla luce della vita trascorsa o sociale. Poi appare finalmente la Coscienza Reale come Delegato. Bene, niente di tutto ciò succede se la Falsa Personalità sta in prima fila e governa l'essere. Per questo è necessario pensare su ciò che è la Falsa Personalità in uno stesso e non supporre di conoscerla. Come dissi adotta molte forme eppure è la stessa cosa. È una falsità –una menzogna- che uno insiste a dirsi a se stesso. Allora si è governati da un bugiardo – di fatto, da *Hasnamous*-. Si disse che la principale causa che produce impressioni sbagliate è la Falsa Personalità. Questa suggestione ci può aiutare a vincerla. Ma secondo il mio parere le due cose più terribili della Falsa Personalità sono i giudizi meschini che suole fare e le fisse e limitate attitudini nelle quali ci chiude. Tal volta penso che una vita rigida, inflessibile non abbia nulla a che vedere con la Falsa Personalità. In questo caso ancora non si è capito completamente ciò che è la Falsa Personalità e le sue diverse forme nelle persone.

Bene, solamente il completo potere del Lavoro può redimerci dalla Falsa Personalità. Se *sentiamo* il Lavoro come una verità, pensare inoltre che è vero, allora lascia penetrare nella nostra persona l'unica forza che può indebolire la Falsa Personalità. Basta meditare su alcune cose che dice il Lavoro – come “l'Uomo non può fare”,

“l’Uomo è una pluralità e non un’unità”, “l’Uomo non ha un “Io” Reale”, “l’Uomo non è cosciente” e “l’Uomo è addormentato”. Si è sicuri che tali insegnamenti, se sentiti profondamente, non possono essere accettati come Falsa Personalità? Al contrario, se il *loro significato* è sentito profondamente e compreso con la propria osservazione di sé, fanno sì che l’esistenza della Falsa Personalità diventi impossibile. Proprio così, conduce al risveglio ammesso che, come si disse, essere sveglio sia mancare di Falsa Personalità.

Alcuni di voi ricorderanno che recentemente abbiamo toccato il significato della strana osservazione che sta nei Vangeli: “Non giudicare”. Ma, forse è tanto strana? Come si può giudicare se ci si rende già conto della propria nullità? Il Lavoro insegna che l’uomo, mediante l’osservazione di sé, deve arrivare al punto di rendersi conto di non essere nulla – che non solo non *conosce* veramente nulla, ma che non è niente. Questo la Falsa Personalità non lo accetta. Ogni vero lavoro su di sé conduce dal senso della nullità a un altro senso più profondo della propria nullità – non all’idea sentimentale che proviene da un rapido ri-aggiustamento della Falsa Personalità, né tantomeno qualcosa di finto – ma, quantunque momentanea, ad una comprensione reale e schiacciante. Come può la *nullità* giudicare qualcuno? È saputo, si dice anche nei Vangeli: “Con il metro che usi, tu sarai misurato.” Cosa significa ciò? Da una parte significa che: “Con il giudizio con cui giudichi, sarai giudicato” – proprio così, se voi avete passato la vita giudicando gli altri, a causa della vostra idea di superiorità, dovuto alla Falsa Personalità – poi così sarete giudicato anche voi stesso-. Da chi? Da voi stesso – dalla vostra Falsa Personalità-. Questa è almeno l’ossessionante ragione per cui è necessario separarsi dalla Falsa Personalità più rapidamente possibile. I farisei sono pieni di Falsa Personalità. È per questa ragione che furono attaccati da Gesù. La stessa cosa succede nel Lavoro. La Falsa Personalità è il fariseo in uno stesso che giudica tutti. Bene, nel Lavoro – nella Seconda Linea di Lavoro – proprio così, nel lavoro gli uni con gli altri – non dobbiamo giudicare. Il Lavoro non parla di giudicare. Al contrario parla di comprendere e considerare esternamente. Nel Lavoro dobbiamo imparare a sostenerci gli uni con gli altri, a stare insieme gli uni con gli altri, a non ucciderci gli uni con gli altri. Forse le uccisioni non sono dovute a giudizi? – come se noi fossimo superiori?

Cap. 56 Great Amwell House 23 novembre, 1946

LA TERZA FORZA

Oggi ci riferiamo alla Forza Neutralizzante del Lavoro. In un diagramma si dice che la parte dell’essere umano che può crescere rimane inattiva se la Vita fosse la Forza Neutralizzante. La vita come principio neutralizzante mantiene la Personalità attiva e l’Essenza passiva. Così mantiene inattiva questa parte dell’Essere che può svilupparsi. Allora l’Uomo è non finito, incompleto, non è un essere reale, in quanto ha una parte esteriore sviluppata e la parte interiore non sviluppata e molto spesso in disaccordo con la parte esteriore. Per tanto dal punto di vista di questo insegnamento (e di tutto l’insegnamento esoterico del passato) la vita non sviluppa l’uomo internamente ma solo esteriormente in apparenza – proprio così, essotericamente significa esternamente e non esotericamente che significa interiormente. Per

svilupparsi internamente l'essere umano deve ricevere una conoscenza speciale che riguarda la vita e le sue vicende solo indirettamente – come realizzarsi, come avere successo, ecc. -. Questa conoscenza gl'insegna ciò che è e ciò che può diventare internamente e gli mostra come, esotericamente – proprio così, internamente, è una nullità così come è ora, e che se, certi timori esterni e le restrizioni che esistono nella vita ed agiscono come legami, fossero eliminati, non avrebbe attaccamenti interiori che lo terrebbero integrato, e i desideri si scioglierebbero e si dissolverebbero, sparirebbero, egli smetterebbe addirittura di assomigliare esteriormente ad un uomo. In questo caso, ogni influenza superiore che giunga fino a lui, non trovando nessun piano interiore su cui agire, lo attraverserebbe direttamente e lo farebbe degradare in una qualsiasi forma di bestialità. Questa è la situazione – a sapere, solo gli attaccamenti *esteriori* mantengono l'uomo integrato-. Ma, come insegna il Lavoro, l'agire contro le forze delle barbarie, che circondano tutte le culture e cercano d'ingoiarle, le forze dell'Uomo Cosciente agiscono sulla Terra, e attraverso esse sono stabilite le culture, e resistono per un periodo a questa inevitabile usurpazione. Ogni manifestazione di cultura dura solo un periodo ed appartiene alle influenze superiori che raggiungono l'Umanità e si oppongono alle influenze inferiori della barbarie. Queste forze appartengono alla Forza Neutralizzante o Terza Forza a cui si riferisce il Lavoro in relazione a far diventare passiva la Personalità affinché in questo modo possa diventare attiva l'Essenza. Una volta che l'Umanità in generale abbia un'Essenza sviluppata le forze della barbarie cesseranno di agire sulla Terra tra gli uomini e tutto ciò per cui si discute e si lotta smetterebbe di esistere. Proprio così, la guerra cesserebbe, perché queste influenze extraterrestri che causano la guerra agirebbero su un'Essenza sviluppata in un modo molto diverso da un'Essenza non sviluppata e sarebbero ricevute dal piano interiore dell'Uomo.

Bene, cosa significa tutto ciò? Per iniziare, significa che possiamo fare questo Lavoro e raggiungere risultati, solo se abbiamo una *base*.

Se non si ha una base maggiore di noi stessi, non si può sentire il Lavoro, e così esso non può cadere sul posto corretto. Solo mediante una giusta valorizzazione è possibile avere dentro di noi le parti corrette dei centri. Non è una questione morale, ma una questione intelligente, pratica. Per esempio, se cerco di accendere la luce in un posto in cui non vi è l'interruttore, non potrò accendere la luce. Sto in un posto sbagliato –voglio dire, nella mia propria casa, nella casa di me stesso – e non parlo della luce esterna, fisica, ma della luce della comprensione, che è una luce interiore. Tutti i grandi diagrammi del Lavoro, cominciano con il Raggio di Creazione, con i suoi inesauribili significati, furono fatti per darci una base ed aprire così le parti non usate dei centri. Una grande base conferisce grande forza e grande comprensione. Sta oltre i nostri piccoli sé. Il Lavoro ci da questa scala riferendosi a questa questione:

Mente Superiore
Mente Psicologica
Mente Logica
Mente Alogica

Il signor Ouspensky disse che se un uomo non si rende conto che la Mente Superiore deve esistere necessariamente, non può arrivare alla Comprensione Psicologica. La

Mente Logica può spiegare tutto in funzione di se stessa, cominciando dal mondo osservabile della materia. Ma manca di una grande base e così mantiene un uomo nel posto in cui sta. Solo il sentimento di una base maggiore può cambiare un uomo, perché apre in lui la Mente Superiore.

Quando un uomo comincia a rendersi conto che la vita non può essere spiegata in funzione di se stessa e che se la si prende così manca di significato e si trasforma in una tortura per il suo giudizio, allora la salvezza radica unicamente nel giungere ad un'altra e più profonda interpretazione della vita – cioè, che c'è qualcosa sopra e al di là della vita visibile – un altro significato di tutta la questione. Questo è esattamente ciò che insegna il Lavoro. Per l'Uomo sulla Terra, la vita in funzione del Raggio di Creazione, come parte della parte amplificante inserita nella così detta Vita Organica, manca di significato. È trebbiatura. Il suo vero significato deriva soltanto dall'Ottava Laterale del Sole, a cui recentemente ci siamo riferiti in connessione con l'Uomo che serve la Natura o l'Uomo che serve il Lavoro. Qui, nel Lavoro, un uomo, una donna, trovano gradualmente il loro vero significato – proprio così, a condizione che abbiano qualcosa in loro che risponda all'insegnamento esoterico o che abbiano raggiunto l'obiettivo della vita e che abbiano la certezza che vi sia un'altra cosa. Tale uomo o donna appartengono alla famiglia del *Buon Padre di Famiglia* nel modo in cui è definito dal Lavoro – cioè, colui che ha compiuto con tutti il suo dovere ed è responsabile e continua ad esserlo, ma che *non crede nella vita*. Questo è il punto di partenza. In tal caso, l'uomo, la donna, guardano la vita in modo differente. La vita smette di essere *un fine* in se stessa. La vita e le sue vicende si trasformano in un mezzo per lavorare. Allora ogni esperienza è presa come un'esperienza in se stessa – un'esperienza nel non identificarsi, per esempio – e non si ottengono *risultati* nella vita. Ogni punto di vista si modifica. Questo è l'inizio della *Mente Psicologica*. Poi quest'uomo, questa donna, già non sono più controllati dalla Terza Forza di Vita la Forza Neutralizzante di Vita – ma dalla Forza Neutralizzante del Lavoro, questa vera Terza Forza che può cambiare l'equilibrio interiore in modo che la Personalità non sia già più attiva e l'Essenza passiva, ma che l'Essenza diventi gradualmente attiva e cresca, e la Personalità diventi gradualmente passiva e ridotta. Tale persona non è già più una persona meccanica lavorata dalla vita. Abbandona il circolo meccanico dell'Umanità. Diviene più equilibrata perché la comprensione psicologica agisce su di lei. Già non è più violentemente parziale, perché, grazie alla comprensione psicologica, vede allo stesso tempo i due lati di un problema. Così i suoi giudizi cambiano – innanzi tutto il suo modo di giudicare se stessa – perché il giudizio su di sé meccanico ci fa essere squilibrati, ed è per questo che l'osservazione di sé imparziale è così necessaria. Allora comprende gli altri e non li giudica –libertà illimitata-. Tali persone passano ora dalla comprensione logica, che divide tutto in “Sì” e “No” quando si giudica. Le loro due metà, l'oscura e la chiara, si mescolano. Comprendono un'osservazione del lavoro nel suo giusto valore e in scala corretta. Si rendono conto che in loro vi è una scala (gli appartiene dalla nascita). Nella loro mente brilla una luce di comprensione e suscita nelle cose un'armonia impossibile per la mente logica – proprio così, la mente formatrice, quella che non può, per sua funzione e struttura, che è dividere tutto in “Sì” e “No”, possedere la terza armoniosa

forza dell'unione del Lavoro. Ricordate che il Lavoro dice che il Centro Formatorio è la Terza Forza Cieca. Vuole dire la forza-Lavoro - la Terza Forza del Lavoro-. Bene, quando il grande significato dell'insegnamento esoterico penetra nella mente tutte le cose che sono in essa cambiano di posizione e sono disposte nel loro ordine corretto. Dalla nascita alla *μετάνοια*, al cambiamento di mente, alla comprensione psicologica. Giovanni il Battista aveva una mente formatoria e la sua religione si basava in "Tu non lo farai". Per questo Cristo disse che "era il più grande tra i nati di donna, ma che il più piccolo nel Regno dei Cieli era più grande di lui". Perché? Perché non c'è modo di approssimarsi a un livello superiore – al Regno – salvo mediante la comprensione psicologica – proprio così, una base più grande-. Mancava di comprensione psicologica e per questo si preoccupava che Gesù non digiunava. Il Lavoro, per tanto, ci dà la sua tremenda base in una manciata di diagrammi, che sono inesauribili nella densità del loro significato, affinché penetri la comprensione psicologica. Per questo si dice che se non si crede in una Mente Superiore, il Lavoro non può agire in noi, perché altrimenti, se non crediamo in una Mente superiore, non potremo raggiungere la comprensione psicologica.

Tutto questo ci procura un'altra Terza Forza, distinta dalla vita, e soltanto questa Terza Forza può trasformare l'essere ed elevarci ad una nuova comprensione. L'uomo da se stesso non può aggiungere un millimetro alla sua statura – proprio così, come invece pensa-. Sono necessari una nuova conoscenza e un nuovo pensare. Ma il Lavoro, se è *sentito* emozionalmente, lo può conquistare, persino prescindendo da uno stesso e dai propri tentativi, perché ci mette in contatto con la tremenda forza trasformatrice che proviene dai Centri Superiori e ci apre gradualmente ad essi man mano che siamo capaci di sopportarlo. Perché distrugge gradualmente e quasi completamente ciò che eravamo e pensavamo e sentivamo. Per ri-nascere non si può continuare ad essere quello che si era prima. Questo è evidente. Non si può cambiare e continuare ad essere lo stesso. La vita ci mantiene nella stessa posizione. Il Lavoro cerca di cambiarci e ci segnala quali sono le cose da cui dobbiamo separarci con lo scopo di cambiare.

Cap. 57 Great Amwell House 30 novembre, 1945

NOTA SULLO SFORZO

Il Lavoro parla sulla necessità dello sforzo. Parlando strettamente, si riferisce alla necessità di fare uno sforzo corretto. Il metodo dell'Uomo Astuto c'insegna a realizzare uno sforzo corretto; vede quale sforzo preciso è necessario fare in un determinato momento, e quando le cose sono momentaneamente troppo facili per lui, si crea delle difficoltà, come, per esempio, quello di fare le cose in un modo più complicato. Nella vita, nell'agire meccanicamente, facciamo le cose in una maniera più facile, che è sempre la maniera più meccanica. Lo sforzarsi nel senso del lavoro, è preciso capire che questo significa lo sforzo antimeccanico. Per questo il Lavoro all'inizio impartisce istruzioni generali sul lato pratico per lottare contro la propria meccanicità. Questo ci produce nuove impressioni. Come possiamo smettere di essere una macchina se la nostra condotta è sempre meccanica? L'Uomo è una macchina ma si spera che si trasformi in un essere cosciente. Per questo l'incalza lo

scopo di lavorare contro la propria meccanicità. Questo richiede un tipo di sforzi interessanti, perché la propria meccanicità risiede in tutti i centri. Pertanto gli sforzi devono seguire tre direzioni principali. Contro cosa devo fare uno sforzo? Contro l'inerzia che c'impedisce di pensare distintamente? Contro i gradevoli e sgradevoli sogni giornalieri? Contro le avversioni generiche? Si nota sempre il sapore rancido della meccanicità in uno stesso e il sentimento più fresco proveniente dalla nuova impressione che persino un breve e vero sforzo di Lavoro suole creare. A questo riguardo vi ricordo che G. si riferì alla necessità di sbrogliarsi i cervelli una volta al giorno – oltre che muovere le trippe -. In un senso ampio, la gente evita gli sforzi gratuiti ed interessanti e rimane pesantemente nel livello degli sforzi meccanici – proprio così, che sono obbligati a farsi trasportare dalle circostanze esterne – bisogna dire, come macchine. Bene, lo sforzo di Lavoro *non* è essere obbligati a farsi trasportare dalle circostanze esterne. Il Lavoro e lo sforzo di Lavoro appartengono a qualcosa di straordinario, al di fuori della natura, al di fuori della vita – qualcosa molto interessante. A questo riguardo gli sforzi meccanici della vita, che sono dettati dalle circostanze esterne, possono contemplarsi in modo interessante da una posizione di Lavoro e già non sono più in disaccordo con il Lavoro. Parliamo innanzi tutto su questo particolare. Come si può trasformare uno sforzo meccanico di vita in uno sforzo di Lavoro?

Il segreto sta nel prendere la vita come un *esercizio*. Per portare a termine questa cosa interessante, si richiede una certa visione della vita. Tutto il patrimonio del Lavoro, tutto l'insegnamento sul Raggio Cosmico, dell'Ottava del Sole e del significato dell'Uomo, possono procurarci questa visione, se li si conosce bene mentalmente e poi li s'immagina in modo tale da relazionarli con il Centro Emozionale. Per sapere ciò che si sa, è necessario immaginarlo anche con l'immaginazione diretta. Allora si vede la vita come un'avventura meravigliosa – che smette di esserlo quando ci s'identifica con essa. Allora si scompone tutto e la vita non diventa più una maestra ma qualcosa che ci opprime, una despota. Soltanto nell'elearci prendiamo la vita come un *esercizio* interessante, e la vita si trasforma in nostra maestra. In altre parole, soltanto mediante la visione che il Lavoro ci da, è quello che ci separa dal pieno potere della vita, la vita ci può cambiare in ciò che dovremmo essere –in, per così dire, una persona intelligente-. Con questo orientamento otterremo il senso di stare *nella* vita, non *di* vita o pressato dalla vita, e questo è preliminare a quella forma di Ricordo di Sé nel quale intervengono tre fattori: 1) l'oggetto visto nella vita esterna, 2) la mia reazione osservata verso l'oggetto e 3) io stesso, che costituiscono una triplice coscienza simultanea – una triade completa – proprio così, un essere cosciente di tre forze allo stesso tempo. È chiaro che l'abituale stato dell'essere che s'identifica sempre con la vita e le sue preoccupazioni non può darci tale risultato. Questa visione, per tanto, che ho menzionato, appartiene ad uno sviluppo corretto nella comprensione del Lavoro, il cui obiettivo è quello di liberarci dal potere che la vita esercita su di noi. È preciso ottenere questa visione del Lavoro che ci solleva per gravità di tutto il Lavoro – una visione del Lavoro che ci porta sopra la vita – insomma, quella Corda a cui dobbiamo afferrarci -. *Afferrarsi alla corda* una volta che ce ne siamo impadroniti.

O. disse che ciò che la gente trova difficile è il cambiamento sperimentato da essa nell'aumentare la comprensione di questo. Quello che fu detto forse non si ripete più, ma si dice in un'altra forma. Per esempio, all'inizio vi dissero di fare uno sforzo nella seconda linea di Lavoro e cioè *non* di cercare di simpatizzare gli uni con gli altri, *ma* di fermare l'antipatia. Questo è un tipo di sforzo antimeccanico. È sicuramente molto chiaro. *Si può fare. Si può fermare* l'antipatia. Nel farlo, si va, quasi senza che ce lo dicano, allo sforzo successivo nella scala, nell'Ottava Ascendente, "amare quello che ora ci disgusta". In questa preghiera è molto grande la densità di significato. Si applica all'esterno e all'interno – all'oggetto e a uno stesso-. Bene, non si potrà fare nulla se si è troppo esteriorizzati, troppo fuori, troppo di fronte a se stesso, troppo identificato con gli oggetti visti, con la vita, vedendo tutto come se si fosse all'esterno, e così si è una semplice macchina-senso. È preciso vedere che una persona non sta fuori di voi, ma che è la vostra idea di lei, ciò che immaginate su di lei, la vostra reazione contro di lei, e non l'oggetto che vedete per via dei sensi. Qui inizia il vero sforzo riguardo alla seconda linea di Lavoro – proprio così, lavorare sulle relazioni, lavorare sul sopportare senza negatività le manifestazioni sgradevoli degli uni e degli altri-. Solo in questo modo si può formare un accumulatore in noi che ci darà eventualmente forza a tutti. Perché una persona può, se si arriva a formare un gruppo di Lavoro, elargire forza agli altri, senza saperlo, lavorando semplicemente da solo contro la meccanicità.

Vi ricorderò qui ciò che il Lavoro dice della vita. Dice che sotto la terza forza di vita, le cose si dividono sempre, si disuniscono e stanno in guerra – così come ce lo dimostra la vita-. Un gruppo si divide in due gruppi mutualmente ostili e così via. Bene, la terza forza del Lavoro unisce. Mantiene unita la gente che nella vita si erano separati e odiati. Attraverso la terza forza del Lavoro – e permettetemi di sottolinearlo – il lavoro realizzato da ogni persona su di sé alla luce del Lavoro – si può formare un accumulatore, unendo la gente in una comprensione comune per mezzo di un linguaggio comune-. Il supremo sforzo che è necessario fare nel Lavoro è quello di *sentire il Lavoro*. Per prima cosa si deve cercare il Lavoro, lottare per lui, mantenerlo vivo – ed allora il resto è dato di sovrappiù-. Ricordate che tutte le tentazioni nel significato-Lavoro si riferiscono a sentire, valutare, amare il significato e la realtà del Lavoro, dell'Esoterismo. Questa è la fede – una cosa che richiede un intenso e costante sforzo mentale – un'azione interiore quotidiana tanto nella mente come nel cuore. La fede è quella che manca del supporto dell'evidenza dei sensi – della vita visibile così come la si vede-. Bene, nella vita ordinaria così come la si vede, dove le persone, persino le persone religiose, non lavorano *praticamente* su di loro, accumulano una sostanza che non le possono condurre all'unità. Per esempio, si criticano le une con le altre, s'impegolano da sole alla maldicenza, parlano male le une delle altre in segreto e si detestano mutualmente – insomma, ruminano ogni tipo di conti interni le une contro le altre. Sono persone meccaniche, e giustamente, siccome non lavorano, continuano ad essere meccaniche. Come risultato di ciò si forma una spessa sostanza psicologica, pesante, che G. denominava con una starna parola – qualcosa come Tzarvarno-. "Questa sostanza", disse succintamente, "si accumula nella vita e fa sì che tutte le corrette relazioni siano impossibili. Questa

sostanza manca di Spirito Santo. È morta.” Disse che questo era dovuto alle manifestazioni innaturali esterne ed interne delle persone delle une verso le altre ed era un’accumulazione di cattive azioni, pensieri ed emozioni, le cui conseguenze non erano comprese dalle persone. Il Lavoro lo chiama semplicemente “fare conti interni”. Bene, è necessario ricordare che il più piccolo e non elaborato “male” verso altri si accumula e forma questa sostanza pesante e morta. Dove? In uno stesso. Intuiamo che le malattie sono dovute spesso a questa sostanza pesante e morta. Abbiamo la necessità di un buon inceneritore giornaliero e notturno per gli stati negativi.

Per mantenere vivo il Lavoro è necessario sforzarsi. Ho parlato dello sforzo in relazione alla seconda linea di Lavoro. Per prima cosa bisogna fare uno sforzo per mettere fine all’antipatia. Ciò è più facile di quello che si crede, una volta che si pratica l’osservazione di sé e si vede l’antipatia meccanica. Poi mi sono riferito alla seconda nota in questo sforzo: “è necessario farci piacere ciò che ci disgusta”. Farci piacere di quello che ci disgusta ci libera dalla sofferenza inutile. Questo ci libera dal nostro modo intorbidito di giudicare gli altri. Mediante quest’azione cominciamo a sentire correttamente la “nullità”. Si è, per così dire, spinti dalla forza di uno stesso verso lo sconosciuto – verso ciò che ci sembra essere la nullità – dove soltanto il Lavoro può venire in nostro aiuto. Il Lavoro non può venire in nostro aiuto se siamo pieni della nostra solita Personalità.

Cap. 58 Great Amwell House 7 dicembre, 1945
GLI SFORZI CONTRO CERTI “IO”

Ogni persona arriva ad un punto nel Lavoro in cui lo sforzo contro certi “Io” peculiari desiderosi di mantenere il loro potere sono necessari. Questi “Io” sono ostili al Lavoro, solo che nascondono spesso il loro gioco molto intelligentemente. In relazione a tutto ciò è necessario ritornare all’inizio. Ricordiamo che dal punto di vista dell’Esoterismo – proprio così, la vera psicologia – un uomo, una donna, non è uno ma sono molti – una moltitudine di persone di differente statura, di differente età e vestita differentemente che vanno in disordine. In questa moltitudine ci sono persone di tutti i tipi, gradevoli, sgradevoli, educati, mancanti di educazione, malati e sani, cortesi e villani. A una o a diverse di queste persone piace interessarsi delle idee del Lavoro. Il resto può non sentire quello che gli si dice o chiamarle stupidaggini. Se uno si osserva sente che tutte queste voci stanno parlando all’unisono. Bene, dirgli “Io” significa identificarsi con essi, e questo significa che in noi non può cambiare nulla. Siamo allora prigionieri di noi stessi e non possiamo muoverci da dove stiamo. Questo è un principio generale e conviene ripeterlo spesso e pensare al suo significato.

È chiamata la dottrina degli “Io”. È fondamentale. È direttamente connessa con l’insegnamento che si riferisce all’essere meccanico dell’Uomo – a sapere, che il suo essere si caratterizza per la pluralità ed è sprovvisto di unità. Deve essere compresa personalmente con l’osservazione di sé – con la Prima Linea di Lavoro, del lavoro su di sé-. Bene le persone possono cercare sinceramente di lavorare su di sé facendolo però senza nessuna osservazione dei propri “Io”. Prendono l’intera massa di sé come

un'unità, come un "Io". È impossibile lavorare su di sé prendendo l'intera massa di uno stesso come un'unità, come un "Io". È preciso tenerlo sempre presente. Non vi siete visti qualche volta andare uniti ad una moltitudine di "Io", alcuni buoni, altri cattivi, alcuni vestiti da straccioni, altri con abiti lussuosi, alcuni ben intenzionati, altri malevoli, alcuni valenti, altri pieni di compassione per se stessi, alcuni intelligenti, altri stupidi, alcuni un po' sviluppati, altri sotto sviluppati, alcuni infantili e così via? Quest'esercito in marcia, che va senza direzione, ora diretto da uno, ora diretto da un altro, questa moltitudine eterogenea, **è quella che ha preso a suo carico la direzione della nostra vita.** Questa è una frase che non si è usata recentemente nel Lavoro. Me la ricordò una lettera che ricevetti da una persona che stava nel Lavoro molti anni fa. Scrisse: "nel Lavoro ci sono molte cose che non comprendo, ma un piccolo frammento, una frase che voi siete solito usare, toccò qualcosa in me e da quel momento mi perseguita, è comprendere parzialmente il significato di ciò che voleva dire quando mi parlò degli "Io" che stanno in lotta dentro uno stesso e che dirigono la nostra vita". Disse che comprendeva già, nel ricordare, che non aveva mai diretto la propria vita, ma che si era visto pressato a fare la vita che questi "Io" desideravano. Bene, questi "Io", sono quelli che dirigono la nostra vita, aggiustando le cose per noi, ci spingono a fare questo o quello e pensare e dire quello che piace a loro, ad avere antipatie e simpatie secondo quello che loro ci dettano – e la sfortuna è che li prendiamo tutti come se fossero "Io" e crediamo che è "Io" stesso che ha simpatie e antipatie. Rendersi conto, è l'inizio della liberazione interiore. Arrivare a rendersi conto che non è più necessario farsi portare da un "Io" o di credere in lui un istante, è un vero sollievo. È un movimento preciso, per più piccolo che sia, nella direzione verso l'"Io" Reale. Spesso la nostra vita è diretta da alcuni "Io" che si deliziano a farci essere sventurati. Sono molto abili a fingere. Per esempio, sogliono dire molto soavemente e tristemente – o meglio c'inducono a dire cose di questo tenore: "Se avessi conosciuto prima il Lavoro, tutto sarebbe stato molto differente". Viene prodotto un pensiero, ed uno crede semplicemente di averlo pensato e che perciò è la verità. Gli "Io" stimolano i pensieri in noi e li prendiamo come se fossero nostri. Gli "Io" negativi – proprio così, gli "Io" che respirano solo nei loro spazi quando siamo negativi – sono molto abili a questo riguardo. Quando lo stato d'animo è ragionevole possono indurre un pensiero che ci fa diventare negativi. Poi si alimentano di questo stato negativo. Una volta che si comprendono, nella pratica, gli "Io" e si è persa l'illusione di essere realmente una persona è tutto semplice e chiaro. Proseguirò ora l'ultima dissertazione relazionata con lo "sforzo" prolungandomi sulla simpatia e l'antipatia meccaniche. Si parlò innanzi tutto sulla necessità di fare uno sforzo per fermare internamente l'antipatia meccanica e si disse anche che questo non è difficile, una volta che si avverte il proprio modo di agire mediante l'osservazione. Gli si dice "fermati". Si realizza uno "stop interiore" a questo riguardo, senza argomentare né autogiustificarsi. O, per dirlo in un altro modo, si ferma ogni tipo di parlare interno e si pratica il silenzio interiore. Questo è qualcosa che tutti possono fare. Si disse che la cosa successiva che dobbiamo fare poi è di farci piacere ciò che ci disgusta e si aggiunse che questo ci porta ad un sentimento esatto della **nullità.** Perché il Lavoro non può condurci se siamo pieni di sentimenti di sé, pieni della

nostra importanza, del nostro egoismo, del senso di avere ragione. Tocca ciò che si ha di più basso, più disprezzabile, dove siamo niente. Siamo più vicini quando sentiamo di non sapere, non quando crediamo di sapere. In generale quanto più è passiva la Personalità, più vicine sono le influenze del Lavoro, e stanno più vicine alle parti passive della Personalità di quelle attive. Ci dicono che farci piacere ciò che ci disgusta è il sentiero che ci conduce più rapidamente a rinunciare alla nostra sofferenza. Ci dicono che l'unica cosa che è necessario sacrificare è la nostra sofferenza. Bene, come possiamo, facendoci piacere ciò che ci disgusta, liberarci dalla montagna di sofferenza inutile immagazzinata nel nostro Corpo-Tempo, che abbiamo tutti, quantunque non lo confessiamo? Quale sarà l'effetto sui molti "Io" che godono della sofferenza - e che in verità molte volte muoiono con una persona - o che producono ripetute crisi di sofferenza che il Centro Istintivo detesta e che sono l'origine di tante malattie fisiche? Se c'è qualcosa nelle prime tappe del Lavoro che caratterizza la Via dell'Uomo Astuto è quella di farsi piacere le cose che gli disgustano. L'essere astuto, l'essere abile, l'essere intelligente - questo è lo sforzo corretto. Supponiamo che ad un uomo disgusti tutto - cosa succede allora? Trovate la risposta. Sentirà la propria nullità o farà conti interni? Sarà pieno di lamentele. Tutto sarà difficile e limitato. Sarà di certo difficile da accontentare.

Bene, tutto questo si applica ad uno stesso ed è diventato un tema per lo studio di sé. Per esempio, una persona che ci è antipatica dovrebbe essere una materia di genuino interesse - e qui siamo di fronte ad un vero scopo - osservare coscientemente e non identificarsi e trovare le stesse qualità in uno stesso - di fatto, il Lavoro insegna tutto questo. Incontrarsi con una persona con cui abbiamo un'evidente antipatia, costituisce un altro scopo per il lavoro personale. Se ci è possibile, considerare ciò che si trova di antipatico in noi. Ricordate che dobbiamo ringraziare coloro che ci permettono (di metterci in gioco) che per noi sia una necessità di lavorare su di sé. Lavorare non significa comportarsi meccanicamente - come ci piace - ma comportarsi più coscientemente. Se permettiamo che quegli "Io" che fin'ora hanno diretto la nostra vita si occupino del Lavoro, ci troveremo certamente in uno stato di piena confusione. Nell'Istituto di Francia la nostra posizione nella vita contava appena. Non si permetteva alla Personalità di esistere. Perché? Perché l'obiettivo del Lavoro (e di tutto l'insegnamento esoterico) è costituito dalla trasformazione dell'essere. Come può cambiare l'essere se gli "Io" che hanno sempre vissuto la vostra vita mantengono il loro pieno potere? No, trasformare l'essere significa trasformare se stesso, e la trasformazione di sé significa che altri "Io" - gli "Io" che desiderano lavorare e lo comprendono e formano eventualmente il Maggiordomo Delegato - si presentano e si fanno carico di tutto. Così arriva il momento, come si disse, in cui è preciso fare sforzi contro certi "Io" determinati che desiderano mantenere il loro potere e che sono ostili al Lavoro. Molti di questi "Io" appartengono alle nozioni di vita che sosteniamo su noi stessi - proprio così, alla Falsa Personalità. Altri appartengono al centro formatorio e cert'altri a qualche altra cosa . per esempio, a ruggini passate-. Il Lavoro gode di forza sufficiente per vincerli una volta che è penetrato realmente nella nostra mente ed ha suscitato nuovi pensieri.

Innanzitutto, la nostra attitudine interiore verso il Lavoro deve essere corretta – poi tutto andrà in un ordine corretto.

Cap. 59 Great Amwell House 14 dicembre, 1945
IL NOSTRO TERRITORIO PSICOLOGICO

Recentemente una persona disse: “A cosa si deve la possibilità di avere la stessa esperienza?” Gli risposi che quando una persona ha la stessa esperienza di un’altra significa che i due stavano nello stesso posto dello spazio psicologico. Siccome non mi comprese, cercherò di spiegare qui quest’idea in una forma più estesa. A questo riguardo si sa bene che nei libri che possiedono una qualità mistica, come si suole dire – proprio così, che contengono influenze **B**, per quanto antiche siano – troviamo idee ed esperienze simili. Parlando storicamente, in paesi molto lontani nello spazio, il tempo e la lingua, troviamo cronache che per la loro tendenza sono simili e non si riferiscono semplicemente agli aspetti della vita. Bisogna dire che i manoscritti più antichi sono di questo tipo. Non mi sorprende che sia così, ammesso che tutta la letteratura ha il suo inizio nel Circolo Cosciente dell’Umanità e, nel passare nel mondo, si trasformarono in influenze **B**. Questo è dovuto al fatto che il livello dell’Uomo meccanico è tale che l’influenza **C** – o l’insegnamento cosciente diretto – non può essere compreso. Per questo nella forma scritta è possibile solo una deformazione del vero insegnamento, e “una cosa o l’altra” – “Sì o No” deve essere sostituita per la nuova mente dalla Terza Forza che sta tra gli opposti – per conoscenza, l’intelletto deve pensare in funzione di **Si e No** e non essere incatenato agli opposti di “È sicuro?” o “Non è sicuro?” La mente comune che è, di certo, nel centro Formatorio è la Terza Forza cieca ed è solo capace di creare confusione.

Nella vita, nello spazio fisico, visitiamo le stesse cose, gli stessi posti – a condizione di andare *veramente* in essi – Parigi, Brighton e così via. Succede la stessa cosa con lo spazio psicologico. Ma lo spazio psicologico non è visitato con il corpo fisico, ma dalla mente, le emozioni e le sensazioni – proprio così, attraverso i sensi. Questo mondo invisibile è così reale – e diventa ancora più reale – dello spazio fisico. Per questo vi si è insegnato nei commentari l’idea di avere un paese psicologico. In quale posto di questo paese siete voi ora? Perché, anche quando state nello stesso *posto* nel senso fisico – diciamo in Via tal de tali n°5 – potete stare in un gran numero di posti nel vostro spazio psicologico – e il posto in cui siete nel vostro paese psicologico è quello che acquista importanza man mano che si comprende l’insegnamento del Lavoro. Il Lavoro si riferisce alla vostra *interiorità* – dove siete ora interiormente – per conoscenza, nel grande paese interiore verso cui si aprono i centri.

Il Lavoro esprime quest’idea riferendosi ai centri e alle differenti parti dei centri. Per esempio, si può stare in un centro sbagliato per l’occasione che si ha per le mani – o nella parte sbagliata di un centro. Ciò che ha importanza è la posizione che si occupa nello spazio interiore del quale soltanto l’osservazione di sé può darci coscienza. A questo riguardo il Lavoro c’insegna molto sulla posizione psicologica chiamata la parte negativa del Centro Emozionale. Quest’invisibile territorio psicologico interiore, nel quale viviamo realmente la nostra vita, ha posti buoni e cattivi. Ha il cielo, l’inferno e un posto intermedio. Quando siamo nella parte negativa del Centro

Emozionale, interiormente, siamo nell'inferno – o nella bocca dell'inferno-. E se c'identifichiamo, se accettiamo, se facciamo conti interni, se non ci nasce mai l'idea di saldarli e non ci rendiamo conto di dove stiamo internamente né tanto meno sappiamo cosa dobbiamo fare – cioè, ricordarci soprattutto di noi stessi – allora manchiamo del Secondo Corpo – non possediamo un senso nascosto intelligente della direzione che seguiamo nel mondo interiore spirituale – e cadiamo in ogni fosso, senza comprendere mai che il Lavoro c'insegna *dove stiamo* internamente.

Nelle differenti località dello spazio interiore, conseguiamo ciò che vi è lì – cioè, nei quartieri bassi ci daranno un colpo sulla testa. In generale andiamo per “posti sgradevoli” e speriamo che la vita sia gradevole e piacevole. Come può essere possibile ciò? Come si può sperare che le cose migliorino se si va per tutti i labirinti, le desolazioni, della grande, tenebrosa città della parte negativa del Centro Emozionale? Soltanto attraverso una sincera auto-confessione, soltanto con una sincera osservazione di sé, ci si può rendere conto che si sta perdendo il tempo interiormente, nel nostro mondo psicologico, nel nostro mondo interiore, per quanto si pretenda, con un amaro sorriso, di avere soltanto le migliori intenzioni. Allora si mente e il nostro sorriso è falso.

Bene, il posto in cui si sta nel mondo interiore psicologico non è dovuto necessariamente a voi. Le cose girano; la vita è un cerchio che gira. Le ruote girano, come nell'Enneagramma. Tutto ritorna al posto che occupava prima. Ma quando ci si trova in un posto cattivo e si vede dove si sta, attraverso lo sviluppo e la luce interiore della Coscienza Reale, si può uscire soltanto per mezzo della *valorizzazione*. Il Lavoro, se lo si valorizza, può farci uscire, senza nessun danno, da molti posti sgradevoli, che è necessario sopportare momentaneamente. È esattamente ciò che capita nella vita esterna. Se si desidera vivere in un posto gradevole e per casualità ci si trova in un cattivo posto, si tollererà la propria situazione senza identificarsi, per un periodo, e non si comprerà la casa nel posto cattivo, ma si aspetterà fino a che non conseguirà una casa migliore. Questo è chiamato “non dire sì agli stati cattivi”. Poiché è necessario ricordare che psicologicamente *stato* significa fisicamente *posto*. Ogni *stato* interno è un *posto* nel grande mondo psicologico del cielo e dell'inferno. Perché il mondo interno esiste. Di modo che si può stare nello stesso posto di questo mondo in cui sta un'altra persona. Così si ha la stessa esperienza. E se si è stati in un posto meraviglioso in questo mondo dove ci si può arrivare soltanto internamente, così si può condividere la nostra esperienza con un'altra persona che è stata anch'essa lì e che ha visto la stessa cosa. Per questa ragione si può produrre un'esperienza analoga.

Cap. 60 Great Amwell House 21 dicembre, 1945
SULLA SCOPERTA DI SOLUZIONI

In un'occasione il signor Ouspensky parlò di qualcuno che descrisse come un uomo violento, ma giusto. Disse, in poche parole: “Credo che abbia per tutto una soluzione finale (rigida). Questo lo fa diventare violento. Non si rende conto che tutto gira e si trasforma, che l'Uomo non può fare e che non ci sono soluzioni prestabilite. Se lo facesse la vita smetterebbe di essere vita. Sarebbe la morte. È preciso comprendere

che la vita è un macchinario perpetuamente in movimento. Gli stessi problemi si presentano una ed un'altra volta e le persone cercano di risolverli, cercando di trovargli una soluzione finale, ma non ci riescono mai. Come potrebbero riuscirci? È necessario che si rendano conto che i principali problemi della vita sono insolubili. C'è una sola soluzione per ogni problema e questo è il cambiamento di atteggiamento". Gli dissi: "Vuole dire che è necessario cominciare da uno stesso?". Rispose: "Sì, perché non si può cambiare la vita, per tanto, perché iniziare dalla vita, dall'altra persona e cercare di cambiarla? Però può trasformare se stesso, e così trasformare la sua reazione alla vita. Il cambiamento di atteggiamento trasforma il modo in cui la vita ci tocca. Questi atteggiamenti ci mettono in collegamento con le cose esterne e le fanno diventare importanti o no, secondo il tipo di atteggiamento col quale è stato abituato. Così ci attacchiamo a cose che mancano d'importanza e le consideriamo come fossero importanti – come se fossero tutta la nostra vita – e scartiamo le cose che sono veramente importanti".

A questo riguardo il signor Ouspensky fece insistenza naturalmente su ciò che significa il Lavoro per una persona che ha iniziato a capirne il significato e l'importanza. È necessario iniziare con uno stesso. È questo "uno stesso" che deve essere trasformato. Il Lavoro non tratta delle cose esteriori ma di quelle interiori – le cose in uno stesso – e pertanto comincia con l'osservazione di sé. Nell'iniziare con l'osservazione di sé insistete su di *voi* – su quello a cui si assomiglia-. La vita, secondo l'insegnamento del Lavoro, è un grande macchinario intrecciato dove tutto succede. Elimina così ogni enfasi della vita, di ciò che succede, della forma in cui la gente si comporta con voi, e mette enfasi nel tipo di persona che *voi* siete e di come *voi* prendete le cose. Bene, riguardo questa cosa chiamata *voi*, v'insegna che è una massa di associazioni e di modi acquisiti, una massa di atteggiamenti acquisiti, e perciò di reazioni meccaniche acquisite contro la vita. Queste attitudini, queste reazioni possono essere trasformate. È necessario non reagire in questa maniera solita. È necessario non sentirsi depresso, negativo o violento, come comunemente capita. È il nostro macchinario psicologico ciò che spinge a farlo. È necessario che la vita non produca sempre il solito risultato, lo stesso risultato che produce su di voi abitualmente e che presupponete sia giusto. L'abitudine di prendere la vita nel modo in cui si fa si deve al fatto di avere una macchina acquisita e stampata localmente. Ma può essere modificata se si osserva come prende le cose meccanicamente e ci si rende conto della sua meccanicità e si hanno eventuali e sporadici barlumi d'introspezione per mezzo dei quali si comprende che si sono prese le cose sempre meccanicamente e che è necessario di non fare più così. Allora ha già dei barlumi di ciò che tratta il Lavoro – cioè, della trasformazione di sé. In verità, le persone non vedono ciò che significa la "personalità". Voglio dire il lato acquisito di se stesso – ed è questo, quello che deve diventare passivo – cioè, il modo meccanico di prendere la vita, le persone e se stesso. Questa è certamente una grande verità che solo poche persone conoscono giustamente, perché sono tanto convinti della propria rettitudine in tutte le cose. Quando viene una persona nuova nel Lavoro la prima cosa che penso su di lei è: "Sarà capace questa persona di vedere se stessa e di cominciare a lavorare su di sé, o è cristallizzata nella vita, nei suoi atteggiamenti e nella sua stima di sé?" Se si rifugia

nel suo modo di parlare, se si affretta a parlare nel modo in cui fa abitualmente, e poi se capisce se non sarà capace di separarsi da come lo ha forgiato la vita, o se potrà arrivare fino ad un certo punto, o anche di più, se potrà progredire e trasformare eventualmente il suo essere.

Bene, se un uomo non può *vedere se stesso*, se è così attaccato a se stesso che non può osservare ciò a cui è attaccato – allora non può fare questo Lavoro internamente, quantunque lo faccia esternamente, essendo questo sufficiente se il suo essere è nel livello del Buon Padre di Famiglia, che gli permette di lavorare esternamente – proprio così, servire il Lavoro e la sua disciplina esteriore-. E una persona che lo fa fedelmente può ricevere in un modo graduale, per il potere del Lavoro, in una misura che non lo danneggia, il discernimento che gli permetta di scoprire ciò che credeva essere prima. Dico, in un modo graduale, perché un uomo che manca di vita interiore, se improvvisamente si vedesse separato da tutto ciò che ha valorizzato e del quale s'inorgolisce, rimarrebbe completamente spezzato. Siccome ha i suoi principi nella vita, e non ha altra cosa, si sgretolerebbe prima di vedere un livello superiore di sé e di un altro ordine di cose.

Ora ritorneremo alla questione della scoperta di soluzioni. Il Lavoro insegna che la soluzione delle cose risiede alla fine solo in uno stesso – nel come si prendono le cose-. Occupiamoci della questione del piacere e del disgusto che molti non hanno ancora capito. Per prima cosa ci si dice, nella Seconda Linea di Lavoro – proprio così, ciò che si riferisce alle nostre relazioni con gli altri – che è preciso cominciare con uno stesso e fermare l'*antipatia*. Come si disse, questo si può fare. Come? Avvertendo in quale posto dei centri cade l'impressione di una persona che si ha meccanicamente in antipatia e non identificandosi con detta impressione. Sì – lo stimolo entra e produce la sua tipica reazione. Ma se ha qualche conoscenza sull'osservazione di sé, dispone già di uno spazio di tempo – una pausa – prima che l'impressione penetri profondamente nei centri e produca il suo pieno effetto meccanico. L'osservazione di sé apre un piccolo ambito, un piccolo spazio, e tempo, tra l'impressione entrante e il suo alloggiamento nel posto che la riceve abitualmente e che reagisce contro di essa. L'osservazione di sé comincia a formare la vita interiore di un uomo. Con il tempo sperimenta una crescita di Coscienza in questo modo – cioè, la Coscienza interviene tra l'impressione e la reazione. L'Uomo stesso s'interpone tra la vita esterna che sta entrando nella forma d'impressione e il suo macchinario psicologico che risiede negli "Io" e i rulli dei centri. L'uomo interviene. Allora comincia a prendere la vita – proprio così, le impressioni – coscientemente, in modo tale che può fermare l'antipatia. E così molte volte la soluzione risiede esattamente in questo – nel fermare l'antipatia meccanica.

Il punto successivo si basa sul fatto che, quando in una persona si produce una pausa, questa coscienza momentanea in un nuovo posto – allora riesce a farsi piacere ciò che lo disgustava. Come si disse, si può fermare l'antipatia meccanica – la fonte comune di perdita di forza e di negatività – impadronendosi dell'impressione della persona che ci disgusta prima di poter compromettere pienamente la macchina che si considera se stesso poi questo lavoro su di sé vi permetterà di far suonare la nota successiva di questa ottava – per conoscenza, di farsi piacere quelle cose che prima ci

disgustavano così facilmente, così di continuo, così liberamente, così automaticamente. È necessario che si produca un cambiamento in quello che si è. E se si continua ad avere antipatie meccaniche il mutamento non si può produrre. Tutte le reazioni meccaniche contro la vita, contro gli altri, ci mantengono esattamente dove stiamo. Ricordate, il lavoro su di sé deve essere accompagnato dal lavoro in relazione con gli altri. Il lavoro significa il lavoro cosciente – cioè, non comportarsi meccanicamente. E qui mi permetterò di dire che gli uomini più sgradevoli sono quelli che dicono sempre, come un pappagallo, che hanno sempre avuto considerazione degli altri e li hanno messi in primo piano – come se questa cosa si potesse fare meccanicamente, per abitudine, cosa che richiede costantemente uno sforzo cosciente più elevato, sì, ogni giorno rinnovato-. Nel cominciare a gustare ciò che prima disgustava, iniziatelo con una persona che conoscete. Per prima cosa, fermate l'antipatia. Poi scoprirete da soli ciò che succede.

Bene, prendete voi stessi. Avete discusso con qualcuno. Qual è la soluzione? Da quale punto cominciamo, se si desidera veramente lavorare coscientemente? Con l'altra persona? Di certo no. *È colpa sua*, per questo motivo cominciamo con noi stessi. Cos'è che va male in *noi* – non nell'altra persona? La soluzione risiede *con* e *in* noi stessi. In questo Lavoro tutte le cose devono invertirsi. È *noi – non l'altro-*. Se una persona vede la soluzione delle sue difficoltà soltanto in una nuova disposizione della gente, negli altri, nelle cose, sarà negativa. Come risultato, la nostra mente sarà morta – proprio così, non sarà capace di pensare correttamente. Le emozioni negative impediscono alla mente di lavorare correttamente. Al contrario, una persona s'intriga nelle recriminazioni negative – che non è pensare -. Non è strano forse come la gente passa la loro vita in vaghe recriminazioni negative? No, bisogna cominciare con se stesso in tutte le difficoltà. Prendete come punto di partenza ciò che prendete come *voi* ed osservate questa cosa che prendete tanto volubilmente come *voi stesso*. Non iniziate con la persona che credete sia l'origine della vostra sfortuna. Allora scoprirete che il Lavoro assomiglia al mito esoterico di Perseo che cerca di uccidere la Gorgona dell'odio e di tutta la negatività, che, se la si guardava *una volta*, si era tramutati in pietra. Così Perseo, guardandola con uno specchio – questo significa, invertita – e vedendola così in se stessa (com'era realmente) – potette ucciderla e mettere in libertà Pegaso, il cavallo, che significa nel simbolismo esoterico, la mente, su cui si monta.

Cap. 61 Great Amwell House 28 dicembre, 1946

IL SENTIMENTO DELL' IO

In una certa occasione si domandò al signor Ouspensky: “Cos'è il sentimento corretto di se stesso?” Rispose che questa domanda apparteneva al tema a cui si era riferito precedentemente – a sapere, “il sentimento sbagliato di “Io”. Succintamente disse: “In questo Lavoro, è preciso separarsi dai ritratti, dagli “Io” a cui piace la sofferenza, dagli “Io” che considerano internamente, che si diletano con le emozioni negative, che giustificano il loro passato e tutto il resto. Una persona può avere un sentimento stereotipato e sbagliato dell’“Io” e a causa di detto sentimento in lei va tutto male. Soltanto osservando un sentimento sbagliato dell’“Io” e separandosi da

detto sentimento si può avere la speranza di ottenere un sentimento corretto dell'“Io”. Per esempio, quante persone si mantengono troppo tese, troppo rigide, e non l'osservano”. In un'altra occasione, riferendosi allo stesso tema disse che il sentimento sbagliato dell'“Io” si deve sempre ai respingenti, che ci danno un sentimento parziale di “Io”. “Affinché un uomo senta se stesso giustamente”, disse “è necessario che posseda una Coscienza Reale, che significa sentire tutto simultaneamente, e nessuno può avere Coscienza Reale se è pieno di respingenti. Tale uomo o donna vede solo un lato, è solo un lato di se stesso. La Coscienza Reale è la stessa per tutta la gente e non ha nulla a che vedere con i differenti sistemi morali o religiosi. È un elemento reale e permanente che ci fu dato, ma che ora in tutti è nascosto – proprio così, nell'umanità addormentata-. Il problema esoterico radica in come svegliarla. L'uomo è caduto nel sonno e a causa di questo stato mondiale di sonno, ha perso contatto con tutto ciò che per lui è d'importanza primordiale, con tutto ciò che può aiutarlo e guidarlo con sicurezza. Di conseguenza, ogni tipo di teorie religiose e metodi educativi e sperimenti sociali hanno sostituito l'unica cosa che avrebbe potuto mostrargli veramente quello che deve fare, e come dovrebbe vivere e chi è. Se un uomo comincia a conoscere chi è, comincia ad avere sentimenti corretti di se stesso. Soltanto l'“Io” Reale può in conclusione dare all'uomo un sentimento corretto di sé nel senso più pieno. Ma l'“Io” Reale e la Coscienza Reale non sono molto distanti l'uno dall'altra. Solo un uomo addormentato può avere un sentimento artificiale di “Io”, a seconda della considerazione che ha di sé. Sarà un falso sentimento di “Io” – un sentimento che lo farà patire tutta la vita senza che se ne renda conto-. Invece della Coscienza ha dei respingenti. La Coscienza Reale è possibile soltanto in assenza dei respingenti”.

Esaminiamo oggi questa frase usata dal signor Ouspensky “Se un uomo comincia a conoscere *chi è*, comincia ad avere un sentimento corretto di sé”. Questo Lavoro si occupa della conoscenza di sé. Tutti sanno che sulla facciata del Tempio di Delfo, dove s'impartiva l'insegnamento esoterico ai tempi dell'antica Grecia, stava scritto: “*Conosci te stesso*”. Bene, nessun uomo, nessuna donna può conoscere se stesso se non comincia ad osservarsi in una maniera diretta, impersonale ed imparziale. Perché detta osservazione di sé deve cambiare l'abituale sentimento di “Io”, l'abituale sentimento di uno stesso? Perché a causa di detta osservazione di uno stesso, imparziale, impersonale, quasi remota, s'inizia a scoprire di essere molto differente da ciò che fin'ora uno credeva di essere. L'abituale sentimento di uno stesso, il sentimento di “Io”, non concorda già più con quello che si è. È preciso comprendere che una persona ha per tutta la sua vita un sentimento di “Io” completamente sbagliato e questo sentimento sbagliato ha bloccato ogni crescita interiore in lei stessa ed ha rovinato probabilmente la sua vita. Si è afferrato ad un errore, ad uno sbaglio, a qualcosa che non è reale in lei stessa. Se la vita continua ad essere la forza neutralizzante, non sarà capace di sradicare questo sentimento di se stessa, totalmente sbagliato, non reale, con il quale fa fronte all'esistenza quotidiana e all'altra gente. Solo per mezzo dell'osservazione di sé effettuata con tutta la forza della terza forza del Lavoro questo sentimento di se stessa, fissato e prodotto dalla vita, comincia a modificarsi. E quale sollievo è per una persona rendersi conto che aveva cercato di

affrontare la propria vita con una serie completamente sbagliata di “Io”, con un sentimento di “Io” sbagliato e in generale dominante. È meraviglioso scoprire la capacità di muoversi interiormente in una nuova direzione e sfuggire dalla falsa invenzione di sé. Dire a se stesso: “Perché devo essere sempre così? Perché devo sentirmi sempre così? Perché, insomma, sono sempre la stessa persona fissa, con gli stessi punti di vista, le stesse abitudini, gli stessi fastidi, gli stessi giudizi, la stessa tristezza, le stesse critiche, gli stessi pensieri, le stesse reazioni?” Bene, si sa che questo è chiamato: “La comprensione della propria meccanicità”, e che è anche chiamato: “La prima tappa del Ricordo di Sé”. Perché? Perché significa che una persona che comincia a vedere internamente la propria meccanicità si è già separato *fino ad un certo punto* da ciò che con tanta compiacenza credeva di essere. Qualcosa che è diversa da se stessa è apparsa nel suo mondo interiore. Questo è l’inizio dello sviluppo – questo sviluppo che inizia con l’“Io” Osservatore e porta al Maggiordomo Delegato – e poi al Maggiordomo e infine all’“Io” Reale. Non è forse straordinario pensare che non siamo un “Io” Reale, ma un falso “Io”, e che ciò che siamo e crediamo di essere è pura invenzione? Non è forse tragico che tutti i sentimenti sbagliati di “Io”, i sentimenti sbagliati di ciò che si è, queste invenzioni di noi stessi, vivono per noi?

Bene, non si può produrre la trasformazione senza una modifica del sentimento ordinario di “Io”. Le Tre Linee di Lavoro si riferiscono a questo particolare – il lavoro su di sé, il lavoro in connessione con gli altri e lo stabilire nuove relazioni con loro, e il lavoro per amore del Lavoro stesso. Continuare ad essere la stessa persona, avere le stesse manifestazioni esteriori, sentire gli stessi sentimenti di “Io” significa semplicemente che non si segue nessuna delle tre linee di Lavoro. A volte un opprimente senso del Lavoro può modificare una persona. A volte un’osservazione di sé compresa suole modificare una persona. Ma se si continua ad avere lo stesso sentimento di “Io” non si è trasformato il proprio essere.

Cap. 62 Great Amwell House 4 gennaio, 1947

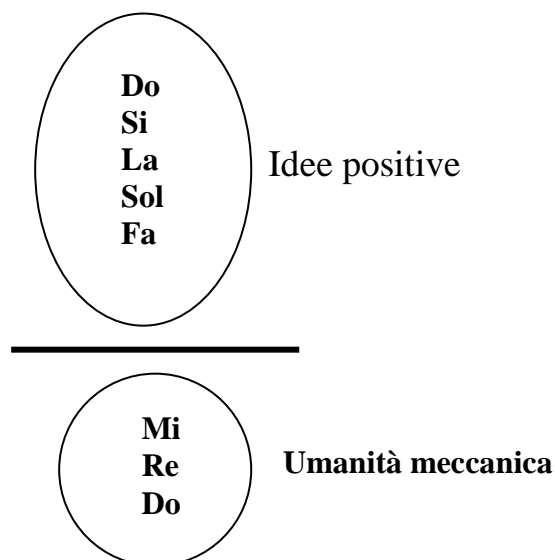
IDEE POSITIVE NEL LAVORO

Qualche tempo fa si disse che non si doveva fare nessuna cosa negativamente. In quest’epoca bisogna dire che le persone tendono, nel loro insieme, a fare le cose negativamente. Per esempio, gli operai di una fabbrica non sono contenti, e di certo non possono, del loro lavoro – proprio così, la parte emozionale del Centro Motorio non è usata, per questo hanno bisogno della musica e di altre cose come sostituto. Il Centro Motorio lavora infinitamente meglio con la collaborazione della parte emozionale. Allora una persona ha piacere *dei suoi movimenti*, della destrezza delle sue mani, ecc., e si trasforma in artigiano mediante la guida della parte emozionale – proprio così, la conoscenza emozionale -. Perdiamo gran parte del nostro tempo nell’essere negativi e nel fare le cose negativamente senza rendercene conto. La differenza sta tra l’andare verso una cosa ed essere attirati verso di essa. Se si va verso una cosa da se stesso la si lavora positivamente. Altrimenti è essa che agisce in uno ed è una forma di fare le cose negativamente. Un’origine di questo procedere è il dubbio. Il Lavoro ci sta tentando continuamente, e così diventiamo negativi. *La*

tentazione è dubitare dello scopo. È facile rinunciare ad una cosa, pensare che è inutile –proprio così, pensare negativamente-. È necessario dire a se stesso: “ *Io posso lavorare* – e dirlo una ed un’altra volta dentro di sé -. La gente non prende il Lavoro come una tentazione. Ho qui un estratto di una lettera che verte su questo problema: “Mi sono reso conto che è possibile far fronte alla tentazione *se la si riconosce come tentazione.* La notte scorsa ho avuto un esempio di questo. Stavo sul punto di cadere in una Crisi di Disperazione, dubitando dello scopo ed improvvisamente mi balenò l’idea che poteva trattarsi di una tentazione e che forse non era inevitabile e che potevo liberarmi di essa se avessi potuto avere qualche aiuto. Alla fine mi addormentai tranquillamente”. Dobbiamo vivere secondo un piano, facendoci carico di noi stessi in relazione a questo piano. Se non c’è uno scopo, né un piano, né una direzione individuale, non vi è un posto in cui rifugiarsi, niente su cui lavorare. Rimarremo dove stavamo, perché allora non agiamo coscientemente nelle nostre relazioni con il mondo interiore e in ciò che vi succede, e in relazione con il mondo degli altri che ci riflette. Il Ricordo di Sé accresce la forza della coscienza. L’atto del Ricordo di Sé, riguardo, per esempio, a ricordare distintamente il proprio piano, il proprio proposito, in mezzo a qualche situazione difficile, crea in realtà nuove energie. Succede la stessa cosa di quando la luce aumenta d’intensità, perché si produce un aumento di potenziale elettrico. E questo è esattamente quello che é. Cerchiamo di connetterci di nuovo internamente, ed allora il Lavoro ci dona forza. Il cadere nel sonno, il permettere agli stati cattivi latenti di crescere senza nessun impedimento, fa rompere le connessioni corrette. Tutto il piano e il sistema del Lavoro consiste semplicemente nel procurarci connessioni interiori corrette affinché la forza dei centri superiori possa essere ricevuta. L’atto del Ricordo di Sé, nel suo più pieno senso, include tutto il Lavoro, e tutto il suo insegnamento e i nuovi modi di pensare, tutto ciò che si è appreso da esso, tutto ciò che si è ottenuto da esso, tutto quello che significa, tutta l’introspezione, tutte le nuove esperienze – tutto ciò simultaneamente -. Allora si stabiliscono nuovamente le connessioni corrette e la nuova forza passa attraverso la nostra persona. Cosa fa questa forza? Vince la confusione negativa della vita, che la gente accumula continuamente, che stabilisce connessioni sbagliate. Accresce la coscienza – che è luce -. Per mezzo di questa luce vediamo ogni cosa più chiaramente, nello stesso modo di quando si accende una luce in un’abitazione in cui si andava a tentoni e ci si scontrava con ogni cosa nell’oscurità. Sì, il Ricordo di Sé dona nuova luce. Questa luce è la coscienza, l’aumento di coscienza. Il Lavoro consiste nell’aumento di coscienza.

Bene, avere più coscienza richiede il non addormentarsi interiormente, perché ciò significa invitare ed alimentare l’oscurità. Lasciarsi dominare dal sonno significa non far nulla nelle tre linee di Lavoro. Significa non lavorare su di sé, sulle ambizioni e i desideri personali, né tanto meno sugli altri, né sui propri pregiudizi ed antipatie meccaniche, né dare valore al Lavoro da se stesso e mantenere vivo il suo antico merito. Sperate forse che quest’antico Lavoro vi dia direttamente la più elevata coscienza e comprensione? Sarebbe triviale e segnalerebbe un pesante livello di essere. Il Lavoro significa lavorare – lavoro interiore – molti riaggiusti interiori ed esteriori – molta comprensione di sé e prolungati e difficili periodi durante i quali si

ama il Lavoro come una piantina che si protegge con ambedue le mani e la si indirizza scrupolosamente. Questo significa l'attenzione e le due mani significano la coscienza interiore ed esteriore – la coscienza di se stesso e la coscienza degli altri. Questa pianta si appassirà se non la si vigila diligentemente. G. lo paragonava ad un uovo che si incuba e che non deve essere raffreddato per troppo tempo. Un antico proverbio dice: “Non più di otto ore”. Quindi, è qualcosa che assomiglia a questo. Perché la gente che pensa soltanto una volta alla settimana nelle riunioni a questo antico Lavoro deve ricevere un nuovo insegnamento. Non fanno nulla per se stesse nella prima, la seconda e la terza linea di Lavoro. Non hanno calore interno, né fede esoterica, ma fede nella vita. Sperano che gli altri li scaldino. Questo è uno stato disgraziato di essere e di comprensione. Cosa avete fatto voi, disse una volta il signor Ouspensky, dall'ultima riunione? Cosa avete visto? Cosa avete compreso? In cosa avete operato?” Come risposta ricevette il silenzio. Bene, sappiamo che se una persona è se stessa e si compiace con se stessa, se continua a prendere se stessa come lei stessa ed è soddisfatta, se non può separarsi per mezzo dell'osservazione di sé da ciò che fin'ora ha preso come se stessa, non potrà modificare il suo essere. **Sarà** così come **fu** – proprio così, il suo essere continuerà ad essere sempre lo stesso. Bene, per trasformare l'essere è necessario avere idee positive. Parleremo su questo particolare. Una volta il signor Ouspensky disse: “Lo stato dell'umanità può essere paragonato alla seguente ottava:



Il signor Ouspensky disse: “L'uomo meccanico può essere paragonato alle note **Do, Re, Mi**. Non può arrivare alle note **Fa, Sol, La, Si, Do**. Per quale ragione? Perché l'umanità meccanica manca di idee positive. Soltanto le idee positive possono permettere all'umanità di attraversare il posto di vuoto, di nullità, il posto dove il collettivismo, la moltitudine, medaglie, esami, non servono a nulla. Cos'è che spinge l'uomo a superarsi? Vuole rivaleggiare con qualcuno. L'uomo meccanico non può andare oltre perché la vita come terza forza tantomeno può arrivare più in là. È necessario passare oltre il posto in cui le cose della vita non servono a nulla. In questo pianeta l'umanità ha poche possibilità di raggiungere questa tappa. Pochi individui

possono raggiungerla. Il Lavoro è una serra speciale per produrre nella gente idee positive senza le quali non possono passare dal *Mi* al *Fa*.

Per cambiare l'essere, crescere, realizzarsi, è necessaria una certa pressione *positiva*, di attenzione interiore. È necessario avere idee positive. È necessario desiderare la trasformazione. Questo problema ha due lati. Grazie al Lavoro comprendiamo che il significato della nostra vita sulla Terra è quello di fare qualcosa di molto definito, e non staremmo qui se fosse in un altro modo. Questa è un'idea positiva. L'altro lato presenta molte cose indesiderabili in noi di cui abbiamo una vaga percezione e a volte ci fanno sentire a disagio. Questo lato deve diventare un'idea positiva e non negativa. In un certo qual modo è facile incolparsi da soli. Questa è un'idea negativa. Mediante un'osservazione di sé corretta uno si rende conto di cosa deve modificare. Allora l'idea negativa si trasforma in positiva. Nessuna persona può trasformarsi per mezzo di idee negative – per mezzo di auto-accuse vaghe, per esempio, o di un certo tipo di infelicità -. Tutto ciò è negativo. Non bisogna prestare attenzione agli “Io” infelici che gioiscono nell'abbatterci. “Ci sono molte cose in tutte le persone”, diceva G. “che cercano di distruggerci”. Inoltre, dobbiamo comprendere che se l'uomo crede di poter fare sta agendo da un'idea negativa. La sua terza forza è la vita.

Bene, è necessario svegliarsi e sentire lo shock dell'insegnamento del Lavoro e vedere che la causa di tutte le emozioni negative e degli stati negativi stanno in noi. È inutile trovargli una causa esteriore. È necessario separarsi da essi. E ricordate anche che gli stati negativi creano unicamente stati negativi in noi e negli altri. Non trattate la gente come se *potessero fare*, senza scoprire prima se voi potete fare ciò che censurate negli altri di non farlo. In questo caso mostrate come farlo. Essere negativo ed incolpare un altro è prendere come punto di partenza un'idea negativa. Vedere che è necessario lavorare su di sé riguardo alle emozioni negative e fermare l'identificazione con esse è un'idea positiva. Le altre persone non possono *fare* più di quello che voi potete fare. Non gli parlo e non li critico come se potessero fare. Le altre persone saranno capaci di comprenderlo – se voi li comprendete e potete insegnargli mediante la vostra stessa comprensione. Non vivete credendo che gli altri potrebbero essere diversi. Qui questa è una situazione di vita comune. Accettate la vostra situazione intelligentemente e ricordate che gli altri lo riflettono. Non crediate che ciò che vedete negli altri non si trovi anche in voi. Dio è quello che è necessario per voi. Iniziate con il vostro prossimo. Egli vi mostra ciò che è necessario per voi - proprio così, quello che è necessario che voi vediate in voi stessi ed arrivare ad avere coscienza di ciò. Tutti abbiamo bisogno di essere più coscienti. Tutto il Lavoro richiede forza. La gente non ha forza sufficiente perché manca di idee positive e precise circa il Lavoro e di ciò che sta facendo e di ciò che questo significa nella vita. Quanto più si sente il lavoro, tanto maggiore sarà la possibilità di ottenere forza di coscienza – proprio così, più coscienza di quella che è richiesta per servire la vita, per servire la natura. Ogni persona può diventare più cosciente – proprio così, avere più forza. Ma questo è possibile solo se si segue tutto ciò che insegna l'antico Lavoro. È preciso lavorare per esso – pagare per esso. Se preferite dormire, dormite. Se desiderate svegliarvi, lavorate.

IDEE POSITIVE NEL LAVORO 2

Permettetemi di ricordarvi nuovamente che non dovremmo fare niente negativamente. Fate ciò che volete o, meglio, fate ciò che dovete fare, ma non lo fate negativamente. L'ultima volta abbiamo parlato su questo particolare, insieme al tema delle emozioni positive e di come l'Uomo generalmente è mantenuto nelle note **Do, Re, Mi; Do, Re, Mi**, sempre. Gli è impossibile un vero sviluppo in quanto non possiede sufficienti idee positive per raggiungere la nota **Fa** e così, avvicinarsi alla sfera dell'Uomo Cosciente. Bene, è ovvio che se facciamo una qualunque cosa negativamente, non si starà mai in relazione con un'idea positiva. Se esaminiamo la vita, troviamo molte ragioni per avere idee negative. Gran parte della letteratura è negativa, gran parte della poesia è negativa. La storia è una storia di crimini, e così tutto il resto. Come, devo dire, possiamo avere idee positive in queste circostanze? Solo attraverso una nuova serie di idee – di un'altra sfera di idee.

Le idee negative posseggono un grande potere di attrazione. Un'idea negativa, come quella che l'Universo manca di senso, può attrarre milioni di persone nel suo vortice e mantenerle prigioniere. Questo elimina ogni possibilità di crescita individuale e fa sì che questi uomini siano sottomessi alle suggestioni di massa. Questo è l'effetto delle idee negative – per conoscenza, distruggere l'importanza individuale e il significato e il pensiero interiore individuale e far sì che l'uomo dipenda dall'esterno e che sia preda, sempre di più, del potere della vita esterna. Abbiamo qui un barlume del significato delle idee negative per distinguerle dalle idee positive. Un'idea positiva allontana l'uomo, sempre di più, dal potere dell'esterno, della vita esterna. Ricordate che nel Lavoro si ripete costantemente che se la vita continua ad essere la Terza Forza, non potrà prodursi nessun cambiamento. Proprio così, lo sviluppo interiore che l'uomo potrebbe ottenere e al quale si riferisce ogni insegnamento esoterico, non può avvenire. Il Lavoro dice che l'uomo, se non ha subito questo sviluppo per cui è destinato, continuerà ad essere un organismo capace di sviluppo nella Terra, per distinguerlo dagli animali e piante, ecc., che formano la massa principale della Vita Organica. La vita, come Terza Forza Neutralizzante mantiene attiva la Personalità esteriore e passiva l'Essenza interiore. Sì, ma è necessario riflettere su ciò che questo significa. L'uomo vero è tenuto sottosviluppato dalla vita. Solo un'altra forza, proveniente da un'altra direzione e che in quanto appartiene ad un'altra sfera d'idee può ottenere la riduzione della Personalità formata dalla vita, con la sua sete di ricompense visibili, e che conduce a muoversi e a svegliare l'uomo interiore – l'uomo essenziale – il cui sviluppo è l'obiettivo dell'insegnamento esoterico.

Bene, per interrompere un istante questo tema, cosa significa l'insegnamento esoterico? Nel Nuovo Testamento sono menzionati l'uomo esteriore e l'uomo interiore. L'uomo esteriore è denominato l'uomo essoterico, l'uomo interiore, l'uomo esoterico. Cosa significa questo? L'uomo esteriore, la Personalità, può essere educata molto bene e non ruberà mai, diciamo. Ma se si potesse eliminare ogni paura, ruberebbe. Ma se l'uomo interiore o esoterico fosse sviluppato non ruberebbe, ammesso che non si possa fare. È diventato responsabile internamente. È questa la

differenza. Se l'uomo interiore fosse sviluppato, non ci sarebbe necessità di polizia. Bene, la vita sviluppa in noi l'uomo esteriore, ma non l'uomo interiore. L'insegnamento esoterico pertanto tratta dello sviluppo dell'Essenza interiore, che non è sviluppata – l'uomo esoterico -. Poi, qualunque cosa succeda nella vita esteriore, l'uomo si comporta rettamente – da se stesso internamente -. Il greco εσω significa *esteriore*; e Ιεσω significa interiore. di conseguenza l'esoterismo è un insegnamento che si applica all'uomo interiore – a ciò che uno è in se stesso, prescindendo dalle restrizioni e timori esteriori-. Per questo il Lavoro inizia con l'osservazione di sé – proprio così, con l'osservazione dei nostri stati interiori e di ciò che si è realmente-. Non inizia con l'osservazione esterna come fa la Scienza.

Un uomo, una donna, in questo Lavoro, deve imparare con l'osservazione di sé che ciò che sembrano essere, ciò che fingono di essere esternamente, non è ciò che sono interiormente. Nel comprenderlo, iniziano a soffrire un senso di contraddizione. Questa è una sofferenza utile. L'esteriore e l'interiore devono nel caso concordare e diventare uno – un'unità-. L'uomo addormentato da per scontato di essere un'unità. Quando comincia a osservare se stesso, si rende conto di essere due nel senso più lato – proprio così, ciò che pretende di essere e ciò che è -. Allora deve diventare eventualmente un'unità. Dopo l'esteriore e l'interiore diventano la stessa cosa. Questo è il primo passo. Essere buono verso una persona esteriormente e odiarla e ucciderla interiormente è lo stato ordinario dell'Uomo addormentato. In questo stato psicologico *non può mutare nulla* nell'uomo. È un fallimento nell'esperimento di auto sviluppo.

Ritorniamo ora alle idee positive. Il signor Ouspensky in poche parole disse: “Se un uomo non crede in una Mente Superiore, è inutile per il Lavoro. Credere in una Mente Superiore è avere un'idea positiva – e senza idee positive nessun uomo può svilupparsi-. L'uomo che si crede assoluto, indipendente, che crede di sapere e di *poter fare* con la sua piccola mente limitata, con tutta la sua ignoranza, comincia dal *Do* attivo, e poi descrive un'ottava discendente e così muore. La storia è piena di tali esempi. Credere che si possa fare è iniziare da un'idea negativa. Rendersi conto di non *poter fare* e studiare come fare e che la cosa necessaria è iniziare da un *Do* passivo – proprio così, iniziare un'ottava ascendente” -. Il signor Ouspensky era solito parlare spesso in questa forma.

È facile pensare che l'idea di *poter fare* – che si può, per esempio, riformare il mondo, trasformare l'altra gente, e così via – sia un'idea positiva. Invece è un'idea negativa. È un'idea così negativa come quella di pensare che, senza nessuna conoscenza specializzata, si potesse operare il cervello di un uomo. Nel Lavoro la gente che crede di poter fare è chiamata lunatica. Il signor Ouspensky una volta domandò al signor Gurdjieff che cosa doveva fare un uomo per assimilare il suo insegnamento:

“Quale *fare*? Rispose il signor Gurdjieff, come se fosse sorpreso. “Non é possibile *fare nulla*. innanzi tutto un uomo deve *comprendere* certe cose. Ha mille idee false e false concezioni, soprattutto su se stesso, e deve liberarsi di alcune di esse prima di poter acquisire qualcosa di nuovo. Altrimenti la nuova volontà sarà edificata su cattive fondamenta e il risultato sarà peggiore di prima”.

“Come potremo liberarci dalle false idee?” domandò il signor Ouspensky. “Dipendiamo dalla forme della nostra percezione. Le false idee sono prodotte dalle forme della nostra percezione.”

Il signor Gurdjieff scosse la testa. “Parla ancora di qualcosa di diverso”, disse. “Parla di errori che nascono dalla percezione ma io non sto parlando di tal cosa. Dentro i limiti delle percezioni date l’uomo può ingannarsi in maggior o in minor grado. Come dissi prima, il maggior inganno dell’Uomo è la sua convinzione di poter *fare*. Tutta la gente crede di poter fare, tutta la gente vuole fare e la prima cosa che chiedono è che cosa devono fare. Ma a rigore nessuno fa nulla e nessuno può fare nulla. Questa è la prima cosa che bisogna comprendere. **Tutto succede.** Tutto ciò che proviene da lui - **tutto questo succede** - e succede esattamente nella stessa maniera in cui cade la pioggia a causa di un cambiamento di temperatura dell’atmosfera, in cui la neve si scioglie sotto i raggi del sole, in cui la polvere è sollevata dal vento. L’uomo è una macchina. Tutte le sue vicende, azioni, parole, pensieri, sentimenti, convinzioni, opinioni ed abitudini sono il risultato di influenze esterne. Da se stesso un uomo non può produrre un solo pensiero, una sola azione. Tutto ciò che dice, fa, pensa, sente – tutto ciò succede-. L’uomo non può scoprire nulla, non può inventare nulla. Tutto succede.”

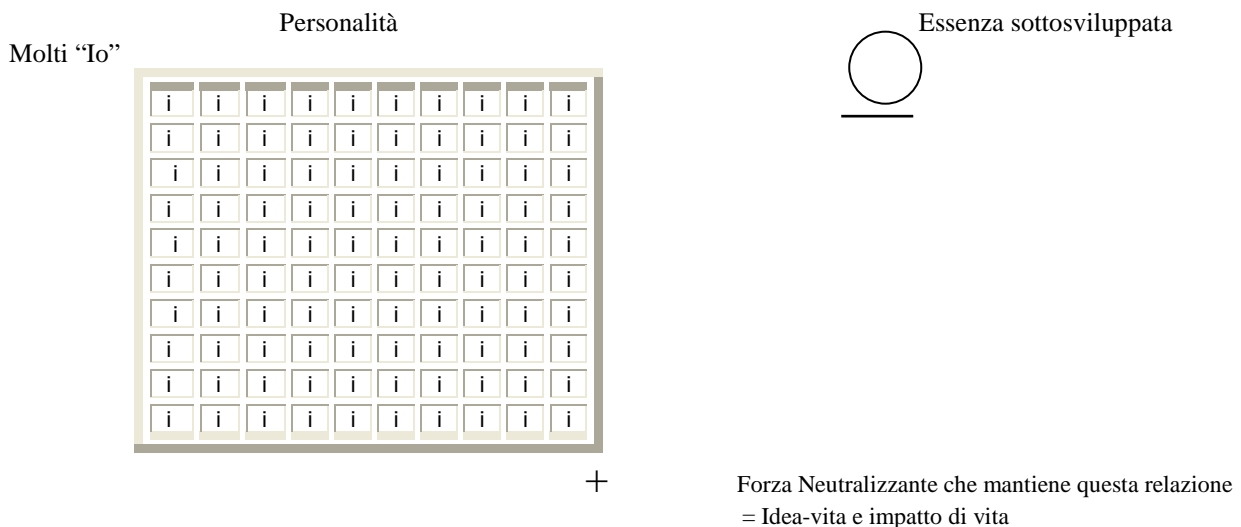
Cap. 64 Great Amwell House 18 gennaio, 1947

NUOVA NOTA SULLE IDEE POSITIVE NEL LAVORO E LA INVERSIONE DEI SEGNI
Un’idea positiva può essere definita in un primo momento, in questi commentari, come un’idea che sminuisce la Personalità ed accresce l’Essenza. L’ultima volta si disse che l’idea che l’“Uomo possa fare” non è positiva, quantunque la maggioranza delle persone dica che lo é. Ma l’idea che l’Uomo possa fare accresce la Personalità. È esattamente ciò che pensa la Personalità. Il Lavoro dice: “L’Uomo non può fare”. E questa è un’idea positiva. Perché? Perché diminuisce la Personalità, mentre l’idea che l’uomo ‘può fare’ accresce la Personalità e pertanto è un’idea negativa. La Personalità manca di vita propria. Solo ciò che ha vita propria può fare. Per esempio, non abbiamo idee nostre. Tutti i rulli e le combinazioni di “Io” formano la Personalità, tutto ciò che è registrato nei rulli provenienti dalle impressioni, tutti i respingenti, le abitudini, le immagini, tutto ciò integra la macchina della Personalità. Con questa assurda macchina andiamo per il mondo, crediamo in noi. Eppure non possiamo pensare un pensiero nuovo. Possiamo soltanto paragonare, copiare, modificare. Questa macchina, che è morta, circonda l’Essenza che è viva, ma inarticolata, sotto-sviluppata. L’uomo che sviluppa l’Essenza, l’uomo che ha sperimentato questa inversione dei segni, la Personalità attiva e l’Essenza passiva che diventano la Personalità passiva e l’Essenza attiva – tale uomo appartiene all’Umanità Cosciente e tale uomo può fare -. È rinato. Tale uomo ha un vero Destino, perché il Destino appartiene all’Essenza, e le leggi meccaniche appartengono alla macchina – proprio così, ci appartengono-. L’uomo comune sta sotto l’Accidente, non al Destino. Ora ci rendiamo conto che cosa significa l’idea positiva che l’“Uomo non può fare”, nel diventare coscienti della nostra meccanicità. Una macchina non fa. Non può scegliere. Questo è uno dei definiti aumenti di

coscienza che ci sono possibili e a ciò che aspiriamo dopo un certo periodo di tempo. Nel Lavoro il Tempo è un metro. Questo Lavoro tratta dell'aumento di coscienza in molte direzioni definite. La coscienza è luce – non la luce fisica ma psicologica, che apporta il nuovo potere di vedere tutto. Così come è l'Uomo, si trova nelle tenebre – letteralmente - sta nell'oscurità psicologica. Non è cosciente. Capire – iniziare a capire – di essere meccanico e di non essere realmente vivo produce uno shock. Questo shock appartiene alla zona che nella fabbrica di 3 piani, alimentata dalle impressioni, l'aria e il cibo, è chiamata la regione del Primo Shock Cosciente. L'uomo può darsi questo shock. Qui possiamo fare. L'uomo può lavorare – con l'aiuto del Lavoro -. Ma è necessario innanzi tutto formare l'“Io” Osservatore. L'“Io” Osservatore è il risultato di questo Lavoro e delle idee che c'insegna. Quanto più si vede la forza del Lavoro, più si può osservare. Soltanto per mezzo dell'“Io” Osservatore formato dal Lavoro e dalle sue idee positive un uomo può osservare se stesso abbastanza profondamente da rendersi conto che la sua meccanicità è un fatto psicologico. Allora percepisce che tutto il problema e il significato della sua vita risiede in se stesso e nelle sue relazioni con se stesso. Fino allora era identificato con quello che non era lui – con la Personalità – e così non lo era con il suo Destino. Allora comincia a separarsi. In somma, comincia a svegliarsi dal sonno, dalla Personalità attiva. Così nel rendersi conto di essere una macchina e che non può fare produce un risultato positivo, quantunque appaia come un'idea negativa. Lo fa avanzare di un passo verso l'inversione, verso l'intercambio dei segni tra la Personalità e l'Essenza. Questo è il motivo per cui in un primo momento abbiamo definito l'idea positiva come quella che diminuisce la Personalità ed accresce l'Essenza.

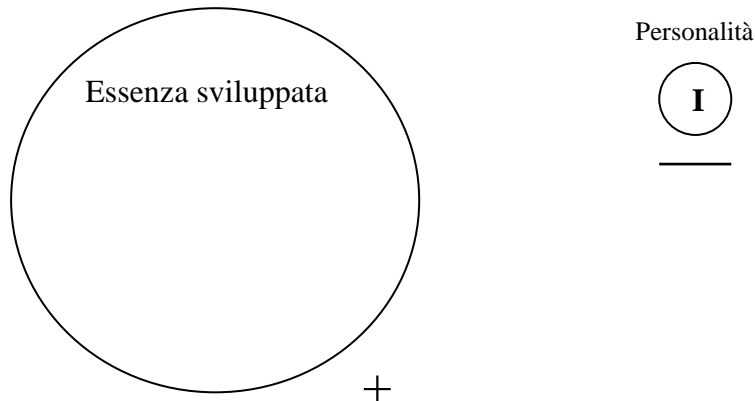
Così ci rimetteremo un'altra volta al grande diagramma – la formulazione condensata – di ciò che è necessario se desideriamo questo Lavoro e non crediamo più che la vita sia un fine in se stessa.

L'UOMO COSÌ COM'È



L'UOMO COME DOVREBBE ESSERE

Forza Neutralizzante delle idee-Lavoro + lavoro su di sé



Non è difficile vedere che un'inversione è necessaria affinché un uomo possa "rinascere" – o giungere al suo possibile sviluppo connesso-. Perché secondo il Lavoro ogni uomo è nato con un organismo capace di sviluppo proprio – proprio così, capace di fare un nuovo passo, in forma individuale, verso l'evoluzione-. Ma per gli scopi della vita – cioè, per servire la Natura – ciò non è necessario. L'uomo addormentato serve alla natura. L'Ottava Laterale del Sole – proprio così, del livello psicologico interiore rappresentato fisicamente ed internamente dal naturale e molto drammatico Sole – ha seminato l'Uomo sulla Terra per contribuire alla fabbrica della sofferenza rappresentato dalla Vita Organica, ma ha donato all'Uomo la possibilità inerente di elevare il suo livello di Essere in modo tale che sebbene lui, come corpo, sia sulla Terra, psicologicamente è ad un livello superiore. L'uomo psicologico, proprio così, sta ad un livello più elevato. Come si sa, innanzi tutto l'uomo è un corpo e poi un corpo psicologico-. Il Lavoro si è sempre proposto di formare il secondo corpo psicologico e per farlo sono necessarie nuove idee e la loro pratica. Bene, tutte le idee del Lavoro in questo senso sono positive – cioè, se le si seguono portano alla formazione del corpo psicologico-. Così come è ora l'Uomo, a causa dell'azione della vita esterna, manca di corpo psicologico organizzato. Il suo livello di essere e la sua conoscenza sono tali che internamente, psicologicamente, è una Legione – una moltitudine di "Io" contraddittori – una molteplicità – di fatto, una macchina maneggiata dalla vita esterna – una macchina che è funzione dell'esteriore e manca di vita interiore propria. Non basta soltanto la riflessione per capirlo. Lo avete sentito, ma non lo avete visto. Lo avete ascoltato ma non avete trovato intimamente il suo significato. Aggiungerò soltanto che se voi valorizzate il Lavoro e non lo criticate, se lo sentite emozionalmente, non tarderete a sapere che cos'è la Terza Forza di Vita e che cos'è la Terza Forza del Lavoro. Proprio così, giungerete a capire praticamente cosa significa essere meccanico e cosa significa comportarsi coscientemente. Quando conoscete da voi stessi che questo è un fatto psicologico, allora vi renderete conto quando vi comporterete come uomini addormentati e quando vi comporterete come uomini che hanno già iniziato a svegliarsi dal sonno generale dell'Umanità. E così vedrete qual è l'implicanza di questa inversione dei segni e comprenderete praticamente cosa significa l'antica idea di "essere rinato".

Cap. 65 Great Amwell House 25 gennaio, 1947
CENTRO MAGNETICO O IDEE POSITIVE

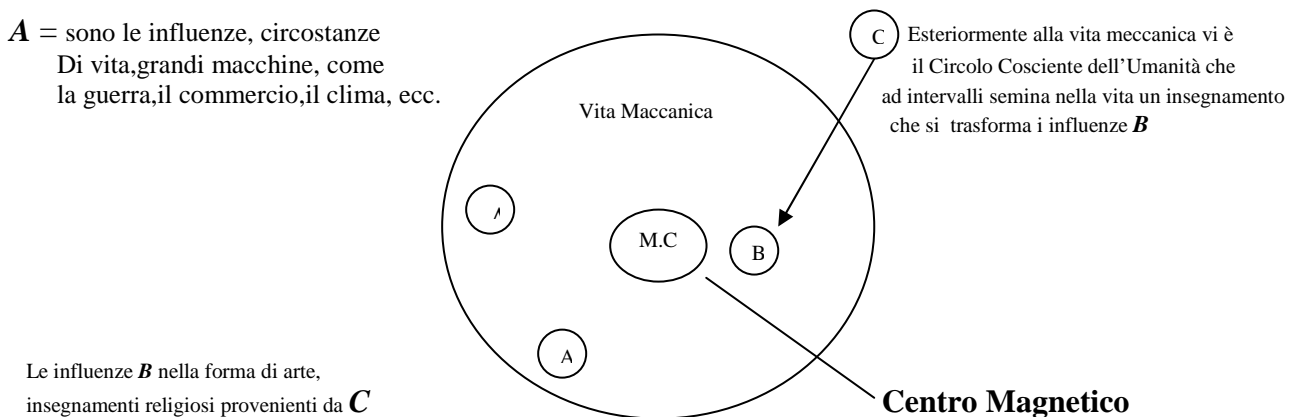
Nell'insegnamento del Lavoro si è detto spesso che uno dei segnali di Essere in una persona è il possesso del Centro Magnetico, che significa la capacità di vedere le cose da differenti livelli. Il senso di scala nel Centro Magnetico non ha nulla a che vedere con il senso di scala meccanico. Per esempio, un tipo emozionale – cioè, un artista – possiede un senso di scala sull'arte e in generale è molto geloso. O l'uomo intellettuale, un uomo n° 3, possiede un senso di scala sulle cose intellettuali, e nuovamente è molto geloso. Ma questa non è la scala che appartiene al Centro Magnetico, che è una scala esteriore alla vita. per esempio, occupiamoci dell'uomo n° 1, che gioca tutto dal punto di vista delle prodezze fisiche. Conosce un uomo n° 2 che è, diciamo, un artista. L'artista non suscita in lui nessun sentimento perché manca di senso di scala. Non può comprendere che questo artista, che forse, contribuisce alla cultura della vita, è superiore, perché lo giudica dal suo potere fisico, e così via. Proprio così, non vede nulla che gli sia superiore, eccettuati nelle persone visibili coloro che sono più alti o più bassi o più vigorosi di lui. Così il suo sentimento deriva dalla scala dei suoi sensi fisici. Il Centro Magnetico, senza dubbio, vuol dire il possesso del potere di vedere oltre le nostre fissazioni meccaniche. Significa il potere di vedere che c'è qualcosa di molto superiore a noi – quantunque si sia un uomo n° 1, n° 2 e n° 3.

Parlando in termini generali, l'uomo che possiede un Centro Magnetico è ad un livello superiore di coloro che non lo posseggono – perché può vedere le cose più elevate e le più infime-. Ci sono, però, differenti qualità di Centro Magnetico. A volte una persona ha quello che il signor Ouspensky soleva chiamare un Falso Centro Magnetico – e altre volte ha un Centro Magnetico multiplo, proprio così, ha molti Centri Magnetici piccoli e deboli. Il risultato di ciò, è che corrono tra tutte le varietà di pratiche magiche e pseudo-occultiste, tutti i tipi di culti mistici, o incappano in società che predicano la fine del mondo, o che passano il tempo misurando oscuri corridori nelle Piramidi e spiegano per loro tramite tutto ciò che c'è. Tali persone mancano di un giusto senso di scala. Un Centro Magnetico corretto non porta in questa direzione. Ma sia in un uomo con un Centro Magnetico sbagliato o falso, come nell'uomo con un Centro Magnetico corretto esiste il credere che vi sia un'*altra cosa*, un'altra idea di vita, e che la vita non può spiegarsi in funzione di se stessa. Questa è un'idea positiva. Bene l'Uomo, nell'essere creato come un organismo capace di auto sviluppo, come dice il Lavoro, non può realizzarsi se non scopre il modo di svilupparsi. Tal volta sente di non poter spiegare l'Universo, o che non può spiegare la sua persona, o le due cose. In ogni caso, si produce una penetrazione nel senso del mistero. Questo sentimento, questa continua percezione dell'inesplicabilità di tutto è uno dei segnali di un Centro Magnetico giusto. La curiosità, l'ambizione della grandezza, la stimolazione della così detta conoscenza occulta e la credenza che si possa ottenere qualcosa senza pagare il suo prezzo hanno a che vedere con i piccoli "Io" e le emozioni di sé. Ma il senso del mistero va oltre tutto l'amore di sé. Rimpicciolisce la Personalità. Determina che l'uomo senta la sua nullità. Lo connette così con le idee positive, perché tutto ciò che rende la Personalità più passiva e

l'Essenza più attiva sta in relazione con le idee positive. Per questa ragione, Dio, come l'Assoluto, è un'idea positiva. Il Circolo Cosciente dell'Umanità è un'idea positiva. L'idea che siamo tutti addormentati e che dobbiamo svegliarci è un'idea positiva.

Ricordiamo un'altra volta l'insegnamento del Lavoro sul Centro Magnetico. Bisogna dire che il Centro Magnetico ci porta al Lavoro ma non può mantenerci lì se non ci sforziamo di rimanerci. Dobbiamo lavorare su noi stessi e in contatto con un sistema che ci dice come farlo. Dobbiamo amare questo Lavoro. Cercare di fare questo Lavoro – come la pratica di non identificarsi – senza amore il Lavoro non produce nessun risultato. La volontà inizia nell'affetto. La volontà, se ci rendiamo conto, è amore. Un'emozione ne può vincere un'altra se è abbastanza forte. Il centro di gravità della Volontà risiede nel Centro Emozionale. Questo punto merita che si rifletta su di esso. Ma quantunque un uomo posseda un Centro Magnetico corretto, che dovrebbe essere nella parte intellettuale del Centro Emozionale, è soltanto introduttorio. Se deve condurlo ad un insegnamento relazionato con il Centro Cosciente dell'Umanità, il suo compito è appena iniziato. Bisogna trasformare il suo senso di mistero, la sua ricerca, il suo anelito, le sue mancanze in qualcosa di reale – in un lavoro pratico e praticato, e quanto più valore gli da emozionalmente, più si riceve aiuto. Se ha abbastanza forza da afferrarsi alla corda, non lavora soltanto bensì il Lavoro agisce su di lui. Comincia ad insegnargli, in periodi di silenzio, in quei vuoti che si producono nella nostra vita meccanica in cui tutto è vacuo e pieno di noia. Penetra, soprattutto, quando uno si è separato – proprio così, non è identificato – con una delle cento cose giornaliere che ci mantengono addormentati e che paiono così importanti a causa dell'identificazione, che è un'enorme lente d'ingrandimento. Alla gente piace complicarsi la vita per tutto, preoccuparsi per tutto e, come le mosche, si trovano appiccicate ad ogni carta acchiappa-eventi. Se in ogni momento prendiamo il Lavoro come un qualcosa di semplice e lo mettiamo in pratica nello stesso modo, eviteremo allora di cadere sulla carta acchiappa-eventi. Spariscono così le preoccupazioni e le cose si dispongono da se stesse e occupano il loro giusto posto.

DIAGRAMMA DEL CENTRO MAGNETICO



Alcune persone non distinguono la differenza esistente tra le influenze **A** e **B**. Nella vita prendono tutto nella stessa maniera e allo stesso livello. Altri riconoscono le

influenze **B** e subiscono il loro effetto e poche persone si sforzano per trovare più influenze **B**. Questo è dovuto alla qualità del Centro Magnetico. Cercano. Poche cercano da sole. La memoria, a causa della ricorrenza, suole suscitare un Centro Magnetico molto forte dall'inizio della vita. In un senso il contatto con il Lavoro può creare un Centro Magnetico in coloro che non lo posseggono. Se succede così, nell'eterna ricorrenza, riconosceranno il Lavoro nel sentirlo nuovamente, perché solo se si ripete, tutto ritorna, nel circolo della propria vita. Senza dubbio, il Lavoro si limita a dire che il Centro Magnetico si acquisisce e si deve alle prime influenze che si subiscono da piccoli. Oggi è molto raro, cioè, il livello dell'Umanità sta scendendo-. Le idee positive, nel significato-Lavoro, sono rimpiazzate dalle idee negative. Di conseguenza, tutte le parti superiori dei centri, che abbiamo perché siamo esseri auto sviluppanti, non stanno più in contatto con niente, non sono più utilizzate, non ricevono più alimento.

L'uomo vive sempre di più nel piano basso – non soltanto letteralmente – e di conseguenza la trasformazione dell'Essere è diventata impossibile, perché soltanto le idee positive possono trasformare l'Essere. Giacché la trasformazione dell'Essere – proprio così, lo sviluppo di sé – è la vera idea dell'Uomo a motivo della sua creazione, il suo significato individuale si sta perdendo. Se mutiamo l'Essere, anche soltanto di poco, non lasciandosi dominare dall'antipatia tanto facilmente, non identificandosi con tutte le preoccupazioni, la nostra vita si modifica. Se non mutiamo l'Essere il sapore della nostra vita e delle nostre situazioni di vita attuali continueranno ad essere sempre le stesse. Senza idee positive – proprio così, senza contatto con le influenze **C** per via delle influenze **B** – muore tutto il vero significato dell'Uomo. È slegato dalle influenze che potrebbero cambiarlo. Così cade completamente sotto il potere delle influenze **A**. Allora serve alla vita e al grande meccanismo della vita – politica, commercio, guerra, esercizio di massa, propaganda di massa, ecc. Non avrà nessun Centro Magnetico. Non cercherà le idee positive. La sua mente interiore rimarrà chiusa. La sua vita interiore muore e, parlando esotericamente, si trasforma in qualcosa di inutile, che manca di senso, morto. Nei Vangeli si è detto molto sui vivi e i morti, e sono molte le ammonizioni sullo sminuimento dell'Uomo, e questo si può capire molto più chiaramente nelle idee del Lavoro. D'altra parte, una cultura giunge al suo termine, e deve essere distrutta, e subisce il diluvio – per conoscenza, le barbarie, la violenza, la perdita della verità -. Allora si costruisce l'Arca per sopravvivere al Diluvio e mantenere vivente la conoscenza per la prossima cultura. Cosa pensate voi di questo tempo alla luce di quest'idea?

Cap. 66 Great Amwell House 19 febbraio, 1947
IL NOSTRO VINCOLO CON LO SPAZIO PSICOLOGICO
STATO = LUOGO

Alcuni di voi avranno sentito dire che se tutti stiamo nello stesso spazio fisico, allo stesso tempo stiamo in un altro posto nello spazio psicologico. È ovvio che una persona vivente in quanto al suo corpo fisico, visibile, deve essere in qualche posto dello spazio fisico – in qualche posto determinato. Però se non si riflette su questo

problema, non è così ovvio che stiamo tutti nello stesso tempo in qualche posto determinato dello spazio psicologico. Esteriormente, per mezzo dei nostri sensi esterni, possiamo osservare il posto in cui noi e gli altri stanno nello spazio visibile. Il Lavoro si propone di addestrarci affinché osserviamo dove stiamo internamente – in quello spazio psicologico di cui tratta tutto l'insegnamento esoterico. Ognuno di noi risiede in qualche posto di questo esteso territorio psicologico, che è lo stesso per tutti. In questo spazio psicologico interiore, che può essere conosciuto soltanto dai sensi interiori, vi è la possibilità che un uomo o una donna passino la loro vita in qualche posto pessimo, senza neppure rendersi conto di ciò. Nel Lavoro cerchiamo di cambiare il nostro *habitat* interno. Per esempio, coltivare le emozioni negative, amare gli stati negativi in generale, ci situa in un cattivo posto di questo vasto spazio psicologico interiore in cui dimora lo spirito di una persona. Proprio così, possiamo vivere fisicamente nella comodità e vivere psicologicamente in un posto disgraziato che, se fosse rappresentato dallo spazio visibile, ne saremmo terrorizzati e dal quale cercheremmo di scappare. Supponiamo che l'attività psicologica favorita di una persona, quella a cui è più abituata consista nel considerare internamente, nel censurare gli altri, nel farsi conti interni degli altri, nella violenza, nel sentirsi frastornata per ogni avvenimento della vita, nell'essere negativa, e tutto il resto, allora la persona abita psicologicamente in un pessimo mondo interiore. *Internamente*, vive in un cattivo posto, per migliore che sia il posto esterno in cui passa la vita. Come uscire, poi, da questo stato? *Innanzitutto, osservando che è così* e poi riconoscendolo. Dopo, per mezzo del lavoro su di sé per non identificarsi con i propri stati. Ricordate che *Stato é Luogo* in questo invisibile regno interiore che è lo spazio psicologico. Qualunque sia lo stato in cui si sta, li siete collocato voi stesso. Supponiamo che i vostri pensieri siano meschini, limitati, e che improvvisamente vi troviate fisicamente in un angusto *cul de sac*. Di certo ne ricevereste uno shock. Questo non succede nello spazio fisico – e dovremo esserne contenti-. Ma sempre ed istantaneamente succede nello spazio psicologico. Per questo è necessario riflettere nuovamente sul detto che lo *Stato* è internamente *Luogo (Posto)*. Qualunque sia lo stato in cui si sta, è interiore, psicologicamente in un certo Posto. Questo deve diventare così reale per voi come il posto che corrisponde allo spazio esterno – dove almeno c'insegnano a non andare nella spazzatura e nel fango-. Le emozioni negative sono la melma e la sporcizia. Psicologicamente corrisponde al fango e alla sporcizia letterale.

Come si disse ripetute volte, viviamo in un posto che è invisibile per gli altri. Il nostro corpo è nello spazio visibile, ma il nostro pensiero e gli stati d'animo e i timori e le ansietà e i sentimenti sono invisibili e costituiscono il posto in cui viviamo nel mondo psicologico. È in questo mondo psicologico che viviamo realmente. Per questo si è detto che siamo tutti invisibili. Per mezzo del nostro corpo visibile cerchiamo, con goffaggine, di farci dei segnali gli uni con gli altri. Ma in verità siamo invisibili e quasi sconosciuti gli uni con gli altri. È molto strano. Eppure, quanto più si riflette su questo particolare, più si vedrà che è vero. Non viviamo nel mondo esterno che ci è mostrato dai nostri sensi, ma nel mondo psicologico interiore. Di ogni cosa, se condividiamo il posto nel mondo psicologico, comprendiamo meglio i

segnali e forse potremmo prescindere da essi. Questa è una delle ragioni per cui il Lavoro c'insegna un linguaggio comune e a praticare un lavoro comune, una disciplina comune. Allora siamo più vicini nello spazio psicologico. In questo spazio, in questo mondo psicologico, o spirituale, ci sono posti precisi in cui esiste la possibilità di ricevere aiuto. Non credo che, così come siamo, sia possibile stare in due posti contemporaneamente, sia nel mondo dello spazio fisico, sia nel mondo dello spazio psicologico. A questo riguardo il Lavoro si limita a dire che è impossibile attraversare un fiume su due barche. Quando una persona si mette in contatto con un insegnamento che proviene da un determinato luogo psicologico, che era stato raggiunto da coloro che lavorarono nel passato, allora se l'insegnamento è valutato e *seguito* conduce al luogo in cui, nella via, si riceve aiuto. Un'altra realtà e un altro significato cominciano a mostrarsi in ciò che fino a quel momento fu preso come *l'unica* realtà e significato. Ogni forma d'insegnamento esoterico o interiore è una *via* verso un posto. Per esempio, Cristo si chiama allo stesso tempo la *Via*. Solo quando è seguito fino alla meta una persona può trasformarsi in cristiana. Eppure la gente immagina di essere cristiana.

Bene, se un uomo non ha un Centro Magnetico, né un senso di scala, e, per tanto, manca di idee positive, non può arrivare a queste parti desiderabili del suo territorio psicologico al quale ci siamo riferiti. Cos'è quello che nella nostra macchina, nel nostro apparato, corrisponde e si relaziona con questo territorio? I centri e le parti dei centri. Si aprono in posti differenti. Le parti superiori e le parti inferiori dei centri toccano livelli differenti in questo territorio psicologico – perché è un territorio di livelli, superiori ed inferiori, di valli e di montagne -. Per esempio, se si vive nei piccoli "Io", negli "Io" negativi, nei pensieri meschini, in sentimenti piccini di sé e di auto-soddisfazioni, e così via, internamente si vive in una valle triste e scura. *Stato equivale a posto*. Gli stati cattivi mettono un uomo, una donna, in un cattivo posto psicologico. È così – in pratica è così -. Ma bisogna pensare spesso a questo – proprio così, se vi sentite, quantunque lievemente, responsabili di voi stessi o dei vostri stati e se smettete di dire, o di pensare, in segreto, che la colpa è sempre degli altri. "Ricordate", dice il Lavoro, "che voi siete venuti qui per lottare contro voi stessi. Ringraziate chi vi dà l'opportunità di farlo". Ma non si tratta unicamente di venire qui – quest'idea si ripete in tutto il Lavoro, dovunque voi siate - "lavorare su di voi" sia qui, sia in un altro posto. Osservare voi stessi. Considerate che il Lavoro vi ordina di osservarvi. Poi lavorate su di voi mediante il materiale che si è riconosciuto con l'osservazione. Ma la gente s'identifica troppo con i propri stati. Qualcosa determina che una persona sia sfortunata. Non è forse per detta persona che questa cosa sia esattamente ciò su cui deve lavorare? No – questa persona è semplicemente sfortunata, è totalmente identificata sul proprio stato d'animo-. Mediante un rilassamento interiore, l'osservazione dei pensieri e dei sentimenti e delle posture, il ricordo di qualcosa detto nel Lavoro, si ottiene forse di far sparire lo stato d'animo con la velocità del raggio o di farlo scomparire gradualmente. Perché? Perché lo sta osservando e così non è detto stato. Ma se lo desidera e gode nello strano modo in cui si è soliti farlo – proprio così, si amano i propri stati negativi – allora, come è possibile che detti stati spariscano? Sono tanti coloro che desiderano la sfortuna e

l'ansietà. Amare è volere; facciamo quello che amiamo fare. Essere negativi ed odiare è facile; odiare di essere negativi è difficile. Per prima cosa, è necessario sentire che nel lavoro abbiamo il diritto di non essere negativi. Questa è un'osservazione molto profonda. Non è la stessa cosa che dire che nel Lavoro non si ha il diritto di essere negativo. La fabbrica del dolore della vita esige stati negativi dell'Umanità addormentata. Solo il Lavoro ci concede il *diritto* di non essere negativo. Il Lavoro, a questo riguardo, pagò il prezzo per noi. Altri hanno pagato. Non è una pena quella di non poter osservare i nostri stati maligni ed invece essere quelli e prenderli come se fossero noi stessi? Come potremo trovare l'inizio di unità in noi stessi se prendiamo ogni cangiante stato come se fosse "Io"? Questa condotta dimostra, secondo il mio parere, che non comprendiamo il Lavoro – né tanto meno vediamo dove inizia -. Il Lavoro comincia in voi – non fuori di voi -. Comincia con lo studio del posto in cui state ora nello spazio psicologico interiore. Non vuole dire semplicemente che il Regno dei Cieli sta dentro di voi. Le sue dimore sono molte. È vedere ora dove siamo interiormente. Il Lavoro vi mostra dove state. Questo è lo studio di sé. Questo è il lavoro pratico.

Cap. 67 Great Amwell House 8 febbraio, 1947

NOTA SULL'AUTOGIUSTIFICAZIONE

Una delle molte cose definite che questo Lavoro ci dice è l'osservazione di noi stessi e, specificatamente, quella di lavorare contro l'autogiustificazione. Cosa significa l'autogiustificazione? Significa che voi avete sempre ragione. Giustificare il nostro agire, per esempio, è vendicarsi, mostrare agli altri che quello che si fa è sempre ragionevole, corretto, appropriato e giusto. Quando una persona giustifica se stessa, nasce dal ritratto di sé di essere sempre buona, onorevole, giusta, onorata. Giustificarsi è esonerarsi, spiegare alla gente di non aver colpa, che nessuno lo capisce, che si agì con le migliori intenzioni, e così via. Se avete osservato l'autogiustificazione, avrete notato che prodigiosa quantità di energia psichica utilizza in ogni istante la razza umana in questa inutile attività. L'uomo che si giustifica crede di non poter sbagliare. Queste persone credono di avere sempre ragione in tutto ciò che fanno o dicono. Nessuno può penetrare in loro. Questo è uno dei maggiori impedimenti se una persona desidera svegliarsi.

Bene, è inutile parlare di autogiustificazione alla gente che non ha osservato se stessa. Supponiamo di domandare ad una persona il perché sia così negativa è probabile che rifiuti indignata questa accusa o che dica di avere una buona ragione per esserlo. In tutti e due i casi, giustifica se stessa – proprio così, giustifica le sue emozioni negative-. Possiamo giustificare noi stessi per mezzo della negazione, o trovando una scusa come quella di dare la colpa agli altri. Ma la radice della questione radica nell'immagine di avere sempre ragione e così di non essere mai colpevoli. In questo caso una forza agisce su di noi. Di conseguenza, non possiamo mai essere in pace interiormente. Al contrario, siamo in lotta – con noi stessi -. Perché in noi qualcosa sa di non aver ragione e qualcosa ci impedisce di ammetterlo. Qui i due Giganti, l'Orgoglio e la Vanità si presentano, ma a me sembra che chi alza la voce maggiormente sia l'Orgoglio. Ma questa è una questione di osservazione personale.

La Vanità forgia i nostri ritratti e l'Orgoglio li difende. Ma sia come sia, è chiaro il fatto che l'atto di autogiustificazione è spalleggiato da una forza poderosa e che detta forza non ci procura nessuna stabilità interiore e in questo modo tanto meno la pace interiore. Un uomo o una donna, diciamo, passa la notte senza chiudere gli occhi perché c'è qualcosa che non vuole ammettere, né accettare, e così giustifica se stessa. Ma, un vero atto di osservazione di sé sincero, imparziale, la ricerca nelle camere interiori della moneta d'argento che ha perduto – proprio così, la perduta verità – gli schiarisce tutto il panorama. La tensione si rilassa. Si è realizzato un vero atto di osservazione di sé. Qualcosa che non si era ammesso e della quale non si era propriamente cosciente, è stato portato alla coscienza. Immediatamente sparisce tutta la tensione e l'imbarazzo interiore. Perché? Perché al posto della moltitudine di voci dell'autogiustificazione – e qui giustifichiamo noi stessi – l'osservazione, il riconoscimento e l'accettazione hanno preso il controllo. In altre parole, si è realizzato un atto di vero lavoro. La pillola è stata ingoiata.

Parliamo un'altra volta della pillola che nella Quarta Via l'Uomo Astuto prepara ed ingoia. L'Uomo Astuto non passa la vita in coccoloni con le braccia distese. Non digiuna durante la settimana né passa il giorno facendo esercizi di respirazione. Osserva se stesso e discerne che ora ha da fare con se stesso per trasformare il suo meccanismo – il suo Essere attuale -. È astuto – come le vergini prudenti della parabola-. (In greco la parola che si traduce con “prudenza” significa “astuto”). Lavora su ciò che è immediatamente necessario riconoscere ed accettare in se stesso senza Orgoglio né Vanità. Per questo è astuto, abile, intelligente. Prepara la pillola e l'ingoia. Bene, se un uomo giustifica sempre se stesso, come può preparare la pillola e ingoiarla? L'Uomo Astuto non si sforza nel mantenersi fedele a se stesso nel modo in cui immagina di essere. Comincia a vedere che mente, per esempio. L'osserva un momento e non cerca di nasconderselo a se stesso, di giustificarsi. Lo avverte, lo vede, lo riconosce, lo accetta, e così ingoia questa pillola particolare. Poi deve digerirla. In bocca il sapore è amaro. Ma una volta digerita è dolce.

Quando ci giustifichiamo non riceviamo nessun profitto. Manteniamo, per così dire, la metà di noi stessi incapace di arrivare alla coscienza. Viviamo in un solo lato. Ciò è dovuto a queste cose così straordinariamente difficili da osservare che nel Lavoro si chiamano *respingenti*. Quanti più respingenti si hanno, più si cede all'autogiustificazione. Ma una volta che si è osservato l'altro lato di un respingente, e lo si è riconosciuto ed accettato, detto respingente non potrà più ritornare a formarsi. Perdiamo una determinata idea di noi stessi. Otteniamo un'estensione di coscienza. Pertanto raggiungiamo un livello più elevato di Essere. Ciò sembra paradossale. Sembra paradossale dire che se si accetta ciò che si disapprova in se stesso si raggiunge un livello più elevato. Le persone immaginano che aumentando il loro senso di merito e virtù, si elevano. Al contrario, scendono. Questo tema merita una profonda riflessione.

NOTA SULL'ACCOGLIMENTO DELLE EMOZIONI NEGATIVE

Quando si ricevono impressioni negative accrescono in noi la Seconda Forza. Basta dire semplicemente che diventa tutto più difficile. Spesso la gente crea difficoltà su tutto – di fatto, questo creare difficoltà suole appartenere alla Caratteristica Principale. Ogni persona ha una Caratteristica Principale, sulla quale riposa tutto. Lo si paragona ad un ago centrale intorno al quale tutto ruota nell'uomo o nella donna. Quando una persona cerca di dimenticarsi di se stessa e ricorda solo il suo scopo, la Caratteristica Principale s'interpone. In ogni decisione, la Caratteristica Principale decide. In somma, in ciò che riguarda la trasformazione di sé, nel mutare il proprio Essere, costituisce la Forza più poderosa in noi. Ogni manifestazione è il punto d'incontro di tre forze, la Prima, la Seconda e la Terza Forza. La Prima Forza è chiamata attiva, la Seconda Forza è una forza di resistenza alla forza attiva, o forza opponente. La Seconda Forza sta in tutte le cose, persino nell'immaginazione e nella fantasia in cui almeno supponiamo ciò che ci piace. Se non ci fosse questa forza di resistenza, sarebbe tutto senza nessuna restrizione, senza freno, senza la necessità di fare sforzi, senza forma – ma dire così è assurdo, perché in tutto ciò che esiste, in tutto ciò che si manifesta vi è la Seconda Forza-. Bene, quando un uomo si fa lo scopo di trasformarsi, la sua Caratteristica Principale si erge come Seconda Forza e gli oppone resistenza. Ma le persone non si rendono conto di avere in loro stesse la Seconda Forza. La vedono sempre come se stesse fuori.

Ritorniamo all'osservazione con cui abbiamo iniziato questo commentario. Dissi che l'accettazione di impressioni negative accrescono la Seconda Forza. Intendiamo vedere il perché succede così e come risultato di ciò una persona si demoralizza nel Lavoro senza rendersi conto di ciò che lo spinge a farlo. Voglio dire che una persona nel Lavoro, il cui obiettivo è quello di accrescere la coscienza e così di cambiare l'Essere, non può progredire oltre un certo punto se non ferma le impressioni negative degli altri. In primo luogo, nel ricevere ed accettare le impressioni negative degli altri, della vita, di tutto, si alimenta la parte negativa del Centro Emozionale. Questa parte del Centro Emozionale deve subire la fame, perché assomiglia ad un'infermità in detto Centro. Il Centro Emozionale, se un uomo o una donna lavora contro questa parte acquisita, può trasmettere significati dal Centro Emozionale Superiore. Lo si può chiamare ispirazione, significato, valere la pena, qualcosa di differente dalla vita, qualche fonte interiore di vita e di essere felice - una parola tenue – eppure molto sicura. Ammesso che tutti nasciamo in mezzo a gente addormentata – ammesso che Papà e mamma e tutto il resto stavano a dormire, veniamo infettati dalle emozioni negative-. Inaliamo l'atmosfera che ci circonda dalla nascita – e la gente è negativa e governata dalle emozioni negative-. Così nella nostra Personalità abbiamo formato un centro falsato chiamato la parte negativa del Centro Emozionale. Quando nasciamo il Centro Emozionale manca della parte negativa. Acquistiamo così le emozioni negative. E dovremmo essere contenti di ciò, perché se nascessimo con le emozioni negative nel Centro Emozionale essenziale, non potremmo mai separarci da esse. Questo è l'insegnamento e non costa nulla vedere ciò che significa se facciamo il lavoro di riflettere. La validità di essere negativo non

è *essenziale*. È un problema della Personalità acquisita e per questo è una malattia. Così si vede dopo molti anni cosa significa avere il diritto di non essere negativi. Questa è un'introspezione meravigliosa – un vero svegliarsi – l'inizio della trasformazione dell'Essere.

Bene, quando riceviamo ed accettiamo emozioni negative da un'altra persona, si accresce la forza della parte negativa del Centro Emozionale che si esercita su di noi. Ma non succede solo questo. Si ripercuote su di noi – per conoscenza, la rappresentazione di detta persona in noi diventa negativa-. Ogni persona che conosciamo esiste in noi come rappresentazione nello stesso modo in cui è esteriore a noi l'oggetto dei sensi. Il mondo esterno è riflesso in noi attraverso i sensi per via del sistema nervoso, i nervi e i suoi impulsi ed è rappresentato in noi come gente, cose. Se ricevete un'impressione negativa da una persona che si conosce bene, *detta persona siete voi*, diventa negativa *per voi*. Per esempio, voi dite di amare X. Poi vedete X e pensate a quanto è stupido. Allora X in voi diventa negativo. Forse avete paura che X intervenga – perché lo detestate e vorreste ucciderlo-. Perché? Perché voi avete assassinato X in voi stesso. Così l'accoglimento delle impressioni negative degli altri accresce la Seconda Forza in voi. Accresce i nemici in voi. Può diventare un ostacolo della maggiore gravità nel Lavoro quello di ricevere impressioni negative dagli altri.

Bene, se avete lasciato libero un portale, un vestibolo, uno spazio in voi stesso per mezzo dell'osservazione di sé e vedete l'arrivo di un'impressione negativa ed avete la capacità d'impedirle il passo, se non vi identificate con essa, né la lasciate andare dove vuole, né dite "Io" ad essa, allora vi manterrete divisi dal risultato meccanico di detta impressione. Questa è magia. È il posto che tutti dobbiamo lasciare libero nel nostro mondo interiore. È la stessa cosa che aprire una porta fisica nel mondo esterno e trovare lì un uomo malvagio e lasciarlo entrare – o chiudere la porta e mettere il catenaccio- Ma se non abbiamo lasciato libero questo spazio, questo portale, né costruito porte e serrature, siamo alla mercé della vita esterna, per non avere niente in noi che impedisca il suo continuo effetto. Ma quando ci si rende conto che la vita esterna e la gente e le cose vengono solo in forma di *impressioni*, per la *via* dei sensi, allora se si è preparato questo spazio interiore o chiaro, le si lascia entrare e si accettano alcune impressioni e si rifiutano altre. *Questo è ricevere le impressioni coscientemente*. Questo è chiamato il *Primo Shock Cosciente* – quando un uomo, una donna comincia ad essere un uomo, a essere una donna per la prima volta – chiunque fossero stati meccanicamente nella vita. Così si *comincia* ad essere *Uomo Cosciente*. Bene, se si ricevono le interminabili, gelose, invidiose, disgraziate, impressioni negative degli eventi della vita quotidiana e delle altre persone, si è soltanto una persona meccanica – anche se si è un generale o un primo ministro-. Si è in funzione della vita, diretti dalla vita. Non si ha nulla di cosciente. Per questo il Lavoro dice che si manca di psicologia. "Come ci può essere una macchina psicologica?", disse G. "Le macchine sono macchine, alcune buone, altre cattive. Un uomo deve cominciare a svegliarsi prima di poter parlare di psicologia. Siccome è meccanico, qualunque fosse il posto che occupa nella vita, non può parlare. La psicologia si riferisce alle persone vere. La gente ordinaria, la gente nella vita, che

furono fatte per la vita, chiunque siano, sono macchine. Quale *psicologia*, sottolineò la parola, può avere relazione con le macchine? Per lo studio della macchina è necessaria la meccanica. La via che porta alla psicologia è molto lunga. Cominciamo con lo studio della macchina – dell'uomo-macchina, dell'uomo che ha l'illusione di non essere una macchina”.

Cap. 69 Great Amwell House 22 febbraio, 1947
SUL RENDERSI CONTO DI NON ESSERE COSCIENTE

In un'occasione il signor Ouspensky stava parlando dei diversi tentativi realizzati dal Circolo Cosciente dell'Umanità per elevare questa ad un livello di Essere superiore. Succintamente disse: “Se non fosse per il lavoro fatto sull'umanità dagli uomini coscienti saremmo soltanto dei barbari. Oltre la cultura vi è sempre la minaccia della barbarie e gli uomini coscienti non smisero mai di seminare influenze nel mondo, ad intervalli, per trasportare l'uomo oltre lo stato di barbarie. Questi sforzi adottano forme esteriori differenti, e possono essere realizzati soltanto in precise epoche, ma sono sempre gli stessi”. Disse che G. si era riferito ad insegnamenti che nel passato si fondavano nella fede, nella speranza e nell'amore. G. aveva detto: “Tutti questi sistemi esercitarono la loro influenza sull'umanità in differenti periodi della storia. La fede, la speranza e l'amore furono messi alla prova. Ma se mi chiedete dettagli su questo sistema, vi dirò che è fondato nella coscienza. Nel sistema che insegno non si fa leva sulla fede, né nella speranza, né nell'amore, ma nella coscienza. Per questa ragione dirò che l'Uomo non è ancora cosciente, quantunque creda di esserlo. Crede di essere cosciente. Crede che tutto ciò che faccia e dice è fatto e detto in pieno stato di coscienza. Ma non è così. La psicologia occidentale, contrapposta alla psicologia orientale, parte dall'idea che l'Uomo così com'è sia pienamente cosciente e che per lui non vi è la possibilità di un altro stato di coscienza. È qui dove la psicologia occidentale è sbagliata. Un Uomo così com'è, non è pienamente cosciente. Ciò che chiama coscienza non è, secondo il mio sentire coscienza. Dal punto di vista del sistema che insegno, l'Uomo è dominato dall'illusione di essere già cosciente, mentre, in realtà, sta in uno stato di sonno e vive tutta la sua vita in questo stato”.

Un'altra volta G. si riferì alla speranza come base del loro insegnamento. “La gente”, disse succintamente, “suole fondarsi sulla speranza. Sperano nell'impossibile, o sperano che qualche Messia promesso verrà e farà tutto per loro. Ma fanno tutto nello stato di sonno. Non comprendono che ogni vero insegnamento sull'Uomo e le sue possibilità si riferisce allo stato presente dell'Uomo ora - così com'è e come può diventare – e non a qualche stato futuro o qualche eventuale progresso. Per questa ragione se mi chiedono cosa promette il Lavoro, gli risponderò dicendo che non promette nulla. L'uomo deve cominciare a comprendere ciò che è ora realmente. Ancora non è cosciente. Quando lo vede deve iniziare a ricordarsi di se stesso. Se un uomo potesse ricordare se stesso starebbe ad un livello più elevato di coscienza. Non sarebbe già più addormentato. Come risultato, molte illusioni lo abbandonerebbero ed apparirebbe tutto sotto una nuova luce. Se potesse proseguire arriverebbe ad uno stato di coscienza che sta sopra il Ricordo di Sé – lo stato di Coscienza Obiettiva -. In questo stato, vedrebbe le cose come sono realmente. Allora sarebbe sveglio. Un uomo

può semplicemente sperare la Coscienza Obiettiva, ma la speranza non ce la può dare. Deve lavorare su se stesso qui ed ora, e non sperare che gli sarà data un'altra esistenza. Così questo sistema non promette niente. Ma se un uomo lavora, otterrà qualcosa. Diciamo, riceverà cuoio con cui potrà confezionare scarpe. Ma è necessario che lui stesso faccia le scarpe, affinché gli vadano bene. Devono essere le sue scarpe – non scarpe prestate”.

Oggi parleremo sul non essere pienamente coscienti. Già sapete che è impossibile *comprendere* il Lavoro senza esserlo. Ci dicono che non siamo propriamente coscienti e ce lo continuano a ripetere. Allora crediamo di conoscere tutto su questo particolare. Eppure, non lo *comprendiamo* assolutamente. Perché? Perché non ci siamo osservati e così non abbiamo visto da noi stessi che non siamo propriamente coscienti. Esiste qui uno stato curioso. Si continua ad avere l'illusione di essere pienamente coscienti e di dire e di fare tutto coscientemente e di comportarsi coscientemente in ogni momento ed allora si sente che l'insegnamento del Lavoro ci dice che non siamo coscienti. I due insegnamenti riposano nella mente senza svegliare ciò che dovremmo svegliare in noi stessi. Questo succede perché una persona non applica ciò che gl'insegna il Lavoro. Le persone si accontentano di ascoltare il Lavoro e scuotono la testa. Talvolta gli prestano un po' di attenzione. Ma è necessario ascoltare e *fare* il Lavoro. Quando con un'imparziale osservazione di se stesso, al posto di quelle strazianti e continue osservazione critiche degli altri, si avverte che si parla senza essere propriamente coscienti di ciò che si sta dicendo, è allora che uno si rende conto che in pratica non si è propriamente cosciente. Si vede la verità del Lavoro internamente. Se tutto il mondo fosse propriamente cosciente tutte le guerre, le menzogne politiche e il resto finirebbero. Avete un barlume di ciò che significherebbe vivere tra gente più cosciente? Non vedete forse ciò che lo impedisce? Non vedete forse che una crescita della coscienza, che è la méta del lavoro, e che inizia quando siamo più coscienti di noi stessi per noi stessi mediante l'osservazione di sé, ci condurrebbe ad una vita completamente differente? Qui, per esempio, siamo soliti offenderci od incollerirci o deprimerci a causa di una situazione triviale che si ripete sempre. Altri vi diranno che vi comportate sempre *meccanicamente* (proprio così, non coscientemente), che fate sempre così. Ma non gli credete, cercherete di giustificarvi. In altre parole si negherà di non essere coscienti di sé, coscienti di come si é in realtà. Una volta che vediamo da noi stessi e mediante il senso interiore dell'osservazione di sé che una cosa si ripete in noi, ci liberiamo gradualmente, smettiamo gradualmente di restare in suo potere. Perché? – *attraverso una crescita di coscienza*-. Ogni crescita di coscienza determina che la condotta meccanica sia meno dominante. La coscienza è luce. La meccanicità sono le tenebre. Ci sono cose che agiscono nelle tenebre e che non possono agire alla luce. L'osservazione di sé lascia penetrare un raggio di luce in tutto ciò che diamo per scontato – a sapere, l'illusione di essere pienamente coscienti e di comportarsi sempre coscientemente. Quale illusione! Immaginate forse di poterne avere una più grande? Bene, in quanto a *fare* questo Lavoro e non accontentarsi di ascoltarlo – fare questo Lavoro esige sforzo -. Solo che si commette un grande errore pensando, ad esempio, che lo sforzo significa svegliarsi più presto o di passare il giorno a lavorare la terra o

di smettere di fumare e cose simili. Lo sforzo nel Lavoro è psicologico. Si riferisce principalmente alla non identificazione e al Ricordo di Sé. Lo sforzo nel Lavoro si riferisce principalmente all'osservazione di sé – ad osservare gli “Io” che stanno in noi stessi e a non lasciarsi trasportare da essi-. Nel Lavoro lo sforzo si riferisce ad essere sinceri con se stesso e conoscere così quali sono realmente le proprie ragioni, e nel non fingere. Nel Lavoro lo sforzo si riferisce a ricordarsi di se stesso e a non identificarsi in ogni momento con tutte le persone e con tutte le cose. Nel Lavoro lo sforzo si riferisce a fermare il dialogo interno. Nel Lavoro lo sforzo radica nel non permettere che le impressioni negative cadano dove meccanicamente dovrebbero cadere. Nel Lavoro lo sforzo si riferisce nel non accumulare conti interni contro gli altri, ma nel vedere in noi stessi ciò che si censura agli altri – come, per esempio, la mancanza di bontà-. Ogni sforzo nel Lavoro è passivo. Lo sviluppo di sé parte dal **Do** passivo. Lo sforzo è qualcosa di molto tranquillo e profondo e che si vede chiaramente. Non è rumoroso, non è finto. Non è contrarre i muscoli e stringere i denti. Nel Lavoro lo sforzo si riferisce allo sforzo sugli stati interiori, dove si sta nel proprio paese psicologico. Ogni sforzo nel Lavoro si riferisce a diventare più coscienti di sé per se stessi. Ogni sforzo nel Lavoro si riferisce a vedere dove si sta interiormente – in quale posto si sta interiormente nell'esteso paese psicologico – e nel separarsi dagli innumerevoli posti cattivi di questo paese. Ricordate che è possibile separarsi da un cattivo stato interiore soltanto per mezzo della non identificazione. Un uomo comune, un uomo meccanico è totalmente identificato sempre con i suoi stati interiori. Una persona che comincia a lavorare già conosce cosa significa non identificarsi con i dannosi “Io” che vivono in questi stati – quegli “Io” in lei che vivono nei quartieri bassi -. Comincia allora a conoscere cosa significa il Lavoro e per tanto ciò che può portarlo ad un cambiamento di Essere. Se crede in tutti i suoi stati e stati d'animo e pensieri e sentimenti, se dice “Io” a tutti i suoi “Io”, allora è completamente identificata con se stessa e così non è propriamente cosciente di se stessa. Essere cosciente di uno stato, osservarlo, significa che una persona non è quello stato. **Questo è il segreto** –il primo segreto dell'esoterismo -. Eppure la gente dice: “Come può cambiare il mio Essere?” Sentendo e **facendo** il Lavoro. Facendo e praticando quello che insegna su voi stessi. Allora si otterrà gradualmente di passare ad un altro livello di Essere. Per questo è preciso pensare quale tipo di lavoro pratico è insegnato da questo Lavoro. Cominciare con ciò che il Lavoro dice all'inizio, e non passare la vita domandando: “Cosa farò per cambiare il mio Essere?”. Il Lavoro vi segnala come cominciare. Ma avete pensato qualche volta a farlo nella pratica – nel farlo realmente ora-? Il tema di questo Lavoro non è la lavagna; è voi stesso. Voi siete il tema del Lavoro. Quante volte oggi siete stato negativo? E quante volte vi siete reso conto di ciò e non vi siete identificato? Vi siete sollevato almeno una volta al di sopra dei vostri stati d'animo meccanici? Persino l'atto di percepire uno stato negativo, di osservare che si è negativo e che si parla negativamente, ci separa un poco. A volte questo momento di osservazione di sé ci modifica completamente per un momento. Un numero sufficiente di detti momenti-Lavoro possono trasformarci, non per un istante, ma per tutta la vita. “Non c'è nulla”, disse il signor Ouspensky, “di più facile e di più inutile che essere negativo lungo tutto il giorno. Le persone

diventano negative, diciamo, perché credono che la loro vita non sia come dovrebbe essere. Se soltanto fossero capaci di comprenderlo si renderebbero conto che la vita è come dovrebbe essere e che nessuno può fare. Rendersi conto di ciò le aiuterebbe. A che serve sprecare tutta la nostra energia nell'essere negativo sulla vita quando tutto succede nell'unico modo in cui può succedere? Questo è essere addormentato”.

Cap. 70 Great Amwell House 1 marzo, 1947
IL LAVORO SULLE FUNZIONI SOTTO SVILUPPATE

Si può usare la vita o essere usati dalla vita. Quando un uomo è usato dalla vita è alimento, usato da un piano di vita inferiore di quello della Terra. Tutto è cibo per qualche altra cosa. Tutto si alimenta di qualche altra cosa. Quando un uomo usa la vita coscientemente, si trasforma in alimento per un piano che sta sopra la Terra. La ragione radica nel fatto che se un uomo vive sempre più coscientemente si sviluppa, mentre invece se è usato dalla vita non si sviluppa. Il Lavoro lo spiega dicendo che se una ghianda cade per terra e marcisce é mangiata dai porci, ma se cresce e si trasforma in albero ha un altro destino. La quercia può essere usata – mangiata – per costruire una casa, ma le ghiande no.

Per svilupparsi, un uomo, una donna, deve smettere di essere parziale, smettere di vivere in una piccola parte degli estesi centri. Ogni uomo che in qualche senso è vicino al livello del Buon Padre di Famiglia – proprio così, che si è adattato alla vita esterna in un modo ragionevole, responsabile, disciplinato – ha una piccola parte sviluppata che gli serve per ogni necessità. È la stessa cosa che usare la sega per ogni lavoro, come quello di inchiodare o di scrivere. Svilupparsi è diventare sempre meno parziale. Si può esplorare il proprio paese o viaggiare all'estero – sì, andare a Parigi in se stesso, diciamo-. Sfortunatamente la gente diventa fissa e tesa e non vede oltre se stessa, e così non può vedere dove e come sono attaccati ad una cosa, a un'idea, ad un'immagine di se stessi, ad un punto di vista, ad una prospettiva, a una serie di frasi e a un unico giudizio su tutte le cose. Durante la prima fase della vita, la funzione più usata dalla Personalità acquisita è quella che la mette in relazione con il mondo e gli basta. Sembra che questo li soddisfi. Arriva il momento in cui le altre funzioni che appartengono agli altri centri hanno bisogno di esprimersi. Proprio così, la macchina ha urgentemente bisogno di equilibrarsi. Le funzioni non usate cominciano a proiettarsi sulle altre. Si vedono i propri limiti come se stessero soltanto negli altri. Per questo è necessario portarli alla coscienza ed impedirgli di andare incoscientemente verso gli altri. Il pensare sottosviluppato, per esempio, esige di essere osservato e diventare sempre più cosciente riguardo a se stessi. Parlo di una persona in cui il pensare é il centro meno usato, diciamo, l'uomo 1 2 3. Si vedrà che non è l'altra persona ad essere intollerabile e stupida ma noi stessi. Se non lo si fa, si ripeterà la stessa situazione molte volte. Perché ciò che risiede in noi, oltre la limitata capacità della nostra coscienza, agisce molto poderosamente e completamente contro la nostra piccola sfera della volontà. Per questo il Lavoro sottolinea molto l'importanza di accrescere la nostra coscienza. Quando ci si comporta in un modo sconsiderato non smette di avvertirci. Abbiate la certezza che un centro sottosviluppato sta buttando via energia attraverso di voi – proprio così, buttando via

in un modo stupido ed infantile -. Qui infantile significa sottosviluppato. La gente è solita domandare: “L’energia è forse cattiva?” No è sottosviluppata. Una cosa non sviluppata di solito è cattiva – impulsiva -. Quando si sviluppa dipende dalla sua personale intelligenza ed impiego. Tutto quello che in noi non è sviluppato – che non ha avuto l’opportunità di svilupparsi – di solito agisce in un modo indistinto – in un modo semplicemente violento, impulsivo – e così appare cattivo in se stesso. Non è cattivo in se stesso. È semplicemente in prigione.

Come dissi, un uomo, una donna, può raggiungere razionalmente una certa età per mezzo di una funzione comparativamente sviluppata della Personalità. Allora diventa urgente il riconoscimento degli altri lati – non nei tipi animali-umani, ma nelle persone che possiedono qualcosa in più-. Questi altri lati richiedono una nuova educazione. Questo Lavoro, è chiamato una seconda educazione. Una delle sue idee principali è quella di aprire altri centri – di diventare un Uomo n° 4 – l’Uomo equilibrato. Ma la nostra rigidità lo impedisce. Per questo è necessario riflettere su questo punto. Anche dopo, diciamo, verso i 30 anni, è necessario vedere gli altri centri di se stesso e metterli in conto. L’uomo ordinario è n° 1 – sta nel centro Motorio – o n° 2 – nel centro Emozionale – o n° 3 – nel centro Intellettuale -. In ogni caso giungerà alla fine di questa funzione alla metà della sua vita e si smarrirà – perderà il significato -. Allora nascono ogni tipo di difficoltà. La soluzione risiede in loro. Il Lavoro tratta dello sviluppo delle parti non sviluppate. Il nostro lato oscuro non è solo ciò che neghiamo di ammettere in noi stessi, ma ciò che ci neghiamo di usare. Ogni centro è una mente, che procura una visione molto differente. Sono necessarie tutte le visioni. Per questo un uomo deve lavorare non solo in quello che ora c’è nel suo essere piccolo e parziale, e *migliorarlo*, ma accettare nuovi modi di comprensione e nuovi interessi. Per questa ragione nella vita esistono molte cose che è possibile fare, ma che nessuno si sognerebbe di fare. Vi sono il Centro Intellettuale, il Centro Emozionale, il Centro Sessuale, il Centro Motorio e il Centro Istinivo. In un secondo tempo devono cooperare tutti nell’uomo o nella donna giusti. Allora non vi sarà nessuna contraddizione.

Questa è una breve nota, ma siccome si sono impiantate varie questioni tornerò a parlare di essa un’altra volta. Aggiungerò che il Lavoro offre la possibilità di fare uso di una nuova crescita in se stesso, ma la vita non lo fa. Lo sforzo corretto – per riferirmi nuovamente ad esso –deriva dall’apprendimento di qualcosa di nuovo, comprendendo che in questo modo si apre una nuova fonte di energia – un centro. La Personalità, con il tempo, mette un uomo in prigione. “Muore” presto – psicologicamente -. Il Lavoro comincia con il far uscire un uomo dalla prigione. Ma deve innanzi tutto mostrare la sua capacità. Per questo è necessario che alcuni lavorino solo sulla considerazione, le emozioni negative e la non identificazione, e occuparsi delle cose per le quali si lottò nella vita. Nella vita il Lavoro procura un grande aiuto. È necessario essere intelligenti. Successivamente, aiuta in un altro modo. Il lavoro è diverso nelle differenti età.

Cap. 71 Great Amwell House 8 marzo, 1947
NUOVA NOTA SULLE FUNZIONI SOTTO SVILUPPATE

Se tutti i nostri centri ordinari fossero sviluppati la nostra vita sarebbe differente. Non sto parlando dei Centri Superiori perché, così come insegna il Lavoro, i Centri Superiori sono pienamente sviluppati e lavorano sempre in noi. Però non possiamo sentirli. Non siamo ricettivi alle sue vibrazioni, dato che i nostri centri ordinari sono in uno stato di confusione e non sono sviluppati correttamente. Per esempio, lo stato del Centro Emozionale è tale che ci è impossibile sentire i continui consigli provenienti dal Centro Emozionale Superiore, e questo è dovuto al fatto che è affogato nelle emozioni negative acquistate nei primi anni con l'imitazione.

Parliamo del Centro Istintivo e di quello che può essere sviluppato nei suoi confronti. Una funzione del Centro Istintivo è la sensazione. Come concepite uno sviluppo della sensazione? Orbene, ogni funzione può essere diretta verso fuori o verso dentro – proprio così, essere connessa con l'attenzione esterna o con l'attenzione interna, per usare i termini del Lavoro. Parlo qui di uno sviluppo della funzione di sensazione quando questa si orienta verso fuori. Supponiamo che ci dicano di vedere con precisione qualcosa che sta fuori, esterna a noi. Non osserviamo il disegno di una mappa, o le forme dei differenti alberi, o le forme e le disposizioni delle cose. Se dite: “Non posso ricordare esattamente come erano disposte queste cose”. In tal caso, la sensazione esteriore è sottosviluppata. C'è un esercizio per questo – fissare l'attenzione su un numero di oggetti per un breve istante e poi descriverli **dettagliatamente**-. Questo sviluppa l'attenzione nella sensazione, fissandola in un oggetto esterno. Per questo il disegno e la pittura sono utili e possono rinnovarci. L'impiego di una funzione usata scarsamente rinnova sempre. L'uso costante della stessa funzione principale esaurisce. In ogni persona si trova la ricchezza di un nuovo terreno. Ma le persone s'impegnano nel procedere sugli stessi sentieri conosciuti. Per questa ragione il Lavoro inizia con un mutamento del pensare. “Questo Lavoro”, si dice, e lo si ripete svariate volte, “si propone di farvi ***pensare in un modo nuovo***. Questo è l'inizio di tutta la questione”. Bene, tutte le idee del Lavoro, se le si prende e le si assimila per molti anni, aprono la mente a nuove direzioni e modificano ogni nostro modo di contemplare le cose. Proprio così, il Lavoro sviluppa il pensare di una persona. Di fatto, la gente apprende a pensare. Questa idea racchiude tutte le conversazioni sulle funzioni ed il nuovo sviluppo dei centri. Il Lavoro, trasformando il nostro pensiero, rende possibile che avvengano altri cambiamenti. Se la nostra mente continua ad essere la stessa, il nostro modo di vedere e i nostri pregiudizi continuano ad essere gli stessi, e anche i nostri pensieri continueranno ad essere gli stessi, e tutto in noi continuerà ad essere uguale. La magia del lavoro inizia nel darci nuove idee per pensare. Il Lavoro inizia con il disorientare la mente dalla sua posizione stabilita meccanicamente. Tutto il resto allora si può disorientare leggermente. Senza dubbio, non è forse strano che la gente creda di poter cambiare se così desidera? Immagina di essere libera, ma trovano scusanti, non vedendo che solo una nuova forza – una nuova serie d'idee – proveniente da un'altra direzione dà la possibilità che si verifichi un cambiamento. Per questo è preciso ricordare che in tutti questi discorsi e i successivi sullo sviluppo dei centri, si presuppone che la prima e

necessaria condizione sia soddisfatta – per conoscenza, essere in contatto con un insegnamento cosciente che renda possibile il cambiamento della mente -. Vi ricordo un'altra volta che i Vangeli iniziano con μετάνοια - mutare la mente.

Occupiamoci della percezione emozionale. In alcune persone funziona meglio la percezione emozionale della percezione della sensazione. La percezione emozionale è connessa con la parte emozionale dei centri, specialmente con la parte intellettuale del Centro Emozionale. Questa è molto rapida e un pensiero percepito per mezzo di questa parte in un secondo ha bisogno di ore per essere scritto. La parte intellettuale del Centro Emozionale è aperta al Centro Emozionale Superiore ed è capace di ricevere in modo frammentario una vibrazione piena di significato superiore. L'agire o le vibrazioni di un centro psichico diventano coscienti nella forma di significato che percepiamo in differenti livelli. Mentre con un centro inferiore si vede solo un significato, in un Centro Superiore se ne vedono molti, che sono inframmezzati. Nell'usare le parti più o meno meccaniche dei centri ordinari, il significato che percepiamo è molto scarso. Per questo sentiamo acidità in questa esperienza. Ma, una favilla di un significato più elevato che, mediante il lavoro su di sé e secondo ciò che ci hanno insegnato, è sempre possibile, dà una prospettiva interamente nuova di significato. Vediamo in un nuovo modo le cose – i nostri problemi e tutto il resto -. Ciò che era ordinario ed opaco appare trasformato. Questo Lavoro si propone di **trasformare** le impressioni. Così è necessario non vedere tutto meccanicamente come siamo soliti fare e non identificarsi nella solita maniera di prendere le cose. Appartarsi dal **proprio modo di vedere le cose** – innanzi tutto percependo in quale modo si prendono le cose quotidianamente -. Ogni centro e parte di un centro può vedere la stessa cosa in un modo molto differente. **Orbene, se tutti i centri stessero a lavorare in noi si potrebbe vedere in molti modi differenti.** Prendiamo il pensare: il pensare è una funzione del Centro Intellettuale. Ora consideriamo il sentire: il sentire è una funzione del Centro Emozionale – si vede una cosa, un problema in un modo molto differente da come agisce il pensare-. I due sono incompatibili – proprio così, mai possono incontrarsi-. Si pensa su di una situazione: allora è preciso sentire, se è possibile, la **stessa** situazione. È impossibile portare il pensiero e il sentimento allo stesso stato o punto di accordo. Per questo ogni centro offre una differente interpretazione delle situazioni. In questo caso dobbiamo imparare ad usare ambedue le interpretazioni. In questo punto emerge l'**individualità** che può prendere qualcosa del pensare e qualcosa del sentire ed arrivare ad una risultante, ad un'armonia, ad una decisione. Questa è l'armonizzazione dei centri. Ma è possibile soltanto per mezzo della non identificazione con **un** centro e le sue funzioni ed escludendo le altre.

Non è forse sicuro che in tempi diversi lo stesso problema appare differenziato? Non bisogna credere che questo si debba ad una debolezza della così detta volontà. È l'inizio della crescita – il vedere una situazione da parecchi lati -. Seguire esclusivamente una funzione ed i suoi giudizi – diciamo, il pensiero – è essere schiavi di un centro – proprio così, essere esseri parziali -. Per questa ragione il Lavoro parla di essere l'Uomo Equilibrato, l'Uomo n° 4 – proprio così, un uomo in cui tutti i centri possono essere sollecitati, con tutti i suoi differenti significati, le sue differenti interpretazioni di una data situazione -. Si assomiglia ad una chitarra che ha molte

corde. Toccarne una sola alla volta non fa giungere all'armonia. Un Uomo Equilibrato può ottenere la propria armonia – vedendo una cosa per mezzo di un centro in un certo modo, poi attraverso un altro centro in un modo diverso, e così successivamente – e facendo la risultante o armonia di tutti questi differenti punti di vista. Questo è l'Uomo Equilibrato. Ma un uomo non equilibrato guarda soltanto attraverso una sola finestra, una parte di un centro. Pertanto manca di apertura di Essere. È un uomo ristretto – che usa soltanto una piccolissima funzione per tutto il significato e interpretazione della vita -. Pare che nella vita tale uomo goda di molta forza ed inflessibilità. Eppure, dal punto di vista del Lavoro è l'uomo molto debole, più meccanico. Il più parziale. Nel Lavoro la parzialità è un segnale della debolezza dell'Essere.

Cap. 72 Great Amwell House 22 marzo, 1947

LA COMPRESIONE PERSONALE DI ESSERE UNA MACCHINA

In un'occasione il signor Ouspensky stava conversando con il suo maestro. Gli chiese: “Come si può smettere di essere una macchina?” Gli si rispose: “Ah, questo è il vero problema. Se chiedeste di questo problema più spesso forse potremmo arrivare a qualche risultato nelle nostre discussioni. È possibile smettere di essere una macchina, ma affinché ciò avvenga sono necessarie due cose. Primo, è necessario conoscere. Rendersi conto di essere una macchina: e secondo, conoscere la macchina in se stessa e tutte le sue possibilità. Una macchina, una vera macchina, non si conosce da se stessa e non può conoscere se stessa. Se una vera macchina arrivasse a conoscere di essere una macchina poi non sarebbe più una macchina”. Tali conversazioni vertevano sempre sul fatto che l'Uomo così com'è, è addormentato e maneggiato dalla vita senza avere la possibilità di accorgersene, ma se un uomo comincia ad osservare se stesso e diventa cosciente di sé, può eventualmente smettere di essere una macchina. In questo insegnamento, si sottolineava sempre questa **doppia** visione dell'Uomo – l'Uomo meccanico e l'Uomo Cosciente -. Tutte le dottrine scientifiche che insegnano che l'Uomo è una macchina sono corrette. Ma quello che non va bene in queste dottrine è che non comprendono che l'Uomo può smettere di essere una macchina e può diventare cosciente. Come si disse, una macchina vera, diciamo, una locomotiva, non può mai sapere di essere una macchina, e così continua ad essere una macchina finché l'uso non la distrugga. Gli scienziati possono creare un robot – ma non un robot cosciente -. “Non c'è una sola teoria sull'Uomo”, disse O. una volta, “che sia in qualche modo vera. La teoria che l'Uomo è una macchina è vera su una certa scala. È relativamente vera. Ma non lo è su tutte le scale. Per vedere tutta la verità, per vedere la verità nel suo insieme, e per iniziare a vedere quello che la gente suole chiamare tutta la verità deriva dal problema di discernere le scale, e questo richiede un maggior sviluppo di coscienza di quella così chiamata coscienza sveglia che l'Uomo prende come se fosse la piena coscienza. Alla luce della piena coscienza quello che comunemente sembra contraddittorio smette di esserlo. Le cose occupano il posto corrispondente in scala”. “Che cosa segnala lo sviluppo della coscienza?”, gli si chiese. Rispose: “Come dissi, sviluppare la coscienza significa il potere di essere capaci di pensare in differenti categorie”.

Proseguì riferendosi all'Uomo che sta in differenti scale e che chi osservava l'Umanità come se fosse tutta uguale, in uno stesso livello, segnalava una coscienza sottosviluppata. Siccome ricordo molto chiaramente questa conversazione che feci con lui, ripeterò una parte di ciò che disse. Guardandomi direttamente negli occhi mi disse: "Non vi rendete conto delle differenti categorie di pensiero, delle differenti scale, dei differenti esseri. Voi prendete la gente come se fosse tutta uguale. Si sa che il Lavoro divide l'umanità in sette classi di Uomini. Gli uomini n° 1, 2 e 3 sono macchine. Ognuno di loro è parziale nel suo modo. L'Uomo n° 4 è equilibrato. L'Uomo n° 5, 6 e 7 sono coscienti. Se continuate a pensare come lo fate ora, non sarete capaci di comprenderlo. Voglio dire che se non cambiate il modo di pensare, la vostra coscienza non cambierà e continuerà a prendere le cose nello stesso livello, nella stessa scala, quando in realtà sono uomini completamente differenti e non hanno dentro di sé nessuna connessione". Proseguì dicendo che il potere di vedere che le cose stanno in differenti scale era essenziale per ottenere la forza del Lavoro e rafforzarla in se stesso. "Questo", disse, "è quello che significa la valorizzazione del Lavoro. Se non lo si rinnova costantemente il Lavoro discende al livello ordinario della vita e perde tutta la sua forza". Poi lo chiamò il sentimento *verticale* del Lavoro. La scala è verticale – sopra e sotto-. Ogni Ricordo di sé dovrebbe essere accompagnato da questo sentimento. Il Raggio di Creazione, quando è ritenuto dalla mente, può da solo produrre un cambiamento di coscienza, perché è immensamente un diagramma verticale di scala, di differenti categorie, di differenti livelli. Quale altra cosa può curarci delle nostre emozioni e pensieri, che coprono il giorno come la ruggine?

Esaminiamo ora cosa significa rendersi conto di essere una macchina. Chi sospetta di essere una macchina? Inizia quando si prendono fotografie di se stesso. Una fotografia non è una sola osservazione ma una serie di osservazioni di se stesso realizzate in un periodo di tempo. Si arriva a percepire che qualcosa si sta separando da quello che fino allora era una massa non digerita di se stesso, coperta da reclami e ritratti propri. Uno si sorprende nello sbirciare questa fotografia che non corrisponde a nessun ritratto di quelli che abbiamo usato. L'immagine che ci forgiamo della nostra persona e le fotografie sono due cose totalmente differenti. Non possono concordare mai. È un momento sgradevole, di sconcerto. È come se un raggio di luce penetrasse nell'abitazione oscura, in cui si passa il tempo immaginando dei ritratti, spesso tristi e sempre sgradevoli, e ad un tratto si proietta sulla parete l'immagine di qualcosa di sconosciuto. "Così non sono quello che credevo di essere", si mormora. Esattamente. Allora si diventa negativo in diverse maniere. Perché ogni momento di coscienza leggermente accresciuta, ogni esperienza di vedersi come una macchina – proprio così, di risveglio – in generale è seguita dai seguaci di "Io" che desiderano mantenerci in loro potere ed indurci nuovamente a dormire. Non sto parlando di quei momenti di risveglio che ci lasciano silenziosi, persino terrorizzati.

Orbene, il Lavoro ci aiuta limitatamente al posto che occupa in noi. Fu designato per stare nelle parti superiori dei centri. Lì può sostenere l'attacco degli "Io" negativi, e in questo modo un uomo arriva eventualmente a svegliarsi se rinnova spesso la sua valorizzazione del Lavoro. Bisogna accendere il fuoco. Non conviene dormire troppo.

Non è forse certo che tutti abbiamo pericolosi “Io” negativi, che molto spesso non si scoprono, che non li si prende per quello che sono, che cercano di farci “alimentare la Luna” – proprio così, seguire gli infiniti labirinti della sofferenza inutile? Persino la vicina presenza di questi “Io” suole oscurare tutto-. Per questo è preciso lavorare, cercare e trovare qualcosa capace di resistergli – qualcosa destinato in realtà a distruggere il loro potere-. La vita li crea e così la vita non può distruggerli. Per questo l’Uomo che cerca di svegliarsi, deve ricevere aiuto da un’altra fonte aliena alla vita. Come macchina formata dalla vita sta soggetto al veleno degli stati negativi. Tutta l’umanità meccanica è in questa condizione. Solo l’Uomo Cosciente può aiutarlo – l’uomo che ha rinunciato ad avvelenarsi da se stesso-. Tutto questo Lavoro, che proviene dall’Uomo Cosciente, si propone di rompere il potere sbagliato che la vita mantiene su di noi. Il peggior potere della vita è l’infezione delle emozioni negative. È qualcosa di veramente terribile. Avete raggiunto già la tappa in cui riconoscete che è veramente terribile essere negativo – anche molto tranquillamente, da se stesso? Ma il Lavoro – proprio così, l’insegnamento cosciente – è più forte della vita. Se non lo fosse, non ci sarebbe cultura sulla Terra, né letteratura, né arte, né nulla di civilizzato. Bene, se si desidera comprendere un lato della propria meccanicità, basta osservare gli stati negativi. Questo esige molto tempo, perché si tende a giustificarli. Se si giustifica ogni cosa di se stesso, tutto ciò che si pensa e si dice e si fa, naturalmente non si scoprirà di essere una macchina. Lo avete capito? Per tanto scoprire di essere una macchina esige non giustificarsi. Ma è necessario rinunciare alla vanità e all’orgoglio – a molte immagini, respingenti, attitudini, ecc. -. Comprimerete pertanto, che è qualcosa di molto complicato, ammesso che una cosa dipenda da un’altra. Non si può uscire da se stesso e trasformarsi in un’altra persona. Ma qui abbiamo qualcosa che ci aiuta. Nessuno può sopportare l’idea di essere una macchina. È per questo che ci giustifichiamo. Gli scienziati dicono che siamo macchine – ma se voi dite ad uno scienziato che è una macchina, si sentirà molto infastidito -. Bene, ammesso che ci disgusta essere una macchina, significa che c’è qualcosa in noi che non desidera esserlo. Questo è un fatto interessante. Merita che lo si ponderi. La prossima volta parleremo di questa macchina che siamo senza saperlo – questa maniera tipica che si ha di prendere tutte le cose e di rispondere ad esse tipicamente come una macchina. È meraviglioso comprendere che non vi è nessuna necessità di essere questa tipica macchina forgiata per la vita. Credete che se voi diceste a una formica che é una macchina, lo ammetterebbe?

Cap. 73 Great Amwell House 29 marzo, 1947

MECCANICA E PSICOLOGIA

L’ultima volta si lesse un breve commentario sulla comprensione di essere una macchina. Si disse che comprendere di essere una macchina e che si agisce meccanicamente è molto sgradevole. L’illusione di essere pienamente cosciente di tutto ciò che facciamo e diciamo è molto forte. Come risultato giustifichiamo la nostra condotta più automatica. Spieghiamo tutto – ciò che in realtà vogliamo dire o fare -. In questo modo evitiamo di vedere fino a che punto siamo macchine. Perché se una persona giustifica se stessa in ogni cosa – proprio così crede sempre di avere

ragione – non ammetterà mai di agire meccanicamente e di non essere cosciente. Eppure un’osservazione di sé sincera, imparziale e diretta gli mostrerà che non lo é. Questo prova un nuovo stato emozionale. Nel Lavoro certe esperienze emozionali sono necessarie e si producono in un ordine stabilito e nascono quando siamo in contatto con il Lavoro per un periodo sufficiente. Questi stati emozionali vincono le emozioni che appartengono o sopportano la Falsa Personalità. In generale, sono penose per l’orgoglio e l’autovalutazione. Naturalmente è l’orgoglio quello che giustifica la nostra condotta meccanica, e ci impedisce di vedere di essere macchine. G. una volta disse: “Un’emozione può essere vinta soltanto da un’altra emozione”. Orbene, non supponiamo che intravedere il fatto di essere macchine dia nascita a un’emozione utile. Al contrario, le uniche a nascere sono le emozioni negative. Sarebbe straordinario che succedesse il contrario. Il sentimento d’impotenza e quello della nullità che derivano dalla comprensione di essere una macchina non ha nulla a che vedere con le emozioni negative. Tra le emozioni negative appare l’ira, la violenza, il disprezzo, l’odio i conti interni e tutto il resto. Ma tra le emozioni che nascono dalla comprensione della nostra meccanicità vi è la pace. Ed è questa emozione quella che può vincere le emozioni negative.

Bene, siccome si sente che le emozioni negative sono meccaniche – sentendo uno stesso che è così a causa del sapore interiore – queste perdono gran parte del loro potere. Il sapore interiore è il primo segnale della Coscienza Nascosta. Se non abbiamo questa profonda percezione emozionale, non sentiremo mai che le emozioni negative sono indesiderabili. E se, inoltre, si vede che si *mente* sempre e che non si presentano le cose in una maniera veridica, ma che si storce e si deforma tutto, già non si subirà più il suo continuo dominio com’è per la maggior parte delle persone. Voglio dire, naturalmente, a condizione di non lasciarsi dominare dal sonno. Perché se si *sente* di essere meccanico e si *vede mentalmente* che si mente, allora si usano due centri coscientemente e questo crea qualcosa di molto poderoso capace di resistere al grande potere della meccanicità. Sono queste tranquille emozioni e discernimenti e percezioni della verità quelli che possiedono il maggior potere curativo e ci aiutano a vincere la tirannia della macchina – che avevamo sempre supposto che era noi stessi-. Ma questa macchina – uno stesso – non è in realtà uno stesso. Nelle sue grinfie facciamo la più stupida ed idiota delle vite. Il Lavoro si propone di portarci ad un nuovo comportamento, oltre a questo stereotipato comportamento-macchina. Ricordate –potete prendere ogni cosa in *un modo nuovo*-. Sì, abbiate la sicurezza che si può prendere ogni situazione della vita, ogni evento della vita, in modo interamente nuovo – se percepite che fino ad ora lo avete preso come una macchina -. Una volta che questo processo inizia in una persona, questa comincia ad avere una *psicologia*. Un uomo-macchina ordinario manca di psicologia. Una volta G. disse succintamente: “Perché ci riferiamo all’uomo ordinario che è addormentato come se possedesse una psicologia? Un uomo ordinario che è addormentato è una macchina, con respingenti, abitudini e ritratti di se stesso, che sono sempre gli stessi. Per tale uomo, un uomo addormentato, un uomo non cosciente, l’uso della parola *psicologia* è assurdo. Non possiede *psicologia*. Egli è una macchina – e per lo studio delle macchine è necessaria soltanto la *meccanica*. Ma

se un uomo comincia a lottare contro la sua macchina, se inizia a vedere che è addormentato nella sua macchina acquisita, allora tale uomo smette di essere questa macchina che la vita e l'educazione fecero di lui e poi, in tal caso, potremo parlare di *psicologia* e non di meccanica”.

Molte volte ho riflettuto sull'osservazione di G.: “Cosa significa avere una *psicologia* e non semplicemente un meccanismo?” In un'occasione, nel parlare a O. su questo particolare, senza indugio disse: “Deve sapere che tutto questo Lavoro – e tutte le vere forme d'insegnamento esoterico – furono ideate affinché l'uomo avesse la possibilità di sentire le influenze dei Centri Superiori. Questi Centri, il Centro Intellettuale Superiore e il Centro Emozionale Superiore, corrispondono a quella che è chiamata la Mente Superiore. Ma è necessario ricordare che il pensiero logico, che si basa sui sensi orientati verso il mondo esterno, non ci mettono in contatto con questi Centri Superiori, che esistono in ogni persona e sono pienamente sviluppati e c'invisano le loro influenze. Sfortunatamente non possediamo un apparato ricettore per riceverle. Per detta ragione, una definizione del Lavoro è: “La preparazione dei centri inferiori per la ricezione delle influenze provenienti dai Centri Superiori. Tutto ciò il Lavoro lo insegna praticamente – cioè, l'osservazione di sé, la non identificazione, il Ricordo di Sé, non fare conti interni, non considerare internamente, non giustificarsi, non lasciarsi portare dagli “Io” negativi, non cadere nella depressione, fare passiva la Personalità (specialmente la Falsa Personalità), separarsi dagli stati negativi, abbattere i respingenti, distruggere i ritratti, vedere le abitudini inculcate e non accettarle, fermare l'immaginazione sbagliata, di fatto, tutto quello che insegna il Lavoro, è purificare i centri inferiori affinché questi odano i Centri Superiori. Quando un uomo desidera mantenersi in contatto con questo Lavoro, che in realtà significa mantenersi in contatto con tutti i momenti d'introspezione o Ricordo di Sé, che ha ricevuto dai Centri Superiori, in questo caso possiede *psicologia*”.

Allora mi rendo conto che quando G. parlava di un uomo che possiede psicologia e non un semplice meccanismo, significava un uomo che si era sforzato di raggiungere un livello superiore di sé e che tutto il Lavoro si riferiva esattamente a questo – cioè, mettersi in contatto con questo lato superiore in lui e scoprire per mezzo dell'esperienza personale cosa lo separa dal livello superiore e cosa accresce il suo contatto con detto livello -. Allora compresi meglio la frase-Lavoro usata in relazione con questa domanda: “Cos'è il giusto e cos'è lo sbagliato?” e la risposta fu: “Tutto quello che induce a dormire e ad identificarsi di più è sbagliato; tutto ciò che sveglia è giusto”.

Cap. 74 Great Amwell House Pasqua, 5 aprile, 1947

FORZA NEUTRALIZZANTE – TRIADI

In una certa occasione stavo parlando con il signor Ouspensky quando lui mi interruppe per dirmi: “Perché siete così tragico?” Naturalmente mi sorprese dicendomi questo. Si sa che le persone hanno tendenze a parlare della loro vita e delle loro difficoltà in tono tragico e che si lasciano portare da questo senso tragico della vita. Gli risposi che non credevo di parlare in tono tragico. Mi disse: “Sì, però ancora

non lo percepite. Ma questo tono tragico della voce è un segnale di una nuova forza neutralizzante. Devi imparare a non essere tragico”.

Questo successe molto tempo fa, quando le prime riunioni si facevano in Harley Street. Ricordo il posto, la gente, persino le espressioni e le posture, ma non ricavai nulla di chiaro da quello che mi disse salvo il risentimento. Cioè, non avevo nessuna coscienza di aver parlato in tono tragico. L'unica cosa che sperimentavo era una sensazione di ferita morale e di sorpresa. Di certo, ricordando, vedo che in realtà parlavo in un tono da tragedia. La tragedia, il parlare tragicamente è un lusso che causa molto piacere e sono molti quelli che ne godono. Tutto può essere preso in un tono tragico, drammatico, negativo – proprio così, ci disimpegniamo nella parte di un uomo o di una donna che soffre tragicamente -. Senza dubbio prima o poi si deve arrivare ad avere coscienza di tutto questo. Allora lo si supera. Perché avere *piena* coscienza di una cosa è vincerla. È solo la semi-coscienza o la non coscienza quella che ha potere – quello non visto-ancora-pienamente, il non-riconosciuto-ancora realmente -. Ho pensato molte volte a ciò che disse il signor Ouspensky su questo particolare: “Essere tragico è un segno di una cattiva forza neutralizzante”. In quell'epoca comprendevo poco questo termine “forza neutralizzante” e, come dissi, negai di ammettere in quell'epoca la mia auto compassione o vanità. Detto stato di sonno si ha molto spesso.

Questa notte parlerò delle triadi e pertanto della forza neutralizzante. Cominceremo con l'idea generale delle triadi nel modo in cui lo insegna il Lavoro. Il Lavoro insegna che ogni *manifestazione* è il risultato di 3 forze, attiva, passiva e neutralizzante. Affinché *una* manifestazione avvenga sono necessarie *tre* forze. Nessuna manifestazione può avvenire senza la cooperazione delle 3 forze. Tutto ciò che si manifesta è causato da tre forze. Vediamo una manifestazione e crediamo che sia una cosa. Ma non è dovuta ad una cosa ma a tre cose – proprio così, 3 forze, che si concentrano in un punto, che produce la manifestazione-. Pertanto, ogni manifestazione è una cosa complessa – non una cosa unica, ma *tre* cose che stanno in un certo equilibrio.

Bene, per comprendere assai semplicemente come sia possibile, siccome ogni manifestazione è il risultato di 3 forze e non di una sola forza, cominciamo con l'idea che ci serve qualcosa e chiamiamo questa necessità forza attiva. Bene, avere necessità semplicemente di qualcosa, non ci porta ad ottenerla. Questo fatto scoraggia molte persone. Dicono: “Se non fosse per”, ed altre cose simili, e diventano negative. Il mondo è pieno di questo tipo d'imbecilli che desiderano semplicemente qualcosa e, se non l'ottengono, si scoraggiano e diventano tragici. Bene, se desidero qualcosa è necessario sapere che esiste la seconda forza, o forza passiva, che è la forza di resistenza contro quello che, forse molto facilmente ed innocentemente, si desidera e si spera di ottenere. Questa seconda forza si abbatte contro tutto quello che si *desidera* in ogni occasione, in ogni punto. Per questo il Lavoro insegna che se si desidera qualcosa – se si ha uno scopo, diciamo – è necessario tenere in conto la seconda forza che all'occasione si opporrà a quello che si desidera, a quello che uno si propone. Una persona si forgia, diciamo, un'immagine fantasiosa, l'idea di essere una moglie meravigliosa, adorata da tutti gli uomini, o un uomo meraviglioso, che

tutte le mogli adorano. Sì, nell'immaginazione questo è facile. La gente si lascia portare sempre da queste fantasie. Ma, affinché l'immaginazione giunga ad essere uguale alla realtà è necessario tempo e sforzo. Perché? Perché nell'immaginazione non esiste la seconda forza, e se c'è è molto scarsa, diciamo, perché qui interviene un'altra cosa che è molto interessante. Dirò qui semplicemente che nessuna fantasia è completamente soddisfacente e che la seconda forza suole apparire in diversi modi.

Bene, in realtà se si desidera qualcosa, ci si dovrà confrontare inevitabilmente con la forza che si oppone a ciò che si desidera – proprio così, la seconda forza o forza di resistenza a ciò che si desidera – e lottare contro di essa. Supponiamo che si desideri convertire tutti alla propria idea di vita ed obbligarli a pensare nel vostro stesso modo. Prendiamola come prima forza o forza attiva. Si prosegue nella vita e ci si ritrova con l'indifferenza o la beffa o la critica o il disprezzo. Ci si lascia dominare dallo sconforto e si diventa tristici e pieni di auto compassione. Perché? Perché non si è calcolato gli effetti della seconda forza. Quale parte ha disimpegnato qui la seconda forza? È facile vederlo. La gente non s'interessa, non gli credono, sono soddisfatte con ciò che hanno, per questo gli altri sono la seconda forza. Così voi fallite e diventate tragico, incompreso, e così via. Sì, però perché? Perché si desidera qualcosa e non si vede che la seconda forza apparirà inevitabilmente e si opporrà inevitabilmente a ciò che si desidera. La gente di solito lo chiama il diavolo. Ma è la Trinità – le tre forze che stanno operando – attiva, passiva e neutralizzante.

Bene, la relazione tra la prima e la seconda forza è stabilita dalla natura della terza forza. La terza forza mette in connessione la prima e la seconda forza e per questo è chiamata a volte forza relazionante. Comprenderete ora perché O. mi disse che “parlare tragicamente era un segnale di una cattiva forza neutralizzante”. Una cattiva forza neutralizzante stabilisce una cattiva relazione con la seconda forza – con tutto ciò che si oppone a quello che si desidera. Allora si sarà vinti da tutte le cose.

Quando la forza attiva – e qui lo chiamiamo *ciò che si desidera* – possiede una forza neutralizzante cattiva o sbagliata rispetto alla forza di opposizione – proprio così, la seconda forza – allora la seconda forza si trasforma in forza attiva. Tutta la Triade viene invertita. Le due forze, attiva e passiva, invertono le loro parti. Invece di usare la seconda forza come fosse in relazione corretta o intelligente, per concludere praticamente il fine o lo scopo contenuto nella forza attiva, la triade s'inverte, e la forza contraria trionfa – proprio così, si trasforma in forza attiva -. Bene, questo può succedere ad una persona in qualsiasi momento perché ciò che questa desidera è impossibile salvo che nell'immaginazione. Nel Lavoro ci consigliano di non avere troppe esigenze. Se si hanno troppe esigenze, allora si starà sempre in guerra con la vita – proprio così, contro quell'aspetto della vita che è la seconda forza o forza opponente-. Non si apprenderà mai nulla, non si guadagnerà nulla dall'esperienza, perché non si produce lo sforzo necessario per lottare intelligentemente con la seconda forza.

Ora si vede la necessità della seconda forza per lo sviluppo individuale – proprio così, come un uomo individualmente e dal presupposto di non prendersela con l'inevitabile seconda forza -. Se lo si fa intelligentemente la seconda forza ci procurerà eccellenti risultati e, invece di essere semplicemente una forza cieca ed opponente, diverrà

gradualmente ciò che si desidera. Una persona non diventa istantaneamente negativa quando gli si oppone qualcosa. Esamina una cosa e un'altra, e questa formidabile opposizione gradualmente cede e diventa quello che si desiderava – o meglio, diciamo, diviene quello che doveva essere pressappoco ciò che si desiderava -. Dopo la forza attiva, quello che si desidera – introduciamo qui l'idea di ciò che si vuole – nel correggersi si ottiene il proprio scopo per mezzo di una forza neutralizzante corretta. G. disse: “La Pazienza è la madre della Volontà”. Proprio così, la Volontà, attraversando la pazienza come terza forza, fa ottenere ciò che si desidera. Ma volere, desiderare ciecamente, non è conveniente, e conduce soltanto ad una forza di opposizione dura ed inflessibile – proprio così, ad un'inversione della triade, e conduce così a stati negativi. Nel Vangeli, Cristo varie volte si riferì all'*abilità* di occuparsi della vita e delle sue situazioni. Questa notte non ci prolungheremo più su questo tema ma ci ritorneremo un altro giorno – per conoscenza, un'abile forza neutralizzante.

Cap. 75 Great Amwell House 12 aprile, 1947

L'ACCIDENTE E IL DESTINO

Da un certo punto di vista bisogna pensare sulla Personalità come se fosse l'uomo esteriore e l'Essenza l'uomo interiore. Sappiamo che nel crescere di un bambino la Personalità circonda gradualmente l'attiva Essenza e diventa a sua volta attiva, mentre l'Essenza diventa passiva. In generale questo primo stato di sviluppo persiste per tutta la vita ed è sufficiente per gli scopi di questa. Ma è possibile uno sviluppo ulteriore, e l'esoterismo si riferisce sempre a questo sviluppo ulteriore, ed anche questo sistema si riferisce alla stessa cosa. Consiste in un'*inversione*, prima che l'Uomo raggiunga il suo pieno sviluppo, descritta in frammenti della letteratura del passato provenienti da scuole connesse con l'Uomo pienamente sviluppato – proprio così, con l'Uomo Cosciente -. L'Uomo adattato alla vita, l'Uomo con la Personalità attiva e sviluppata, e con l'Essenza passiva e non sviluppata, non è un Uomo pienamente sviluppato secondo l'insegnamento esoterico. Siccome quest'idea non si impara facilmente nasce molta confusione nella mente della gente. La vita sviluppa l'Uomo fino ad un punto, ma non può determinare l'inversione in lui che lo porterebbe ad un ulteriore e completo sviluppo.

Nel breve e condensato linguaggio di questo sistema, quest'inversione consiste nel far diventare la Personalità passiva e l'Essenza attiva. Bene, l'educazione non ci determina quest'inversione. L'educazione accresce la Personalità e così allontana sempre di più l'Uomo dalla sua Essenza. I semplici contadini sono più vicini alla loro Essenza. Bisogna dire che oggi il mondo sta subendo uno sviluppo sbagliato e parziale della Personalità. Se per magia o per una spiacevole tensione le persone diventassero più sincere, si produrrebbe parimenti un'inversione. Ma l'inversione di cui si parla nella letteratura esoterica, diciamo nei Vangeli, dove è chiamata rinascita, può essere determinata solo internamente nella propria esperienza di un uomo e non per un cambiamento di circostanze esteriori a lui.

È preciso ricordare che la vita così come la conosciamo e le sue ambizioni e i suoi interessi possono esserci strappati, e se non c'è nulla che li rimpiazza ci sentiremmo

perduti. Per esempio, nella malattia la forza di solito viene tolta dalla Personalità ed allora appare la qualità dell'Essenza. La Personalità è la macchina attraverso cui ci adattiamo alla vita e sentiamo le sue influenze ed attrazioni. La malattia ci mette subito a confronto con un altro tipo di vita. Sì, ma, che tipo? O. disse che la malattia poteva aprire qualcosa in noi che invece la buona salute e il successo erano incapaci di fare. Se godiamo già di una leggera vita interna abbiamo allora un punto di appoggio nella vita esterna. Disse che da un certo punto di vista la Personalità si poteva paragonare con l'uomo esteriore e l'Essenza con l'uomo interiore. Se un uomo è sviluppato soltanto nel suo lato esterno e manca di sviluppo interiore nel Lavoro è chiamato una macchina condotta dalla vita esterna e la sua girandola di avvenimenti cangianti. Eppure il Lavoro insegna anche che l'Uomo fu creato come un organismo auto sviluppante e che il pieno sviluppo consiste in uno sviluppo dell'Essenza, o dell'Uomo interno, imposto al primo sviluppo della Personalità o uomo esteriore, che lo mette in relazione con la vita esterna e i suoi scopi. Tutto l'insegnamento esoterico, così come lo si trova nei frammenti dei Vangeli, si riferisce chiaramente allo sviluppo dell'uomo interno. È assai scarso ciò che dice sullo sviluppo dell'uomo esterno, dell'uomo commerciale, professionale, ecc. Si fa insistenza sul secondo sviluppo. Ma, come si disse, la gente suole mescolare i due. Cristo non venne affinché tutto diventasse buono e di soddisfazione sulla Terra. Disse: "Non pensate che sia venuto per portare la pace sulla Terra; non sono venuto per portare la pace, ma la spada" (*Matteo, X, 54*). Le condizioni del secondo sviluppo – l'inversione o rinascita – sono le cose importanti. Una terra pulita, in ordine, senza spigolose lotte interne né indagini e continue contraddizioni ci conducono a far nascere le condizioni necessarie per il secondo sviluppo che è interiore, individuale, e che radica nei nostri più reali e profondi pensieri e sentimenti essenziali.

Eppure, sono poche le persone che pensano sul significato della loro esistenza salvo in funzione dell'uomo esterno e le sue necessità. Bene, pensare alla nostra vita dall'uomo interno è una cosa molto diversa dal pensare su essa dall'uomo esterno. Tutti voi sapete, sia esaminando voi stessi, sia gli altri, che è possibile avere un lato esterno pietoso e religioso, persino santo, e fare diverse azioni per produrre una buona impressione, e però non avere nulla nel lato interno che corrisponda a tutto questo. In tale persona – proprio così, insomma, in tutti noi – c'è una separazione quasi totale tra l'uomo esterno e l'uomo interno; e l'uomo esterno domina quello interno. E l'uomo interno sviluppato che dovrebbe dominare l'uomo esterno. Se un uomo agisce sinceramente da se stesso la questione è differente.

Bene, se il lato esteriore, o Personalità, dell'uomo è attiva e porta le redini, specialmente con l'idea che *può fare*, l'uomo sta sotto la Legge dell'Accidente. Proprio così, qualunque cosa, per più carente di senso che sia, può succedergli. Quando l'uomo interiore o uomo essenziale arriva ad essere attivo si trova sotto la Legge del Destino. Nel Lavoro questo è espresso quando dice che l'Essenza (per iniziare) sta sotto le Leggi del Mondo Planetario – proprio così, 24 leggi – e che la Personalità sta sotto la Legge della Terra – proprio così, 48 leggi – e si aggiunge che la Falsa Personalità sta sotto la Legge della Luna – proprio così, 96 leggi -. Vi è pertanto un punto in noi che è chiamato Essenza, che sta sotto meno leggi di quanto

ne ha la Personalità o la Falsa Personalità. Lavoriamo su noi stessi, sulla nostra vita interiore per diventare più coscienti in questo punto. Quando un uomo ricorda se stesso, sta sotto 24 leggi. Quando è addormentato nelle emozioni negative, ecc., sta sotto 48 o 96 leggi.

Cap. 76 Great Amwell House 19 aprile, 1947
SUL PENSARE PSICOLOGICO

Quando la gente non crede ormai più nella Mente Superiore e nell'esistenza di una forma qualsiasi di conoscenza e di verità più elevata del materialismo e ciò che sia evidente ai sensi, sono mentalmente chiusi. Una caratteristica di una mente chiusa è l'assenza di Centro Magnetico. In questo caso, nessuna influenza, a parte di quelle della vita mondana, può essere ricevuta, perché manca l'apparato ricettivo, che è la prima necessità. La persona mentalmente difettosa, in questo senso, non può lasciare entrare un raggio di luce nella sua oscurità interiore né cambiare i vincoli tra la Personalità e l'Essenza. La vita deve continuare ad essere la sua Forza Neutralizzante. Proprio così, in questa persona non può avvenire nessuna inversione. Rimane, per usare una frase del Lavoro, come una *casa non terminata*.

Bene, il Lavoro dice che dobbiamo creare la nostra vita. Dice anche e spesso che il suo insegnamento si propone di farci pensare con la nostra personale testa. Supponiamo forse di poter creare la nostra vita se non abbiamo mai pensato con la nostra testa? Tutti, per mezzo della riflessione, discerniamo che l'intelletto umano col suo modo meccanico di agire, contribuisce alla propria precoce schiavitù. Proprio così, forma facilmente abitudini acquisite di pensiero, associazioni, attitudini, credenze prese in prestito, opinioni e tutto il resto. Così l'intelletto si pietrifica in età precoce se non si ricevono le impressioni volontariamente.

Una persona pietrificata in questo modo non pensa da se stessa e non può pertanto creare la propria vita. Se seguiamo i pareri e le norme generali e le opinioni convenzionali di famiglia o di razza, ecc., non creiamo la nostra vita. La vita crea nuova vita. Se qualcuno fosse arrivato alla sua meta interiore e fosse cosciente dell'“Io” Reale invece dei molti “Io” acquisiti dalla Personalità, allora avrebbe creato la sua vita. La sua casa sarebbe terminata – o, come lo dice semplicemente il Lavoro, sarebbe *un Uomo* e non una macchina. Oggigiorno vediamo ovunque macchine che cercano di *fare*, non uomini che cercano di fare. Ma conviene di più osservare la continua lotta che si stabilisce in noi stessi tra gli “Io” più meccanici e gli “Io” più coscienti. Gli “Io” più coscienti – proprio così, gli “Io” che desiderano crescere, ricordare, comprendere da se stessi e formare il Maggiordomo delegato, sono dominati, spesso duramente, dagli “Io” meccanici o morti, con le loro voci vecchie e cadaveriche nel nostro Corpo-Tempo.

È un errore sacrificare il pensiero psicologico. È una tragedia sempre ripetuta in un mondo di umanità addormentata che la comprensione psicologica sia condannata a morte con il pensare logico e letterale. Questo è uno dei significati della crocefissione. Si vede lungo tutti i Vangeli che Cristo stava insegnando il *pensare psicologico*, qualcosa di nuovo. Per questo usava parabole e non comandamenti di pietra. Giovanni il Battista non poteva comprenderlo perché apparteneva all'antica

scuola letterale, dogmatica, dura, implacabile, e così vestiva una tunica di pelo di cammello e cuoio – perché nel linguaggio psicologico il vestito che si porta significa la verità che si porta, quello che la mente porta -. Bene, nessuno può creare la sua propria vita se non raggiunge il livello del pensiero psicologico. Nel Lavoro si segnalano quattro livelli di mente:

Mente Superiore

Pensare Psicologico

Pensare Logico

Pensare A-logico (per esempio, superstizione)

In molte pitture antiche e simboliche dell’Uomo, lo si rappresenta innanzitutto che sta dormendo per terra, in posizione supina. Alla fine, attraverso l’agire della Terza Forza che differisce dalla vita, è rappresentato in piedi con gli occhi aperti. Ma per stare in piedi e svegliarsi – è un lavoro molto lungo, e se un uomo non può neppure pensare psicologicamente, gli sarà impossibile. Insisterà che tutto sia annotato in bianco e in nero di modo che la mente logica formatoria possa apprenderlo. Non salterà per prendere la corda che penzola sulla sua testa ma avrà delle esigenze. Ma nessun uomo ha mai raggiunto un livello superiore di Essere per mezzo dell’interpretazione del nostro significato sulla Terra data dal Centro Formatorio. Bisogna dire il contrario – per conoscenza, che il pensare formatorio, che s’insegna tanto e al quale oggi si concede tanta importanza, è solito far abbassare il livello di Essere. Cosa significa il pensare psicologico? In primo luogo contiene tre forze, mentre il pensare logico formatorio ne ha solo due. Secondariamente, non è situato nelle parti motorie dei centri, ma nelle divisioni superiori, rivolte verso i Centri Superiori stessi.

Per liberarsi dalle leggi sotto cui stiamo inevitabilmente su questo pianeta, un uomo, una donna, devono *pensare diversamente*. Sì, pensare diversamente da tutto l’ordinario pensare-vita. È più facile pensare esattamente come pensano tutti. Il pensare delle masse è facile qualunque fosse il rango sociale a cui si appartenga. Ma pensare da se stesso, cominciare a creare la propria vita, è possibile soltanto per mezzo di idee interamente nuove. Questa è la funzione della conoscenza esoterica – fare in modo che un uomo pensi in un modo nuovo. Una semplice reazione contro il pensare di vita è inutile. Cambiare partito politico, ecc., non è pensare in un modo nuovo. Contentarsi semplicemente di andare contro tutto ciò che ci hanno insegnato i nostri genitori non è pensare in un modo nuovo. È pensare di vita – pensare del pendolo – in funzione degli opposti nel cui mezzo sta sempre il pendolo. Questo non è un nuovo pensare, né tanto meno può produrre in noi idee e pensieri che possano creare nuova vita – proprio così, condurci al Padrone di Casa – cioè, all’“Io” Reale – entrando nella carrozza e dicendo al Cocchiere dove andare.

Bene, l’idea del Centro Cosciente dell’Umanità, l’idea della Mente Superiore, o per dirla nei termini dei Vangeli, il Regno dei Cieli, sta in una nuova idea che appartiene alla creazione della propria vita. Connessa con questa, e opposta a questa, l’idea che l’Uomo è addormentato in questo pianeta e non può fare nulla a meno che non si svegli – perché sta definitivamente ipnotizzato – è una nuova idea. Inoltre, l’idea che

non ha un “Io” Reale, è anch’essa una nuova idea. L’idea che l’Uomo – proprio così, io – non è esattamente cosciente, l’idea di essere identificato e per tanto addormentato, e tutto l’insegnamento relazionato con quest’idea, l’idea che l’Uomo – proprio così, io – è governato dalle emozioni negative – tutta questa conoscenza che in realtà determina che la persona con un Centro Magnetico pensi realmente in un modo nuovo – proprio così, che conduce a *μετάνοια* – ad un mutamento della mente, questo offre la possibilità di creare la propria vita, e soltanto tali idee, provenienti da un livello superiore di Essere, possono modificarci e creare una nuova persona. Proprio così, solo il contatto con la Terza Forza del Lavoro – le influenze provenienti dall’Uomo Cosciente dalla Mente Superiore, e il pensare da nuove idee impartite da loro, possono permettere ad una persona di *creare* la sua vita.

Bene, le idee, la conoscenza, provenienti dalla Mente Superiore, non possono essere comprese logicamente. Nel livello in cui stiamo si scindono in opposti, in contraddizioni. Una cosa è logicamente o giusta o sbagliata; in psicologia può essere *relativamente* o giusta o sbagliata. Il pensare relativo, nel senso del Lavoro, significa pensare nella Parte in relazione con il tutto. Per pensare relativamente, si disse, è preciso conoscere un po’ di tutto prima che si possa pensare in un dettaglio, in una parte. Il Raggio di Creazione, per esempio, mette la nostra Terra in relazione con il tutto – con il Raggio intero – e questo modifica in seguito il nostro pensiero sulla Terra.

Bene, pensare in se stesso da se stesso é una cosa, ma pensare in se stesso da ciò che insegna il Lavoro è un’altra. Pensare in se stesso da quello che il lavoro insegna è iniziare a pensare psicologicamente.

Cap. 77 Great Amwell House 29 aprile 1947
NUOVA NOTA SUL PENSARE PSICOLOGICO

Cerchiamo di comprendere nuovamente ciò che il Lavoro vuole dire quando si riferisce al pensare psicologico, e cerchiamo qualche esempio. Nell’introduzione del suo ultimo libro O. dice che le mitragliatrici sono eccellenti dal punto di vista logico, ma dal punto di vista psicologico sono cattive. Oggigiorno non costa nulla applicare quest’idea alle bombe atomiche. Logicamente, sono eccellenti perché annientano totalmente il nemico, ma psicologicamente sono tutte cattive. Bene, cosa significa questo? Potete vedere ciò che significa? Riflettiamoci. Oggigiorno si confessa francamente che la guerra deve essere totale. Nella guerra ci dicono che tutto ciò che è umano e decente deve essere eliminato. La guerra totale e la distruzione totale senza grazia né pietà. Logicamente questo è un argomento eccellente. Sì, ci dicono, si va a intraprendere una guerra, che sia totale. Inventiamoci delle macchine, con la nostra mente logica, che possano, in un istante, distruggere un continente. Ed alcuni aggiungono che questa è l’unica maniera di mettere fine alle guerre.

Bene, uno degli obiettivi che si propone il Lavoro è quello d’insegnarci a pensare psicologicamente, e a questo riguardo uno dei molti aspetti dell’insegnamento si riferisce alla *considerazione esterna*. Pensiamo in ciò che significa la considerazione esterna. Significa, in parole povere, mettere uno stesso nella posizione dell’altra persona. Nei Vangeli è chiamato “l’amore del prossimo” – una frase che oggi manca

di senso, ma che se fosse tradotta correttamente significherebbe “cosciente del prossimo” – perché ciò che si traduce per “amore” è molto vicino alla suprema idea di questo Lavoro – cioè, diventare più cosciente, ampliare la nostra coscienza – di fatto, trasformarsi nell’Uomo Cosciente. Il Circolo Cosciente dell’Umanità – come lo chiama il Lavoro – è composto da gente che, paragonata con noi, sono pienamente coscienti. Essere pienamente coscienti implica, tra molte altre cose, essere cosciente di se stesso e dell’altra persona. La considerazione esterna significa essere cosciente *nell’*altra persona – mettere la propria coscienza, per così dire, nell’altra persona – in modo da vedere *da ella* quello che sente *circa uno stesso*. Proprio così, si può vedere, diciamo, perché ci ha in antipatia. Ma ciò è impossibile se non siamo coscienti di noi stessi. Questo significa vedere se stesso negli altri e gli altri in se stesso. Questo mette fine alla violenza. E così mette fine alle uccisioni di massa realizzate dalle macchine. Una volta O. disse che sono le macchine a fare la guerra. Disse che le cose succedevano come se le macchine insistessero ad essere usate, e siccome l’Uomo sta addormentato, e privato della vera volontà, non può fare a meno di obbedire alla volontà delle macchine. L’idea merita riflessione – proprio così, si passi un po’ di tempo a pensare personalmente nella crescente e pressante tensione della vita -. Detta idea, naturalmente, appartiene alla grande idea del lavoro secondo cui l’Uomo stesso è una macchina e non può fare nulla, se non raggiunge un livello superiore di coscienza e non si mette sotto migliori influenze per poter così essere aiutato. Bene, una persona nel mettersi completamente nella situazione di un altro, con una conoscenza cosciente di se stessa come punto di partenza, è un esempio di pensare psicologico. Mette da parte la mitragliatrice. La violenza genera soltanto violenza. La coscienza elimina il *desiderio* di violenza, perché, come si fa ad essere violento, per così dire, con se stesso – proprio così, quando si riconosce che l’altra persona è uno stesso e che ha gli stessi timori e dolori -? Questo è un tipo di commentario e esempio di *pensare psicologico*, basato in questa osservazione di O. secondo il quale l’uso delle mitragliatrici è indubbiamente corretto nel livello logico ma non appartiene al livello del pensare psicologico e non è corretto in detto livello – proprio così, un uomo che pensa nel livello psicologico non può usarle né tantomeno può usare qualsiasi altra macchina impiegata nella distruzione di massa. Bene, non è possibile nessun pensare psicologico se non si crede ad una Mente Superiore. esponiamo un’altra volta sulla lavagna le differenti categorie di pensiero, una sotto l’altra.

Mente Superiore
Pensare Psicologico
Pensare Logico
Pensare A-logico (per esempio, superstizione)

Per prima sta la Mente Superiore. Questa mente sta oltre la nostra. Non solo pensa diversamente ma lo fa in un modo *interamente* differente. Orbene, possiamo congetturare un modo del proprio pensare – per conoscenza, che si pensa sempre *relativamente* -. Proprio così, quando noi, con le nostre menti scarsamente coscienti, pensiamo in una *sola cosa*, in *una* cosa, separata da tutto il resto, la Mente Superiore

pensa a questa cosa in relazione al tutto di cui fa parte quella cosa. Bene, il nostro pensiero, per dare un esempio, può andare appena più in là della nostra patria. L'esistenza del mondo come un tutto, del quale la nostra patria è una piccola parte, e della nostra patria come una piccola parte del mondo, non entra nella coscienza neppure come un *sine qua non* di pensare correttamente a questo riguardo. “Nel pensiero relativo”, disse O. “è necessario conoscere un po' di tutto prima che si possa pensare correttamente nella parte. Questa è la definizione corretta del pensare relativo ed è quello che voglio dire quando parlo del pensare relativo”. Aggiunse che si può conoscere soltanto una piccolissima parte del **tutto**, e molto di più della parte, ma che, se non si pensa nelle due relazionandole una con l'altra, si penserebbe in modo sbagliato. Osservò che viviamo in un Universo interrelazionato – un Universo in cui tutto sta relazionato con tutto e tutto influisce su tutto, e nulla può essere preso separatamente, isolato dal resto. Succede lo stesso, disse, con il corpo. Né una sola parte del corpo sta isolata, come il pollice, è necessario conoscere qualcosa di tutto il corpo, e pensare a questa parte in relazione con il tutto. Innanzitutto è necessario pensare al pollice in relazione con la mano e con le altre quattro dita che sono inutili senza il pollice, e poi con il braccio, ecc. Per tanto, abbiate la sicurezza che la **Mente Superiore**, quantunque il suo modo di pensare sia totalmente differente dal nostro e sia un'altra classe di mente, pensa sempre relativamente e, per essa, tutto ciò che vede è interrelazionato. Inoltre, abbiate la sicurezza che la Mente Superiore, pensando relativamente, è cosciente delle tre forze, e con certezza della seconda, e può calcolare quando e come questa apparirà per fare una determinata cosa. Molte cose, per tanto, contro le quali l'uomo meccanico reagisce senza averne coscienza, per la Mente Superiore sono una pura immondizia. Insomma, il nostro sapere gli appare un'insensatezza. Per questo nelle scritture sacre si dice: “Perché la sapienza del mondo è insensatezza per Dio” – dando a Dio il significato di Mente Superiore. Bene, ora ci riferiremo ai Centri Superiori, alla Mente Superiore e all'Uomo pienamente cosciente. Avete già sentito dire che il linguaggio dei Centri Superiori non è un linguaggio logico, perché contiene tre forze e non può essere compreso al livello logico. Le idee dei Centri Superiori non possono essere recepite dai centri inferiori senza che prima non siano stati modificati. Questa è la ragione per cui le influenze **C** – che provengono dai Centri Superiori o Uomo Cosciente – sono inevitabilmente deformate quando passano alla vita e così si trasformano in influenze **B**. È preciso riflettere su questo particolare e discernere perché succede così. I Centri Superiori non ragionano in funzione di Sì o No; non pensano dagli opposti come fa la mente formatoria o logica. L'arrivo del suo pensiero appartiene ad un altro ordine nel quale **non vi è** nessuna contraddizione. L'uomo deve comprendere che il suo pensare logico e formatorio gli impediranno di mettersi in contatto con la Mente superiore. un uomo logico **non può** comprendere il Lavoro. È necessario che ‘salti’ dal livello della discussione formatoria e si aggrappi alla ‘corda che penzola sopra la sua testa’. È necessario che distingua per prima cosa l'esistenza esistente tra il significato psicologico e il significato logico. Per esempio, quando dice l'Orazione di Dio: “Dacci oggi il nostro pane quotidiano”, il pensare logico lo prende come fosse letteralmente il pane. Ma non significa il pane letterale. Basta avvertire che l'orazione

inizia con l'idea di una Mente Superiore, cioè, "Padre nostro che sei nei cieli". Il pane che si chiede è il significato della Mente Superiore. in greco la parola tradotta per 'quotidiano' è una parola che non si usa in nessun altro posto, e non ha nulla a che vedere con il panettiere che fa il pane tutti i giorni. Bene, se una persona vede il mondo e se stessa alla luce dell'insegnamento esoterico – proprio così, alla luce del Lavoro – comincia a svegliarsi. Allora dirige le sue orazioni a quello che lo aiuterà a svegliarsi e a mantenersi sveglia ogni giorno. Bene, se si comprende che nell'esempio logico che abbiamo dato prima, il pensiero letterale prenderà il 'Pane' come pane. Se hai un Dio di sicuro è perfettamente logico prendere il pane di ogni giorno, il pane fisico. Ciò che è preciso sottolineare è che l'orazione non vuole dire questo. Vuole dire qualcosa *in un differente livello* che può essere compreso soltanto con il pensiero psicologico, e si vedrà che tutto questo è connesso con l'idea generale del raggio di Creazione, della Mente Superiore, del Circolo Cosciente dell'Umanità, dell'Uomo risvegliato e si mette in contatto con le forze superiori che lo aiutano ad affrontare lo sviluppo interno a cui è destinato. In altre parole, pregare per quello che è chiamato pane di ogni giorno significa pregare per la forza, le influenze, che permetteranno allo spirito dell'Uomo di svegliarsi ed aprire gli occhi e mettersi in piedi su questa Terra dove tutti sono addormentati e spiritualmente in posizione supina e, ciò nonostante, immaginandosi di poter fare. Voglio dire che l'uomo immagina di conoscere ciò che è giusto e sbagliato e crede di essere sicuro di ciò. Metterò fine a questo breve commentario dicendo che un altro esempio di pensare psicologico è nascosto in questa osservazione: "Tutto ciò che ci mantiene svegli è buono, tutto ciò che ci fa dormire è male – un'idea psicologica, non un'idea letterale.

Cap. 78 Great Amwell House 3 maggio 1947
NOTA SULLA CONSIDERAZIONE ESTERNA

In uno dei sottogruppi si fece una domanda molto naturale in relazione con l'ultimo commentario: "La considerazione esterna può essere sempre divisa dalla considerazione interna?"

La considerazione esterna è sempre cosciente. È antimeccanica e per questo richiede uno sforzo cosciente. La considerazione interna è sempre meccanica e per questo non richiede alcuno sforzo – proprio così, non è cosciente, ma è il lavoro della macchina. Mettersi coscientemente nella posizione di un'altra persona e *vedere se stesso in lei e lei in noi stesso* è un atto cosciente ed esige uno sforzo cosciente. La considerazione interna si fa naturalmente ed è meccanica. Allietare una persona che è sventurata è un comportamento umano e ragionevole, ma se è questione di Lavoro – e qui è compresa la Seconda Linea del Lavoro – è necessario ascoltare internamente detta persona in uno stesso come in uno specchio, trovare la stessa cosa in uno stesso e non negarla, ed allora l'altra persona sperimenterà un cambiamento di stato senza che si sia detta neppure una parola. Non si censura ma bensì si accetta e facendo così si dà spazio all'altra persona affinché sperimenti un cambiamento. È necessario, nella Seconda Linea, lasciare spazio agli altri. Questo è qualcosa che differisce completamente dall'aiuto che si può prestare ad una persona nel senso ordinario, che è semplicemente un cieco che guida un altro cieco. La considerazione esterna esige di

ascoltare internamente e trovare la stessa cosa in se stesso – proprio così, se sono sufficienti le osservazioni di sé e la conoscenza di sé -. Non si può influire sugli altri senza che si conosca l'altra persona in se stesso.

La considerazione esterna radica nel vedere lo stato di una persona e ricordare che anche noi siamo stati in questo stato, perché nel Lavoro tutti passano per lo stesso stato come, diciamo, un anziano intelligente lo ha sperimentato e lo ricorda. L'intelligenza vuole dire vedere la verità di una cosa. Come già dissi, scoprire in se stesso lo stato dell'altra persona, senza che si pronunci nessuna parola, vi aiuterà. La considerazione esterna è un atto interno profondo e si basa in una crescita della coscienza – proprio così, dell'amore – poiché ogni amore vero equivale ad avere coscienza delle difficoltà delle altre persone trovando le stesse difficoltà in noi stessi. L'amore cosciente non è cieco. Da nascita ad una nuova forza neutralizzante – ad una forza-Lavoro. È per questo che, in un senso, si realizza in silenzio – internamente -. Lo si può realizzare, anche non trovandosi in presenza di altre persone, per mezzo del lavoro interiore e cercando sempre lo stesso stato in se stesso, lo stato che fa censurare l'altra persona, sebbene, a volte, per nobiltà, non lo si fa ed allora si dice che è un'auto sacrificio. Questa è una sofferenza inutile. Ma quando si sta considerando esternamente, che è un processo interiore, è preciso non mostrarlo esternamente – altrimenti, si trasforma in accondiscendenza e così va alla Falsa Personalità. Immaginare che *voi*, così come siete, potete aiutare un altro è sempre accondiscendenza. Proprio così, ci si fonda nell'idea che si sa ciò che conviene. Rimanere in casa e fare il lavoro interiore di considerazione esterna, questa coscienza del compagno di Lavoro, può alla lunga, cambiare lo stato di detto compagno, ma soltanto restando cosciente dello stesso stato in uno stesso e vedendo così detta persona in uno. In questo modo si discende, per così dire, e non ci sono sentimenti di superiorità.

La gente suole dire: “Perché la considerazione esterna è chiamata *esterna* e la considerazione interna è chiamata *interna*, essendo l'atto della considerazione esterna interno?” Basta riflettere un istante, e si vedrà pienamente perché è così. Nella considerazione esterna uno pone se stesso nella posizione della persona esterna, un oggetto che sta fuori – per conoscenza, l'altra persona. Nella considerazione interna si pensa solo a se stesso. La prima è obiettiva, la seconda è soggettiva. Non vediamo la gente obiettivamente; la vediamo soggettivamente – proprio così, come la immaginiamo o speriamo che sia. Siamo tutti violenti con gli altri perché non ci rendiamo conto di questo. In questo senso, le persone sono capacissime di distruggersi le une con le altre.

Orbene, il Quarto Stato di Coscienza è chiamato la Coscienza Obiettiva. I quattro Stati di Coscienza sono numerati nel Lavoro nella forma seguente:

4. Stato di Coscienza Obiettiva

3. Stato di Ricordo di Sé

2. Stato della così detta Coscienza sveglia

1. Stato del sonno letterale – di sonno fisico.

Ci sono quattro Stati o Livelli di Coscienza così come lo segnala il Lavoro e per prima cosa ci sforziamo di raggiungere il livello n° 3. Per raggiungere lo Stato n° 4, un uomo deve passare prima per lo Stato n° 3- in altro modo non raggiungerà nulla, né tantomeno lo ricorderà se ha avuto un fugace contatto con lo Stato n° 4 –. Cosa si può intendere per stato n° 4 - proprio così, lo Stato di Coscienza Obiettiva -? La prima risposta è che in questo stato vediamo le cose come sono realmente. Ma questa definizione non soddisfa la mente. Naturalmente, non può farlo, perché nessuno può descrivere uno stato superiore di coscienza ad un'altra persona che non è stata mai in contatto con detto stato. Se non abbiamo mai raggiunto lo stato di Coscienza Obiettiva, non possiamo capirla, nello stesso modo in cui un uomo che capisce un mondo di tre dimensioni non può capire come sarebbe un mondo di quattro, cinque o sei dimensioni. Per esempio, si può capire l'idea del proprio Corpo-Tempo – proprio così, che tutta la propria vita passata è viva. Ma si può comprendere, per quanto vaga sia questa comprensione, quale potrebbe essere il significato della Coscienza Obiettiva. Esaminiamo ciò che si disse: “È vedere come sono realmente le cose”. La miglior analogia è uno specchio. Uno specchio buono riflette fedelmente. Non deforma nulla. Non è geloso. In poche parole, manca di soggettività. Ci mostra esattamente a cosa somigliamo. La gente suole dire che lo specchio non mente. Orbene, se potessimo esprimere la nostra sentimentalità, la nostra immaginazione basata nella Falsa Personalità, i nostri stati negativi, soggettivi, i nostri così detti ideali e mille ed altre cose, inclusi i beniamini ritratti di noi stessi, gli atteggiamenti ostili che ci inculcarono, le tipiche reazioni meccaniche, i respingenti, i pregiudizi, la vanità e, insomma, tutto quello contro di cui dobbiamo lavorare secondo l'insegnamento del Lavoro e il Lavoro c'insegna anche a separarcene, allora ci approssimiamo allo stato in cui vediamo le cose come sono. Orbene, vedere l'altro così com'è esige un atto preliminare assolutamente necessario – cioè, la necessità di vedere se stesso così come si è. Quanto più coscienti si è di se stesso, per cui si vede a cosa si assomiglia, più obiettivamente si vedranno gli altri. Perché la conoscenza di sé, ottenuta mediante l'osservazione di sé fatta per molto tempo – di fatto, tutta la vita, dopo avere conosciuto il Lavoro – conduce ad un'obiettività sempre maggiore verso se stesso. Il significato dell'osservazione di sé è accrescere l'**oggetto** per uno stesso – proprio così, far sì che questa cosa di cui si fu schiavo, questa cosa che abbiamo accettato nella sua totalità senza obiettare – per conoscenza “uno stesso”, sia sempre più obiettiva. Se vedo qualcosa in me stesso non è già più me – proprio così, soggettivo – ma si trasforma in oggetto per me – in una cosa separata che posso vedere come qualcosa di distinto da quello che consideravo come me stesso. La parte di me che lo vede come oggetto, retrocede interiormente e mi porta finalmente all'“Io” Reale che risiede all'interno ed è il mio sé reale ed inosservabile – proprio così, un'esperienza che non può essere più oggettivata o analizzata. Si avvicina a “Io sono ciò che sono” ma in realtà non lo è. Allora un uomo è padrone di sé e non è già più una molteplicità ma un'unità. Questo stato è molto lontano. Ma è molto reale, molto sicuro.

Quest'idea è espressa nel diagramma del Lavoro che inizia con l'“Io” Osservatore e porta al Padrone. Esaminiamo un'altra volta questo diagramma:

Padrone. “Io” Reale
Maggiordomo
Maggiordomo Delegato o Interinale
“Io” Osservatore

Questo diagramma ci segnala chiaramente che se un uomo o una donna non instaurano un “Io” Osservatore in sé stessi non si produce nulla per ciò che riguarda il loro pieno sviluppo – che è lo stato a cui si giunge dopo aver passato per i molti “Io” contraddittori che appartengono al così detto Stato di Coscienza Sveglia, salendo verso il posto dell’“Io” Reale che, per così dire, lo sta aspettando-. Ma il prendere ciò che non è uno stesso come uno stesso può portarci soltanto ad un sonno infinito e a stati negativi. Così l’uomo che raggiunge la propria vera meta – a sapere, che diventa cosciente nell’“Io” Reale – è obiettivamente cosciente – cioè, ha ottenuto il Quarto Stato di Coscienza.

Citerò ora brevemente ciò che O. disse sullo stato preliminare che porta alla Coscienza Obiettiva. Nei suoi esperimenti su se stesso, citato in “Misticismo Sperimentale”, dice di aver raggiunto uno stato in cui il senso ordinario dell’“Io” era scomparso. Dice: “Compresi che con la solita sensazione di “Io” sono connesse tutte le difficoltà abituali, i dubbi e le ansie. Per tanto, quando l’“Io” sparisce, spariscono tutte le difficoltà, i dubbi e le ansie ... Vidi quanto era terribile afferrare in noi stessi quest’idea di “Io” e trascinare quest’idea di “Io” in tutto ciò che facciamo – come se noi ci chiamassimo Dio. Sentii che solo Dio poteva chiamare se stesso “Io”.

Bene, quanto più una persona diventa obiettiva con se stessa, più perde il suo ordinario, abituale e preoccupante sentimento di “Io”. Ciò segnala l’avvicinamento di un livello diverso di coscienza, dei quali il più elevato è la Coscienza Obiettiva.

Cap. 79 Great Amwell House 10 maggio 1947
IL CORPO E LE DIFFERENTI MENTI CHE AGISCONO SU LUI

1

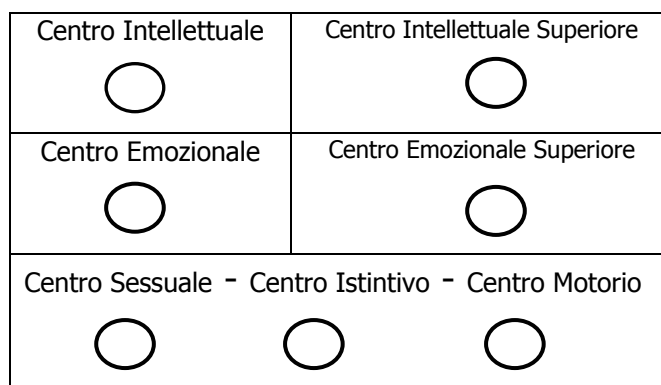
In una certa occasione G. disse che tra le molte illusioni che influiscono profondamente su di noi e che ci mantengono nel notevole stato quotidiano di coscienza, che diamo per scontato come quello di piena coscienza e che il Lavoro chiama sonno o stato di coscienza sveglia, è l’illusione di avere *una sola* mente. Giudichiamo coscienti le funzioni di questa mente. Immaginando così di avere una sola mente e che le funzioni di detta mente sono coscienti, ci capiamo male e per tanto capiamo male tutti gli altri. Quando si è impartito per la prima volta l’insegnamento si disse: “Voglio spiegarvi che l’attività della macchina umana – proprio così, del corpo fisico – è controllata non da una sola ma da molte menti, interamente indipendenti una dalle altre, che hanno funzioni separate e sfere separate nelle quali si manifestano. È preciso capirlo innanzitutto, perché se non lo si capisce non può essere capita nessuna altra cosa”. Bene, quando sentii per la prima volta queste parole non mi resi conto che avevo sempre creduto di avere una sola mente. Non avevo mai pensato, per esempio, che ciò che chiamiamo sentimenti sono anche le manifestazioni di una mente che differisce da quella con cui si pensa, e che i sentimenti hanno un valore conoscitivo – cioè, i sentimenti posseggono valore di

conoscenza. O, per dirlo in un altro modo, si può **conoscere** qualcosa attraverso un sentimento ma è impossibile conoscere qualcosa attraverso un pensiero – proprio così, attraverso la mente pensante.

Conoscere con ciò che comunemente chiamiamo la mente e conoscere con i sentimenti sono due classi completamente differenti di **conoscenza**. Bene, un uomo che confida soltanto in **questa** mente chiamata mente pensante o intellettuale può forgiare molte teorie intellettuali su ciò che è assolutamente bene o male. Ma le conclusioni a cui arriva la mente intellettuale possono essere completamente contraddittorie con la mente le cui funzioni provengono dal sentimento. Intellettualmente, posso provare che tale cosa o punto di vista è corretto. Ma quando ho coscienza dei miei sentimenti su questo particolare non sono più tanto sicuro e devo modificare l'agire di una mente per l'azione dell'altra, chiamata sentimento. Oggigiorno basta vedere dovunque il potere dell'illusione di avere **una sola** mente.

Ora esaminiamo il diagramma delle differenti menti dell'Uomo che in differenti momenti controllano la macchina umana – proprio così, il corpo, che è l'apparato visibile dell'invisibile mente e in questo modo la rappresentazione visibile delle differenti menti per mezzo della parola, l'intonazione, i movimenti, le espressioni, la postura e l'azione, ecc., percepiti dai sensi. L'Uomo, nel Lavoro, è considerato come una casa a 3 piani.

Si vede che ogni piano della casa di 3 piani dell'Uomo ha centri differenti. Bene, ogni centro è **una mente differente**. Ogni centro, essendo una mente differente, contempla lo stesso problema in un modo completamente differente. Ogni centro è una mente che vede la stessa cosa in un modo differente. In un'occasione, riferendosi a questo tema, il signor Ouspensky disse senza indugio: "L'Uomo assomiglia ad una casa le



cui finestre si aprono in differenti direzioni. Si guarda attraverso una finestra che dà a sud, e poi attraverso una finestra che dà a nord, e poi ad est, e poi a ovest. All'inizio si crede che solo la visuale che guarda a sud sia la verità – la verità come la chiamano. Ma nel guardare dalla finestra che dà a nord si vede un aspetto completamente diverso ed allora si pensa che debba essere la verità, e così succede con tutte le altre. In realtà, un uomo equilibrato, che può usare tutti i centri ordinari, è capace di vedere come se lo facesse attraverso tutte le finestre. Comprende che la verità è quella che è trasmessa separatamente da ogni finestra e che poi si unisce in una visione totale con il 'ricordo' ". Poi aggiunse che lo si può paragonare a fare il

giro di una casa. Prima si vede un lato, poi l'altro e così via – e così si ha un'idea totale della casa, non una visione parziale di essa.

Come si sa, il Lavoro insegna che ci sono tre classi di Uomo Meccanico – proprio così, l'Uomo addormentato, e che serve alla natura -. Il primo ha il suo centro di gravità nel Centro Istintivo e Motorio ed è chiamato l'Uomo n° 1. Il secondo ha il suo centro di gravità nel Centro Emozionale ed è chiamato l'Uomo n° 2. Il terzo ha il suo centro di gravità nel Centro Intellettuale ed è chiamato l'Uomo n° 3. Nel Lavoro l'uomo è diviso in differenti categorie. L'Uomo n° 1, n° 2 e n° 3 sono tutti parziali – e vedono tutto soggettivamente e lottano sempre gli uni con gli altri. Oggi vediamo la tragedia degli uomini meccanici, parziali, che cercano d'intendersi gli uni con gli altri ed arrivare ad un accordo. Una persona sta guardando il paesaggio, diciamo, dalla finestra a sud; un'altra persona dalla finestra a nord, e così gli altri. Come possono mettersi d'accordo? Ognuno usa una sola mente e vede tutto diversamente dagli altri. Bene, lo sviluppo dell'Uomo – il possibile sviluppo interiore di cui tratta tutta la conoscenza esoterica – può iniziarsi con uno sviluppo addizionale di *un* solo centro. L'Uomo n° 1 – l'Istintivo-Motorio – può imporsi una severa disciplina per dominare per mezzo della Volontà il Centro Istintivo e il Centro Motorio. Questo il Lavoro la chiama la “Via del fachiro”. L'Uomo n° 2 – l'Uomo Emozionale – può sottomettersi ad una severa disciplina per raggiungere mediante la Volontà il dominio delle sue emozioni. Questo il Lavoro la chiama la “Via del Monaco”. L'Uomo n° 3 può fare un severo addestramento per controllare il Centro Intellettuale. Questo è chiamato dal lavoro la “Via dello Yoghi”.

Queste sono le 3 Vie. Ma c'è anche una Quarta Via. Questo Lavoro – questo insegnamento – tratta della Quarta Via. Qual è una delle caratteristiche – delle molte esistenti – della Quarta Via? Nella Quarta Via, che si trova rare volte e che appare nel mondo soltanto quando una crisi è imminente, il lavoro si fa su tutti i centri e simultaneamente. Proprio così, un uomo nella Quarta Via cerca di raggiungere il livello dell'Uomo Equilibrato o Uomo n° 4. Cerca di raggiungere e imparare il modo di controllare non un solo centro ma tre centri – per conoscenza, il Centro Intellettuale, il Centro Emozionale e il Centro Istintivo-Motorio. Per il momento non ci occuperemo della questione del controllo del Centro Sessuale, eccettuato la libertà di dire che se non si ha coscienza degli altri tre centri, se non si comprende ciò che è necessario e ciò che si esige forzatamente, ci sarà impossibile comprendere come relazionare correttamente le manifestazioni del Centro Sessuale. Parlo dal punto di vista dell'equilibrio delle forze. Un centro può estrarre troppa forza.

Abbiamo poi, per dirlo brevemente, un sistema d'insegnamento chiamato il Lavoro che inizia con lo studio e l'osservazione dei 3 centri, Intellettuale, Emozionale e Istintivo-Motorio. Bene, così come lo insegna il Lavoro è necessario iniziare con l'osservazione dei pensieri e le emozioni o sentimenti e stabilire una netta distinzione tra loro. Una delle prime cose che insegna è che un uomo, una donna, devono osservare i differenti centri che esistono in loro e rendersi conto di non essere una sola persona. Devono cominciare con l'*osservazione di sé* per diventare più coscienti dei loro pensieri e dei loro sentimenti e stabilire una netta distinzione tra il pensare e il sentire. Sentire semplicemente tutto, quando è necessario pensare, è un procedere

sbagliato. Pensare semplicemente quando si dovrebbe anche sentire è un procedere sbagliato. Pensare e sentire semplicemente senza la corrispondente azione del Centro Motorio, è un procedere sbagliato. Agire semplicemente senza pensiero né sentimento è un procedere sbagliato. Nel Lavoro cerchiamo di vivere più coscientemente, e per vivere più coscientemente si richiede l'osservazione di sé interna che conduce alla conoscenza di sé. Primo è necessario avere più coscienza di sé – di ciò che uno è. Si sente sempre invece di pensare o si fa il contrario? Discernere per mezzo dell'osservazione interna e la percezione di sé **di non essere una sola** mente, ma per iniziare, **tre** menti, cambia la nostra autosufficiente e supposta visione di noi stessi – proprio così, comincia a svegliarci. Nell'equilibrio di tutti i distinti punti di vista delle differenti menti, inizia il Lavoro di **trasformazione dell'Essere. Comincia con il non identificarsi con un punto di vista**, con **una** sola mente, con **un centro**. Questo è un lavoro difficile – che dura molto tempo -. Ma porta alla direzione reale, innata dell'Uomo – cioè, allo sviluppo interiore.

Come si sa il Lavoro c'insegna che l'Uomo è un esperimento nel pianeta. Fu creato come un organismo **capace di sviluppo proprio**, per distinguerlo dagli animali e dalle piante a cui è stata data la vita per la via della mente del Centro Istintivo. L'Uomo come un essere di 3 piani, deve realizzare un certo scopo interiore, di cui si parlò in differenti forme, religiose o no, fin dall'inizio della storia. Questo scopo interiore ha le sue basi nello sviluppo interiore. Il Lavoro, che non si può condensare in poche parole, si riferisce a ciò che bisogna fare, agli sforzi che sono necessari, verso ciò che ci è permesso sperare riguardo a questa possibilità interiore che ci è stata destinata dalla Creazione, e che l'uomo, che segue nella pratica l'insegnamento di questo Lavoro con una sincera valorizzazione interiore – proprio così, amore per il Lavoro – può raggiungere eventualmente lo stato dove i due Centri Superiori o Menti fanno sentire direttamente la loro influenza su lui e poi passa sotto un controllo che gli scopre il suo innato significato, ed allora non serve più ciecamente la natura, come lo fa l'umanità addormentata. Allora si sveglia.

Bene, in questo breve commentario aggiungerò che per svegliarsi dal sonno: 1) Un uomo, una donna devono rendersi conto di essere addormentati e di non ricordarsi di se stessi; 2) Devono vedere che lo stato del loro Centro Emozionale è pessimo – è così, che non conoscono emozionalmente niente altro che emozioni **negative** – cioè, sentimenti tormentati, di gelosia, spiacevoli o semplicemente sgradevoli. Sulla pratica del **Ricordo di Sé** si disse molto ed ancora si dirà. La purificazione dello stato in cui sta comunemente il Centro Emozionale – proprio così, la separazione dagli stati negativi di sentimento e dalle molte cose sgradevoli che gli sono associati – questo è un altro dei temi insegnati da questo Lavoro, che, per quanto si parli di essi spesso, deve diventare un fatto così reale, uno scopo così genuino per tutti coloro che sono in relazione con me, che deve essere ricordato e compreso senza che ci sia la necessità di costanti ripetizioni. Nessuno sviluppo interiore, nessun ottenimento dell'“Io” Reale è possibile se un uomo, una donna non praticano il Ricordo di Sé e la non identificazione negli stati negativi. Se le persone non lo fanno, con il tempo diventano inutili per questo Lavoro. Ricordate che nel Lavoro il “Tempo è misura”.

Cap. 80 Great Amwell House 17 maggio 1947
IL CORPO E LE DIFFERENTI MENTI CHE AGISCONO SU LUI

2

L'ultima volta, quando abbiamo parlato delle differenti menti che possono controllare il corpo fisico dell'Uomo, si lesse il passaggio seguente: "Desidero spiegarvi che l'attività della macchina umana – proprio così, del corpo fisico – è controllata non da una mente soltanto ma da varie menti, completamente indipendenti una dall'altra e che hanno funzioni individuali e sfere in cui si manifestano. È preciso capirlo per prima cosa, perché, se non lo si capisce, non si può capire null'altro". Bene, come dissi, quando lo sentii per la prima volta mi resi conto che avevo sempre creduto di avere una sola mente, ed è molto probabile che voi pensiate la stessa cosa. Proprio così, si concepisce se stessi come se si avesse una sola mente che controlla il corpo e non abbiamo mai pensato di potere avere altre menti. In realtà, abbiamo sette menti. Queste menti agiscono per mezzo dei sette centri che l'Uomo possiede e possono controllare il lavoro del corpo fisico. Primo abbiamo, per così dire, le menti comuni, che agiscono per mezzo dei cinque centri ordinari:

La Mente Intellettuale, che agisce per via del Centro Intellettuale,
La Mente Emozionale, che agisce per via del Centro Emozionale,
La Mente Sessuale, che agisce per via del Centro Sessuale,
La Mente Motoria, che agisce per via del Centro Motorio,
La Mente Istintiva, che agisce per via del Centro Istintivo.

E secondo, abbiamo due super-menti, con le quali non stiamo in contatto, salvo sotto speciali circostanze in cui la Personalità è passiva. Queste menti sono:

La Mente Emozionale Superiore, che agisce per via del Centro Emozionale Superiore,
La Mente Intellettuale Superiore che agisce per via del Centro Intellettuale Superiore,

Questi due ultimi centri parlano un linguaggio speciale che non è compreso dai centri inferiori. Questa è la ragione per cui troviamo, diciamo, nelle Sacre Scritture, molti temi strani che possono interpretarsi soltanto psicologicamente e non hanno alcun senso se si prendono letteralmente. Nella Bibbia, all'inizio, la Creazione dell'Uomo e, alla fine, il giudizio dell'Uomo, sono scritti in un linguaggio del Centro Emozionale Superiore.

Bene, come abbiamo detto, è necessario comprendere che le differenti menti ci controllano e se non lo capiamo non comprenderemo mai nulla su noi stessi. Quest'insegnamento o, come è chiamato, il Lavoro, è uno studio di sé che si realizza seguendo un sistema preciso di osservazione di sé – proprio così, c'insegnano cosa dobbiamo osservare in noi stessi e quello da cui dobbiamo separarci -. Per iniziare, dobbiamo osservare i centri che stanno in noi ed avvertire in quale maniera lavorano nelle differenti sfere e come vedono le cose diversamente. La Mente Intellettuale percepisce le cose molto diversamente da come le percepisce la Mente Emozionale. La Mente Sessuale le vede molto diversamente da come le vede sia la Mente

Emozionale sia la Mente Intellettuale, e così via. Ma bisogna dire che in realtà i tre centri situati nel compartimento inferiore della macchina umana non hanno bisogno di essere opposti e possono combinarsi e formare così una triade. Proprio così, la Forza Attiva, la Forza Passiva e la Forza Neutralizzante possono essere condotte per ogni centro alternativamente insieme con il Centro sessuale, il Centro Motorio ed il Centro Istintivo. Ma è preciso sottolineare che questo non si applica agli altri centri e che l'insegnamento ci è impartito in quanto si riferisce soltanto al Centro Sessuale, al Centro Motorio e al Centro Istintivo nella loro capacità di formare una triade e di non essere opposti – proprio così, nella loro capacità di relazionarsi uno con gli altri in modo tale che ognuno di essi conduce ad una o l'altra delle tre forze.

Bene, a mo' di commentario ci riferiremo a pochi passaggi sui centri che possono essere esaminati con un'osservazione di sé ben allenata. Ogni centro ha la propria sfera di attività – vale a dire, il lavoro non può fare in modo che il Centro Motorio differisca molto da quello che realizza il Centro Intellettuale -. C'è la possibilità di osservare che quando si sta in un centro non si ha nessun potere nella sfera di potere di un altro centro. Bene, è vero che passiamo gran parte del giorno in uno stato di vacuità, di mancanza di messa a fuoco, dove una corrente di dialogo interiore e la fantasia meccanica corrono senza tregua. Questo è chiamato stare tra i centri. Quando stiamo *in attenzione* stiamo in un centro. Ma un centro non conosce un altro centro. Sono menti differenti. Il loro modo di fare le cose è molto differente. Un uomo armonizzato – un uomo n° 4 – conosce la differenza tra i diversi centri e si mantiene, per così dire, in mezzo ad essi e può comunicare con tutti. Ma, così come siamo, non possediamo questo stato interiore di Essere, che appartiene ad uno sviluppo ulteriore, e sta ad un livello definitivamente superiore a quello in cui siamo. L'uomo sviluppato, l'uomo di cui oggi abbiamo bisogno, il livello verso cui ci sforziamo di arrivare, non è quello dell'uomo abituale con un solo centro, sia esso l'Uomo n° 1 o istintivo, sia l'Uomo n° 2 o emozionale, sia l'Uomo n° 3 o intellettuale, ma l'Uomo n° 4. e questo è lo scopo generale di tutti coloro che stanno nel Lavoro. Perché nell'Uomo n° 4 tutti i centri sono accessibili, secondo le circostanze.

Orbene, ogni centro possiede la propria verità. Così non esiste una sola verità, ma la verità di ogni mente, ed è il tutto ciò che determina la verità. Dissi che l'uomo armonizzato, un uomo equilibrato, conosce e comprende il linguaggio e le necessità dei centri. Così sa *quali centri usare nel momento appropriato* e dà, per così dire, quello che appartiene, di fatto, ad ogni centro. Proprio così, le lettere, gli stampati si orientano nella direzione corretta. Ma G. paragonò l'uomo così com'è – cioè, l'Uomo addormentato in se stesso, l'Uomo ordinario, l'Uomo parziale, l'Uomo con un solo centro, l'Uomo ancora non sveglio, l'Uomo maneggiato dalle forze esteriori, l'Uomo-Macchina – tale uomo G. lo paragonò all'officina di una grande compagnia in cui stanno seduti tre capi in differenti abitazioni. Non si conoscono uno con l'altro e tutte le comunicazioni della compagnia si ricevono attraverso una segretaria ignorante che vive in una piccola officina con due o tre libri di consultazione. Non sa neppure di cosa si occupa la compagnia. Invia le lettere che riceve – impressioni – in qualunque posto della casa secondo il suo capriccio e i capi non scorgono nulla di chiaro nella maggior parte di queste lettere. Proprio così, quello che dovrebbe andare in un centro

va in un centro sbagliato e così succede con tutto il resto. Questa è una delle immagini che ci diedero, nell'insegnamento originale del Lavoro, sullo stato dell'Uomo comune meccanico – proprio così, l'Uomo, la Donna addormentati. Bene, giacché abbiamo letto questo commentario, vi parlerò sul contenuto. È necessario che le cose scendano ad un certo livello affinché possano essere ricevute. In primo luogo, non vedete forse che possedete differenti centri ed inoltre che tendono ad agire come opposti? Ogni centro ha il proprio appetito. Non avete visto da voi stessi di possedere differenti appetiti? Questo dovrebbe suscitare la riflessione che non si è una sola persona, ma molte persone. C'è l'appetito del Centro Istintivo, l'appetito del Centro sessuale – e, più difficile forse da notare – l'appetito del Centro Motorio – proprio così, il desiderio di fare qualcosa, di realizzare esercizi. C'è anche l'appetito del Centro Emozionale – diciamo, quello di essere apprezzato -. E l'appetito del Centro Intellettuale – l'uomo di conoscenza. Tutti questi appetiti sono differenti. Nell'Uomo Equilibrato nessuno predomina ed esclude gli altri, perché l'Uomo Equilibrato sta in mezzo agli appetiti dei differenti centri e soddisfa uno solo con l'esclusione degli altri. Questo è l'uomo armonizzato o equilibrato. Credete di essere già arrivati a questa tappa – questo livello di Essere -? Vi posso assicurare che se lo credete è soltanto un'immagine compiacente che vi siete forgiati della vostra persona e che sarà distrutta da una sincera osservazione di sé. Un uomo o una donna che sentono di stare molto bene o anche meglio degli altri – tali persone stanno dormendo in se stesse e per se stesse. Insomma, sono addormentate. Bene, questo Lavoro si occupa del risveglio, e non di continuare a dormire con il sonno generale dell'Umanità.

Cap. 81 Great Amwell House 25 maggio 1947

NOTA SULLA COMPRESIONE

Abbiamo notato che in questo Lavoro l'Uomo é contemplato da molti aspetti differenti e studiato in modi distinti. Si disse che l'Uomo, visto da un aspetto, ha due lati – il lato della conoscenza e il lato dell'Essere -. A questo riguardo, una delle cose pratiche che ci sono segnalate è quella di ottenere la conoscenza del nostro Essere. Bene, l'osservazione di sé ha le sue fondamenta nel conoscere se stesso – nell'arrivare ad essere obiettivo per sé, nel raggiungere la *coscienza* di sé. Si può giungere a conoscere il proprio sapere e si può arrivare a conoscere il proprio Essere. Oggi non mi riferirò alla conoscenza del proprio sapere eccetto per dire che più avanti ci renderemo conto, che il grado di conoscenza che ci siamo attribuiti é lontano dal soddisfare la nostra immaginazione e che la breccia in questa supposta conoscenza è molto larga.

Bene, ottenere la conoscenza del proprio Essere è una delle prime cose sottolineate dal Lavoro. In un'occasione si disse che è preciso lavorare su:

- la Conoscenza del nostro Essere
- il Ricordo di Sé
- la Non-Considerazione
- la Non-Identificazione

Senza la conoscenza del nostro Essere, è impossibile lavorare sull'Essere.

Una parte del nostro Essere sta sotto 12 influenze provenienti dal livello cosmico dell'Essere che esteriormente è rappresentato dal Sole visibile; un'altra parte sta sotto le 24 leggi planetarie; un'altra sta sotto le 48 leggi della Terra; e l'ultima sotto le 96 leggi della Luna. Il posto peggiore nel nostro Essere e che sta sotto più leggi è la parte negativa del nostro Centro Emozionale. A tale riguardo un segno di un livello superiore dell'Essere lo costituisce la capacità di sopportare le manifestazioni sgradevoli degli altri. Non si è completamente negativo, con le altre persone. Un altro segnale di un livello superiore di Essere lo costituisce il possesso di un Centro Magnetico, che è l'intuizione che questa vita non è spiegabile in funzione di se stessa – o, che è lo stesso – il potere di vedere che esistono due classi di influenze, le **A** e le **B**. Man mano che l'uomo vede se stesso più obiettivamente – proprio così, che raggiunge una conoscenza diretta del suo Essere – di solito è attaccato ad intervalli da una classe speciale di sottili emozioni negative. Non può ricevere aiuto se non per mezzo di una lotta individuale. Questa situazione è necessaria per suscitare la presenza dell'individualità o "Io" Reale con il quale il nostro abituale livello d'Essere non sta in contatto. Il nostro Essere ordinario manca di unità. L'"Io" Reale quando emerge determina la concordia dei differenti centri ed "Io". Produce l'unità nella molteplicità. Bene, soltanto la lotta individuale provoca l'apparizione dell'"Io" Reale. È uno stesso, e solo uno stesso, che deve credere ed applicare il Lavoro. Farlo da un altro lato di se stesso non è individuale – come farlo, perché si deve fare – da una nozione convenzionale, ecc. - non è centrale. Forse si percepisce cosa significa ciò che chiamo sforzo centrale. Il luogo dal quale uno si sforza deve essere sinceramente uno stesso. Se imito mio padre, seguirò il suo esempio in me stesso ed allora sarò individualmente nelle sue mani – in questa imitazione psicologica di lui in me stesso-. Il padre che sta in noi prenderà poi il potere. Questo mi pare molto oscuro. Eppure, vi assicuro che è facile capirlo se si pensa che si possiedono differenti gruppi di "Io" che formano generalmente distinte personalità, la cui somma costituisce la Personalità nel suo insieme. Non siamo noi. Dobbiamo, come disse Cristo, essere nauseati – di non essere noi -. Quando il Cocchiere sta in carrozza, il cavallo è imbrigliato e il Padrone sta seduto nella Carrozza, solo allora si può riflettere sull'Essere. Bisogna comprendere che questa situazione non si produrrà se non si vede chiaramente che dobbiamo sforzarci e lavorare noi stessi, da noi stessi, per la trasformazione della vita, e ogni giorno realizzare un vero sforzo di Lavoro, dalla nostra comprensione – proprio così, è preciso contemplare gli effetti meccanici della vita in un modo nuovo. Bene, in ciò che riguarda la Conoscenza e l'Essere e la loro relazione con la Comprensione, leggeremo un commentario di una conferenza pronunciata dal signor Ouspensky:

“Oggi parlerò sulla Comprensione. Cos'è la **comprensione**? Cercate di farvi questa domanda, e vedrete che non potrete rispondere. Ciò significa che non avete mai pensato a questo particolare. Scambiate sempre la **comprensione** con la **conoscenza**. Ma comprendere e conoscere sono due cose molto differenti. Innanzitutto, il comprendere deve essere diviso in due parti. Si può comprendere una cosa o un problema, o un'idea, e si può comprendere un uomo – cioè, ciò che questo ci dice. Per il momento prescindiamo dal caso in cui si può comprendere un uomo senza che

questo dica nulla, perché è solo lo sviluppo della stessa idea. Per comprendere una cosa, un'idea o un problema, è preciso conoscere tutto ciò che si riferisce a detto problema, o il più possibile. Per esempio, supponiamo che vi mostri un antico rublo russo d'argento. Era una moneta grande come mezza corona inglese e il cui valore corrispondeva a due scellini e un penny. La potete esaminare, studiare, vedere in quale anno fu conosciuta, sapere tutto ciò che si riferisce allo Zar, la cui faccia è ritratta su di essa, pesarla, fare la sua analisi chimica e trovare la quantità esatta dell'argento contenuto. Potete interessarvi del significato della parola 'rublo' e di come giunse ad essere in uso. Potete interessarvi di tutte queste cose e, probabilmente di molte altre, ma non lo **giungerete mai a comprendere né tantomeno il suo significato**, se non scoprirete innanzitutto che prima della Guerra il suo potere di acquisto corrispondeva in molti casi all'attuale quarto di penny. Se arriverete a scoprirlo **comprenderete** qualcosa sul rublo e forse su alcune altre cose, perché la comprensione di una cosa porta immediatamente alla comprensione di molte altre cose.

“Bene, se ci domandiamo cosa significa comprendere o non comprendere un uomo, prima di tutto dobbiamo considerare il caso in cui abbiamo linguaggi che non sono quelli di detto uomo e manchiamo per tanto di un idioma comune. Naturalmente, non possiamo comprenderci. È necessario avere un linguaggio comune o mettersi d'accordo su certi segni o simboli con i quali designeremo le cose. Ma parliamo del supposto caso in cui conversando con un uomo non possiamo metterci d'accordo sul significato di certe parole o segni o simboli. Anche questa volta smettiamo di comprenderci gli uni con gli altri. Da questo ne consegue il principio che **è impossibile comprendersi e mettersi d'accordo**. Nelle conversazioni ordinarie diciamo spesso: “Ti capisco ma non sono d'accordo con lei”. Dal punto di vista del sistema che stiamo studiando questo è impossibile. Se si comprende un uomo si è d'accordo con lui; se non si è d'accordo con lui non lo si comprende. Quest'idea è difficile d'accettare e significa che è di difficile comprensione.

“Cerchiamo di capire più chiaramente cos'è la comprensione. Nell'uomo ci sono due lati che devono svilupparsi nel corso graduale della sua trasformazione. Questi sono la sua **Conoscenza** e il suo **Essere**. Mi sono già riferito molte volte alla necessità dello sviluppo della conoscenza, in particolare la conoscenza di sé, e non costerà nulla capire l'idea dei differenti livelli della conoscenza e della relatività della conoscenza. Quello che la gente non capisce nella maggior parte dei casi è la necessità di uno sviluppo dell'Essere o la possibilità dei livelli di Essere molto differenti. Bene, cosa significa l'**Essere**?

“Un filosofo russo, Vladimir Solovieff, impiegava il termine “Essere” nei suoi scritti. Parlò dell'essere di una pietra, dell'essere di una pianta, dell'essere di un animale, dell'essere un uomo, e dell'Essere Divino. Questo concetto è migliore del concetto ordinario dell'essere, perché nella comprensione ordinaria l'essere di un uomo non è contemplato assolutamente come differente dall'essere di una pietra, di una pianta o di un animale, che **esistono** esattamente come esiste quello dell'uomo. In realtà **esistono** molto differentemente. Ma la divisione del Solovieff non è sufficiente. Già vi ho spiegato che dal punto di vista di questo sistema l'Uomo è suddiviso in sette gradi: l'Uomo n° 1, l'Uomo n° 2, e gli uomini n° 3, 4, 5, 6 e 7. questo significa **sette**

gradi o categorie di Essere: Essere n° 1, Essere n° 2, Essere n° 3 e così via. Inoltre, conosciamo anche divisioni più sottili. Sappiamo che gli uomini 1, 2 e 3 possono essere molto differenti; possono vivere internamente sotto le influenze 'A'; possono essere ugualmente colpiti dalle influenze 'A' e 'B'; possono stare più sotto le influenze 'B' delle influenze 'A'; possono avere un 'Centro Magnetico'; possono arrivare in contatto con le influenze 'C'; possono diventare uomini n° 4. Tutti questi stati significano differenti livelli d'Essere.

“L'idea di Essere penetrò nell'essenza stessa del pensare e del parlare sull'Uomo nel *pensiero religioso*, e tutte le altre divisioni dell'uomo furono considerate senza importanza a suo paragone. Gli uomini furono divisi in santi, uomini retti, uomini buoni, uomini cattivi, peccatori, peccatori pentiti, peccatori non pentiti, eretici, increduli e tutto il resto. Tutte queste definizioni si riferiscono a differenze dell'Essere. Nel pensiero moderno, la gente non presta attenzione all'Essere; al contrario, pensano che quante più discrepanze e contraddizioni ci sono nell'Essere dell'uomo, più diventa interessante e brillante. In generale si ammette, quantunque non si dica, che un uomo può dedicarsi alla menzogna, può essere egoista, indegno di fiducia, persino pervertito, e malgrado ciò essere un grande scienziato o un gran filosofo, o un grande artista. Naturalmente è completamente impossibile. Queste incompatibilità dei differenti tratti del nostro Essere, che in generale si considerano come un'originalità, in realtà significano debolezza. Non si può essere un grande studioso o un grande pensatore avendo una mente pervertita o inconsistente, nello stesso modo in cui non si può essere un lottatore o un artista del circo se si è affetti da tubercolosi. L'idea che un grande professore dimentichi sempre il suo ombrello deve essere riveduta. In ogni cosa dal punto di vista delle scuole converrebbe di più consigliare per prima cosa al professore di non dimenticarsi del suo ombrello.

“Spero di aver chiarito il significato dell'Essere e il perché della sua necessità di crescere e di svilupparsi parallelamente con la Conoscenza. Se la Conoscenza cresce più dell'Essere e l'Essere più della Conoscenza, risulta sempre uno sviluppo parziale, e uno sviluppo parziale non porta lontano. È destinato a inciampare con alcune contraddizioni interiori di natura seria e fermarsi lì. Più tardi parleremo sui risultati di uno sviluppo parziale, ma per fortuna questo non accade spesso nella vita e per il momento lo lasceremo da parte.

“Ritorniamo ora sulla questione della Comprensione. Dopo aver spiegato la differenza tra la Conoscenza e l'Essere, e la connessione tra uno e l'altro, si può dire definitivamente cos'è la comprensione. La comprensione è il punto mediano (la media differenziale) tra la Conoscenza e l'Essere. Sapete cos'è un punto mediano (una media differenziale)? È una quantità che sta tra due quantità. Per esempio, se prendiamo 25 e 15 e li sommiamo, otteniamo 40; dividendo 40 per 2 otteniamo 20. il punto mediano (la media differenziale) tra 25 e 15 è 20. Ciò spiega la necessità di una crescita simultanea della Conoscenza e dell'Essere. La crescita di uno di essi non aumenterà sufficientemente la crescita del punto mediano (della media differenziale). Questo spiega anche perché *comprendere* significa anche essere d'accordo. Le persone che si comprendono le une con le altre devono avere non soltanto una Conoscenza uguale, ma anche un Essere uguale. Soltanto questo procura la possibilità

di comprendere. Un'altra idea sbagliata che la gente ha e che appartiene specialmente alla nostra epoca è che la comprensione può essere differente, che le persone possono comprendere le stesse cose differentemente. Quest'idea è molto sbagliata dal punto di vista del sistema. La comprensione non può essere differente. ***Ci può essere soltanto una comprensione.*** Ma allo stesso tempo le persone comprendono le cose in modo differente. Come potremo trovare una spiegazione a quest'apparente contraddizione? "In realtà non c'è contraddizione. Comprendere significa la comprensione di una parte in relazione con il tutto. Ma l'idea del tutto può essere molto differente nella gente a seconda della loro Conoscenza ed Essere. Perciò questo sistema è nuovamente necessario. La gente impara a comprendere comprendendo il sistema e tutto il resto in relazione con il sistema. La completa comprensione del sistema, unito con la completa comprensione di tutto, in relazione con il sistema, determina che la comprensione dell'Uomo n° 7 sia l'unica, piena, comprensione possibile. Parlando da questo punto di vista non ci può essere un'altra comprensione possibile, soltanto differenti approssimazioni a questa comprensione. Ma, parlando da un livello comune, senza l'idea di scuola o sistema, ci sono tante comprensioni quanti sono gli esseri umani. Ognuno comprende tutto alla sua maniera o d'accordo con una o l'altra educazione meccanica. Ma tutto ciò è una comprensione soggettiva. La via alla comprensione obiettiva passa per questo sistema e questa scuola.

Cap. 82 Great Amwell House 31 maggio 1947
SULLA VIOLENZA E LA COMPRESIONE

Segnalerò il contrasto tra la Violenza e la Comprensione. La Violenza è l'antitesi della Comprensione. Ogni violenza affonda le sue radici nella non comprensione dell'altro. Nel Lavoro si disse che la comprensione è la forza più poderosa che possiamo creare, ed anche che dobbiamo creare la nostra vita. Per questo è necessario creare la comprensione. Supponiamo che si provi rabbia contro un'altra persona, e poi immaginiamoci di arrivare a conoscerla e a comprenderla. Già non sarete più tanto furioso. Bene, nel Lavoro si dice che ogni violenza ha le sue radici nelle emozioni negative. All'inizio dissi che ogni violenza ha le sue radici nella non Comprensione. In ciò non vi è nessuna contraddizione. Significa semplicemente che le emozioni negative non portano alla comprensione ma alla violenza. Quanto più una persona è negativa meno comprende e più si lascia dominare dall'ira. E giacché il Lavoro dice che la comprensione è la forza più poderosa che possiamo creare, è chiaro che darsi continuamente alle emozioni negative e godere di esse può portare soltanto a creare cose negative. La comprensione è una cosa positiva. Per questo le emozioni negative non possono creare la comprensione ma soltanto l'incomprensione. L'incomprensione non è una cosa positiva. Alcune persone provano gusto persino a non comprendere. Ma questo è semplicemente gustare delle emozioni negative, perché le emozioni negative non dicono mai la verità. Sono menzognere – spesso menzognere molto abili – ma sempre menzognere. Se si sta in uno stato negativo, allora tutto si deforma e non si capisce nulla e si comprende tutto al rovescio. La verità può trasformarsi in mille semi-verità – come, per esempio, quando qualcuno vi dice qualcosa, ma siccome voi detestate detta persona eludete

qualcosa di quello che vi ha riferito, omettete alcuni dettagli, modificate la sequenza, ed allora dite una menzogna invece della verità -. Ma in voi c'è qualcosa, se prestate attenzione, che vi dice che state mentendo. Ve lo dice la Coscienza Nascosta che è l'araldo dei Centri Superiori, come Giovanni il Battista lo era di Cristo. Se in noi non c'è qualcosa capace di provare chimicamente le emozioni negative, per così dire, la nostra situazione è seria, in verità disperata. Ma dopo del tempo, per mezzo dell'osservazione di sé, si può discernere, o meglio, qualcosa dice internamente in quale momento si è negativo, perché questo stato è accompagnato da una profonda mancanza di felicità. Altrimenti dovremmo apprendere tutta l'interiorità con l'aiuto di un quaderno o di una lavagna. Sfortunatamente, siccome siamo nati come organismi autosviluppanti – come il più grande esperimento fatto fin'ora – abbiamo sensi e materiali interiori destinati a questo sviluppo. Proprio così, possiamo creare la comprensione, la cosa più poderosa.

Bene, il Lavoro dice che un uomo è la sua comprensione. Non lo definisce né per la sua statura, né per il suo denaro, né per la sua posizione, né per la sua nascita, né per la sua forza, né per il suo prestigio, né per le sue raffinatezze, né per la sua religione. Un uomo è la sua comprensione. Di modo che l'uomo, la donna di limitata comprensione, dal punto di vista del Lavoro, mancano di valore. Questo tema merita di essere riflettuto, specialmente al giorno d'oggi in cui c'è il pericolo di una perdita di comprensione in tutta la Terra. Bene, prima di menzionare un'altra volta la definizione-Lavoro della Comprensione dirò, a mo' di commentario, che per comprendere è necessario imparare, ed imparare, e percepire in se stesso la verità di ciò che ci è stato insegnato – che questa cosa è così. Questo porta alla comprensione. Il Lavoro insegna che il conoscere e il comprendere sono molto differenti. Posso conoscere molte cose, ma non aver percepito mai in me stesso la verità di nessuna di esse. In tale caso, non comprendo ciò che conosco, sebbene lo possa ritenere nella mia memoria. Il Lavoro dice che la Comprensione è la media differenziale tra il proprio livello di Conoscenza e il proprio livello d'Essere. Mettiamo che la nostra Conoscenza sia rappresentata dal numero 20 e il nostro Essere dal numero 10; allora, se aggiungo 20 a 10 mi da 30. Dividendolo per 2 mi da 15. questa è la media proporzionale tra 20 e 10. Questo significa che comprendo soltanto una parte di ciò che conosco.

Bene, avete riflettuto da voi stessi perché per la Comprensione è necessario l'Essere e perché la sola Conoscenza non procura la Comprensione? Quando un uomo percepisce in se stesso la verità di qualcosa, arriva a conoscere – diciamo, che l'umanità sta dormendo – allora comprende questa verità in se stesso e la riconosce. Ma soltanto quando vede questa verità in se stesso. Allora si accorda con il suo Essere. È l'Essere che *riceve* la Conoscenza e la trasforma in Comprensione – altrimenti la Conoscenza permane soprattutto nella memoria e non colpisce l'uomo stesso nella sua qualità di uomo -. La qualità di ricezione della Conoscenza pertanto dipende dal livello d'Essere. Un essere inferiore può ricevere solo molto poco o nulla, e la Conoscenza data all'essere inferiore può essere usata soltanto in una maniera sbagliata e non sarà compresa correttamente. Questo è il problema che impianta la Conoscenza e l'Essere. È necessario ricordarlo incessantemente. Di fatto è uno dei

maggiori problemi con cui deve confrontarsi l'Uomo Cosciente nel suo intento di elevare l'umanità ad un livello più alto di sviluppo. Soltanto la Conoscenza non lo può fare.

Ritourneremo ora al lavoro sull'Essere così come è insegnato in questo sistema. È preciso lavorare su:

la Conoscenza del nostro Essere,
il Ricordo di Sé,
la Non-Identificazione,
la Non-Considerazione.

Per mezzo dell'osservazione di sé, secondo la disciplina del Lavoro arriviamo alla Conoscenza del nostro Essere – cioè, che non ci ricordiamo di noi stessi. Con lo stesso mezzo, otteniamo la Conoscenza di essere identificati, e, specialmente, delle cose con cui c'identifichiamo. Finalmente, arriviamo a conoscere quali sono le nostre principali forme di considerazione interna. Tutto ciò costituisce la conoscenza del nostro Essere. Ci sono anche altre cose che è preciso osservare ed arrivare a conoscere, ma ora ci riferiamo solo a ciò che abbiamo menzionato più sopra. Diventare cosciente di queste cose "occorre tempo". Mi riferisco all'evoluzione di sé che è richiesta a tutti. La persona che non è cosciente del suo Essere non può cambiare. C'è una Via chiamata la Via del Buon Padre di Famiglia. Ma questa Via è molto lunga. È necessario lavorare – tutto il giorno -. (È necessario portare le cose alla luce per modificarle. È la luce della coscienza.)

A questa lista aggiungerò ora la conoscenza delle nostre emozioni negative. Nell'insegnamento di questo sistema che O. impartì ci si ferma sempre su questo punto e sull'importanza innanzitutto di osservare e poi di separarsi dagli stati negativi. A questo riguardo parlò della violenza e di come la violenza distruggeva tutto in noi come lo scoppio di un incendio, e come un istante di violenza poteva determinare che una persona retrocedesse al posto in cui stava all'inizio. All'inizio del suo insegnamento c'insegnò che la Quarta Via non era assolutamente facile e poteva irritare la gente, ma ci ripeteva sempre che è necessario comprendere perché si dicono e si fanno le cose così. Reagire violentemente è la più facile delle cose. Comprendere è la più difficile. L'ultima volta dissi che la considerazione esterna è essenziale per comprendere qualunque persona. Ci sono due lati, il mettersi uno stesso nella stessa posizione dell'altro e mettere l'altro nella posizione di uno stesso. Bene, bisogna dire che quando una persona si lascia dominare dalla violenza questa porta al limite o alla fine dell'Essere. La capacità di sopportare è un segnale dell'Essere. Un Essere piccino, che ama solo se stesso non tarda ad arrivare al suo limite e diventa violento. Nella violenza si è completamente addormentati e si manca di comprensione. Vincere la violenza è una delle cose che si menzionano nel Lavoro. Quanto più si vedono gli altri in uno stesso e uno stesso negli altri, maggiore è la comprensione e minore la violenza. E quanto più si percepisce la propria nullità, minore è la violenza. Nei Vangeli questo è chiamato Coscienza del Prossimo e Coscienza di Dio.

Cap. 83 Great Amwell House 7 giugno 1947
SUI CENTRI E LE PARTI DEI CENTRI

Il ricevimento meccanico delle impressioni possono alimentare soltanto le parti meccaniche dei centri. Ma quando le impressioni sono ricevute, diciamo, con una sensazione di stupore o diletto, cadono sulle divisioni emozionali dei centri. Quando sono ricevute con un'attenzione diretta ed uno sforzo mentale individuale cadono sulle divisioni intellettuali. Orbene, un'impressione negativa andrà al suo posto appropriato – cioè, le parti negative dei centri -. Le impressioni ricevute da una persona che ci è antipatica alimenteranno la parte emozionale negativa. Allora questa immagazzina energia e la scarica su qualsiasi persona senza nessun motivo -. La letteratura negativa ed i film di crimini, violenza, odio, ecc., se ci s'identifica con essi, alimentano la parte negativa del Centro Emozionale e lo riempiono di energia. Un libro negativo può farlo – se c'identifichiamo con esso -. Per questo è necessario imparare a ricevere le impressioni più coscientemente e non identificarsi con quelle negative. Imparate ad essere più attenti su questo punto. Questa è una forma di Ricordo di Sé e l'energia che si usa è strappata alle impressioni negative. Però le persone s'immaginano, che quando sono sole o che nessuno le sta a guardare gli è concesso d'intrigarsi con tutti i pensieri negativi che desiderano. In questo modo accrescono il materiale destinato alle emozioni negative che, presto o tardi, saranno espresse violentemente nell'attaccare o nell'irridere un'altra persona. Tutte le emozioni negative desiderano ferire, e alla fine desiderano delle forme d'illimitata violenza. Il continuo fare i conti agli altri immagazzina una grande quantità di materiale destinato ad elaborare emozioni negative che se non possono attaccare gli altri si rivolgono contro se stessi. L'unico rimedio è quello di non cedere alle impressioni negative – proprio così, essere sufficientemente svegli per impedire che queste emozioni vadano automaticamente alla parte negativa del Centro Emozionale. Parlo delle impressioni esterne ed anche delle impressioni interiori che derivano principalmente dal pensiero o memoria o immaginazione. L'agire incontrollato dell'immaginazione suole alimentare le emozioni negative. Per questo continuano ad accumularsi indefinitamente. Se si presta attenzione al proprio stato interiore non costa nulla scoprire che ci si è identificati lasciando passare un'impressione negativa. Crediamo di avere un buon filtro – che non lascia passare nessun germe infetto -. Sì, ma vi siete resi conto di ciò? Avete iniziato su di voi **questa** parte del Lavoro? O lasciate passare tutto senza che ci sia un filtro?

Bene, cos'è ciò che s'intende nella pratica di tutto questo? Dobbiamo comprendere che le impressioni possono cadere in differenti **parti dei centri** e che le impressioni della vita esterna, delle persone, ecc., che avvengono per via dei sensi, possono essere dirette e non hanno la necessità di cadere in questo posto doloroso. In realtà abbiamo il potere, se lo sviluppiamo, di realizzare uno sforzo cosciente per far sì che le impressioni cadano in **nuovi posti** in noi. Bene, in noi abbiamo molti posti nuovi che sono scarsamente usati. Per detta ragione studieremo un'altra volta il nostro Essere dal punto di vista dei centri e delle parti dei centri. Poi, sarà possibile apprendere meglio in che maniera il nostro Essere, così com'è, si situa nei differenti livelli – poiché alcune parti sono più meccaniche e perciò inferiori ed alcune meno

meccaniche e perciò ad un livello più elevato. Un uomo che vive completamente nelle divisioni meccaniche dei centri non può cambiare il suo Essere. Il primo passo nasce nell'osservazione di sé. Questa non è meccanica – cioè, un uomo o una donna non possono osservare se stessi meccanicamente -. L'osservare se stessi richiede un'attenzione diretta e l'attenzione richiede coscienza di sé, o meglio, l'atto di attenzione ci mette immediatamente nelle parti più coscienti dei centri. Succede la stessa cosa con il Ricordo di Sé. Nessuno può ricordare se stesso meccanicamente. Il pieno Ricordo di Sé esige piena coscienza. Su questo particolare O. disse ciò che segue:

“Ritorniamo un'altra volta allo studio dei centri e lo studio dell'attenzione e al Ricordo di Sé che costituiscono l'unica via che ci porta alla comprensione. Oltre la divisione in due parti, positiva e negativa, che, come abbiamo visto, non è la stessa nei differenti centri, ognuno dei 4 centri si divide in 3 parti. Queste 3 parti corrispondono alle divisioni dei centri stessi. La prima parte è “meccanica”, insieme alle parti iniziali del centro motorio ed istintivo; la seconda è “emozionale”; e la terza è “intellettuale”. Il seguente diagramma mostra la posizione delle parti nel Centro Intellettuale:

L'UOMO COME CASA DI 3 PIANI
Centro Intellettuale

| | |
|---|---|
| Parte Intellettuale | |
| Capacità per la creazione, costruzione (Agisce attraverso un'attenzione controllata, mantenuta lì Invenzione, scoperte. con lo sforzo) | |
| Parte negativa della parte Intellettuale | |
| Parte Emozionale | |
| Il desiderio di conoscere e comprendere, il piacere di scoprire. | |
| Parte negativa della parte emozionale | |
| Parte Motoria | |
| (l'apparato che contesta le domande, ecc.) | |
| Parte Intellettuale | Astuzia, cautela, destrezza Parte negativa |
| Parte Emozionale | Curiosità, indiscrezione, immaginazione sfrenata Parte negativa |
| Parte Motoria | Ripetizione meccanica delle parole e delle frasi Parte negativa |

“Il Centro è diviso in una parte negativa e una parte positiva, ed ognuna di queste due parti si divide in 3 parti di modo che il Centro Intellettuale in realtà è formato da 6 parti. Ognuna di queste sei parti si divide a sua volta in 3 parti, meccanica, emozionale e intellettuale. Mi riferirò più tardi a dette parti, con l’eccezione di una sola parte, la parte meccanica del Centro Intellettuale, su cui parlerò ora. Il significato della divisione di un centro in 3 parti è molto semplice. Una parte meccanica lavora quasi automaticamente: **non richiede nessuna attenzione**. Ma a causa di ciò non può adattarsi ai cambiamenti degli eventi e continua a lavorare sempre nello stesso modo in cui cominciò, anche se le circostanze sono cambiate completamente. Nel Centro Intellettuale la parte meccanica include in se stessa tutto il lavoro di **registrare** le memorie, le associazioni e le impressioni. Questo è tutto ciò che dovrebbe fare normalmente – cioè, quando le altre parti realizzano il loro lavoro. Non si dovrebbe mai replicare alle domande dirette alla totalità del centro, né tantomeno decidere nulla, ma sfortunatamente è sempre pronta per la decisione e contesta sempre con ogni sorta di domande in un modo ristretto e molto limitato, con frasi fatte, in espressioni popolari, in massime di partito, ecc. Questa parte ha un suo personale nome: è chiamata “Apparato Formatorio” o a volte “Centro Formatorio”.

“Abbiamo la possibilità di distinguere 3 parti nell’apparato formatorio: la meccanica (puramente automatica) come la ripetizione meccanica di alcune parole sentite o lette, l’emozionale (curiosità indiscrezione immaginazione non diretta), e l’intellettuale (astuzia, ingegnosità, cautela). Molte persone, in particolare le N° 1, vivono tutta la loro vita unicamente con l’“apparato formatorio”, senza mai toccare le altre parti del suo Centro Intellettuale. Per tutte le necessità immediate della vita, per ricevere le influenze ‘A’ e, rispondere ad esse, l’apparato formatorio è sufficiente. Sono persone convenzionali – poco meno di macchine.

“La parte emozionale del Centro Intellettuale consiste soprattutto in quello che è chiamato l’emozione intellettuale – cioè, il desiderio di conoscere, il desiderio di comprendere, la soddisfazione di conoscere, l’insoddisfazione di non conoscere, il piacere di scoprire. Il lavoro della parte emozionale esige una piena attenzione, **ma in questa parte del centro l’attenzione non richiede nessuno sforzo**. È attratta e mantenuta dallo stesso tema.

La parte intellettuale del Centro Intellettuale include in sé la capacità di creare, di costruire, d’inventare e di scoprire. Non può lavorare senza attenzione, **ma l’attenzione in questa parte del centro deve essere controllata e** mantenuta lì con la volontà e lo sforzo.

“Questo è il punto principale nello studio delle parti dei centri. Se lo contempliamo dal punto di vista dell’attenzione ci renderemo conto in seguito in quali parti dei centri stiamo. Senza attenzione, o con una vaga attenzione, stiamo nelle parti dei centri meccaniche; con l’attenzione **richiamata** da un tipo di pensiero o di considerazione stiamo nella parte emozionale; e con l’attenzione controllata e mantenuta dalla volontà su detto tipo di pensiero stiamo nella parte intellettuale. Allo stesso tempo ci mostra la via che conduce alle parti superiori dei centri. Per lo studio dell’attenzione e lo scopo di controllarla, siamo obbligati a lavorare sulle parti

superiori dei centri, perché lo stesso principio si riferisce ugualmente a tutti i centri, quantunque non sia tanto facile distinguere le differenti parti negli altri centri.

“Occupiamoci del Centro Emozionale. Non parlerò ora sulle emozioni negative. Ci occuperemo solo della divisione del centro in 3 parti: meccanica, emozionale e intellettuale. Una parte meccanica è costituita dalla classe più dozzinale di umorismo ordinario e un senso grossolano di comicità, dell’amore all’eccitazione, delle esibizioni osservate, della pompa vana, del sentimentalismo, dell’amore di stare in una moltitudine, di tutti i tipi di emozione di massa, di tutti i tipi di emozioni inferiori, semi-animalesche, della crudeltà incosciente, dell’egoismo, della codardia, l’invidia, le gelosie e tutto il resto. Questa parte emozionale suole essere molto differente in distinte persone. A volte include l’emozione religiosa, l’emozione estetica, l’emozione morale, e può portare alla Coscienza, ma se l’identificarsi sta nel lato negativo può essere qualcosa molto differente – suole essere crudele, ostinata, fredda e gelosa, ma in un modo meno primitivo della parte meccanica. La parte intellettuale (con l’aiuto delle parti intellettuali del Centro Motorio e del Centro Istintivo) include in sé il potere della creazione artistica. Nei casi in cui le parti intellettuali del Centro Motorio e del Centro Istintivo, che sono necessari per la manifestazione naturale delle facoltà creatrici, non fossero sufficientemente educate o non corrispondono al centro del loro sviluppo, si manifestano in sogni. Questo spiega gli splendidi ed artistici sogni di persone che altrimenti non avrebbero nulla di artistico. Ugualmente, la parte intellettuale del Centro Emozionale é la *sede* principale *del Centro Magnetico.*”

L’UOMO COME CASA DI 3 PIANI

Centro Emozionale

| | |
|---|---|
| Parte Intellettuale Sede principale del Centro Magnetico Creazione artistica | |
| Parte negativa della parte Intellettuale | |
| Parte Emozionale Emozioni religiose, emozioni estetiche, emozioni morali Che possono condurre alla COSCIENZA | |
| Parte negativa della parte emozionale | |
| Parte Motoria | |
| Parte Intellettuale | Risultante di piccoli desideri volontà ordinarie Parte negativa |
| Parte Emozionale | Tutte le emozioni che si riferiscono alle nostre antipatie e simpatie. Emozioni personali Parte negativa |
| Parte Motoria | Espressioni meccaniche di emozioni, risa e pianto, umorismo dozzinale Parte negativa |

Cap. 84 Great Amwell House 14 giugno 1947
NUOVA NOTA SULLA VIOLENZA E LA COMPrensIONE

Violenza e Timore (Paura)

Recentemente abbiamo parlato sulla comprensione e che questa è la forza più poderosa che possiamo creare. La forza per se stessa senza la comprensione tende naturalmente a trasformarsi in violenza. Quando un uomo agisce per mezzo della violenza, agisce senza comprensione. La violenza risiede nella volontà di sé o ostinazione. Orbene, quando un uomo agisce attraverso la sua comprensione, lo fa da ciò che ha di migliore in lui rispetto al suo livello di conoscenza e al suo livello d'Essere. La qualità della sua volontà, che appartiene principalmente al lato del suo Essere, in un uomo meccanico è la risultante dei suoi sentimenti e desideri, e la qualità della sua istruzione, che appartiene principalmente al lato della sua conoscenza, determineranno se sotto determinate circostanze l'uomo agirà dalla violenza o dalla comprensione. Concordiamo nel riconoscere che dovremo disimpegnarci meglio da come lo facciamo in realtà. Questo significa che il livello d'Essere, che è quello che agisce, è inferiore al livello di conoscenza, e per questo tanto spesso agiamo spinti dalla violenza.

Vi ricorderò ancora che nel Lavoro si osservano le persone da due lati – il livello della sua conoscenza e il livello del suo essere -. È utile osservare ogni persona da questa angolazione, specialmente se stesso. Il problema non deriva soltanto nel dire: “Cosa sa quest'uomo o dove è stato o che lavoro fa?” ma anche, “A cosa assomiglia? Che tipo di uomo è? È, per esempio, chiacchierone, o superbo, o indegno di fiducia, o ladrone, o imbroglione, o calunniatore?” perché tutte queste cose appartengono alla *qualità* dell'Essere. Bene, è difficile e all'inizio impossibile osservare se stesso quando si sta in uno stato di violenza perché, come si disse recentemente, essere in uno stato di violenza significa essere completamente addormentato. Si può, però, osservare dopo detto stato fino ad un certo punto. Il Centro Intellettuale ricorda probabilmente alcune espressioni usate e il Centro Motorio avrà registrato alcuni gesti. Ma non sarà capace di ricordare l'emozione stessa. Quando si esce da uno stato emozionale peculiare questo appare lontano, persino irreali. Quando si entra nuovamente in detto stato niente appare più vicino e reale. Prendiamo, per esempio, lo stato di paura, perché è necessario riferirsi brevemente a questo stato. Sappiamo che quando non stiamo in uno stato di paura, la paura appare irreali. Basta pensare come si presenterebbero le cose se potessimo ricordare nel Centro Emozionale gli orrori della guerra e tornare a sentire dette emozioni a volontà. Ah, se potessimo farlo. Ma non possiamo – e così tutto continua in modo uguale -. Ah, se potessimo ricordare a volontà nella nostra vita alcune emozioni salutari che ci hanno visitato.

Bene, parlando in termini generali, ci sono due tipi di paure. C'è la paura istintiva – proprio così, la paura che ha la sua origine nella divisione emozionale del Centro Istintivo. Questo è presente in noi e in tutti gli animali, ma naturalmente è orientato differentemente. Questa paura è stimolata da un'impressione sensoriale diretta di pericolo. Eccita la secrezione delle ghiandole surrenali e libera una materia che attiva i muscoli – sia per l'attacco che per la difesa -. Questa sostanza, l'*adrenalina*,

quantunque sia elaborata continuamente in piccole quantità, in normali condizioni di sicurezza, e, in eccesso, sotto anormali condizioni di pericolo, può mancare completamente in una certa malattia, chiamata Malattia di Addison. In questo caso l'uomo è muscolarmente inerte – incapace praticamente di eseguire qualsiasi movimento muscolare -. Non ha nulla a che vedere con l'ozio. Dall'angolo del Lavoro si è prodotta una carenza di Terza Forza. Orbene, la paura conosce un'altra origine che non si deve unicamente al pericolo sperimentato dai sensi. Questa paura è situata nel Centro Emozionale e per detta ragione sta intimamente connessa con l'immaginazione emozionale. L'immaginazione non è qualcosa d'insensato – eccettuato nel suo senso letterale – cioè, che non nasce dai sensi. È molto poderosa. È inutile dire ad una persona: “Non è niente altro che immaginazione”. Dire tale cosa mostra semplicemente la propria ignoranza, la mancanza di comprensione psicologica – perché l'immaginazione, l'immaginazione non diretta, esercita un'incalcolabile influenza sull'umanità addormentata -. Supponiamo che una persona soffra sempre di timori immaginari. Questi hanno origine dal Centro Emozionale. Teme di essere sotterrata viva, o che dovrà soffrire una malattia grave, o teme che all'improvviso venga attaccata, o teme di fallire nel suo esame, o che possa perdere il suo denaro e la sua posizione, e cose simili. Tutto questa **paura** ha la sua origine nel Centro Emozionale ed è naturalmente negativa – proprio così, nasce dalle molteplici attività della parte negativa del Centro Emozionale. Non si fonda nella situazione reale data dai sensi. Un coniglio, quando vede un porco, si nasconde nella sua tana. La sua paura è dovuta al Centro Istintivo – una risposta diretta allo stimolo sensoriale. Dopo un momento, il coniglio si affaccia di nuovo. Basta immaginare un coniglio afflitto da timore immaginativo emozionale! Non salterebbe più fuori. È meraviglioso vedere come un coniglio esce dalla sua tana. Ma non si deve al coraggio.

Bene, la paura nell'Uomo porta alla violenza in molti modi differenti. Bisogna dire che si può insegnare ad un uomo a controllare la **paura istintiva**, specialmente con la disciplina, ma è molto più difficile controllare la paura emozionale. È assolutamente impossibile, a meno di possedere fede, visione e credenza, mediante le quali sa che non può fare nulla, e che è impotente, ma che se si ricorda di se stesso sarà aiutato, perché comprende che la sua vita non dipende da lui. Questa fede, questa credenza e questa visione, nel Lavoro sono chiamate “afferrarsi alla corda” e curano il Centro Emozionale. Ma se un uomo attribuisce la sua vita a se stesso, si attribuisce tutto quello che fa – persino la digestione del suo alimento e il battere del suo cuore – a se stesso, allora il suo Centro Emozionale sta in un pessimo stato e, di fatto, è invertito. Non è la considerazione interna che eliminerà ma la paura bensì la considerazione esterna. Se conosce soltanto le emozioni di sé. Se ama solo se stesso. Non è questo tipo di amore quello che si menziona nella frase: “L'Amore scaccia la paura”. Come dissi, non è la considerazione interna che scaccerà la paura, ma la considerazione esterna. Vi chiederò un'altra volta: “Come vi muovete? Come pensate? Come sentite?” Insomma, il Centro Emozionale va male, a meno di essere sempre più sensibili ai sentimenti provenienti dalle idee che ci dicono che noi non abbiamo creato noi stessi e che la vita non si può spiegare in funzione di se stessi. Bene, tutte le emozioni suscitate da un contatto sufficiente con il Lavoro cominciano a purificare

il Centro Emozionale e diminuiscono la paura. Questo conduce all'eliminazione della paura – e così, alla graduale cessazione della violenza che ha la sua origine da questa fonte. Un uomo che crede solo in se stesso ha ovviamente molte paure non necessarie che di solito lo portano alla violenza. Sospetterà naturalmente gli altri. Il sospetto origina facilmente la violenza. La mancanza di visione conduce automaticamente oggi ad un aumento ovunque del sospetto e della paura. Conosciamo il tipo di uomo che all'improvviso si avvicina e dice: "Ti stai burlando di me, per caso?" Bene, tale uomo, che crede in se stesso, che attribuisce tutto a se stesso, che ammira se stesso, e che ha molte sorprendenti immagini di se stesso, tende ad essere violento, perché, con motivo, è incapace di ridere di se stesso. Se gli dicessi: "Io sto ridendo di un "Io" in voi, ma non di voi", temo che mi sbatterebbe per terra.

Bene, ci occuperemo di tutto ciò che riguarda la purificazione del Centro Emozionale. Ammesso che attribuiamo tutto a noi stessi, anche il nostro cervello, abbiamo solo auto-emozioni. Le auto-emozioni conducono eventualmente alla violenza. Vi consiglio di leggere il capitolo del signor Ouspensky sulle emozioni nel suo primo libro, "Tertium Organum".

Bene, nel suo lato pratico *– tutto il Lavoro si riferisce a far sì che tutto ciò che risiede nel nostro Essere sia sempre più cosciente* – proprio così, portare alla luce della coscienza tutto ciò che sempre agisce in noi meccanicamente e che finora ci ha deturpato la vita. A questo riguardo è utile osservare quale tipo di **paura** ci spinge alla **violenza**. Temete, per esempio, di non essere trattati come meritate? (Non mi riferisco alla paura istintiva). Si comincia a vedere la connessione esistente tra alcune forme di violenza e una paura che finora non è stata percepita o riconosciuta, allora si scoprirà che se si espone detta connessione sempre più alla luce della coscienza (per mezzo dell'osservazione di sé) questa agirà sempre meno poderosamente. In altre parole, mentre prima si reagiva meccanicamente, ora si percepisce e si comincia ad agire coscientemente. Questo è mutare l'essere.

Cap. 85 Great Amwell House 21 giugno 1947 COMMENTARIO SUL PSICO-TRASFORMISMO

Ritorniamo un'altra volta all'idea della trasformazione psicologica. È preciso comprendere che le idee principali del Lavoro sogliono presentarsi in una specie di rotazione. Non si può parlare di tutte loro simultaneamente ed allora vi è la necessità di una rotazione. Questo Lavoro fu inizialmente chiamato psico-trasformismo. Oggi parleremo ancora dello psico-trasformismo, con lo scopo di comprendere meglio cosa significa questo termine. Un uomo, una donna, per mezzo del Ricordo di Sé, possono **trasformare la loro vita**. Non possono trasformare la vita stessa, anche se possono trasformare la loro vita, i loro rapporti con la vita. Non si può cambiare la vita stessa, il circolo corrente di avvenimenti che costituiscono la vita e la storia, ma si possono cambiare le relazioni che si hanno con esse attraverso un cambiamento di atteggiamento. Questo è uno degli aspetti della trasformazione psicologica – o psico-trasformismo. Ma, per portarla a termine, si deve cambiare il proprio atteggiamento verso se stesso. Non è possibile trasformarsi, se si mantengono le stesse idee su se stesso, e se non ci si trasforma non si può cambiare l'effetto che la vita produce su di

noi. Questo si è detto ripetute volte. Ma è probabile che non si sia capito il suo significato. Significa che se si continua ad essere la stessa persona, la vita per noi continuerà ad essere la stessa, ed allora la questione della trasformazione non s'impiana nemmeno. Proprio così, per voi non è necessaria – per questo vi consiglio di non preoccuparvi -. Senza dubbio, tutto il Lavoro si riferisce al mutamento di sé. Se questa idea vi pare bizzarra, vi ripeterò un'altra volta di non preoccuparvi del Lavoro.

Bene, il Lavoro comincia con se stesso. Inizia con l'osservazione di se stesso – proprio così, portando lentamente alla coscienza di sé ogni tipo di cose che appartengono al proprio Essere e quelle che non si erano considerate. Questo modifica l'idea che si ha di se stesso. Un uomo deve “conoscere se stesso”. Proprio così, deve diventare sempre più cosciente di sé – tanto cosciente, di fatto, che, per esempio, quando sta parlando, è cosciente dell'“Io” che sta parlando e può avvertire ciò che sta dicendo e così non s'identifica con esso. Questa è la separazione interiore. In questo caso è particolarmente difficile perché, quando agiamo generalmente è il momento in cui stiamo dormendo di più – proprio così, siamo meno coscienti – ed una delle nostre azioni più comuni è parlare. Se non lo credete, basta osservare un'altra persona che tocca uno dei suoi dischi tipici, tali come le sue avventure o successi, in presenza di un nuovo auditorio. Parlare è l'azione più meccanica. Ma vi è la possibilità di essere cosciente di questa azione così meccanica. La si può osservare quando sta agendo. Allora si ha coscienza di ciò che sta succedendo meccanicamente. Questo sembra paradossale. Ma basta provarlo e vedere da se stesso il risultato. È necessario un tocco molto leggero. Il primo obiettivo è quello di osservare se stesso *senza* nessuna critica. Ci dicono di osservare, non di fermarsi. Così si può osservare che si parla meccanicamente e, come dissi, avvertire quale “Io” sta parlando, senza contrastarlo. Se si comincia a criticarlo, se ne andrà, e così non si potrà apprendere niente altro. In questo commentario, lo chiamerei la prima tappa necessaria nel psicotrasformismo – questo sviluppo del potere di essere più cosciente della propria meccanicità e di non fermarla. Se si continua a cercare di fermare le cose, non si può più vederle. Il nostro scopo è innanzitutto non fermare, ma vedere, diventare coscienti delle cose. Bene, a questo riguardo, come si sa, il Lavoro insegna che *capire la propria meccanicità* è una delle prime esperienze vere del Ricordo di Sé. Non costa nulla vedere il perché. Finora si è preso se stesso seriamente. Ci si è identificati con tutto in se stesso, con la propria famiglia, il denaro, la posizione, ecc. Si è detto “Io” a tutto. Poi si produce una breve vibrazione di *maggiore coscienza* e subito si vede che tutto ciò che si è preso così seriamente in se stesso è una macchina e non è voi. Allora comprendete la vostra meccanicità. Bene, questo ci fa conoscere l'idea del psicotrasformismo. Il mutamento di sé non è possibile se si continua ad essere come prima. Voglio dire che, se non potessimo essere un'altra cosa da quello che siamo, nessuna trasformazione sarebbe possibile. Ma il Lavoro dice che stiamo solo all'inizio di noi stessi e ci chiama semi. Occupiamoci della nostra coscienza: il Lavoro dice che non siamo coscienti e che la psicologia dell'Occidente commette un errore fondamentale nel vedere l'Uomo come un Essere cosciente. Vi è una scala di Coscienza. Cerchiamo gli scalini più vicini – chiamati lo Stato del Ricordo di Sé, la Coscienza di Sé o

Percezione di Sé. man mano che saliamo la scala tutto si trasforma. È un ascensore magico. Immaginiamo un seme in questo ascensore. Se sale si trasforma in albero; se scende ridiventa seme un'altra volta. Questo in realtà non è un ascensore tridimensionale. Nello spazio tridimensionale si sale e si scende e si continua ad essere la stessa cosa, salvo l'aver un umore peggiore di prima.

Quando conosciamo questo ascensore magico, nel quale stiamo tutti, sappiamo che salire in questo ascensore richiede la maggiore attenzione e valutazione e che qualsiasi cosa falsa in noi può provocare una caduta fulminea. Lo esprimerò con parole più semplici. Non si può salire ad un livello più elevato di Essere se si è attaccati a tutte le false nozioni e valori che appartengono ad un livello inferiore. Per esempio, se non si smette di aver bisogno di ciò che si *crede* necessario, di sicuro non si potrà salire vivendo un'esperienza intelligente in questo ascensore magico, e così si corre il rischio di precipitare immediatamente. Questo significa che non vi è una vera valorizzazione, salvo quella della Falsa Personalità. Tutto ciò appartiene all'insegnamento del Lavoro sul Centro Magnetico e il senso di scala. È chiaro che se voi date ad ogni cosa la stessa importanza – come quando desiderate solo avere successo sia nella vita o nel Lavoro – allora mancate del senso della vera valorizzazione interiore e per tanto del senso di scala. Allora si produce la stessa cosa, la mancanza di un ascensore interiore e al suo posto ci sono precipizi, alture ed abissi senza nessun veicolo. Bene, l'ascensore è un *veicolo* tra l'alto e il basso e si ferma ad ogni piano e percepiremo nuovi sentimenti e discernimenti: e così saremo *istruiti*. Ma alcune persone non potranno neppure essere istruite perché sono convinte di avere ragione e di sapere tutto quello che si può sapere. Basta immaginare lo stato di un uomo che in questa maniera non può discernere che il suo sapere è minuscolo se è paragonato con la sua incommensurabile ignoranza. Eppure, ci sono persone che vivono in questa illusione – proprio così, sotto un ipnotismo, uno tra le molte forme d'ipnotismo che agiscono sull'umanità per mantenerla addormentata.

Bene, rendersi conto della propria meccanicità e rendersi conto della propria ignoranza – perché ogni conoscenza porta al mistero – queste due concezioni sono necessarie affinché si possa avvenire la trasformazione di uno stesso. Perché? Perché debilitano il dominio della Personalità acquisita. Se non s'indebolisce la presa della Personalità non è possibile nessun psico-trasformismo. In altre parole, la nostra mente deve cambiare completamente ed internarsi in un pensare nuovo, più profondo. Questo cambia il nostro atteggiamento nei confronti sia della vita che di se stesso. Gli atteggiamenti iniziano nel Centro (Mentale) Intellettuale. Basta cambiare la mente, e l'atteggiamento cambia. E per mutare la mente le solite e ristrette maniere di pensare devono cambiare. Il Lavoro ci propone di farci *pensare in una maniera nuova*. Perché? Perché solo in questo modo è possibile trasformare gli atteggiamenti. Il signor Ouspensky disse: “Se gli atteggiamenti non cambiano, niente può cambiare in noi.”

Spostiamoci ora, per così dire, dal fondo alla cima. Come può un uomo per mezzo del lavoro pratico cominciare a trasformare se stesso? Dissi poco fa che se non si può smettere di aver bisogno di ciò che si *crede* necessario in realtà vi sarà impossibile cambiare. Darò un esempio più semplice: un uomo ostinato si forgia un'immagine di

essere molto ragionevole. Dopo, diciamo, molto tempo – almeno vari anni – comincia a non aver fiducia della sua immagine – proprio così, quello di cui non era cosciente prima comincia a penetrare nella sua Coscienza -. Arriva ad avere coscienza del fatto in sé di essere realmente ostinato e finalmente comprende che è così. Qual è il risultato? Dovuto a questo *accrescimento di coscienza* il suo Essere cambia. Proprio così, si produce una leggera trasformazione dell'Essere. Tal volta è solo una piccola cosa – determina che molte altre cose si aggiustino – specialmente se non sono riconosciute, e così non ammesse, giacché l'ostinazione ha molto a che vedere con la Caratteristica (Tratto) Principale. Se è così, detto uomo comincerà a cambiare – proprio così, subirà una trasformazione.

Bene, daremo un altro esempio da un angolo differente. Si prende una cosa, un evento, sempre nella stessa maniera. Si reagisce sempre meccanicamente contro dette cose. Non si è mai pensato, invece di affliggersi di non poter cambiare l'evento nella vita, che si può modificare il modo di reagire contro detto evento. Mi resta soltanto da dire, come lo ho ripetuto molto spesso, che la capacità di discernerlo secondo me significa avere esperienza di avere tra le mani qualcosa di molto prezioso. Senza dubbio, le persone sono attaccate alla loro maniera abituale di comportarsi che si risentono persino dell'idea di prendere le cose differentemente. Nei Vangeli li si denomina "essere offeso". Molte persone che conobbero Cristo si sentirono molto offesi. Bene, iniziare il giorno con il sentimento di completo mistero della vita, vi farebbe comprendere qualcosa sul psico-trasformismo. Ma scegliete il sé di oggi dal vostro sé di ieri e risolvete tutto come lo facevate prima. Credete che la vostra maniera di comportarvi sia conveniente e così continuate ad essere gli stessi. Non comprendete cosa si voleva dire quando ci siamo riferiti al fatto che i nati in spirito sono imprevedibili. Bene, se si adorano le stesse cose, nulla può trasformarsi. Trasformate il nuovo nel vecchio. In questo caso, di certo, non vi ricordate di voi stessi, e continuate ad essere una macchina - ricordate solo il sé sbagliato – il sé che non è voi -. Così, portate tutti gli stati negativi di ieri, ad oggi, senza averli trasformati.

Cap. 86 Great Amwell House 28 giugno 1947

INTELLIGENZA ED ISTINTO

Recentemente é stata fatta una domanda sulla differenza tra *l'istinto* e *l'intelligenza*. Bene, una definizione dell'intelligenza usata nel Lavoro, è quella in cui dice che costituisce il "potere di adattamento". Negli animali, nelle api e gli insetti, l'istinto di solito è molto sviluppato eppure il potere di adattamento è scarso o non è presente. Per esempio, un uccello sa soltanto confezionare il suo nido in un certo modo e se lo si ferma deve sempre ricominciare tutto da capo – proprio così, da *Do* -. Nella natura il Centro Istintivo sembra che lavori direttamente con la Legge delle Ottave – lo stadio *Do* porta al *Re* e lo eccita, e la tappa *Re* eccita *Mi*, e così via. Nelle tappe biologiche, la caratteristica "tutto e niente" è a sua volta applicata all'agire degli istinti. Proprio così, non c'è nessun *adattamento*. Così, in altre parole, il potere di adattamento non è una caratteristica conosciuta nel Centro Istintivo. Agire istintivamente non è pertanto la stessa cosa che agire intelligentemente.

Bene, abbiamo avvertito che il potere di adattamento é relazionato con il volume del cervello. Una creatura vivente con un cervello piccolo e per tanto con meno neuroni, possiede uno scarso o nessun potere di adattamento, quantunque possa eseguire movimenti molto complessi e realizzare cose anche complicate. Bene, ogni creatura vivente ha la sua forma speciale o modello di Centro Istintivo che dirige la sua vita e le dà significato. Mancherebbe di senso creare un animale senza creare una vita affinché la vivesse. L'animale mancherebbe di senso. Il Lavoro dice che il Centro Istintivo non è in bianco nel momento della nascita, come succede, diciamo, con il Centro Intellettuale, ma che è altamente sviluppato e ci dà i primi significati. Il Centro Istintivo, poi, deve essere considerato come un qualcosa simile a un determinato disco inserito nel corpo, così come si fa con un disco nel grammofono. L'“aria” nella registrazione è già stata registrata. La forma del corpo in ogni creatura è quindi adattata alla registrazione. Sarebbe una cosa sorprendente e straordinaria se il cervello di una mosca fosse inserito in un maiale. Bene, il volume del cervello è in relazione diretta con la quantità diretta di zone di associazione, come sono chiamate, e il potere di adattamento dipende da queste così dette zone silenziose, in contrasto con la sola e compulsiva strada seguita dal comportamento istintivo. Ci sono vasti sentieri nervosi e milioni di fibre che salgono fino al cervello e che trasportano verso l'interno tutte le impressioni sensoriali del mondo esterno. Ci sono vasti sentieri nervosi e fibre che discendono dal cervello e che terminano in centinaia di migliaia di sporgenze muscolari che producono l'azione. Tra queste due serie di tessuti nervosi si trovano le zone di associazione, a causa delle quali uno stimolo proveniente, diciamo, dalla puntura di uno spillo, non richiede di seguire una *sola* strada e di provocare, diciamo, un grido. È preciso ricordare che vi sono 14.000 milioni di neuroni separati o piccole menti in un europeo adulto, e ognuna di esse ha più di 100 connessioni che le mette in relazione con le altre. Questa è la base fisica delle associazioni e dei sentieri associativi. Noi, è chiaro, ne usiamo soltanto una piccola parte – tanto grande è la parte del cervello che sembra inutile -. Insomma, abbiamo molto di più di ciò che ci è necessario per la vita ordinaria e questo è sorprendente se le teorie moderne di evoluzione per mezzo della selezione meccanica sono corrette. Se abbiamo in eccesso, come ci può essere una selezione meccanica? Tutti questi sentieri associativi, questi neuroni che durano per tutta la nostra vita, e che per questo si distinguono dalle cellule del corpo, formano la base sottostante del potere di adattamento. Oggi parleremo brevemente sulle associazioni e l'adattamento e sulle loro connessioni con i termini di Lavoro, μετάνοια, il Ricordo di Sé e il pensare in una nuova maniera – proprio così, parole impiegate tante volte nel Nuovo Testamento e tradotta tanto male con pentimento.

In questo Lavoro studiamo, mediante il metodo dell'*osservazione di sé*, di essere sempre più coscienti di come prendiamo le cose nel modo in cui lo facciamo ora. Questo è il primo stadio – conoscere se stesso, arrivare a percepire la propria meccanicità che abbiamo sempre accettata come “uno stesso” – proprio così, renderci conto che agiamo sempre nello stesso modo. Ma nel Lavoro studiamo anche come *non* prendere le cose nello stesso modo. Questo è il secondo stadio ed è chiamato Ricordo di Sé. È chiamato il Primo Shock Cosciente che si dà alla macchina umana e

la sua applicazione dipende da uno *sviluppo di coscienza* nel punto di ricezione delle impressioni ed inizia con l'*osservazione di sé*. Una persona capace di essere cosciente simultaneamente degli stimoli di eccitazione provenienti, diciamo, da un'altra persona, e della risposta meccanica ad essi, si trova già nel livello di coscienza chiamato nel Lavoro Stato di Ricordo di Sé. Questo è uno stadio superiore di Coscienza. In generale l'Uomo è addormentato nella sua meccanicità, per questo il mondo è così com'è – cioè l'umanità è addormentata -. Orbene, se lo stimolo che nasce dall'esterno suscita sempre la stessa reazione, la stessa risposta, gli stessi sentimenti e parole, che provengono da dentro, bisogna dire che detta persona non è *intelligente*. Perché? Perché manca del potere di adattamento. Sono seguite le stesse associazioni, è data la stessa risposta. Bisogna domandare: "Bene, conosciamo tutti questo tipo di persone". Ma *anche voi* siete così. Anche voi siete una macchina e solo sforzandosi per raggiungere un altro livello di coscienza potete smettere di essere la macchina che siete.

Bene, quando le impressioni si ricevono volontariamente i sentieri associativi che queste seguono sono differenti dal solito modo di quando le si ricevono involontariamente. In questo Lavoro apprendiamo gradualmente a ricevere le impressioni sempre più coscientemente – proprio così, a ricevere impressioni volontariamente -. Cosa significa questo? Volontariamente significa che: "Mi vedo ricevere le impressioni in tale modo ed avverto quale risposta producono". Se si sperimenta questo stato qualcosa è aggiunto al nostro modo di vivere. Così inizia la comprensione di ciò che tratta il Lavoro. Arrivati a questo punto si ottiene una perla di un valore incalcolabile. Ci si rende conto della necessità di non prendere le cose come si è sempre fatto. Questo è il Primo Shock Cosciente. Questo significa che si è intelligenti – proprio così, che si è capaci di cambiare il proprio comportamento automatico -. In altre parole, *adattarsi* alla cangiante vita esterna e non essere attaccato ad un sentiero di associazioni.

Cap. 87 Great Amwell House 9 luglio 1947

NOTA SULLE RELAZIONI

Le relazioni dipendono dall'Atteggiamento. Se il nostro atteggiamento verso un'altra persona è sbagliata è impossibile avere relazioni con detta persona. L'atteggiamento dipende in parole povere da tre cose:

1. atteggiamento verso se stesso,
2. atteggiamento verso la vita, che include l'altra persona,
3. atteggiamento verso l'Universo.

La cosa interessante è che l'atteggiamento verso l'Universo è il fattore determinante. Per esempio, se credo che l'Universo manchi di senso e che è stato fatto semplicemente in modo casuale, allora non si potrà cambiare il mio atteggiamento. Ammesso che l'atteggiamento è parte del mio Essere, ne consegue che non posso cambiare il mio atteggiamento, se non cambia il mio Essere – proprio così, il tipo di persona che sono.

Nel Lavoro studiamo un Universo creato, che discende in scala dall'Assoluto, che è il suo significato più completo, attraverso successivi livelli inferiori che hanno

significati sempre più parziali. È per questa ragione che il Lavoro sottolinea tanto l'importanza dei livelli e di raggiungere un livello più elevato di Essere – e a questo riguardo dice che ci sono persone *più* coscienti ed altre *meno* coscienti. Non si riferisce all'Uomo come un unico e solo essere, ma all'Uomo in molti livelli differenti. Parla dei differenti circoli dell'Umanità, meccanici e coscienti.

Le persone meccaniche non si possono capire le une con le altre, e pertanto non possono stabilire relazioni corrette tra loro. Le relazioni dipendono da una comprensione comune. Abbiamo notato che è questo il problema che si impianta oggi. Nel circolo dell'umanità meccanica le persone non si comprendono le une con le altre. Per detta ragione il circolo dell'umanità meccanica è chiamato “il Circolo della Confusione delle Lingue” o “Babele”. Questa notte non mi riferirò alle relazioni tra la gente meccanica – proprio così, le persone addormentate – perché non avviene come un atto cosciente. Dipende interamente dalle circostanze. Desidero parlare solamente delle relazioni tra due persone che stanno studiando il linguaggio comune del Lavoro e che pertanto, già si capiscono l'un l'altra e stabiliscono così una relazione cosciente. Non può esistere una relazione corretta salvo che per mezzo di una comprensione comune. L'inizio fondamentale delle relazioni è la comprensione. Orbene, la prima cosa che è necessario comprendere riguardo alle relazioni è che iniziamo come persone meccaniche, come differenti tipi di macchine. Vedere per mezzo dell'osservazione di sé che si è un certo tipo di macchina e che si reagisce sempre nella stessa maniera, ci aiuta a comprendere l'altra persona che è *anch'essa* una macchina e che reagisce sempre nella stessa maniera, sebbene in modo diverso dalla nostra. Questo è l'inizio della relazione cosciente – per conoscenza, la comprensione graduale che tutti e due siamo macchine -. La tappa successiva consiste nel praticare il Lavoro in una relazione reciproca. Alcune persone anche dopo aver ascoltato il Lavoro per molti anni non lo praticano in una relazione reciproca. Non smettono di domandare cosa devono fare, quando gli si è sempre insegnato l'importanza, per esempio, di non identificarsi con le emozioni negative, ma non lo mettono mai in pratica. Questo è dovuto al fatto che non sentono ancora il Lavoro con abbastanza forza – proprio così, con abbastanza emozione -. Tuttavia non è reale. E si deve anche al fatto che non hanno mai osservato se stesse dai punti di vista segnalati dal Lavoro. In altre parole, il Lavoro è esterno a dette persone e per loro rappresenta semplici frasi e diagrammi. Credono di lavorare su se stesse ma lo fanno unicamente nell'immaginazione: insomma non possono dividersi; nel mio caso, “Io” e “Nicoll”, o, nel vostro, “voi” e “Smith” – se vi chiamate Smith -. Bene, se non ci si divide in un lato osservante e un lato osservato, non si può realizzare questo Lavoro. Perché? Perché si dà per scontato. Se il vostro nome è Smith, siete Smith per scontato, e probabilmente vi siete forgiato molte immagini, meravigliose, di voi stesso. Questi autoritratti fortificano Smith e per tanto, censurerà sempre tutti ad accessione della propria persona. Tale uomo si identificherà con la sua Falsa Personalità e i suoi autoritratti, con tutto ciò che ha acquisito, con tutti i suoi respingenti, i suoi pregiudizi, con tutti i suoi atteggiamenti, di fatto, con quanto costituisce Smith. A tutti i suoi “Io” contraddittori gli dirà “Io”. Bene, dal punto di vista del lavoro tale uomo è sommerso da un sonno profondo. Quantunque goda di

una buona posizione nella vita – proprio così, nell’Umanità addormentata – per detto uomo il Lavoro è inutile. Il Lavoro ha come meta uno sviluppo ulteriore e possibile che è latente in ogni uomo, e questo sviluppo inizia con una certa osservazione di sé “tecnica” lungo determinate linee che furono attentamente stabilite. Solo seguendo il Lavoro un uomo può trasformare, separarsi da ciò che fin’ora aveva considerato come se stesso. E solo in questo modo un uomo stabilisce una relazione cosciente con altri che stanno lavorando secondo le stesse direttive di lui. Vi sarete resi conto che mi sto riferendo ad una relazione dal punto di vista del Lavoro e non dal punto di vista della vita. Vedere in se stesso ciò che tanto facilmente si critica in un’altra persona è stabilire una relazione cosciente.

Ora aggiungerò un’altra cosa pratica. Se due persone hanno piacere – di fatto, si deliziano ed amano con eccesso – di avere emozioni negative, di farsi conti interni reciproci, una contro l’altra, non potranno mai stabilire una relazione. Perché? Semplicemente perché né l’una né l’altra stanno lavorando. Siccome s’inizia ad avere emozioni negative contro l’altra persona, che ci dicono di amare, e si gode di esse segretamente, questo rende ogni relazione impossibile. L’amore fa sparire tutti i dubbi. In questo Lavoro, ci si suppone capaci, dopo un po’ di tempo, di “non identificarci” con i nostri stati negativi e di non credere in essi. Questo equivale a uscir fuori da una situazione lavorando in un livello più elevato. Non è trovare una *soluzione* a detta situazione – è *trasformare* la situazione mediante tutte le nuove idee e forza che ci apporta il Lavoro. Ma se i nostri meschini auto-atteggiamenti continuano ad essere gli stessi, mai si potrà cambiare. Assimilare le nuove idee del Lavoro e tutti i nuovi punti di vista che ci offre cambia la *mente* e siccome la principale sede degli atteggiamenti radica nella mente non costa nulla rendersi conto di ciò che si disse all’inizio, che soltanto una nuova conoscenza può trasformare la nostra mente. Nel libro esoterico, chiamato il Nuovo Testamento, dove si danno solo frammenti e indizi d’insegnamento esoterico, s’insegna che l’uomo deve “cambiare la sua mente” prima di potersi curare. Sfortunatamente, si tradusse la parola greca con “pentimento”. Significa realmente che un uomo, una donna, devono mutare tutte le loro prospettive e modi di pensare se essi stessi desiderano essere differenti. Bene, se il vostro Essere continua ad essere quello che è, se continuate ad essere la stessa persona, attrarrete la stessa vita. Il vostro Essere, lo insegna il Lavoro, attrae la vostra vita. Proprio così, sia che vi mettiate con un’altra persona, sia che andiate in un paese straniero, se il vostro *Essere* continua ad essere quello che è, attrarrà la *stessa* vita, le stesse preoccupazioni e difficoltà. Una nuova vita è possibile solo per mezzo del lavoro su di sé – perché questo trasforma l’Essere. Se se si continua ad essere tonto, come disse una volta G., attrarrete sempre ciò che appartiene a un tonto.

Cap. 88 Great Amwell House 12 luglio 1947

LO SCOPO

Nel parlare sullo scopo e la sua importanza nel Lavoro in un’occasione si disse che vi sono tre tipi di scopo. Per primo ci sono gli scopi *inventati*. Uno scopo inventato manca di significato pratico. Un uomo, per esempio, può farsi uno scopo di contare il numero di parole che iniziano con la lettera R nella Bibbia. E non è tutto, ma può

benissimo pensare che questo sia uno scopo di Lavoro e che gli offre la possibilità di diventare più cosciente. Per secondo, si sono gli scopi *immaginari*. Uno scopo immaginario si basa nell'immaginazione e ciò che un uomo s'immagina di se stesso. Una persona, per esempio, che s'immagina di essere buona, amichevole, fa di questo il suo scopo per essere ancora più benevolo. Proprio così, prende come punto di partenza un'immagine di se stessa, e tutte le immagini di noi stessi derivano dall'immaginazione. Inoltre, lo scopo immaginario accompagna necessariamente il lavoro immaginario su di sé. Le persone sogliono immaginarsi che si osservano e che lavorano su di sé. Per terzo, ci sono gli scopi *veri*. C'è una sola fonte possibile di scopi *veri*. Gli scopi veri devono avere la loro origine nel proprio studio di sé in relazione con le istruzioni impartite dal Lavoro. Se un uomo studia se stesso seguendo le linee stabilite dal Lavoro eventualmente arriverà a discernere quale debba essere il suo scopo vero ed individuale. È necessario ricordare che nel Lavoro lo scopo di un uomo non è quello di un altro. Quantunque il metodo di studio di sé nel Lavoro sia lo stesso per tutti, è chiaro che per l'uomo n° 1 il cui centro di gravità risiede nel Centro Istintivo o nel Centro Motorio tenderà a lavorare su di sé in un modo differente dall'uomo n° 3 il cui centro di gravità sta nel Centro Intellettuale. Ognuno di essi, per diventare equilibrati, in maniera tale che tutti i centri siano ugualmente usati, sembreranno muoversi in direzione opposta. Ma lo scopo supremo del Lavoro, svegliarsi, sarà lo stesso per tutti.

All'inizio, gli scopi inventati, sono necessari perché ci permettono di vedere quanto costa mantenerli e che siamo meccanici senza che ce ne rendiamo conto. Per esempio, un uomo decide di non sedersi fino alle sei. Naturalmente, questo è un semplice scopo inventato. Ma se cerca di farlo osserverà quante voci differenti e contraddittorie parlano in lui ed inizierà a scoprire che non è un solo "Io" ma molti "Io", e molte altre cose che il Lavoro gli insegna, delle quali non si è reso ancora conto nell'esperienza pratica. Perché se un uomo, se una donna, non applicano il Lavoro a se stessi, mai progrediranno, e ciò è molto naturale. Per sperimentare e così cominciare a comprendere il Lavoro, l'osservazione di sé è assolutamente necessaria. Lo scopo inventato è un aiuto *artificiale* per facilitare l'osservazione di sé nelle prime tappe. Se non serve ad osservare e a scoprire l'assurdo che è in sé, lo scopo immaginario è inutile se lo si paragona con la conoscenza diretta di se stesso ottenuta con un'osservazione di sé imparziale e con la memoria speciale e calma che è una conseguenza di essa.

Il vero scopo, come si disse, ha le sue origini nello studio di sé. Cambia, nelle differenti tappe del Lavoro, perché quello che è stato fatto non è già più necessario. Ogni tappa apre una tappa successiva, come succede in un viaggio. Così il vero scopo cambia quantunque alcune cose restino le stesse. Un uomo, per esempio, deve *sempre* ricordarsi di se stesso, quantunque il modo di farlo possa cambiare. All'inizio, per mezzo dell'osservazione di sé si capisce l'impossibilità di ricordarsi di se stesso, e percependo tutto quello che il lavoro dice sulla necessità di raggiungere il Terzo Stato di Coscienza, che è l'unico nel quale possiamo essere aiutati, il suo scopo radica nel trovare da se stesso, cos'è il Ricordo di Sé. Questo ha la sua origine nello studio di sé mediante l'osservazione perché ha visto di essere addormentato e che non si ricorda

di se stesso. Questo è un vero scopo perché si fonda sull'insegnamento del Lavoro e ciò che ha scoperto da se stesso alla luce del Lavoro e il discernimento che ha acquisito. In questo caso, il detto uomo può sperare dei risultati. Ma un uomo che si fa sempre scopi inventati senza alcuna relazione con ciò che è necessario per svegliarsi non può sperare in alcun risultato. Non sa chiedere, e se non sappiamo chiedere, non riceveremo nulla. Quando scopriamo cosa ci induce a dormire, saremo più vicini alla possibilità di chiedere correttamente – proprio così, avere uno scopo vero. Perché lo scopo in realtà è una supplica che desideriamo vedere soddisfatta.

Cap. 89 Great Amwell House 19 luglio 1947

UN'ALTRO DISCORSO SULL'ESSENZA E LA PERSONALITÀ

L'Essenza è ciò con cui siamo nati; la Personalità è ciò che abbiamo acquistato per il contatto con la vita esterna. L'Essenza è interna alla Personalità. La Personalità circonda l'Essenza. La Personalità forma l'uomo esterno, mentre l'Essenza forma l'uomo interno. I rapporti tra i due sono molto complicati. Sono entrambi necessari, perché l'Essenza, la parte reale di noi, non può crescere oltre un certo punto senza l'aiuto della Personalità, la parte artificiale di noi. Una cosa interessante che il Lavoro ci insegna è che queste due parti sono sotto leggi diverse. Ogni cosa che esiste è sotto delle leggi. La Personalità è sotto quella legge che nel Lavoro viene chiamata la Legge dell'Accidente; l'Essenza è sotto la Legge del Destino. Noi cominciamo la vita sotto la legge del destino, ma passiamo presto sotto la legge dell'accidente. Ma più tardi nella vita noi dovremmo uscire dalla legge dell'accidente e tornare di nuovo sotto la legge del destino. Queste fasi corrispondono al cambiamento di segno, - cioè all'inizio della vita l'Essenza è attiva; poi diventa passiva, mentre si forma la Personalità; finalmente l'Essenza dovrebbe diventare attiva di nuovo alle spese della Personalità. Perciò nel Lavoro un compito da eseguire è quello di rendere la Personalità passiva. Se rimanete nella vostra vecchia vita, dominata da tutte le opinioni, pregiudizi, respingenti, atteggiamenti, quadri di voi stessi, ecc., che avete acquistato nella Personalità, l'Essenza non potrà crescere. Vincerà il lato non vero di voi. Inoltre voi rimarrete sotto la legge dell'accidente. Questa è una conseguenza dell'irrealtà di uno, e del suo continuare a fare cose non reali. Egli rimane un'imitazione, o un uomo inventato. Non solo, ma tutte le preoccupazioni e le ansietà che la Personalità ha imitato, tortureranno la sua vita. La gente non riesce a capire quanti inutili sforzi essa compie e come corre dietro a cose senza significato. L'Essenza non può ingannare sé stessa perché è reale. Ma la personalità può ingannare l'Essenza. Per esempio un uomo può dire a sé stesso che desidera aiutare un povero, e l'Essenza è d'accordo. Ma la Personalità vuole solo il potere e non gliene importa niente del povero. In questo caso l'uomo esterno inganna l'uomo interno. Viene perso il potere di distinguere tra le cose reali ed irreali. Ora la fretta, la tensione, le preoccupazioni, un senso sbagliato del dovere, una costante preoccupazione interna, ed ogni altro stato simile, ci fanno fare degli sforzi sbagliati in direzioni inutili, e rafforzano la presa della Personalità. Alla fine distruggono ogni rapporto con l'Essenza e la persona diventa come un guscio vuoto riempito di preoccupazioni. Poiché questi stati sono tutte illusioni, tutte forme di ipnotismo, tutti

piccoli trucchi usati da quelle influenze che cercano di tenere, su questa Terra, l'uomo addormentato, e generalmente lo fanno con successo. Coloro che desiderano *udire* questo Lavoro devono pulirsi di molta parte della Personalità. Se il vostro nome é Rossi, voi dovete lavorare contro Rossi poiché questo é il nome della vostra Personalità che é attiva. Per questo voi scoprirete necessario studiare e mettere in pratica quello che il Lavoro vi dice. Rossi sarà sotto la legge dell'accidente. Cominciando a renderlo passivo con il potere di questo Lavoro, voi porterete forza nell'Essenza, che comincerà a svilupparsi. L'Essenza è sotto la legge del Destino. Una nuova crescita dell'Essenza è qualcosa che non può mai esservi tolta. Può avvenire solo per mezzo di quello che viene visto e fatto internamente e genuinamente, e mai per mezzo dell'azione esterna della vita. Una nuova crescita dell'Essenza non é qualcosa che uno conosce o organizza. Essa ha luogo quando la falsità della Personalità viene indebolita dalla genuina percezione interna della sua irrealtà. Significa un cambiamento nel livello di essere. Così la vita non si può ripetere come prima, perché se l'essere cambia esso attrarrà una nuova vita. Ma se non cambia esso attrarrà la stessa vita. Ora voglio riportare una parte di un discorso fatto da Gurdjieff e riferito da Mr. Ouspensky, sull'Essenza e la Personalità. Comincia con un breve riferimento al soggetto della volontà. Sta parlando Mr. Gurdjieff:

“La questione della Volontà, della vostra, e di quella di un altro uomo, é molto più complicata di quanto sembra ad un primo sguardo. Un uomo non ha sufficiente volontà per fare, cioè per controllare sé stesso e tutte le sue azioni, ma ha sufficiente volontà per obbedire ad un'altra persona, o per obbedire al Lavoro. E solo in questo modo egli può sfuggire alla legge dell'accidente. Non c'è altro modo. Ho parlato prima del Destino e dell'Accidente nella vita dell'uomo, ora studieremo meglio il significato di queste parole.

“Esiste anche il Destino, ma non per tutti! Molte persone sono separate dal loro Destino e vivono solo sotto la legge dell'accidente. Il Destino é il risultato di influenze planetarie che corrispondono al tipo dell'uomo. **Parleremo dei differenti tipi più tardi**; ora dovete capire una cosa. Un uomo può avere il Destino che corrisponde al suo tipo, ma praticamente non l'ha mai. Succede questo perché il Destino ha rapporto con una sola parte dell'uomo, con la sua Essenza. Bisogna capire che l'uomo consiste di due parti. L'Essenza e la Personalità. L'Essenza in un uomo é ciò che é suo; la Personalità in un uomo é ciò che non é suo. “Non suo” vuol dire ciò che é venuto dall'esterno, che ha imparato, o che riflette le tracce di impressioni esterne lasciate nella memoria e nelle sensazioni, tutte le parole ed i movimenti che ha imparato, tutti i sentimenti creati e dall'imitazione, tutto ciò non é “suo proprio”, tutto ciò é nella personalità.

Dal punto di vista dell'ordinaria psicologia, la divisione di uomo in Personalità ed Essenza, é difficilmente comprensibile. È più esatto dire che nella psicologia una tale divisione non esiste affatto.

Un bambino non ha ancora personalità. Egli é quello che realmente é. Egli é Essenza. I suoi desideri, gusti, piaceri, dispiaceri, esprimono il suo Essere come esso é.

Ma appena comincia la cosiddetta educazione, la Personalità comincia a crescere. La Personalità é creata in parte da influenze intenzionali di altre persone, cioè per

educazione, ed in parte da imitazione involontaria di coloro che sono vicini al bambino stesso. Nella creazione della Personalità, una grande parte é dovuta alla “resistenza” verso le persone che lo circondano e dai tentativi di nascondere loro qualcosa che é “suo proprio” o “reale”.

L'Essenza é la verità nell'uomo; la Personalità é la falsità. Ma in rapporto con la crescita della Personalità, l'Essenza si manifesta sempre meno e sempre più debolmente, ed alla fine succede che l'Essenza smette di crescere e molto presto, non cresce più. Succede spesso che l'Essenza di un uomo adulto, anche quella di uno molto intellettuale o molto ben educato, si fermi al livello di un bambino di cinque o sei anni. Questo significa che tutto ciò che vediamo in quell'uomo gli é veramente estraneo. Quello che é proprio dell'uomo, cioè della sua Essenza, generalmente viene manifestato solo nei suoi istinti o nelle sue emozioni più semplici. Tuttavia ci sono dei casi in cui l'Essenza di un uomo cresce parallelamente alla sua personalità. Tali casi rappresentano eccezioni assai rare specie nelle circostanze di una vita civilizzata. L'Essenza ha più possibilità di sviluppo negli uomini che vivono vicino alla natura in condizioni difficili di lotta e pericolo. Ma come regola la Personalità di queste persone é sviluppata pochissimo. Essi hanno di più di quello che é “loro”; ma di meno di quello che non é “loro”, cioè essi mancano di educazione e di istruzione, essi mancano di cultura. La cultura crea la Personalità, e nello stesso tempo é il prodotto ed il risultato della Personalità. Noi non sappiamo che l'insieme delle nostre vite, tutto ciò che chiamiamo civiltà, scienza, filosofia, arte, politica, é creato dalla Personalità delle persone, cioè da quello che in loro “non é loro”.

L'elemento che non “è suo proprio”, é diverso da quello che nell'uomo è 'suo' perché il “suo” non può essere perso, alterato o portato via con mezzi artificiali. Esiste una possibilità di verifica sperimentale del rapporto tra l'Essenza e la Personalità. Nelle scuole orientali sono conosciuti modi e mezzi con l'aiuto dei quali á possibile separare la Personalità dell'uomo dalla sua Essenza. A questo scopo qualche volta viene usata l'ipnosi, qualche volta dei narcotici speciali, qualche volta alcuni tipi di esercizi. Sì, in un uomo la Personalità e l'Essenza vengono per un certo periodo separate con l'uno o l'altro di questi mezzi. È come se in lui si fossero formati due esseri, che parlano con voci diverse, hanno gusti completamente diversi, scopi ed interessi diversi, ed uno dei due esseri spesso é al livello di un bambino piccolo. Continuando l'esperimento, é possibile addormentare uno di questi esseri, o l'esperimento può cominciare addormentando o la Personalità o l'Essenza. Alcuni narcotici hanno la proprietà di far addormentare la Personalità senza toccare l'Essenza. Per un certo periodo dopo aver preso questo narcotico la Personalità dell'uomo scompare e resta solo l'Essenza. E succede che un uomo pieno di idee esaltate, pieno di simpatie e antipatie, amori e odi, attaccamenti, patriottismo, abitudini, gusti, desideri, convinzioni, all'improvviso si trovi completamente vuota, senza pensieri, senza sentimenti, senza convinzioni e senza punti di vista. Tutto ciò che prima lo agitava ora lo lascia completamente indifferente. Qualche volta egli vede l'artificiosità ed il carattere immaginario dei suoi comportamenti abituali, o delle sue parole altisonanti, qualche volta li dimentica completamente come se non fossero mai esistiti. Cose per le quali era pronto a sacrificare la sua vita ora gli

sembrano ridicole, senza significato ed indegne della sua attenzione. Tutto ciò che riesce a trovare in sé stesso è un piccolo numero di inclinazioni e gusti istintivi. Gli piacciono i dolci, gli piace il caldo, non gli piace il freddo, non gli piace il pensiero di lavorare o può piacergli il movimento fisico. E questo è tutto. Qualche volta, sebbene molto raramente, e qualche volta inaspettatamente, l'Essenza si dimostra perfettamente sviluppata, anche in casi di Personalità sottosviluppata, ed in questo caso l'Essenza contiene tutto ciò che in un uomo è serio e reale.

Ma questo accade molto raramente. Come regola l'Essenza di un uomo è primitiva, selvaggia, infantile o solo stupida. Lo sviluppo dell'Essenza dipende dal lavoro su se stessi.

Un momento molto importante del lavoro è quello in cui un uomo comincia a distinguere la differenza tra la sua Essenza e la sua Personalità. L'“Io” Reale di un uomo, la sua individualità, può crescere solo iniziando dalla sua Essenza.”.

Cap. 90 Great Amwell House 26 luglio 1947

L'IDEA DEL PAGAMENTO NEL LAVORO

In un'occasione, il signor Ouspensky disse: “Se otteniamo la felicità prima di aver pagato il suo prezzo, non saremo capaci di conservarla. La perderemo e ciò che era felicità si tramuterà in dolore. Prima dobbiamo soffrire e soffrire *ora* per liberarsi dalla sofferenza eterna. E la sofferenza, nel senso del Lavoro, significa ciò che accompagna lo sforzo di rinunciare alla sofferenza meccanica, di rinunciare alla sofferenza inutile”. “Come possiamo farlo?”, domandò qualcuno. Gli si rispose succintamente così: “Non identificandosi con la propria sofferenza. Niente è più facile che soffrire. Tutti soffrono. Ma questo tipo di sofferenza non è cosciente ma meccanico e porta semplicemente ad un'incalcolabile avversità, e di certo suole trasformarsi in una cattiva abitudine impossibile da dominare. Tutta questa sofferenza inutile appartiene alla fabbrica del dolore della Vita Organica alla quale non importa assolutamente nulla dell'Umanità. È un'energia che si usa per altre necessità. Nessuno evolve, nessuno diventa più cosciente se s'identifica con la sofferenza inutile. Alcune persone soffrono se non possono spuntarla anche per un solo piccolo dettaglio; soffrono se piove quando decidono di uscire. Così tutto si trasforma in un carico sempre più pesante. Sono felici soltanto, per così dire, quando sono malati”.

Il signor Ouspensky disse molte cose in altri momenti sulla necessità di rinunciare alla sofferenza. È un'altra cosa quando le persone parlano di sacrificarsi o domandano cosa devono sacrificare, poi parlano come se dovessero sacrificare qualcosa di reale. Disse che le persone hanno un'alta opinione di sé, ma a rigore non possiedono niente che abbia valore da sacrificare, salvo la loro sofferenza. “Se soltanto”, disse, “le persone potessero osservare la loro sofferenza, sia quando la manifestano, sia quando la nascondono, sia quando l'alimentano in segreto, e la sacrificano, il loro livello d'Essere cambierebbe e si troverebbero accompagnati meglio internamente. Ma il modo in cui le persone si afferrano alla loro sofferenza ed hanno paura di perdere ogni identità personale se rinunciano alla loro sofferenza è straordinario”.

Gli domandai, supponendo che l'Umanità stesse nel terzo livello di Coscienza, quale sarebbe il livello al quale aveva diritto per nascita, se il mondo fosse ancora colmo di sofferenza. Rise e mi rispose: "Come potrebbe stare? Tutte le persone si ricorderebbero di se stesse e così non si identificherebbero. Tutti quanti hanno offese. Pensi a tutte le emozioni negative con le quali le persone s'identificano – disperazione ed orrori e depressioni e avversioni e preoccupazioni e odio ed un centinaio di cose simili -. Non vedono che tutto ciò è sofferenza inutile e che non possono essere felici se continuano a comportarsi in questo modo. Non sono adatti per la felicità. Ma se pagano il prezzo in anticipo mediante il Lavoro su di sé ed imparano a non identificarsi con i loro cattivi stati d'animo, e si separano da essi, possono ottenere la felicità – sì, in questa Terra -, ed aggiunse: "L'uomo che sta in questa casa, apparentemente uguale alle altre, può stare in uno stato interiore molto differente e sperimentare emozioni e pensieri molto diversi da quelli che sperimentano gli altri eppure non mostrare nulla d'insolito nel loro comportamento esteriore". Il signor Ouspensky sottolineava spesso di avere stati migliori e che tutti lo sapevano. Nel domandargli una volta di che cosa trattava il Lavoro, disse: "Si riferisce ad arrivare ad un miglior stato di sé, ad imparare come conseguirlo, ad imparare quali sforzi sono necessari e che cosa bisogna evitare e a sapere come mantenerlo. Riflettete su quello che tutto l'insegnamento del Lavoro insegna nella pratica, se non lo avete già fatto. Iniziate sforzandovi di vedere a cosa si riferisce. Non è molto difficile. Perché, per esempio, si parla tanto sul non identificarsi con gli stati negativi? È preciso che comprendiate, disse, guardandoci a tutti, "che uno stato negativo non è lo stato *migliore* in cui si può stare. È lo stato peggiore. Ma alcuni di voi tuttavia non lo capiscono".

In quell'epoca le parole del signor Ouspensky, parevano risvegliare qualcosa in me. Quantunque lo avessi sentito parlare tante volte degli stati negativi, non avevo capito in profondità che molte volte *io* ero negativo e che in uno stato negativo non si è *migliori* ma *peggiori*. Gli stati negativi paiono possedere un'energia propria e si tende a sentire più vivacità e vita quando uno s'identifica pienamente con essi – proprio così, uno si scaglia a testa bassa in essi -. Solo più tardi si scopre che quest'apparente flusso di energia è dovuta alla contrazione di tutto l'essere in pochi "Io" meschini, esigenti ed implacabili. Successivamente, nell'uscir fuori, diciamo, per un momento, dal loro tirannico potere, si assapora la differenza. Quando si giunge ad assaporare la differenza, allora si comprende già a cosa si riferisce il Lavoro – per conoscenza, a raggiungere uno stato migliore di sé. Il Lavoro ci assicura che questo è possibile e ci procura molte idee, diagrammi, ecc., a questo riguardo. Ma non promette nulla. Dice che se si valorizza il suo insegnamento, se gli si presta attenzione e lo si applica a se stesso con sincerità nella vita ordinaria, si otterranno risultati. Ma ognuno di voi deve comprendere che il Lavoro non farà per voi le *sue* tre linee di lavoro. In ogni caso, sarebbe impossibile. Non si può fare uno sforzo che deve essere fatto da un'altra persona.

Cap. 91 Great Amwell House 6 settembre 1947
SEPARAZIONE E RICORDO DI SÉ

L'energia delle Impressioni è impiegata dal macchinario psichico. Vi farò una domanda: "Che differenza c'è tra l'uomo meccanico e l'uomo cosciente che ricevono impressioni?" La risposta è che nell'uomo meccanico, sia esso il N° 1, il 2 o il 3, l'energia delle impressioni non è trasformata. È usata dai rulli che girano o i centri, nella stimolazione dei differenti "Io", negli stati negativi e in tutte le reazioni, atteggiamenti, immagini e pensieri e sentimenti meccanici che l'uomo e la donna insistono nel prendere come il loro vero sé. In una persona più cosciente, in colui che è capace di separarsi, l'energia proveniente dalle impressioni entranti non è completamente utilizzata dalla psiche meccanica, che può proseguire e trasformarsi in un'energia più elevata. Come è possibile questo? Per mezzo del Ricordo di Sé. Questo è chiamato il Primo Shock Cosciente. Le persone meccaniche – proprio così, gli uomini e le donne in generale – non danno a se stessi il Primo Shock Cosciente. Non si ricordano di se stessi. A causa di questo fatto pagano diversi patimenti – proprio così, sono sotto la Legge dell'Accidente ed essi, addormentati abitano tra persone addormentate che non possono comprendersi le une con le altre; né tantomeno possono attrarre l'aiuto che è loro necessario. Nel Secondo Stato di Coscienza non può arrivare l'aiuto; può arrivare solo al Terzo Stato – nel quale passiamo quando ci ricordiamo di noi stessi -. Non ci rendiamo conto che le persone sulla Terra subiscono afflizioni non ricordandosi di se stesse, salvo per mezzo dello studio di sé quando sono addormentate.

Tutte le assurdità e le crudeltà della vita, tutto lo sperpero e l'imbecillità, tutta la vanagloria e l'insincerità, tutte le menzogne, tutta la simulazione e la falsità e i malintesi sono generati da *una causa precisa*; questo è ciò che insegna il Lavoro – per conoscenza, le persone non si ricordano di se stesse -. Di conseguenza, sono portati, come in una cinghia di trasmissione, dalle circostanze esterne che cambiano costantemente, la guerra e la pace, e così via. La vita è fatta da circostanze che cambiano costantemente. Cos'è che in noi è trasportato in questo modo? È il nostro lato esteriore, acquisito, chiamato Personalità. In noi c'è un uomo esteriore e un uomo interiore, una donna esteriore e una donna interiore. Se in ognuno di noi fosse sviluppato l'interiore – la parte reale, essenziale – tutta la vita sarebbe differente e non saremmo già più alla mercede delle cangianti circostanze esteriori, perché ora abbiamo qualcosa che è internamente stabile. Ma affinché ciò avvenga, è necessaria la pratica del Ricordo di Sé. Quando un uomo, una donna si ricordano di se stessi, non sono già più Smith e la signora Smith, Robinson e la signora Robinson, Brown e la signora Brown. Nel Ricordo di Sé non si ricorda la Personalità acquisita con la religione, l'educazione e l'esempio, ma qualcosa che sta oltre tutta questa parte *acquisita*, che circonda l'Essenza e che è tanto diversa nelle distinte persone e nazioni che diventa loro impossibile mettersi d'accordo. Perché un uomo ricorda semplicemente di essere maomettano o sikh o indù, diverso da un cristiano, diverso da un arabo, da quello che è ebreo – o anche di essere aristocratico, o medico, o contadino, o di essere ricco o povero, ben visto o antipatico – tutto *ciò* non è *ricordarsi di se stesso*. Ogni uomo, ogni donna, ha oltre questi, all'interno, nel più

profondo dell'Essenza, l'“Io” Reale, che non è né maomettano né cristiano, né ebreo, né arabo, né aristocratico, né povero, né ricco, né simpatico, né antipatico. Per questo il Lavoro insegna che quando un uomo, una donna arrivano a percepire la propria **nullità**, allora questa nullità attrae l'“Io” Reale. Perché se si è gonfi con l'importanza di sé e delle proprie virtù e del proprio valore, come può essere possibile mettersi in contatto con **qualcosa** di reale? Così, il Ricordo di Sé, che è infinito nelle sue diverse forme, non può mai fondarsi nel merito di sé, ma in un sentimento graduale – profondamente emozionale – e con questo si vuole dire la percezione interiore della verità su di sé, dell'illusione nell'aver preso fin'ora come “Io” la nostra persona. Per questo il Lavoro parla dell'“Io” Immaginario o Falsa Personalità ed insegna in diversi modi che questo “Io” Immaginario, con il quale la gente va a spasso e la fa soffrire costantemente, deve diventare passivo. Vi ricorderò ancora ciò che ci dissero in Francia: “La Personalità ha appena il diritto ad esistere qui”. Riflettiamo su ciò che significa questa frase.

Bene, in quanto alla separazione per mezzo della non identificazione, si disse che nel separarsi, diciamo, da un'emozione negativa – proprio così, nella lotta per non identificarsi con essa – è preciso, allo stesso tempo, di ricordarsi di se stesso, di ricordare il proprio scopo, di ricordare tutto ciò che il Lavoro significa per uno. Allora la forza estratta da qualche reazione tipica mediante la separazione **passa al Ricordo di Sé** e così non inonda (riempie) un'altra reazione meccanica. Questo è l'inizio della trasformazione dell'energia delle impressioni. Proprio così, **Do 48** passa a **Re 24**, ed eventualmente a **Mi 12**.

Abbiamo scritto questo breve commentario perché recentemente sorse una difficoltà in un sottogruppo. Si lesse un commentario nel quale appariva il seguente pensiero: “Il Lavoro ci dice di lottare tutti i giorni contro l'identificazione, e che questa lotta adotta molte forme e si dirama in molte direzioni. Per esempio, un uomo arriva a percepire mediante l'osservazione che s'identifica con qualcuno, e per un periodo vuole separarsi da questa forma peculiare d'identificazione. Ma si identificherà in maggior grado con altre cose. In questa informazione si disse: “Tutti noi non possiamo comprendere perché si passa ad uno stato più marcato d'identificazione dopo essersi osservati ed ottenuto di separarsi da uno stato anteriore”. Risponderemo che se si estrae la forza da una reazione meccanica si passerà ad un'altra reazione meccanica e la si fortificherà – **a meno** di ricordarsi di sé stessi e di tutto il significato del Lavoro e il proprio scopo ed in questo modo impartirgli un'orientazione precisa. Se lo si fa, la forza del Lavoro si accresce in noi – cioè, si patisce la fame per aumentare il potere del Lavoro -. Oltre al potere che uno si attribuisce c'è un altro potere. Il potere del Lavoro esige un sacrificio del potere che uno si attribuisce. È inutile digiunare per avere meriti. Se si fa patire la fame ad un “Io” negativo, al non identificarsi con esso e non si fa niente altro, la forza liberata andrà ad un altro “Io” negativo. Ma se la forza estratta da un “Io” negativo si applica a tutto il senso e il significato e la valorizzazione del Lavoro, sarà assorbita e digerita da tutti quegli “Io” che la condurranno eventualmente verso l'“Io” Reale. Le persone sogliono digiunare e patire la fame per accrescere il loro merito. Realizzano rituali, ecc. Ma nell'Antico Testamento c'è una frase detta da Dio: “Ma hai digiunato **in me?**” Digiunare,

diciamo, degli stati negativi *per amore al Lavoro* significa che il potere del Lavoro si accrescerà in una persona. Obbedire al Lavoro è digiunare nel Lavoro. Ma tutto questo è molto profondo e internamente sincero.

Cap. 92 Great Amwell House 12 settembre 1947

L'UOMO INTERIORE

“Se il tuo occhio destro ti è occasione di scandalo, cavalo e gettalo via da te: conviene che perisca uno dei tuoi membri, piuttosto che tutto il tuo corpo venga gettato nella Geenna (inferno).

“E se la tua mano destra ti è occasione di scandalo, tagliala e gettala via da te; conviene che perisca uno dei tuoi membri, piuttosto che tutto il tuo corpo venga gettato nella Geenna (inferno).” (*Matteo, V. 29,30.*)

Come è difficile captare il significato di queste parole se i nostri sensi letterali continuano a dominare la mente. A cosa serve cavare l'occhio destro o tagliare la mano destra come è stato fatto forse da alcuni fanatici? Quello che importa è il suo significato psicologico. Cosa significa l'occhio nell'antico linguaggio delle parabole? Cristo disse: “l'occhio è la lucerna del corpo; se dunque, il tuo occhio è chiaro, tutto il tuo corpo sarà pieno di luce ; ma se il tuo occhio è malato, tutto il tuo corpo sarà nelle tenebre”. (*Matteo, VI, 22.*) ma queste parole, non significano che l'occhio è letteralmente la lucerna, ma che lo è l'occhio psicologico. Cos'è l'occhio psicologico? È l'occhio della mente. È come si vedono le cose mentalmente, non fisicamente. Quando un uomo dice: “Vedo quello che voi mi volete dire”, non si riferisce al suo occhio fisico, ma all'occhio della sua mente. Proprio così, significa che crede di *comprendere* quello che voi gli dite. Così, per trasformare il significato letterale nel significato psicologico, quando Cristo dice che l'occhio è la lucerna del corpo, potrebbe scriversi: “La comprensione è ciò che illumina la mente”. Secondo la qualità della comprensione, così è la mente illuminata con significato. Per tanto un livello basso di comprensione lascia la mente nell'oscurità. La mente sta nell'oscurità perché la comprensione è sottosviluppata o è negativa.

Perché bisogna cavarsi l'occhio destro se è occasione di cadere? L'occhio *destro* e la mano *destra*, se sono occasione di cadere, devono essere eliminati. Perché non l'occhio sinistro e la mano sinistra? La mano destra è comunemente la mano che agisce. Il lato più evidente di un uomo è il lato esterno, il lato che utilizza di più; il lato meno evidente è il lato interiore, l'uomo più profondo. Se l'uomo esterno cade o è occasione di cadere, in relazione con l'uomo interno, più profondo, allora, ciò che è occasione di cadere nell'uomo esterno deve essere strappato o tagliato. Perché? Perché i due uomini devono diventare un solo uomo.

L'uomo esterno è formato attraverso il contatto con la vita esterna, per adattarsi alla vita. Se lo comprendiamo, è quindi evidente che l'occhio *sinistro* e la mano *sinistra* non possono essere strappate o tagliate, perché appartengono all'uomo interiore. L'insegnamento esoterico – proprio così, interiore – si riferisce allo sviluppo dell'uomo interiore, per dargli la possibilità di controllare l'uomo esteriore come un buon cavaliere controlla il suo cavallo per far sì di diventare un solo essere. Riguardo alle opinioni acquisite dell'uomo esteriore (l'occhio destro) offendono la crescente

comprensione dell'uomo interiore, o le azioni dell'uomo esteriore (la mano destra) producono lo stesso effetto, allora nasce la questione di strappare o di tagliare le cose che offendono nell'uomo esteriore – l'uomo acquisito dalla vita -. Perché un uomo può crescere solo dalla sua comprensione, che significa libertà interiore, e non dalle sue opinioni acquisite.

Un uomo che ha sviluppato solo il lato esteriore rivolto verso la vita, è **un mezzo uomo** – un uomo a metà o parziale nel senso di un uomo tagliato longitudinalmente a metà -. Ha una gamba e un braccio e la metà del cervello. Nell'uomo ci sono due lati, destro e sinistro, esteriore e interiore. È necessario riunirli per formare un uomo intero. Le facoltà che ci portano verso la vita e quelle che ci portano verso l'anima hanno la necessità di svilupparsi in modo equivalente. **La metà smarrita di noi stessi**, rimanendo smarrita, fa sì che la nostra esistenza sia **metà** esistenza. Così viviamo con mezzo-significato. C'è un'incredibile mancanza di significato in ciò che facciamo ogni giorno, dovuto al fatto che ci forgiamo immagini da cui nascono dei significati di seconda mano. L'uomo esterno – e così la mente esterna – è aperta alle ambizioni, alle inquietudini e preoccupazioni della vita. La mente esterna, per quanto bene sia formata, non si unisce né tantomeno può farlo con l'altro lato dell'uomo. Per un cambiamento di circostanze può essere riportato a zero – ed allora l'uomo forse muore, non avendo più nulla. La vita è un quadro di gente che lotta per mantenere l'uomo esteriore vivo. Un errore, grande o piccolo – e l'uomo cade. Perché? Perché tutto il significato di sé sta in ciò che è esteriore a se stesso – nell'uomo esteriore, che non è l'uomo reale.

L'autostima, il piacere di sé, l'auto-approvazione, mantengono attivo l'uomo esteriore. Quando un uomo comincia a percepire a cosa assomiglia realmente, diminuisce la falsa idea che ha di se stesso. Questo permette che il lato interiore, reale ma non sviluppato, possa crescere. Ma se un uomo continua a credere di essere ciò che immagina di essere non è possibile che cresca. A questo riguardo ci sono molte maniere diverse di dire che una persona è cattiva, ostinata ed altre cose simili. Tutto ciò risiede nella vanità dell'auto-approvazione e **non è vedere realmente** ciò che si è e conoscerlo. Dire facilmente di essere cattivi, ecc., significa non sentire la propria verità. Quando un uomo vede direttamente a cosa assomiglia, sta in silenzio su se stesso. Il pericolo sta nel fatto che possa uccidersi se non gli si fa vedere che questa è una tappa necessaria e precisa nel suo sviluppo interiore.

Cap. 93 Great Amwell House 20 settembre 1947

NOTA SULL'OSSERVAZIONE DI SÉ

OSSERVAZIONE DELLA PROPRIA MECCANICITÀ

Al percepire che il proprio modo di essere non è unico, che le proprie opinioni non sono uniche, che i propri pregi non sono le uniche cose che è necessario valutare e che il proprio sé non è l'unico sé possibile – tutto questo è necessario nel sentiero del cambiamento di sé -. Perché? Perché debilita la Personalità. Ma per riuscirci, la comprensione deve essere genuina – una questione di percezione interiore diretta. Immaginiamo un uomo chiamato signor Amwell. Dice: "Ho osservato me stesso, ma non vedo come questo possa aiutarmi. Ho osservato ciò che dico, per esempio, ma

non comprendo perché debba farlo”. Insomma, il signor Amwell – che spero sia una persona immaginaria, perché se non lo è, è indubbio che nei giorni seguenti correrò il rischio di essere accusato di calunnia – dico, il signor Amwell non si rende conto che questa idea si appoggia all’insegnamento del Lavoro in ciò che riguarda l’osservazione di sé. non vede che è necessaria. Non c’è il minimo dubbio che non si disse mai: “Bene, desidero cambiare questo o quello in me stesso”. Non vede perché debba osservare se stesso. Orbene, il Lavoro dice, per esempio, che l’osservazione di sé è un metodo che conduce al cambiamento di sé. lo dice molto chiaramente. Il signor Amwell dice di osservare se stesso, e cita come esempio che osserva ciò che sta dicendo ma non vede perché debba farlo. Afferma che questo non serve a nulla. aggiunge di non sperimentare nessun cambiamento e per questo non vede la necessità di osservare se stesso. Dice che senz’altro è una pura perdita di tempo. Supponiamo che intavoli una conversazione con il Lavoro. Il Lavoro gli dice: “Ha notato signor Amwell che ogni volta che si menziona Tennyson voi affermate che non era un buon poeta”. Il signor Amwell risponde: “Sì, questo è esattamente quello che ho sempre detto”. Il Lavoro allora gli domanda: “A voi non piacciono le uova sode, è vero?” Il signor Amwell contesta: “Sì, mai mi sono piaciute le uova sode. È così”. Il Lavoro gli fa allora varie domande simili con le quali il signor Amwell crede candidamente di comprendere se stesso, ed aggiungerei che ha la scarsa percezione che dice una e un’altra volta le stesse cose e, similmente, che detesta la gente. Ma anche in questo caso c’è una considerevole breccia tra tale confessione e riconoscere profondamente di essere *meccanico*. Essere fisso – cristallizzato – ma non vederlo. Un uomo, una donna, possono essere molto soddisfatti della loro meccanicità, non perché la considerino meccanicità, ma perché la vedono come se fosse intelligenza e coscienza. Molto prima di aprire la bocca, l’uditorio conosce esattamente quale disco di grammofono va a proferire verità così solenni come quella di detestare Tennyson e le uova sode.

Bene, una delle prime cose insegnate nel Lavoro è la necessità di percepire la propria meccanicità per mezzo di un’osservazione di sé imparziale. Un uomo, una donna, diventano, in un’età molto tenera, completamente meccanici. Dicono la stessa cosa una ed un’altra volta, sentono gli stessi sentimenti, fanno le stesse cose. È sembrerebbe che gli dispiaccia l’idea stessa di non continuare ad essere tali macchine, tali pezzi di pura meccanicità, e di svegliarsi dal loro sonno. Li stordiscono sempre gli stessi avvenimenti. Hanno sempre gli stessi pregiudizi contro le stesse persone. Le loro simpatie ed antipatie sono quasi automatiche. E, per quanto appaiono essere esteriormente un’altra cosa, se qualcuno cala nel profondo di tali persone, incontrano la stessa tranquilla autostima che apparentemente è la spiegazione della loro meccanicità. proprio così, sotto la superficie, si approvano energicamente per quanto si scusano. Qui vi è una mancanza di connessione che proviene da una certa cecità psicologica. Per esempio, se una persona ammette facilmente di non essere buona, spesso significa che nasconde qualcosa di molto diverso, qualcosa quasi vicina all’orgoglio. C’è una mancanza di connessione, dovuta ad una carenza di una lunga e sincera osservazione. L’uomo, la donna, non discernono a cosa assomigliano nei due lati, destro e sinistro. Vivono in immagini compensatorie – spesso molte volte

modeste affinché gli altri, che intuiscono l'altro lato, possano tollerarle, cosa molto incoerente. Tutto ciò, naturalmente, si applica in un modo molto complesso a tutti noi – per conoscenza, le contraddizioni interiori ed esteriori. Un uomo suole apparire esteriormente orgoglioso e borioso e sentirsi interiormente sfortunato ed incompetente, e viceversa. Ma in noi le opposizioni stanno mischiate in un modo molto strano.

Bene, un uomo deve osservare ciò che osserva. Osservare è difficile. Esige uno sforzo cosciente. Uno non si può osservare meccanicamente. L'osservazione meccanica non produce nessun cambiamento. Ma, in tale caso, se si ottiene più abilità si osserverà che uno osserva sempre due o tre cose. Questo non separa la propria persona dal suo sé meccanico. Perché detta osservazione non forma forse parte del suo sé meccanico? La funzione dell'“Io” Osservatore nasce dal muoversi verso dentro, ogni volta sempre più profondamente, in modo tale da vedere sempre di più e di più il sé di detta persona. Se l'“Io” Osservatore resta sulla superficie del Sé di una persona non può realizzare il suo vero compito, che radica nel far diventare detta persona sempre più obiettiva con se stessa, ogni volta più percettiva di quello che fin'ora ha preso come se stessa. Se l'osservazione di sé è portata a termine sinceramente e non è bloccata da qualche forte atteggiamento o immagine che una persona è incapace di osservare, allora conduce a vedere simultaneamente pezzi della vita e la condotta di detta persona. Questo è chiamato prendere fotografie di se stesso. “È necessario”, una volta si disse, “prendere un numero completo di fotografie di se stesso e guardarle in un album ed esaminarle con frequenza”. Sì, di sicuro, questo comincerà a trasformarla. Cambierà il senso caratteristico del suo “Io” in cui detta persona risiede – il senso abituale di se stessa. Perché se *detto senso* non è modificato, nulla può essere modificato.

Per ritornare al signor Amwell – se si chiede ad uno se, per esempio, osserva non solo ciò che dice ma, anche, diciamo, la sua vanità, i suoi stati negativi, i suoi sospetti, le sue gelosie, la sua pigrizia, le sue strane immagini di sé, le sue attitudini limitate, le sue opinioni fisse, i suoi respingenti o la sua considerazione interna, o a rigore tutto ciò che il Lavoro gl'insegna ad osservare. Se non lo fa, non otterrà una vera fotografia di se stesso. Il suo album non avrà nessuna fotografia. Tantomeno giungerà allo stato, possibile per tutti coloro che lavorano genuinamente – che avvalorano e applicano genuinamente il Lavoro a se stessi – per conoscenza, allo stato in cui gli è dato di rimanere internamente appartato, di separarsi e di vigilare la corrente degli stati d'animo, delle passioni, dei pensieri negativi, delle preoccupazioni, degli odi, delle depressioni ed amarezze con le quali si è comunemente identificati. Così, una persona non sarà capace di comprendere, per esempio, la seguente citazione che estrapolai da una lettera che ricevetti recentemente. “Mentre stavo in calma, una mattina, assistetti all'arrivo di pensieri di gelosia, di pensieri ansiosi, di pensieri tristi, di pensieri auto-compassionevoli, che si susseguivano gli uni agli altri, passavano nella mia mente e poi ritornavano un'altra volta, eppure non avevano nulla a che vedere con me”. Bene, avere questa esperienza significa che una persona comincia a rendersi conto di ciò che è la libertà interiore. Avrete udito molte volte che questo Lavoro si propone di donarci la libertà interiore. Ma se un uomo non può

comprendere che cos'è l'osservazione di sé o se s'identifica sempre con tutto quello che osserva, se gli dice sempre "Io" – come può raggiungere mai lo stato dato come esempio nella suddetta citazione? Cercate di vedere da voi stessi ciò che questo significa.

Cap. 94 Great Amwell House 27 settembre 1947

I DIFFERENTI "IO"

Recentemente si fece la seguente domanda: "Cosa significa avere differenti 'Io'"? Questa è una buona domanda e tutti coloro che stanno nel Lavoro dovrebbero farsela con frequenza. "Cosa significa avere molti "Io" differenti"? Il Lavoro insegna che non siamo un'unità, siamo una pluralità, una molteplicità. Lo dice con queste parole: "La gente immagina di essere una, immagina di avere un solo "Io", e che questo è sempre lo stesso. Proprio così, immagina di avere una cosa che chiama "Io" e che questo "Io" che immagina di avere, si comporta sempre nella stessa maniera". Bene, il Lavoro chiama questo "Io" l'"*Io*" *Immaginario*. Proprio così, la gente che immagina di avere un "Io" reale, permanente, che si comporti sempre nella stessa maniera, quello che ha è invece un "Io" Immaginario. Immaginano di avere un "Io" reale, inalterabile, permanente. Ma nell'immaginare di averlo, quello che hanno è soltanto l'"Io" Immaginario. Immaginano di avere un "Io" reale, permanente, ma non lo hanno. Invece di avere un "Io" reale, permanente, inalterabile, hanno un "Io" Immaginario. E l'attaccarsi a questa credenza gli rende impossibile raggiungere l'"Io" Reale. Perché succede così? È dovuto al fatto che se uno s'immagina di avere qualcosa, non la cercherà, né sentirà la sua mancanza. L'immaginazione può occupare il posto della realtà e lo fa. L'immaginazione opera in quasi tutti i centri, e soppianta ciò che è, o potrebbe essere, reale. Se immagino di avere le sigarette nel cassetto della mia scrivania, non andrò dal tabaccaio per comprarle.

Bene, il Lavoro si sforza di distruggere le illusioni che sosteniamo su noi stessi. Cos'è un'illusione su noi stessi? È esattamente l'illusione di possedere un "Io" reale, permanente, invariabile. Il Lavoro chiama questa illusione l'"Io" Immaginario. È un nome che lo pennella perfettamente, perché percepire, per mezzo dell'osservazione di sé, che non si ha un "Io" reale, permanente, invariabile, significa già muoversi nella direzione che ci segnala il Lavoro. Che direzione è questa? È la direzione, il viaggio che ci porta a scoprire l'"Io" Reale – l'"Io" che la gente immagina giù di possedere. La gente non ha un "Io" Reale. Questo deve essere guadagnato per mezzo di un arduo e prolungato Lavoro. La gente ha molti "Io" - non uno solo -. Una persona non è un'unità, ma una molteplicità. Ogni persona ha molti "Io" contraddittori, ad ognuno dei quali gli dà il valore di "Io". Attraverso la bocca di ogni persona parlano molti "Io" differenti in distinti momenti. Per tanto colui che parla come chi ascolta, lo prendono come se *un solo "Io" stesse parlando*. Sì, sta parlando la stessa bocca, ma non lo stesso "Io". A meno di vedere i differenti "Io" che parlano in nostro nome non potremo cambiare. Perché? Perché non possiamo separarci da essi. Li consideriamo come se fossero noi stessi.

Quando un uomo, una donna cominciano a percepire per mezzo dell'osservazione di sé, che non è un "Io" reale, permanente, invariabile, ma molti "Io" differenti, perde

l'illusione che fino allora sosteneva. Proprio così, comincia a muoversi interiormente verso l'“Io” Reale. L'“Io” Reale non ha illusioni. Bene, un “Io” può promettere una cosa. Ma l'“Io” successivo convocato dalle circostanze ignora completamente questa promessa o non è d'accordo con essa. Fortunatamente – o sfortunatamente – tra questi differenti “Io” ci sono divisioni o respingenti. C'impediscono di vedere le nostre contraddizioni. Il Lavoro dice: “Se l'uomo non avesse questi respingenti – se questi respingenti fossero improvvisamente distrutti – impazziremmo tutti”. Perché impazziremmo? Impazziremmo perché avremmo coscienza di tutte le nostre contraddizioni. È necessario comprendere tutto ciò per essere capaci di osservare *da se stessi* (no perché qualcuno ce lo ordina) che non si è un solo “Io” ma molti “Io” differenti che si fanno carico di noi in differenti momenti e che spesso sono molto contraddittori.

Ora è necessario discutere questo insegnamento-Lavoro dei differenti “Io” e trovare esempi fondati su una vera osservazione di sé. Vi prego di non chiedervi cos'è l'“Io” Reale. Per iniziare basta il semplice fatto di non averlo ancora, ma di avere al suo posto molti “Io” differenti, e che a tutti dite “Io”, e che pertanto è solo un “Io” Immaginario. Riguardo all'insegnamento che l'uomo ha molti “Io” differenti, a coloro che si sono proposti di svilupparsi internamente, devono osservare e vedere che *non sono lui* – non “Io” – il Lavoro lo paragona all'Uomo meccanico, all'Uomo addormentato con una casa in disordine. La casa è piena di servitori. Ma manca il Padrone. Ognuno degli inservienti usa il telefono e parla in nome del Padrone. Tale è lo stato interiore dell'Uomo.

Cap. 95 Great Amwell House 4 ottobre 1947
NUOVA NOTA SUGLI “IO”
GLI “IO” E I LIVELLI DI ESSERE

L'ultima volta abbiamo parlato dei differenti “Io” che sono in noi e abbiamo detto che non siamo una persona ma molte persone differenti e che, se non ci rendiamo conto di ciò con un'osservazione di sé diretta non ci comprenderemo mai né tantomeno agli altri. A questo riguardo ci siamo riferiti all'“Io” Reale, che è la meta che il Lavoro si propone di raggiungere, invece di tenere il nostro centro di gravità nell'“Io” Immaginario che è l'origine di tante avversità e di tanta incomprendimento. Basta immaginarsi due “Io” Immaginari che si sposano l'uno con l'altro. L'uomo da sogno si sposa con la donna da sogno. Tutto ciò, è chiaro, non ci porta da nessuna parte se non nelle novelle romantiche che in generale e saggiamente terminano nel momento in cui l'eroe immaginario si sposa con l'eroina immaginaria – ovviamente, un punto di partenza difficile che augura situazioni difficili nel futuro. L'ultima volta si disse anche che in alcune situazioni, anche nell'ordinaria vita meccanica, si può sperimentare un barlume momentaneo di “Io” Reale. Come si disse, questo può succedere in caso di estrema fatica, come in guerra, quando improvvisamente si produce un eccesso di forza, o in un momento di grave pericolo, ed anche in molti modi strani, che non si possono classificare, ma producono lo stesso risultato. In contrasto, l'abituale vita di sonno in cui siamo immersi, in cui c'identifichiamo con tutto quello che sta fuori di noi, e dentro di noi, ha un sapore completamente

differente da questi brevi, calmi, quantunque rari istanti in cui tocchiamo l'“Io” Reale, che nel Lavoro sono chiamati “momenti in cui ci si risveglia dal sonno”, o “momenti di Ricordo di Sé”. La stessa ed innegabile differenza nel sapore interiore, una qualità emozionale tra i momenti comuni e questi eccezionali momenti ci mostra che dentro di noi c'è un altro livello di coscienza, un altro centro di gravità e un altro livello di esperienza – e chiaramente un livello superiore - che in generale non conosciamo. Bene, in questo Lavoro, come in tutto l'insegnamento esoterico, si dice che per arrivare ad un livello più elevato di noi stessi, per metterci in contatto con gli “Io” che non vivono, per così dire, nel sottosuolo della casa del nostro essere, dobbiamo sforzarci. Ci si dice molto chiaramente quale sforzo dobbiamo fare. Per esempio, seguendo una linea di condotta, se ci si dice che un uomo deve osservare se stesso, deve osservare che non è uno ma molti, deve distruggere, per mezzo del lavoro pratico, l'illusione di possedere un “Io” Reale, deve arrivare a conoscere con l'osservazione, alcuni dei suoi “Io” più prominenti che fin'ora ha preso equivocatamente come se stesso e a non identificarsi con essi – proprio così, non dire “Io” ad essi – perché quello che in lui dice “Io” lo incatena. Una volta che si è detto “Io” a qualche pensiero o sentimento, questo ha potere su di noi. Nell'isterismo, la vittima si sacrifica con ogni pensiero sensazionale e orripilante. Non c'è potere di osservazione di sé e di separazione. Si assomiglia a pensare di essere un serpente che sta mangiando, e così non si può separare l'oggetto dal soggetto. C'è qui un mistero più profondo e che ora non possiamo chiarire – eccettuato per dire che il Lavoro c'insegna che l'umanità sta sotto una forza ipnotica precisa che la mantiene addormentata e le impedisce di svegliarsi -. Offrirò un esempio proveniente da un'altra fonte esoterica. In Isaia si dice: “Perché Jehova sparse su di voi lo spirito del sonno, e chiuse gli occhi dei vostri profeti, e mise un velo sulla testa dei vostri veggenti”. (*Isaia, XXIX, 10.*) e nel Nuovo Testamento: “Perché il cuore di questo popolo si è inspessito, e con le orecchie sentono pesantemente, ed hanno chiuso i loro occhi; affinché con gli occhi non vedano, e con le orecchie non sentano, e non intendano con il cuore...”. (*Matteo, XIII, 15.*) Il Lavoro dice semplicemente che l'Uomo è addormentato e che siamo nati addormentati in un mondo di gente addormentata che rimangono addormentati e passano il tempo ad uccidersi gli uni con gli altri. Bene, capire che siamo molti e non uno, che la qualità del nostro Essere si caratterizza per la molteplicità invece dell'unità, appartiene ad una tappa del viaggio chiamato “svegliarsi dal sonno” che finisce nella rinascita dell'uomo – proprio così, nel trovare e diventare l'“Io” Reale. Chi intraprende, poi, questo viaggio? Quegli “Io” che nell'Uomo posseggono più comprensione. Ci troviamo di fronte, poi, con l'idea che i nostri differenti “Io” non si trovano allo stesso livello. Alcuni “Io” hanno pochissima comprensione – assai meschini, assai poveri, invidiosi e stupidi. Alcuni “Io” sono più grandi, e così via. Quando un uomo comincia a sentire il Lavoro con le due orecchie, e a osservare se stesso secondo le sue istruzioni, allora si riuniscono attorno all'“Io” Osservatore tutti gli “Io” che desiderano comprendere di più. Questa riunione di “Io” sta ad un livello più elevato degli “Io” che si occupano della vita quotidiana e dei suoi assunti. Questa collezione di “Io” riuniti intorno all'“Io” Osservatore si chiama Maggiordomo Delegato o Interinale, e se sono

abbastanza forti da perseverare e lottare tutti questi “Io” negativi ed increduli che lo attaccano si raggiunge un nuovo stato chiamato “Maggiordomo”. Questo è l’araldo dell’“Io” Reale. Perciò lo esporremo in questa maniera: “Io” Osservatore, Maggiordomo Delegato, Maggiordomo, “Io” Reale, in ordine di ascesa.

L’ultima volta dissi che è necessario osservare e studiare la storia dei nostri differenti “Io”. Alcune persone cercano di scrivere la loro biografia. Ma nella loro biografia si guardano sempre come se fossero un solo “Io”, che si muove lungo il Tempo. Invece di questo dovrebbero scrivere la storia dei loro differenti “Io”. Bene, i nostri “Io” più meccanici vivono nelle parti più basse dei centri – nel sottosuolo di uno stesso -. In generale non sono intelligenti assolutamente e mancano di comprensione. Appartengono al livello più basso del nostro Essere. Si fanno carico di noi quasi tutto il giorno, parlano con la nostra bocca e chiamano se stessi “Io”. Sono rigidi, dicono sempre le stesse cose nello stesso modo. Verso la fine della vita si avverte spesso che in una persona, gli “Io” migliori e più comprensivi si disconnettono e rimangono soltanto gli “Io” più meschini e fastidiosi. Questo non è possibile comprenderlo se non ci rendiamo conto che una persona non è un “Io” ma molti “Io”, e che questi “Io” sono situati in differenti livelli, come i fili di un palo telegrafico. Nel Lavoro si ripete che non bisogna farsi trasportare dagli “Io” negativi, deboli, vani, pessimisti, perché storpiano tutto e producono stati interiori cattivi. È molto comune che, sebbene manchiamo di potere per essere felici, i nostri poteri siano considerevoli per separarci dagli stati malevoli una volta che si è compreso il significato dell’osservazione di sé e della non identificazione. Ma tutto ciò appartiene allo svegliarsi dal sonno, e se abbiamo in vista questa meta non dobbiamo distrarci.

Cap. 96 Great Amwell House 11 ottobre 1947

L’OTTAVA DI LAVORO

1

La prima nota **Do** dell’Ottava-Lavoro una volta fu definita come la “Valorizzazione delle idee di Lavoro”. Giacché l’Ottava-Lavoro è un’*ottava ascendente*, la nota successiva è **Re**. Questo fu definito come “Le Applicazioni delle idee-Lavoro a se stesso”. La terza nota **Mi** fu definita come “La Comprensione delle Difficoltà Personali”. Bene, la nota seguente **Fa** è situata oltre il “posto del Semitono Mancante”. Questo significa, psicologicamente, che è preciso dare lì uno shock speciale per raggiungere la tappa di comprensione rappresentata dalla nota **Fa**. A questo riguardo precedentemente si disse che **Do** deve suonare all’inizio con abbastanza forza. Proprio così, la “Valorizzazione del Lavoro” deve essere abbastanza poderosa da dare forza sufficiente a colui che passa dalla nota **Mi** e raggiunge la nota **Fa**, lasciando da parte altre cose. È ovvio che se una persona stima con leggerezza il Lavoro, o non lo comprende, o che crede nella sua giurisdizione interiore, segreta, che è un’enormità e cose simili, non arriverà mai a valorizzarlo. Pertanto non lo applicherà a se stessa e non sarà capace di raggiungere un grado di comprensione di sé, né di sopportare nessuna cosa che sia lesiva per la sua autostima. Poi parleremo della terza nota **Mi** – definita come “La Comprensione delle Difficoltà Personali”. Bene, tra la nota **Mi** e la nota **Re** che sta sotto di essa, definita come

l'“Applicazione delle idee-Lavoro a se stesso”, vi è il processo di **connettere il Lavoro con ciò che si osserva**. Se si connettere il Lavoro con ciò che si osserva, allora le cose in noi si dispongono in un ordine corretto, (Questo deve intendersi: Il Lavoro, non la Vita, dispone le cose nel suo ordine corretto.) nel modo in cui siamo meccanicamente, le cose stanno in un ordine sbagliato. Si dà importanza alle cose che non hanno importanza, e alle cose importanti non si presta alcuna attenzione. In un'occasione G. paragonò l'Uomo ad una casa a tre piani dove pezzi sbagliati di mobilio erano mescolati con i corrispondenti su ogni piano. Siccome nella vita siamo portati da falsi valori e da infinite menzogne, questo è inevitabile. Un ordine corretto determinerebbe la verità. Proprio così, quando le cose sono in un ordine definito, in un ordine corretto, **vi è** la verità. Il corpo è costruito ed integrato in questo modo – le parti meno importanti stanno al servizio di quelle più importanti, e siccome il cervello è la parte più elevata, gli altri organi si impegnano ad alimentarlo, proteggerlo e servirlo. Succede la stessa cosa nel Lavoro, dove la Legge dell'Ottava a volte è chiamata la Legge dell'Ordine di Manifestazione. È evidente che le cose si possono relazionare tra loro in un ordine corretto o in un ordine sbagliato. Se l'ordine è corretto, nasce la verità; se l'ordine è sbagliato, nasce qualcosa di falso. Cos'è la menzogna, se non cose che stanno in un ordine sbagliato? È interessante riflettere su questo aspetto della Legge dell'Ottava (o la Legge del 7, poiché si usano entrambi i termini). Nell'Ottava-Lavoro si vedrà che se il primo **Do** non è dato con abbastanza forza, mai potrà arrivare al **Re**. Senza **Do**, **Re** non può suonare, e senza **Re**, **Mi** non può suonare. Una nota dipende dall'altra. Non esiste la possibilità che una nota nasca da se stessa. Così, se il **Do** non avesse una vera valorizzazione che l'accresce, le note successive suonerebbero debolmente e tutto svanirebbe. Ma le tre note potrebbero fortificarsi una con le altre, una volta che suonano, mediante la verifica pratica del Lavoro, per cui riconosciamo sempre più internamente il suo valore. Quando succede così, la breccia tra **Mi-Fa** suole colmarsi e la nota **Fa** suona. La nota **Fa** è sempre una **cosa nuova** in uno – come se un altro essere con una nuova comprensione cominciasse a crescere nel nostro essere.

LA NOTA FA

In tutti gli aspetti della vita, qualunque fossero gli studi di una persona per guadagnarsi il sostentamento, è molto difficile e strano che arrivi alla nota **Fa**. Un pianista può giungere a **Do-Re**, o fino a **Mi** – ma rare volte oltre -. La nota **Fa** non è toccata. Questo significa semplicemente che il pianista è un uomo **Do-Re-Mi** e così niente è singolare nel suo modo di suonare: nulla, salvo qualche volta la tecnica, se è eccezionale. Si può applicare la stessa regola a tutti i mestieri della vita. Qualunque fosse l'occupazione di un uomo, toccare la nota **Fa** significa proprio che detto uomo si trova ad un livello superiore di quello degli altri. Ciò è dovuto al fatto che quest'uomo ha realizzato uno sforzo individuale curiosamente indefinibile che lo porta sopra la breccia, del semitono mancante, e lo colloca nella nota **Fa**. Non esiste maestro che possa farlo per una persona. È, come ho appena detto, uno sforzo curiosamente indefinibile che un uomo può realizzare solo dal senso più profondo di **se stesso**. L'imitazione non potrà mai ottenerlo, perché essa accresce solo la Personalità. Insomma, si tocca in qualche modo l'Essenza, che a sua volta può

toccare l'“Io” Reale dopodiché *é* un uomo, qualsiasi cosa faccia, o comunque agisca *è* un uomo.

È chiaro che se l'uomo ha appreso, in una precedente ricorrenza, qualcosa che l'Essenza possa ricordare, allora l'Essenza ricorderà prima, nella sua successiva ricorrenza – fatto che spiega molte cose curiose in coloro che il consenso comune attribuisce al genio. In tale cosa, la nota ***Fa*** sarà toccata in età precoce, e si passerà rapidamente per le note ***Do, Re, Mi***. Sicuramente è ovvio persino per la mente materiale più formativa che è impossibile spiegare la vita di certe persone in funzione di *una sola vita*. Ho pensato molte volte che questo si evidenzia chiaramente nel caso di alcuni musicisti.

Ritorniamo alla nota ***Mi***, nell'Ottava di Lavoro, che si definisce come la “Comprensione delle Difficoltà Personali”. Nella tappa del Lavoro rappresentata dal ***Mi***, la propria coscienza si è accresciuta fino al punto in cui si arriva a percepire il tipo di persona che si *é*. Bene, la comprensione delle difficoltà personali non solo deprime ma ci fa diventare negativi. Prendere il ***Mi*** in questo modo significa non relazionare il Lavoro con ciò che si osserva. Comprendere il fatto di non essere la persona perfetta che uno si era immaginato fino allora, appartiene all'azione necessaria del Lavoro il cui scopo è l'accrescimento della coscienza. Il Lavoro dice: “Scoprire le cose sul proprio sé per mezzo dell'osservazione di sé”. L'accrescimento di coscienza rivela ciò che uno *é*. Si capisce, per esempio, dopo alcuni anni, che non si è un “Io”, ma molti “Io” differenti e contraddittori, tutti con differenti desideri. In questo caso, si è già cominciato a fuggire dall'ipnotismo di una forma d'immaginazione e *così si è diventati più coscienti*. L'uomo o la donna, ipnotizzati dalla vita, pieni d'illusioni e di fantasie auto soddisfacenti, non sono coscienti. Ricorderemo anche che l'osservazione di sé lascia penetrare un raggio di luce nelle tenebre interiori di sé. Sì, di se stessi. Comprendere le difficoltà personali *é* stare in uno stato paragonabile a quello del Cocchiere che si sveglia dalle sue tenebre nella taverna e si alza e vede lo stato miserando del suo cavallo e della sua carrozza. Sì, in questa tappa, *nel mio caso*, se posso pensare *al posto del Cocchiere e non in quello di Nicoll*, avrò una possibilità di sentir suonare in me il ***Fa***. Questo è un nuovo sentimento di me stesso – non il sentimento di Nicoll -. Il ***Cocchiere*** comprende il Lavoro, mentre ***Nicoll*** no. Qui, mi riferisco al mio caso. Si è già spiegata la necessità delle idee positive per *elevare* un uomo dal ***Mi al Fa***. Il primo requisito per ciò che riguarda le Idee Positive è quello di credere in una “Mente Superiore” – o nel Raggio di Creazione -. Le idee del Lavoro sono Idee Positive. Nella vita siamo soliti osservare che un aumento di emozioni negative è sempre accompagnato da opinioni negative e sviluppo di emozioni negative. Bene, tutti gli “Io” desiderosi di lavorare sono presenti nella nota ***Mi*** così come la coscienza delle proprie difficoltà personali. Si vede chiaramente che la tappa rappresentata dalla nota ***Mi*** non si può raggiungere se un uomo prende se stesso come *uno*. Gli “Io” che desiderano lavorare non sono le difficoltà personali, per esempio. Si scopre che sono molto diversi dagli “Io” che, diciamo, non desiderano lavorare. Gli “Io” desiderosi di lavorare anelano di elevarsi fino alla nota ***Fa***. Equivale a dire che l'uomo deve vedere e tollerare la sua

molteplicità. Il posto che nell'uomo era angusto e stretto a causa dell'illusione dell'unicità, è divenuto ora ampio, pieno di gente, dove è possibile la scelta. In altre parole, lo stato interiore per ciò che concerne il Lavoro, rappresentato dalla nota *Mi*, è uno *stato molto ampio*, dovuto all'ampliamento della coscienza. È la stessa cosa che guardare un ampio giardino e scoprire ciò che è inutile e ciò che è utile. Cosa vado a scoprire? Con quale "Io" andrò? Ricordate che non si può fare nulla se non si scoprono gli "Io" corretti. Se una persona si lascia portare dagli "Io" che lo obbligano a scendere, si vedrà obbligato a scendere. E inoltre, se non ha nessuna idea sulla separazione interiore – sul separarsi dagli "Io" scomodi, vani o ingannatori o cattivi – se, insomma, dice "Io" a *tutto* quello che prende posto in essa – allora il *Mi* non può suonare – e così non può crescere. Il suo livello di Essere rimarrà dove sta ed attrarrà la stessa vita di prima.

Alcune persone non possono arrivare alla nota *Mi* perché non osservano se stesse per un periodo sufficiente. Vi ripeterò una citazione di una lettera recente: "Se uno osserva se stesso per il periodo di una settimana, ha la possibilità di scoprire quali sono le difficoltà personali, perché nello spazio di una settimana è solito ripetersi. Può passare un giorno senza che le si avverta, ma non può passare una settimana senza incontrarsi con esse, anche quando il luogo in cui si sta è diverso. Ho notato che ci sono tre cose che mi fanno perdere forza. (Ho anche notato diversi modi di accrescere la forza.) Le stesse tre cose possono non ripetersi nella settimana successiva, ma è probabile che una di esse lo faccia, o anche due, e in alcuni casi tutte e tre. E sono le stesse cose che hanno sempre rovinato la nostra vita.

Quando un uomo, una donna, raggiungono la tappa della comprensione del Lavoro chiamata la nota *Mi*, mediante il rafforzamento delle note *Do e Re*, allora sono prossime a ricevere aiuto dal Lavoro. Se sono positivi di fronte alle loro mancanze e difficoltà, le riconosceranno e si separeranno da esse, allora, come si disse, la nota *Fa* può cominciare a suonare per essi. Ma, lo ripetiamo questa nota produce un sentimento completamente differente. A volte è delicato e nuovo. Eppure così si comincia a conoscere l'"Io" Reale, che non assomiglia assolutamente a quello che si credeva che fosse. Bisogna dire che alcune persone non accettano questo nuovo sentimento di ciò che sono.

Cap. 97 Great Amwell House 25 ottobre 1947

L'OTTAVA DI LAVORO

2

Ci hanno insegnato che un'*ottava ascendente* inizia con il *Do Passivo*. L'Ottava di Lavoro non inizia con il lavoro ma con la valorizzazione. Non inizia, per esempio, con il credere di poter fare e tutte le conseguenze che nascono da questa illusione. Credere di poter fare – credere, per esempio, di poter cambiare facilmente il proprio Essere e diventare diversi e comportarsi in modo diverso se si desidera – è credere dal *Do Attivo*. Cosa significa prendere il *Do Passivo* come punto di partenza? Alcune persone sogliono credere di poter fare qualsiasi cosa con la forza. Credono di poter obbligare la gente e credono in Dio mediante misure violente e la paura delle conseguenze. Questo significa iniziare dal *Do Attivo*. È iniziare da un atteggiamento

sbagliato. Cominciare dal Do Passivo è una cosa completamente diversa. È del maggiore interesse studiare in momenti distinti cosa significa iniziare sempre dal **Do Attivo** e del continuo fallimento per non aver cominciato bene. Come si disse, l'Ottava-Lavoro non inizia con il fare ma con il valutare. Ammesso che è un'ottava ascendente deve cominciare con il **Do Passivo** – perché tutte le ottave ascendenti iniziano con il **Do Passivo** -. In questo caso, allora, la valorizzazione del Lavoro deve creare un **Do Passivo**.

Bene, tutto il nostro atteggiamento verso una cosa che si valuta è molto diverso da quello che abbiamo verso le cose che non valutiamo. Cioè, in ogni caso lo stato psicologico è molto diverso. Dobbiamo comprendere che uno stato psicologico sbagliato risulta tanto reale così come aprire una porta con una chiave che non gli corrisponde. La valorizzazione del Lavoro è lo stato psicologico con il quale si deve iniziare. Per mezzo della valorizzazione una cosa diventa preziosa per noi. Mediante la valorizzazione si presta attenzione ad una cosa e la si ricorda. Mediante la valorizzazione si ha la pazienza sufficiente per scoprire più cose circa quello che c'interessa. Mediante la valorizzazione, se questa è grande, uno si considera meno importante a paragone di ciò che si valuta perché la valutazione è più importante di uno stesso. Il Lavoro è più importante di uno e per questo bisogna impreziosirlo mediante la valorizzazione. Ci sono molte parabole sulla valorizzazione come quella del mercante che cerca “perle buone, e che avendo trovato una perla preziosa, andò e vendette tutto ciò che aveva e la comprò”, e la parabola dell'uomo che trova un tesoro nascosto in un campo, “e felice per questo andò e vendette tutto ciò che aveva, e comprò quel campo”. Di queste parabole bisogna capire cosa significa la valorizzazione ed anche il significato di iniziare dal **Do Passivo**. Il Lavoro dice che l'uomo deve credere in una mente superiore. A me era evidente in una tappa iniziale che questo Lavoro, questo sistema che studiamo tutti i giorni, proveniva da una mente molto superiore dalla mente comune, e da una mente che possedeva una conoscenza molto al di là della conoscenza umana. Così quando ci dissero che era inutile fare questo Lavoro se non si credeva all'esistenza di una Mente Superiore, non ebbi più difficoltà, poiché ero già giunto alla conclusione che detto sistema proveniva da una Mente Superiore – proprio così, dall'Umanità Cosciente -. Bene, se un uomo sente di sapere di più del Lavoro, non può fare il Lavoro, perché non può dare il suono della nota **Do**. Cominciare dalla Nota **Re**, che è l'applicazione del Lavoro a se stesso, convertire **Re** in **Do**, è impossibile. Voglio dire, non porta da nessuna parte. Quest'uomo comincia da un posto sbagliato *in se stesso*. Pone la valutazione di sé prima di qualsiasi altra cosa. Crede di sapere e crede di poter fare. Non vede che non sa nulla o che la conoscenza che possiede si contraddice, né tanto meno vede che fa sempre le stesse cose una ed un'altra volta. Proprio così, non intende che il suo “fare” risulta semplicemente dalla meccanicità. Immagina di essere completamente cosciente, di avere Volontà, di poter fare, ecc. Avrete sentito dire molte volte che queste illusioni devono essere distrutte. *Come?* Un uomo deve vedere lentamente *da se stesso* che sono illusioni e che fino adesso ha passato la vita in una taverna, ubriacandosi con sogni sulla propria persona. Questo è chiamato l'inizio del risveglio

dal sonno, e detto risveglio va accompagnato da un sapore acro, molto distinto dal sapore della vita.

Bene, se una persona non valuta, ed attribuisce tutto a se stessa, il suo lavoro non la porterà da nessuna parte, perché, come dissi, l'uomo parte da un posto sbagliato in se stesso. Parte dalla Falsa Personalità. Bisogna ricordare che tutto ciò che è fatto dalla Falsa Personalità è fatto per la forza delle circostanze esteriori. Lo fanno agire le circostanze esterne. Non è libero. Proprio così, non può fare. Le circostanze esterne quando agiscono sulla sua macchina provocano la sua reazione. Questo non è fare nel senso-Lavoro. E la macchina che fa, non l'uomo. Di fatto, non c'è un "Io" - proprio così, non c'è l'Io" Reale. Quello che si chiama "Io" non è niente altro che una cangiante collezione di "Io" nella Personalità sulla quale agiscono momentaneamente le circostanze esterne. Per iniziare a fare, è necessario fermare le reazioni di certi "Io", proprio così, non fare. Tutto quello che un uomo può fare è ricordarsi di se stesso.

Proseguiamo - se si ha scarsa o nessuna valorizzazione di Lavoro, è impossibile iniziare da un posto corretto -. E una questione pratica, come quella di seminare in un posto corretto. Naturalmente, la valorizzazione si accresce via via che Re e Mi, suonano con più forza. Ma se un uomo possiede un Centro Magnetico la nota Do suonerà più presto e con più chiarezza. Le cose si raffredderanno, però, se non si torna costantemente e mentalmente al Lavoro e se non lo si relaziona tutti i giorni con l'osservazione di sé e con tutto quello che si ricorda e che è necessario. Perché quello che è necessario diverrà gradualmente sempre più chiaro.

Ritourneremo ora alla nota Re - in Re dobbiamo imparare tutto quello che insegna il Lavoro, imparare il linguaggio del Lavoro ed applicarlo a se stessi. Questo esige molto tempo - di fatto, tutta la vita -. S'inizia ad applicarlo con l'osservazione di sé e la coscienza di sé non si mantiene se non è abbastanza forte la valutazione che serve per dare la forza emozionale necessaria che permetta di sforzarsi tutti i giorni dalla propria comprensione. Tutti abbiamo la necessità di lavorare. Ma non bisogna criticare il modo di lavorare del prossimo. Se si vuole criticare, bisogna iniziare da se stesso. Non è questione d'imparare il linguaggio del Lavoro, ma di capirne il significato. Non si tratta delle parole ma del significato. E l'unico modo di apprendere il significato è vedere da se stesso la sua verità - perché tutti siamo interiormente aperti alla verità, mentre invece esteriormente siamo tutti aperti alle menzogne - proprio così, alla vita.

Tocchiamo ora la Nota MI. Qui si comprende, in scala sempre più ampia, la città di se stesso, della quale si credeva essere l'unico abitante, e la Nota Fa diventa possibile ma non come la si è concepita. Ed è qui dove si apprende a parlare e a comprendere il linguaggio del Lavoro. Qui, per esempio, si sa che non si può fare, e che gli altri non possono fare, e così non si parla più come se uno e gli altri potessero fare. Questo stabilisce una grande differenza. E perché si sa e si comprende meglio e si sono perse molte presunzioni, si conoscono e si comprendono gli altri e non li si giudica più. Nel raggiungere questa tappa il Lavoro ci parla internamente, perché abbiamo appreso i rudimenti del linguaggio che parla. Per questo la Nota Fa diventa possibile.

Mediante una corretta valutazione del Lavoro si diventa *emozionali*. Un uomo, una donna, devono iniziare a vedere *da se stessi* la verità del Lavoro. Perché? Perché altrimenti questo non diventa emozionale. Proprio così, non tocca il Centro Emozionale. Se non lo si fa resta semplicemente nella memoria esterna della parte formativa del Centro Intellettuale. È una memoria staccata, che non colpisce la nostra vita. È una memoria paragonabile, diciamo, a ricordare le date delle battaglie nella storia. Non è ancora parte di uno stesso. Bene, a volte si dice che uno degli obiettivi supremi del Lavoro è quello di svegliare il Centro Emozionale. Cosa significa *svegliare* il Centro Emozionale? Così come siamo, il Centro Emozionale sta in pessimo stato. È “impuro”. Parliamo di questa impurità. Nessuna persona che ha iniziato nella sua vita a dare il suono della Nota *Re* del Lavoro – proprio così, che applica sinceramente le idee del Lavoro a se stessa per mezzo dell’osservazione di sé – può negare il grande potere delle emozioni negative. Il Centro Emozionale è impuro, innanzi tutto, a causa della terribile massa di emozioni negative che ci governano, e allo stesso tempo tutta l’umanità. Vi ricordo un’altra volta che il Lavoro dice – che non sono i desideri del sesso o del potere quelli che governano il mondo, ma piuttosto le emozioni negative -. E questo si applica ad ognuno di noi. ci hanno insegnato che il Centro Emozionale in noi è nato libero della sua parte negativa. Ma per essere nati tra gente addormentata, tutti profondamente addormentati sotto il potere delle emozioni negative, acquisiamo in poco tempo una parte negativa del Centro Emozionale, che si accresce sempre di più. Questa è, poi, una delle *impurità* che colpiscono questo centro che se lavorasse correttamente ci riempirebbe di ciò che manchiamo e ci procurerebbe una fonte interiore di forza della quale non ho parole per spiegarla. Nel modo in cui è, abbiamo una meravigliosa fonte interiore di emozioni negative e disgrazie. Così il lavoro – il lavoro vero, pratico e arduo – contro le emozioni negative, che consiste nel non identificarsi con esse, non cedere ad esse, non lasciarsi portare da esse, non credere in esse, separare il sentimento di “Io” da esse – è necessario -.

Bene, è impossibile passare dalla Nota *Mi* alla Nota *Fa* nell’Ottava di Lavoro credendo nelle emozioni negative. Solo la comprensione della verità del Lavoro dà la possibilità di passare dal *Mi* al *Fa* – proprio così, ci aiuta a farlo -. Mediante lo studio di sé vediamo che le emozioni negative mentono sempre e traviano la verità. Prendono le cose come desiderano. Le emozioni negative deformano tutto. Deformano, ritorcono, negano, aborriscono – perché come natura le emozioni negative portano all’odio e alla violenza e così alla paura. Odio, violenza e paura formano una tipica triade di forze dove una dipende dalle altre.

Il risultato di questa distorsione prodotta dalle emozioni negative in noi, si originano varie forme di menzogna. E inoltre è necessario comprendere che nessuno può passare dalla Nota *Mi* alla Nota *Fa* se non ha scoperto come si mente e di avere osservato la menzogna in se stesso. Ci sono molte forme di menzogna a cui si riferisce il Lavoro. Una di esse, ed è una che sembra innocua, è scrivere o dire

qualcosa che è accaduto in maniera tale da farci apparire migliori di quello che si é. ma ci sono forme malvagie di menzogna che nascono da stati negativi profondamente radicati, che non si riconoscono perché sono ricoperti da nubi di auto-justificazione. Se non li si riconosce si può far suonare il *Mi* solo molto debolmente. È non conoscere se stesso e, come succede spesso, è negarsi assolutamente di ampliare la coscienza di sé che include detta menzogna. A volte questo è dovuto a qualche immagine di sé straordinariamente soddisfacente, come quella di una persona che si vede giusta ed onorabile, impedendole che si produca il necessario accrescimento di coscienza, che si ottiene solo se si sacrifica la propria vanità. A questo riguardo bisogna ricordare che ogni volta che diciamo “Io” in realtà stiamo mentendo. Quale “Io”? per molto tempo tutti abbiamo detto “Io” con tanta enfasi e fiducia, come se l’“Io” Reale controllasse tutto ciò che facevamo e dicevamo e pensavamo e sentivamo. Ma se facciamo suonare eventualmente un forte *Mi*, tali illusioni non hanno già più il loro potere. Insomma, dobbiamo accettare, sopportare ciò che siamo, che è l’unico modo di accettare e sopportare gli altri nel Lavoro.

Ritornando al problema della impurità del Centro Emozionale – c’è un’altra impurità che il signor Ouspensky spiegò meglio riferendosi ad essa in “Tertium Organum”. Darò la seguente citazione e poi lascerò la questione aperta al dibattito, facendo perno nell’osservazione: “È impossibile conoscere per mezzo delle emozioni impure”.

Il signor Ouspensky scrisse: 'Le emozioni negative impure danno una conoscenza oscura, *non pura*, così come uno specchio impuro dà un'immagine confusa. L'emozione pura dà un'immagine chiara, chiara di ciò che si desidera conoscere. Questa è l'unica decisione che si può prendere. Arrivare a questa conclusione ci salva dall'errore comune dei moralisti che dividono arbitrariamente ogni emozione in 'morale' ed 'immorale'. Ma se cerchiamo di separare le emozioni dai suoi timbri morali, allora vediamo che la questione è considerevolmente più semplice, che non vi sono nella sua natura emozioni pure, né tantomeno *nella sua natura* non vi sono emozioni impure, ma che ogni emozione è pura o impura secondo che abbia o no in essa immissioni di altre emozioni. Può fare pura sensualità, la sensualità del "Cantico, dei Cantici" che inizia con la sensazione della vita cosmica e ci concede il potere di sentir battere il polso della natura. E può avere sensualità impura, mescolata con altre emozioni buone e cattive da un punto di vista morale ma che insudiciano ugualmente il sentimento fondamentale. Può avere simpatia pura, e anche simpatia mescolata al calcolo per ricevere qualcosa in cambio della simpatia. Può avere amore puro della conoscenza, sete della conoscenza per amore della conoscenza, e può avere inclinazione alla conoscenza in cui la considerazione di *utilità o profitto* ha la massima importanza.

Nella loro manifestazione esteriore le emozioni pure ed impure sogliono differire pochissimo. Due uomini stanno giocando a scacchi; esteriormente agiscono in un modo molto simile, ma in uno arde l'amore di sé, il desiderio di vittoria, ed è pieno di diversi desideri sgradevoli nei riguardi del suo rivale - paura, invidia di una giocata abile, risentimento, gelosia, animosità, o trappole per vincere, mentre l'altro si contenta semplicemente di risolvere un complesso problema matematico che sta di fronte a lui, senza pensare assolutamente al suo rivale. L'emozione del primo uomo

sarà impuro, in quanto è molto mescolato. L'emozione del secondo sarà puro. Il significato di questo è, naturalmente, perfettamente chiaro.

"Esempi di un'analogia divisione di emozioni che sono esteriormente simili si possono vedere nelle attività estetiche, letterarie, scientifiche, pubbliche e persino nelle spirituali e religiose. In tutti i campi di questa attività solo una vittoria completa sugli elementi pseudo - personali porta un uomo ad una corretta comprensione del mondo e di se stesso. Tutte le emozioni colorate da tali auto elementi si assomigliano a lenti concave, convesse o di curva imperfetta che riflettono malamente i raggi luminosi e deformano l'immagine del mondo.

"Pertanto il problema della conoscenza emozionale consiste in una preparazione corrispondente delle emozioni che servono come organi di conoscenza. 'Siate come piccoli bambini ...' e 'Beati i puri di cuore' in queste parole evangeliche si esprime innanzi tutto l'idea della purificazione delle emozioni. E' impossibile conoscere per mezzo delle emozioni impure. Per tanto, nell'interesse di una corretta comprensione del mondo e di sé, l'uomo deve intraprendere la purificazione e l'elevazione delle sue emozioni".

Cap. 99 Great Amwell House 8 novembre 1947
PERSONALITA' ED ESSENZA.

O L'UOMO ESTERIORE E L'UOMO INTERIORE
o (nel mio caso)
NICOLL E "IO"

Quando agite dagli insegnamenti del Lavoro - come quando, per esempio, non fate pettegolezzi quando vorreste - voi agite oltre il principio del piacere. Se voi fate solo quello che vi dà piacere voi non lavorate su voi stessi. Che cosa vi dà piacere e quali forme di piacere sono dovute alla Falsa Personalità? Voi sapete che l'uomo che agisce sempre per un desiderio di produrre una buona impressione, di aumentare la sua reputazione, perché si parli bene di lui, agisce solo dal suo lato esterno, dal suo lato-falso, girato verso il mondo. Egli non fa niente dal suo lato interno. L'attacco principale di Cristo fu contro i Farisei, cioè voi e io; e non persone che sono vissute 2.000 anni fa. Come è stato detto, il Fariseo in voi è la Falsa Personalità che fa ogni cosa per salvare una forma sottile di auto-gloria - anche digiunando o pregando tutto il giorno -, come gli ipocriti nominati nei Vangeli che "amano pregare nelle sinagoghe e agli angoli delle strade". (La parola ipocrita viene dal greco che vuol dire un attore sul palcoscenico.) Sì, questa è la tragedia di molte persone che si considerano devote. Essi internamente non sono così. Se tutte le restrizioni sociali esterne fossero rimosse, essi non digiunerebbero né pregherebbero. Cioè ogni cosa che essi fanno è impura. Questo, è illustrato bene nella parabola delle due persone che pregavano:

"Due uomini andarono nel tempio a pregare; una era un Fariseo e l'altro un pubblicano. Il Fariseo stava in piedi e pregando Dio tra sé diceva: ti ringrazio perché io non sono come gli altri che estorcono, sono ingiusti, adulteri, e non sono

neppure come quel pubblicano. Io digiuno due volte la settimana, e faccio elemosine. Ma il pubblicano non osava alzare gli occhi verso il cielo e battendosi il petto diceva: Dio, abbi pietà di me che sono un peccatore (Luca XVIII 10-13)

Bene; avete notato questo in voi? Poiché questo Lavoro comincia con l'auto-osservazione, un lungo viaggio. In altre parole è interno; la sua direzione è verso l'interno; il suo risultato sta solo nell'auto-rivelazione, nel vedere e nel riconoscere, che cosa non è veramente voi, non questo voi immaginato, e termina con il raggiungimento di quella meta interna di cui parlano tutti gli insegnamenti esoterici che Cristo ha chiamato "il regno dei cieli che è dentro di voi". Egli aggiunse che voi dovete rinascere prima che questo sia possibile. Il Lavoro dice "la Personalità deve diventare passiva prima che possa avvenire uno sviluppo interno". Al presente in me è attivo Nicoll. e in voi, se il vostro nome è Rossi, è attivo Rossi. Ora, per me Nicoll e per voi Rossi, è la Falsa Personalità alla quale attribuiamo tanto valore e che perciò viene così facilmente offesa o ferita dalla vita. Vi ricordo ancora che siamo nati con l'Essenza che è pura, ma non sviluppata. Poi, nati in un mondo di gente addormentata che racconta bugie, l'Essenza smette di crescere (essa può crescere solo con la verità) e viene circondata dalla Personalità acquisita, da atteggiamenti tipici, da cose imitate, non reali, non da una verità vista internamente. Così un uomo diventa disarmonico, Perché? Perché la sua verità è tutta sbagliata, il modo in cui si prende è tutto sbagliato, il suo sentimento di "Io" è tutto sbagliato. Egli ha perso ogni rapporto interno con se stesso, e ha sviluppato una falsa realtà. Questa è la Falsa Personalità.

Noi tutti siamo in questa falsa realtà e tutti si sentano persi e desiderano ritornare. Noi siamo nostalgici. Ma dove, a che cosa desideriamo ritornare? Forse lo sapete o immaginate di saperlo; forse non avete mai avuto questo sentimento che va direttamente verso l'interno e lo avete considerato esternamente come antipatia verso qualcuno o verso qualcosa, o come scontentezza, o come la sensazione di non essere trattato bene. Così vivete in disarmonia e prendete tutto in modo sbagliato.

Ora questo **ritorno** - questo posto che desideriamo profondamente e nostalgicamente - non è possibile comprenderlo se un uomo, una donna, non conosca qualcosa su quello che è necessario fare. Nei Vangeli ci sono molte istruzioni, ma non nel giusto ordine. Su questo punto il Lavoro c'insegna che un uomo deve **svegliarsi** prima di poter **morire**, e che deve **morire** se vuole **rinascere**. Il nostro lavoro riguarda il **risveglio**. Un uomo deve svegliarsi alla molteplicità del suo essere, alle sue emozioni negative, al suo considerare interno, alla sua continua identificazione con ogni cosa. Egli deve svegliarsi ai diversi "Io" in lui che parlano sempre in suo nome. Egli deve svegliarsi alle sue contraddizioni interne - infatti, noi dobbiamo raggiungere la nota **Mi** nell'ottava di Lavoro chiamata "realizzazione delle difficoltà personali". Tutto ciò è necessario prima che un uomo possa morire, altrimenti egli non sa a cosa deve morire, e può anche tentare di morire verso le cose sbagliate. Ricorderete come qualche volta il Lavoro parla di andare contro la propria **meccanicità**. Voi dovete ricordare che se noi non cerchiamo di vivere più consapevolmente, non possiamo più vivere meccanicamente tutto il giorno, se tentiamo di fare questo Lavoro. Voi sapete che il Lavoro parla di persone addormentate che immaginano d'essere consapevoli di tutto quello che fanno. Pertanto bisogna comprendere il fatto di **non essere coscienti** -

o come dicono i Vangeli - *svegli*. Lo studio di questo Lavoro ci mette in grado di capire meglio i Vangeli nel senso interno. *Perciò questo Lavoro é chiamato Cristianesimo Esoterico. Esoterico significa interno ed essoterico significa esterno.* Per esempio una parabola ha un significato interno. Il vaso della vedova e l'aceto non significano in realtà un vaso e l'aceto. Con lo scopo d'iniziare questo viaggio interiore in modo tale che uno possa ritornare, è richiesto un significato interiore, e così é necessaria l'osservazione di sé. Bisogna vedere la Falsa Personalità, e bisogna vederla per giorni, mesi, anni, finché uno comincia a separarsi da lei interiormente, e non la chiama più "Io", non la prende più a lungo come "Io", e non mette più in lei tutta la sua forza fisica. Così alla fine la Falsa Personalità é resa passiva. Questo nuovo stato é l'inizio del viaggio di cui parlavamo.

Cap. 100 Great Amwell House 15 novembre 1947
SUL SENTIRE IL LAVORO

In un'occasione G. disse a qualcuno: "Non può sentire". In un'altra occasione disse: "Sta sempre fuori". In questo commentario parlerò innanzitutto sul sentire. Naturalmente, letteralmente, dire a una persona che non può sentire significa che è sorda. Ma G. non si riferiva ad un'incapacità fisica dell'udito perché detto uomo sentiva tanto bene quanto tutti noi. Voleva dire che quell'uomo non poteva sentire psicologicamente. Tutti coloro che sono stati nel Lavoro qualche tempo hanno avuto l'esperienza di sentire per la prima volta qualcosa che è stata detta molte altre volte. Bene, perché non possiamo sentire psicologicamente subito ciò che si dice? Bisogna rispondere: a causa del nostro livello di comprensione, che dipende dal nostro livello di Essere. Sentire nel senso in cui G. impiegò la parola significa percepire il significato di ciò che si dice. Ma la nostra percezione del significato dipende dal nostro livello di Essere e il nostro livello di Conoscenza. Il nostro livello generale è caratterizzato dallo stato di sonno. Siccome siamo addormentati non possiamo sentire. Quando cominciamo a svegliarci dal sonno sentiamo meglio. Alcune persone, per aver sentito un po' meglio, preferiscono riaddormentarsi di nuovo, e per quanto le si strattona non le si può svegliare, o si svegliano per un momento e tornano a cadere nel sonno. Il processo si paragona a salire e scendere da una scala e tutti siamo passati per questo punto. Bene, quando si è più svegli si sente meglio; quando si è più addormentati, non si sente nulla. È necessario essere pazienti con se stesso. Il Lavoro è più forte della vita e se la nostra ricezione del Lavoro fosse sufficiente – proprio così, se sentissimo il suo significato pienamente – poi percepiremmo che il Lavoro è più forte della vita e del sonno. Ma il nostro potere di ricezione del Lavoro è piccolo e per questo la vita e il sonno paiono più poderosi e ci vincono continuamente. Questo non è perché la vita e il sonno siano più forti del Lavoro: la ragione di ciò è che la nostra capacità di ricevere l'insegnamento esoterico del Lavoro è piccola. Non è forse straordinario che le persone non possano comprenderlo, e per così dire, danno la colpa al Lavoro? Bene, *udire* significa recepire, percepire. Pertanto l'uomo che non può percepire, non può ricevere le idee del Lavoro. Manca di scodella, di piatto, di vaso capace di contenerlo. È convesso. Non c'è in lui alcun posto eccetto per se stesso. In uno degli antichi frammenti d'insegnamento esoterico si paragona l'uomo

ad un vaso con l'apertura in basso ed è necessario metterlo con l'apertura in alto affinché possa ricevere qualcosa e mantenercela e così trattenerla. Dobbiamo ammettere che quantunque abbiamo "udito" qualcosa – proprio così, abbiamo recepito una nuova visione delle cose – ci costa mantenerla, e così ritenerla, ammesso che il vaso non si rivolti di nuovo e cada sotto il potere della vita e del sonno -. È in questo punto che irrompe la lotta del Lavoro con la Vita – per conoscenza, la lotta tra il significato psicologico e il significato fisico, tra ciò che difende il Lavoro e ciò che difende la Vita -. È qui che inizia tutta la vera tentazione. Torniamo all'allegoria concernente la tentazione di Cristo. Il Diavolo gli chiese – proprio così, la Vita – di mettere il vaso con l'apertura in basso per poter adorare il potere della vita esterna e tutto il suo spettacolo e gloria e potere:

“E il diavolo lo portò su un alto monte e gli mostrò in un momento tutti i regni della terra. E gli disse il diavolo: ti darò tutta questa potenza, e la gloria di essi; perché a me è stato dato, e lo do a chi mi pare. Se tu mi adorerai prostrato, sarà tutto tuo.”
(*Luca IV, 5-7*)

Ritornando al “sentire”: un uomo non può udire il significato del Lavoro se è pieno di se stesso perché in questo caso non ha “vaso” – proprio così, niente in lui che possa ricevere l'insegnamento del Lavoro -. Non ha più necessità di nulla. Con il completo ordinamento interiore dell'autostima, dei respingenti, degli atteggiamenti, delle immagini, delle auto-justificazioni, della vanità, dell'orgoglio, e tutto il resto, non c'è assolutamente posto per far entrare qualcos'altro. Così il Lavoro inizia con l'osservazione di sé, imparziale e sincera. Perché? Per lasciare il posto ad un'altra cosa. Perché un uomo per mezzo dell'osservazione di sé comprende la sua vera condizione – quando, per esempio, comincia a rendersi conto, seppure leggermente, di essere *meccanico* e non un uomo, perde parte del suo finora intoccato orgoglio-. Questo, *successivamente*, lascia posto. Sì, lascia posto nella taverna. Perché nella parabola della Nascita di Cristo, non vi era posto nella casa – che significa che l'insegnamento esoterico, così come fu dato attraverso le epoche, non trovò “posto nella casa” – essendo la casa qualcosa nell'uomo molto vicina alla via reale, eppure qualcosa di appartato, per poter ricevere i forestieri. Le idee del Lavoro sono esattamente i forestieri – estranei per i nostri pensieri ed idee ordinarie -. Bene, è solo per mezzo dell'osservazione di sé del Lavoro, esercitata per lungo tempo, che lascia posto in un uomo, in una donna, affinché penetri la conoscenza del Lavoro e confermi la sua graduale, successiva inosservata trasformazione dell'Essere. Allora l'uomo comincia a *udire*, l'uomo che fin'allora, con il suo vaso rovesciato, era sordo e così non “udiva” nulla fuorché la vita e il sonno.

Parliamo ora dell'uomo, della donna, che “non stanno mai a casa” o che “stanno sempre fuori”. Si riferisce a coloro che non posseggono in se stessi un centro di gravità. Vivono, per così dire, fuori di se stessi e non bisogna sorprendersi se mancano di posto, o hanno soltanto un posto popolato da fantasmi. Pertanto è impossibile intavolare con essi una conversazione seria, perché per parlare con un uomo, questo deve stare nella sua casa. Non solo non s'incontrano, ma evitano se stessi, come se avessero paura di entrare; e fuggono velocemente sia nella mente come nel parlare di tutto ciò che possa comprometterli. Se gli si fa una domanda su se

stesso, scappano a tutta velocità; ed è come vederli in una visione fuggire per la pianura per rifugiarsi in un bosco distante o in una cavità. Oppure contestano con un modo agitato o nervoso. Di fatto, abbiamo la possibilità di descrivere in diversi modi la persona che G. raffigurò come non fosse “mai in casa”, ed è così, per noi, tema di osservazione, e di osservazione di sé. La paura, è chiaro, e pertanto la tensione, devono disimpegnare una parte importante – ma, quale tipo di paura? -. Questo è nuovamente tema per l’osservazione e l’osservazione di sé. Ma vi ho dato due esempi del modo in cui G. descrisse una persona. Mi interessò sempre il suo modo semplice di esprimere le cose nella psicologia della gente. Diceva che la pratica del rilassamento era necessaria per le persone che stanno “sempre fuori”.

Perché diceva che la pratica del rilassamento era così necessaria per la persona che descriveva come se fosse “sempre fuori”? Mi azzardo a dire che una delle ragioni radica nel fatto che una persona senza centro di gravità, una persona che non sta qui, né là, che è sempre fuori, ha i muscoli tesi, e in questo modo se rilassa i suoi muscoli si addentra di più in se stessa. Questo è un esempio in cui si parte dal Centro Motorio, con lo scopo di controllare il Centro Emozionale. Inoltre G. diceva sempre che nella disciplina del Lavoro ci sono due cose supreme – **ricordarsi di se stesso e rilassarsi** -. La pratica del rilassamento, c’insegnò, comincia con l’attenzione interiore, in modo che la Coscienza possa essere collocata in ogni parte del Corpo. Disse: “È necessario cominciare con i piccoli muscoli della faccia”. Aggiungerò che tanto G. quanto O. c’insegnarono a ricordarci di noi stessi per un breve istante alla volta e, per ciò che posso ricordare, G. segnalò che il rilassamento deve effettuarsi innanzi tutto per poco tempo. Ciò è corretto, perché prestare attenzione interna alle differenti parti del Corpo esige tanta forza che non tarda a far venire lo sfinimento.

Cap. 101 Great Amwell House 29 novembre 1947

IL CENTRO DI GRAVITÀ IL SOLE, LA LUNA E LE STELLE

In uno dei gruppi si impiantò recentemente la seguente questione: “Cos’è il Centro di Gravità? Come lo si definisce?”

È necessario esaminare i diversi sensi (significati) che di danno a questi termini nel Lavoro. Come in tutto ciò che concerne il Lavoro è preciso distinguere in se stesso il Centro di Gravità *meccanico* e il Centro di Gravità *cosciente*.

- 1) **La vita come Centro di Gravità.** Qui rientrano le categorie dell’Uomo – l’Uomo N° 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7. Nel caso dell’Uomo N° 1, dell’Uomo N° 2, dell’Uomo N° 3, il termine “centro di gravità” è usato per segnalare il centro che si usa principalmente nel modo di affrontare la vita. Proprio così, nel caso dell’Uomo N° 1, il suo centro di gravità sta sia nel Centro Motorio come nel Centro Istintivo. Per iniziare, l’Uomo N° 2 prende tutto *emozionalmente* – proprio così, attraverso la simpatia-antipatia, e così il suo centro-vita di gravità sta nel Centro Emozionale -. In modo simile l’Uomo N° 3 affronta ogni teoria, intellettualmente, per cui il suo centro di gravità sta nel Centro Intellettuale. Questi sono i centri-vita di gravità dell’*umanità meccanica* e a causa di queste differenze l’Uomo non può mettersi in contatto con l’Uomo. Pertanto, nel

Lavoro, questo è chiamato: “Il Circolo della Confusione delle Lingue” o “O il Circolo di Babele” o semplicemente, “La Vita”. Al contrario, il Circolo Cosciente dell’Umanità – l’Uomo N° 5, 6, 7 – si comprendono a vicenda.

- 2) Il seguente significato di Centro di Gravità è impiegato in connessione con il Lavoro. Il passaggio dell’umanità meccanica al Circolo Cosciente dell’Umanità è impossibile senza l’aiuto di qualcosa **di diverso dalla Vita** e le sue continue pressioni e tensioni. Così il Lavoro è chiamato una Terza Forza che è diversa dalla Vita. Parliamo di questo secondo significato del Centro di Gravità il cui inizio si situa nell’“Interesse nel Lavoro” – proprio così, il sentimento genuino dell’importanza del Lavoro -. L’interesse nel Lavoro inizia con la valorizzazione.

La forza gravitazionale della Luna è sufficientemente potente per influenzare il movimento delle maree, ecc., sulla Terra. Bene, il Lavoro insegna che, così come siamo, la “Luna” agisce psicologicamente su di noi. L’Universo esterno, rappresentato fisicamente dal visibile Sole, Luna, stelle, ecc., sono anche dentro di noi – non fisicamente, ma psicologicamente -. Così il Lavoro, parlando psicologicamente, dice: “Dobbiamo creare la Luna in noi stessi”. L’Uomo è un microcosmo – ma non completamente – che vive in un macrocosmo. L’uomo fisico, visibile e l’Universo fisico, visibile sono ambedue rappresentati in scala diversa – proprio così, una scala psicologica – non completa nell’Uomo. La Luna fisica, letteralmente, è situata più in basso della Terra; il Sole sta più in alto, la Galassia ancora più in alto e così via. Ma questo simbolo esterno dell’Universo visibile è secondo quanto dice il Lavoro, psicologicamente in noi. Proprio così, quando si dice che l’Essenza proviene dalle stelle, significa psicologicamente, che l’Essenza proviene da un livello più elevato. È possibile captare che l’esterno, il visibile rappresenta l’interno invisibile? Così come è dentro – così è fuori -. Sì – ma lo capiamo? -. Nell’Universo visibile ci sono scale – e scale simili sono in noi stessi -. Se possedessimo la Coscienza solare staremmo al livello divino del Sole – rappresentato esteriormente, visibilmente, nella struttura scalare del mondo esterno dal Sole letterale, fisico – ma **non** il Sole psicologico interiore che è presente soltanto dentro di noi e con il quale possiamo comunicare per mezzo della Coscienza interiore-, parlo qui dei Centri Superiori. I popoli lungo tutte le epoche hanno adorato il Sole esterno, fisico. Qui nasce la difficoltà di separare il letterale e lo psicologico dal materiale e lo spirituale, l’esteriore dall’interiore – difficoltà che per tutti coloro che persistono nell’afferrarsi al Lavoro finalmente cessa e lascia il posto ad un meraviglioso mondo interiore di esperienza -. L’Uomo è nato in un Universo vasto composto da miriadi di Lune, Soli e Galassie. Porta la sua impronta come quella di sua Madre. Ma **in lui** è rappresentato in forma di scala. Nel Raggio di Creazione, che è la scala, si mostra come si può tracciare, da tutti i Raggi possibili, **il nostro** Raggio, **il nostro** Sole, **i nostri** Pianeti, **la nostra** Terra, **la nostra** Luna. Ci si presenta un enorme meccanismo. Ma, facendo astrazione di ciò che è rappresentato fisicamente, parte dell’Universo sta nell’Uomo, come anche fuori di lui. Così il Lavoro parla della nostra Luna psicologicamente, come di una poderosa influenza in noi, l’influenza di formare comportamenti difficili da eliminare.

“L’azione della Luna”, disse succintamente G. è simile a quello di una bilancia. Controlla la Vita Organica, che copre la superficie della Terra come una pellicola sensibile. È come la bilancia di un pendolo. La sua influenza radica nel mantenere tutto come sta e come é. Utilizza la Vita Organica come alimento. Da questo punto di vista la vita sulla Terra è una fabbrica di dolore”. Agli inizi del Lavoro, il signor Ouspensky ci disse: “È necessario creare la Luna in noi stessi”. Cercate di vedere cosa significa questa cosa”. Cosa significa? Significa che è necessario fare qualcosa in se stesso che possa resistere alle influenze della vita. Alcune antiche scritture lo denominavano fuggire di prigione. Come fossimo macchine, siamo maneggiati dalla vita esterna. Siamo funzioni della vita, reagiamo contro tutto, proprio come fanno le macchine. La prima cosa che bisogna comprendere è che succede proprio così, e comprenderlo con sincerità, senza lasciarsi portare dall’immaginazione. La graduale comprensione della propria meccanicità è l’inizio del risveglio. Basta avere presente che ognuno deve svegliarsi. Io non lo posso svegliare. Se potessimo cambiare le nostre risposte alle impressioni di tutti i giorni, se potessimo resistere al solito effetto che la vita giornaliera produce su di noi, creeremo la “Luna in noi”. Dobbiamo, pertanto, come c’insegnarono, *isolarci* dagli effetti che la vita produce su di noi – *non dalla vita* -. Se non lo facciamo, se viviamo meccanicamente – e già alcuni di voi dovrebbero conoscere veramente cosa significa questo e comprendere che si può passare il tempo seduti su una sedia senza fare nulla eppure pensare e sentire meccanicamente – se, diciamo, si vive meccanicamente, allora la “Luna ci mangia” -. Esige tutta la nostra energia, specialmente quando siamo negativi. Avvertiamo che è il nostro modo di prendere la vita la cosa contro di cui si deve lavorare. Questo richiede una lunga osservazione di sé.

Bene, avrete sentito spesso che ogni atto di non identificazione apporta energia. È *anti-meccanico*. E se è accompagnato dal Ricordo di Sé crea veramente una classe più elevata di energia e così una crescita di Coscienza. Bene, ci sono tre cose principali che aiutano ad isolarci dalle conseguenze personali che la vita produce su noi – il Ricordo di Sé, la Non-Identificazione e la Non-Considerazione -. Tutto questo crea la “Luna in noi stessi”. Andare contro le abitudini fa la stessa cosa – ma è preferibile cominciare con le abitudini psicologiche, come l’abitudine di essere negativi, l’abitudine di essere addormentato, l’abitudine di farci conti interni, l’abitudine di detestare, l’abitudine di auto-compatirsi, e tutto il resto, perché, naturalmente, quanto più si odia, più si sente compassione per se stesso.

Il Lavoro dice che l’uomo sulla Terra sta sotto molte influenze. La Terra sta sotto 48 ordini di leggi – proprio così, influenze che sono esercitate su di noi come stessimo sotto le mobili luci di riflettori. Dice anche che la Luna sta sotto 96 ordini di leggi. Stare sotto la Luna è stare sotto la maggiore meccanicità possibile e, come si sa, questo è il caso di un uomo, di una donna, che sono profondamente addormentati, che sono governati da ogni tipo di emozione negativa, dall’odio, la considerazione interna e tutto il resto. Per mezzo del lavoro su di sé è possibile arrivare a stare sotto meno e migliori influenze o leggi. È proprio per questo che lavoriamo lungo le linee stabilite nell’insegnamento pratico del Lavoro. Obbedendogli, uno si eleva nella “scala dell’“Essere” rappresentata nel Raggio di Creazione. Ma questa elevazione è

possibile solo per mezzo del *sacrificio*. Comportarsi come si fa abitualmente, e sperare di elevarsi, è impossibile. Per iniziare, è preciso *sacrificare la propria sofferenza*. Tutta l'auto-compassione, tutto l'infantilismo, la vanità, le paure segrete, assurde, tutto l'auto-sentimentalismo, tutti i conti interni, tutte le immagini deplorievoli, tutti i sospiri, tutti i grugniti interiori, e le lamentele, devono essere bruciate nel fuoco della crescente Coscienza. Ricordate che non esiste giustizia sotto le leggi superiori nel modo in cui la s'intende. La giustizia superiore, la giustizia celestiale, è *lavorare su di sé*, in modo tale che quando arriva l'ora della morte non c'è più da saldare nessun conto. La questione si pone in – a dispetto di tutte le difficoltà che bisogna menzionare: “Che cosa ha fatto *oltre se stesso*?” In un altro passo si dice così: “Ogni uomo, ogni donna, sarà giudicato secondo le sue opere”. Aggiungerò: “Quale situazione ha trasformato?” Sì, vale la pena riflettere su questo particolare e più profondamente possibile, se è possibile riflettere su quella cosa a cui ci afferriamo e così in modo equivoco prendiamo come “noi stessi” e sul danno che ci procura. Bisogna tener presente che quello su cui si fa tanta insistenza – quello contro di cui si reagisce meccanicamente, quello che riceve le impressioni, *non è uno stesso* -. È la macchina. È qualcosa che *non è uno stesso*. È possibile, durante una scenata negativa, dire: “Questo non sono “Io”?” Se è così, con il tempo si arriva ad un rilassamento la cui descrizione è impossibile. Soltanto la non identificazione porta la pace interiore. Vogliamo dire che nel Lavoro le vere esperienze non possono essere descritte ad un'altra persona che non ha raggiunto ancora il livello di dette esperienze. È lo stesso che descrivere il sapore di qualcosa di delizioso che l'altra persona non ha provato e chissà se proverà mai.

Bene, nel suo significato più alto, quando iniziamo a “fare la Luna in noi stessi”, facciamo un *Centro-Lavoro di Gravità* distinto dalla Vita. Solo una terza forza che differisce dalla terza forza di vita può farlo per e in noi. Solo una forza psico-spirituale può farlo, una forza che non deriva dalla vita e dalle tristi, pesanti influenze meccaniche e che formano abitudini della “Luna”, ma delle influenze più aggraziate che si elevarono prima, per una Scala Laterale, fino al Sole, e ci lasciarono il ricordo della via che è necessario seguire per andare oltre esse.

Questa è la prima e più grande idea sulla formazione del “centro di gravità” in uno stesso. Solo con questo “centro di gravità” un uomo può raggiungere il livello dell'essere chiamato Uomo n° 4 – un uomo in cui tutti i centri cominciano a lavorare e a cui è concesso l'unico discernimento e rivelazione per vedere che le cose che riguardano ogni centro non sono già più contraddittorie come l'Autunno lo è alla Primavera.

Cap. 102 Great Amwell House 6 dicembre 1947
COMMENTARIO SULLA CRESCITA DELLA COSCIENZA
Idea – Lavoro

Secondo l'insegnamento del Lavoro siamo nel secondo livello di coscienza, chiamato Stato di Veglia in cui le persone si odiano le une con le altre e si uccidono tra loro in

nome di qualche teoria, ecc. il Lavoro insegna che l'umanità, per stare in questo livello, che non è quello della vera coscienza, soffre in accordo con questo stato, ed è usata con altri propositi in beneficio di questa. Dice, prima che le cose possano migliorare, che l'umanità – o un numero sufficiente di persone – devono arrivare al terzo livello. Altrimenti non è possibile nessun cambiamento negli assunti dell'umanità e l'Uomo continuerà ad oscillare tra gli opposti, la guerra e la pace, ecc. Insomma, qui noi - chiunque – deve sperimentare un **accrescimento di coscienza** -. Il Terzo Livello di Coscienza – in cui può arrivarci l'aiuto dall'esterno – è chiamato il **Ricordo di Sé, Coscienza di Sé o Percezione di Sé**. Cerchiamo di arrivare a questo livello. È chiaro, che per giustizia, tutti dovremmo raggiungerlo. Ovvero ci sforziamo. Non possiamo svegliarci anche solo un pochino? Allora, Come possiamo sperimentare individualmente, per mezzo del Lavoro personale un **aumento di coscienza?**

Bene, inizieremo un commentario su questa centrale idea-Lavoro cioè quella di diventare più coscienti e le conseguenze di rimanere addormentati nel Secondo Stato.

COMMENTARIO

Una delle istruzioni che ci portano a questo accrescimento di coscienza radica nel diventare più coscienti di sé. Recentemente abbiamo parlato della persona che “non poteva sentire” e di quella che “stava sempre fuori”. Siccome sono molte le persone che credono che i commentari relativi a queste due definizioni date da Gurdjieff siano utili, parleremo della persona “che mette sempre scuse”. In un'occasione il signor Ouspensky mi disse: “Voi mettete sempre scuse”. Mi sorprese, in quel momento pensai che fosse veramente assurdo dirmi tale cosa. Mi parve evidente in quel momento che chi mettesse sempre delle scuse fosse O. Io non le mettevo mai. Per questo non solo mi sorpresi, ma, in più, mi sentii ferito. Probabilmente pensai tra me: “Cosa? Come può dirmi questo? Crederà che sia così, quando per mesi e persino anni gli è stato segnalato dettagliatamente quanto lui sia difficile, e quante volte mi oppone una scusa? Bene, faccio questo esempio con lo scopo d'illustrare come, se non si ha coscienza di qualcosa in uno stesso che non si vede, non lo si può comprendere e pertanto non si può cambiare. Non è chiaro che se una persona non ha coscienza di nessuna qualità in se stessa, non la percepisce e pertanto non crede di possederla, anche se qualcuno casualmente glielo segnala, non può cambiarla? La coscienza e il cambiamento sono inseparabili. Una persona ha due cose: un corpo fisico e un corpo psicologico. La conoscenza dei due è estremamente imperfetta ed erronea. Così la gente sbatte quotidianamente l'una contro l'altra.

Occupiamoci ora del corpo psicologico – la psicologia di una persona – la sua psicologia, con la quale si mette in relazione con la psicologia di un'altra persona. In verità è una questione molto difficile perché una persona non percepisce la propria psicologia, né tantomeno l'altra persona percepisce la sua. Le due persone hanno in esse mille ed una cosa di cui sono incoscienti, che non percepiscono e che, senza dubbio, si manifestano in ogni momento. Questo è lo stato generale dell'“Uomo addormentato”. Per questo il Lavoro parte dall'Osservazione di sé. Dice che è necessario “conoscere se stessi” – per citare l'iscrizione scritta sul portale dell'antico tempio greco di Delfo, dove circa quattordici mila anni fa vi era una scuola esoterica

che si occupava di chiaroveggenza ed era conosciuta in tutto il Mediterraneo settentrionale ed orientale. Sì, prima di poter *cominciare*, è necessario conoscere se stessi molto meglio di come siamo soliti fare nella fluente corrente della vita; e mediante questa conoscenza diventeremo più responsabili gli uni con gli altri e con e per noi stessi. Altrimenti, assolutamente, non esiste esistenza individuale.

Qualche tempo fa si domandò: “Che cos’è la psicologia?” si diede la seguente risposta: “Della psicologia bisogna dire che tratta di ciò che non percepiamo”. In quell’epoca ci occupavamo del lato oscuro di noi stessi – con il quale vogliamo dire il lato di noi stessi che non vediamo, che non percepiamo e che così non riconosciamo. Intendetelo, voi potete essere quello che non ha coscienza. Eppure questo lato agisce in ogni momento – e la cosa tragica è *che non lo vediamo* -. *Siamo* quello, senza saperlo, senza avere coscienza di ciò. Per questo il Lavoro dice: “L’osservazione di sé è necessaria. Lascia penetrare un raggio di luce nelle tenebre interiori di noi stessi”. Che cosa è un raggio di luce? Questo raggio di luce è la luce della coscienza, perché la coscienza è luce, non la luce del Sole, ma la luce spirituale, la luce psicologica. E le tenebre interiori sono tutto quel lato, tutte quelle qualità di cui non abbiamo coscienza, che non percepiamo e non riconosciamo. Cosa risulta da tutto questo? Cosa succede quando – per mettermi come esempio – io metto scuse? Non vedo che sono io stesso, non ho coscienza di ciò e così non lo riconosco. Al contrario, lo vedo in un’altra persona. Vedo che solo O. mette scuse, non sono io che lo fa. Lui è colpevole, non io. Questa è “psicologia”. Prendendo la frase del mio primo maestro di psicologia, il dottor Jung – disse: “*Proiettiamo* sugli altri quello che non possiamo accettare in noi stessi” -. Sì – tutti conosciamo quella persona gelosa che, nel non accettare i suoi pensieri di infedeltà, li proietta ed accusa unicamente l’altra persona. Non è questo l’esempio più semplice di ciò che significa la “psicologia pratica” – e per tanto la necessità dell’osservazione di sé e la graduale accettazione di ciò che sta in uno stesso -? Sfortunatamente, è molto difficile percepire quello che proiettiamo agli altri in forma di sospetti, calunnie, accuse, offese, antipatie, ostilità e tutto il resto. C’è tutto un meccanismo costruito per i respingenti, gli atteggiamenti, le associazioni, le emozioni negative, le immagini, le considerazioni, le vanità e la falsa personalità, che è molto possente e serve per mantenerci addormentati e presi dalla vita meccanica, dove sono rari coloro che hanno il coraggio e il pensiero lucido che li spinge a svegliarsi ad ogni costo. In poche parole, non siamo capaci di vedere noi stessi se non realizziamo uno sforzo prolungato. Se non lavoriamo, rimarremo sempre nello stato di non coscienza di noi stessi. Proiettiamo sugli altri ciò che dovremmo vedere in noi stessi, ammesso di coprirci con l’illusione di essere pienamente coscienti. Per questo il Lavoro parla di un *accrescimento di coscienza*, prima che un uomo possa cambiare. “L’Uomo – dice – tuttavia non è cosciente” si attribuisce la coscienza a se stesso. Non comprende di non essere ancora cosciente. Un uomo cosciente conosce se stesso. Un uomo meccanico immagina di conoscersi.” Bene, per ciò che riguarda il proiettare sugli altri ciò che non vediamo in noi stessi, é necessario ricordare che il Lavoro dice: “Siamo specchi che riflettono gli altri e siamo riflessi per gli altri”.

L'oggetto dell'osservazione di sé, è quello di diventare più coscienti di se stesso. Il grande obiettivo del Lavoro è quello di orientarci verso un destino possibile e definito – cioè, a un ***cambiamento preciso di Essere*** -. Per questo vi domanderò un'altra volta: “Potete voi cambiare qualche cosa di cui non avete coscienza? Ovviamente, se, come dice il signor Ouspensky, metto sempre scuse, e se non sono cosciente di ciò, come posso cambiare? Voglio che tutti voi prestate attenzione a questo punto pratico. Se una persona non è cosciente di ciò che dice o agisce in un certo modo, può questa persona cambiare il suo atteggiamento? No – è chiaro, è impossibile -. Bene, supponiamo di segnalare a questa persona che parla o che si comporta in modo particolare? Cosa succederà? È sicuro che ci accusi di essere ingiusto. Perché? Perché detta persona non immagina assolutamente di essere così. Detta persona non ha coscienza di ciò. È incosciente. Come si può rimediare? Bisogna comprendere personalmente che si parla o ci si comporta in questo o in quest'altro modo. In questo caso, è avvenuto un ampliamento di coscienza e qualcosa si è aggregato alla coscienza. Perciò, questa persona è come prima? No – per aver visto, per essere diventato più cosciente, per aver accettato, per aver riconosciuto, detta persona non è più come prima -. Questa è la via che seguiamo in questo Lavoro. Un uomo che diventa più cosciente non può continuare ad essere lo stesso di prima. Per questo si dice che l'osservazione di sé è un metodo che conduce alla trasformazione di sé.

Bene, riguardo all'impossibilità di modificare qualcosa di cui siamo totalmente incoscienti – che è ovvio – qui c'è la possibilità di modificare qualcosa di cui si è semicoscienti, ma che non si riconosce. Quest'ultima situazione è causata da un respingente. Se si cerca di parlare di detta situazione ad un'altra persona, probabilmente si otterrà una violenta reazione e una gran quantità di auto-justificazioni. Questa è sempre una cosa molto interessante ed importante da scoprire in uno stesso. Mostra in quale posto si trova un respingente. Un respingente interviene tra due cose contraddittorie che si trovano in uno, di cui non si ha coscienza, ma non nello stesso tempo.

Ritorniamo alla frase: “Voi mettete sempre scuse”. Per il momento non voglio rispondere: “Cosa intendete per una persona che mette sempre scuse? Tende a mettere scuse, e se è così, che tipo di scuse? I giardinieri e i cuccinieri, lo ho sperimentato nel passato, lo fanno sempre. Non c'è dubbio, quando mi resi conto di ciò, quello che mi disse il signor Ouspensky mi amareggiò molto. Ma talvolta è dovuto al fatto che alcuni si forgiavano l'immagine di stare sempre ad aiutare – di “prestare aiuto”, come credo che si dica – senza avere avvertito quanto spesso o dove si mettono tante scuse e che il nostro aiuto non serve a nulla. Ricordate che in tutte le vostre situazioni con gli altri, ciò che le complica è soprattutto ***quello di cui non avete coscienza***. L'altra persona forse vede, diciamo, che il suo cibo gli dà motivo di opporre straordinarie scuse, ma ***voi*** non lo vedete. Uno osserva che dite sempre ***no*** quando vi si chiede qualcosa – cosa che voi, è chiaro, non osservate -. Al contrario, voi vi siete forgiato un'immagine gradevole di essere sempre pronto a fare qualsiasi cosa, o che la fareste se aveste tempo. O anche, non siete mai d'accordo con niente, e nonostante voi non vi rendete conto di ciò, gli altri si rendono conto. Questo è un modo di creare difficoltà ma ci sono molti altri modi, come, per esempio, quello di

desiderare di essere il primo, quello di avere potere, e così mettere obiezioni a tutti e a tutto, cosa che impedisce di ottenerlo facilmente. Questo, è chiaro, segnala l'incapacità di tollerare l'idea che qualcosa è superiore di noi – una delle situazioni più comuni nell'auto-adorazione -. Per questo è interessante osservarsi dall'angolo di creare difficoltà e di essere più coscienti a questo riguardo. Tenere presente che il riconoscimento porta la pace interiore.

Cap. 103 Great Amwell House 13 dicembre 1947

COMMENTARIO SULLO SCOPO

Idea – Lavoro

Nel Lavoro si parla della necessità di avere uno scopo. Se non abbiamo uno scopo, nel Lavoro andiamo alla deriva.

COMMENTARIO

Parlando una volta della Scopo il signor Ouspensky disse che ci sono scopi vicini e scopi lontani. Disse succintamente: “La situazione assomiglia a questo, Supponiamo che un uomo cammini di notte per una via illuminata da lampade a gas. Man mano che si avvicina alla parte più alta vede brillare una lampada a gas e crede che stia molto vicino, sulla cima della collina. Ma quando arriva sulla cima si accorge che essa sta all'altro lato di una valle e che ci sono molte altre lampade a gas tra lui e quella. Nel Lavoro succede la stessa cosa. Ci facciamo uno scopo. Ma all'inizio non vediamo tutte le cose che si devono fare prima di poterlo compiere. È possibile poter aggiungere altri dettagli all'esempio del signor Ouspensky – come, per esempio, scoprire che la lampada a cui cerchiamo di arrivare si trova in una strada secondaria per cui è preciso modificare la direzione che si seguiva, e così via. Ma qualunque fossero i dettagli che si possono aggiungere, la cosa importante è avere pazienza e non sperare risultati immediati e anche esaminare la qualità dello sforzo che si sta facendo in relazione con lo scopo. Si può fare uno sforzo soltanto estraendolo dal profondo dell'essere. Non si può fare superficialmente – diciamo, dalla Falsa Personalità. Perché? Perché manca di profondità.

Bene, in una certa occasione, essendo presenti mia moglie ed io, il signor Ouspensky aveva preparato, molti anni fa, un raduno in cui Gurdjieff avrebbe ricevuto un gran numero di persone estremamente ricche e importanti. Dopo la cena, durante la quale non aveva né mangiato né bevuto, si fece una riunione. Abbracciando con uno sguardo tutta quella gente, dopo un lungo silenzio, disse: “Cosa desiderate voi? Se me lo dite, vi risponderò se vi posso aiutare oppure no.” Nessuno pronunciò una parola. Sembrava che la riunione fosse stata un fallimento. Eppure, molte volte pensai che in quel momento, sotto la magia di Gurdjieff, le persone, così come erano, percepirono ciò che desideravano, e ebbero vergogna a dirlo. Ma dopo, si mise fine alla riunione, e tutti si misero a parlare più del dovuto. Perché? Perché, in quel momento, erano stati portati ad uno stato di coscienza che li faceva sentire a disagio.

Bene, per farsi uno scopo è necessario desiderarlo. Spesso si può fare uno scopo teorico – diciamo, essere migliori -. Ma questo non è uno scopo. Direte: “Quindi, migliori per che cosa?” Lo scopo deve essere formulato in un modo preciso. Proporsi di essere migliore in un senso vago, non è *chiedere*. Quando si dice: “Chiedi e ti sarà dato”, significa che è necessario chiedere qualcosa di reale, qualcosa che si è visto e

si desidera cambiare. Molte volte, vi diedi l'esempio di una persona che entra in una tenda – la tenda dell'Universo – e, approssimandosi al bancone, gli si chiede a detta persona: “Cosa desiderate?” la persona mormora qualcosa, farfuglia e dice: “Oh, in realtà non so” – desidero – lasciarmi vedere – desidero – lasciarmi vedere – desidero-.” “Sì, di che cosa avete necessità?” domanda il padrone della tenda. La persona non lo sa. Questa è una delle ragioni per cui il Lavoro insegna in dettaglio, specificatamente, che si deve osservare se stesso e contro cosa bisogna lavorare. Se entrasse nella grande tenda e dicesse: “Sì, desidero fermare i conti interni che faccio contro gli altri, desidero smettere d'incolpare la vita e gli altri, di sentire sempre risentimento e pensare che gli altri non si sono comportati rettamente con me, di credere sempre che se le condizioni fossero state differenti mi sarei distaccato. Desidero che mi vendano qualcosa che mi faccia vedere che sto sbagliando, perché percepisco confusamente quest'idea e senza dubbio non posso captarla in profondità. Quindi, qual è il suo parere? Questa è una petizione vera. Credete che il padrone della tenda gli darà qualcosa? Qualche volta gli sorriderà leggermente, persino amabilmente. Senza dubbio, nel supposto caso che gli dia qualcosa – quasi sempre un paio di scarpe – gli può dire in tono insultante: “È necessario che paghi il prezzo di tutto ciò. Dammi il denaro.” E allora tutti i conti interni che fa, tutta la sua auto-compassione, tutto il suo senso d'ingiustizia su cui si adagia nel suo interno faranno sì che si senta offeso per questa apparente meschineria e forse dirà: “Come si permette di parlarmi in questo modo?” – e il padrone della tenda sparirà e voi sarete sicuro che sparirà in una nube di zolfo -. Perché il Diavolo è, innanzi tutto, tutto ciò che dovrebbe aver compassione di voi, ma che non l'ha. Senza dubbio, il Diavolo è molto spesso Dio. No, se si va a comprare aiuto, e si sa che ciò che si va a comprare ci sarà utile, ricordate che si dovrà pagare il prezzo. Viviamo in un Universo chiuso. Come potete pagare per liberarvi dall'essere sempre oppressi, feriti, frastornati – insomma, liberarsi dal fare continui conti interni -? La cosa importante nello scopo è che ci sono due tappe. Primo, si inizia con l'osservazione di sé a formulare uno scopo, più o meno chiaro. Secondo, è necessario pagare affinché si compia. Le persone deboli hanno uno scopo per un giorno o due e si sentono deluse quando non succede nulla. Non hanno idea dell'esistenza della Seconda Forza. Assomigliano alle persone che dicono: “Mi piacerebbe essere milionario, o una stella di Hollywood”, e siccome non succede niente e nessuno se ne rende conto, sentono l'anima inferma e rinunciano a tutto. No se gli capita di andare in qualche posto, sia nella vita come nel Lavoro, questo esige sforzo. Richiede denaro per pagarlo – proprio così, sforzo per guadagnare il denaro psicologico – proprio così, il potere di comprare nella grande tenda la ricompensa dello sforzo – specialmente lo sforzo intelligente.

Bene, se nella vita si desidera una cosa, ardentemente, è possibile conseguirla dopo molti anni di duri sforzi. Succede la stessa cosa nel Lavoro. Ricordate che ciò che si desidera realmente deve essere libero da ogni critica locale, temporale e esteriore. La Falsa Personalità dipende da quello che gli altri pensano di voi – proprio così, l'auditorio -. Il vero scopo non ha alcuna necessità dell'auditorio. È più profondo, più genuino, essenziale. Se si fa uno scopo nel Lavoro – come, per esempio, di non sentire sempre questo sottofondo di lacrime, di scontentezza, di non essere apprezzato

– che sono una forma di conti interni – allora, se si desidera realmente non averlo, dopo un periodo di tempo gli sarà concesso di ottenerlo – in generale in brevi sprazzi -.Ma solo se desidera realmente questo scopo ed ha compreso ciò che può significare il non averlo, gli sarà concesso pienamente. All’inizio lo metteranno alla prova. Alle persone piacciono le loro emozioni negative. Basta eliminarle come per magia – credete allora che lo loderanno? -. No – lo detesteranno -. Questa è la nostra strana situazione, sulla quale O., in un periodo, non si stancava di parlare. È difficile conseguire un letto duro, pulito, sul quale riposare.

Bene, il Lavoro segnala che non importa ciò che voi *siete stato* o quello che *siete*. Chiedete, con le tranquille parole di Gurdjieff: “Cosa desiderate voi?” Dite di essere contenti con voi stessi. Allora siete morti. **Non volete nulla** – ed il Lavoro si occupa di **ciò che si vuole** – non di ciò che fu, o è, ma di **ciò che si vuole ora**. È per questo che man mano che si avanza con l’età, il Lavoro ha sempre più senso per voi – se non si è ancora incasellati da troppo tempo in una compiacente idea di voi stessi – proprio così, che non si sia cristallizzati in opinioni convenzionali di ciò che si deve essere. Il Lavoro significa sempre nuova vita. Così vi si chiede: “Cosa volete voi?”, e dovete preoccuparvi scarsamente di ciò che si è stati o si è ora.

Bene, nel Lavoro si è detto molte volte che un uomo non è definito per i suoi soldi, il suo casato, il suo livello sociale, la grandezza del suo corpo, o la sua forza, ecc., ma dalla sua **comprensione**. In questo modo si vedrà che è necessario trovare (aggiungere) un'altra cosa. Un uomo non è soltanto la sua comprensione, ma **quello che desidera** – e quello che desidera nasce naturalmente dal suo livello di comprensione -. A volte vi dico, a mo’ di commentario, che il nostro supremo desiderio è quello di “salire”. L’identificazione, le emozioni negative, gli atteggiamenti convenzionali fissi, le immagini, i conti interni, l’essere sempre addormentato, l’immaginarsi cose circa se stesso, i respingenti, gli “Io” stupidi, l’assurda vanità e l’orgoglio – di fatto, tutto ciò che il Lavoro insegna nella pratica – non vi è più permesso quando si è giunti “sopra”. Ci hanno insegnato quello che **non dobbiamo essere**, quello da cui ci dobbiamo separare, quello, per così dire, che **non si deve portare** – perché il vestito simbolizza le attitudini interiori – se vogliamo raggiungere un livello più elevato. È per questa ragione che il vestito è così importante – il vestito psicologico -. “Salire”, lo chiamo così, richiede un vestito speciale, voglio dire, un uomo vestito con il suo egotismo di vita non andrà molto lontano. Né tantomeno potrà comprare qualcosa di necessario nella grande tenda a cui mi sono riferito. Comprendete, neppure per un istante deve capitare di essere mal vestiti per il vostro lavoro. Credete di meritare di salire direttamente fino al Raggio di Creazione e conoscere l’Assoluto. Ma ho paura che non sarete capaci di ottenerlo, ed ho molte buone ragioni per dirlo. Ma ammetto che sono necessari molti e lunghi anni per rendersi conto di non essere Dèi e per secondo che in tutto questo tempo abbiamo creduto di esserlo. Sì, è una situazione difficile d’affrontare e così umiliante che sono pochi coloro che possano ammetterla. Questa è una delle ragioni per cui il Lavoro dice che se non si crede in una Mente Superiore, non si potrà mai progredire. Si può esclamare benissimo: “Ma non ho mai preteso di essere Dio!” Siete sicuri di questo? Non credete di avere sempre ragione? Non vi siete, nell’azione, comportati sempre

come se foste dalla parte della ragione e l'altra persona fosse in errore? E chissà senza averlo osservato, vi siete sentiti superiori agli altri. Bene, nei Vangeli, che si occupano principalmente, del lato pratico, del fariseo in noi, si dicono molte cose su questo stato d'animo e la necessità di comprenderlo come un fatto, non come un pretesto sentimentale che si balbetta quando si dice di non essere *nulla*. Il Lavoro dice: "Se un uomo, una donna, non iniziano a rendersi conto della propria nullità come un fatto d'osservazione di sé, niente potrà succedere in loro". Nell'Istituto di Francia ci dissero: "Qui la Personalità non conta nulla".

Bene, ogni scopo fatto dalla Falsa Personalità serve solo a farla crescere. Quanto tempo è necessario per osservare in se stesso ciò che è la Falsa Personalità? Alcuni pensano che il Lavoro pratico di base, che inizia con una prolungata osservazione in se stesso della Falsa Personalità, degli stati negativi, della considerazione interna, dei differenti "Io", dei comportamenti convenzionali fissi, delle contraddizioni interiori, delle speciali immaginazioni di sé, della vanità e dell'orgoglio – questi due giganti, come li definiva Gurdjieff, che camminano davanti a noi e dispongono la nostra vita in anticipo – come anche vedere i respingenti, le immagini, la comprensione della propria meccanicità, l'avvertire come ci si comporta e l'impressione che produce negli altri – insomma, *tutto* ciò che insegna il Lavoro a osservare in uno stesso – dico, alcuni credono che tutto ciò sia elementare. Non c'è maggiore insensatezza. Il lavoro personale dell'osservazione di sé è per tutta la vita. Da questo nasce il barlume del vero scopo, che nella sua formulazione più elevata è il desiderio di svegliarsi. Nel mio caso cerco di svegliarmi dal signor Nicoll – e così nel caso di ognuno di voi e svegliarsi da ciò che fino adesso si è chiamato se stesso. Questo è possibile solo per mezzo dell'osservazione di sé. Allora le persone trovano specificatamente qual è il tratto principale in esse che le mantengono identificate con se stesse ed impediscono così che avvenga il risveglio. Allora cominciano a vedere dove radica realmente il loro scopo. Allora in verità possono pregare – proprio così, chiedere aiuto intelligentemente -. Forse l'otterranno ma soltanto pagandone il prezzo – proprio così, per mezzo del sacrificio di qualcosa che fino allora era prezioso per loro -. Non si può ottenere un nuovo stato, un livello più elevato – proprio così, non si può "salire" - se non si sacrifica qualcosa che apparteneva allo stato antico – e profondamente dall'Essenza -. Come si sa, il Lavoro originariamente diceva: "Innanzitutto è necessario sacrificare la propria sofferenza". Questo è uno scopo buono. Ma avete pensato qualche volta che se non si osserva se stesso tutto il giorno non si vedrà mai la propria forma di sofferenza? Esige anni e anni di lavoro, e se non si può vedere una cosa in se stesso, come diavolo si crede di poterla cambiare? Si può forse cambiare ciò di cui siamo incoscienti? Per questo ripeto – che l'osservazione di sé lungo la linea originaria del Lavoro è lo scopo sempre presente di tutti coloro che sono in connessione con la mia Branca di questo Lavoro.

Cap. 104 Great Amwell House 20 dicembre 1947

UNA DELLE IDEE-LAVORO SULL'IMMAGINAZIONE

IDEA-LAVORO

Il Lavoro dice, quando parla del terribile potere dell'immaginazione per mantenere l'Umanità addormentata, tra i molti altri fattori che fanno la stessa cosa, che la gente può dividersi in generale nel seguente modo:

1. Alcune persone sognano i loro sogni passivamente;
2. Alcune persone parlano dei loro sogni;
3. Alcune persone agiscono nei loro sogni.

COMMENTARIO

Bisogna comprendere che, nel parlare di sogni, quello che si vuole dire qui è che è una forma d'immaginazione, di sonno, di fantasie su di sé, su come uno vuole essere considerato, di quello che si sente di essere realmente – quantunque, sfortunatamente nessuno pare accorgersi di tutte queste idee segrete del nostro valore.

Il signor Ouspensky, in un'occasione, parlando sull'immaginazione, disse: “Abbiamo solo poche forme tipiche d'immaginazione meccanica, auto-attiva, su noi stessi – proprio così, auto-immaginazione – diciamo, quattro o cinque. (Non sto parlando dell'immaginazione diretta.) è importante fare in modo che queste forme incoscienti d'immaginazione diventino coscienti e comprendere che agiscono su di noi in ogni momento.”. Senza indugi aggiunse: “Una forma d'immaginazione su se stesso, a cui si permette di agire senza averne coscienza, può sconvolgere tutta la nostra vita. E due persone che desiderano unirsi, se le loro forme d'immaginazione meccanica non sono compatibili, possono diventare per ambedue distruttive”. Questo significa che due persone possono, a causa dell'assoggettamento delle differenti fantasie inosservabili che si forgiavano su se stessi, distruggersi psicologicamente, una con l'altra, quantunque desiderino giungere alla più completa unione possibile. Ricordate che una psicologia si interrelaziona con un'altra psicologia. Non si tratta dell'unione dei corpi visibile ma quella dei corpi invisibili – proprio così, della psicologia -. L'amore è psicologico, ma nella pratica è sempre immaginazione.

Se esaminiamo l'insegnamento impartito nel passato in forma di racconti di fate, troviamo la fantasia di Cenerentola. Pare impossibile aver gelosia di una persona che non si conosce. Ma se una persona alimenta una forte fantasia del genere di Cenerentola, lo si comprende meglio. ***La fantasia genera in noi le gelosie*** – non la persona -. Lessi da qualche parte che nel Medio Evo all'approssimarsi del Millennio molte donne si erano forgiate la fantasia di poter far nascere un nuovo Cristo. Questa forma d'immaginazione oggi non ha più senso. La cosa importante è che quando una fantasia, una forma poderosa d'immaginazione, produce un effetto ipnotico, la gente si comporta in un modo anomalo – a causa semplicemente della forma d'immaginazione che predomina in quel momento. In una discussione che ebbi con il signor Ouspensky, gli dissi che la storia è quasi sempre inutile, perché non c'è persona che ricordi esattamente ciò che era successo e i recenti test psicologici hanno dimostrato che ogni persona riferisce una vittoria in un modo differente e invece di una vera relazione abbiamo differenti opinioni e punti di vista. Disse brevemente: “Tutta la storia è immaginazione”. Voleva dire, credo, che ciò che le persone credono che sia sicuro sui personaggi storici è invece immaginario – proprio così, che la così detta storia tratta di persone immaginarie e perciò la storia è immaginazione. Gli

dissi, con un pizzico di malizia: “Che cosa mi dice delle date?” Replicò: “Oh, sì, le date sono fatti – non c’è altra cosa che lo sia -. E per di più non ricordo mai le date.” E, guardandomi con un sorriso, mi disse: “In quale epoca visse Carlo II?” risposi: “L’unica data che ricordo è 1066, e non so a cosa si riferisca.” Bene, bisogna aggiungere che gran parte della nostra memoria del passato, la maggior parte delle idee che abbiamo su noi stessi, sono dovute principalmente all’*immaginazione*. Qual è l’unica cosa che può dominare l’immaginazione? Risponderemo che è la *memoria*. Non mi riferisco a quella che comunemente chiamiamo memoria. Mi riferisco alla memoria del Lavoro, - proprio così, parlando relativamente, la *memoria cosciente* – che inizia con il ricevimento cosciente delle impressioni mediante l’osservazione di sé.

Bene, ritorniamo al nostro tema: esaminiamo l’uomo, la donna, che appartengono alla categoria 1) – *la gente che sogna i suoi sogni passivamente* -. Osserviamo la lunga via che serpeggia, di notte, città dopo città. Forse i suoi abitanti non hanno sognato fantasie? Sì, ma non dicono nulla o – se appartengono alla categoria 2) – sono soliti parlare di se stessi come, per esempio: “Oh, se solo potessi conoscere Tizio o Caio. So che è l’unica persona a capirmi.” Sì, ma se arriva a conoscere un uomo cosciente che lo comprenda non sarebbe già più quello che crede di essere. Perché? Perché a causa dell’immaginazione una persona prende se stessa come se fosse quello che immagina di essere – che nella realtà non è vero -. Non è quello che immagina di essere, e nel Lavoro giungerà eventualmente a comprenderlo. Questo è, a rigore, l’unico stimolo vero per lavorare su di sé – perché non siamo quello che immaginiamo di essere. È un rimedio molto amaro. Che solo pochissimi possono prendere.

Così la comprensione e la memoria sono agenti poderosi che dobbiamo impiegare. Bene, quanto più prontamente si dissipano le brume dell’immaginazione, più si sentirà l’“Io” Reale. L’“Io” Immaginario ha bisogno dell’immaginazione per sostenersi. Se la nostra vita continua ad essere governata dall’“Io” Immaginario, essa sarà certamente irreale. Vi posso assicurare che la graduale perdita dell’immaginazione, quando si accettano le influenze preparate del Lavoro, non porta a nessun impoverimento interiore. al contrario, lo trasforma in ricchi ed inestimabili campi di nuova comprensione, in cui la propria miseria non ha più posto. Se uno è attorniato da illusioni indomabili, invincibili, e persino violente (che, per altro, di fronte ad un grande pericolo sogliono sparire completamente) uno è affogato dall’immaginazione – perché tutte le illusioni sono dovute all’azione dell’immaginazione -. Osserviamo la persona comoda, ben vestita, che si compiace di se stessa, abbigliata internamente con ogni sorta di vane immaginazioni, credete che *ciò* significhi essere sveglio? O è essere addormentati? È chiaro che, tale persona, sia essa uomo o donna, deve essere stimolata affinché si svegli dalla sua morte spirituale. Qui vediamo l’operare dell’immaginazione che mantiene la gente addormentata in ogni tipo di orgoglio e di vanità, e che anche i continui rovesci e tragedie della vita non sono riusciti a svegliarli. Via via che la morte fisica si avvicina molte illusioni-vita si rompono, lasciando cosa? Un uomo vivo, o un uomo morto, talvolta per anni. Solo ciò che è reale può sopportare la morte. Cristo disse che solo l’amore di Dio può

sopportare la morte. Ed è strano cavillare su ciò che vi è di reale in noi e giungere a conoscerlo. Nessun catalogo ortodosso di virtù usuali qui ci può aiutare, perché ciò che vi è in una persona è unico per se stessa. Non vi è nessuna misura metrica che possa misurare una persona. Siamo nati unici, siamo nati per svegliarci, e perciò lo dobbiamo fare per raggiungere l'“Io” Reale in noi stessi e l'“Io” Reale è l'unico in ogni caso. Così ogni uomo o donna devono seguire *eventualmente* il loro sentiero personale per giungere all'“Io” Reale. Sì, però ci sono verità generali che c'insegnano come ottenerlo - e il Lavoro le insegna e perciò è necessario obbedirgli. Per esempio, nessuno può arrivare all'“Io” Reale se l'amore verso la negatività continua ad essere più forte del desiderio di separarsi dalle emozioni negative. L'esperienza momentanea di questa separazione è la libertà. Qui una serie di emozioni deve affrontare un'altra serie di emozioni - e per molto tempo - perché soltanto un'emozione può vincerne un'altra. L'uomo è il suo amore principale (*ama solo se stesso; ndt*). Bene, se la valorizzazione del Lavoro diventa più forte - e questo significa amarlo - allora lotterà contro l'amore che ha verso l'essere negativo, e, di fatto, con tutto quello che c'insegna il Lavoro ad osservare e a separarci. Il Lavoro, insomma, lotterà per noi. Solo in questo modo è possibile avvicinarci all'“Io” Reale. Ma se si scambia l'“Io” Reale - se si prende l'“Io” Immaginario per l'“Io” Reale - allora non si è cominciato il lavoro su di sé e così si fallisce per non aver captato il senso di tutto l'insegnamento esoterico e quello dei Vangeli, per quanto si voglia il successo e il rispetto degli altri nella vita. Non si è capito il significato *reale* della propria esistenza in questo pianeta situato così in basso, in cui si compie il pericoloso esperimento di un organismo auto sviluppante.

Quando si parla dell'immaginazione bisogna erigere una base da cui parlare, per avere la possibilità di vedere dove sta e che cos'è l'immaginazione. L'immaginazione meccanica che si muove da sola ci mantiene addormentati. L'“Io” Immaginario è composto d'immaginazione. È necessario estrarre gradualmente la forza dell'“Io” Immaginario. Questa è una sincera esposizione della situazione e di ciò che si riferisce al Lavoro. Esaminiamo la Categoria 3 - per conoscenza, le persone che agiscono nei loro sogni - proprio così, nelle loro forme di immaginazione. Queste persone differiscono dalla Categoria 1 - a sapere, quelle che sognano i loro sogni - proprio così, non cercano di attuarli. A questo riguardo, basta osservare un uomo, una donna, nello stato passivo dell'immaginazione. Gli occhi non sono fissi in nulla. Paiono sordi e ciechi. L'espressione del viso è interessante - non è pieno di vita, ma bensì triste, chiuso, non del tutto, perché si vede che allo stesso tempo sono pervasi da una profonda soddisfazione interiore. Cosa succede? La loro forza è estratta dall'immaginazione meccanica auto-motoria. Il signor Ouspensky una volta disse che “stanno assistendo ad un film molto importante, che è molto espressivo”. Sì, - l'immaginazione può soddisfare tutti i centri -. In verità, osservandola vediamo che ci riesce. Ma nella Categoria 3 ci sono coloro che agiscono nei loro sogni - che cercano di relazionare la vita esterna con le loro fantasie interne -. La vita di un'immaginazione incontrollata assorbe una persona e gli estrae forza ed allora non c'è nessuna connessione con ciò che chiamiamo “realtà”. La terza Categoria cerca di far corrispondere la realtà esterna alla fantasia interna. Così il signor Ouspensky disse

che coloro che *agiscono* nei loro sogni differiscono da coloro che sognano i loro sogni, o da quelli che parlano dei loro sogni. Senza dubbio, coloro che agiscono nei loro sogni lo fanno appoggiandosi ad una fantasia. Non c'è nulla di reale. Questa è la cosa importante. Hanno, diciamo, la fantasia di ottenere un record di velocità. Fanno così – eppure non sono loro ma la loro immaginazione – e per questo uno si chiede a volte perché non sono mai contenti e cercano sempre di battere il loro record. Ciò si deve al fatto che stanno a tal punto in potere dell'immaginazione che non possono mai riposare, perché l'immaginazione è insaziabile e l'esperienza è incapace di correggerla. Tale uomo non fa quello che sta facendo dal proprio lato reale. È legato da qualcos'altro che non è lui stesso – per conoscenza, dal potere dell'“Io” Immaginario -. Sta seguendo l'immaginazione di se stesso – diciamo, essere la persona più fine, più intelligente, più gentile o più valente della terra -. Eppure la cosa tragica è che tutto quello che è vero in essa non desidera veramente fare quello che l'“Io” Immaginario lo induce a fare. Insomma, agisce la sua immaginazione, che è insaziabile e che lo tormenta affinché faccia nuovi sforzi per soddisfare la sua idea, la sua fantasia di se stesso. Questo è valido, naturalmente, sia per gli uomini come per le donne. Tante persone che sono state educate con racconti e leggende che sono giunte alla loro immaginazione, proseguono nella vita ad agire secondo queste fantasie acquisite. Tutto questo è l'“Io” Immaginario”. Il Lavoro c'insegna che l'“Io” Reale esiste, ma che è impossibile avvicinarsi a lui se siamo dominati dall'“Io” Immaginario.

Cap. 105 Great Amwell House 3 gennaio 1948
IL DIAGRAMMA – INTERVALLO

Questo Diagramma di Lavoro é stato presentato molto tempo fa. Lo spiegherò il più brevemente sia possibile.

Il Lavoro insegna che la creazione dell'Universo si realizza secondo la Legge del Tre e la Legge del Sette ed è un'Ottava *discendente* nella quale in ogni livello o *nota* rimane la Legge del Tre di modo che ogni manifestazione successiva sta sotto più e più leggi o forze, dall'Assoluto fino alla nostra Terra e Luna. Questo è il nostro Raggio di Creazione. L'Assoluto sta sotto una legge – la Volontà dell'Assoluto – e così, è incondizionato. Il Primo Ordine dei Mondi sta sotto 3 leggi, perché ogni manifestazione è dovuta a 3 forze che si uniscono e cooperano in un punto, l'attiva, la passiva e la neutralizzante. Il Secondo Ordine dei Mondi manifestato sta sotto le 3 forze della sua stessa manifestazione e le 3 forze del Primo Ordine dei Mondi. Il Terzo Ordine dei Mondi manifestato sta sotto 3 leggi proprie, o leggi dell'Ordine immediatamente superiori e 3 leggi che provengono direttamente dal Primo Ordine dei Mondi – così sta sotto 12 leggi – e così via fino alla nostra Terra che sta sotto 48 leggi e la nostra Luna sotto 96. Si vede, pertanto, che la creazione è limitata dalla scala – stando l'essere più basso sotto più leggi e l'essere più alto sotto meno leggi. **Questo è il gioco.** Voglio dire, che viviamo in un punto molto basso della scala discendente tale che la Volontà dell'Assoluto può giungerci solo indirettamente attraverso i livelli meccanici che si accrescono sempre di più. Perché se ci giungano direttamente – che sarebbe una cosa insopportabile – tutte le note strumentali

dell'Ottava sarebbero distrutte. Proprio così, le leggi del gioco sarebbero abrogate e così tutto sarebbe distrutto. Per questo c'è la possibilità di parlare dell'Universo come se fosse un **gioco**.

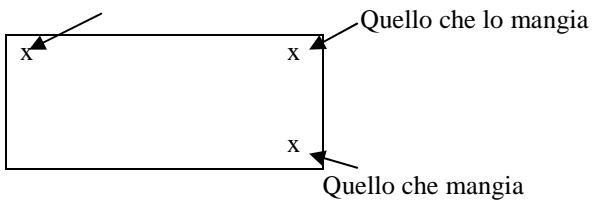
Quando si capisce che l'Universo è costruito secondo il principio di scala, s'intende che le energie che agiscono nelle parti superiori del Raggio di Creazione sono più fini di quelle che agiscono nelle parti inferiori. Nel Lavoro, queste energie più fini e queste energie più grossolane che spiegano questa idea, ma che vi chiedo semplicemente di accettare, queste energie sono chiamate **Idrogeni**. Non vi voglio presentare i diagrammi complessi più fini e i più grossolani che si chiamano Idrogeni. Comparativamente, sappiamo che nelle Ottave conosciute di energie fisiche che rappresentano, diciamo, la luce violetta è più "fina" di quella che rappresenta la luce rossa – proprio così, la frequenza delle vibrazioni è maggiore; e se saliamo un poco nella scala di queste energie fisiche conosciute, i raggi X sono più fini della luce violetta, tali da attraversare il corpo; e così via. In questo modo è possibile, per analogia, concepire come l'energia dell'Assoluto possa attraversare tutte le cose. Bene, già sapete che i Centri nell'Uomo lavorano con differenti energie o Idrogeni, secondo la loro velocità di azione. Il Centro Formatorio lavora con un Idrogeno la cui densità è rappresentata dal numero 48. Il Centro Sessuale lavora con un Idrogeno di una densità rappresentata con il numero 12 – proprio così, un'energia molto più fina - . Il Centro Motorio lavora con l'Idrogeno 24 – e così è molto più rapido del Centro Formatorio – in realtà uno a 30.000 volte, come già dicemmo nel fare le scale e cercando subito di "pensare" come stiamo facendo. Il Centro Istintivo, lo stregone chimico che si occupa del lavoro interno dell'organismo, lavora con **l'Idrogeno 24** ed il Centro Emozionale anche – o dovrebbe farlo -. Il Centro Emozionale Superiore lavora con **l'Idrogeno 12** e il Centro Intellettuale Superiore lavora con **l'Idrogeno 6**. In tutti questi centri il **Tempo** è differente – secondo il principio che "mille anni (agli occhi di Dio) sono soltanto un giorno"-. Un **momento** di Coscienza nel Centro Intellettuale Superiore si equivale ad anni del nostro Tempo. E così, anche, il **Tempo** è differente in ogni nota o livello del Raggio di Creazione. Ogni cosmo dentro dei cosmi ha un Tempo differente. 30.000 anni del nostro Tempo è per una coscienza che sta al livello del Sole un mero istante. Finalmente, il Lavoro insegna che tutto l'Universo sta crescendo, a parte i fallimenti.

Arriviamo ora al Diagramma-Intervallo. Questo rappresenta l'Universo come una strana classe di tubo digestivo psicofisico nel quale tutto mangia ed è mangiato. Secondo questo Diagramma e il suo significato interiore tutto è definito **per quello che si mangia e da cui si è mangiati**. Mangiamo ogni tipo di cose, ma non immaginiamo che ogni tipo di cose ci mangiano, quantunque dopo aver passato un periodo su questo pianeta, cominciamo a sospettarlo. Ricordate che ci hanno detto che se siamo addormentati nella vita, alimentiamo la Luna – proprio così, quando ci identifichiamo e siamo negativi -. Per questo è preciso capire che un uomo può essere mangiato **in molti sensi** – non semplicemente fisici -. Tutto è alimento per un'altra cosa, e l'altra cosa è anche alimento per un'altra. Il dolore e la sofferenza inutile alimentano la Luna, il corpo della Terra.

Bene, nella natura visibile si scopre che la vita mangia la vita. Gli animali, le pecore, i pesci, gli insetti, ognuno mangia l'altro. Noi li mangiamo. O anche, una mucca mangia l'erba e noi ci mangiamo la mucca e così via. Se tutto ciò che vive mangiasse la stessa cosa, la creazione vivente sarebbe impossibile. Le cose sono ordinate intelligentemente, fin negli angoli più insospettabili. Una cosa è d'alimento per l'altra in modo molto strano. Così vi renderete conto che quando si dice che ogni cosa è definita per quello che mangia e per quello che la mangia, la definizione è molto interessante. Ora dobbiamo aggiungere una cosa a questa definizione-Lavoro. Una cosa, il Lavoro dice, si definisce ***per quello che mangia, per quello che la mangia, e nel posto in cui vive***. Un pesce e un uccello, per esempio, vivono in differenti ambienti. Molti pesci vivono di pesci e molti uccelli vivono di pesci – ma appartengono a differenti ambienti -. Inoltre, le cose possibili che possono mangiare i pesci non sono uguali alle cose possibili che possono mangiare gli uccelli e così via.

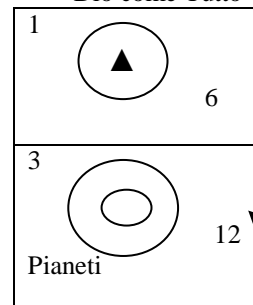
CHIAVE

A se stesso

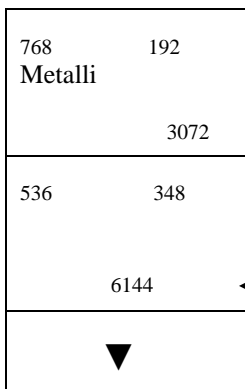
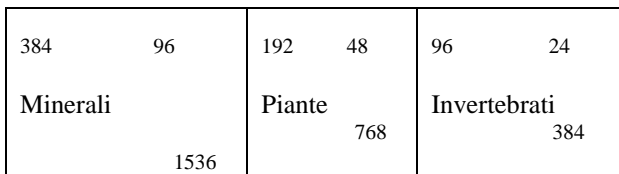
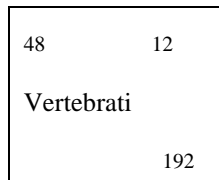
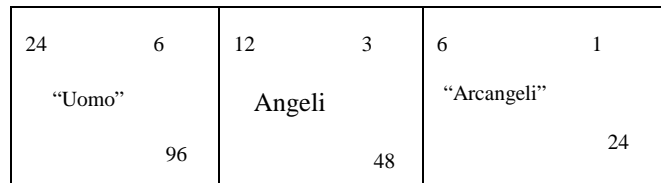


IL DIAGRAMMA - INTERVALLO

Assoluto
 Brahma non manifestato
 Dio come Uno
 Dio come Tutto



Brahma manifestato



Stato della materia che manca di "Spirito Santo" o Terza Forza.
 (e così la maggior separazione degli opposti

Avrete notato che l'Uomo è considerato come *Idrogeno 24* in questo Diagramma – Intervallo. Ciò significa che l'Uomo appartiene essenzialmente a quest'ordine o qualità – per conoscenza, *Idrogeno 24-*. Così come siamo, *Idrogeno 96*. L' *Idrogeno 96* è il suo alimento. Non come animali vivi, ed è a sua volta mangiato da Esseri superiori, che sono rappresentati dall' *Idrogeno 6*. Bene, se ci mettiamo in essa, l'Uomo che è *Idrogeno 24* è mangiato da Esseri chiamati “Arcangeli”, il cui Essere è definito dall' *Idrogeno 6* e non dagli Angeli il cui Essere è rappresentato dall' *Idrogeno 12*. Ma se l'Uomo fosse *Idrogeno 48* sarebbe mangiato da quelli che sono chiamati “Angeli” o “Dei Planetari”. Se l'Uomo fosse rappresentato dall' *Idrogeno 96*, sarebbe mangiato dall'Uomo. Questa è una cosa molto curiosa – ma non sono disposto a discuterla -. Come dissi, il Diagramma – Intervallo fu presentato per alcuni giorni e l'ho esposto nella forma più breve possibile.

Cap. 106 Great Amwell House 10 gennaio 1948

NOTA SULL'OSSERVAZIONE DI SÉ

L'Obiettivo dell'osservazione di sé, come la insegna il Lavoro, è quello di lasciar penetrare un Raggio di Luce nelle nostre tenebre interiori. La disciplina dell'osservazione di sé dura per tutta una vita, perché non ci conosciamo quantunque immaginiamo di conoscerci, e perché ciò che immaginiamo di conoscere molte volte è sbagliato. Questo stato è la nostra oscurità interiore, dentro la quale deve penetrare un Raggio di Luce. Cos'è questo Raggio di Luce? È la Coscienza. Insomma, dobbiamo essere più coscienti di noi stessi. Le cose di cui non siamo coscienti appartengono all'oscurità. Appartengono al nostro lato oscuro. Come avete sentito, il Lavoro divide l'Uomo in Umanità Cosciente e Umanità Meccanica. Noi, siccome apparteniamo all'Umanità Meccanica, abbiamo la necessità di lottare per diventare più coscienti ed iniziamo cercando di essere più coscienti di noi stessi per noi stessi – proprio così, lasciando penetrare un Raggio di Luce nelle tenebre interiori mediante il metodo dell'osservazione di sé imparziale, impersonale, che è stabilito dall'“Io” Osservatore in noi stessi e fa sì che gradualmente si diventi obiettivi per e con noi stessi. Questo cambia il nostro sentimento di “Io”. L'“Io” Osservatore riunisce eventualmente intorno a sé quegli “Io” che desiderano svegliarsi e quando si raggiunge lo stato di riordinamento interiore dei differenti “Io”, si stabilisce un “Io” Reale temporaneo e sostituto del vero al quale gli si dà il nome di Maggiordomo Delegato. Quanto più si studia, si riflette e si pondera e si pratica l'insegnamento del Lavoro, e si vede per mezzo della percezione interiore, la verità che contiene, più forte diventerà il “Maggiordomo Delegato”. Eventualmente, attrae in frammenti il “Maggiordomo” dall'alto – proprio così, da un livello superiore in cui sta – e oltre il “Maggiordomo” c'è l'“Io” Reale.

Bene, l'“Io” Reale non può apparire se un uomo sta in uno stato di Oscurità Interiore. Se succedesse, detto uomo impazzirebbe. Eppure l'Uomo fu creato per raggiungere l'“Io” Reale in se stesso e non per impazzire. Tutto quello che cerchiamo di dire espone da un certo angolo il significato interiore del Lavoro. Bisogna tenere sempre presente che, con la nostra mente limitata, il Lavoro nel suo insieme può essere esposto ora da un'angolazione, ora dall'altra. Ricordate, per esempio, che non mi

riferisco al livello di Coscienza chiamato il Livello del Ricordo di Sé, né tantomeno a quel livello superiore, il cui ottenimento ci dona la Coscienza Obiettiva, con cui sta in connessione l'“Io” Reale. Ci riferiamo solo alla possibilità di diventare sempre più coscienti per noi stessi. Così come siamo, siamo *identificati* con noi stessi – proprio così, non siamo coscienti di noi stessi -. Nel senso del Lavoro *essere identificati* significa non essere Cosciente. E recentemente abbiamo parlato che certe forze planetarie sono interessate a mantenere l'Uomo addormentato e nell'usarlo, a spingerlo a *identificarsi*, sia con l'idea che si forgia – proprio così, con la sua Falsa Personalità – sia con ogni evento tipico, che si ripete solo limitatamente e torna a ripetersi finché l'uomo non si svegli a questo singolo fatto e provi a non identificarsi più con tutti essi. Solo l'acquisizione della Coscienza – proprio così, la “Luce” – può separarci dall'oscurità di essere sempre identificati. Se un uomo diventa cosciente del suo zoppicare dovuto al fatto che i suoi calzari sono inadatti, non borbotta né sospirerà né continuerà a identificarsi con la sua inutile sofferenza. Osserverà il suo modo di camminare e diventerà cosciente di esso e si farà delle scarpe migliori. Ma affinché questo succeda è necessario comprare cuoio dal mercante che lo vende e questo non è facile. L'Umanità Cosciente ha cuoio da vendere e molto economico. Ma non può usare la violenza né insistere affinché l'Umanità Meccanica lo compri, perché ciò va contro la legge che dice che l'Uomo fu creato come un organismo capace di sviluppo proprio. Capite bene – un organismo capace di sviluppo *proprio*. Obbligarlo sarebbe pertanto andare contro le leggi esoteriche che si riferiscono all'Uomo e al suo significato. Sarebbe *obbligato* a svilupparsi – e, naturalmente, non potrebbe svilupparsi assolutamente – neppure nelle sue relazioni intime e importanti, diciamo, con le stelle e il mare – se non gli fosse permesso e non fosse ufficialmente approvato -. Tutto ciò che è vero in un uomo o in una donna, può crescere solo attraverso la sua personale volontà, il suo personale sentimento, la sua personale comprensione, con il suo personale consenso, la sua personale percezione interiore che tale cosa è così.

Bene, le impressioni provenienti dall'esterno per la via dei sensi cadono nei rulli di fonografo dei centri e lì si registrano. A questi rulli cresce una nuova pelle quando sono ripieni, eppure ciò che sta sotto esiste sempre e può esprimersi, solo che sta quasi completamente nell'oscurità – proprio così, è incosciente -. Sono rulli veramente quadri-dimensionali. Daremo un semplice esempio di uno dei “lati oscuri” di sé. Ognuno di voi canta le sue cantilene ma non si rende conto di ciò. Il Lavoro dice: “Cercate di osservare le vostre cantilene”. Questa è l'unica cosa che dice. Credete voi di non cantare le cantilene? Provate un'altra volta – cercate questa volta di osservare voi stessi; cercate di ascoltare; cercate di entrare in voi stessi; cercate di ascoltare ciò che state dicendo. Non terminate dicendo di non cantare mai? Dovete essere degli uomini eccezionali. Mi dite che lo siete? Orbene, in questo caso, perché siete venuti qua, dove nessuno è eccezionale secondo il senso che voi gli date? Vi posso assicurare che voi cantate – e, probabilmente, cantate bene -. Talvolta cantate due o tre buone cantilene su cui non vi soffermate, delle quali non siete coscienti. Sgorgano spontaneamente – e forse senza molta franchezza -. In questo caso le cantate soavemente per voi per tutto il giorno. Queste sono sempre cantilene

negative. Nascono dalla parte negativa del Centro Emozionale – la parte la cui terra è necessario rimuovere e livellare affinché produca un'altra raccolta -. Bene, le persone non comprendono come queste cantilene, tanto spesso non espresse francamente, se ci s'impegola con esse per molto tempo – così come la classica lamentela chiamata "Povero me" – non vedono che queste cantilene, così pericolose, così dolci e così inutili, sporcano costantemente il loro stato interiore. Lo incantano fino alle lacrime – sì, ma non solo questo – gli estraggono la loro forza. Si sa che tutte le emozioni negative estraggono la forza dell'uomo. Nei primi giorni c'insegnarono che il costante distacco dagli stati negativi, dall'auto-compassione, dalle lamentele, dalle antipatie, dal compiacersi delle disgrazie, nel lasciarsi andare alla bell'arte del dissentire, e a tutto il resto, equivale a tagliarsi un'arteria del polso e lasciar uscire il sangue tutto il giorno – e poi sentirsi sfortunato.

Bene, le cose esistono e esercitano il loro potere su di noi perché non abbiamo esattamente coscienza di esse. Quanto più incoscienti si è di una cosa, maggiore è il potere che esercita su di noi e più meccanica è la nostra condotta. Portare una cosa alla luce della Coscienza è levargli il suo potere. Per questo, è necessaria una lunga osservazione di sé e molta pazienza con se stesso. Osserviamo – ma non completamente -. Una completa osservazione di sé esige molto tempo – anni – a volte tutta una vita. Avrete sentito dire al maestro del signor Ouspensky che questo Lavoro, che proviene da una fonte sconosciuta, può chiamarsi Cristianesimo esoterico. Disse che se si comprendeva veramente quello che i Vangeli ci dicono, si constatava che è esattamente ciò che il Lavoro ci dice. Darò un esempio relativo a ciò che cerchiamo di dire sul lato oscuro di noi e della necessità di diventare più cosciente, citando la parabola che dice che l'occhio è la lucerna del corpo. Cristo dice:

“La lucerna del tuo corpo è l'occhio. Se il tuo occhio è sano, anche il tuo corpo è tutto nella luce; ma se è malato, anche il tuo corpo è nelle tenebre. Bada dunque che la luce che è in te non sia tenebra. Se il tuo corpo è tutto luminoso, senza avere nessuna parte nelle tenebre, tutto sarà luminoso, come quando la lucerna ti illumina con il suo bagliore”. (*Luca, XI, 34-36.*)

Qui Cristo si riferisce chiaramente all'importanza di non avere “in uno stesso” alcuna parte nelle tenebre - essendo qui usato il termine corpo per il corpo psicologico. Bene, agire meccanicamente è male e agire coscientemente non è male. Se fossimo un'unità – proprio così, una sola ed unica cosa – agiremmo coscientemente. Ma non siamo un'unità ma una pluralità – una moltitudine di “Io” differenti che non conosciamo, che non osserviamo. Queste sono le tenebre. Per questo il Lavoro parla molte volte di lasciar penetrare un Raggio di Luce nelle nostre tenebre per mezzo dell'osservazione di sé.

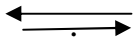
Cap. 107 Great Amwell House 10 gennaio 1948

6144

Nel Lavoro é sempre necessario che le cose siano chiare, che le connessioni siano corrette, che si lotti contro l'immaginazione, che si combattano le menzogne e che ci si separi dagli stati negativi. Tutto può unirsi in modo errato. Tutto, lo ripeto, può connettersi in modo sbagliato, può formarsi scorrettamente, non comprendersi bene,

ecc. Per questo è necessario uno sforzo della *mente* affinché le cose siano più chiare. Si avverte la propria ingenuità prima delle menzogne quasi evidenti. Ci si sofferma sulla maldicenza e sull'effetto che la produce. Ci si sofferma nella propaganda. Insomma, ci si accorge di quanto facilmente un uomo, una donna, sogliono essere ipnotizzati. I nostri Centri lavorano quasi nelle tenebre. Di conseguenza, le cose vanno alla "Luna", alla regione buia e sbagliata, al male, e perfino a connessioni mostruose, nel posto in cui ogni verità è assente, alla superstizione, alla paura che porta allo spavento, dove ogni cosa è illuminata a metà e si manca di forza per ragionare correttamente. Come abbiamo visto nel Diagramma-Intervallo, nella parte più bassa vi è il numero **6144**, del quale si disse brevemente, che in esso non esiste Terza Forza. Qui, la Prima Forza e la Seconda Forza – proprio così, la Forza Attiva e la Forza Passiva, che sono opposte – sono più separate e non è possibile nessuna unione corretta tra di esse attraverso una Terza Forza o Forza Neutralizzante. Pertanto bisogna dedurre che questa è la regione delle maggiori improbabilità in cui nulla ha significato alcuno, e tutto è nel caos. Bene, così come lo insegna il Lavoro, a volte è necessario dire: "Io *posso* lavorare". Dire a se stessi: "Io posso lavorare", conviene farlo e ciò produce un piccolo shock. Spaventa gli "Io" furtivi e negativi che sogliono entrare da posti non osservati. Naturalmente, se fossimo propriamente coscienti, se in noi non ci fosse "alcuna parte nelle tenebre", la luce della Coscienza impedirebbe l'arrivo di questi "Io" bugiardi e malevoli e non ci sarebbe nessun posto non osservato. Così come siamo abbiamo molti posti che non hanno la luce che lasciano penetrare ogni tipo di "Io" mal disposti che cercano di pervertire la "verità" e ci circondano ed attaccano tutto ciò che c'è di buono sia nella Personalità come nell'Essenza. Questa è una lotta meritoria e in essa è necessario rinnovare continuamente il senso della verità del Lavoro nel nostro pensiero più interiore, privato, vero, quasi mancante di parole. Bene, è necessario comprendere che nel Diagramma-Intervallo, a dispetto del significato semi-fisico dei numeri, un uomo può cadere spiritualmente, psicologicamente – sì – fin nella parte più bassa – perché ogni Diagramma nel Lavoro, se lo si prende letteralmente, si riferisce in un certo senso a cose materiali e, prendendolo psicologicamente a cose psicologiche.

Ci occuperemo ora di un'altra Frase-Lavoro: "È necessario costruire se stessi". Cos'è dunque, ciò che si deve *costruire*? Questo è il problema principale. Risponderò brevemente: prima di tutto, un uomo meccanico, che è una macchina spinta dalla vita esterna e i suoi avvenimenti, ancora non ha costruito se stesso, per quanti successi abbia ottenuto. E secondo, per costruire se stesso, è preciso aver costruito qualcosa in sé che possa resistere gradualmente alla vita e ai suoi effetti e sia capace di mantenere il suo equilibrio interiore. Questo inizia con qualche forma di verità in cui si crede e si mette alla prova tutti i giorni. Così si dice: "Tra voi e la vita deve ergersi il Lavoro". Questo in realtà è il Primo Shock Cosciente, chiamato il Ricordo di Sé – ma ci sono molti altri modi per definire ciò che significa lo sforzo chiamato lo shock del Ricordo di Sé -. La vita ci può travolgere, possiamo cadere sotto il suo potere, possiamo identificarci con tutte le esperienze nel vortice degli avvenimenti della vita. Bene, non si può costruire nulla da se stesso salvo che per mezzo di uno sforzo adeguato. L'uomo smarrito, sviato è spinto unicamente dalla vita e non *costruisce se*

stesso. La sua macchina lavora in modo sbagliato. Non raggiungerà mai l'“Io Reale” in se stesso né tantomeno lo desidererà. Ma, esaminiamo l'uomo che sta nella vita e ricorda allo stesso tempo il Lavoro e lo applica. Detto uomo ha una doppia vita. Ed è esattamente qui che si trova il punto di partenza. Dovrà fare un certo tipo di *sforzo*. Vedrà la vita esterna come una cosa e i *suoi effetti* su di lui come un'altra. Vedrà le due simultaneamente. Questo è uno sforzo corretto, ed una delle prime definizioni del Primo Shock Cosciente, questa definizione è rappresentata da due frecce . È cosciente esteriormente ed interiormente. Ad un uomo succede qualcosa nella vita che lo deprime, diciamo, una lettera d'amore che non arriva. Se è un uomo ordinario, che non lavora su di sé, la sua situazione è la seguente. È schiacciato da questo evento caratteristico. Si identifica con la depressione che detto evento gli provoca. Se detto uomo sta nel Lavoro, percepisce la sua depressione e percepisce ciò che la causa, percepisce ad un tempo l'impressione e la sua depressione eppure non sta né nell'una né nell'altra. Così si formula lo sforzo corretto. Ma per farlo deve mantenersi più o meno sveglio e non deve identificarsi con gli effetti delle impressioni entranti – proprio così, con i diversi eventi con i quali s'imbatte inevitabilmente ed ineluttabilmente in ogni momento. Affrontare la vita differentemente non significa cercare di modificarla ma iniziare a percepire gli effetti esercitati dalla vita su se stesso e *non essere semplicemente questi effetti*. Comprendere ciò che questo significa è sempre un grande aiuto. Nella vita ci sono sempre un gran numero di avvenimenti che si ripetono sempre, non solo ad una sola persona ma a tutte. In questo momento, diciamo, 60 milioni di persone si sentono depresse perché non hanno ricevuto una lettera che speravano. Sì – e voi siete una di quelle, supponiamo -. Così, vi sentite depresso – e non è soltanto sentirsi depresso, ma che *voi* siete la depressione e la depressione è voi -. Bene, qui lo sforzo corretto ha le sue radici nel percepire la causa e percepire l'effetto che questa causa esercita in se stesso ed essere cosciente di ambedue. In questo modo si ottiene una vera conoscenza della macchina umana. Il Lavoro dice che siamo macchine – se non ci conosciamo. Una macchina non può conoscere se stessa. Ma una *macchina-uomo* può giungere a conoscere se stessa. È in questo che c'è la differenza. Ogni sforzo corretto deriva dalla conoscenza della nostra macchina e nel non lasciarsi trasportare sempre, in ogni momento, dalle sue reazioni meccaniche. Allora si crea un'altra cosa in se stesso. Qualcosa si forma oltre questo macchinario, che si è negato per tanto tempo, e ciò lo porta eventualmente all'“Io” Reale. Almeno questa è la via. Siamo macchine perché l'“Io” Reale o Padrone non ci controlla. Al contrario siamo controllati dagli avvenimenti della vita, che penetrano in noi in forma di impressioni. Proprio così, non siamo controllati *dall'interiore*, come lo dovremmo essere, ma dalle cose esteriori. Così siamo macchine. Ma non fummo creati per essere macchine, ma con la possibilità di essere macchine *solo nel caso che non ci ricordassimo*. Proprio così, fummo creati con la possibilità di crearci a noi stessi e smettere di essere macchine. Il punto di partenza ha le sue radici nell'osservazione della propria macchina e la comprensione che *non è “Io”* ma *Ciò* colui che sta agendo in ogni momento. Sta agendo la macchina – o meglio reagendo -. E questo voi lo chiamate “Io”. No, è la macchina. Ogni sforzo corretto gira intorno a questo problema – comprendere, che quello che si

è preso come *Veramente Se stesso* non lo è ma è la macchina, la meccanicità stabilita principalmente dall'imitazione nella nostra vita. E quali tragedie ci tocca patire, quanti orrori continuiamo a commettere. Vi ricordo un'altra volta ciò che disse il signor Ouspensky. Domandò: "Di cosa tratta questo Lavoro?" Le persone risposero: "Di ricordare", e tutto ciò che segue. Ebbe molte risposte. Qual'era la *risposta*? Disse: "Far diventare Nicoll passivo". Ero d'accordo. E immagino anche che gli altri mi davano ragione nel modo in cui mi guardarono. Mi diverte pensare, che alcuni credano che questo Lavoro e l'insegnamento esoterico che lo spalleggia lungo la vita radichi semplicemente nel far diventare "Nicoll" passivo. Eppure, se ci si riflette, è proprio vero – nel mio caso -. Sì, ma è anche vero nel caso delle altre persone.

Bene, il Lavoro costituisce una Terza Forza che differisce dalla Terza Forza di Vita. Abbiamo parlato brevemente del numero **6144** dicendo che con detto numero la Terza Forza non ha alcuna relazione e significa la più ampia separazione degli opposti (e che niente può portarli a cooperare) ed è la regione delle maggiori improbabilità. Senza Terza Forza non può esserci congiunzione. Il Lavoro e tutto l'esoterismo si sforzano per l'Unità. Nella parte più alta del Diagramma-Intervallo c'è l'Unità dell'Assoluto. Bene, si dice che la Terza Forza di Vita non può realizzare in noi il grado di Unità rappresentato dall'"Io" Reale, ma che ci lascia nella molteplicità, ma la Terza Forza del Lavoro porta all'Unità. Così si vede come questo Lavoro con la Terza Forza che conduce agisce in una maniera invertita ed è l'antitesi di questa regione psicologica segnalata con il numero **6144**. Se il Lavoro agisce attraverso di noi non discenderemo nel Diagramma-Intervallo contemplato psicologicamente, ma che invece saliremo. Nella parte più alta del Diagramma-Intervallo c'è l'Unità assoluta o Dio il Supremo, o il Maggior Significato. Nella parte più bassa c'è lo stato rappresentato con la cifra **6144** dove tutto manca di significato. Ogni sforzo corretto radica pertanto nell'accrescere l'Unità che si ottiene soltanto con l'accrescimento della Coscienza. Quanto più irreconciliabili sono gli opposti in se stesso, minori saranno i significati per cui si vive. L'unione degli opposti concede il maggior significato. Il significato nasce dalla congiunzione ed armonizzazione degli opposti realizzata per mezzo della forza connettitrice chiamata Terza Forza o Forza Neutralizzante. Questa Forza Neutralizzante fa in modo che gli opposti fino allora antagonisti ed ostili facciano dietro front e si confrontino e cooperino e producano qualcosa, invece di continuare a lottare l'uno contro l'altro. Quando vi dissi che è preciso portare il lato nelle tenebre – l'altro lato di voi – questo lato di cui non avete coscienza – alla luce della Coscienza, e di non continuare ad immaginarsi che ciò che è ammesso dalla coscienza sia tutta la vostra persona, mi riferivo a questa unione degli opposti in se stesso – delle contraddizioni non riconosciute o ancora non percepite. È molto ciò che dobbiamo comprendere qui che non dirò altre parole, a meno di disporre di molto tempo. Eppure, in tutto questo tempo il Lavoro ce lo ha spiegato in tutto ciò che dice. Ogni sforzo corretto radica nell'accrescere la Coscienza – la Coscienza di Sé -. Ma molte cose, particolarmente i respingenti, ce lo impediscono. Siamo tutti angeli, ed ognuno è un diavolo, poco più o poco meno. Non ci comportiamo mai male con gli altri. Naturalmente, no. Senza dubbio, non è strano che la nostra Coscienza non riesca a gettar luce su ambedue i lati di un respingente

per permetterci di vedere da noi stessi le nostre contraddizioni interiori? Perciò, non è strano se si riflette che l'Uomo fu fatto come organismo auto-sviluppante – proprio così, capace di crearsi a se stesso – e che se l'uomo non lo capisce può scendere alla totale insensatezza rappresentata dalla cifra **6144**. E, se mi seguite, la totale insensatezza equivale alle tenebre totali. Così è necessario, come dissi all'inizio di questo capitolo, lottare strenuamente.

Cap. 108 Great Amwell house, 24 gennaio, 1948

ESSENZA E PERSONALITÀ

Idea – Lavoro

Parleremo di ciò che il lavoro ci insegna sull'essenza e la personalità. Il Lavoro dice che noi siamo nati come essenza. Quando siamo dei bambini molto piccoli, noi siamo in Essenza. Ma l'Essenza, che è la parte reale di noi e molto piccola, primitiva e sottosviluppata. Attraverso il nostro contatto con la vita, i genitori, e gli insegnanti, noi sviluppiamo la Personalità che circonda l'Essenza ma non le permette di crescere. Cresce la Personalità, non l'Essenza, non la parte reale di noi. In seguito, intorno alla Personalità si forma la Falsa Personalità, per mezzo della quale noi c'immaginiamo di essere persone reali. Collegato con la Falsa Personalità c'è l'"Io" immaginario, cioè noi immaginiamo di avere una cosa reale, immutabile, permanente, che chiamiamo "Io". Ma il lavoro c'insegna che non abbiamo un "Io" reale, ma solo un "Io" immaginario, e che, sebbene l'"Io" Reale esista in noi e possa essere raggiunto, tuttavia non siamo in contatto con lui, e non potremo raggiungerlo finché penseremo di averlo già. Uno dei poteri dell'immaginazione è quello di persuaderci di avere cose che in realtà non abbiamo. Il Lavoro dice che l'umanità è addormentata, che se un uomo desidera svegliarsi *deve lottare contro l'immaginazione*.

Arriviamo ora al Commentario sull'insegnamento del Lavoro che si riferì precedentemente.

COMMENTARIO.

Svegliarsi dal sonno significa crescere, svilupparsi. Un uomo può crescere e svilupparsi internamente solo per mezzo di idee positive. Le idee negative tengono l'umanità addormentata; le idee positive svegliano l'umanità. È stato detto che un modo per definire le idee positive è dire che qualunque cosa che rafforza la Falsa Personalità non è un'idea positiva. Nessuno può svilupparsi internamente attraverso la Falsa Personalità. Il Lavoro dice che internamente nessuno di noi è cresciuto. In rapporto al nostro lavoro, agli affari della vita quotidiana, possiamo sembrare uomini e donne reali. Sembriamo modestamente importanti, facciamo i discorsi ed i movimenti giusti, indossiamo abiti o uniformi, stiamo attenti ai nostri visi e alle nostre espressioni, e eseguiamo bene le cose che dobbiamo svolgere. Ma questa stessa persona allontanata da una linea che le è familiare diventa imbarazzata e a disagio, fuori "dal suo ambiente".

Questa è la prima educazione, quella imposta della vita, l'educazione della Personalità. Il nostro Lavoro tratta della seconda educazione, nella quale la Personalità deve essere indebolita e la parte reale di noi, l'Essenza, deve crescere. E questo è un compito molto difficile. Ma se noi cerchiamo un *nuovo significato* - ed il

significato é la cosa più importante, perché noi viviamo per mezzo del significato (di valori) - dovremo separarci dai significati vecchi e logori, per far entrare nelle nostre esistenze un nuovo significato. Altrimenti moriamo, anche se i nostri corpi continuano a vivere. I nuovi significati sono per noi possibili solo per mezzo di *idee positive*. Dopo un po' di tempo le idee-vita non ci procurano più un nuovo significato.

In un'epoca era di moda una canzone – suppongo una canzone volgare, senza nessun dubbio, per nessuno – nella quale appariva questa frase: “Dove prendo questo sombrero?” Usiamo questa frase volgare come punto di partenza. Un uomo è vestito fisicamente con un abito e vestito mentalmente o psicologicamente con la verità – proprio così, con la seguente verità -. Il corpo è vestito con un abito fisico e ciò che si pensa è la verità che veste il corpo-mente. Un uomo, una donna, sono innanzi tutto un corpo fisico. Dico innanzi tutto secondo i sensi. Prima vediamo il corpo visibile di un uomo, il corpo visibile di una donna. Ma quest'uomo, questa donna, hanno anche una psicologia invisibile, probabilmente angelica, e allo stesso tempo diabolica. Ciò nonostante il corpo fisico, l'apparenza data dai sensi, non ci mostra assolutamente la natura della psicologia di una persona. Nel momento in cui detta persona dichiara il suo amore, la psicologia di una persona, diciamo, si accorge di un'espressione sgradevole, momentanea, ma la bellezza del corpo visibile continua a tranquillizzarci e si continua ad aver fiducia in lei. Senza dubbio, questa espressione sgradevole rivelava momentaneamente la natura della sua psicologia interiore – proprio così, il tipo di corpo psicologico che è avvinghiato a questo meraviglioso corpo fisico -. È strano, per ciò che ho visto fino adesso, ma una persona deve arrivare dai settanta agli ottant'anni prima di poter comprenderlo, a dispetto degli intelligenti detti come quello “Le cose non sono come sembrano” o “Non tutto ciò che brilla è oro”, ed altre simili. E poi è troppo vecchia per ricordare ciò che desiderava ricordare, il ché evita molte preoccupazioni. Lo stesso, bisogna notare che un uomo con la fronte accigliata, o una donna amareggiata, quando s'innamorano non hanno questa espressione e sperano che la causa, antica e lontana che la provocò, sparisca come con un atto di magia. Non bisogna sorprenderci allora che questo Lavoro insegna che *l'Uomo è addormentato* – e che, bisogna avvertirlo, inclusa la Donna, che anche lei è addormentata a sua volta tanto quanto l'Uomo, solo che, come avete notato, non è lo stesso -.

Parlerò nuovamente sul “sbrero”. Questa parte della psicologia invisibile o del corpo psicologico di una persona che si relazionano con il suo modo di pensare è il “sbrero” - il berretto pensante. La testa pensa – così ciò che la copre è ciò che la veste. Una persona pensa su quello che per lei è verità. Si pensa prendendo come punto di partenza quello che si crede vero. Le forme di verità che c'insegnarono ed accettammo costituiscono il “sbrero”. Così è legittimo chiedere ad una persona non soltanto: “Perché credete che questo o quello sia verità?” ma anche “Dove avete conseguito questo sbbrero?” che equivale a: “Perché pensate così?” è chiaro che la risposta è: “Perché mi hanno educato a pensare così” – proprio così, porta un altro sbbrero, di colore differente o di forma differente -. E succede sempre così. Eppure

ognuno crede di pensare correttamente ed ognuno crede di pensare dalla Verità assoluta. Così ognuno porta un sombrero diverso – un sombrero invisibile, perché appartiene al corpo invisibile – proprio così, alla psicologia acquisita di detta persona. Bene, non capite che per quanto vivano in corpi visibili, che sono facili da vedere e che si parlino gli uni con gli altri con la parola e i gesti, e molto spesso con goffaggine, in realtà vivono nei loro pensieri, stato d'animo, desideri, ambizioni, ecc., che *sono invisibili*? Così si è invisibili, chiusi in un corpo visibile. Non lo avete ancora capito? Si può avere il cuore spezzato, come si suol dire, eppure sembrare allegri. Perché le persone non possono concepire l'idea che *loro stesse* vivono nel proprio lato invisibile, conosciuto soltanto da loro con la propria coscienza? Così prestano attenzione a questa visione: qui siamo visibili gli uni agli altri come corpi fisici ma invisibili gli uni con gli altri in un senso vero. Perciò, essendo realmente invisibili, siamo soli. Questa è una cosa che va capita nel suo pieno significato. È la sola cosa che può salvarci dall'autocommiserazione. Non è colpa di nessuno se non siamo capiti, poiché siamo invisibili e nessuno ci può conoscere. Solo noi possiamo conoscere noi stessi.

Per questo il Lavoro ci dice: “Cominciate col cercare di capire voi stessi”. È un compito molto difficile, ma che indirizza gli sforzi al punto giusto. A questo punto l'immaginazione cerca di mantenerci addormentati facendoci dire: “Ma certo che conosco me stesso, ma certo che capisco me stesso”. La risposta è: “Tu non ti conosci, e finché vivrai con questa illusione, niente cambierà in te”. Ogni cosa rimarrà la stessa, avrai gli stessi problemi, le stesse infelicità, le stesse incertezze, le stesse tragedie. C'è un solo modo per cambiare ed è quello di cambiare te stesso; cambia il tuo essere e la tua vita cambierà. Cerca di cambiare la vita o ogni cosa resterà la stessa, anche se andrai nella parte più lontana della Terra.

Questa è una delle *idee positive* del Lavoro - “Per cambiare le cose, per cambiare la propria vita, un uomo deve per prima cosa cambiare se stesso. E per cambiare se stesso egli dovrà per prima cosa trovare un insegnamento che gli dica come fare”. Egli deve desiderare che gli venga insegnata una nuova conoscenza, una nuova verità, e cominciare a pensare in un modo nuovo. Se continuerà a pensare nella vecchia conoscenza, continuerà a pensare nella vecchia maniera e niente potrà cambiare. Solo il pensare in un modo nuovo può cambiare un uomo.

Ora, un'idea della vita, cioè un'idea negativa, comincia col voler cambiare la vita esterna, cambiare casa, lavoro, servitù e così via. Un'idea di Lavoro comincia col *cambiare voi stessi*, e questa è un'idea positiva. Se rimanete lo stesso uomo, dovunque andrete, attrarrete a voi gli stessi dubbi, le stesse ansietà. Il Lavoro dice: “Il vostro essere attrae la vostra vita”. Se non cambiate il vostro essere - il tipo di persona che siete per la vostra educazione - niente cambierà nella vita esterna. Voi attrarrete sempre lo stesso tipo di cose, le stesse situazioni, le stesse difficoltà. Così il Lavoro insegna che nella seconda educazione il compito di una persona è quello di iniziare a cercare di cambiare il proprio essere, e non cercare di cambiare le situazioni esterne. Questa è un'idea positiva.

CONSIDERAZIONE INTERNA E IL DIALOGO INTERIORE

Parte 1. È necessario lottare contro le emozioni inutili. L'energia che va alle emozioni inutili si perde. Vediamo piovere e sentiamo, diciamo, una sorte di ostilità, disgusto o leggera depressione. Questa è un'emozione inutile. Sembra che la gente si lascia prendere da tutto ciò che non soddisfa le sue aspettative. Proprio così, suole identificarsi con la pioggia che cade o con il freddo che fa o per la bufera che soffia, perché è qualcosa di inaspettato. Dicono: "Bah!", e si sentono un po' sconcertati. Naturalmente, se si prevede che accadrà qualcosa di sgradevole e questo succede, ciò che avevamo previsto ci protegge, ci si sente sollevato. Ma, come si disse prima, nella maggior parte di noi l'aspettativa adotta forme che ci inducono a sperare qualsiasi cosa salvo ciò che succede in realtà. Di conseguenza, si producono molte emozioni inutili e una grande quantità di energia si perde in delusioni e considerazione interna – perché una persona porta la considerazione interna a tal punto che se piove nel giorno del suo compleanno gli sembra che l'Universo e tutte le forze dei Cieli lo fanno apposta. Questo è un atteggiamento molto infantile e, come tutti possono vederlo, suole condurre ad una serie di emozioni inutili. Da questo risulta un essere debole, che perde facilmente le staffe.

Ora parleremo della considerazione interna in relazione con le emozioni inutili. La considerazione interna ha la sua origine nel Centro Emozionale in questo senso – cioè, che oltre lei c'è sempre un sentimento, un'emozione. *Impiega* il Centro Intellettuale con interminabili parole, in dialogo interiore e nello scrivere patetiche lettere che mai o quasi mai si spediscono, ma hanno la loro ragione in un sentimento, un'emozione. Qual è l'emozione che origina la considerazione interna? Ci riferiremo a lei gentilmente, perché tutti noi, per quanto importanti o coraggiosi o duri immaginiamo di essere, questa emozione, questo sentimento dimora nel profondo della nostra persona – a meno che, per miracolo, l'amore di Dio non sia penetrato nel nostro cuore e ci abbia fatto comprendere che la Terra è un posto di prova, e che non c'è essere umano capace di comprenderci. Prendiamo come esempio la persona che sente che non dovrebbe piovere nel giorno del suo compleanno. Diluvia. Riflette. Si sente triste. Gli pare di non essere apprezzato, di non essere trattato con giustizia, di non essere capito. Sperava con tanta impazienza questo giorno. Questo, nel Lavoro, è chiamata considerazione interna. Come dissi, è in realtà un'emozione, un sentimento, quantunque si impieghi il Centro Intellettuale per dargli voce con milioni di parole, che siano espresse o no. Detta persona fa buon viso e dice che non gl'importa. Sì – ma nella sua giurisdizione interna il sentimento, l'emozione proseguono, e molte altre emozioni similari prodotte da esperienze similari provenienti da un lontano passato formano un nucleo nel Centro Emozionale, dal quale molte altre forme di considerazione interna si ramificano -, per esempio, si perde l'autobus e succede sempre così, o ci si vuole vedere con la fidanzata e questa dice che deve uscire per andare a trovare sua zia, o si vuole andare a vedere un'opera a teatro e i nostri amici ci portano invece a vederne un'altra, ecc. Nessuno, naturalmente, presta attenzione alle nostre necessità. Parlo in forma scurrile di proposito, perché il tema della considerazione interna è molto profondo e un problema serio – perché in qualche modo la vita ci è estranea -. In verità, è così profondo e serio che tutta l'importanza e

il potere dell'insegnamento esoterico lungo tutte le età, inclusa tutta la forza dell'insegnamento esoterico latente nelle parabole dei Vangeli – come quella del “Figliol Prodigio” – non furono capaci di curare l'Umanità. Di certo, l'Umanità, se non si sveglia dal sonno e giunge al livello dell'Uomo Cosciente, non potrà mai curarsi. Ma l'uomo, la donna, possono curarsi – mediante un arduo lavoro su di sé.

Per questo parleremo della considerazione interiore *inutile* o evitabile. Supponiamo che un uomo non discerna la sua slealtà, insensibilità e malignità. Non ha mai osservato se stesso. Non vede che la gente lo ha in antipatia o che lo evita. Non vede nessuna ragione per cui la gente non lo vuole. Allora immagina che la gente lo ha in antipatia ingiustamente. Che si comporta ingiustamente con lui. Così si sente offeso. Questa è considerazione interiore. Un uomo che si sente offeso è un buon esempio di considerazione interiore. Non considera mai esternamente – proprio così, non si mette mai nella posizione dell'altra persona e non comprende le sue difficoltà. Al contrario, desidera mettere tutte le persone nella sua situazione, vuole che si rendano conto delle sue difficoltà – ascoltare tali persone é molto noioso, specialmente se si è medici e si è obbligati a farlo -. Bene, la parola *ingiusto* è secondo me una parola favorita nella considerazione interiore. Non vi rendete conto di ciò? Non credete nella vostra giurisdizione interna che ogni cosa è *ingiusta*? Se è così, possedete un'inesauribile sorgente di continua considerazione interiore, e vi farà perdere forza in ogni momento. Voglio dire, ogni giorno sarà un fallimento dal punto di vista del Lavoro. D'altra parte, se osservate le vostre tipiche forme di considerazione interna e così non vi identificate con esse e vi ricordate di voi stesso, comprenderete che soltanto *voi* potete aiutare *voi stesso*, e tutta la considerazione interna e il senso d'ingiustizia sono inutili e ancora peggio e danno origine alle emozioni quotidiane completamente inutili. Ma nessuno deve credere di essere libero dalla considerazione interna.

La considerazione interna è definita da una parte come il fare conti interni contro gli altri. Si realizza uno scopo e si crede che gli altri non abbiano fatto altrettanto. Così s'inizia a considerare internamente – anche se non lo si esprime a parole -. Gli altri non hanno lavorato così tanto quanto voi. Gli altri non considerano quello che avete fatto. Nessuno vi apprezza – e così via -. Tutto ciò ha origine nel non fare quello che si deve fare da se stesso – nel non *voler fare voi stesso* quello che *voi* dovete fare. Qualsiasi cosa si debba fare, *anelate* a farla e realizzerete lo scopo senza essere negativi e in questo modo senza fare conti interni. È necessario che noi ce lo ricordiamo costantemente – e a tutti voi lo si ricorda costantemente, perché è uno dei segreti di un lavoro su di sé corretto. Non solo questo: *crea forza in uno*. Forse non vi è cosa che distrugga tanto la nostra comprensione del Lavoro come la considerazione interiore, questo fare i conti interni contro gli altri e tutto quello che risulta da ciò, l'auto-compassione, e gli scoraggianti stati negativi che, per così dire, trasformano il nostro territorio psicologico in un pantano pieno di moschini velenosi. Bene, se io *anelo* fare quello che devo fare, non farò conti interni contro gli altri. Ma, se faccio quello che devo fare e tutto il tempo penso che l'altra persona dovrebbe farlo e che è ingiusto che debba farlo io, allora sto facendo conti interni. Proprio così, sto considerando internamente. E questo darà origine ad incalcolabili *dialoghi*

interni, che proseguono da soli, perché si sa che la parte negativa del Centro Emozionale agisce da sola – una sorta di perpetuo appesantimento segreto che è solito estendersi ed oscurare tutta la nostra vita interiore. Sappiamo che è necessario proteggere la nostra vita esteriore – il nostro corpo – contro gli attacchi – e contro una forma molto più pericolosa degli attacchi -. Perché un uomo può difendere la propria vita fisica esterna ma senza rendersi conto che deve proteggere la propria vita psicologica interiore. Così diventa avaro, duro, acerbo, rigido, inacidito, rancoroso, geloso, di malumore, fastidioso, ecc. In altre parole, vive nel suo corpo, ma interiormente è morto in se stesso. Nonostante quello che il suo corpo è apparentemente, il Lavoro dice: “Questo corpo è vivo, ma lui stesso internamente è un fallimento ed è morto. È un uomo morto che cammina”. Tutto questo naturalmente si applica anche alle donne. Quanti morti, disse il signor Ouspensky, camminano per le strade.

Per questo è così necessario osservare la considerazione interna e vedere cos'è e cercare di controllarla. Questo ci porterà alla salute psicologica. Osservate il vostro dialogo interiore. Osservate ciò che ossessiona i vostri pensieri. Assaggiatelo e scoprirete se siete negativo. Lottate contro la vostra negatività. Abborritela. Allontanatela e se fate qualcosa fatelo *da voi stesso, volontariamente*. Solo voi stesso potete vivere la vostra vita e non altri. Ma, siete salito sulla carrozza ed avete preso le redini? Altrimenti, non potrete *volere* nessuna cosa.

È assai probabile che tutti voi abbiate sentito questa straordinaria osservazione esoterica attribuita a Cristo: “Non resistere al male”. I suoi significati sono molti e notevoli. Uno di essi è quello di *contemplare* il presupposto che possa andare male, di farci piacere ciò che non ci piace, di essere convinto che possano succedere cose che non dovrebbero capitare. Voi dovete avere la convinzione che dovrete morire. Desideratelo – e allora non avrete più paura -. Opporsi a tutte le cose è facile. Desiderare quelle cose a cui ci opponiamo è una cosa molto diversa. Se uno si oppone a tutte le cose passerà il giorno a considerare internamente. Si faranno conti interni contro tutte le persone. Ma se si *desidera* l'esistenza di qualcuno a cui noi ci opponiamo, tutto cambierà miracolosamente. Se si *desidera* ciò che si verificherà, si otterrà forza. Se uno si oppone a ciò che succede, perderà forza. Questo Lavoro c'insegna a guadagnare forza.

Parte 2. Si è detto molte volte che questo Lavoro è Cristianesimo Esoterico. Il Cristianesimo Esoterico – che appartiene a diverse sette e rituali – è una cosa. Il Cristianesimo Esoterico mette in relazione tutto l'antico insegnamento esoterico e si riferisce al significato interiore dei frammenti che giunsero nelle nostre mani, così inadeguatamente, dell'insegnamento che un Uomo Cosciente impartì circa 2000 anni fa. Cristo era un Uomo n° 8. Ma delle cose che Egli insegnò arrivarono frammenti scarsi e quasi tutto il contenuto dei Vangeli fu riportato da gente che non aveva conosciuto Cristo e senza dubbio fecero aggiunte o deformarono il pensiero del Maestro affinché fosse d'accordo con ciò che a loro pareva.

Bene, nel Vangelo c'è una parabola sulla considerazione interna e il modo d'impedire la sua apparizione. Tutta la considerazione interna si origina maggiormente nella

Falsa Personalità più che da qualche altra cosa. Cristo frustò i farisei – e i farisei che “facevano tutte le cose per essere visti dalla gente” non è un gruppo di persone che visse moltissimi secoli fa ma qualcosa in voi stessi, *ora – in voi, ora* – proprio così, i farisei in voi che fingono di essere ciò che non sono realmente. Comprendere che di non essere nulla significa vincere la Falsa Personalità, i farisei. Bene, la Falsa Personalità si gonfia fino ad avere una tremenda auto-importanza – come la rana del racconto di fate che si gonfiò così tanto che finalmente scoppiò. La super stima è la causa di quasi tutta la considerazione interna. I discepoli di Cristo, chiedevano: “Aumentaci la fede”. Bene, la fede è una forza – la forza di credere in qualcosa che sta oltre l’evidenza dei sensi, la forza che ci eleva al di sopra delle nostre reazioni meccaniche, la forza per comprendere che c’è qualcosa che sta al di sopra della limitata comprensione umana, la forza per fare questo Lavoro -. Cristo risponde alla questione di accrescere la forza per comprendere ciò che sta al di sopra della nostra comprensione normale con una parabola:

“Gli apostoli dissero al Signore: “Aumenta la nostra fede!”. Il Signore rispose: “Se avete fede quanto un granello di senapa, potreste dire a questo gelso: Sii sradicato e trapiantato nel mare, ed esso vi ascolterebbe. “Chi di voi, se ha un servo ad arare o a pascolare il gregge, gli dirà quando rientra dal campo: Vieni subito e mettiti a tavola? “Non gli dirà piuttosto: Preparami da mangiare, rimboccati la veste e servimi, finché io abbia mangiato e bevuto, e dopo mangerai e berrai anche tu? “Si riterrà obbligato verso il suo servo, perché ha eseguito gli ordini ricevuti? “Così anche voi, quando avete fatto tutto quello che vi è stato ordinato di fare, dite: Siamo poveri servi. Abbiamo fatto quanto dovevamo fare”. (Luca XVII – 5-9)

Bene, avvertite che sarebbe stato molto facile al servo fare conti interni – così come “Perché dovrei lavorare tutto il giorno e poi servire, come se io non avessi già fatto un faticoso giorno di lavoro?”

Cap. 110 Great Amwell House, 7 febbraio, 1948

COMMENTARIO SULL’ESSERE

IDEA-LAVORO

IL Lavoro dice all’uomo che egli non è il suo fisico né la sua forza né la sua posizione sociale né la sua ricchezza. Dice che egli è la sua comprensione. A questo riguardo in lui ci sono due lati – il lato della Conoscenza e il lato dell’Essere -. Riguardo al suo sviluppo, questo forma la comprensione di un uomo. Un uomo dotato di molta conoscenza ma il cui Essere è scarso *comprende* poco o niente ed è molto di più ciò che fraintende. Un uomo con scarsa conoscenza e un buon Essere *comprende* anche lui poco ma comprende ciò che conosce. Teoricamente, il pieno sviluppo della Conoscenza e il pieno sviluppo dell’Essere procurano la più piena comprensione possibile. L’Uomo suole avere molte cose che si relazionano con questo particolare. Oggi farò solo alcuni commentari sull’Essere.

COMMENTARIO

Recentemente si fece la seguente domanda: “Può l’Essenza essere vincolata con l’Essere?” “È corretto dire che l’Essenza è la parte del nostro Essere capace di svilupparsi?” Da un punto di vista generale l’Essere di un uomo meccanico è tutto ciò che è lui – proprio così, la sua Falsa Personalità, il suo “Io” Immaginario, la sua

Personalità acquisita, con tutti i suoi differenti e contraddittori “Io”, i suoi atteggiamenti, pregiudizi, ecc., e la sua Essenza è infantile e sottosviluppata -. In quanto ai molti “Io” o “egos”, il Lavoro dice che l’Essere di un uomo meccanico si caratterizza per la molteplicità. È una pluralità, non è uno – ma immagina di essere uno e lui stesso in ogni momento, e questa illusione è prodotta dall’“Io” Immaginario che lo acceca -. Questo è lo stato dell’uomo meccanico. Non è un Essere vero. Un uomo cosciente ha un Essere Vero. Esaminiamo questo punto. In che senso, secondo ciò che apprendiamo, è differente l’Essere dell’uomo cosciente dall’Essere dell’uomo meccanico? Nell’uomo meccanico – proprio così, in ognuno di noi così come siamo – c’è assenza di unità. Come si cercava di dire, l’Essere di un uomo meccanico – proprio così, il nostro Essere – si caratterizza per la molteplicità dei differenti “Io”. Ma non lo avvertiamo. **Immaginiamo** di essere un solo “Io”. Diciamo “Io penso”, “Io sento”, “Io desidero”, e così via, credendo che in ogni momento é lo stesso “Io” quello che sta agendo in noi. Ma stiamo molto nell’errore. È pura immaginazione. **Immaginiamo** di avere un “Io” permanente, invariabile che agisca in noi, e a causa di questa illusione nasce l’illusione di non poter cambiare e di avere coscienza di tutto quello che pensiamo e diciamo e facciamo e sentiamo. Sì – e questo “Io” Immaginario abita nella casa della Falsa Personalità che a sua volta è costruita dall’immaginazione -. Questa è una forma assurda e senza dubbio molto poderosa dell’ipnotismo che agisce su di noi e che un’osservazione sincera, imparziale, arriverà a indebolire. Se è così, iniziamo allora a svegliarci fino ad un certo punto e come risultato la nostra sensazione di noi, la nostra sensazione di “Io” e tutte le relazioni di noi stessi con gli altri, cominciano a modificarsi. Per aver indebolito l’idea fissa che ostentavamo su noi stessi, abbiamo lasciato posto affinché si produca un cambiamento. Ma, per quanto sia assurda questa forma d’ipnotismo, è così poderosa che solo pochi sono coloro che possono svegliarsi. La gente non vede come questo possa applicarsi a loro. Non vogliono svegliarsi dal sonno. Così vivono la loro vita con un sentimento sbagliato di “Io”. Neppure per un istante comprendono l’idea che l’Uomo è mantenuto addormentato in differenti forme d’ipnotismo per certi scopi che non gli apportano nessun beneficio. In ogni caso, hanno la sicurezza di essere svegli e pienamente coscienti. Come si disse, quantunque passino tutto il giorno a lamentarsi, comprendere di avere molti “Io” differenti e contraddittori e non un solo “Io” vero e permanente, è fare il primo passo verso il risveglio. Perché? Perché un uomo non può vivere più nell’illusione prodotta dall’“Io” Immaginario che lo induce a credere di essere uno, un’unità, un individuo invariabile, costante e conseguente. Basta riflettere sul caso di un uomo che è un angelo con gli estranei e un demone nella sua casa. Credete che questo sia un segnale del possedere un “Io” permanente, vero, invariabile, costante e conseguente? Non significa questo che possiede “Io” pubblici e “Io” domestici, totalmente contraddittori? Però ha molti altri “Io” per gli altri. Ma immagina di avere un solo “Io” – pienamente cosciente – che lo controlla. Non è forse ridicolo che persone molto intelligenti non possano rendersi conto – o non lo sopportano – che quest’“Io” che attribuiscono al loro essere è interamente immaginario? Come si disse, è un’illusione assurda ma che ha un tremendo potere a cui sfuggono molto pochi. Comprenderlo distrugge in un certo modo la vanità. Ma

noi stessi dobbiamo renderci conto di ciò. Se ce lo dice un'altra persona ci infuriamo. Così il Lavoro parte dall'osservazione di sé. Esattamente dice: "Perciò, constatatelo da voi stessi. Osservate in voi stessi che questo è così. Non è una mia incombenza mostrarvi che è vero. Dovete vedere la vostra verità da voi stessi. Voi non siete uno ma molti".

Bene, comprendiamo che la possibilità di ottenere l'unità, di raggiungere un "Io" Permanente, è latente nell'Uomo e che l'Uomo fu creato come un organismo auto-sviluppante per ottenere l'"Io" Reale in se stesso, e siccome non lo ha ancora raggiunto non sta mai in pace ed è sempre in conflitto con se stesso. Per raggiungere questa meta segreta, nascosta in lui, deve cominciare con il rifiutare molte illusioni, molte cose irreali, delle quali una è quella di possedere un "Io". Per ciò che riguarda questa illusione deve vedere la nuda verità di essere molti e non uno, e in un certo senso non esiste questa persona che chiamiamo io, ma qualcosa d'irreale composto da molte persone che usano il nostro nome e che consideriamo come noi stessi.

Bene, nel caso dell'Uomo Cosciente, la posizione è differente. L'Essere dell'Uomo Cosciente si caratterizza per l'unità – per il possesso dell'"Io" Reale -. Così il suo Essere è completamente differente dal nostro Essere. Paragonando con il nostro Essere il suo è un Essere reale. Un uomo cosciente, dovuto al fatto che ha un Essere reale, *può fare*. Possedendo l'unità, può avere un "Io" Reale, ha una *sola* volontà, e, nell'avere una sola volontà, può fare. Nel nostro caso, siccome abbiamo molti "Io" nel nostro Essere, non abbiamo una sola volontà, ma molte volontà. Ogni "Io" ha una propria volontà e ogni "Io" vuole *ciò* che desidera e quello che un "Io" desidera è differente da quello che un altro "Io" desidera. Pertanto, nel non avere una Volontà Reale perché non possediamo un "Io" Reale, l'uomo meccanico *non può fare*. Sembra che possa fare. Ma le circostanze e l'educazione che agiscono su di lui lo inducono a fare così come fa. Non può evitare di fare ciò che fa. È meccanico. Solo quando cerca di andare contro la propria meccanicità comincerà a rendersi conto della sua enorme forza. In una conversazione con Gurdjieff, Ouspensky domandò cosa potesse fare, Gurdjieff gli rispose: "*Voi* non potete *fare* nulla. Per *fare* un uomo deve *essere*". Ho riflettuto spesso su questa osservazione che, come tutto quello che diceva Gurdjieff, è strana, breve e impressionante. Per *fare* un uomo deve prima *essere*.

Da tutto ciò si deduce che l'Essere nel senso del Lavoro pare riferirsi all'Uomo sviluppato – vuol dire, all'Essere Reale. Così come siamo abbiamo un Essere, ma è un Essere sconcertante, che cambia di posizione e si modifica in ogni momento. Gurdjieff paragonava lo stato dell'essere dell'uomo meccanico ad un alambicco di vetro pieno di polveri metalliche diverse. Disse: "Basta dare un leggero colpo e le polveri cambiano di posizione. A questo assomiglia l'Uomo. Ogni cambiamento di vita, di circostanze, ogni avvenimento, ogni situazione, ogni stato d'animo, colpisce l'alambicco, e le polveri si muovono. È necessario allora accendere un fuoco sotto l'alambicco fino a che le polveri metalliche fondano e rimangono unite e giungano ad essere uno".

Bene, affinché questo succeda in un uomo, in una donna, è preciso che *anelino Essere*. Immaginare di avere un Essere vero non vi aiuterà assolutamente. In effetti,

ammesso che l'immaginazione soddisfi sempre ogni nostra carenza, impedisce, in questo caso, di vedere che non abbiamo un vero Essere. Ma una sincera e scrupolosa osservazione di sé ci fa vedere che non siamo *nulla* – niente – ma solo una confusione di cose, interiormente, per quanto la nostra facciata possa suggerire agli altri che siamo qualcosa di definito – e anche a suggerirci che siamo qualcosa di definito -. Ma giacché l'“Io” Reale esiste in noi, in condizioni eccezionali possiamo toccarlo. Allora sappiamo cosa significa avere un “Io” Reale. Come avrete già sentito, a volte a causa di una forte e prolungata tensione, di pericolo, di infermità, di fatica e altre cose, un uomo tocca l'“Io” Reale in se stesso. Allora cambia tutto. La paura lo abbandona. L'ansia lo abbandona. L'inquietudine interna lo abbandona. Per un attimo ha toccato la sua meta. Il suo sentimento completo di “Io” è trasformato. Non è già più lo stesso come quando si sentiva cosciente in sé, ma un'altra persona – una persona interamente nuova. Tutto ciò che è falso, irreali, carente di valore, sparisce. Ma noi, così come siamo, dobbiamo lavorare molto tempo contro tutto il falso, irreali e inventato, per raggiungere questo stato e farlo diventare permanente. Proprio così, si esige il pagamento. Bene, in questo senso il primo pagamento é quello di comprendere di non essere uno ma molti. Questo esige il *lavoro su di sé*. Questo esempio non vi fa capire cosa significa il pagamento in questo Lavoro?

Cap. 111 Great Amwell House, 14 febbraio, 1948

COMMENTARIO SULLE ABITUDINI

IDEA-LAVORO

Il Lavoro dice che dobbiamo pensare in un modo nuovo per poter iniziare la trasformazione di noi stessi. Il Lavoro insegna che dopo una certa età non siamo niente altro che una massa di abitudini acquisite in ogni centro – abitudini nel Centro Pensante, abitudini nel Centro Emozionale, abitudini nel Centro Sessuale, abitudini nel Centro Motorio e abitudini nel Centro Istinivo. Tutte queste abitudini ci mantengono addormentati perché i centri non possono lavorare e così passiamo la nostra esistenza non come ci piacerebbe farlo, ma come ce lo impongono queste abitudini, e poi ci domandiamo perché la nostra vita non è quella che speravamo. Non ci rendiamo neppure conto che sono abitudini. *Siamo* queste abitudini, senza vedere né sapere perché sta succedendo così. Allo stesso tempo siamo sicurissimi di poter cambiare facilmente, se lo desiderassimo. Questa forma d'immaginazione ci aiuta, come tutte le altre forme, a mantenerci nel sonno. Bene, se i nostri centri non fossero sovraccarichi di queste abitudini. Sentiremmo ciò che ci dicono in ogni momento. Ma, così come siamo, i centri non ci parlano.

COMMENTARIO

Le parole appena citate furono menzionate in connessione con la necessità di studiare la forma in cui fummo costruiti. È necessario sapere qualcosa sul nostro macchinario, in questo caso sulle nostre abitudini. Ma, è chiaro, ignoriamo di possedere un macchinario. In generale, la gente crede che le abitudini si riferiscano soltanto alle abitudini corporali minori. Non comprendono che il loro Centro Intellettuale – il centro con cui pensano – è pieno di abitudini meccaniche, e che i loro sentimenti, emozioni che appartengono al Centro Emozionale, sono anche loro abitudini

meccaniche di sentimento, abitudini di emozioni. In altre parole, il Centro Intellettuale e il Centro Emozionale non sono svegli, ma ripieni di abitudini.

Prendiamo il Centro Intellettuale. La maggior parte delle persone non pensano ma sostengono le opinioni che hanno sentito. Queste opinioni possono diventare usuali – proprio così, abitudini mentali. Bene, se un uomo, se una donna cominciano a svegliarsi e a vedere la necessità di *pensare* da se stessi, scopriranno che tante opinioni acquisite e tradizioni prese in prestito e che colmano la loro mente (Centro Pensante) che gli risulta assolutamente impossibile pensare. E, naturalmente, per gli scopi della Natura, che l'uomo addormentato serve in tutto il mondo, non è conveniente che l'uomo *pensi* veramente. Suppongo che se un animale potesse pensare – diciamo, un cavallo – succedrebbero infinite difficoltà, oltre le difficoltà che si sono sempre verificate con i cavalli. Ma, supponiamo che gli animali potessero pensare realmente. E anche, che fossimo capaci di pensare realmente con la nostra testa, invece di dirigerci nelle opinioni, nei ritornelli, nei pregiudizi, le tradizioni, le frasi fatte e persino l'ultima cosa che abbiamo letto. Dunque, se tutti fossimo capaci di pensare veramente con la propria testa, potremmo vivere in un mondo nuovo. Ma, così come siamo pensiamo dalle opinioni acquisite, le idee prestate, che quello che ci hanno insegnato è giusto, e così via, secondo la nostra educazione, il nostro livello, i nostri odi interiori, gelosie e rancori. Bene, così come disse una volta Gurdjieff: ***“Tale uomo non pensa. Ciò pensa – non lui stesso. E così vive e muore senza aver mai pensato”***. Parlando su un altro tema disse: “innanzi tutto è necessario svegliare il Centro Intellettuale. Proprio così, è necessario iniziare a pensare da se stessi. Questo Lavoro ha le sue basi nel far sì che un uomo, una donna, *pensino* – e pensino in un modo completamente nuovo”- e in molte occasioni, Ouspensky disse: “Perché mi domandate sempre qual è, esattamente, la differenza tra l'osservazione di sé e il Ricordo di Sé? Non sono io che ve lo devo spiegare. È necessario che voi lo vediate da voi stessi. Cercate di osservare – cercate di ricordarvi di voi stessi -. È necessario *pensare da se stessi*. Questo Lavoro si propone di farci pensare – pensare ciò che siamo, pensare a ciò che si desidera, pensare al perché si esiste -. Solo quando si *pensa* si può cambiare la propria vita. Desiderate che la vostra vita si ripeta come ora? Se è così non pensate. Conservate le vostre opinioni. Ma, allora, tutto si ripeterà così come è già avvenuto e tornerà a ripetersi la vostra vita esattamente come prima”. Bene, queste parole m'interessarono particolarmente. Fin'ora avevo creduto che affinché si producesse un cambiamento in me stesso era necessario rinunciare a qualche abitudine fisica come quella di fumare o cose simili. Non avevo mai compreso che per cambiare qualcosa in uno stesso bisognasse cominciare a *pensare* in un modo nuovo e se non si produceva un cambiamento nel *pensare*, nessuna cosa poteva cambiare in uno stesso. Proprio così, bisognava iniziare *dalla cima* – dalla mente – prima che qualsiasi altra cosa potesse modificarsi. Perciò questa notte spiegherò ciò che questo significa. È una delle idee più importanti di questo Lavoro e inoltre di tutto l'insegnamento esoterico, come anche dei Vangeli. Comprenderete, poi, che non è possibile nessuna trasformazione di sé se la mente non si trasforma. Se si continua ad avere le stesse *abitudini mentali*, i pregiudizi, le opinioni e tutto il resto, non si può cominciare a cambiare – per quanto lo si provi – e si continuerà ad

essere gli stessi, a meno che tutti i propri modi di prendere le cose, tutto il proprio modo di pensare, cambi per primo. “Per cambiare”, disse Ouspensky, “è preciso innanzi tutto cambiare le nostre abitudini”.

Bene, parleremo per prima cosa di ciò che si disse sulla chiave del cambiamento di sé in quel straordinario libro chiamato i Vangeli. Bisogna avvertire che ogni idea di cambiamento di sé, dell’evoluzione interiore di sé, comincia con una parola magica. Questa parola in greco è *μετανοια*. Sono molti coloro che mi hanno sentito parlare di questa parola in connessione con il Lavoro, e non credo di ripetere sufficientemente ciò che ho detto. La parola d’introduzione ai Vangeli e a tutto l’insegnamento psicologico interiore é questa *μετανοια*, che hanno tradotto erroneamente con “*Pentimento*” e che in realtà significa “cambiamento di mente”. In altre parole, significa “Pensare in un modo nuovo”, *μετα* = *oltre*; e *νοῦξ* = mente. Così la parola *μετανοια* significa “pensa oltre la tua mente” e questo equivale a ciò che questo Lavoro, che è il Cristianesimo Esoterico, segnala nell’insegnare che per cambiare è necessario pensare in un modo nuovo. Quella strana figura, Giovanni il Battista, coperto di peli, di cui Cristo disse che il più piccolo nel Regno di Cieli era più grande di lui – ma che degli uomini nati da donna era il più grande – questa strana figura insegnò due cose allo stesso tempo – “Pentitevi” perché il Regno dei Cieli è vicino”, che dovrebbe essere in verità “Cambiate il vostro modo di pensare” – sì, ma, perché? – Perché il Regno dei Cieli è vicino”. Cosa significa questo? Significa esattamente ciò che il Lavoro insegna. Non ci trovate un parallelo? Naturalmente è facile vederlo. Cosa insegna il Lavoro sull’*Uomo*? Dice che l’Uomo non è uomo. Esistono molte classi e gradi di Uomo, n° 1, n° 2, n° 3 – proprio così, l’Uomo Motorio-Istintivo, l’Uomo Emozionale, l’Uomo Intellettuale, questi, dice il Lavoro, sono uomini meccanici che non si comprendono mai gli uni con gli altri formando così il Circolo della Confusione delle Lingue, o Babele. Poi parla delle categorie superiori di Uomo – l’Uomo n° 4 – proprio così, l’Uomo in cui tutti i centri lavorano in tal modo per cui non è parziale. Come lo è, diciamo, l’Uomo del Centro Motorio. Poi parla del Circolo dell’Umanità Cosciente – l’Uomo n° 5, l’Uomo n° 6 e l’Uomo n° 7-. Questi formano il “Regno dei Cieli”. Grazie a questo esempio ci rendiamo conto che l’insegnamento del Lavoro sulle differenti categorie di Uomo *c’induce a pensare in un modo nuovo* – proprio così, se si comprende l’insegnamento -. E se avete la pazienza di seguirmi, vedrete che il messaggio di Giovanni il Battista, l’araldo dell’insegnamento di Cristo, è lo stesso messaggio che da il Lavoro; per conoscenza, “Pensare in un modo nuovo” e che “Esiste il Circolo Cosciente dell’Umanità” – proprio così, il Regno dei Cieli. Oggigiorno le persone desiderano fare il Cielo in Terra (l’impossibile). Basta gettare uno sguardo in giro e contemplare ciò che sta avvenendo. “Affinché l’umanità cambi, per ottenere un ordine migliore delle cose, ogni uomo, deve cominciare a lavorare su di sé e cercare di svegliarsi dal sonno”. Con tali parole Gurdjieff molte volte segnalò le *condizioni* necessarie affinché le cose diventassero migliori su questo pianeta situato così in basso e mancante d’importanza. Così come stanno le cose, tutto succede nell’unica maniera in cui può succedere. Pare come se l’Uomo stesse *facendo*. Ma solo un Uomo Cosciente può fare. Così, tutto succede nell’unica maniera in cui può succedere. In questo caso, la teoria del determinismo è esatta. Ma

ammesso che un uomo possa cambiare e diventare un uomo equilibrato o anche un Uomo Cosciente, poi, per mezzo del lavoro individuale, per mezzo del mutamento di sé, altri possono cambiare – ed allora le cose non succederanno nell'unica maniera in cui possono succedere -. Un Uomo, per mezzo del lavoro su di sé, può cambiare gli altri – e questi altri cambiare gli altri, e così via -. Ma se tutti sono addormentati, né nessuno intende ciò che si deve fare per produrre un cambiamento di sé, allora tutte le cose andranno nell'unico modo in cui possono andare – in maniera determinata.

Ritorniamo ora al Centro Pensante o Centro Intellettuale, e al problema di pensare in una maniera nuova. Sentir dire che ci sono *uomini superiori* è motivo di riflessione. Sentir dire che l'Uomo fu *creato* – e creato come esperimento nell'auto-evoluzione – fa pensare. Sentir dire che la vita su questo pianeta non favorisce i nostri interessi se non ci svegliamo, è motivo di riflessione. Sentir dire che siamo meccanici e che apparteniamo al Circolo di Babele, ci fa riflettere. Sentir dire che se non ci trasformiamo, tutto continuerà ad essere lo stesso, fa pensare. Sentir dire che il nostro livello d'Essere attrarrà la nostra vita, ci fa riflettere. Sentir dire che se continuiamo ad essere quelli che siamo, tutto tornerà a ripetersi come prima, è anche motivo di riflessione. Per esempio, “Volete voi tornare a ripetere la stessa vita una ed un'altra volta? Il Lavoro dice che se non si cambia nessuna cosa in se stesso, la propria vita continuerà a ripetersi incessantemente. Quando sentite dire che si ha un contatto mentale con questo Lavoro e ci si sforza di comprenderlo, e così si modifica il proprio anteriore modo di pensare, allo stesso tempo si modifica la propria posizione in tutte le cose, si riflette. Riflettere significa curvare il pensiero verso di sé. Contemplate la vostra vita. Desiderate che le cose siano differenti o desiderate che le stesse cose tornino a ripetersi? Tutto si ripete – come l'inverno e la primavera -. Se si continua ad essere lo stesso, si sperimenteranno le stesse cose. Di sicuro si avverte sempre. Ma il Lavoro si riferisce anche alla vita dopo questa vita – perché tutto assomiglia ad un cerchio, e tutto si ripete. Bene, quando una persona riflette in questo modo, riflette da se stessa – e questo è il punto di partenza della trasformazione di sé. Comincia ad essere responsabile di ciò che é. Nel rendersi conto che se non fa nessuno sforzo per cambiare, qualcosa in se stessa tornerà a dolersene – giorno dopo giorno – e vita dopo vita. Non avete visto qualche volta un figlio della propaganda? È impossibile modificarlo. Ha idee fisse. Se si riflette su questo particolare si pensa in un nuovo modo – proprio così, si pensa da se stessi -. Se non si lavora su di sé stesso tutto si ripeterà, una ed un'altra volta. Desiderate che succeda così? No. Allora, cos'è che ci può aiutare? Se continuo a considerare internamente, se continuo sottomettendomi agli stati negativi senza nessuna lotta, se m'identifico con tutto, con ogni pensiero e stato d'animo, allora di sicuro non comprendo la mia vita e il suo significato su questa Terra. Per questo torno a ripetere: riflettete su ciò che il Lavoro insegna perché solo la riflessione personale penetra nella mente e la modifica e *questo* –questo pensare in un nuovo modo – da' la possibilità di cambiare l'Essere. Continuare ad avere lo stesso atteggiamento mentale, gli stessi pregiudizi, gli stessi punti di vista senza metterli in critica, le stesse idee fisse ed opinioni, *equivale ad impossibilitare ogni cambiamento in uno stesso*. In primo luogo bisogna cambiare la mente. Da questo bisogna dire che *μετανοια* è il punto di partenza. Proprio così,

cambiare la mente deve venire prima della conversione in uomo differente, in donna differente.

Bene, tutto questo discorso si riferisce al Centro Intellettuale e al suo cambiamento, perché il Lavoro insegna che se non *si pensa in un modo nuovo*, nulla si può modificare e tutto continuerà ad essere come prima. Questo lavoro vi procura intellettualmente i pensieri e le idee appropriate per metterlo in contatto con i Centri Superiori – proprio così, farlo diventare ricettivo a un altro ordine di verità, antiche e durature. Ma non crediate che questo sia tutto. Non solo è necessario avere un pensiero retto, una conoscenza retta, ma anche un Essere retto. Cos'è l'Essere retto? L'Essere differisce dalla verità. L'Essere assomiglia a questo: Dio = buona volontà. La Volontà appartiene all'Essere. Cos'è la carità? La carità in greco è grazia – bontà. Nel Vangelo di Giovanni si dice di Cristo: “E lo vedemmo pieno di grazia e di verità”. Notate che la grazia viene per prima. Notate la gente che è fanatica per la verità e riflettete.

Cap. 112 Great Amwell House, 21 febbraio, 1948

COMMENTARIO SUL TEMPO

IDEA-LAVORO

- 1) I Centri lavorano con velocità differenti.
- 2) In un'occasione Ouspensky domandò a Gurdjieff: “Cos'è il Tempo?” Gurdjieff rispose: “Il Tempo è respirazione”.

COMMENTARIO

Parte 1. Questo Commentario si riferisce ad alcune idee principali sul Tempo nel Lavoro. Cominciamo con il problema della velocità nei differenti centri. I centri nell'Uomo non lavorano con la stessa velocità. Cos'è che deve intendersi con il termine “velocità dei centri”? Prendiamo questo esempio: Se ci si mette a *pensare* a come ci si muove mentre si scende di corsa per le scale, è probabile che si cada. Perché? Perché il vostro pensare sarebbe più lento del vostro movimento. Ancora, se dovessimo pensare a come guidare una macchina, probabilmente si farà un incidente. Perché? Perché quando si *sa* guidare una macchina si pensa solamente a come portarla. Cos'è che si fa carico di voi quando state correndo per le scale o state guidando un'automobile? Il Centro Motorio. La sua mente sta lavorando. La velocità di questo centro supera la velocità del nostro pensiero ordinario e con esso voglio dire il nostro Centro Formatorio che è una parte del nostro Centro Intellettuale – la parte più lenta -. Non sto parlando del Pensiero Emozionale, per esempio, che è molto più rapido, ed è paragonabile a ciò che la gente chiama intuizione.

Bene, comprendiamo che una persona lenta capta le cose lentamente e una persona svelta le capta rapidamente. La persona lenta capta le cose una per volta; la persona svelta capta le cose simultaneamente. Quest'ultima può vedere le connessioni nelle cose che una persona più lenta non vede. A qualche persona piace dire: “Una cosa per volta”, e credono che questa sia una massima buona e sensata. A costoro piace terminare una cosa prima di cominciarne un'altra. Dopo aver spiegato, diciamo, le truppe sul fianco destro, si stupiscono al vedere che il nemico ha disposto nel frattempo la propria artiglieria frontalmente. Non possono pensare in funzione della seconda forza o forza opposta, ma solo in funzione di ciò che desiderano fare.

Bene, quello che è più rapido significa quello che si comprende meglio. Tutti abbiamo avuto barlumi di un'altra coscienza dove vivono molte cose simultaneamente. Bisogna avere la sicurezza che questo è dovuto al lavoro di qualche parte di un centro dotato di maggiore velocità e che vede “tutto simultaneamente”. Bene, quando un centro la cui velocità è grande sta lavorando, sperimentiamo la situazione paradossale che tutto vada molto lentamente ed anche che tutto abbia la velocità di una scintilla. A volte la nostra vita si presenta in questo doppio modo, e direi che fa sempre così. Quando, per esempio, abbiamo un incidente di macchina, si è soliti essere coscienti nel Centro Motorio. Questo centro lavora 30.000 volte più rapidamente della parte ordinaria del Centro Intellettuale che comunemente impieghiamo. Allora vediamo tutto a velocità ridotta. Perché? **Perché recepiamo molte più impressioni.** La velocità di percezione, quando siamo momentaneamente coscienti nel Centro Motorio, si accresce enormemente in ragione di 1 a 30.000, parlando idealmente, o almeno in una forma simile. Si sa che se si realizza un film cinematografico di una corsa ad ostacoli con i cavalli e lo facciamo girare, diciamo, a sei giri al secondo nella macchina da presa, i cavalli passeranno come un lampo e con una velocità enorme. La velocità normale è, diciamo, di 24 giri al secondo. Bene, se lo facciamo girare alla velocità di 40 giri al secondo, i cavalli paiono navigare lentamente sugli ostacoli, e sembra che saltino sulle valli senza nessuno sforzo, senza nessuna violenza – di fatto, si ha l'impressione che non facciano nulla, ma che il posto in cui sono è quello che li spinge, come se si fossero formati varchi e pressioni che li spingono verso l'alto o verso il basso -. Bene, quando diventiamo leggermente coscienti in un centro, o in una parte di un centro, che lavora con maggior velocità, vediamo le cose a velocità ridotta. Prendiamo più fotografie al secondo. Pare che trascorra un tempo infinito, prima che la macchina si scontri con l'altra. Eppure tutto pare terminare in uno scintillo. Sì – per i nostri centri ordinari tutto è successo in solo mezzo secondo -, ma, per un centro che lavora a maggior velocità, questo mezzo secondo si espande enormemente e così pare che trascorra molto tempo prima che si produca lo scontro. Questa doppia esperienza del “tempo” mi ha sempre interessato. Occupiamoci ora del Centro Emozionale. Questo centro può vedere molte cose simultaneamente se sta lavorando realmente ed è così tanto ciò che può riunire e connettere in un tutto che pare essere chiaroveggenza. Ma se il Centro Emozionale è appesantito dalle emozioni negative e dalle auto-emozioni personali, raramente potrà eseguire correttamente il suo compito e in genere ci farà solo irritare. Se si capisce che una maggiore velocità di lavoro di un centro significa un'**espansione** del tempo e una minore velocità di lavoro di un centro una **contrazione** del tempo, questo ci aiuta a comprendere che il nostro stato di esperienza del “tempo” è relativo. Si può, per esempio, immaginare una vasta composizione musicale eseguita da un'orchestra piccola, povera – e poi espansa nella sua pienezza, quando tutte le ottave interiori e variazioni e sottigliezze sono udite -. Così è la nostra vita nelle piccole parti dei centri. Sono molte le esperienze annotate, nella letteratura che ci rimanda a tempi molto antichi, di persone che sperimentarono un **cambiamento di tempo**, nel senso di un'espansione del tempo. Per esempio, si sono creduti di stare in qualche altro posto, in qualche altro livello di vita per giorni, per anni, eppure, nel ritornare nell'ordinaria

velocità di tempo, scoprirono che erano passati solo pochi secondi. Ogni secondo del nostro tempo contiene molte scale di tempo. I Centri Superiori dell'Uomo lavorano ad enormi velocità se li si paragona con il Centro Formatorio, che di tutti i centri e parti dei centri nell'Uomo è quello che lavora più lentamente. Vista dai Centri Superiori, tutta la nostra vita trascorre in un momento. Sì – sebbene paradossalmente, ogni momento della vita può avere l'estensione di una vita.

Nel sonno è ovvio che il tempo varia. I sogni sono di classi differenti e provengono da centri differenti. Alcuni sogni molto lunghi trascorrono solo in pochi secondi. Così si vede che il tempo psichico o interiore è differente dal tempo solare o scandito dall'orologio – o, per dirla semplicemente, dal tempo fisico o esterno -. La superficie visibile o esterna del nostro tempo sta nel tempo fisico che non varia e trascorre alla stessa velocità per tutti, quantunque molte volte mi chiesi se era così, perché in certi giorni pare che si abbia troppo “tempo” e molto poco in altri -. Eppure, se qualche sezione di tempo non trascorresse nella stessa maniera per tutti, sarebbe sgradevole, perché potremmo sparire ed apparire improvvisamente. Così i nostri corpi rimangono nel tempo. La nostra vita mentale, i pensieri, i sentimenti, insomma, la nostra vita psichica interiore, può sperimentare molte velocità di tempo. Bene, ogni centro è una mente di un tipo speciale, che si relaziona con un aspetto della vita, e ogni centro ha la sua velocità – e nuovamente, ogni parte di un centro è una sotto-mente ed ha la sua velocità. E avrete sentito dire che ogni mente ha la sua propria energia o “benzina”. Queste differenti materie-energie, nel Lavoro sono chiamate “Idrogeni”. La Parte Formatoria del Centro Intellettuale, dove abitualmente dimora la nostra Coscienza, lavora con l’**“Idrogeno 48”**, e questo è un centro molto lento e una benzina molto pesante. Il Centro Emozionale dovrebbe lavorare con una “benzina” o energia la cui densità deve essere la metà dell'altra – per conoscenza, **Idrogeno 24** -. Se lo fa, teoricamente può lavorare 30.000 volte più rapidamente del Centro Formatorio nel suo punto più alto. Ma, in generale, lavora con una benzina più densa. Anche così, bisogna osservare la velocità del Centro Emozionale negli stati negativi, nelle gelosie, i sospetti, ecc. Il Centro Sessuale dovrebbe lavorare con l’**“Idrogeno 12”**, ma lo fa rare volte, impiegando in generale l’**“Idrogeno 48”**. Il Centro Motorio dovrebbe lavorare con il **24** e suole farlo nei momenti di pericolo – o, inversamente smette di lavorare, per così dire, nella paralisi prodotta dalla paura -. Con la pratica lo si può obbligare ad impiegare l'Idrogeno appropriato – come nel lungo addestramento dei prestidigitatori, i cui movimenti sono così rapidi che la mente oltre l'occhio non li può seguire -. I due Centri Superiori lavorano con l’**Idrogeno 12** e con il **6**. Se fossimo coscienti in qualcuno di essi . se uno o l'altro fosse oltre l'occhio – i movimenti di un prestidigitatore parrebbero estremamente lenti, parlando da quest'angolo. Quanto più denso è il materiale-energia, più lento è il lavoro. Nell'Assoluto – in cima al Raggio di Creazione – l'energia più sottile, che potrebbe anche denominarsi **Idrogeno 1**, penetra e abbraccia tutto simultaneamente. La sua velocità di lavoro è molto al di là della comprensione umana. La velocità della luce, circa 300.000 chilometri al secondo, è un movimento molto lento a paragone.

PARTE 2. In risposta alla domanda di Ouspensky: **“Cos'è il Tempo?”** Gurdjieff rispose: **“Il Tempo è respirazione”**. Qual è il significato possibile di questo? Eppure,

se riflettiamo comprenderemo che le cose viventi non hanno lo stesso tempo di respirazione. Non possiamo immaginare, per esempio, che un organismo minuscolo, come un'ameba, una piccolissima molecola vivente, abbia bisogno di tre secondi per inspirare ed espirare l'aria. Bene, la respirazione dell'Uomo ci mette circa tre secondi. Respira dentro e fuori – proprio così, il suo ciclo completo di respirazione si produce generalmente venti volte in un minuto -. Nella pneumonia, quando l'immissione di aria è impossibilitata dalle parti dure dei polmoni, è necessario respirare più rapidamente, perché si richiede più ossigeno. Eppure, il suo “tempo medio di respirazione” è di tre secondi.

Il signor Ouspensky stabilì, su suggerimento di Gurdjieff, una “Tavola del Tempo” che si vincola con quest'idea – a sapere, che il Tempo è Respirazione -. Ma è necessario comprendere innanzitutto che quando Gurdjieff disse: “Il Tempo è Respirazione” mostrava che il *tipo* di Tempo in cui vive l'Uomo in realtà significa la sua relazione con il Tempo. Già abbiamo visto che il Tempo è differente nei diversi centri. Mahoma, vide un otre pieno d'acqua che cadeva dalla tavola. Cadde in trance e si trovò in Paradiso dove stette per molto tempo. Quando si riaddormentò di nuovo, ed emerse nel nostro Tempo ordinario – l'acqua non era ancora arrivata per terra -. Stava così in un differente ordine di Tempo. Bene, dal punto di vista del Lavoro la Terra è una cosa vivente e il suo Tempo è differente dal nostro Tempo. È preciso comprendere ancora che il Tempo è differente non solo per i differenti centri, ma per le diverse classi di esseri. Il Tempo, diciamo, di una cellula, è differente dal nostro Tempo. Una cellula vive, secondo il nostro modo di vedere un tempo brevissimo. Eppure *per se stessa* vive tanto quanto noi.

Vediamo brevemente come la “Tavola del Tempo” spiega questa difficile idea. In questa tavola vediamo innanzitutto l'idea che l'Uomo può ricevere solo un'*impressione* che dura un certo tempo – in questo caso, in generale, un decimillesimo di secondo -. Una scintilla elettrica, un barlume di luce, che dura un decimillesimo di secondo ha giusto il tempo di produrre un effetto sull'occhio – proprio così, sulla retina -. Se è molto più rapido, non produrrà nessun effetto. Non farà interagire il macchinario dell'occhio, perché è troppo rapido. È necessaria la stessa cosa per l'orecchio, che può ricevere vibrazioni sonore solo fino ad un certo punto. La prossima idea è: il **Tempo è Respirazione**. Nel caso dell'Uomo, come si disse, è generalmente di tre secondi. Presentiamo ora una curiosa idea – chiamata “tempo di Veglia e di Sonno” -. Tutti gli organismi, piccoli o grandi, hanno un tempo per dormire, un tempo per stare svegli, e questi tempi sono totalmente diversi per le differenti classi di Esseri. Finalmente abbiamo il “tempo di vita” – che, nel caso dell'Uomo è di circa 80 anni -. Rimarchiamo che queste cifre sono approssimative. Bene, se fate attenzione, la relazione tra ogni grado è di circa 30.000. proprio così, 30.000, volte un decimillesimo di secondo – il secondo, che è il tempo della respirazione dell'Uomo, 30.000 volte tre secondi è approssimativamente il suo tempo di essere sveglio e di dormire – per conoscenza 24 ore – o, il giorno e la notte. E 30.000 volte il giorno e la notte è approssimativamente 80 anni – il tempo della sua vita.

Bene, questa notte non ci estenderemo di più, salvo per dire che il mondo che sta sotto l’Uomo – il mondo o cosmo delle cellule – con le quali l’Uomo è costruito – ha un “tempo” differente, e il mondo o Cosmo in cui l’Uomo vive – a sapere, la Vita Organica – ha un altro “tempo” se lo paragoniamo con quello dell’Uomo -. L’Uomo è composto di cellule – miriadi di cellule -. L’Uomo vive nella Vita Organica sulla Terra. Una cellula paragonata all’Uomo è come paragonare il cielo con l’infinito. Un Uomo a confronto di tutta la Vita Organica che vive sulla Terra, piante, pesci uccelli, animali, ecc. – è nuovamente un semplice punto – e così è come paragonare il cielo all’infinito -. In seguito ci estenderemo di più su questo tema. Basta aver presente che per la Vita Organica l’Uomo manca d’importanza e che una sola cellula del suo corpo manca d’importanza per l’Uomo.

Bene, bisogna domandare: “A cosa serve tutto questo – è pura complicazione -?” La cosa importante è che abbiamo un sentimento sbagliato di “Io”. Bene, questo Lavoro si riferisce soprattutto a raggiungere un sentimento differente di “Io”. Un modo di ottenerlo è comprendere, in generale, dalla nostra comprensione interiore e non dalla Falsa Personalità con la sua finta modestia, che siamo una parte molto piccola nella Totalità delle cose. Questa percezione emozionale purifica il Centro Emozionale. Perché? Ah, quindi, pensiamo – riflettiamo – da noi stessi. Il Lavoro dice: “È necessario comprendere la propria nullità”. Sì, non artificialmente, ma nel suo sentimento vero. Questo pulisce il Centro Emozionale dalle auto-emozioni e così lo apre ad un altro ordine d’influenze – a sapere, i Centri Superiori – che sono completamente formati ed agiscono in noi continuamente – ma non possiamo udire ciò che dicono – perché siamo come siamo. Questi grandi diagrammi cosmici possono aiutarci a comprendere la nostra posizione su questa Terra e il nostro stato d’Essere.

La Tavola del Tempo nei Differenti Cosmi

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | | |
|--|--|--|--|--|

| Cellule | Uomo | Vita Organica | La Terra | Il Sole |
|-------------------------------|--------------------|----------------|------------------------|-------------------------------|
| 1) $\frac{1}{300.000.000}$ | $\frac{1}{10.000}$ | 3 secondi | 24 ore | 80 anni |
| 2) $\frac{1}{10.000}$ | 3 secondi | 24 ore | 80 anni | 2.400.000 anni |
| 3) 3 secondi | 24 Ore | 80 anni | 2.400.000 anni | 72.000 Milioni Di anni |
| 4) 24 ore | 80 anni | 2.400.000 anni | 72.000 Milioni Di anni | 2.160.000.000 Milioni di anni |

- 1)Tempo delle impressioni rapide
2)Tempo di respirazione
3)Tempo di stare sveglio e di dormire
4)Tempo di vita

Cap. 113 Great Amwell House, 28 febbraio, 1948

COMMENTARIO SULL'“IO” IMMAGINARIO E SULLA FALSA PERSONALITÀ

IDEA-LAVORO

Il Lavoro dice che se si desidera che le cose siano differenti si deve trasformare se stesso. L'Uomo è un “Io” Immaginario e una Falsa Personalità. Se rimane in questa situazione interiore non si può sviluppare internamente e così tutto continuerà ad essere come prima. Attrarrà la stessa vita. L'Uomo ha una relazione sbagliata con se stesso. Vive nel sottosuolo di se stesso e così non può fare una vita giusta.

COMMENTARIO

Qui, in una riunione recente, ho parlato sull'“Io” Immaginario e la Falsa Personalità dal punto di vista secondo cui nulla può modificarsi se non si modifica innanzitutto la situazione interiore. Questo significa che si attrarrà sempre la stessa vita, le stesse esperienze, le stesse illusioni, la stessa situazione di frustrazione, la stessa noia, la stessa esistenza insoddisfatta internamente, ecc. Il Lavoro dice: “Trasformare se stesso e la propria vita si trasformerà. Se si continua ad essere lo stesso in se stesso, tutta la propria vita continuerà ad essere la stessa e si ripeterà”. Vale la pena avere in considerazione quest'idea centrale del Lavoro. Se si continua ad essere lo stesso, riguardo al proprio Essere, si potranno attirare soltanto le stesse cose che si sono attratte fin'ora. Intendete, solo se si continua ad essere lo stesso nel proprio Essere, il tipo di persona che si è, niente di diverso può succedervi. Cambiate il vostro Essere – e la vostra vita cambierà -. Se non fate nulla per ottenere la trasformazione di sé, la vostra vita continuerà ad essere *inevitabilmente* la stessa. Supponiamo che qualche caratteristica preminente nella vostra persona v'imponga di essere pigro riguardo alle

cose che dovrete fare bene e nonostante tutti gli sforzi non le realizzate in modo adeguato. Continuate ad essere pigro e la vostra vita sarà sempre la stessa. Supponiamo che siate meschino (verso voi stesso o verso gli altri – che pensiate in modo meschino degli altri) – continuate ad essere bugiardo e la vostra vita continuerà ad essere la stessa. Cominciate a trasformarvi – e la vostra vita cambierà istantaneamente -. Bisogna comprendere che se uno continua ad essere la stessa persona che è, nulla cambierà nella sua vita. Tutte le cose si prendono sempre nella stessa maniera. Tal volta si crede che andando in un altro luogo si possa cambiare la propria vita. Dopo breve tempo, tutto si ripeterà come prima. Speriamo, crediamo che con il cambiamento delle cose esterne esploreremo un'altra vita. Ma, se ci si riflette, come è possibile che questo succeda? L'unica cosa che si può fare è sperimentare da se stessi. Voi, con la vostra continua pigrizia, la vostra peculiare meschinità, la vostra continua indignazione o irascibilità, il vostro continuo considerare interiormente e di preoccuparvi del vostro sfortunato sé, che vi fa esaltare fino ai cieli, il vostro continuo senso di auto-compassione e tutto il resto, vi produrrà inevitabilmente la noiosa opera che viene chiamata 'io stesso', che vuole che si vada nello spazio o nel tempo. Così si subiranno le stesse difficoltà e disinganni, sia ad Est che ad Ovest, sia a Sud che a Nord, dovunque si vada. Perché continuare a spostare sempre se stesso v'impedisce di vedere che la causa radica in voi stesso – nel tipo di Essere che si ha – nel tipo di persona che si è. E permettetemi che vi dica, ogni persona è un formidabile soggetto che prescinde dall'avvenente forma esterna. Bene, questo Lavoro non si occupa della risplendente forma esteriore, ma della non appariscente forma interiore. Il Lavoro non orienta l'attenzione verso il lato esterno delle cose, visto attraverso i sensi esteriori, ma verso il lato interiore, visto attraverso i sensi interni, che sono più numerosi dei sensi esterni e molto più interessanti. Così arriviamo a ciò che il Lavoro dice: "L'Uomo, (o la Donna) è un "Io" Immaginario e una Falsa Personalità. Quando è così, nulla può cambiare".

Oggi giorno, naturalmente è molto difficile, in questo mondo di persone invertite, dove ognuno crede che la soluzione delle cose radica nel cambiamento esteriore e in credi politici e in scoperte scientifiche – è molto difficile ripeto, che qualcuno abbia la riserva di forze che dia la possibilità ad un uomo o a una donna di sentire una sola parola di ciò che questo Lavoro sta insegnando -.il cambiamento, la gente crede, può essere soltanto esteriore – non interiore -. Il rumore esterno o le sensazioni esterne o le distrazioni esterne proseguono senza sosta, - a tal punto, che una persona crede che se non ascolta tutto e non vede tutto, non vive come si deve -. Questa è una fase di vita estroversa, che dipende dal soddisfacimento dei sensi esterni con impressioni esterne. Si possono, però, ottenere impressioni interne della coscienza – se otteniamo una vera coscienza -. Come dissi, il Lavoro è interiore, e si riferisce al cambiamento di se stessi, non al cambiamento delle circostanze esterne. Vi domando, come si può far diventare il mondo migliore se prima non si migliora la gente? Ma siccome la gente sembra aver perduto ogni senso della comprensione, e non desidera pensare in assoluto, è d'aspettarsi che sarà sempre più difficile incontrare gente desiderosa di lavorare su di sé. Si trasforma tutto inevitabilmente in *massa* – proprio così, nessuno pensa individualmente -. Gurdjieff una volta disse: "Nessuno può fermare l'attuale

movimento del pendolo. Saranno trasformati presto in formiche o api”. Però aggiunse che ora, ammesso che la gente stia liberandosi della piccola quantità di coscienza che gli fu data, c’è la possibilità che alcune persone raccolgano questa indesiderabile ed inutile coscienza e comincino a svegliarsi. Nei Vangeli si dice: “Perché a colui che ha, sarà dato, ed avrà in aggiunta tutto il resto; ma a colui che non ha, sarà tolto anche quello che ha”. Disse che vi era solo una determinata quantità di forza di coscienza in un dato momento. *“Può assomigliare ad una bagnatura d’oro”,* disse succintamente, *“Se si sommergono troppi cucchiaini in questo bagno, solo qualcuno avrà alcune macchie d’oro e il lavoro sarà inutile. I cucchiaini non saranno né una cosa né un’altra. La gente non comprende che l’intelligenza, per esempio, si pesa e si divide come ogni altra cosa su questo pianeta. Essere veramente intelligente (e metto enfasi nella parola) non è possibile a tutti. La ragione di ciò radica nel fatto che l’intelligenza è una cosa misurata, una forza, di fatto, una sostanza definita, della quale c’è n’è una quantità disponibile in ogni periodo. Se è concentrata, come risultato si avrà un certo numero di persone intelligenti. Se è disseminata, niente sarà intelligente, e perderemo persino l’intelligenza istintiva che compartiamo con gli animali”*. Una volta, quando ero in Francia, gli domandai se la Terra poteva alimentare tutti gli uomini che vivevano in essa. Ma non compresi la sua risposta salvo che si fondava sull’idea che tutto succede nell’unico modo in cui poteva succedere e che nessuno poteva *fare* nulla.

Bene, solo per mezzo del ricordo di Sé si può ottenere la forza cosciente di quelli che non la desiderano. Se voi siete addormentati – proprio così, se siete identificati con tutto ciò che succede fuori da voi stessi nel mondo visibile e con quanto succede dentro voi stessi nel vostro mondo invisibile – con ogni pensiero, stato d’animo, emozione, sensazione – allora siete **addormentati** e non vi ricordate di voi stessi. State nel così detto Stato di Veglia – il Secondo Stato – che la psicologia occidentale considera come la piena Coscienza Sveglia – tragico errore -. L’essere addormentati alimenterà la grande fabbrica del dolore dell’enorme macchina della Vita Organica. Ma bisogna ricordare che vi è una Scala Laterale nel Raggio di Creazione in un livello segnalato esternamente dal nostro Sole e che corrisponde ai Centri Superiori nella casa a tre piani dell’Uomo. Nel ricordarsi di se stesso uno si separa momentaneamente dalla continua fuoriuscita della forza che si produce in tutti i momenti attraverso l’identificazione. “Se”, disse Gurdjieff, “l’uomo fosse debitamente cosciente, non servirebbe alla Natura. Fu creato per svegliarsi – per svilupparsi -. Ma perde gradualmente ogni senso di sé – perde in realtà tutto ciò che ha valore per se stesso”.

Bene, se voi state nell’“Io” Immaginario e nella Falsa Personalità, sarete usato completamente dalle forze che agiscono su questa Terra per il Raggio di Creazione. Come voi sapete, o dovrete sapere, la Vita Organica – questa vasta, sensibile pellicola che copre la superficie della Terra – trasmette le forze al satellite che sta in scala sotto la Terra – la Luna -. Ricordate che tutto sta crescendo. Non viviamo in un Universo moribondo, ma in uno che sta crescendo. Il nostro piccolo ramo nell’enorme Albero non ha nessuna importanza nella totalità delle cose. Ma tutto è stato ordinato in dettaglio affinché questo succeda. In passato ci rivelarono il modo di

metterci sotto altre influenze e a non servire più la Natura – Sì – però è necessario lavorare su se stesso per poterlo ottenere. Non ci sono leggi che lo possano fare per voi. Se potessimo ricordarci sempre di noi stessi, non serviremmo la fabbrica di dolore della Natura. “L’Uomo”, disse Gurdjieff, “è nato nello stato del Ricordo di Sé. Ma nascendo tra gente addormentata, si lasciò dominare dal sonno. Questo Lavoro si propone di svegliarlo”.

Bene, in che modo voi state al servizio di questa fabbrica di dolore? Per mezzo del vero dolore? Sì, naturalmente. Per un altro tipo di dolore? Sì, ma un dolore molto più fine di quello che ci offrono gli animali. Basta prendere tutto il dolore psicologico che ha la sua origine nell’“Io” Immaginario e la Falsa Personalità – nell’invidia, le gelosie e l’odio, in tutta l’infelicità di non essere debitamente apprezzato, nel non ricevere quello che uno crede che gli sia dovuto, nella depressione causata dal non aver avuto il successo che si credono di meritare – e in mille altre forme di sottile dolore psicologico -. I Vangeli parlano di una pace che sta oltre ogni comprensione. Avete ottenuto voi questa pace interiore? Come potete ottenerla, se il nostro centro di gravità riposa nell’immaginazione – nell’“Io” Immaginario e nella Falsa Personalità, essendo ambedue composti d’immaginazione? Qualcuno vi elogia – vi sta bene il vostro vestito – avete fatto la tale cosa molto bene – producite un’eccellente impressione, ecc. -. Questo soddisfa in ogni caso l’“Io” Immaginario. Vi procura una sensazione di pace. Amate tutto il mondo. Eppure m’immagino che non è questa la pace che sta oltre ogni comprensione. Soddisfa semplicemente la vostra Falsa Personalità – il vostro “Io” Immaginario – l’immagine che avete forgiato di voi stesso. Passa un istante. Si presenta un’altra persona e vi dice che il vostro vestito ha un colore che vi si addice male e che è ovviamente passato di moda, che voi non state nella forma migliore e non producite una buona impressione. E qui è il punto, dove sta questa pace che proviene semplicemente dalla Falsa Personalità, da una vanità soddisfatta? Può forse la vanità essere mai soddisfatta? Sì – la vanità è un’astuzia molto intelligente rispetto alla fabbrica di dolore, non è vero? La vostra soddisfazione è scomparsa. Ora siete pieno di sentimenti negativi. Odiare tutto il mondo. Proprio così, ora voi siete un eccellente operaio nella fabbrica di dolore – un operaio distaccato – e perdete una buona quantità di forza al secondo, che è usata per scopi che non sono quelli della vostra salute o benessere. E senz’altro, e non ho il minimo dubbio, pensate anche che se aveste un’altra casa, se foste sposato con un’altra persona, se aveste un’altra macchina – sareste realmente felici.

Bene, qual è il rimedio che questo Lavoro consiglia in relazione all’“Io” Immaginario? Il Lavoro dice: “L’“Io” Immaginario deve sparire. Il Lavoro consiglia che se si usa il primo senso interiore che può essere sviluppato e il denominato potere di osservazione di sé, o “Io” Osservatore, si scoprono molti “Io” differenti, tutti contraddittori, e così uno non è assolutamente l’“Io” Immaginario. Questo è il primo passo che daremo nel Lavoro – distruggere l’immaginazione che ci fa credere in un “Io” reale, permanente -. Quest’illusione è chiamata dal Lavoro “Io” Immaginario. Per abbatterlo ci vogliono molti anni – e ho notato che in alcuni casi e, certamente, dopo molti anni, quest’illusione mantiene il suo potere, con il risultato che il cambiamento che si produce nell’Essere è molto piccolo. Bene, secondo il mio

parere, non si può cominciare a lavorare *sulla Falsa Personalità*, se non si debilita la forza di questa forma d'immaginazione chiamata l'“Io” Immaginario. Come si permette, signore, a parlarmi in questo modo? Ignora, signore, chi sono io? Sono il dottor Nicoll. Una volta che l'incremento di coscienza permette di perdere l'auto-importanza di questo “Io” – spesso così modesto – e vediamo *con la visione interiore* che questo sentiero maggiore che abbiamo seguito fin'ora è una forma d'immaginazione e manca di vita, e che possiamo prendere tutto in un modo completamente nuovo e differente, più facilmente a motivo del cambiamento di “Io” e già non è più necessario continuare ad essere quegli'idioti completi che si è stati e che è la causa delle avversità – solo allora si riconosce la Falsa Personalità, in mezzo a cui vive l'“Io” Immaginario come in una fortezza -. Questo è qualcosa che dobbiamo fare. Per questo all'inizio dobbiamo prendere come punto di partenza quello che il Lavoro ci segnala di osservare che non si è uno ma che si è molti. Scoprire, per mezzo dell'osservazione di sé, il fatto di non essere un “Io” ma molti “Io”. Avvertire che quando si parla teneramente per telefono alla propria amata, quando non la si può vedere, subito un altro “Io” le parla – avvertire di non essere uno e la stessa persona sempre – avvertire, insomma, che l'“Io” Immaginario è pura immaginazione – liberarsi da questa intelligente illusione psicologica e allora si potrà riconoscere la Falsa Personalità. Questo è il primo passo nel risveglio dallo stato di sonno che governa il mondo.

Cap. 114 Great Amwell House, 8 marzo, 1948
NUOVO COMMENTARIO SUL RICORDO DI SÈ

IDEA-LAVORO

L'Uomo non è propriamente cosciente. Per arrivare ad esserlo, è necessario che si ricordi di se stesso. Ma per prima cosa deve osservare se stesso per molto tempo per rendersi conto che sta dormendo.

COMMENTARIO

IL Lavoro si riferisce al Ricordo di Sé da differenti angoli. Il primo è che l'Uomo, capace di stare in 4 Stati di Coscienza, ne conosce solo due, il così detto stato di veglia, che prende come di piena coscienza, e il sonno. Ciò nonostante, dal Lavoro *ambidue* gli stati sono chiamati di sonno. Per questa ragione parla dell'Umanità addormentata, dei mali della vita che saranno incurabili se l'Uomo resta addormentato, ecc., dice che l'Uomo dovrebbe stare normalmente nel Terzo Stato di Coscienza di Sé, e che è nato per stare in detto stato. Ma l'Uomo si lascia dominare dal sonno, a causa dell'ipnotismo. La parte dell'insegnamento che stiamo studiando é di un'importanza tale che è necessario ripeterla molte volte. Nell'osservare gli altri, nell'osservare il mondo, nell'osservarci, gradualmente comprendiamo che la ragione per cui tali cose sono come sono è *dovuto al fatto che l'Uomo è addormentato in un sonno ipnotico*. Questa è la vera spiegazione. E quest'idea è stata insegnata per migliaia di anni. Ma l'ipnotismo esercitato sull'umanità sulla Terra è così poderoso che è quasi impossibile capirlo. L'Uomo a causa di questo ipnotismo crede di essere sveglio, pienamente cosciente, di avere un Essere Reale, una Volontà Reale, un “Io” Reale, e di conoscere se stesso e di poter fare. Non discerne di essere una macchina e

che tutto ciò che fa è la macchina che lo fa e che si attribuisce mille ed una cose che non possiede. “Perché”, come diceva una volta Gurdjieff, “questo sonno dell’Uomo, a cui mi sto riferendo, non è un sonno ordinario, ma un sonno ipnotico”.

Parliamo ora del Ricordo di Sé da un altro angolo. Bisogna fare la seguente domanda: “Se, come si dice, il Lavoro insegna che lo stato normale di coscienza in un uomo dovrebbe essere il Ricordo di Sé, come si esprimerebbe la differenza tra un uomo che ricorda se stesso e un uomo che non lo fa e che vive nel così detto stato di coscienza sveglia?” La risposta che il Lavoro dà a questa questione è: “Sì – la differenza può esprimersi in un modo molto chiaro -. L’atto del Ricordo di Sé crea nuove energie che non si formano in un uomo addormentato”. Bene, per comprendere quello che significa è necessario studiare i 3 alimenti dell’Uomo e la trasformazione di questi 3 alimenti che avviene nella macchina umana. In questo commentario inizierò a domandare se si crede che l’uomo per mezzo del Ricordo di Sé possa vivere più tempo di un altro che non si ricorda di se stesso, nel supposto caso che sperimentassero le stesse difficoltà come un’alimentazione inadeguata, l’esposizione a condizioni sfavorevoli, ecc. Dal punto di vista del Lavoro la risposta è – Sì -. Perché? Perché l’uomo che si ricorda di se stesso crea energie mediante la trasformazione dell’alimento delle impressioni. Il Lavoro insegna che l’Uomo vive di tre alimenti – non di un solo alimento -. L’alimento più importante è chiamato “Impressioni”; il secondo in importanza è l’“Aria”; il meno importante è l’“alimento” - l’alimento comune -. Senza impressioni l’uomo non può vivere neppure un istante. Senza aria non può vivere che qualche minuto. Senza cibo può vivere un mese o più. Bene, l’alimento ordinario quando entra nel corpo subisce successive trasformazioni che lo trasformano in sostanze sempre più fini. Nella Natura tutto si effettua per mezzo delle trasformazioni. L’uovo si trasforma, tappa dopo tappa, in un uccello o in un serpente, il seme in un albero. È strano che tante persone considerino la parola *trasformazione* con sospetto, senza rendersi conto che la propria esistenza fu portata a termine da una serie di trasformazioni nella matrice, sulle quali non sanno nulla, e che il fatto di essere vivi è dovuto a trasformazioni che si producono ad ogni istante nel loro corpo. Danno per scontata la propria esistenza e non vedono nessun mistero in nessuna cosa. Questo è ciò che conta. L’Uomo, nel presupporre tutto, non può crescere, non può svilupparsi. Il sentimento del miracoloso è affogato. Meravigliarsi di fronte alla propria esistenza non entra semplicemente nella loro limitata coscienza. Continuiamo a parlare della trasformazione. Il fuoco arde nel camino a causa della trasformazione. Il pasto è buono a causa della trasformazione. Il bruco che diventa farfalla è trasformazione. Nella mente il pensiero si trasforma in parole. Tutto ciò che si vede psicologicamente, spiritualmente è trasformazione. Sì – tutto è trasformazione salvo, per ciò che riguarda l’Uomo, ciò che sta situato in un certo posto -. Questo posto è quello in cui si ricevono le impressioni. Non trasformiamo quello che i nostri occhi vedono e le nostre orecchie sentono. Il cibo, ricevuto dalla bocca è trasformato innanzitutto dallo stomaco. L’Aria è trasformata attraverso i polmoni. Le impressioni che penetrano nel cervello non sono trasformate. È questo il punto su cui il Lavoro fa tanta insistenza. Qui (nel punto in cui si segnala l’entrata delle impressioni), si avverte che non diventano qualcosa di più sottile. Continuano ad essere **48**. Il Lavoro

insegna che se l'uomo si ricorda di se stesso, **48** passerà a **24 e 12**. In questo posto si produce il Primo Shock Cosciente che è chiamato del Ricordo di Sé. Da ciò che si è detto è chiaro che questo shock debba portare alla **trasformazione**. Così come il cibo ordinario è trasformato per noi senza aiuto – così anche l'alimento delle impressioni deve essere trasformato in un modo simile -. Ma così come siamo non è trasformato. Le bistecche di mucca, per così dire, rimangono bistecche di mucca. Perciò, se questo succedesse con il cibo ordinario moriremmo. Bene, un uomo riceve i suoi problemi di vita, le sue situazioni di vita, i suoi rebus di vita, nella forma di **impressioni**. Quest'aspetto della vita non entra come una bistecca fisica, ma in un'altra forma. Siamo sottoposti all'alimento delle bistecche fisiche in certe occasioni e possediamo l'apparato che ci fu dato per digerirle – proprio così, per trasformarle -. Ma non capiamo – e, mi rendo conto, non possiamo – intendere l'idea corrispondente di essere esposti alle situazioni, problemi e tutto il resto psichicamente, spiritualmente. Non si rendono conto che le situazioni che si producono improvvisamente come: “Che orrore, X ha litigato con sua moglie”, o, “Ha perduto molto denaro alle corse”, ecc., ecc., sono tutte “bistecche”, per così dire, che entrano per la via delle impressioni – proprio così, principalmente attraverso gli occhi e le orecchie – da queste altre bocche sul nostro viso che sono diverse dalle narici e dalla bocca? Ogni apertura riceve un materiale differente. E, come si disse, abbiamo per le narici e l'aria un apparato trasformatore chiamato polmoni, e per la bocca e il cibo un apparato trasformatore chiamato stomaco. Ma, lo ripeto, non abbiamo un apparato trasformatore per le impressioni – e **dobbiamo crearlo noi stessi**. Questa è la ragione per cui il Lavoro è chiamato psico-trasformismo. Dobbiamo imparare a trasformare le **impressioni**, che sono psicologiche. Altrimenti la vita rimane senza essere digerita, senza essere trasformata, nel cui caso non si produrrà nessuno sviluppo interiore. Ricordate che l'Uomo, secondo il Lavoro, fu fatto come un organismo capace di sviluppo proprio.

Bene, per trasformare la vita è necessario ricevere impressioni in un nuovo modo e questo è chiamato il Primo Shock Cosciente – a cui si dà il nome di **Ricordo di Sé**-. Bene, un uomo addormentato s'identifica con ogni situazione – proprio così, con ogni impressione che viene attraverso gli occhi o le orecchie -. Se non avesse occhi né orecchie non esisterebbero per lui le situazioni che avvengono tutto il giorno. Così si vede che la nostra vita psicologica, i nostri problemi, le nostre preoccupazioni, e così via, sono tutte dovute alle impressioni che entrano attraverso gli occhi e le orecchie – e, lo sottolineo – come **reagite** voi a queste impressioni? Una volta che lo saprete, una volta che percepite il loro significato, penetrate nel Lavoro in senso reale. Quando un uomo si ricorda di se stesso in un momento di fretta in cui gli é facile identificarsi con qualsiasi cosa, ha già dato a se stesso il Primo Shock Cosciente.

In risposta alla domanda: “Può esprimere la differenza tra un uomo addormentato e un uomo che si ricorda di se stesso?”, questa si esprime nei due diagrammi che esponiamo di seguito:

Diagramma dell'Uomo Meccanico

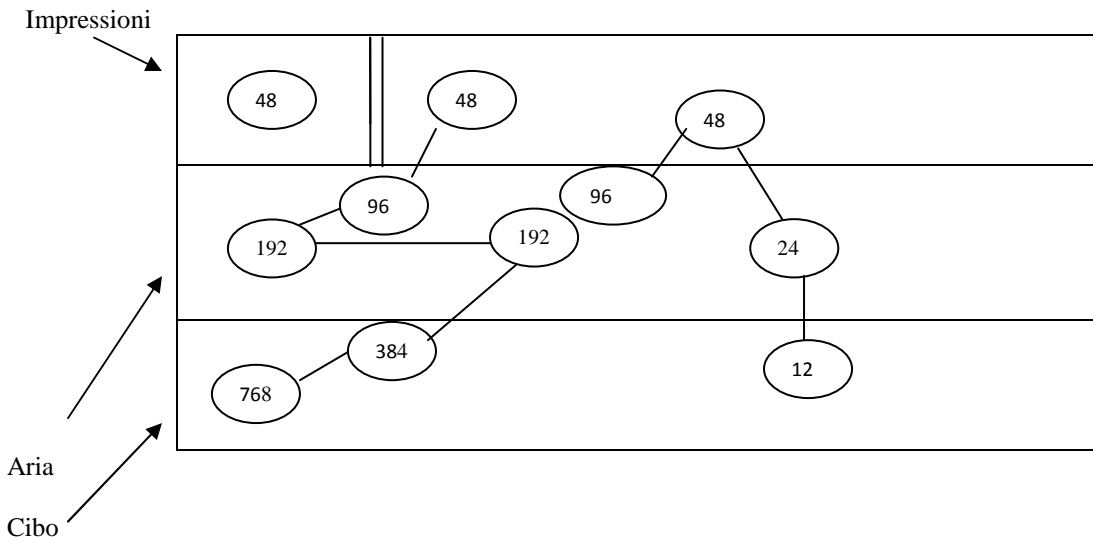
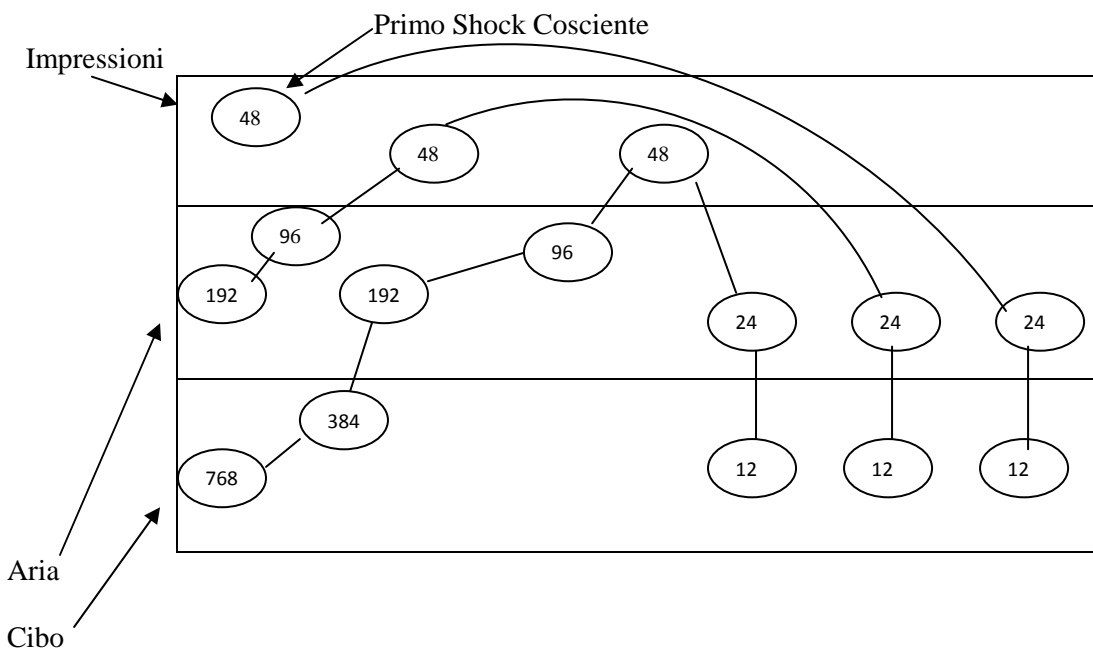


Diagramma dell'Uomo che si ricorda di se stesso



Cap. 115 Great Amwell House, 13 marzo, 1948 pag. 360

CONSIDERAZIONE INTERNA

Quando sentite che qualcuno non si é comportato bene con voi, sentite di non essere apprezzato per il vostro valore. Per esempio, sentirsi insultato è sentire di non essere stimato per il vostro valore. Così una persona suole spesso dire, quando lo insultano: “Per chi mi prendete voi?”, o qualcosa di simile. Ciò significa che una persona possiede una certa valutazione di se stessa, per questo dice: “Per chi mi prendete voi?”, volendo dire che se l'altra persona lo sapesse non arriverebbe a comportarsi come fa. Naturalmente, se non si fosse forgiato l'immagine che ha di se stesso di possedere molto valore, sarebbe difficile fargli perdere la bussola. Se ha un'alta

opinione di sé, é naturale che gli sarà più facile sentire di non essere stimato per il suo valore dagli altri. Così gli sarà più facile considerare internamente. Si dà persino il caso che una persona si preoccupi così tanto dell'opinione che hanno gli altri su di lei, o nel sospettare che si burlino di lei, che passa tutta la sua vita facendo considerazione interiore. O anche, alcune persone si credono superiori alle altre a motivo delle loro sofferenze. Si abbrancano alle loro sofferenze ed arrivano a considerarsi meritevoli di una valorizzazione speciale perché soffrono ogni tipo di ristrettezze, miserie e sofferenze. Si offendono se altre persone parlano delle loro sofferenze. Sentono che l'altra persona non gli mostra abbastanza considerazione e così danno prova di egoismo. Gli è difficile intendere che anche gli altri hanno le loro sofferenze. Tantomeno capiscono che vedere l'egoismo negli altri è vedere il riflesso del proprio egoismo, perché quanto più si esige dagli altri, più ci appaiono egoisti. Cos'è che causa la considerazione interna? Mettiamo a fuoco la questione: "In quale punto o quando s'iniziano a fare conti interni?" Si comincia a farli quando sentiamo di non essere stimati, quando si sentiamo disprezzati. Il cameriere non viene quando lo si chiama. L'impiegato del negozio serve prima un'altra persona. La gente non vi nota sulla strada o, diciamo, non vi presta la sufficiente attenzione. O una persona persiste nell'ignorarvi. O tal volta si sente quello che si dice di voi: questo è quasi sempre sgradevole. Ci sono mille ed uno esempi possibili, più o meno di peso. Di solito ci molestano gli incidenti insignificanti –il cameriere, l'impiegato del negozio-. Questi danno luogo a piccoli conti interni e sogliono convertirsi in abitudini. Ma possediamo ogni tipo di carichi di antichissima data contro gli altri, alcuni immagazzinati nel passato, sfortunatamente. Tutti hanno la loro origine nella misteriosa questione della *soggettiva valutazione di sé*. Una persona che ha osservato se stessa, suole esclamare: "Cos'è questa cosa in me che si offende in questo momento e che ha già cominciato a fare conti interni? Guarda, posso osservarla come agisce in me quando raccolgo materiali e quando ricordo cose sgradevoli e cerco con parole e frasi di usarle contro l'altra persona affinché questa si senta sottovalutata – praticamente, affinché comprenda di essere rifiutata -. È forse un'immagine di me stesso? È l'“Io” Immaginario? È la Falsa Personalità? O in cosa si fonda tutto questo?" Rispondiamo che tutto questo si fonda nell'*identificazione con se stesso*. Tutte le forme di considerazione interna, delle quali una di esse è fare i conti interni contro le altre persone, partecipano all'*identificarsi*. Il Lavoro dice di studiare l'identificazione fin nelle sue radici stesse. L'uomo si offende unicamente *quando s'identifica con se stesso*. E il Lavoro dice anche che uno studio dell'identificazione deve iniziare con lo studio di *quando voi siete identificati con voi stessi*. È qui dove si può perturbarlo, ferirlo, offenderlo, insultarlo, ecc. L'essere identificato con se stesso è la prima cosa, il perturbarlo ed offendersi viene per secondo, il fare conti interni per terzo.

IDEA-LAVORO

L'Uomo ha più sensi interni che sensi esterni. L'Obiettivo del Lavoro è quello di sviluppare i sensi interni. Questo, a sua volta, sviluppa la percezione dei sensi esterni.

COMMENTARIO

In ciò che riguarda i sensi esterni, notiamo solo una minuscola frazione di ciò che vediamo. *Osservare* ciò che si vede è molto diverso da vedere. Vedere, diciamo, una cosa, mille e una volta. Non vi è mai successo qualche volta di contare quante primavere avete? Vedete la strada in cui vivete tutti i giorni. Avete osservato forse le case che vi sono, i negozi, la loro forma, il contorno, i colori, ecc.? Quanti scalini vi portano al vostro appartamento? Di che colore sono gli occhi di Tizio? Bene, la pittura e il disegno v'insegnano ad osservare ciò che si vede. Questa è la ricezione di nuove impressioni. Ricevere più impressioni è accrescere la coscienza. Il Lavoro dice: "Non siamo propriamente coscienti quantunque ci attribuiamo una piena coscienza". Bene, se si smette di ricevere nuove impressioni, non si può apprendere nulla di nuovo. Rifiutate di adattarvi. Per apprendere qualcosa di nuovo, che il Lavoro dice essere qualcosa di imprescindibile per lo scopo della vita, è necessario ricevere nuove impressioni. Leggere un libro che si riferisce ad un tema che non si conosce è ricevere nuove impressioni. Vi dona nuove impressioni e in questo modo nuova forza. Se non volete riceverle, allora non siete intelligenti. Il Lavoro dice che uno dei principali segni d'intelligenza è un buon potere di adattamento. Quando le persone non vogliono adattarsi a nuove circostanze, cominciano a morire. Non vogliono ricevere nuove impressioni, così l'alimento delle impressioni non è sufficiente e si trasformano in morti. "Il numero dei morti", disse Gurdjieff, "che camminano per le strade – se si conoscessero realmente – è incredibile". Sì – non costa nulla crederlo se si comincia a conoscersi -. Se voi comprendete di dire sempre le stesse cose, di avere sempre lo stesso atteggiamento, di fare sempre le stesse cose, di avere sempre le stesse opinioni e gli stessi pregiudizi, vi renderete conto che in realtà siete morto. Siete morto psicologicamente molto prima di essere morto fisicamente. Ed è straordinario come la gente morta psicologicamente vive spesso molto tempo. Ma la comprensione di essere morto è possibile solo nella forza e alla luce del Lavoro, mediante l'osservazione di sé. Osservare se stesso non è la stessa cosa di osservare un autobus o un albero. Per osservare un autobus o un albero è necessaria attenzione esterna. Vedere semplicemente un autobus o un albero non richiede nessuna attenzione. Osservarli – i loro colori, la forma e tutto il resto – richiede un'attenzione diretta. Tutti i giorni si vedono centinaia di autobus e alberi ma non li si osserva. È, nel suo insieme, un quadro vago, e sfocato. Voi non l'osservate, ma che, in generale, lo percepite, come lo fate con gli autobus o le piante. Se non avessimo nessuna percezione della nostra vita interiore non potremmo concentrare la nostra attenzione interiore su di essa nello stesso modo in cui se non percepissimo il mondo esterno non potremmo concentrare la nostra attenzione su di esso.

Dobbiamo capire che ci fu dato un punto di partenza nei due lati – esteriore ed interiore -. Altrimenti non potremmo accrescere la nostra coscienza in relazione agli oggetti esterni o agli oggetti interiori. Lo sviluppo di quest'organo interiore di percezione chiamato "Io" Auto-Osservatore porta allo sviluppo di altri sensi interiori

che eventualmente ci conducono ad un'accresciuta sensibilità dei Centri Superiori e dei continui messaggi che c'inviano. In tal caso, non siamo già più controllati, per così dire, *unicamente* dalla vita esterna così come ci è rivelata dai cinque sensi ma che abbiamo una fonte di motivi che differiscono dalle cangianti scene degli avvenimenti della vita esterna. Proprio così, il caleidoscopio della vita con le sue oscillazioni pendolari, i suoi alti e bassi, i suoi continui cambi di posizione, già non è più l'unico potere-motivo. Già ci rendiamo conto di ciò che deve essere lavorato da dentro, invece di essere lavorato da fuori. Otteniamo le impressioni da ambo i lati – impressioni esteriori e impressioni interiori -. La Falsa Personalità è rivolta solo verso fuori. Per cominciare a “sentire” – nel senso del Lavoro – questa deve diventare gradualmente passiva. Solo allora “sentiremo” internamente. Se non ci fosse nulla da sentire internamente, questo Lavoro non esisterebbe, l'esoterismo non esisterebbe, la religione non esisterebbe, e ogni sviluppo interiore sarebbe un semplice sogno ozioso e pura insensatezza. Senza dubbio il Lavoro dice che non solo abbiamo parti superiori o migliori dei centri ordinari, ma che possediamo due centri completamente sviluppati, che stanno sempre agendo in noi, che sono chiamati Centri Superiori, che non possiamo “sentire”. In relazione a questo, guarire il *sordo* nel Nuovo Testamento significa la sordità psicologica. In questo modo è unicamente “sordo” per i sensi esterni. Tutto ciò che insegna il Lavoro punta praticamente ad una meta precisa. Non punta a farci diventare buoni – qualunque sia il senso che gli diamo – e, come si disse molte volte, “Buoni perché?” – ma a far sì che una massa di materiale interposto diventi passivo (la prima tappa per abbattere questo materiale inizia dalla Falsa Personalità) in modo da poter cominciare a “sentire” -. Sarebbe completamente inutile cercare di mettersi in contatto con i Centri Superiori così come siamo -. È necessario ripulire una quantità enorme di sporcizia, così come succede nel mito di Ercole e le stalle di Augia. La principale fonte di sporcizia è l'attribuirci ciò che non possediamo – così come l'“Io” Reale, la Coscienza, la Volontà, il Potere di Fare e tutto il resto. Questa è la principale sorgente della sporcizia in noi stessi, e appartiene alla Falsa Personalità.

AmMESSO che siamo in tale stato internamente, è *necessario osservare se stessi*. Possediamo l'“Io” Osservatore che è rivolto internamente verso il mondo di noi stessi e non verso fuori, il mondo esterno, che ci è estraneo. Non avete sentito qualche volta quanto è estraneo ed alieno il mondo esterno – queste nubi, questi scarafaggi, questi alberi, queste montagne, questi terremoti, questi immensi e monotoni mari, queste giraffe, questi tafani, questi deserti, questi piatti di cibarie, il Sole, la Luna, questa Galassia e tutto il resto? Ha qualche congruenza per voi? Troverete un altro mondo nell'osservazione di sé, e nello sviluppo dei sensi interiori al quale partecipate realmente se vi mettete in contatto con le impressioni dei Centri Superiori. Ve lo assicuro, troverete che questo possibile mondo interiore è molto più congruente, perché è attraverso questi due trasmettitori, il Centro Mentale Superiore e il Centro Emozionale Superiore, che vi parla il Circolo Cosciente dell'Umanità.

Parlerò ora più estesamente sull'idea dell'osservazione di sé. Non è semplicemente un fine in se stessa; è un mezzo, non un fine. Perché serve un mezzo? Ho finito di dire che l'attenzione esterna accresce la nostra coscienza degli oggetti esterni e che

l'attenzione interna accresce la nostra coscienza degli oggetti interni. Cos'è un oggetto interno? Un pensiero è un oggetto interno. Un sentimento è un oggetto interno. Se si osserva un pensiero e un sentimento – e sono molto diversi e nascono da centri diversi – ci rendiamo conto che questo è qualcosa che sta in uno, **ma che non è uno**. Quando non si osserva la vita interiore essa è mescolata con uno ed uno sta mescolato con essa e tutto sta nell'oscurità. In questa oscurità, si è vittima e si è assillati. Pertanto conviene lasciar penetrare un raggio di luce. Questa è l'osservazione di sé. Diventiamo sempre più coscienti di ciò che **non è noi**. Se prendete i vostri pensieri e sentimenti come voi stessi – proprio così, come “Io” – se gli dite “Io” – interiormente state nella massima confusione ed oscurità -. Liberarsi da ciò che non è noi costituisce un lungo viaggio – di ciò che non è “Io” -. All'inizio bisogna dire ai pensieri, ai sentimenti, alle sensazioni: “Questo non è “Io”. Se al contrario si dirà: “Però questo è “Io”. No, non lo è, e lo prova il fatto che lo possiamo osservare. Ma questo viaggio ci conduce sempre più vicino all'“Io” Reale, che non si può osservare. Questo è lo scopo per cui l'osservazione di sé è il mezzo.

Dovete capire che lo sviluppo dei sensi interiori, chiamato osservazione di sé, non è un fine in se stesso ma un **mezzo** che conduce ad un fine –proprio così, separarsi da ciò che **non è “Io”**. Cercate di comprenderlo quando siete negativi. Allora succedono due cose. 1) Voi prendete “Io” come fosse lo stato negativo e parlate e agite da lui – proprio così, identificate voi stesso con lui. 2) Allora ha potere su di voi. Perché qualunque fosse la cosa con cui v'identificate, esterna o interna, essa ha potere su di voi e vi obbliga a servirla. L'Uomo non fu fatto né è nato per essere uno schiavo, ma che, a causa del poderoso e costante ipnotismo della vita, cade nel sonno ed allora è schiavo di tutte le cose con cui s'identifica. In questo modo, per mezzo di questa intelligente trappola, l'umanità è mantenuta dove sta e questo produce incalcolabili ed inutili dolori e sofferenze. Questo è quanto il Lavoro insegna.

Bene, smettete di identificarvi con ciò che può essere osservato internamente. Questo è l'inizio della libertà interiore. Allora, prima di dormire, se esaminate minuziosamente tutto il giorno trascorso e gli effetti meccanici che ha prodotto su di voi, per mezzo dell'osservazione, allo stesso tempo presente e retrospettiva, vi potete separare da tutti questi effetti. Questo è un dono meraviglioso. Ma, per farlo, è necessario mantenersi svegli. Una volta conosciuto e compreso il segreto, possedete qualcosa paragonabile alla **perla** di cui parlano i Vangeli.

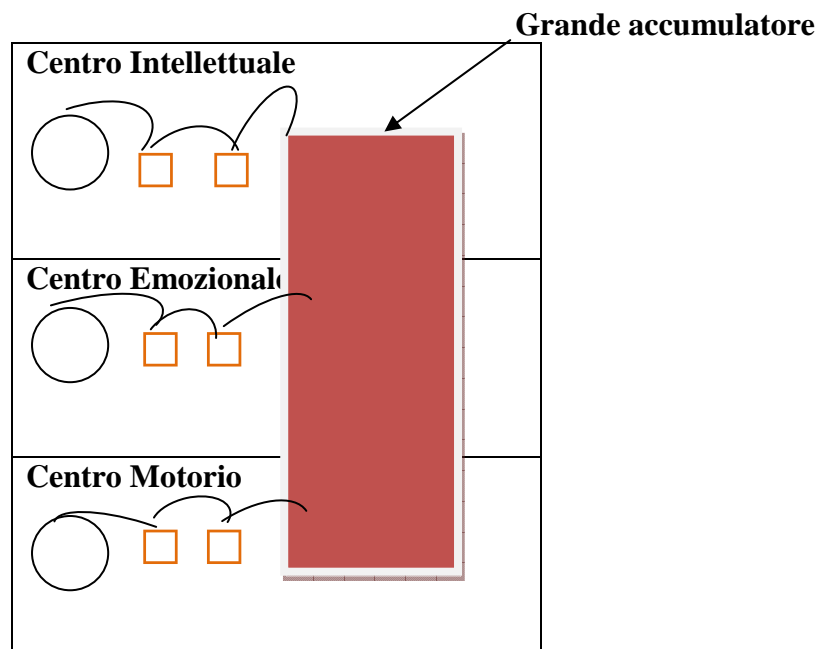
Cap. 117 Great Amwell House, 3 aprile, 1948
IL CONCETTO DI ENERGIA NEL LAVORO

Il Lavoro dice che ogni atto psichico estrae energia. Ogni centro possiede la sua propria energia. Ogni centro ha due piccoli accumulatori che sono connessi con esso. Se questi si svuotano il centro non dispone di altra energia. Se tutti i suoi centri sono svuotati gli è impossibile godere di qualcosa. “Dovete comprendere”, disse Gurdjieff, “una caratteristica dell'organizzazione della macchina umana. Un certo tipo di accumulatori disimpegnano una parte molto importante. Ci sono due piccoli accumulatori vicino ad ogni centro e sono pieni di una particolare sostanza necessaria per il lavoro di detto centro. Inoltre, c'è nell'organismo un grande accumulatore che

alimenta i piccoli. I piccoli accumulatori sono interconnessi e, inoltre, ognuno di essi si connette con il centro nella cui prossimità è situato ed anche con il grande accumulatore. Gli accumulatori lavorano nel seguente modo. Supponiamo che un uomo stia lavorando o leggendo un libro difficile e cerca di comprenderlo, nel cui caso vari rulli girano nel centro Pensante o apparato nella sua testa, o, supponiamo che stia salendo per un pendio e si senta stanco, nel cui caso i rulli girano nel Centro Motorio. Nel primo esempio il Centro Intellettuale e nel secondo il Centro Motorio estraggono l'energia necessaria per il loro lavoro da uno dei piccoli accumulatori. Quando un accumulatore è quasi vuoto un uomo si sente stanco. Gli piacerebbe fermarsi, sedersi se sta camminando, pensare ad un'altra cosa se sta risolvendo un difficile problema. Ma, in un modo completamente insperato sente un effluvio di energia e subito è capace di continuare a camminare o a lavorare. Ciò significa che il centro si è messo in connessione con il secondo accumulatore e gli estrae energia. Nel frattempo il primo accumulatore si riempie di nuova energia dal grande accumulatore. Il lavoro dei centri prosegue. L'uomo continua a camminare o a lavorare. A volte è necessario un breve riposo per assicurare questa connessione, a volte uno shock, a volte uno sforzo. In ogni modo il lavoro prosegue. Dopo un periodo di tempo l'energia accumulata nel secondo accumulatore si prosciuga anch'essa. L'uomo si sente ancora stanco. Nuovamente uno shock esterno, un breve riposo, una sigaretta o uno sforzo, e si connette con il primo accumulatore. Però suole succedere con frequenza che il centro estragga energia dal secondo accumulatore con tanta rapidità che il primo non ha avuto il tempo di riempirsi con l'energia del grande accumulatore, ed ha preso solo la metà dell'energia che può contenere – ed è pieno a metà -. Essendosi connessi nuovamente con il primo accumulatore il centro comincia ad estrarre energia da esso, mentre il secondo accumulatore si mette in contatto con il grande accumulatore e gli estrae energia. Ma questa volta il primo accumulatore è pieno solo a metà. Il centro prosciuga rapidamente la sua energia e nel frattempo il secondo accumulatore ha potuto riempirsi solo fino alla quarta parte. Il centro, che si è collegato con esso, non ci mette molto a prosciugare la sua energia e si connette una volta ancora con il primo accumulatore, e così via. Al termine di un certo periodo l'organismo è giunto ad un tale stato che in nessuno dei due piccoli accumulatori resta un goccio di energia. Questa volta l'uomo si sente veramente stanco. È sul punto di cadere, non può lottare contro il sonno, o l'organismo è sofferente, comincia a dolergli la testa, sente palpitazioni o si ammala.

“Subito dopo un breve riposo, o uno shock esterno, o uno sforzo, riceve un nuovo effluvio di energia e l'uomo è capace un'altra volta di pensare, di camminare o di lavorare. Questo vuole dire che il centro ha ottenuto di collegarsi direttamente con il grande accumulatore. Il grande accumulatore contiene un'enorme quantità di energia. Se un uomo è in collegamento con il grande accumulatore è capace letteralmente di compiere miracoli. Ma è chiaro che se i suoi rulli continuassero a girare e l'energia che è stata prodotta *dall'aria, dal cibo e dalle impressioni*, continuasse a fuoriuscire dal grande accumulatore con maggior rapidità di quella che entra, allora arriva il momento in cui il grande accumulatore si vuota di tutta l'energia e l'organismo muore.”

Diagramma degli Accumulatori nell'Uomo



COMMENTARIO

Il punto che desidero sottolineare in questo commentario è che ogni atto psichico usa energia. Confrontato con il mondo esterno degli avvenimenti, attraverso i cinque sensi, ogni reazione a ciò che si è visto, sentito, toccato, annusato o assaggiato, estrae energia. Questa energia specifica non tarda ad asciugarsi. Se si continua ad annusare una rosa, dopo un poco non si sente più il profumo. Perché il profumo della rosa prosciuga un'energia psichica specifica. Se si desidera divertirsi alle feste, arriva il momento in cui non si ha più piacere di esse. Perché le energie specifiche per divertirsi alle feste si prosciugano. Molto tempo fa – proprio così, per me, ieri – passai due anni addestrandomi a remare. In quel tempo sentii, credo in modo casuale, che i miei saggi, robusti e muscolosi eruditi parlavano di preparare una scialuppa per la Regata di Cambridge. Avevano dovuto remare tutti i giorni fino a cadere prosciugati. Proprio così, le energie specifiche dei centri che sono necessarie per remare si prosciugavano tutti i giorni. Più tardi, sempre nel mio tempo, si propagò un'altra dottrina – per conoscenza, che dette energie si riposavano ed erano rimpiazzate da altre cose – proprio così, da altri interessi – e poi si tornava al compito che si era scelto -. La cosa spiacevole, secondo ciò che compresi, è che l'equipaggio si **atrofizzava**. Bene, cosa significa **atrofizzare**? Secondo l'insegnamento del Lavoro significa che certi accumulatori connessi con i centri o parte dei centri sono prosciugati. Sì, ma è possibile usare gli altri centri che sono pieni. Tutto ciò che si fa, sia che si remi, o si pensi, o ci si diverta alle feste, usa **energia psichica**. È così difficile da capire? È difficile se non vedete che il vostro contatto con il mondo esterno di avvenimenti è un contatto psichico. Pensare a qualcosa che si è visto. Questo è psichico. Sì, ma vedere una cosa è psichico – proprio così, usa un'energia che è psichica -. L'amore è psichico – impiega un'energia che appartiene al Centro

Emozionale -. Tutti i centri usano *energia psichica*, persino il Centro Motorio -. Le energie psichiche usate dai centri sono *Idrogeno 48, Idrogeno 24, Idrogeno 12*. Queste energie non sono cose che si *vedono* con i sensi esterni, ma li si sperimenta dentro se stessi. Voi siete pieno di entusiasmo. Eccellente. Passate un buon momento passeggero. Poi vi sentite con un umore da cane. Certamente. Ma, perché? Le energie psichiche per mezzo delle quali ci si combina, o ci si mette in contatto con gli avvenimenti esterni, come il vino, le donne, il canto, o il pericolo, il rischio e il dolore possono ottenere una risposta da voi. Il vostro potere-risposta è esausto. Proprio così, il vostro potere psichico di combinarsi con le impressioni esterne è scomparso. Gurdjieff una volta disse: “È necessario che l’uomo abbia sodio per poterlo far combinare con il cloro della vita. Allora può fare cloruro di sodio – che è sale -. Ma se in lui non c’è nulla che possa combinarsi con la vita, non può fare il suo sale.” Quello che dobbiamo capire è che tutto ciò che sperimentiamo – e ogni esperienza è in noi psichicamente – estrae energia psichica. E se siamo temporaneamente esausti di energia psichica non possiamo ricevere nulla e così non ci mettiamo in contatto con la vita esterna. Un uomo, una donna, che sono moribondi a causa di una malattia non possono ricevere nulla dalla vita esterna. Perché? Non hanno energia psichica. Noi possiamo capire di più sull’energia psichica a condizione di comprendere ciò che questa significa. La gente non vede che il suo potere di combinarsi con qualche evento esterno – una partita di calcio, un invito, un racconto, una commedia, un libro, un uomo, una donna dipende dalle energie psichiche che possiede. Immaginate una depilazione completa di tutti i centri. Allora una persona va a teatro, assiste ad una festa, ecc., e niente lo interessa. Non si rende conto, inoltre, che il suo contatto con la vita dipende dalle energie psichiche? Se il suo Centro Intellettuale ha energia può leggere, studiare, e lo capta. Altrimenti, è impossibile. Se il Centro Emozionale è svuotato, non può sentire nulla. Se il Centro sessuale è vuoto, è impossibile sentire il sesso. Se il Centro Motorio è svuotato, si fatica a raccogliere qualcosa caduta per terra. Tutto ciò non è causato dalle cose esteriori ma da quelle interiori – proprio così, lo stato dei centri e delle parti dei centri in relazione all’energia psichica che gli è somministrata -. Ogni centro e ogni parte assomiglia ad una macchina che quando manca di combustibile non funziona.

Parleremo ora delle differenti energie. Il Lavoro dice che, per quanto grande sia la quantità di energia fisica o di energia meccanica, non potrà trasformarsi in energia vitale; per quanto grande sia la quantità di energia vitale non si trasformerà mai in energia psichica; e per quanto grande sia la quantità di energia psichica non si trasformerà in energia cosciente. Così presenteremo il diagramma del signor Ouspensky che si riferisce a questo particolare:

Energia Cosciente

Energia Psichica

Energia Vitale

Energia Meccanica

(Calore, Luce, Elettricità, ecc.)

Mentre lo spiegava disse: “È così; una linea è monodimensionale. Per quanto la si estenda non si trasformerà in superficie. Solo il movimento laterale di questa linea

sarà una superficie. E nessun aumento di questa superficie la trasformerà in cubo a meno che la superficie si muova in altra direzione.” Comprendiamo ora, fondandoci su quest’esempio, che l’Energia Meccanica come per esempio il Calore, non si trasformerà in Energia Vitale; non c’è calore che possa trasformarsi in vita – può aiutare la vita ma non è energia di vita -. E ci può essere un gorilla pieno di energia vitale, e che espande mille volte la sua grandezza, ma non si trasformerà in Energia Psicica – come per esempio l’Energia del Centro Intellettuale -. Ma ora bisogna aver presente questo curioso punto: “Non vi é quantità di Energia Psicica - diciamo, di energia Intellettuale - che possa far diventare l’uomo più *cosciente*.” Il Lavoro dice che l’energia che appartiene alla *Coscienza* non è energia psicica e ribadisce che affinché l’uomo evoluzioni in se stesso gli è necessario diventare *più cosciente* – e questo è possibile solo per mezzo di uno sforzo speciale, di uno shock speciale -. L’energia chiamata *Coscienza* sta su un altro piano delle energie psichiche che agiscono sui centri. “La Coscienza – disse Gurdjieff – non progredisce da se stessa. Un uomo può, se lo desidera e sa come farlo, accrescere la coscienza. ma non lo può ottenere per mezzo del pensiero.” E questa osservazione di Gurdjieff mi ricorda la frase di Cristo: “Per mezzo del pensiero non si può aggiungere nemmeno un millimetro alla propria statura”.

Occupiamoci ora dell’aspetto pratico di questo commentario. In primo luogo, se ci si sente stanchi in un centro, usatene un altro. Se siete stanchi di pensare, andate a tagliare l’erba in giardino. Perché? Perché il Centro Motorio ha energia e il Centro Intellettuale manca di essa. In secondo luogo, considerate in quale modo le emozioni negative, i pensieri negativi, l’invidia, la malevolenza, la tristezza, i motivi strani che sono spiacevoli, l’odio, il risentimento e tutto il resto, vi estraggono forza. Perché? Perché sono attività psichiche che fanno parte della vostra psicologia. Quando esaminate quest’idea da un certo livello di coscienza (che tutti possono ottenere liberamente in questo Lavoro), avrete un motivo in più per non dissipare le forze psichiche, che sono parte della vostra vita interiore, con le attività inutili. Le energie psichiche che si dissipano in tali attività – come per esempio avere sempre compassione della propria persona o quella di essere sempre invidiosi, di dire sempre che non è importante pensare o di fare qualsiasi cosa che neppure si è provato a fare, o di dire che non si simpatizzerà con nessuno o che si odia tutti (eccettuato il proprio stupendo ed infame sé) – e di fatto, tutto nel Lavoro vi dice che bisogna evitarlo (il proprio sé), lottare e contrastarlo e non identificarsi con esso - ripeto che queste inutili attività psichiche, questi consumi inutili di energia psicica, vi sorprenderanno perché non sono solo un fastidio giornaliero, ma il segnale della vostra incapacità di comprendere voi stessi più obiettivamente e a non identificarvi con le vostre reazioni tipiche, che costituisce tutto lo scopo del Lavoro. Tenete presente che tutto questo consumo psichico inutile non si perde nel sistema economico chiuso chiamato l’Universo ma che è usato per altri scopi (e non a vostro beneficio, ma di passaggio). Ma quando comprendete che con l’identificarvi, con il considerare internamente, con il fare i conti con gli altri, passate la vostra vita dissipando le vostre limitate energie psichiche in cose come l’essere negativi con tutte le persone che si conoscono, con l’auto-justificarvi (Oh, è vero, ho sempre ragione), con il disprezzare, con il tenere

l'abito di colui a cui non piace nulla di nulla, con il criticare tutti salvo voi stessi, con l'essere superiore (specialmente ignorandolo), con l'attribuire a voi stessi cose come l'amore, che non ha nulla a che vedere con la vostra persona, e con quelle che non potete comandare, e con tutto ciò che il Lavoro vi ordina di osservare – allora, se volete svuotare l'anima e la sostanza di voi stessi, che è ciò che vi può portare al vostro vero sé, in attività così inutili e in verità così sviluppate, vi sarà possibile discernere qui ciò che vi si insegna e cosa significa la **Corda**, nella Parabola-Lavoro. Perché già si capisce il significato dell'amorevole insegnamento del Lavoro, e così della **Corda**, che, come me lo spiegarono, è il punto di partenza di un'altra comprensione della vita e della propria vita.

Cap. 118 Great Amwell House, 10 aprile, 1948

L'ALIMENTO DELLE IMPRESSIONI

Idea –Lavoro

Il Lavoro c'insegna che la macchina umana assorbe tre alimenti: 1) L'alimento ordinario; 2) L'aria, e 3) Le impressioni. Con questi tre alimenti la macchina umana produce le differenti energie per i diversi centri che permette il funzionamento di detta macchina. Pertanto l'uomo può ammalarsi a causa della mancanza di uno di questi tre alimenti. Senza l'alimento ordinario può vivere a volte poche settimane. Senza l'alimento dell'aria vive soltanto pochi minuti. E il Lavoro dice che senza l'alimento delle impressioni l'uomo non può vivere neppure un secondo.

COMMENTARIO

Parleremo unicamente dell'alimento delle impressioni. Sia stando svegli come addormentati nel senso ordinario l'uomo riceve **impressioni**. Quando è addormentato sul letto, per esempio, molte impressioni provengono dal suo corpo, sensazioni di caldo e di freddo, sensazione di dolore o di comodità, dei muscoli che aiutano la respirazione, del ritmo cardiaco, e così via. Se tutte le impressioni fossero soppresse un uomo morirebbe subito. Occupiamoci ora dell'uomo o della donna innamorata che non ha notizie della persona amata. Supponiamo che inizi a consumarsi, a dimagrire e a cadere malato. Supponiamo che lo portino all'ospedale. I medici gli prescrivono un alimento più sostanzioso, o gli raccomandano un cambiamento di aria, ecc. Eppure lo sfortunato paziente continua ad essere malato, debole, disperato. Per quanto vino generoso gli diano, non migliora. Arriva improvvisamente un telegramma: la persona amata si è fatta sentire e ritorna il giorno successivo. Non credete che detto uomo, detta donna, non si trasformi subito in una persona molto differente? Naturalmente. A cosa si deve questo? Qual è lo strano **alimento** che ha prodotto un cambiamento così rapido? Questo strano alimento è **l'alimento delle impressioni**. Come è stato somministrato detto alimento? Con il telegramma, con le meravigliose notizie.

Bene, molto tempo fa, nell'epoca in cui io e pochi altri compagni lottavamo affinché si riconoscesse in medicina il fattore psicologico, molte volte usai l'esempio, che ho portato precedentemente – ma i medici di quel periodo non accettarono facilmente le nostre idee -. Non ho il minimo dubbio che gli sarebbe piaciuto avere il pezzo di carta in cui stavano scritte le meravigliose parole, per ritenerlo e misurarle e analizzarle i

suoi componenti chimici allo scopo di trovare una causa fisica che spiegasse la trasformazione del paziente. Sono sicuro, che alcuni di essi, nell'inviare telegrammi simili a dei pazienti che non erano innamorati, e al non ottenere alcun risultato, avranno affermato che, evidentemente, detto telegramma mancava di valore dal punto di vista medico. Inoltre, lo stato di oscurità era al massimo, nei primi due decenni di questo secolo, quando s'intavolò la battaglia del fattore psicologico nelle malattie. E poi venne la "nevrosi di guerra" – e in verità medici isolati cercavano nel sangue qualche placca insolita, o qualche corpo estraneo, affinché suffragasse il decadimento di un uomo che aveva passato nelle trincee mesi e mesi sotto un intenso bombardamento.

Sì, ancora non si era riconosciuto distintamente il fattore psicologico. Bene, se l'alimento di impressioni di quell'uomo è soltanto una serie di orrori giornalieri *sarà naturalmente un cattivo alimento* che lo farà ammalare nello stesso modo in cui l'aria viziata e gli alimenti in cattive condizioni, e senza vitamine lo fanno ammalare, gli provocano lo scorbuto e cose simili. Spesso penso che tutta la serie di malattie fisiche causate dalla mancanza di vitamine, come lo scorbuto, ecc., in genere sono in corrispondenza nel piano mentale. Una persona meschina, piena di pregiudizi, una persona gelosa, una persona negativa, per esempio, assorbirà impressioni negative e così si ammalerà in questo livello, mentre invece una persona più generosa e di mente più aperta non si ammalerà. Paghiamo il prezzo di ogni atteggiamento sbagliato, di tutto ciò che non perdoniamo, di tutte le menzogne che ci diciamo a noi stessi, di tutti gli stati negativi.

Parleremo ora del percepire – osservare – l'effetto delle impressioni – su ciò che significa il termine-Lavoro "alimento delle impressioni", nella pratica -. Osservate voi stessi. Venite a sapere che il cavallo su cui avete puntato ha vinto. È una notizia piacevole. O venite a sapere che ha perso. Questa notizia non è tanto gradevole. Bene, la notizia che il cavallo ha vinto o a perso è un esempio dell'"alimento delle impressioni". Comprendete l'alimento e la sete ordinaria. Quando si dice che l'aria è un alimento, si suole dubitare. ("Com'è possibile ciò, dottore? Se non la si può neppure vedere", come mi è stato detto una volta.) Ma quanto a considerare le impressioni come un *alimento*, vi sembra pura insensatezza. Bene, supponiamo che una persona vi invita a cenare e che voi abbiate fame. Il primo piatto è, diciamo, un buon arrosto, cotto appropriatamente. Però nel locale a cinque stelle in cui si sta cenando la stufa di antracite perde fumo. Così voi vi ritrovate con un forte dolore di testa. Proprio così, l'alimento di aria è malsano. Naturalmente, voi cercate di sostenere questo dolore. Allora la persona con cui state cenando vi dice che il vostro vestito non vi calza bene e che con questo abito siete orrendo. Bene, in questo caso l'alimento reale (768) è eccellente; l'alimento di aria (192) è impregnato di monossido di carbonio e così è velenoso; e finalmente, l'alimento delle impressioni – per conoscenza, "Voi siete orrendo" – non è in verità molto gradevole. Temo assai che questa serata non vi produrrà piacere. Credo che un cibo cotto male ma con aria buona unita a compagni gradevoli sarebbe infinitamente preferibile. Sì – ma non percepiamo tutte queste cose -. Non abbiamo occhi per queste cose. C'è un proverbio che dice: "È preferibile pane e cipolla con amore che il miglior cibo con odio". Qual

è il segreto? È preferibile un pasto frugale con un buon alimento d'impressioni che un banchetto con emozioni negative.

Bene, è necessario, poi, nel Lavoro, capire che nell'assorbire le impressioni, tutte esse sono in un certo senso interne anche quando vediamo una persona esteriormente. Supponiamo che un uomo veda la sua amata, con mazzi di rose nelle sue mani, che si avvicina a lui in un prato illuminato dal sole. Riceve impressioni, molto forti. Il suo cuore si contrae e si espande. Riflettete un istante. La visione della sua amata è un'impressione che penetra negli occhi in forma d'immagine a causa dei raggi di luce. Quest'immagine, così come succede in una macchina fotografica, si riflette capovolta nella placca sensibile o retina. Così la sua amata è capovolta. Allora quest'immagine capovolta è ricevuta da diciassette milioni di terminazioni nervose sensibili alla luce che cambiano detta immagine e la inviano attraverso un milione di nervi differenti al cervello. Nel tragitto che segue l'immagine dell'amata, per prima cosa capovolta, poi scissa in milioni d'impulsi nervosi differenti, è divisa in modo tale che un frammento dell'emisfero sinistro nella parte posteriore della testa riceve la metà dell'immagine e l'emisfero destro l'altra metà, parlando in generale, ed ogni impulso stimola altri milioni di cellule. Quando tutto il complesso apparato, che ci mette in relazione con l'amata e le rose è captato, ci rendiamo conto che il mondo esterno degli oggetti si vede grazie al macchinario interno dei neuroni. Eppure pare così vicina, così a portata della mente. Ma a rigor di termini si trova molto lontana e pertanto è impossibile mettersi in contatto immediato con tutto quello che desideriamo o speriamo. Ma se lui *comprende* la sua innamorata ed ella lo comprende, imparando un nuovo linguaggio come quello del Lavoro, si starà molto più vicini. Siamo molto più vicini uno all'altro psicologicamente che fisicamente. In verità, non farà ridere un pretendente che, nell'atto di offrire la mano all'amata lo faccia a testa in giù, o voltato di spalle? Bisogna dire che è qualcosa di meravigliosamente sottile ma ci fa riflettere perché è confermata una volta di più l'idea antica che il mondo esterno è una sorte d'illusione.

Nell'epoca attuale, la gente non soffre soltanto gli effetti avversi della quantità limitata dell'alimento ordinario, ma anche la mancanza di alimento adeguato di impressioni. La stupidità, la pesantezza, la monotonia, tutto questo significa mancanza di impressioni. È necessario comprendere che una persona può ammalarsi per la mancanza del più importante di tutti gli alimenti – l'alimento delle impressioni. Consideriamo, poi, la differenza tra un mondo monotono, un mondo uniforme ed un mondo colorito, un mondo in cui le differenze sono molto marcate. Quale, pensate, vi darà più alimento di impressioni? Quali di questi mondi sarà *psicologicamente* quello conveniente? Certamente non sarà quello in cui tutto è ridotto ad un livello comune in modo tale che non esiste nessuna differenza. Un uomo non ottiene impressioni ricche dall'*uguaglianza*, ma dalle differenze.

Questo ci porta al problema della ricezione delle impressioni. Come riceviamo le impressioni di fuori – o meglio, su cosa cadono dette impressioni? Cadono sopra le *associazioni*. In conseguenza di ciò, la vita tende a produrre lo stesso effetto giorno dopo giorno. Le impressioni, è chiaro, non sono sempre esattamente le stesse. È il

nostro modo di riceverle che è sempre lo stesso. Gurdjieff una volta disse: “Cercate di vedere le cose senza associazioni.” Bene, se potessimo vedere le cose senza associazioni, verremo trasportati in un mondo di meraviglie. Le impressioni cadrebbero nell’Essenza. Una volta si fece la seguente domanda a Gurdjieff: “Cosa succede quando le impressioni cadono sull’Essenza?” Rispose: “Diventa tutto più vivido.” Bene, così come siamo, le impressioni cadono in un meccanismo di associazioni che distribuisce le impressioni ai differenti centri, meccanicamente. Proprio così, le impressioni producono un effetto meccanico abituale e non diventano vivide come dovrebbero essere. Così dobbiamo cambiare le nostre associazioni e ciò inizia quando si comprende, per dirla in parole povere, tutto quello che il Lavoro c’insegna mediante l’osservazione di sé e la non identificazione. Per esempio, avere un barlume della propria meccanicità debilita le associazioni che si fondano nel farci credere pienamente coscienti. Vedere le cose dal punto di vista del Lavoro modifica le associazioni meccaniche. Questo, a sua volta, accresce la ricezione dell’alimento di impressioni. Se continuiamo a pensare come prima, non saremo capaci di liberarci dalle associazioni meccaniche. Non si può raggiungere un nuovo sentire di se stesso se si persiste nel pensare come prima. Così i Vangeli insegnano che μετάνοια – proprio così, il cambiamento di mente, o il nuovo pensare – è il punto di partenza della trasformazione di sé -. Le associazioni sono una parte di noi. Ma non le avvertiamo. Agiscono prima di poter vedere la loro azione. Ma con l’esperienza che viene con l’osservazione possiamo vedere sia l’impressione entrante come l’associazione che sta sul punto di intervenire, ed eventualmente si può impedire che questo avvenga. Questa è una tappa che conviene raggiungere nel Lavoro, poiché il suo valore è inestimabile. Tra le altre cose, ci permette di osservare praticamente – e non di pensarlo teoricamente – che il mondo esterno ci si presenta, per così dire, attraverso molte lenti deformanti e che noi non vediamo realmente gli uni e gli altri ma la nostra idea della gente o le nostre associazioni con detta gente, associazioni con cui stiamo identificati. A ciò si deve che, quando una persona non si comporta come pensavamo, ci sentiamo sconcertati. Non corrisponde alle associazioni che avevamo di detta persona e di noi stessi. Questa è una delle ragioni per cui le persone si mettono gli uni e gli altri nel carcere. È necessario abbandonare – rompere queste associazioni.

Cap. 119 Great Amwell House, 17 aprile, 1948

IL LINGUAGGIO UNIVERSALE

Idea –Lavoro

In un’occasione Gurdjieff disse che per comprenderci gli uni con gli altri era necessario apprendere un linguaggio comune. Ouspensky disse che nello studiare questo Lavoro le persone apprendono un linguaggio comune e facendo così si comprendono reciprocamente. Gurdjieff affermò anche che esiste un *Linguaggio Universale*, mediante il quale tutte le persone del mondo possono conversare tra loro. A questo riguardo Gurdjieff disse che l’arte cosciente, che si distingue dall’arte soggettiva, è un esempio di *Linguaggio Universale*.

COMMENTARIO

Inizierò dicendo che le persone s’immaginano che parlando lo stesso linguaggio-mondo – diciamo, l’inglese – si possano comprendere tra loro attraverso il riconoscimento delle stesse parole. Ma le parole hanno molti significati. L’uso di una parola come, diciamo, *amore*, sembra un mezzo molto semplice di comprenderci gli uni con gli altri. Ma ogni persona ha *idee* differenti in relazione con la parola *amore* – per esempio, “Amo il cioccolato; amo il denaro; amo il mio cane; amo la mia pelliccia di visone; amo un bagno bollente.” Certamente si potrebbero aggiungere qui, a mo’ d’ironia, le parole: “Amo anche te”. L’usare le parole in questo modo, semplicemente come parole senza nessuna *idea* che le sostenga, fa nascere Babele – una confusione di mere parole o slogan o cliché che appartengono al pensiero associativo. È la stessa cosa di spiegare l’intolleranza di un uomo dicendo che è cristiano. Sì, ma forse volete dire che ha il cristianesimo dell’Uomo n° 1, o dell’Uomo n° 2, o dell’Uomo n° 3? O, nuovamente, dell’Uomo n° 4, del n° 5, del n° 6, del n° 7? In ogni caso, la parola “cristiano” significa qualcosa di molto diverso. Perché? A causa delle idee che si relazionano con la vera parola “cristiano”. Ci sono sette tipi di cristiani, tutti con idee differenti sul cristianesimo. Le parole che usiamo sono spalleggiate da *idee* più o meno ricche, secondo il proprio livello di comprensione. Bene, se pensiamo a questo, tutta l’esperienza che ci fa assaporare qualcosa di nuovo è quella che è a tal punto migliore di ciò che si era sperimentato prima che tutto ciò che si credeva buono, pare ora imperfetto. Il significato maggiore assorbe il minore: e questo è, già che ci siamo, la soluzione alla tentazione e l’unica cosa che la può sanare e curare – per conoscenza, il contatto con le idee superiori, che rendono il piccolo significato meno ipnotico -. Qui vi ricordo dove sono, in un Essere piccolo. Il Lavoro si propone di costruire dentro di noi tutta una serie di nuove idee interrelazionate che hanno la loro origine da un’altra fonte, superiore a noi, in cui sono connesse parole speciali, attraverso cui ci mettiamo magicamente in contatto con esse. In questo sistema non c’è parola che non si riferisca ad un’idea distinta con tremendo potere di significato. Quando le idee del Lavoro costruiscono nell’uomo un organismo recettivo – non nell’uomo che serve nella vita esterna, che ha un modo di pensare superficiale esteriore, ma nell’uomo reale, essenziale, mediante il vedere e il sentire la verità da soli, specialmente nei momenti in cui si sente più solitario – allora le idee che spalleggiano le sue parole saranno simili alle idee che appoggiano le parole di una persona che sta nel Lavoro e lo capisce. Così ambedue hanno un linguaggio comune. E questo ci dimostra chi è il nostro prossimo nel senso esoterico. È necessario “amare il prossimo” – non in una maniera meccanica ma in una maniera cosciente. E così si comprenderanno gli uni con gli altri – e sarà un’esperienza straordinaria degli uni con gli altri. Le possibilità sono alla portata di tutti. Perché non la usano? – È questo che, oltre l’impatto *meccanico* che gli uni producono sugli altri, vediamo dovunque?

Bene, la densità del significato di una parola dipende dalla qualità e dalla scala di idee che l’appoggiano. Per se stessa una parola manca di significato. Il suo significato si deve al Raggio di significati che conduce. Le parole più comuni che si usano, come

“io” e “voi”, cosa significano? La densità di significato di una parola dipende pertanto dalle idee di pensiero che l'appoggiano. Quando rifletto su questa parola molto pericolosa, “Io”, che fin'ora ha controllato la mia vita in tutte le situazioni, inizio a discernere ciò che significa il Lavoro. “Quale “Io”? Ci hanno insegnato che esiste un Linguaggio Universale; e ci hanno insegnato che nessuno può capire un altro se non apprende un linguaggio comune. In relazione a detto linguaggio, la parola “Io” non è valida. Capirete che un linguaggio *comune* può portare ad un Linguaggio Universale - nel quale la parola “Io” talvolta non esiste. Usiamo qui le idee del Lavoro: 1) il Significato del Pensiero Relativo e 2) la Legge delle Ottave. In quanto a 1) – proprio così, il pensiero relativo – il Lavoro insegna che dobbiamo apprendere il significato del pensiero relativo ed inoltre che pensiamo sempre relativamente. La parola “Io”, per esempio, è relativa. Interpretiamola brevemente: un uomo prende se stesso come “Io”. Bene, io non posso capire la Terra, diciamo presa per se stessa. È parte di qualche altra cosa. Se non arriviamo a capire che forma parte del Sistema Solare non la si può comprendere correttamente. Bene, simultaneamente è preciso comprendere che il nostro Sole o Sistema Solare è una parte molto piccola della Galassia che si estende come un disco di luce attraverso il cielo. Se prendo la Terra *per se stessa* non sto pensando relativamente. Né tantomeno posso prendere me stesso per quello che sono. Sono parte di qualcosa. E ancora di più, la Galassia o Via Lattea, nel quale il nostro Sole e i Pianeti sono un semplice punto è una dei milioni di altre Galassie o Isole Stellari con Soli e Pianeti simili, miriadi e miriadi di esse. Bene, perché una persona non *comprende* la Terra se la prende per se stessa prescindendo che è una piccola parte di un tutto, che a sua volta è una piccola parte di un tutto maggiore e così via? Poi, nelle nostre discussioni dobbiamo prendere in considerazione questo problema. Se considero la Terra come una cosa in se stessa, isolata da tutto il resto e, pertanto indipendente, darò al mio studio della Terra un valore che non gli appartiene. Se, in modo esclusivo, credo che questa minuscola Terra sia l'unico Pianeta importante nell'incommensurabile Universo di Soli e Galassie – (e forse la Terra non contiene questa meravigliosa cosa chiamata “Io”?) – poi il mio pensiero sarà sovraccaricato dal mio egoismo cieco. La mia conclusione è sbagliata in qualcosa, in qualche punto.

Bene, un astrologo vi porta di notte a guardare le stelle con il telescopio. Non succede nulla. Ma a volte, guardando le stelle, *quando lo si fa senza pensare*, si prova una strana emozione – un nuovo alimento d'impressioni. Detta emozione può essere descritta dicendo che sta oltre le auto-emozioni. Questa emozione è un barlume di una vera emozione e non ha nulla a che vedere con l'auto-emozione della Falsa Personalità. Questa strana emozione, dico, è una vera emozione e tutte le *vere* emozioni sono cognitive e dissolvono le nostre piccole emozioni domestiche. Alcune emozioni ci accecano, altre ci aprono altri orizzonti. Le vere emozioni c'insegnano sempre qualcosa – non nelle *parole*, ma nelle *idee*, percepite emozionalmente. Non riceviamo la conoscenza soltanto mediante l'intelletto. E bisogna dire che ogni centro coglie raggi di significato, dal regno delle idee secondo la propria natura, perché ogni centro ha la parte intellettuale, emozionale e motoria, e molte suddivisioni ricettive importanti. Si può afferrare un'*idea*, pertanto, in molti modi differenti, come

pensatore, pittore, poeta, musicista, carpentiere, ingegnere, scultore, drammaturgo, architetto, burattinaio, uomo d'affari, fanatico, moglie, madre, padre o semplicemente un uomo che porta un sombrero a tubo.

Bene, siamo alimentati da idee che entrano per il lato stesso in cui entra l'alimento delle impressioni: però queste hanno un'origine differente. Ci sono idee eterne, che nel tempo alimentano sempre: e quelle che sono fatte per l'uomo, che sono idee di un'epoca. Nel Lavoro le idee eterne sono chiamate *influenze C* e provengono dal Circolo Cosciente dell'Umanità. Le idee fatte per l'uomo – le idee o influenze create dalla vita – come le partite di pallone – sono chiamate *influenze A* -. Le idee agiscono su di noi a mo' d'influenze. Un'ideologia, come la si chiama oggi, è un'idea che la gente segue, come l'idea di libertà, uguaglianza, ecc. Consideriamo l'idea che si può essere liberi, esattamente questa. Tutti possono essere liberi. Come? Il Lavoro dice che stiamo sotto 48 ordini di leggi se rimaniamo addormentati. Ammesso che neppure Cristo era libero ma che doveva obbedire, bisogna chiedersi qual è la *qualità* di quest'idea, di questa ideologia, secondo cui si può essere liberi. È suffragata da qualche idea vera? Qual è il suo livello? Da dove si origina nel Raggio di Creazione, che è la Scala dell'Essere e che ci porta all'Essere Assoluto? Comprendiamo un pochino ciò che significa la libertà relativa nel Lavoro – proprio così, come possiamo metterci sotto influenze superiori per mezzo del lavoro su di sé. basta evitare le emozioni negative e si starà sotto nuove influenze. Questo è chiaro. Ma nel Lavoro usiamo la parola libertà anche in relazione con l'idea di grande densità di significato che ha oltre di essa il Raggio. Sono influenze C – che discendono dalla Mente Superiore – da qualcosa che sta al di sopra del nostro livello. Non è un'idea di libertà fatta per l'uomo – come se l'Uomo, che è incapace di fare la parte più semplice del suo cervello o del suo corpo, potesse essere libero nel senso comune -. Questa è pura dissennatezza. Potete essere liberi se non comprendete neppure come siete stati fatti? Senza dubbio, come si sa, la parola *libertà* è sfuggita al dominio della vera idea esoterica che la spalleggiava e, per così dire, ha perso la sua origine, la sua relazione e va per il mondo come un comune pericolo. Sì, è un pericolo, perché quando una parola sfugge alla sua corretta relazione con le idee che l'appoggiano si trasforma in un pericolo per tutti gli uomini che mancano di educazione o di principi. È una parola divorziata dal suo vero significato, esattamente come la parola “amore” a cui ci siamo già riferiti. Così diciamo parole senza tono né suono, mancanti di significato, di fatto, intavoliamo guerre a causa di queste parole, che sono sfuggite alla loro corretta connessione con le idee. Ciò nonostante, man mano che progrediamo nel Lavoro, cominciamo a pensare nel significato delle parole che così facilmente, così meccanicamente ci fanno scagliare gli uni contro gli altri. In questo modo, per pensare relativamente, dobbiamo “percepire” – proprio così, percepire coscientemente vedendo la verità di ciò che si vede – cioè, che siamo parte di un tutto e se non sappiamo qualcosa di questo tutto, le idee che abbiamo su noi stessi sono erronee. Vi darò un esercizio per pensare. Cercate di pensare –e qui intendo *pensare*, e non lasciarsi portare dalla corrente del pensare associativo che ci logora ogni giorno di più – per prima cosa pensate: “Cosa è ciò che proviene da me stesso, quello che proviene dagli altri, e quello che proviene da qualcosa più grande

di me stesso, e che, diciamo, si chiama comunemente Dio? Supponiamo di rispondere qualcosa. Quindi, prendete le due prime forze nella Triade qui descritta. Ciò che dite proviene soltanto da voi stesso? Naturalmente no. E proseguite *pensando* in questo modo – e giungete finalmente alla vostra macchina-cervello -. L’avete forse creata voi ed avete la minima conoscenza sul suo modo di funzionare? Questo pensare veritiero sveglia il *Centro Emozionale* – proprio così, vi procura vere emozioni conoscitive, al posto di, diciamo, le emozioni “mai spedite al lavatoio” – l’odore delle emozioni auto-domestiche nelle quali ci blocchiamo facilmente senza avere nuove idee e la loro forza. Il Lavoro è, di fatto, un lavatoio. Perché? In quanto cerca di osservare il vostro abituale stato emozionale e il vostro pensiero. Non desiderate forse lavarli – e qui, naturalmente, viene il tremendo simbolismo dei Vangeli, riguardo al *lavare* – lavare tutto il corpo nell’acqua, lavare i piedi, e tutto il resto. Vi dirò che qui non mi riferisco ad inviare successivamente il vestito fisico al lavatoio. Ci riferiamo qui al vestito psicologico – proprio così, delle idee e atteggiamenti che seguiamo, perché il primo corpo spirituale o corpo psicologico, che cerchiamo di fare, è vestito con *quello che consideriamo vero* -. la mente è vestita con ciò che si considera vero. Dobbiamo lavare la mente, e ottenere un vestito migliore. E così, un’altra volta, viene *μέτανοια* come principio fondamentale dei Vangeli, che significa “cambiamento di mente”. Quindi, equivale a lavare le cose vecchie. Eppure, non è incredibile che persone che stanno da molto tempo nel Lavoro, continuino a possedere inculcati gli stessi atteggiamenti, gli stessi respingenti e tutto il resto? Perché? Perché mancano di un vestito di nozze – proprio così, mancano di un vero desiderio di unione con la verità del Lavoro. Si contentano di parlare del Lavoro – a volte molto estesamente – e poi “ritornano a casa”, come dicono i Vangeli – proprio così, alla vecchia casa mentale di se stessi -. Vale a dire, non si lavano con la nuova verità del Lavoro ma che si afferrano interiormente alla loro verità meccanicamente acquisita ed impiantata. Così, dopo aver sentito il Lavoro, ritornano “ognuno alla casa”. Vi darò ora un altro esercizio che si riferisce al pensare relativo. Si capisce che il pensare relativo dipende dal vedere quando una cosa è in relazione con ciò che è parte di essa e qual è quella che è parte di essa. Per tanto, vi esporrò la seguente idea affinché riflettiate su di essa e la discutiate:

- 1) La Parte che si interessa del Tutto è la religione?
- 2) Si valuta l’essere Completo nella Parte, la carità o l’amore cosciente?
- 3) Si valuta unicamente la Parte in se stessa – nell’egoismo?
- 4) Si valuta unicamente la Parte nelle sue parti – nella scienza?

Ci riferiremo ora brevemente alle ottave. Tutte le ottave sono formate da gradi superiori ed inferiori. Prendiamo il Significato come punto di Partenza e costruiamo un’ottava discendente caratteristica, completamente sperimentale. Ricordate che questo è un commentario.

Do Significato Eterno

(“All’inizio era il Verbo” – o Significato)

Si Significato Eterno che (Qui non esiste nessun pensiero)
fluisce nelle Idee Eterne

La Idee di Pensiero che possono
Essere corrette o errate

Sol I pensieri

Fa Desiderio di parlare

Mi La parole proferite letteralmente
Per esprimere le idee dei Pensieri.

Bene, in ciò che riguarda l'insegnamento di un Linguaggio Universale, si vede che nel livello **Mi** si esprimono le idee che stanno dopo i pensieri del proprio idioma di qualsiasi nazionalità – inglese, francese, ecc., di modo che le persone di diverse nazionalità non si “comprendono” – come si suol dire, se le une e le altre appartengono a differenti paesi con un differente **linguaggio**. Ma se si potesse parlare ad un'altra persona, diciamo, da un livello superiore, non gli si parlerebbe dalle idee senza parole. Quindi, non vedete forse che **deve crearsi** un Linguaggio Universale? Le idee stanno lì anche prima che si inizi a parlare di esse. S'impara un linguaggio specifico di parole e in questo modo non si può comprendere l'altro che usa un'altra lingua – e bisogna ricordare che anche usando la stessa lingua non ci comprendiamo ugualmente gli uno con gli altri -. Ma se attraverso una gentile concentrazione interiore si potesse comunicare un'idea ad un altro senza far intervenire il linguaggio-parola - proprio così, senza aprire bocca – non vedremo allora che l'altra persona, se ha l'intendimento chiaro, capisce chiaramente ciò che gli si dice come se **lo si facesse nel suo personale linguaggio-parola?** Bene, proseguirò in un secondo tempo ad esporre questo difficile tema. Ma prima vi dirò che la chiaroveggenza, tutta la comunicazione a distanza, o tutto ciò che sta collegato con le parole che qualcuno esprime senza impiegare apparentemente un linguaggio, può sembrare arte di magia – tutto questo ha a che vedere con il **parlare al livello delle idee** -. È questo il parlare silenzioso. Eppure è una forma di linguaggio, quantunque non si usino le parole reali. Così, comprendiamo ora come l'apprendere un linguaggio comune – proprio così, di idee – le idee del Lavoro – i risultati che si ottengono sogliono essere strani – in apparenza. Se avete intuito quello che sto cercando di dire, non vi deve sembrare strano. Al contrario, è da sperarlo. Ma sto parlando a persone che hanno appreso pazientemente le idee-Lavoro e le hanno ordinate nel loro intelletto, e per averlo fatto anelano così a sposarsi internamente con esse. Cos'è questo sposalizio segreto? È **lavorare** su di sé così come lo segnalano dette idee. Se non **fate** la nuova verità che vi fu insegnata, ma vi contentate di parlare incessantemente di essa, questo non serve per il Lavoro e non si otterrà nessun risultato. Alla lunga il Lavoro sceglie le persone. Sì, ma è necessario ricordare che per comprenderlo sono necessari anni ed anni.

Il signor Ouspensky una volta disse: “Non presto attenzione alle parole; presto attenzione al significato che sta oltre le parole”.

Cap. 120 Great Amwell House, 24 aprile, 1948

MENTIRE

Idea –Lavoro

- 1) L’Uomo si attribuisce ciò che non possiede.
- 2) Mentire uccide l’Essenza.

COMMENTARIO

È sempre difficile portare alla coscienza la propria colpevolezza. Si è soliti conoscere la nostra colpa, e alcune persone hanno un modo automatico di riconoscere la propria colpa. Ma in realtà non l’accettiamo. Nel Lavoro c’insegnano che una delle prime cose che dobbiamo osservare e contro di cui bisogna lottare è l’auto-justificazione. In un commentario scritto qualche tempo fa, abbiamo segnalato che quando ci giustificiamo impediamo che le cose ci tocchino nel vivo – in realtà, evitiamo di comprendere ciò che abbiamo fatto oppure detto – in questo modo evitiamo una sofferenza utile. La sofferenza utile cambia l’Essere. Bene, l’auto-justificazione è una delle molte specie di menzogne che scorrono continuamente in noi. Dobbiamo ricordare che mentiamo in un modo o in un altro, gran parte del tempo – di fatto, ogni volta che diciamo “Io” come se il nostro “Io” fosse unico e permanente. La menzogna ci evita la sofferenza utile e spesso la rimpiazza con una sofferenza inutile. Questa è una delle ragioni per cui il Lavoro dice che la menzogna danneggia e può persino uccidere l’Essenza. Bisogna comprendere almeno che impedisce uno sviluppo qualsiasi dell’Essenza, perché l’Essenza può crescere soltanto mediante ciò che è reale, ciò che è vero. L’Essenza non può crescere per mezzo delle menzogne. Solo la Falsa Personalità lo può fare. L’Essenza è la parte più reale di noi. La Falsa Personalità è la parte più falsa e quando la si osserva per un periodo – se si ha la possibilità di farlo – si osserverà che dice sempre menzogne. Di fatto, è una menzogna. È una menzogna da cui è molto difficile separarsi. Senza dubbio, se continua a dominarci l’Essenza non può crescere. Questa, insomma, è la ragione per cui lavorare su di sé è così necessario. Il Lavoro si propone un obiettivo preciso. Non si riferisce ad essere buono, qualunque fosse il significato che diamo a questa parola. Il Lavoro si preoccupa di far diventare passiva la Personalità e attiva l’Essenza. Non bisogna mai dimenticarlo, spesso è necessario riflettere da soli su quest’idea, perché è una delle grandi *idee* che appoggiano il Lavoro, e se le idee dei nostri pensieri sono vere, il nostro pensiero ci porterà ad un porto sicuro. In più, riceveremo l’aiuto dell’inesauribile potere che è latente in quest’idea. Quest’*idea* sulla Personalità e l’Essenza, se si riflette su essa di tanto in tanto, orienterà il nostro pensiero verso la totalità del Lavoro e ci mostrerà le cose che le parole sono incapaci di spiegare, senza un’apparente contraddizione.

Bene, la menzogna stabilisce connessioni sbagliate. Basta immaginarsi un’immensa centrale telefonica con milioni di cavi correttamente connessi e poi si presenta una persona che passa il suo tempo a congiungerli in un modo sbagliato. Chi è questa persona scellerata? Ma il Lavoro non parla qui della menzogna ordinaria, anche se è

solito riferirsi anche ad essa, ma della categoria di menzogna che mantiene attiva la Personalità e passiva l'Essenza. Già sapete che per mettersi in contatto con i Centri Superiori, è necessario distruggere tutte le emozioni negative e che tutte le emozioni negative ci chiudono la porta, per così dire, dei Centri Superiori. Bene, tutte le emozioni negative mentono. Deformano le cose. La Verità le distrugge, ma esse imitano la Verità scartando certe cose, impiegando mezze verità, aggiungendo, relazionando le cose che succedono veramente in un modo sbagliato, ecc. Quando una persona è negativa mente *sempre*. Basta osservarlo in se stessi. Due persone negative possono scagliarsi contro le menzogne più fantastiche – proprio così, non due persone ipotetiche di cui possiamo burlarci sentendoci superiori – ma *voi ed io*. Sì, esattamente. Se sono negativo ed anche voi lo siete, possiamo insultarci a tal punto da dirci ogni sorta di cose sorprendenti. In ognuno di noi c'è una grande fabbrica di menzogne – è la parte negativa del Centro Emozionale -. Questo, lo dico a mo' di commentario, è l'inferno in uno stesso, e lì si odiano tutti, ed ha valore solo la violenza e la distruzione. Vi dirò ciò che una volta Ouspensky disse: “Questo mondo non è controllato dal sesso né dal potere ma dalle emozioni negative”. E questo, aggiungerei, è la stessa cosa che essere controllati dall'inferno. In verità, la gente commette un grande errore quando pensa che Dio controlli questa Terra. Ovvero, fanno una confusione con tutto o si trasformano in persone che odiano Dio. Ma forse la Preghiera del Signore non inizia dicendo: “Sia fatta la tua Volontà, come in Cielo così in Terra”? Se l'umanità fosse in contatto con i Centri Superiori, sarebbe tutto differente.

Ora arriviamo alla categoria di menzogna a cui si riferisce il Lavoro in profondità – per conoscenza, quella per cui ci attribuiamo quello che non possediamo -. È questa, nuovamente nel suo senso più profondo, che impedisce il contatto con i Centri Superiori e lo sviluppo dell'Essere Reale mediante l'afflusso di significati interamente nuovi e molto diversi dai significati che otteniamo dalla vita esterna – proprio così, le influenze A -. Ci attribuiamo il potere di *fare*. Ci attribuiamo il possesso di un “Io” permanente, invariabile – proprio così, dell’“Io” Reale -. Ci attribuiamo il possesso della Volontà Reale – mentre invece, di fatto, siccome siamo composti da molti “Io” differenti, in ogni momento siamo sotto l'imperio della Volontà di uno di questi “Io”. Ci attribuiamo il potere di trasformarci se così volessimo – mentre invece siamo incapaci di farlo così come siamo e possiamo solo giustificarci se non veniamo premiati -. Ci attribuiamo di conoscere noi stessi. Immaginiamo, come l'uomo che aveva accumulato beni nel suo granaio, di poter prevedere il futuro. L'attribuirci tutte queste cose che non possediamo è la vera menzogna a cui si riferisce in ultima istanza il Lavoro. Quindi dobbiamo arrivare ad avere gradualmente coscienza di questa menzogna incosciente mediante l'osservazione di sé. Se questo non succede in noi, la Personalità – che naturalmente, crede di poter fare – rimane attiva e l'Essenza passiva. Diventare gradualmente cosciente della parte che svolgono l'orgoglio, la vanità, i respingenti e il profondo sonno in cui sono sommersi il pensare usuale e la condotta ordinaria, è chiamato la prima fase del Lavoro. Come è chiamata questa fase? È chiamata *Risveglio*. Senza indugi Gurdjieff disse: “Nei Vangeli si trovano molte idee esoteriche, ma spesso in

un ordine confuso, come se l'avessero scritto persone che ricordavano le parole ma senza comprendere sufficientemente il loro significato. Nei Vangeli incontriamo l'idea di morire a se stesso. Troviamo l'idea di rinascita, e l'idea del risveglio. Ma dobbiamo comprendere che l'uomo non può morire a se stesso, se non si è svegliato a se stesso, ed abbia compreso che cosa debba morire. Se cerca di morire a se stesso senza prima svegliarsi, non potrà rinascere. Ma se non si sveglia per troppo tempo a se stesso, non può morire e rinascere. Per questa ragione un uomo deve prima osservare se stesso nella pratica e vedere a cosa assomiglia. Solo con questa conoscenza di sé guadagnata faticosamente può avere la speranza di ottenere qualcosa. Una delle difficoltà è che l'Uomo così com'è crede di conoscere se stesso e di comprendersi. Non esiste maggiore illusione.

In un'occasione nel riferirsi ai poteri e alle qualità che ogni persona si attribuisce e che in realtà non possiede il signor Ouspensky disse: "Questo esige molto tempo per comprenderlo. Prendete come punto di partenza una cosa alla volta e osservatela in voi stesso. Cominciate con l'osservare, diciamo, che *fingete di conoscere*. Questa è una delle peggiori forme di menzogna. Molte persone fingono di conoscere ciò che non conoscono e mantengono per tutta la vita quest'immagine. È preciso, nel Lavoro, scoprire che le idee che si seguono, si sono seguite sempre e che si è schiavi di esse. Solo allora si comprenderà ciò che significa la sincerità interiore. Questo Lavoro non si può fare senza sincerità interiore."

Bene, in questi commentari si è già parlato del significato interiore o psicologico di alcuni dei Dieci Comandamenti. Per esempio: "Non ucciderai", oltre il suo significato letterale, vuole dire che non bisogna uccidere nessuno nel pensiero. Le persone hanno paura di uccidere letteralmente perché temono le conseguenze nel mondo – come la polizia, e tutto il resto -. Nel Lavoro questo non conta. Non è *voi*, quello che fa, ma è il timore che fa. Se uccide nei propri pensieri commette una morte spirituale. Per questo c'insegnano: "Perdonatevi gli uni con gli altri". Riguardo a ciò che stavamo dicendo, il comandamento: "Non rubare", psicologicamente significa: "Non ci si deve attribuire psicologicamente ciò che non si possiede". Perché se una persona si attribuisce poteri che non gli appartengono, non ruba forse? Questo è il significato psicologico di questo particolare comandamento. Il Lavoro si è proposto il compito di farci pensare in un modo nuovo e questo vuol dire, in ogni caso, pensare psicologicamente. Cosa significa pensare psicologicamente? Significa osservare se stessi e ciò che succede dentro di voi e le cose a cui si cede interiormente ma si teme di esprimerle a causa della paura e la perdita della reputazione, la perdita di denaro, la perdita della posizione sociale, e che non si pensi bene di voi, e così via. Forse non comprendete che si uccide facilmente una persona nel senso psicologico – proprio così, nel mondo interiore dei pensieri e dei sentimenti – siete voi spiritualmente degli assassini? Esiste un solo rimedio: arrivare a conoscersi per mezzo di una lunga, sincera osservazione di sé. Liberatevi dall'idea immaginaria di essere un uomo buono, di essere una donna buona. La vera conoscenza di sé vi impedirà di uccidere il prossimo, perché si troverà in se stesso tutto ciò che si odia nell'altro. E se si osserva sinceramente alla luce del Lavoro non si tarderà a capire cosa significa "uccidere".

Cap. 121 Great Amwell House, 1 maggio 1948
SULLA COSCIENZA

Idea –Lavoro

Il Lavoro parla di Quattro Stati di Coscienza. L'Uomo crede di essere pienamente cosciente. Il Lavoro dice che l'Uomo non è pienamente cosciente e che in realtà sta dormendo.

COMMENTARIO

Nel Lavoro iniziamo a lavorare sul Centro Intellettuale e il Centro Emozionale – proprio così, lavoriamo sulla nostra forma di pensare e la nostra forma di sentire, mediante l'osservazione del nostro sentire e pensare meccanico. Non guardiamo come punto di partenza i comportamenti fisici, gli appetiti, ecc. Questa è una cosa che tutti coloro che sono connessi con il Lavoro devono comprendere chiaramente. Per esempio, il Lavoro, così come fu insegnato in origine, non inizia con il lavoro sul Centro Motorio. Iniziare con il Centro Motorio, è seguire la via del Fachiro. Iniziare dal Centro Motorio, quando le abitudini di pensare e le abitudini di sentire rimangono senza aver subito nessuna modificazione, è iniziare al contrario – proprio così, in un ordine sbagliato -. Un uomo può passare tutta la vita con le braccia stese in avanti finché queste non rimangono permanentemente irrigidite in questa posizione. Ma, qual è il beneficio per detto uomo? Questo Lavoro – chiamato la Quarta Via – non si propone questo obiettivo ma inizia *nella forma di pensare di detto uomo* e gli procura nuove idee affinché possa pensare. Così prende la nostra psicologia come punto di partenza, perché ciò che si pensa forma parte della nostra psicologia che differisce completamente dalla nostra apparenza fisica, dal nostro corpo fisico, dai nostri muscoli, i nostri piedi, dalla nostra corpulenza, dalla nostra magrezza, dalla nostra dimensione, dal nostro peso, da tutto quello che è possibile osservare mediante i sensi esterni. No, nel Lavoro s'inizia in un altro senso, orientato non verso fuori, ma verso dentro – sì, dentro cosa? Dentro a come si pensa e a come si sente -. Proprio così, l'osservazione di sé si riferisce alla psicologia di una persona – non al fisico -. Un fisico magnifico non denota una magnifica psicologia. Bene, il proprio modo di pensare appartiene alla propria psicologia. Tutti voi pensate meccanicamente. E pensare in un modo nuovo significa che la propria psicologia mentale deve cambiare. Perché se si desidera pensare in un modo nuovo e così modificare la propria mente e le proprie incallite abitudini di pensiero, e allo stesso tempo si desidera continuare a pensare nell'antico modo familiare, come è possibile in questo caso modificare qualcosa? Per cambiare qualcosa, è necessario cambiare. Nulla può cambiare e continuare ad essere ciò che era prima. Per cambiare è necessario eliminare, abbandonare, rinunciare a quello che si era prima. Con ogni cosa ci crediamo capaci di captare nuove idee e pensare in un modo nuovo eppure continuare ad essere quello che eravamo prima – un punto di vista molto strano -.”Non potete vincolare il Lavoro con voi stessi così come voi siete ora, - disse il signor Ouspensky -, è necessario che le idee del Lavoro cambino il vostro pensare. Se credete che, l'unica cosa che dovete fare sia quella di continuare ad essere mentalmente come eravate prima e vi accontentate di vincolare questo Lavoro come un'aggiunta alla vostra maniera precedente di pensare, fa capire che non lo avete compreso.”

Bene, ci sono due parabole che si riferiscono a questo vincolo dell'insegnamento esoterico del Lavoro con le antiche basi di pensiero. Ricordate che questo Lavoro è chiamato Cristianesimo Esoterico. Le parabole sono le seguenti:

“Nessuno strappa un pezzo da un vestito nuovo per attaccarlo ad un vestito vecchio; altrimenti egli strappa il nuovo, e la toppa presa dal nuovo non si adatta al vecchio. E nessuno mette vino nuovo in otri vecchi; altrimenti il vino nuovo spacca gli otri, si versa fuori e gli otri vanno perduti. Il vino nuovo bisogna metterlo in otri nuovi. Nessuno poi che beve il vino vecchio desidera il nuovo, perché dice: “il vecchio è migliore”. (*Luca V, 36 – 39.*)

Basta avvertire l'apparente contraddizione. Questo “vino nuovo” in realtà è il vino stagionato – proprio così, l'antico insegnamento -. Non vedete il suo significato? Non capite che queste due parabole non si riferiscono ad una tela e a bottiglie reali? Non vedete che in realtà significano che non si può aggiungere, né tantomeno vincolare semplicemente le idee dell'insegnamento esoterico al modo precedente di pensare? Ci basta sapere che queste parole sono citate in ognuno dei tre Vangeli, immediatamente dopo un passaggio che descrive come i discepoli di Giovanni il Battista e i discepoli dei farisei si avvicinarono a Gesù e gli chiesero perché i suoi discepoli non digiunavano. Come se il digiuno letterale, l'osservanza dei rituali, potessero cambiare la mente! Ma voglio che meditate su questo particolare, aggiungendo però che a volte è meraviglioso lasciare a digiuno i propri pensieri e rimpiazzarli con le idee del Lavoro.

Occupiamoci ora dell'idea-Lavoro secondo la quale i Quattro Stati di Coscienza sono possibili per l'Uomo, quantunque solitamente né conosce solo due. A questo riguardo il Lavoro dice che in Occidente si commette un grande errore in psicologia nel considerare che la Coscienza dell'Uomo sia di piena Coscienza. In molti insegnamenti orientali, si considera che l'uomo non è propriamente cosciente. Come si sa, il Lavoro descrive lo stato di coscienza nel quale la gente suole andare, parlare, scrivere, progettare, fare l'amore, e tutto il resto, come se fosse uno stato di sonno ipnotico. In questo stato di sonno, tutto succede nell'unica maniera in cui può succedere. Le guerre iniziano e nessuno è capace di fermarle e le persone si uccidono le une con le altre senza desiderarlo, ma perché devono farlo. E mille ed una cosa succedono che nessuno desidera ma che succedono inevitabilmente solo perché tutti sono addormentati. Le persone non s'immaginano che questa è la vera spiegazione del perché la vita è così in questa Terra. È così, non possiedono l'idea esoterica che l'Uomo è addormentato e non pensano secondo questa idea, ma che lo fanno secondo l'idea che l'Uomo è sveglio e pienamente cosciente. Credete che le guerre avvengano a causa di manovre ed intrallazzi di certe persone, e non potete comprendere che le guerre sono causate perché tutti stanno in uno stato di sonno ipnotico impossibile da eliminare eccetto con l'aiuto diretto di coloro che sono già svegli e ci portarono le idee e le istruzioni che conducono al nostro risveglio.

Bene, come avrete capito non è conveniente aggiungere al nostro modo ordinario di pensare l'idea-Lavoro che l'Uomo sta in uno stato di sonno ipnotico. Non vi corrisponde. È la stessa cosa di aggiungere una tela nuova ad una tela vecchia, o vino nuovo a vecchi otri. È un'idea che differisce completamente dalle idee ordinarie che

possediamo riguardo alla vita. Pensare secondo questa idea è pensare in un modo interamente nuovo. Avete cominciato a pensare da questa *idea* – sia per ciò che riguarda la vita, le altre persone e sia a ciò che riguarda la propria persona? Avete compreso, per mezzo dell’osservazione di sé, che voi stesso siete addormentato?

Cosa cerchiamo? Cerchiamo di diventare più coscienti – di noi stessi e degli altri -. Cerchiamo di ottenere una percezione maggiore di noi stessi e allo stesso tempo degli altri. Proprio così, cerchiamo di accrescere la nostra coscienza. Cerchiamo di diventare più coscienti di noi stessi, del tipo di pensieri che abbiamo e del tipo di sentimenti che abitualmente sosteniamo – proprio così, meccanicamente -. Un modo di pensare o di sentire meccanico, rigido, ci manterrà nel posto in cui stiamo. E cerchiamo di diventare più coscienti degli altri. Qual è il bene più prezioso, più misterioso, più indefinibile che ci fu dato? Rispondiamo – *la Coscienza* -. Ci fu concesso un poco di questo mistero indescrivibile e inscrutabile. Ma, così come siamo, in uno stato di sonno ipnotico, non facciamo uso di questo dono, ma che, per così dire, lo uniamo ad ogni stato d’animo piacevole, ad ogni pensiero passeggero. Bene, in un’occasione, mentre parlava con una persona che era un cantante e che diceva: “Non dovremmo collocare la nostra coscienza, come un cantante colloca la sua voce in un appartamento?”, il signor Ouspensky gli rispose: “Questo è un esempio molto buono. Essendo ciò che siamo, collochiamo la nostra coscienza, così come l’abbiamo, in cose erranee. Dobbiamo imparare a controllare la coscienza quando la collochiamo.” Sì, e non è vero che si può *collocare* molto facilmente la propria coscienza nelle cose più sgradevoli della vita? E non è vero anche che non è necessario mettere la coscienza – così com’è, - in cose tanto sgradevoli? Segnaliamo che la coscienza mette in movimento – porta alla coscienza – ogni tipo di cose mortifere. La coscienza è come la luce. Dove diffonderemo questa luce? Un uomo, una donna sono in un certo senso *nel posto in cui* collocano la loro coscienza. Dobbiamo sviluppare la Volontà non mettendo la coscienza in cose negative, sgradevoli. Dico questo: “Non lasciarsi portare dagli “Io” sgradevoli”. Ma nel posto in cui sta la vostra coscienza, in quel posto state *voi*. Avete pensato qualche volta a cos’è la coscienza? Orbene, è paragonabile, così come si disse, alla luce. Ha una piccola lanterna elettrica. Con essa illumina sempre tanta sporcizia – e questo, nel Lavoro, significa innanzi tutto le emozioni negative. Di modo che l’idea di poter *collocare* la coscienza è preziosa.

Voi già credete di saperlo fare? Forse, ma lo mettete in pratica? Si conoscono e s’imparano anche molte verità. Ma in questo Lavoro è necessario *fare* le cose che s’insegnano. Bene, una forma di osservazione di sé è avvertire in quale posto si colloca la coscienza. È necessario essere coscienti della propria coscienza. Questo conduce ad una giusta crescita di coscienza. Se collocate la coscienza in cose sgradevoli, dovete diventare coscienti del posto in cui fissate la vostra coscienza. Dopo un periodo di tempo, questo essere coscienti della coscienza si accresce. Proprio così, otterrete una nuova coscienza della vostra precedente coscienza con cui eravate identificati. Questo significa aprire la coscienza ad un livello più elevato della coscienza che precedentemente credevamo essere piena coscienza. Tutto ciò, e un

lavoro simile in se stesso gradualmente conduce al Terzo Livello di Coscienza, al Ricordo di Sé o Percezione di Sé o Coscienza di Sé. in questo nuovo livello di coscienza, si comincia a vedere la vita in un nuovo modo – proprio così, si diventa coscienti di essa in un modo nuovo -. In questo livello si ottiene anche, e questo senza alcun dubbio, aiuto – nuove influenze -. È proprio così, ammesso che ci si svegli dal sonno ipnotico della vita e che si sentano i primi barlumi di un'altra coscienza che non partecipa al sonno ipnotico. Il Lavoro insegna che si può ricevere aiuto – ma, solo nel Terzo Stato di Coscienza -. Se un uomo rimane attaccato a se stesso non può ricevere aiuto perché questo non lo raggiunge. Internamente non è sufficientemente *sottile*.

Cap. 122 Great Amwell House, 8 maggio 1948
BREVE NOTA SUL CAMBIAMENTO DI SÉ

Idea –Lavoro

L'Uomo è l'unico che può cambiare se stesso.

COMMENTARIO

È impossibile cambiare un'altra persona con l'imposizione. Non ci sono regole esterne, né regolamenti, né leggi, ecc., capaci di cambiare un uomo. Può, a causa della paura, o per ragioni di interesse personale, obbedire a detti regolamenti, ecc., ma questo non lo cambia. Per ottenere il cambiamento di sé, l'uomo deve essere libero. L'imposizione non l'otterrà mai. L'uomo deve vedere da se stesso la verità, prima che la verità possa cambiarlo. Se l'Uomo potesse essere modificato in se stesso, con l'applicazione di un'imposizione esterna sarebbe cambiato da molto tempo. Ma l'Uomo fu creato come un organismo capace di auto-sviluppo, capace di un preciso cambio interiore, e non c'è nessuna forza esterna che possa risolvere questo auto-sviluppo. Dovete capire che il Lavoro si riferisce all'*auto-sviluppo*. L'auto-sviluppo può ottenersi solo in libertà – di uno stesso -. L'uomo è libero soltanto per ciò che riguarda lo sviluppo interiore. Gli è necessario soltanto desiderare di trasformarsi da se stesso. Se lo comprende, cambierà nella libertà della sua comprensione, perché la sua comprensione gli è propria e nessuno può rubargliela, né tantomeno forzarla. Se desidera trasformare se stesso dalla comprensione, solo allora la trasformazione gli è possibile. Ma innanzi tutto deve *comprendere*. La comprensione, insegna il Lavoro, è la cosa più poderosa che l'uomo possa creare. Senza comprensione non si può fare nulla in modo retto, sia fuori come dentro. Per esempio, le persone non vedono l'altro lato di se stessi. Vedono negli altri le proprie debolezze che rifiutano di accettare. Quando giungono a *comprendere* meglio, smettono di fare questa vita parziale.

Bene, tutti sanno che è molto difficile accettare che ci dicano qualcosa contro la nostra persona. C'infuriamo, lo riceviamo con sdegno, ecc. O se si segnala ad un'altra persona i suoi difetti, questa s'incollerirà o si offenderà. Nella mia qualità di medico psicologo conosco molto bene il momento critico in cui debbo dire ad un paziente: "Sì – capisco molto bene che è stato trattato male, che non è stato mai apprezzato, che non è stato mai capito debitamente. Voi cercate di farmelo capire in modo molto chiaro. Ma non credete che tal volta non siete la persona ideale che v'immaginate di

essere, e che avete inoltre dei difetti molto seri?” Non costa nulla immaginare lo sguardo altero, il sorriso gelato, il magnifico gesto di alzarsi dalla sedia – rumorosamente – dimenticandosi, naturalmente, di pagare la parcella. Sì – ma cosa è successo in realtà? Recentemente abbiamo parlato su questo particolare. Cosa fu toccato? Come lo chiameremo? Chiamatelo come volete, è il fattore che impedisce il cambiamento di sé.

Recentemente ho letto un libro in cui si descrive la visita di un inviato diplomatico inglese in Persia per vedere il Khan (sovrano), all’inizio del secolo. L’inviato sbarcò a Basra, con squadroni di Ussari, con guardie a cavallo, con magnifiche tende, arredi e tutto il resto. Avanzavano con lentezza verso la capitale perché la fretta avrebbe significato perdita di prestigio. Se il Sovrano inviava un messaggio, gli rispondeva alcuni giorni dopo. Se l’inviato mandava un messaggio, il Sovrano rispondeva dopo una settimana o due. Se da un lato si suggeriva una data precisa, dall’altro si esprimeva che si era molto spiacenti, ma che in detta data non si poteva fare nulla a causa di molti impegni. Bene, tutte queste cerimonie si facevano perché l’inviato e il Sovrano s’incontrassero a pari condizioni – proprio così, senza perdere nessun prestigio né l’uno né l’altro. Nuovamente, vi domando: “Quale nome date a questo fattore che esiste in ognuno, oltre che nell’inviato e nel Sovrano? Non lo avete scoperto in voi stessi? Tutto questo diligente ordinamento della situazione esterna da parte dell’inviato britannico e del Khan si realizzò per adattarsi al formidabile fattore di cui cerchiamo il nome. Sembra essere in un posto molto profondo – più profondo della Falsa Personalità.

Ora lanciamo un breve sguardo al Lavoro – questo sistema di psicologia che stiamo studiando. Il Lavoro parla costantemente della necessità dell’auto-sviluppo. “L’Uomo”, dice, “è una casa non finita”. Qual è il punto di partenza? Il suo punto di partenza è *l’osservazione di sé*. Un uomo, una donna, devono cominciare ad accrescere la capacità della loro coscienza osservando se stessi per mezzo di questo senso interiore che possediamo e che gli animali non hanno. Gli animali non furono fatti per auto-svilupparsi: l’Uomo sì. Gli animali non possono osservare se stessi: l’Uomo lo può. Bene, se una persona comincia ad osservare se stessa alla luce del Lavoro, dopo anni di lavoro su di sé, vede gradualmente quello che gli altri gli hanno segnalato, o hanno desiderato segnalargli. Se vede *da se stesso* questo fattore in lui, che è così formidabile e l’origine di tanta violenza, allora non diventa antagonista. Se vede se stesso: comincia ad accettare ciò che non avrebbe mai accettato dagli altri. È in questo modo che il Lavoro si occupa di questo fattore che altrimenti è intrattabile nell’Uomo. Bene, secondo tutte le apparenze ha seguito questo Lavoro per anni e in realtà non lo ha mai praticato. Perché? Perché questo formidabile fattore non è stato toccato in lui, come se fosse chiuso in una fortezza, e non ha ceduto neppure di un centimetro.

(CAMBIO DI ATTEGGIAMENTO)

Idea –Lavoro

Affinché un uomo cambi, è necessario che cambi il suo atteggiamento.

COMMENTARIO

L'ultima volta abbiamo parlato di questo formidabile fattore intrattabile, che è comune a tutti e che riposa nel più profondo di noi, e determina alla fine qualcos'altro. Oggi parleremo degli atteggiamenti con i suoi collegamenti con questo profondo fattore. Gli atteggiamenti si acquistano a causa delle influenze esteriori della vita, come l'educazione, la patria, la religione, la posizione sociale e i suoi pregiudizi e tutto il resto. Molto presto un uomo, una donna, *diventano* i loro atteggiamenti acquisiti per mezzo dell'identificazione. *Sono*, a rigore, i loro atteggiamenti senza che lo sappiano. L'idea base della propaganda è quella d'inculcare certi atteggiamenti in età infantile. Se lo fa con successo, una persona, completamente incosciente dei suoi atteggiamenti si trasforma in essi. Ciò vuol dire che se si parla a detta persona su un tema qualsiasi che va fuori dal suo schema, quella non può sentire ciò che gli si dice. Credo che questo spieghi molte cose in apparenza inesplicabili sugli altri e su se stessi.

Bene, i comportamenti si formano nel Centro Intellettuale a causa di ciò che ci si dice e poi agiscono sul Centro Emozionale. Proprio così, un comportamento non inizia nel Centro Emozionale: inizia con le cose che ci dicono e che accettiamo. Questi comportamenti acquisiti, stabiliti nella mente, determinano che tutti pensino secondo quelli. Pensiamo, nel caso di farlo, secondo questi comportamenti non scoperti. Se questi comportamenti continuano a governare la mente, il pensiero di un uomo non è libero, ma è controllato da essi. Sì – ma la persona non si rende conto che le cose succedono così. Crede di pensare liberamente, da se stessa. Certamente pensa “da se stesso”, ma non vede che quello che considera “se stesso” non è in realtà lui stesso ma uno smisurato numero di comportamenti fissi che agiscono continuamente su di lui senza che se ne renda conto. Il Lavoro radica nel distruggere questo lato acquisito, per dare modo ai centri di poter lavorare naturalmente. Se i centri non fossero sovraccaricati di comportamenti ed associazioni ci procurerebbero una vita molto diversa e molto più ricca. In qualche posto delle Scritture si dice che Dio fece l'Uomo retto, ma che questo aveva cercato molte bugie. Una di queste fu quella d'inventare ciò che chiama “lui stesso”. Ma è necessario molto tempo per scoprire che uno è un'invenzione e che nel suo profondo uno sa molto bene che è così. Gurdjieff una volta ci disse che la gente lo andava a trovare e gli diceva che avrebbe rinunciato a tutto pur di seguirlo. Ma quando gli si diceva di rinunciare ai loro comportamenti acquisiti, si offendevano e lo abbandonavano. Su questo stesso particolare il signor Ouspensky disse che quando le persone hanno raggiunto certe tappe dello sviluppo interiore arrivano ad un punto in cui devono rinunciare alle loro credenze particolari – sia fossero stati maomettani, anglicani, cattolici, quaccheri, presbiteriani, battisti e qualsiasi altra cosa. Ricordo le sue parole: “Questa”, disse, “è la cosa più difficile da fare in questa tappa – sto' parlando di scuola – e sono molte le diserzioni. Arrivano fino a questo punto, ma non possono rinunciare a se stessi”. Si riferiva a quei comportamenti acquisiti e la difficoltà di liberarsi di essi. Bene, quello che voglio

segnalare, a mo' di commentario, è che i nostri comportamenti paiono riposare su questa intrattabile, difficile, violenta cosa in noi stessi e sentire ciò che i Centri Superiori ci stanno dicendo in ogni momento. Come dissi l'ultima volta, solo l'esperienza pratica che vi è qualcosa al di sopra di noi può obbligare questa cosa intrattabile a cedere e a sottomettersi. Nessuna coazione esterna, nessuna regola o disciplina esteriore, ha il potere di farlo. Solo una lunga serie di esperienze interiori, che per molto tempo uno crede a metà, possono ottenerlo. Per così dire, l'uomo preistorico, scontroso, violento, deve arrivare a trasformarsi in qualcuno che accetta tutto quello che ora nessuno pensa di accettare. Come dissi, l'*amore proprio* deve lasciare il posto all'*amore di Dio*, e a questo riguardo riflettere sul significato del Raggio di Creazione può al meno modificare il nostro pensiero, perché ci da un'idea della nostra insignificanza e piccolezza.

Oggi desidero che coloro che hanno sentito l'ultimo commentario meditino sulla questione e convengano nel fatto che i loro atteggiamenti acquisiti e le loro contraddizioni ricevano la forza segreta di questa base intrattabile e violenta che le religioni ortodosse denominano "l'uomo che non rigenera" – proprio così, l'Uomo che non è ancora rinato in se stesso. Credo, per personale osservazione, che è così. Bene, quando un uomo osserva se stesso, osserva molte cose che hanno importanza, ma non osserva i propri comportamenti. Parlando con esagerazione, può credere di essere Dio – come sogliono farlo tanti pazzi, che dimostra quanto è profonda quest'idea nella gente. Ammesso che mi creda Dio, non mi è mai successo di osservarlo in me stesso. Perché? Perché do' per scontato questo comportamento. Credersi Dio è un'attitudine. Così è chiaro, non si pensa mai di osservarla. Dunque, succede esattamente la stessa cosa con i comportamenti. Li si accetta semplicemente – o, meglio, s'ignora di averli, non facendo così il lavoro di osservarli. Di fatto, non si può osservarli né tantomeno *sentire* qualcuno che è tanto insensato da prestargli attenzione. Non si può osservare una cosa che si prende come se stesso. Un uomo, dice il Lavoro, prima che possa muoversi da dove sta internamente, deve dividersi in due – un lato osservatore ed un lato osservato. Proprio così, è preciso fare che la soggettività divenga obiettiva. Bisogna prendere *se stesso* come un oggetto che si deve osservare. Ma se si continua ad essere incoscienti dei propri atteggiamenti, come si possono osservare? Tutta l'osservazione di sé che si possa fare diventa inutile a causa della successiva auto-justificazione. "Un uomo", dice il signor Ouspensky, "che giustifica sempre ciò che vede in se stesso, non può diventare obiettivo per se stesso". Questo è comprensibile, se si riflette. E come si può osservare qualcosa che è, per così dire, inosservabile? I propri comportamenti sono uno stesso. Li si prende come uno stesso. No – non si sa nulla su di essi. Non si dice: "Questi comportamenti che ho acquisito sono io stesso". Al contrario, non si dice nulla. Sono quello che si presuppone essere *voi*. Se *potesse* dire: "Questi comportamenti sono io stesso" – allora significherebbe che ha iniziato a percepirla. Proprio così, questi comportamenti cominciano ad essere *obiettivi* per voi – per le cose in voi stesso che l'"Io" Osservatore può osservare. Ma se rimanete nelle tenebre interiori, come si può progredire? Dunque, in questo breve commentario terminerò dicendo che sebbene sia impossibile osservare direttamente i comportamenti fissi ed inculcati, dopo un po' di

tempo si può notare quello che nasce da essi. Per esempio, si può domandare perché si borbotta sempre quando vi si chiede di fare una cosa inutile. Suole dirsi: “Mi chiedo perché penso sempre che questa cosa sia inutile”. La risposta è: “Si deve probabilmente a qualche atteggiamento fisso di cui non si ha nessuna coscienza”. In questo modo è arrivato a conoscenza dell’esistenza di questi atteggiamenti in se stesso. Se gli è successo questa cosa meravigliosa – proprio così, se il Lavoro, gli ha concesso un aiuto interno – comprenderà che oltre quest’atteggiamento, di cui finalmente ha coscienza, dimora segretamente questo fattore intrattabile che è comune a tutti. Ricordate che non si può realizzare il lavoro su di sé se non ci si domanda perché si dice ciò che si dice e si fa quello che si fa e ci si comporta come ci si comporta e si sente come si sente e si pensa come si pensa. Presupporre, immaginare di avere sempre ragione, attribuire a se stesso tutto quello che ci si attribuisce – tutte queste forme di pura immaginazione c’impediscono di vedere cosa significa l’esoterismo, cosa significano i Vangeli e cosa significa uno stesso.

Cap. 124 Great Amwell House, 22 maggio 1948

**NOTA SULL'OSSERVAZIONE DEL CENTRO INTELLETTUALE
E SUL PENSARE INUTILE E IL PENSARE SBAGLIATO**

Idea –Lavoro

È preciso pensare in una maniera nuova. L’Uomo Meccanico pensa principalmente dagli atteggiamenti. Per cambiare, è necessario che gli atteggiamenti cambino.

COMMENTARIO

L’ultima volta abbiamo parlato degli atteggiamenti e che, se questi non cambiano, l’uomo non può cambiare. Teniamo presente che il Lavoro ha come scopo *il cambiamento di sé*. Fare questo Lavoro senza cercare la trasformazione di sé è la stessa cosa che cercare di sollevare un elefante. O, per dirlo con più esattezza, è la stessa cosa di stare in piedi su una tavola e cercare di sollevarla. Abbiamo detto anche che gli atteggiamenti hanno la loro origine dal Centro Mentale – nella mente. Pertanto, per cambiare, come lo insegnerebbe Cristo e come lo insegna il Lavoro, è necessario cambiare la mente, per poter pensare in un modo nuovo. Bene, una persona che ha molti atteggiamenti fissi, acquisiti dalla sua educazione, stabiliti nella mente, non può pensare in un modo nuovo. Detta persona continua a pensare nel vecchio modo. Penserà dai suoi atteggiamenti fissi ed inculcati. Daremo come esempio una persona il cui atteggiamento gli fa credere che Dickens sia l’unico novellista di valore. Dategli Dumas, e non c’è alcun dubbio che lo rifiuterà, offritegli un novellista più moderno e perderà le staffe. In tal caso si vede come un atteggiamento limita la mente. Bene, abbiamo atteggiamenti nei confronti della vita, della società, della religione, della gente, della politica, del sesso, dell’arte, ecc., che c’impediscono di sperimentare qualsiasi cosa nuova. È necessario liberare la mente da questi atteggiamenti acquisiti, perché impediscono ad una persona di pensare da se stessa. E se una persona non pensa da se stessa sulle idee del Lavoro non potrà mai comprenderle, e a sua volta il Lavoro sarà incapace di aiutarlo, perché il Lavoro può aiutare e dare forza solo mediante la comprensione. Per questa ragione nel Lavoro si dice che la comprensione è la forza più potente che si possa creare. Una persona con

atteggiamenti duri, meccanici fa parte di coloro che nell'insegnamento esoterico vengono chiamati "ciechi". Qui aggiungiamo un'altra cosa: quando si pensa e si parla da un atteggiamento fisso si ha la certezza di avere ragione. Vi consiglio di riflettere su questo punto e di osservarsi quando si è sicuri di avere ragione. Se una persona è capace di esaminare in cosa si basa il suo sentimento di avere ragione, non troverà null'altro che una leggera armatura, una preghiera o due che ha letto qualche volta, una frase o due che sentì nei primi anni d'infanzia, nell'età in cui era impressionabile. Torno a ripetere che l'uomo, la donna la cui mente è ricoperta da atteggiamenti assomigliano ad un ricco possidente che ha centinaia di ettari di terreno circondato da tutte le parti da muri, ma che non sono coltivati per cui sono sterili. In questo Lavoro la mente deve per prima cosa svegliarsi alle idee che gli s'insegnano e cominciare così a pensare in una maniera nuova e poi, molti anni dopo, il Centro Emozionale comincerà a muoversi e svegliarsi e procura un sentimento nuovo di sé – un'esperienza meravigliosa. Non si può svegliare il Centro Emozionale – che è l'obiettivo di questo Lavoro – se non si ha la mente sveglia. Ma se la mente è chiusa da atteggiamenti sterili e non si vuole modificarli – o meglio, non si è nemmeno resi conto di averli e così non si sospetta la loro esistenza – allora si porterà al Lavoro tutta la violenza latente che s'appoggia a detti atteggiamenti, che appaiono subito quando li si provoca e questi appartengono a quell'intrattabile fattore di cui abbiamo parlato recentemente.

Il signor Ouspensky una volta disse che l'ignoranza è una tra le molte cose che difendiamo inutilmente e che ci fanno perdere forza. Disse, succintamente: "Ciò che non conosciamo è incommensurabile a confronto di ciò che crediamo di conoscere. Gli atteggiamenti, che si formano innanzitutto nella mente, c'inducono a pensare di conoscere. Parliamo continuamente dai nostri atteggiamenti come se fossimo in realtà capaci di conoscere, nonostante si sia ignoranti. Non costa nulla scoprire quando gli altri stanno parlando dagli atteggiamenti. Tutti i presenti sbadigliano o dormono. Un uomo che parla unicamente dai suoi atteggiamenti è una delle cose più aborrite. Ma siamo incapaci di vederle in noi". Vi domando: "Se sto parlando e comincio a sbadigliare, non indica che sto parlando dagli atteggiamenti?" Ma lui sbadiglia e anch'io sbadiglio e loro due scoppiano a ridere. Poi mi sono ricordato che mi aveva chiesto: "Non avete qualche volta osservato che si può sbadigliare davanti ai propri pensieri? Conviene osservare che le correnti di pensiero meccaniche provocano questo fatto. È un segnale della sua inutilità e della necessità di evitarli".

Bene, si sa che l'osservazione di sé inizia con l'osservazione dei centri. Dobbiamo raggiungere la tappa in cui si può, mediante l'osservazione di sé, distinguere l'operare del Centro Intellettuale o Centro Mentale, dal Centro Emozionale o dal Centro Motorio o dal Centro Istintivo. Un pensiero differisce da un sentimento. Un sentimento differisce da una sensazione. Una sensazione differisce da un movimento. Pensiero, sentimento, sensazione e movimento sono differenti. Bene, se voi osservate i vostri pensieri per un periodo scoprirete che si ripetono giorno dopo giorno. Otterrete così un barlume della meccanicità nel vostro Centro Intellettuale. Bene, la gente è convinta di poter modificare i propri pensieri quando vuole. Tutti si credono capaci di ricevere ed accettare nuove idee subito. Ma, sarebbe una delle cose più rare

nel mondo se questo succedesse. La mente non tarda di essere affogata dagli atteggiamenti fissi e le abitudini di pensare che occupano il posto del vero pensare, e questo si ripete e torna a ripetersi lungo tutta la vita. Quando si sente una nuova idea in realtà non gli si presta attenzione, perché prima che la persona che parla abbia finito di parlare, già abbiamo riunito tutti gli argomenti per ribadirla. Basta osservare se stesso. Eppure, si ha la sicurezza di possedere una mente aperta. Chi si metterebbe a sbandierare per strada di avere una mente chiusa? In queste tenebre, in questa ignoranza di noi stessi, viviamo, ci attribuiamo ciò che non abbiamo.

Bene, tutte le discussioni nascono dagli atteggiamenti. Discutere è non comprendere: comprendere non è discutere. Non vi è persona che possa modificarsi mediante una discussione. Dobbiamo impegnarci nel portare gli atteggiamenti alla coscienza e nel non discutere. Portare un atteggiamento alla coscienza è spogiarla del potere che esercita su di noi. Tutto ciò che è illuminato dalla luce della coscienza è spogliato del suo potere. Se s'insiste nel dire che si manca di atteggiamenti equivale a mantenersi nel posto in cui si è nella Scala dell'Essere. Mi direte voi di non avere pregiudizi, opinioni tipiche, preferenze, posti incalliti, rigidità di mente? Certo, non parlate seriamente. Ma se un mago fosse capace di enumerare tutti i vostri atteggiamenti fissi e i pregiudizi, opinioni, ecc., che nascono da essi, che vi caratterizzano, accettereste ciò che quella persona dice? Vi sentireste insultato.

Nell'accettare l'insegnamento del Lavoro e delle sue idee non ci rendiamo conto che dovremo affrontare inevitabilmente i nostri atteggiamenti incoscienti e meccanici. Ogni persona che è al livello del Buon Padre di Famiglia ha il potere di pensare prescindendo dagli atteggiamenti. Ma un atteggiamento fisso lo può indurre a non credere quello che il suo pensare accetta. Il suo atteggiamento vi dice "No" automaticamente, mentre invece il suo pensare dice "Sì". Proprio così, gli atteggiamenti si alimentano con la convinzione. È per questo che in alcuni casi, una persona non insiste su ciò che ha dedotto e ritorna ad essere quello che era prima. Gli atteggiamenti divorano la forza che il Lavoro ha concesso alla mente. Per questo è così importante impegnarsi nello scoprire gli atteggiamenti in uno stesso. Il nuovo pensare è divorato dal vecchio pensare. Pensare. Il sentimento momentaneo di libertà mentale è rimpiazzato dalla vecchia mente che si basa sugli atteggiamenti.

Cercate ora di discernere un atteggiamento in voi stessi. Voglio dire, che *lo dovete fare veramente*. Rendetevi conto *di non avere* una mente aperta. Desidero – come sempre – che mi diate esempi che si basino sull'osservazione della vostra persona. Non desidero che mi si facciano domande di questo tipo: "Un "Io" è la stessa cosa di un atteggiamento?" Sapete di avere *voi stesso* degli atteggiamenti fissi e che ignorate praticamente tutto su di essi? Avete notato il momento in cui si parla dagli atteggiamenti? Questa conversazione vi ha fatto capire perché la mente non può cambiare se è piena di atteggiamenti? Comprendete perché non si può sperimentare un "cambiamento di mente" o ciò che Cristo denominò (*metanoia*) *μετάνοια* se la vostra mente è fissata e serrata da atteggiamenti, se è fatta a compartimenti stagni, in cui non può crescere nulla? E permettetemi di dirvi francamente – non comprendete che tutta la vostra vita può essere rovinata da questi atteggiamenti che stanno sotto la superficie della vostra mente e che voi non conoscete? Ricordate: un uomo non può

modificarsi se non modifica i propri atteggiamenti. Pertanto cercate di scoprire ciò che risulta dagli atteggiamenti. Esaminatevi quando vi sentite commosso, per esempio. Esaminatevi quando vi sentite intollerante, sdegnoso, ecc. Esaminatevi quando state parlando dagli atteggiamenti. Esaminate il tono della vostra voce e la vostra espressione ed esaminate come gli altri si lasciano dominare dalla noia. Suppongo che una persona possa passare tutto il giorno a parlare dagli atteggiamenti senza dire nulla d'interessante. Non può dire nulla d'interessante perché non impiega la sua mente. La sua mente è al servizio degli atteggiamenti. Per questo la sua mente non può svegliarsi. Se succede così, tutto il suo sviluppo interiore viene fermato. Vive e muore come una macchina.

Cap. 125 Great Amwell House, 29 maggio 1948
NOTA SUL SIGNIFICATO DI QUESTO LAVORO
Idea-Lavoro

Questo Lavoro é chiamato anche Psico-Trasformismo. Il Primo Shock Cosciente è dato nel posto di ricezione delle impressioni che cadono sulla mente – proprio così, il Centro Intellettuale. Se il Lavoro non interviene tra le impressioni entranti della vita e il loro modo di cadere meccanicamente sul centro, tutto rimarrà come prima. Si continua ad essere una macchina. Un uomo comincia a cambiare solo quando modifica gli atteggiamenti che lo spingono a reagire così come fa. Tutti gli atteggiamenti *iniziano* in questo centro. Ma successivamente infettano gli altri. Quando le impressioni cadono su atteggiamenti mentali fissi, la reazione continua ad essere quella di prima. Proprio così, non si produrrà alcun psico-trasformismo. Questo Lavoro si riferisce a pensare in un modo nuovo – cioè, rifiutando gli atteggiamenti fissi.

COMMENTARIO

Se accettate senza nessuna obiezione, senza mettere in dubbio i vostri atteggiamenti mentali, le vostre opinioni fisse, i vostri pregiudizi, la vostra mente non sarà capace di pensare da se stessa. Sì, è proprio così – voi non potrete cambiare. Per cambiare è necessario pensare in un modo nuovo. Gran parte del nostro pensare radica semplicemente nell'espressione ripetuta di atteggiamenti fissi che infestano il Centro Intellettuale in un modo simile a quello che succede nel Centro Emozionale quando lo infestano ripetute emozioni negative. Così non c'è nessuna possibilità di psico-trasformazione. La mente, con i suoi atteggiamenti fissi, le sue rigide menzogne e punti ciechi, farà che ogni centro reagisca contro la vita – proprio così, alle impressioni – esattamente nello stesso modo di prima. ***La prima cosa che si deve trasformare è la mente.*** Ripeto una volta di più che nei frammenti d'insegnamento esoterico contenuto nei Vangeli, la parola greca *μετάνοια* (*metanoia*) fu la prima ad essere insegnata. Tradotta con "***Pentitevi – perché il Regno dei Cieli è vicino***", non fa capire il suo senso interiore. Pentirsi è emozionale! Pensare in un modo nuovo è intellettuale. Ripeto nuovamente: "***μετα = oltre, e νοῦς = mente***". È necessario andare oltre la mente ordinaria per poter cambiare e svegliare poi il Centro Emozionale. E la mente ordinaria produce un lavoro così povero, così dannoso, fantasma insoddisfacente di una mente che manca di vere idee capaci di dargli un

significato ricco e giornaliero, che ha soltanto una qualità di atteggiamenti ciechi, di opinioni fisse e di pregiudizi – dico, questa mente ordinaria, se continua a dominarci, farà che sia impossibile ogni cambiamento di sé, ogni modificazione nella conoscenza e nell'essere emozionale. Per questo è difficile capire le domande formulate da alcuni: “Perché è necessario che un uomo cambi, che modifichi i suoi atteggiamenti?” Confermo che gli atteggiamenti bloccano la mente e così nulla può trasformarsi. Sì – proprio questi atteggiamenti terribili, orgogliosi ed inculcati.

Bene, lo sforzo maggiore che si può fare è *comprendere* di cosa tratta il Lavoro. La comprensione è la cosa più poderosa che un uomo, una donna possano conquistare – e il Lavoro ci dice che siamo nati per *comprendere* – proprio così, che siamo nati come organismi capaci di sviluppo proprio – strano e straordinario esperimento in questo minuscolo pianeta senza importanza e che può facilmente tramutarsi in fallimento, nel cui caso saremmo eliminati e si creerà un altro organismo. Lo psicotrasformismo tratta della possibilità di questo auto-sviluppo. Temo di annoiarvi dicendo che alcuni di voi non hanno ancora compreso in quale modo gli atteggiamenti mentali fanno divenire impossibile ogni sviluppo. Innanzitutto bisogna modificare la mente, prima di poter modificare altra cosa che conduca al misterioso sviluppo di sé. Per questo è necessario impegnarsi affinché alcuni di questi atteggiamenti diventino coscienti. ***Ricordate, in voi una cosa non può cambiare se continua ad essere incosciente.*** Così il Lavoro inizia con l'osservazione di sé. Se non si può osservare una cosa in se stesso vi sarà impossibile cambiarla. Tenetelo sempre presente. Soltanto la luce può curarvi – e la luce significa la luce della coscienza. per questo è necessario percepire gli atteggiamenti in uno stesso. Un uomo, una donna, credono di amare una persona. Ma se gli atteggiamenti che si acquisirono in età infantile non fanno accettare realmente detta persona, poi, quando arriverà il momento critico, è ovvio che quest'amore sarà superficiale e si disporrà su un antagonismo molto più profondo. Eppure, questo antagonismo non è che un pezzetto di pietra nella mente senza alcuna protezione. Ma di solito succede, con le schegge di metallo nel cervello, che sono difficili da estrarre senza provocare un collasso totale.

Bene, cambiare un atteggiamento mentale significa lasciare posto al Lavoro affinché questo ci cambi. Riempito di atteggiamenti, spesso del tipo più assurdo e, aggiungerò, di atteggiamenti antiquati, andiamo per la vita come una specie di pomposo fantoccio – sì, sto pensando anche a me stesso. Entrare in una sala e dare la mano ai presenti è un atteggiamento tipico simile. Basta paragonarla con un atteggiamento contrario. Sì, nascondersi in queste cose è molto divertente, ma lo è ancora di più osservarle in uno stesso. L'atteggiamento incosciente – l'atteggiamento che non si pone in discussione – é dovuto al fatto che non ci conosciamo, e soltanto un'osservazione di sé prolungata, calma, non negativa – senza nessuna auto-justificazione – può farci diventare coscienti dei nostri assurdi atteggiamenti pietrificati. Così si arriva alla conoscenza di sé. Vi è una divina ignoranza che si vede nei bambini ed è dovuta all'innocenza, ma esiste un altro tipo d'innocenza molto differente che nasce dalla saggezza. Per esempio, se dopo molti anni una persona comprende di ***non poter fare*** e per questo non incolpa gli altri perché discerne che anche loro non possono fare rendendosi conto che la colpa di essere negativa radica in se stessa, successivamente

detta persona diventerà innocente grazie alla sapienza – e l’innocenza significa esattamente essere inoffensivo come un infante - non per l’ignoranza ma per la conoscenza – per la comprensione. Perché censuriamo l’altro? Semplicemente perché crediamo che l’altra persona possa fare – proprio così, possa essere diversa. E non è questo il vostro caso? Quando cominciamo a lavorare su noi stessi comprendiamo di non poter fare. Così perché tenere conti con gli altri – come li abbiamo tutti? La gente suole fare carichi interiori contro gli altri lungo tutto il giorno – e questo permea la gente curiosa e sgradevole, densa massa, che Gurdjieff qualificava con starnate parole orientali che in questo momento non posso ricordare. Le persone che vivono unite producono questa pesante e densa atmosfera – se non lavorano su sé stesse. Perché? Perché le persone fondamentalmente amano se stesse e nessun altro.

Bene, successivamente parlerò a tutti da quest’angolo, spiegandovi come le idee del Lavoro possano trasformarvi. Ho menzionato una di queste idee – semplicemente, che se sono negativo la colpa è mia, non dell’altra persona. Questa cosa è *invertita* da voi. In realtà, ogni idea del Lavoro, se è presa interiormente, vi trasformerà – proprio così, se la mente le accetta. Ma non c’è nessuna mente che possa accettare le idee del Lavoro, anche se le ha sentite ripetere sessant’anni, se non libera la mente bloccata affinché le *idee* viventi occupino il posto degli atteggiamenti morti.

Riflettiamo ora: le idee di questo Lavoro furono fissate coscientemente per trasformarci. Prendiamo il breve esempio che si è stato dato precedentemente. L’Idea-Lavoro data prima segnala che *se voi siete negativo la colpa è sempre vostra e non di un’altra persona*. Questo v’induce a pensare in un modo nuovo? Pensare in un modo nuovo è cominciare a trasformarsi. Sì, ma se *mi rendo conto* che divento negativo perché la colpa è mia e non dell’altra persona, questo è un’*inversione* di se stesso. Comprenderete più tardi che ogni trasformazione di sé ha a che vedere con un’*inversione* che si produce in uno stesso – è vedere tutto a rovescio. Questo è ciò che ci trasforma.

Cap. 126 Great Amwell House, 5 giugno 1948
LA TRASFORMAZIONE DELLE IMPRESSIONI

INSEGNAMENTO-LAVORO

Una volta Gurdjieff disse: *“Quasi il 70% delle persone sono malate a causa di ragioni psicologiche – per esempio, a causa delle impressioni sbagliate”*.

COMMENTARIO

Iniziamo dicendo che ci sono tre fonti precise, di malattia, secondo l’insegnamento del Lavoro. La macchina umana assorbe *tre alimenti completamente diversi* – tutti necessari per essa. Comprendiamo tutti quantunque vagamente che la mancanza di alimento appropriato, nel senso ordinario di alimento, può portarci a mille ed uno tipi di malattia. La mancanza di vitamina B, per esempio, provoca lo scorbuto e tutte le sue manifestazioni minori. La carenza di latte fresco, di grasso o di olio di fegato di merluzzo, ecc., provoca il rachitismo nei bambini ed altre cose negli anziani. La carenza di certe parti necessarie del grano o del riso, danneggiano il sistema nervoso

in differenti modi. L'eccesso o la carenza di grassi o carne o cereali provoca malattie d'interminabili varietà. Dico che comprendiamo che l'alimento inappropriato, nel senso ordinario della parola, è solito dare origine a molte malattie. Ma non comprendiamo che la macchina umana, per lavorare correttamente, non dipende *unicamente* da questo tipo di alimento. Dipende da altre due classi di alimento, che non sono conosciute chiaramente, e anche per la medicina ordinaria, nel modo in cui è fatta, benché dica che il corpo dipende dall'alimento nel senso ordinario, dice anche che la luce del sole, che appartiene alle impressioni, in un certo modo è stata riconosciuta come alimento. Questi altri due "alimenti" dal Lavoro sono spiegati come "Aria" e "Impressioni". La gente non pensa che l'"aria" sia un *alimento*. Pensa ancor meno che le "impressioni" siano un *alimento*. Per questo vi ricorderò un'altra volta il diagramma dei Tre Alimenti che penetrano nella macchina umana, ed aggiungerò altri commentari.

(vedere capitolo 105)

Abbiamo notato che in questo diagramma l'Uomo è rappresentato come una casa di tre piani. In ogni piano penetra un tipo di alimento differente. Le cifre 768, 192 e 48 segnalano la relativa finezza o qualità dell'alimento. L'alimento ordinario per l'Uomo, 768, è, per così dire, un alimento grossolano, e richiede molte trasformazioni nella macchina umana – proprio così, digestioni successive – per poter essere utile. L'Aria è meno grossolana, meno densa, e determina le digestioni e le trasformazioni più fini nel corpo. E, nuovamente, le impressioni sono ancora meno dense – proprio così, molto più fini. Bene, quanto una sostanza è più fina, nel senso delle successive trasformazioni, più poderosi sono i suoi effetti. È difficile trovare analogie. Colleghiamo la parola "poderoso" con la forza fisica, la violenza fisica. Ma questo non è il suo significato. Un cavallo da corsa di pura razza è più poderoso, nel senso del Lavoro, di un cavallo che tira una carrozza. Perché? È molto più intelligente. Nello stesso modo, come avrete già sentito, Gurdjieff disse che un cibo cotto è più intelligente di un cibo crudo. Così è necessario pensare – da se stessi – a quello che nel Lavoro significa una qualità *più fina*. Tutte le sostanze che appartengono ad una qualità più fina sono denominate "più intelligenti". Un cibo cotto può essere mangiato dall'Uomo, un cibo crudo dagli animali. E ricordate, perché alcuni di voi lo sanno, che noi stessi possiamo essere e siamo mangiati – perché siamo alimento. Sì – immaginiamoci – *noi* che ci pavoneggiamo sulla Terra mangiando tutto ciò che produce come per un diritto proprio – siamo a nostra volta mangiati da Esseri che neppure conosciamo, nella Scala dell'Essere rappresentata dal Raggio di Creazione. Se siamo più intelligenti saremo assorbiti mentalmente in Esseri di un livello più alto e parteciperemo a cose meravigliose che agli esseri più grossolani non è dato partecipare. Per il momento basta su quest'aspetto del Lavoro salvo per dire che una persona ripiena di atteggiamenti, orgoglio, autosufficienza, Falsa Personalità e cose simili, non è un alimento accettabile per gli Esseri di un livello superiore d'Intelligenza.

La sostanza, o energia, interpretata come 768 – l'alimento ordinario – non è una sostanza così intelligente come 192, che a sua volta, non lo è così come 48. Parliamo una volta di più di questa sostanza-energia che penetra nel compartimento più alto

della fabbrica a tre piani ed è chiamata *impressioni* e porta il numero 48 che si trasforma in 24, 24 in 12 e 12 in 6. Bene, Gurdjieff disse senza indugi: “Un uomo può ammalarsi a causa di un cattivo alimento d’impressioni”. Aggiunse che la maggior parte delle malattie hanno origine da questo – cioè, la maggior parte della gente si ammala innanzitutto *psicologicamente*. Se mi chiedono: “Cos’è una malattia psicologica?” gli risponderai: “Ha a che vedere con il compartimento superiore, il cui alimento sono le impressioni – che impressioni assorbe e con quali s’identifica ed anche, come le riceve e come le trasforma – come le digerisce?” Suppongo che tutti voi sappiate, per mezzo dell’osservazione di sé, che se vi lasciate dominare dal sospetto tenderete ad assorbire unicamente le impressioni degli altri, della scena esteriore visibile, che amplificheranno i vostri sospetti. È così facile sospettare – ed è così difficile diventare passivi a ciò che gli altri fanno e dicono. Abbiamo qui un semplice stratagemma imposto dalle forze il cui obiettivo è quello di tenerci addormentati e fare uso di noi. Vi darò un piccolo suggerimento – se una persona ha solo atteggiamenti fissi e nessun pensiero individuale interiore, è la stessa cosa che scendesse all’inferno e rimanesse lì. Perché? Perché cede alla paura delle sue emozioni negative che infestano il Centro Emozionale. Non è forse una delle cose più facili del mondo sospettare di un’altra persona? Sembra che tutto si aggiusti perfettamente. E non è forse la cosa più difficile del mondo sospettare che anche noi stessi destiamo sospetti? Il sospetto è dovuto sempre all’identificazione – ricordatelo, *identificarsi* non è amare, e ci porta all’odio molto rapidamente.

Bene, questo è un esempio che ci mostra come l’alimento delle impressioni può farci ammalare e questo si applica a tutti noi. Prendiamo ora quella che è chiamata nostalgia o sentire la mancanza. Ho visto, nella prima guerra mondiale, quando stavo all’estero, tanti casi, per così dire, di collasso fisico, la cui origine si situava nella sfera delle *impressioni*. Non erano ormai più le solite impressioni che provenivano da posti deliziosi, dall’amata patria, dalla cara mamma, e così via. Per questo la persona si ammalava, non a causa della mancanza dell’alimento ordinario o di aria, ma per mancanza d’impressioni. Captate ciò che desidero chiarirvi qui? Dette persone non sono ancora adulte. Nel caso di un uomo – non è comunque adulto. Guarda indietro. Il suo spirito guarda indietro. Così, dovunque vada, anche se fa il giro del mondo, in realtà non assorbe nuove impressioni, perché anela fare ciò che ora è impossibilitato di fare. Di certo, parlando su questo particolare, non penso di riferirmi alla donna. Bene, un uomo, una donna, parlando psicologicamente, possono guardare indietro o verso avanti. Qui nel Lavoro si accende una grande lotta, della quale dirò soltanto che se si crede completamente a ciò che insegna il Lavoro si potrà guardare verso avanti. E non sto’ riferendomi a nuovi successi negli affari, né alle donne, né alle citazioni, né agli onori. No - voglio dire che qualcosa all’interno inverte la sua rotta ed allora ci si rende conto che non si deve più guardare indietro. Cristo disse: “*Nessuno che ha messo mano all’aratro, e poi si volge indietro, è adatto per il regno di Dio*”. (Luca, IX, 62.)

Bene, se si ha l’abitudine di ricevere le impressioni negative, è inevitabile guardare indietro e ci si ammalerà. Non è solo questo, se si è nel Lavoro non si sarà capaci di progredire perché qualunque sia la forza che riceve per mezzo della malattia del

Lavoro, questa sarà sempre consumata dalle abituali emozioni negative che ci fanno perdere ogni senso di direzione. È per questo che il Lavoro mette molta enfasi sulla necessità di portare alla coscienza le emozioni negative mediante l'osservazione di sé e percepirle, perché solo in questo modo si può lavorare su esse e non identificarsi con esse. Se la maggioranza delle impressioni entranti alimentano i pensieri e le emozioni negative, quanto grande è la nostra oscurità e quanto lontano siamo dal Lavoro.

Bene, le impressioni che penetrano come energia 48 possono subire, come si disse, tre trasformazioni – proprio così, diventano un'energia più fine, più abile, più intelligente che porta al numero 24, poi al 12, e finalmente a 6, che è l'energia più elevata e più intelligente che l'Uomo possa produrre. Però questo non succede naturalmente. Non avviene nell'uomo addormentato, nell'uomo meccanico. Solo quando si comincia a lavorare sulle impressioni e la forma di riceverle alla luce di una successione di idee che non sembrano provenire dalla vita, s'inizia questa trasformazione. Che cosa, vi chiedo, avete trasformato oggi a questo riguardo? La vostra macchina umana ha già trasformato considerevoli quantità di energia 768 in materie sempre più fini. Sì – ma questo non è stato fatto da voi. La trasformazione dell'alimento chiamato impressioni deve essere fatto da voi. Ed è qui che un uomo meccanico può smettere di essere un uomo meccanico.

La trasformazione delle impressioni nel Lavoro è chiamata “dare a se stesso il Primo Shock Cosciente”. Sì – lo avete già sentito prima, non c'è nessun dubbio, ma avete cercato di darvi questo Shock Cosciente? Avete cercato qualche volta di ricevere le impressioni entranti del mondo, in *un modo completamente nuovo*? Di certo non sarete capaci di farlo se non avete cominciato a *pensare in un modo nuovo*. E ricordate, il Lavoro con tutto il suo insegnamento e le sue idee si propone d'indurci a pensare in un nuovo modo. Proprio così, se non avete cominciato *da voi stessi* a vedere qualche verità nell'insegnamento del Lavoro, non sarete mai capaci di dare a voi stessi il Primo Shock Cosciente – proprio così, non sarete mai capaci di ricevere impressioni in un modo nuovo – che equivale a dire che non saremo mai capaci di *trasformare* le impressioni. Ricordate che le altre persone sono *impressioni*; e tutto nella vita esterna sono impressioni che si ricevono e contro di cui reagiamo in un modo o nell'altro. Una persona è fatta d'impressioni e dell'effetto che producono su di voi. Capite ciò che questo significa?

Cap. 127 Great Amwell House, 12 giugno 1948

AUTO-TRASFORMAZIONE

IDEA - LAVORO

Il Lavoro insegna che l'Uomo nasce incompleto, non finito. Ma è nato come un organismo auto-sviluppante. Proprio così, può svilupparsi. Il Lavoro si occupa del perfezionamento dell'uomo. L'uomo può trasformarsi e così completarsi.

COMMENTARIO

Di cosa tratta il Lavoro? Da piccoli giochiamo con i giocattoli – diciamo bambole e soldatini di piombo. Poi, man mano che cresciamo ci danno una nuova serie di giocattoli. Giochiamo con bambini veri, giochiamo ad essere dei veri soldati, e con

molte altre cose che ci offrono per giocare – come il denaro, la posizione, gli affari, la politica – e nel caso degli scienziati, con la trasformazione di elementi o molecole, fabbricando alimenti sintetici o bombe atomiche, macchine e tutto il resto. Giochiamo ad essere patrioti, dirigenti, virtuosi, gente che si sacrifica. Giochiamo ad essere marito e moglie. Giochiamo ad essere nobili. Giochiamo ad essere religiosi. Giochiamo con i giocattoli per adulti che ci danno per mantenerci profondamente addormentati. Sì – c'è qui un'idea ingegnosa. Non è forse vero, in quest'aspetto, che il mondo è tutto una scena? Ora gli scienziati si occupano della trasformazione – la trasformazione di un elemento in un altro nella chimica atomica, o la trasformazione di una sostanza in un'altra in chimica molecolare. L'alchimista medievale molte volte si riferiva alla trasformazione dell'elemento piombo nell'elemento oro. Credo che ciò sia possibile oggi giorno nella chimica atomica. Ma naturalmente i veri alchimisti desideravano o cercavano la trasformazione dell'*Uomo meccanico*, simbolizzato con il *piombo*, nell'*Uomo cosciente*, simbolizzato con l'*oro*.

Ora, dopo aver giocato con la prima serie di giocattoli e poi con la seconda, un uomo, una donna, che sono arrivati, per così dire, a stancarsi di essi, sogliono desiderare un'altra cosa invece di giocare con i giocattoli dei bambini o degli adulti. Ma, aggiungerò, se non abbiamo smesso di giocare con i giocattoli per adulti e se non abbiamo imparato le regole del gioco, una persona non può più progredire. Dobbiamo passare tutte le tappe dei giocattoli per adulti – proprio così, quella di avere veri bambini, o essere veri soldati, ecc., o di seguire una carriera, e, insomma, disimpegnare la nostra parte nella vita. Questa tappa corrisponde a quella che il Lavoro chiama “livello del Buon Padre di Famiglia”. Ed è preciso ricordare che questo Lavoro non è fatto per coloro che non hanno fatto nulla. Non è per i vagabondi o i lunatici. È per coloro che sono stati responsabili, che hanno svolto una parte o un'altra nella vita, e che si sono resi conto che nella vita non si può fare ciò che a uno piace e che la vita è una seconda forza o forza di resistenza che si oppone a quello che la nostra fantasia desidera ottenere senza nessuno sforzo. Gurdjieff disse: “Se un uomo sa prepararmi un caffè, a quest'uomo posso parlargli”. Molte osservazioni di Gurdjieff, come questa, sembrano grossolani; ma, sapendo come parlava, compresi che si riferiva all'uomo capace di piantare caffè, farlo crescere, curarlo e, finalmente, preparare una tazza di caffè. Proprio così, l'uomo che conosce a fondo il suo compito. “Con tale uomo, disse Gurdjieff, posso parlare”. Sì – ma, perché disse questo? Perché detto uomo ha affrontato la seconda forza di vita – le difficoltà del lavoro, le malattie dei semi di caffè, la raccolta del frutto, il suo alloggio, il suo trasporto, la sua vendita, la sua esportazione, e tutte le cento ed uno cose che appartengono a questo mestiere. Dicendo, con apparente semplicità, che avrebbe potuto parlare con un uomo che avesse saputo preparare un caffè, Gurdjieff voleva dire qualcosa di molto più profondo di quello che potesse apparire a prima vista. Non si riferiva ad un uomo che compra un pacchetto di caffè e si prepara una tazza. Voleva dire un uomo che conosceva tutto sul caffè dall'inizio fino alla fine. Bene, nel Lavoro tale uomo è chiamato un Buon Padre di Famiglia. Può essere un uomo, una donna, che ha fatto qualcosa, che è diventato qualcuno nella vita, con un arduo lavoro – con lo sforzo – e così una persona che ha lottato con la vita come forza di resistenza e guadagnato

qualcosa – sia una od un'altra – diciamo una professione, un lavoro, qualche tipo di posizione, o una famiglia con le sue responsabilità, e così via. A meno di farlo da presuntuosi - o meglio da vagabondi. Non siamo reali. Bene il Lavoro dice che se non arriviamo al livello del Buon Padre di Famiglia, questo non potrà agire su di noi in modo corretto.

Manchiamo di sapienza di vita. Speriamo nei miracoli senza che vi sia alcuna speranza della loro realizzazione. Non vi è nulla di stabilito nei centri che per noi abbia qualche valore. Né tantomeno conosciamo ciò che significa lo sforzo nel senso più comune. Tutto c'inganna –invece no, se ci succede di dover fare uno sforzo affinché *non* sia tutto un'illusione. Ricordate che stiamo tutti, in questo pianeta, sotto quarant'otto ordini di leggi. Proprio così, tutte le persone, sia che la loro posizione sia alta o bassa, stanno sotto le stesse leggi.

Poco fa abbiamo parlato degli scienziati che trasformano l'atomo e cose simili. Ma a cosa porta tutto ciò? Non ho problemi ad immaginare uno scienziato che dice: “Sono stanco di fabbricare bombe atomiche”, o un finanziere che manifesta: “Sono sazio di denaro”, o un politico che dichiara: “Sono stanco della politica”, o un soldato che dice: “Sono stanco di essere un soldato”. Sì, così si arriva a capire che tutti gli scopi della vita non hanno più significato. Allora, cosa? Quale altra cosa c'è? Bene, questo Lavoro non si propone di trasformare la vita esterna, né di trasformare l'atomo, né la nostra posizione sociale o politica o finanziaria. Tratta della trasformazione di *uno stesso*. Tratta di completare questa cosa incompleta chiamata uno stesso – questa cosa nata come un organismo capace di sviluppo proprio. Dovete capire che questo è possibile soltanto quando un essere umano ha terminato di giocare e, esattamente con la seconda serie di giochi. Non arriverà da nessuna parte nel Lavoro, che non si occupa di divertirsi con i giocattoli, se non avrà raggiunto il livello che abbiamo menzionato – proprio così, quello di un uomo ragionevolmente buono per la vita o Buon Padre di Famiglia. Perché? Perché nei centri non si sono stabiliti rulli sufficienti, sufficiente esperienza, e sarà incapace di realizzare uno sforzo ordinario. Mancherà di saggezza-vita. Insomma, qualche volta avrà giocato con la prima serie di giocattoli – bambole, soldatini di piombo e tutto il resto – senza saperlo -. Non c'è dubbio che s'immaginerà delle cose gradevoli – i ragazzi che partecipano alle feste di Maggio, ecc. – ma quando arriva il momento di fare qualcosa non sarà lì o si sentirà malato o cadrà veramente malato. Dovete capire che la vita è la stessa per tutti. Stiamo tutti sotto le stesse leggi. Un uomo, se ha di più, avrà anche un equivalente in meno. Se voi non lo capite sperpererete molta forza dicendo: “Se soltanto”. Penso che nessun altro sia messo meglio di voi perché nel posto in cui siete collocati è il posto esatto in cui dovete stare, per il vostro personale sviluppo.

Bene, come si disse, il Lavoro tratta dell'auto-trasformazione e si basa sull'idea precisa che l'Uomo, creato sperimentalmente come un organismo auto-sviluppante, deve seguire una *via o sentiero* preciso per raggiungere questo stato più ampio di se stesso, dopo essersi occupato sufficientemente della vita e arrivato pertanto ad un certo livello d'Essere – che è la prima cosa necessaria. Consideriamo, a questo riguardo, l'idea-Lavoro che un uomo, una donna, debbano lavorare quando sono *identificati*, e che devono discernere in quale forma, mediante l'osservazione e il

lavoro quando si è identificati, allora si può iniziare la trasformazione di sé. Prendiamo un uomo che è completamente identificato con la sua carriera. Tutto ciò che fa è una fonte di preoccupazione per lui. È divorato da tutti i lati dall'identificazione. Identificarsi, nel senso letterale, significa essere lo stesso di ciò che si sta facendo, proprio così, arrivare ad essere identici a qualche cosa. Prendiamo un uomo che si fa identico al suo conto in banca. Perde il suo denaro e si uccide – una cosa molto comune. Perché lo fa? Lo fa perché il suo denaro e il sentimento che ha di sé sono identici. Così, quando perde il denaro, sente allora di non esistere più. Si sente annichilito. È identificato con qualcosa che non è *lui* assolutamente. Bene, parliamo di quell'uomo che è identificato con la sua carriera – desidera, diciamo, di diventare Primo Ministro. Cerca raccomandazioni, intriga, incontra ogni tipo di persone che altrimenti non avrebbe mai voluto incontrare; corre da una parte all'altra; sta in un continuo stato di ansietà, sempre in tensione, senza dormire, ecc. Questo conviene alla vita – ai giocattoli per adulti. Ma se alla lunga questo non lo porta da nessuna parte, abbandona la politica e si chiede perché diavolo si era impegnato così tanto. Basta osservare come una star, una persona famosa, con il passare del tempo, si trasforma in uno sconosciuto. Ricordate che la vita è un canale di mulino, un torrente, in cui dobbiamo stare per un periodo, ma da cui bisogna uscire nuotando. Sì – è necessario stare nel canale del mulino per trasformarsi in uomini e donne. La cosa importante è quella di uscirne poi. Se non vi siete mai tuffati nel canale, voi non servite a nulla. Non vi è dubbio che crediate di avere salvato l'anima. Ma è necessario perdere l'anima per tornare ad incontrarla. Bene, il quadro di persone completamente identificate non è una cosa che deve far sorridere. Ognuno di noi spreca la sua forza nell'essere identificati con le cose più triviali. Dove sta il centro di gravità dell'essere identificato? Ogni parte emozionale di un centro può identificarsi. Ma lo stesso Centro Emozionale è il centro di gravità dell'essere identificato. Il signor Ouspensky una volta disse che l'obiettivo del Lavoro è quello di svegliare il Centro Emozionale. Esattamente dichiarò che non abbiamo vere emozioni, ma che conosciamo solo l'emozione di essere identificati. Questo, disse, impedisce al Centro Emozionale di realizzare il lavoro che gli è proprio. Dichiarò che il Centro Emozionale, se fosse purificato dalle emozioni negative e dall'identificazione, ci darebbe, per esempio, la chiarezza – il potere di una conoscenza cognitiva molto diversa dalla conoscenza del Centro Intellettuale – così come un senso di pericolo, un senso del futuro, e molte cose che ci appartengono per diritto di creazione ma che abbiamo perso, perché siamo stati educati da gente addormentata e siamo stati impestati dalle emozioni negative e da stati d'identificazione. Bene, se lavoriamo contro l'identificazione – se l'osserviamo in noi stessi – perché, ricordate, nulla si può modificare in se stessi se tuttavia non la si osserva, se non si ha coscienza di essa – poi per il semplice fatto di percepirlo che è l'equivalente di confessarlo – non fa già più gustare lo stato emozionale di essere identificato. Abbiamo così qui in poche parole, un esempio di come il Lavoro comincia a trasformarci.

Aggiungerò un'altra cosa. Ogni connessione si stabilisce per mezzo del significato. Se una cosa non ha nessun significato per voi, è impossibile connettersi con essa. Se in questo Lavoro non vedete alcun significato, non sarete capaci di collegarvi con

esso. Questo Lavoro insegna che esiste una Mente Superiore e che se non si capisce, non saremo capace di lavorare su di noi. Se non si crede nei miracoli della natura e al miracolo della nostra personale esistenza creata, non si può lavorare; non si sarà mai capaci, per esempio, di separarsi dallo stato di stare continuamente identificati con se stessi, perché immaginiamo di essere le persone più importanti e che non esiste nessuno più importante di noi. E qui richiamerei l'attenzione sul Raggio di Creazione e vi pregherei di riflettere sul posto che occupiamo in esso. Dobbiamo comprendere che non siamo esattamente quello che immaginiamo di essere.

Cap. 128 Great Amwell House, 19 giugno 1948
NOTA SUL RICORSO DI SÉ E IL RICONOSCIMENTO DI SÉ
INSEGNAMENTO - LAVORO

È necessario comprendere che non ci ricordiamo mai di noi stessi. Soltanto per mezzo di una sincera osservazione di sé realizzata per un periodo riconosciamo che non ci ricordiamo mai di noi stessi. Questo è il momento in cui si è capaci di ricordarci di noi stessi. E questo, a sua volta, è il punto di partenza per essere *capaci di fare*.

COMMENTARIO

“IL Ricordo di Sé”, disse in un’occasione il signor Ouspensky, “significa l’ottenimento di un elemento di controllo di volontà. È un atto di *fare*. Non è sognare di fare, ma un’azione. All’inizio assorbe forza perché è usare qualcosa a cui non siamo abituati. Ma successivamente ci dà forza.” Aggiunse: “Il Ricordo di Sé è un’azione perché non è soltanto percezione di sé, ma la capacità di fare ciò che si vuole fare – prima in piccola scala, come, per esempio, controllarsi in un momento di cattivo carattere e comportarsi diversamente in certe situazioni in cui, meccanicamente, ci saremmo comportati come al solito.” Bene, riguardo a queste osservazioni di Ouspensky, è necessario innanzitutto che un uomo cominci ad osservare il suo modo di comportarsi. Se non ha nessuna idea del suo comportamento, se non può vedersi in assoluto, perché è completamente identificato con se stesso, in verità ogni lavoro su di sé è inutile. Non ha nessuna idea di cosa tratta il Lavoro o a cosa deve applicarlo – per conoscenza, a se stesso. Ricordate, i respingenti, gli atteggiamenti ed immagini di noi stessi, ecc., ci proteggono rigorosamente contro gli attacchi degli altri. Rivelare all’altro i suoi difetti non porta da nessuna parte, eccetto a malevoli sentimenti o alla violenza. Non possiamo cambiarci gli uni con gli altri, sebbene possiamo dare la possibilità agli altri di poter cambiare. Ma questo Lavoro vi ordina che *voi stesso* dovete *osservare voi stesso* alla luce di ciò che insegna, in maniera che vi sia possibile cambiare. Proprio così, inizia da dentro uno, come una spia, dentro le nostre fortificazioni ben protette. Sì, l’“Io” Osservatore è una spia. Pertanto tutto dipende dalla sincerità che si ha con se stesso. Se si vieta di riconoscere in se stesso ciò che si osserva, si cadrà in una palude interiore che manca di vita, negativa. Se, d’altra parte, lo si riconosce nella nostra giurisdizione interiore, anche se non si sia capaci di cambiare alcunché, si vedrà a poco a poco di essere aiutato – non nel modo in cui si sperava – ma perché lo si riconosce. Così molto dipende da questa sincerità interiore che è il riconoscimento di sé. È l’opposto dell’auto-justificazione. Apre le cose. L’auto-justificazione le

chiude. Aggiungerò, però, che la gente crede di riconoscere cosa sta alla base dell'auto-justificazione e così il suo riconoscimento di sé è sporco e non apre nulla – di fatto, chiude le cose interiori più di prima. In questo caso, la recezione delle forze provenienti dai Centri Superiori – proprio così, l'aiuto – è più ostacolato che mai per questo mentire a se stesso. Bene, un atto di riconoscimento di sé è molto breve, così breve come l'istante del Ricordo di Sé. Non ha nulla a che vedere con il gemere, il lamentarsi o l'essere negativo. È semplicemente un'immediata introspezione una consegna momentanea all'intrattabile volontà di sé, un liberarsi dalla Falsa Personalità, e così la breve azione di questa volontà che non è la volontà di sé ma che proviene dall'"Io" Reale – perché l'"Io" Reale non ha amore di sé e tantomeno volontà di sé, ma Volontà Reale. Risulta che le cose cominciano a cambiare e a mettersi in un ordine corretto in uno stesso, perché questo è quello che i Centri Superiori cercano di fare sempre. Come si sa, in noi quasi tutto è collegato in maniera non corretta e cerchiamo di fare una vita con una macchina che non solo è intasata dalla sporcizia e la ruggine – come sono gli atteggiamenti fissi – ma connessa in un modo sbagliato da quello che fu concepito.

Bene, per affrontare lo studio infinito del significato del Ricordo di Sé. Ricorderò che una delle prime cose che abbiamo affermato si riferiscono al fatto che noi non conosciamo noi stessi e che, al contrario, c'identifichiamo continuamente con tutto ciò che succede dentro e fuori di noi. Questa comprensione deve prodursi molto gradualmente. Fingere di comprendere, è la cosa peggiore. Da questa comprensione graduale arriviamo a percepire di essere meccanici, di sentire, di pensare e di agire meccanicamente. Immaginiamo anche di poter modificare la nostra condotta: ma ci rendiamo conto che questo è impossibile. Bene, la comprensione della propria meccanicità è chiamata una forma di Ricordo di Sé. Una nuova comprensione significa una nuova coscienza. Questa nuova coscienza ci mostra che quello che prima immaginavamo fosse coscienza e condotta cosciente non era coscienza ma meccanicità. Ed è questa nuova coscienza quella che ci eleva al di sopra del nostro livello precedente di coscienza. Appartiene al Terzo Livello di Coscienza – per conoscenza, lo Stato del Ricordo di Sé che ognuno deve ottenere dal Lavoro -. La cosa successiva, nell'affrontare per la prima volta lo studio infinito del Ricordo di Sé, è quella di fare uno scopo temporaneo, e quando ci si ricorda di se stessi ci si deve ricordare al tempo stesso del proprio scopo. Questo si relazione con ciò che dissi prima, riguardo al fatto che il Ricordo di Sé è più importante della Percezione di Sé perché contiene un elemento di controllo della volontà – come quella di controllarsi in un eccesso di cattivo carattere -. Ricordarsi di se stesso in relazione con lo scopo-Lavoro dona forza perché la estrae, diciamo, dall'eccesso di cattivo carattere. Proprio così, lo si può fare. Ma non pensate che ogni volta che ricordate voi stessi, e allo stesso tempo ricordate il vostro scopo, questo vi farà ottenere un esito positivo. Se non l'ottenete, riconoscelo e non diventate negativi – altrimenti si stabiliranno associazioni sbagliate con tutti i vostri sforzi di Lavoro -. Qualsiasi cosa succeda, per quanti siano i fallimenti – mai si deve diventare negativi -. "Se lo si fa si alimenterà la Luna" – proprio così, la parte negativa del Centro Emozionale -. Questa parte ci porta alla sfera governata dal doppio delle leggi di quelle che reggono la prigione in

cui stiamo su questa Terra ed è designata con il nome di “Luna”. Dobbiamo comprendere che esiste uno stato peggiore sotto di noi. Bene, tutti gli stati negativi, siano essi religiosi o di altra natura, non ci porteranno mai da nessuna parte, e merita di essere tenuto in considerazione perché nasconde una trappola. Nessuno può crescere con la parte negativa del Centro Emozionale eccettuando le emozioni negative. Immaginare di andare da qualche parte essendo continuamente negativi, col malanimo, paurosi, tristi, ecc., è una trappola molto ingegnosa che inghiotte con molta facilità milioni di persone.

Bene, ci hanno insegnato che abbiamo *diritto* a non essere negativi. Si deve, naturalmente, riflettere *tutta* la vita sul suo significato. Apparentemente qualcuno ci concesse questo diritto. Ma Gurdjieff diceva anche: “Abbiamo diritto a ricordarci di noi stessi” l’Uomo, in effetti, è nato con questo diritto – ma si è addormentato - .” Finalmente, segnaliamo che l’aiuto sta lì, ma non può arrivarci se stiamo nel Secondo Stato di Coscienza, in cui siamo identificati con tutto, quantunque lo possa fare quando stiamo nel Terzo Stato di Coscienza. A questo riguardo, bisogna dire che, il prendere il Lavoro soltanto al livello del Secondo Stato di Coscienza, che è caratterizzato dall’identificarsi e dalla moltitudine di “Io”, tutti in conflitto e desiderosi di seguire differenti sentieri, la gente si preoccupa di tutto, incluso il Lavoro. E invece di rilassarsi e praticare il Lavoro, si preoccupa con tutto ciò che si relaziona con lei, non vedendo che questi preoccupati “Io” sono proprio le cose con cui non si deve identificare.

Cap. 129 Great Amwell House, 26 giugno 1948

IL LAVORO SBAGLIATO DEI CENTRI

IDEA- LAVORO

Il Lavoro si riferisce al lavoro sbagliato dei centri.

COMMENTARIO

In un’occasione Ouspensky disse a Gurdjieff queste parole: “Le persone si stanno trasformando in macchine. La gente non pensa più. Diventano macchine quasi perfette, in scala minore, come in una fabbrica piena di macchine, e sono contente di essere così. Di fatto, se cominciano a pensare, smetteranno di essere piccole macchine così perfette”. In risposta a questa osservazione di Ouspensky, Gurdjieff disse, con poche parole: “Sì, questo è verissimo. Ma deve ricordare che l’Uomo ha più di una mente. In realtà ha, per iniziare, cinque menti, che corrispondono ai cinque centri, che lavorano in una maniera molto differente. Tutto dipende innanzitutto da *quale* mente, *quale* centro, usano per il particolare lavoro in cui sono impegnati. Se usano la mente appropriata, saranno capaci di pensare ancora meglio in mezzo a tutto il lavoro con le macchine. Ma solo se usano la mente appropriata per questo scopo.” Disse: “Lo comprenderà più tardi”.

Bene, questa conversazione ci porta direttamente al problema dell’impiego del centro corretto per un determinato lavoro. Un Uomo può usare un centro sbagliato per un compito particolare. Questo è un cattivo impiego dei centri. Un uomo, che realizza uno scopo che esige un movimento manuale automatico, che non deve variare, usa il Centro Emozionale e Intellettuale, così come il Centro Motorio, in un modo inutile. Diciamo che debba traforare una cosa ogni secondo, ma si concentra in questo

piccolo, insignificante compito automatico, da cui risulta una perdita di forza. Pensa e sente quando l'unica cosa da fare è quella di trapanare. Questo è un uso sbagliato dei centri: è la stessa cosa che utilizzare tre cavalli per un compito quando un asino è sufficiente. In un'occasione Ouspensky mi disse: "Voi prendete le cose troppo seriamente. Cercate di comprendere ciò che voglio dire". Poi gli risposi che prestare troppa importanza a qualcosa che manca d'importanza è prendere le cose seriamente – proprio così, è perdere forza -. Prestare attenzione a cose minime può risultare nel dare troppa poca importanza a cose di molta rilevanza. Quando ero in una falegnameria in Francia ricordo di aver osservato un uomo che venne con una parte di cassetta per levargli due listoni. Li divise una ed un'altra volta, fece segni con il lapis, aggrottò le ciglia, estrasse la lingua – come soleva fare – e finalmente serrò il pezzo di legno nel mezzo. Poi perse molto tempo per scegliere i due listoni affinché fossero esattamente uguali e gli unì con molta attenzione e si fuse con essi. Si voltò per cercare alcuni chiodi e lasciò i listoni. È chiaro che tutte queste manovre erano inutili e piallare un listone impedisce l'aderenza del gesso. È un esempio che ci mostra che non è necessario studiare scrupolosamente una cosa insignificante.

Ouspensky una volta disse: "Date alle cose importanti l'importanza che meritano, e a quelle che non lo sono, anche a loro l'importanza che meritano". Questo è un consiglio buono. Seguitelo. Osservate cosa vi sta estraendo tutta la vostra forza. È importante! In un'altra occasione Ouspensky disse: "Un atleta ben allenato è un uomo che sa eliminare i movimenti inutili. L'allenamento radica, per così dire, nell'imparare a non fare certe cose – a non fare ciò che non è necessario. Solo allora si fa ciò che è necessario." In un'altra occasione Gurdjieff disse a una persona che stava contemplando un mazzo di fiori: "Voi pensate. Io guardo solo i fiori." Immagino che volesse dire che quella persona stava pensando alle varietà di peonie che esistevano. Naturalmente, in questo caso si tratta di vedere la bellezza mediante il centro formatorio. La bellezza emozionale è molto diversa. Diciamo che andate in una pinacoteca con una persona che insiste nel raccontarvi la storia dell'artista. O che inizia a discutere. Sarà incapace di vedere il quadro, - proprio così, sta impiegando il centro sbagliato per il compito che deve fare -. Si deve imparare semplicemente a "guardare", come disse Gurdjieff. Per questo è preferibile, se è possibile, andare soli a vedere quadri invece di farsi accompagnare da un'altra persona. "Oh, dottor Nicoll, non crede che il ritmo che anima questo quadro sia meraviglioso? Ed esaminati il contrasto che descrivono i colori. Dall'inizio alla fine, la pittura in realtà è musica bidimensionale, non è vero?" mormora uno come post scriptum: "Non sò... ma ciò che so è che non posso vedere il quadro stando presente una persona come questa, e probabilmente non lo potrò mai vedere perché lo assocerò sempre con le tante osservazioni che ho sentito." È realmente straordinario come molte persone pensano che la bellezza possa essere vista solamente attraverso le teorie. Le teorie sono intellettuali. La bellezza è emozionale ed anche istintiva.

Parliamo ora, in questo breve commentario, dell'uso dei centri corretti, della perdita di forza in relazione con il Centro Motorio. Alcune persone camminano con agitazione, altri troppo rigidamente. Si possono fare ogni tipo di movimenti complessi dovuti all'abitudine – si potrebbe quasi dire, movimenti affettati, così come

li fa un cane prima di lanciarsi. Ma bisogna modificare per quanto possibile i movimenti in relazione con la tensione muscolare – e non si tarda a raggiungere il limite-. Vi ho già raccontato di come un uomo in Francia, quando i maiali invasero un campo di patate, si diresse verso di essi andando lentamente per evitare l'identificazione e la tensione muscolare, e glielo disse a Gurdjieff. Ma temo che Gurdjieff lo abbia schernito, e che invece doveva saltare, per così dire, i 400 metri che lo separavano dai maiali. Questo è un buon esempio di un cattivo uso dei centri – come se quando stesse bruciando la casa, uno osservasse il Centro Motorio, e s'impegnasse a fare movimenti coscienti, con piena deliberazione -. Si capisce che questo tipo di persone non hanno il senso di scala, nessun senso di quello che, in queste circostanze, sia importante o che manchi d'importanza. È comportarsi stoltamente. Non vedere l'importanza relativa di una cosa è un segno di stupidità. L'intelligenza, nel senso del Lavoro, radica nell'essere capaci di pensare *relativamente*. La Terza Forza – proprio così, la forza che ci connette con l'*evento* - in tali casi non è certamente *l'Idrogeno 12*, una forza molto elevata d'intelligenza, ma probabilmente ha la densità di un pezzo di legno – diciamo, *Idrogeno 1536* -. Suppongo che il detto "essere di cattivo legno" derivi da qualche scuola esoterica. Si avvertono queste parolacce o sarcasmi nei racconti di fate, molti dei quali provengono dalle scuole esoteriche del passato, e contengono grande profondità di significati psicologici. Bene, un uomo che è identificato e allo stesso tempo desidera studiare per passare un esame non userà il centro corretto. Sprecherà forza. Secondo il mio parere non si può studiare nulla senza il rilassamento interiore. Alcune persone scorrono in tutta fretta un libro come se temessero di perdere qualcosa. Naturalmente perdono tutto. D'altra parte alcuni si mettono tranquilli e guardano fissamente il libro, lamentandosi e sospirando o si mettono una pezza umida intorno alla testa. È chiaro che non usano il Centro Intellettuale ma il loro stesso corpo e muscoli per impegnarsi al tema. Conobbi un uomo a Cambridge che soleva smettere di fumare e di bere per prepararsi agli esami, ma non capì mai che se voleva pensare realmente in ciò che stava leggendo, non avrebbe dovuto privarsi in questo modo. Fu bocciato – ma, m'immagino, che ha sempre creduto di aver realizzato un vero sforzo -. È la stessa cosa che scagliarsi contro una tigre per salvare una mula, quando la propria moglie e la famiglia dipendono dallo stipendio che uno guadagna nell'Esercito. Lo sforzo sbagliato – e specialmente lo sforzo di evitare uno sforzo, che è molto diverso – porta ad un enorme spreco di forza senza alcun risultato. Ma il Lavoro ci insegna che viviamo in un Universo intelligente e che dobbiamo scoprire quali sforzi danno risultato.

Bene, questo commentario, tratta di un tema che richiede esempi. Lascio a tutti voi il compito di raccontare esempi avuti per vostra personale osservazione sul cattivo uso dei centri.

Cap. 130 Great Amwell House, 3 luglio 1948
LA TERRA NON MANIFESTATA E LA TERRA MANIFESTATA
IDEA- LAVORO

Gurdjieff si riferiva alla Terra Non Manifestata e alla Terra – proprio così, la Terra Manifestata.

COMMENTARIO

Dovete intuire, innanzitutto che il Manifestato proviene dal Non Manifestato. Bene, cos'è che si vuole capire quando si dice che la Terra è ad un tempo non manifestata e manifestata? Oggi parliamo di questo problema, perché poi sarà necessario spiegare alcuni dei significati in un più esteso allineamento della Tavola degli Idrogeni o Scala Cosmica dell'Essere data da Gurdjieff. Ormai sono 2.000 anni che è iniziato l'impulso che diede nascita alla civilizzazione occidentale. Platone si riferì all'Universo descrivendolo in due modi. Lo divise in Universo Intellegibile (che può essere appreso solo con la Mente e Non Manifestato) e l'Universo Sensoriale (che può essere appreso solo dai sensi esterni ed è Manifestato). *Manifestato* significa che lo possiamo vedere. Posso vedervi per via dei miei sensi. Però non posso vedere il vostro lato non manifestato – i vostri pensieri, sensazioni o emozioni. Tutti questi non sono manifestati e così sono invisibili per me, salvo che indirettamente attraverso la vostra espressione visibile o i gesti o i movimenti. Per questa ragione spesso ho sottolineato che un uomo, una donna, sono in realtà invisibili -. Una persona è, poi, allo stesso tempo manifesta e non manifesta. In realtà ho usato questa frase: “È necessario rendersi conto che siamo tutti persone invisibili che vivono in corpi visibili e che si comunicano tra loro solo con segnali” – pensiero che ben merita una riflessione di tanto in tanto, se si desidera praticare la considerazione esterna -. Ho anche sentito parlare del termine che usai – per conoscenza, “territorio psicologico”-. Si disse che non viviamo soltanto in un territorio visibile grazie ai sensi – come il nostro appartamento, la nostra casa, la nostra città, la nostra patria, ecc., che sono tutti visibili – ma anche in un paese invisibile, che è lo stesso per tutti ed è molto più esteso e che si può toccare solo interiormente. Per esempio, se una persona si trova in uno stato negativo vive in un luogo particolarmente cattivo nel suo territorio psicologico interno, nonostante stia nel suo appartamento o nella casa del suo paese fisico o dato per i sensi. Credete che due persone anche se vivono nella stessa parte visibile dello spazio, nella stessa casa, stiano necessariamente nello stesso posto nel loro paese psicologico? Non è strano questo? Nel lato manifestato stanno unite, nel lato non manifestato sono molto lontane una dall'altra.

Cominciamo dicendo che ognuno sta in questo momento in un certo posto nella Terra non manifestata. Sta lì a causa del suo stato psicologico, non a causa del suo corpo fisico che rimane in un determinato posto nella Terra manifestata. Il politico che pianifica una vendetta politica, l'assassino che progetta un assassinio, l'artista che crea un quadro, il banchiere che progetta un investimento, il medico che programma un'operazione, possono essere tutti insieme nello stesso appartamento, ma senza dubbio stanno psicologicamente tutti in differenti posti nella Terra non manifesta – proprio così, nel mondo psicologico dove abitiamo realmente -. E, è necessario prestare attenzione, è il posto in cui siamo nel mondo non manifesto quello che determina o distrugge la nostra felicità. Non si tratta di stare nel migliore hotel o in una taverna dei bassifondi. È così difficile comprenderlo da coloro che guardano tutta la realtà solo in funzione dei sensi, in funzione del mondo visto e della posizione che

occupano in esso? No – tutto dipende dal posto in cui si sta in questo mondo non manifestato e se qualcuno sta nella palude dell'amarezza, dell'auto-compassione e della negatività, allora è interiormente in un posto molto cattivo, per quanto nel mondo visibile stia attorniato da comodità e lusso. Ma se capite e praticate questo Lavoro, comprenderete meglio questo paese psicologico, non manifesto e veramente enorme, nel quale esistiamo tutti e dove è preciso imparare ad andare con attenzione e evitare gli ostacoli. Gurdjieff disse che per l'Umanità Cosciente assomigliamo a scimmie tonte incapaci di comprendere e che imitano soltanto. E qui bisogna segnalare che quasi tutto il Lavoro si occupa del posto che occupiamo interiormente, non di quello che occupiamo esternamente. Si può discutere il prezzo di un cappello, ma non quando si rimane in un bagno psicologico delle peggiori emozioni meccaniche negative. Così segnaliamo che il cattivo Karma si situa sotto l'Azione Meccanica e il buon Karma al di sopra di essa.

Proseguiamo ora con l'idea del manifestarsi e del non manifestarsi. Avvertiamo che il Circolo Cosciente dell'Umanità sta al di sopra della "Terra", la Terra manifesta e, di fatto, al di sopra della Terra non manifesta. Vi farò un esempio simile. Dobbiamo comprendere che possediamo facoltà recettive che possono mettersi in contatto con livelli molto più elevati dei sensi esteriori e la Terra Manifesta. Il cervello, è racchiuso nelle ossa del cranio, e protetto da un cuscinetto di acqua, è il più meraviglioso ricettore di radio che sia stato creato, molto più perfetto dell'imitazione fatta dall'Uomo. Una radio è costituito soltanto da poche valvole. Il cervello contiene 14 miliardi di valvole costituiti da cellule nervose separate o neuroni, ognuno con centinaia di connessioni che comunicano con le altre. La popolazione della Terra è di circa 3 miliardi di abitanti. Il cervello contiene cellule nervose vive ed intelligenti in un numero che totalizza cinque volte la popolazione della Terra. Sono "immortali" per ciò che riguarda la vita del corpo. Proprio così, non muoiono finché non muore l'uomo. Le altre cellule che compongono il corpo – pelle, fegato, muscoli, ecc. – sono circa 100 mila miliardi – proprio così, centomila miliardi. Queste cellule vivono e muoiono migliaia di volte. Ma il cervello è relativamente immortale. Che cosa vuol dire questo? Rappresenta forse un altro ordine di cose? Vediamo che nel corpo considerato in funzione delle cellule viventi, un mattonato vivente, ci sono due tipi di cellule – quelle del corpo che vivono per breve tempo e quelle del cervello che vivono per lungo tempo, non soltanto con funzioni molto diverse ma con un corpo-tempo completamente differente – proprio così, l'estensione della vita. Sono paragonabili al Circolo Meccanico dell'Umanità, perché l'Uomo è una cellula in un corpo più grande, non manifesto. Tutto è fatto secondo lo stesso piano, il piccolo e il grande. Nelle Scritture Ermetiche leggiamo: "Come sopra, così sotto". Se prendiamo il Circolo dell'Umanità Cosciente come fosse al livello del "Sole", nel Raggio di Creazione, e noi al livello della "Terra", dove non si sa nulla del livello più elevato, dobbiamo anche considerare che il Circolo Meccanico delle Cellule nel corpo non sanno assolutamente nulla riguardo alle cellule del cervello, che stanno nel Circolo Cosciente di Cellule che le controlla. Credono di agire da se stesse, come noi crediamo di farlo, e immaginano di poterlo fare, come noi immaginiamo di poterlo fare. Per esse, come per noi, quel livello non si manifesta. Noi, per esempio,

possiamo vedere il mondo manifesto, ma possiamo toccare il non manifestato Circolo dell'Umanità Cosciente solo con mezzi speciali. Lo possiamo toccare interiormente solo mediante un'esperienza interiore, non attraverso i sensi esteriorizzati – cioè il tatto, la vista, ecc. -. Avrete sentito dire che abbiamo molti più sensi *interiori* di quelli così detti sensi esteriori. Eppure sono molto rari coloro che credono che qualcosa possa essere sicura al di là di quello che i cinque sensi esterni, che guardano verso fuori al mondo manifesto, lo confermino. Ma *credere* non è un senso. È qualcosa che sta oltre il senso – di fatto, *non-senso* -. Credere in ciò che si può vedere o toccare non è credere.

Alcune persone rimangono nello stesso posto per tutta la loro vita, in un vasto paese psicologico, interiore, non manifesto. È come vivere internamente in un piccolo villaggio e fare sempre lo stesso sentiero. Ogni giorno si ripetono gli stessi pensieri e sentimenti, ogni giorno agiscono le stesse abitudini, gli stessi pregiudizi meccanici, gli stessi respingenti, le stesse frasi automatiche-. La gente vive e muore, nello stesso modo, senza vedere il loro scopo, il perché sono nati – per conoscenza, per lavorare contro la loro quotidiana meccanicità e svegliare se stessa -. L'uomo non è nato per essere meccanico, ma per diventare cosciente. Di tale uomo si potrà dire: “Egli non sfuggirà da se stesso, perché se lo fa, si sentirebbe solo, nostalgico, e così regredirebbe alle pene e alle emozioni del suo abituale sé, immediatamente. Per questa ragione non potrà mai avere nuove emozioni. Molte volte si lamenterà ma non dirà il perché.” Capiamo che per ciò che riguarda il suo mondo interiore, egli non è, assolutamente, un avventuriero. Non desidera nessun cambiamento. Preferisce vivere nella sua più piccola parte di se stesso e perde la sua vita in lamenti ed emozioni negative.

Cap. 131 Great Amwell House, 10 luglio 1948
NUOVA NOTA SULLA TAVOLA DEGLI IDROGENI

L'ultima volta abbiamo parlato sulle nuove interpretazioni della Tavola degli Idrogeni, che furono recentemente esposti da Gurdjieff. Come prima avete sentito l'Universo, nell'insegnamento del lavoro, è diviso in differenti ordini d'Intelligenze. L'Universo non sta allo stesso livello ma assomiglia ad una scala. Queste differenti intelligenze situate a differenti livelli sono designati da numeri e questi numeri si riferiscono ad energie intelligenti in scale differenti, denominate “Idrogeni”. Già sapete che i centri lavorano con differenti energie o idrogeni. Non lavoriamo con una sola energia, come, diciamo, una macchina che lavora con la benzina, ma con differenti energie più grossolane o più fini. Per esempio, il centro Motorio lavora – o può lavorare – con un Idrogeno o energia che è molto più “rapida” della parte formativa del Centro Intellettuale. In un momento di pericolo, a condizione di non essere paralizzato per la paura, il Centro Motorio può fare le cose molto più rapidamente del pensiero ordinario – proprio così, la qualità del pensiero appartiene alla parte meccanica o formativa del Centro Intellettuale -. Non lavoriamo con una sola energia, perché siamo, per iniziare, vari centri differenti ognuno dei quali lavora meglio con il proprio idrogeno o energia appropriata. A causa del fatto che un centro può ipnotizzarne un altro, il corretto lavoro dei centri – proprio così, che ogni centro

lavori con la sua energia appropriata – può subire interferenze. Innanzi tutto si prende l'idrogeno psichico più lento, più pesante, come **Idrogeno 48**. Questa energia agisce sulla parte formatrice del Centro Intellettuale ed è più lenta e pesante, per così dire.

Il Centro Emozionale lavora, o dovrebbe lavorare con l'**Idrogeno 24** – proprio così con una benzina più fine se la si confronta con il petrolio, diciamo -. Il Centro Emozionale, per detta ragione, può captare una situazione più rapidamente che la pesante mente formatrice, alla quale si deve spiegare tutto lentamente e progredisce logicamente passo a passo – un processo eccessivamente noioso che avviene in noi stessi, e che provoca lo sbadiglio, e che però è necessario -. Un centro può far sbadigliare un altro. Ricordate che ogni centro, e parte di un centro hanno il proprio uso appropriato. Mentre si capisce che l'uomo possiede differenti centri e che questi centri lavorano con differenti energie e che queste differenti energie provengono da livelli più alti e più bassi dell'Universo creato – le più fini dai livelli superiori, e le più grossolane dai livelli più bassi – allora la Tavola degli Idrogeni arriva ad avere un senso come idea conduttrice. Dovete capire che le cose non stanno su un livello unico, ma su molti livelli differenti, eppure ogni livello è importante e prezioso. Dovete anche capire che quello che è situato in un livello inferiore è per necessità sotto più leggi di quello situato ad un livello superiore. Riflettiamo su questa Tavola in termini di una scala ascendente e discendente, dove ogni scalino è importante e necessario. È preciso immaginare che questa scala si mantiene **verticalmente** nella **mente**. Dovete capire, anche, che la Falsa Personalità, le Emozioni Negative, e tutto il resto sono situati in un posto molto basso, di questa scala – questa scala o gradini (gradino in latino significa **scala** e così, scala) – e conduce al Cattivo Karma che si vede **sotto** la Meccanicità, e vicino al livello della Luna, dove troviamo il **Nulla Assoluto**. Concepiamo il Nulla Assoluto come la totale mancanza di significato. Quando ogni cosa manca di significato siamo all'inferno.

Ora vi farò un'altra domanda: Avete già scoperto che le cose possono stare in un livello più alto o in un livello più basso? Vi chiedo di pensare alle seguenti osservazioni e riflettere su di esse, perché altrimenti non avrete nessuna idea che le possa mettere relazione con la strana e verticale Tavola degli Idrogeni o dei valori. Così vi chiedo: “Alcuni stati di voi stessi sono migliori di altri? Se mi dite”Sì”, sono d'accordo. Dovete capire che gli stati migliori di una persona sono messi più in alto degli stati inferiori in questa Tavola, e sono più intelligenti, più seducenti, con maggior profondità di significato. Quanto più volgarmente si prendono le cose belle, tanto meno hanno significato. È per questo che dobbiamo far diventare le cose sacre o sante. Ed anche, alcuni libri sono più importanti di altri? O anche, vi è un vino più buono di un altro? O anche, c'è un artigianato più raffinato di un altro, un'arte più grande di un'altra? E così via. Se siete d'accordo con ciò, comprenderete meglio che questa Tavola degli Idrogeni, questa scala d'eccellenza, è giustamente, in un certo senso, ciò che conosciamo già, sebbene confusamente, ma spiegato in termini diversi. In questo Lavoro cerchiamo stati migliori di noi stessi. Se un uomo crede di non avere nessun valore, vi ricordo di riflettere sull'importanza di capirlo, e di impegnarsi nell'ottenerlo gradualmente scartando gli stati inutili di se stesso, mediante la non identificazione e una crescente introspezione. Questo è il Lavoro in azione.

Di ciò che ho detto, bisogna capire che i centri dell'Uomo si aprono a differenti livelli dell'Universo. In questo senso l'Uomo è in se stesso una scala, un piccolo Universo. Per iniziare possiede centri più bassi e più alti. Dovete sapere che l'Uomo fu creato con due centri superiori, non necessari per adattarsi al problema della vita e alle carriere di successo, ma senza dubbio pienamente sviluppati. Questi due centri superiori Lavorano con **Idrogeno 6 e Idrogeno 12**. Bisogna anche osservare che il Centro Sessuale lavora con l'**Idrogeno 12** – proprio così, dovrebbe fare così, non lo fa se sta connesso con le auto-emozioni e le risultanti Emozioni Negative, o con il Centro Formatorio, che inventa teorie e altre cose sullo stesso tenore. Per esempio, le persone hanno teorie formatorie su quello che debbono mangiare, e in questo caso le loro teorie impediscono il lavoro corretto del Centro Istintivo, che conosce assolutamente meglio il lavoro interiore dell'organismo umano – proprio così, il nostro corpo con tutta la sua meravigliosa chimica – di qualsiasi teoria intellettuale o scientifica. Bene, dobbiamo osservare che l'**Idrogeno 6**, così come lo si vede nella scala degli Idrogeni, accessibile e presente nell'Uomo, proviene da un livello che sta al di sopra del Sole. Così l'Uomo ha in lui la possibilità di esperienze che sono molto al di là del suo ordinario sé terreno – e qui direi che molti lo capiscono confusamente ed hanno avuto forse momentanee esperienze di questo tipo.

Come ho già evidenziato nell'ultimo commentario, è necessario approfondire questa difficile Tavola degli Idrogeni, innanzi tutto dal punto di vista delle idee generali esposte in essa e senza entrare in dettagli inutili. L'Uomo, per tanto, si estende, eretto, in una parte di questa scala totale delle intelligenze viventi, e la sua testa arriva fino all'**Idrogeno 6** nella terza scala. Può, però, scendere così in basso come la Luna ed arrivare fino all'altro lato della Luna – poi, come si sa, la Luna ci presenta sempre la stessa faccia – chiamata in alcuni antichi sistemi esoterici l'Oscurità Esterna”, e in questo Lavoro il “Nulla Assoluto”. Ricordate che Cristo disse in qualche punto, riferendosi alle persone che non si perdonano l'un l'altra, che era meglio fare la pace quando era ancora possibile, perché altrimenti sarebbero stati portati in prigione e ne sarebbero usciti solo dopo aver pagato l'ultimo centesimo. E si deve capire che questo è impossibile, poiché ciò che dobbiamo supera ogni calcolo. Così bisogna vedere che questo Nulla Assoluto è situato in un posto in cui non può giungere la misericordia di Dio e per questo Gurdjieff disse, riferendosi a detto posto, che lì non esisteva lo Spirito Santo. Nel sistema ermetico questo posto è chiamato Abraxas o Infinito: 1\più di tutto non bisogna lasciarsi cadere così in basso. Bisogna capire che **qualcosa** è finito e **nulla** è infinito, ed anche che niente infinito significa “non finito” – proprio così, si arriva a niente, si incontra solo il nulla. E questo è, per così dire, opposto alla creazione, a quello che è qualcosa. Osservate che la Tavola, che, naturalmente, si fonda nel grande diagramma del Raggio di Creazione, è simile ad una macchina di cose che si alzano e si abbassano – che scendono e salgono – come la Scala con Dio situato in cima che Giacobbe vide nella sua visione. Quello strano ed interessante maestro chiamato Mani, che insegnò poco tempo dopo Cristo, molto vicino al posto che visitai nell'Irak tra il Tigri e l'Eufrate e chiamato, pertanto, Mesopotamia – tra fiumi – paragonò l'Universo creato ad una vasta distilleria – che serviva a separare il più fino dal più grossolano -. Ed è per questo che tanti maestri

esoterici medievali, nascondevano il loro insegnamento sotto termini di alchimia, parlavano di *distillazione* e disegnavano ritorte, fornaci ed altri apparati simili nei loro strani diagrammi. Separare il più grezzo dal più fine è il nostro compito giornaliero in questo Lavoro. Per esempio, non vedete che un sentimento negativo è grezzo se lo paragoniamo con un sentimento gradevole e buono? Od anche, non è l'amore di sé un sentimento più grezzo dell'amore verso gli altri? Da ciò che ho detto, poi, capiamo che l'insegnamento del Lavoro ci apre ai differenti livelli dell'Universo. Dobbiamo unire il superiore e l'inferiore. Anche il Raggio di Creazione ci fa comprendere che quanto più basso ci approfondiamo a causa della cattiva volontà, la considerazione, l'auto-compassione, la pigrizia e tutto il resto, più incatenati siamo nella prigione - proprio così, ci mettiamo sotto più e più leggi -. Per questo dobbiamo sforzarci ed accettare il Lavoro, non come un compito imposto dagli altri, che non ci comprendono, ma come un fattore fondamentale nella nostra creazione e nascita, in questo straordinario Universo di Scala, in cui ci si può sia elevare come discendere secondo l'integrità interiore e il livello di comprensione.

(Note su questo Argomento)

- 1) Questa Tavola ci fa vedere come una *Mente Superiore o Intelligenza Superiore* esiste – in livelli successivi -. Il Lavoro dice: “Se l'uomo non crede ad una Mente Superiore gli è impossibile cambiare.” Aggiungo qui che persino gli uomini di scienza ammettono ora che vi è un principio di *ordine* che agisce sulla materia – così come lo sviluppo della cellula germinale nell'uomo -. Altrimenti sarebbe tutto caotico.
- 2) La Tavola segnala che ciò che sta più in basso nella scala è subordinato al livello superiore – o meglio dovrebbe esserlo – altrimenti l'uomo è invertito.
- 3) L'uomo per estendersi verticalmente deve unire armoniosamente tutti i livelli che può toccare e tocca. Questo posizionamento del Cielo e l'Inferno, questo unire il più alto e il più basso, e viceversa, è il motivo per cui l'Uomo fu creato, e questo è un compito individuale.
- 4) Tenete presente che il Lavoro sottolinea l'impossibilità di ricordarsi di se stessi se non esiste un elemento di riconoscimento dell'esistenza di una Mente Superiore durante questo atto. Ricordate anche che nel Lavoro la cosa più importante è ricordarsi di se stesso, specialmente quando le cose sono difficili. Questo rende possibile che ci giunga l'aiuto nel Terzo Stato di Coscienza perché l'aiuto può arrivarci solo in questo stato – per conoscenza, lo Stato del Ricordo di Sé.

Cap. 132 Great Amwell House, 17 luglio 1948
IL NON MANIFESTO É CAUSA DEL MANIFESTO
CONTROLLO DEL PENSIERO NON MANIFESTO
IDEA – LAVORO

Il Raggio di Creazione e la Tavola degli Idrogeni che deriva da esso sono diagrammi che si riferiscono alla Scala dell'Essere. Per ottenere una corretta comprensione dell'Universo, dobbiamo considerarlo come una Scala dell'Essere, superiore ed inferiore. Per esempio, l'Essere e l'Intelligenza rappresentati dal Sole sono ad un

livello molto superiore dell'Essere della Terra. Similmente, l'Essere e l'Intelligenza *dell'Idrogeno 12* è molto più grande, più esteso, capace di maggior intendimento e comprensione *dell'Idrogeno 48*. Da questo si deduce che una qualsiasi cosa – diciamo, un'opera d'arte – in cui entra *l'Idrogeno 12* è ad un livello più elevato di quella in cui entra soltanto *l'Idrogeno 48*, e pertanto più vitale. Bisogna osservare che i Vangeli hanno ancora significato.

COMMENTARIO

Oggi, esamineremo che, nella Scala dell'Essere, ciò che sta ad un livello superiore è la causa di ciò che sta ad un livello inferiore. Bisogna intendere che l'inferiore non può agire sul superiore, ma che invece il superiore può agire sull'inferiore. Se fosse diverso, tutto il principio del Raggio di Creazione sarebbe violato ed invece di un ordine in scala discendente ci sarebbe il caos.

Bene, il superiore non si manifesta all'inferiore, ma è l'inferiore che si manifesta al superiore. Nulla avviene in un uomo senza che ci sia una causa del mondo non manifestato, ma non lo percepiamo. Il pensiero non manifestato, per esempio, è la causa dell'azione manifestata. L'idea nella mente dell'architetto è la causa della casa che diventa manifestata. E, come la nostra Tavola degli Idrogeni, la Terra non manifesta precede in scala la Terra stessa. Bene, ciò che precede in scala è più elevato di ciò che viene dopo. Per tanto da questo si deduce che la causa di una cosa sta ad un livello superiore della cosa stessa. Nel Raggio di Creazione che è una Scala dell'Essere, l'Assoluto è il più elevato e così la Causa Suprema. Nella Tavola degli Idrogeni, la Terra Non Manifesta è in Scala più alta della Terra Manifesta. Così, in modo simile, l'*idea* di una casa nella mente dell'architetto sta ad un livello superiore della casa che giunge a manifestarsi eventualmente nel Tempo e nello Spazio. L'idea diventa manifesta, ma in un ordine inverso alla sua concezione. Con l'idea completa di una casa nella mente, l'architetto deve iniziare con un mattone, per dirla così. Deve iniziare con la più piccola parte manifesta per arrivare al tutto. Questo fatto, che raramente si capta, determina che molte persone abbandonino un'idea troppo facilmente. Hanno una buona idea ma non calcolano la seconda forza implicata nella manifestazione di questa idea, che include, per così dire, un processo invertito ed esperimenti e pazienza. Riflettete sulla pazienza che si è dovuta avere nella creazione dell'Uomo Manifesto – l'immenso ciclo di esperimenti sugli animali e sulla vita vegetale, ecc., prima che il corpo ed il cervello manifesti dell'Uomo potessero essere modellati. Dovete capire che l'Uomo Non Manifesto precedette l'Uomo Manifesto. Ricordate che l'Essenza dell'Uomo proviene dalle stelle.

Proseguiremo ora con ciò che è inferiore o superiore nei centri, e questo in pratica ci conduce all'osservazione dei centri e al Centro Pensante o Intellettuale, a cui poi ci riferiremo. Tutti i centri possono lavorare in un livello basso. Ci dicono che dobbiamo osservare il lavoro dei nostri centri ed apprendere a distinguerli uno dagli altri. Bene, se non osserviamo i nostri pensieri questi possono, e lo fanno, connettersi con ogni tipo di manifestazioni sgradevoli che eviteremmo se stessimo più svegli. Un pensiero non è manifesto, ma conduce all'azione. Sto impiegando questo termine per dire che non è possibile, non è tangibile, non è evidente per i cinque sensi esteriori. Un'azione è manifesta: la causa di un'azione può nascere da un pensiero che è

accettato come verità. Dissi che nell'uomo non avviene nulla senza che vi sia una causa nel non manifestato. Se un pensiero entra nella mente – e questo lo fa da un Non Manifestato che è superiore – e se uno si identifica con detto pensiero, diventerà la causa di qualche azione, o dolore, o malattia. Identificarsi con un pensiero è accettarlo. Se lo si accetta, ha poi potere per trasformarsi in azione. Proprio così, si firma l'assegno – o, per cambiare l'analogia, si mettono le carte in tavola – un tema familiare nei sogni. È la stessa cosa di scrivere una lettera sontuosa e poi essere dubbiosi prima di spedirla per posta. Una volta che si è fatto, bisogna pagarne le conseguenze, che sono ormai fuori dal nostro controllo. Tutti possono avere un pensiero negativo. Ma se si cede ad esso, e lo si esprime – proprio così, se lo si mette a tavola – si sta sotto il suo potere e tutte le sue conseguenze. Questo è un tema che merita riflessione. Un pensiero negativo può entrare nella mente. È possibile, se si è svegli, vigilarlo – ma non stringergli la mano – non cedere ad esso – ma, di fatto, soffocarlo. Una volta che il pensiero sa di non poterci sedurre, né di indurci a dormire, né ad ipnotizzarci – con il suo lamentevole modo di essere – poi, non vi è alcun dubbio che non si presenterà più un'altra volta nel teatro della nostra mente.

Bene, i pensieri visitano, come uccelli, la gabbia della nostra mente. Alcuni sono meravigliosi. Ogni tipo di pensieri entrano nella nostra mente – in differenti scale – con differente Essere – provenienti da differenti livelli nella Scala dell'Essere. Per comprendere tutto ciò, per essere capaci di osservarlo, è necessario aver lavorato duramente osservando il Centro Pensante e il tipo di pensieri che entrano in esso. La maggior parte dei pensieri che entrano liberamente sono completamente inutili – semplice paccottiglia -. Se uno non è capace di scoprire la qualità dei pensieri che entrano nella mente si continuerà a dormire nel Centro Intellettuale. Si sarà vittima di tutti, di qualunque persona. Si deve almeno imparare a distinguere nella vita esteriore i criminali, i banditi, la gente malvagia, i vagabondi, i lunatici e la gente di buona volontà. Sì. Ma internamente la gente non suole farlo. Perché? Perché non hanno assolutamente l'idea di essere propensi alla violenza sia dentro come fuori. Non hanno un sistema di pensiero, né un insegnamento, di fatto, nulla, che gli faccia sapere come agire interiormente – non sappiamo su cosa dobbiamo lavorare interiormente – salvo che ignoriamo di possedere una vita interiore e che il nostro compito si basa nel metterla in ordine. Così dobbiamo sentire, pensare e vedere la verità di un altro tipo d'insegnamento che si riferisce alla nostra interiorità. Perché lo stato in cui si è interiormente può situarsi sia in cielo come nell'inferno. Per questo il Lavoro dice: “La prima cosa che deve cambiare è la mente. Bisogna pensare in un modo nuovo. Questo Lavoro si propone di farci pensare in una maniera nuova.” E tutti voi ricorderete che nei Vangeli s'insegna la stessa cosa con la parola μετανοια (metanoia) – proprio così, pensare *più oltre* di quello a cui si pensa nel presente – vale a dire, cambiare la mente. La mente non può cambiare a meno che non abbia nuove idee da cui pensare. Sono incapace di spiegare il cambiamento di mente che si opera nel contemplare e nel comprendere gradualmente che l'Universo è una Scala dell'Essere e che il Non Manifestato è la causa del Manifestato. Per questo vi consiglio di aggiustare continuamente i vostri pensieri e di separarvi da qualsiasi pensiero che vi possa indurre ad essere negativi. Se si pensa male, se si pensa

negativamente, tutto si trasformerà in azione o in malattia. È possibile lavorare molto sul controllo del pensiero e la distinzione tra il pensiero negativo e pensiero utile. Ogni avvenimento può essere preso negativamente mediante alcuni pensieri che si riferiscono ad esso. Gli avvenimenti ci vengono offerti in ogni momento. Se non si aggiusta il proprio pensiero, se non si può vedere il proprio pensiero, è probabile che si prenda negativamente ogni avvenimento. Ricordate che il pensiero può essere osservato e che non si deve permettere che infetti il Centro Emozionale. Ma se si è identificati con esso, sveglierà la parte negativa del Centro Emozionale con tutte le sue incalcolabili disgrazie.

Cap. 133 Great Amwell house, 23 luglio, 1948

ESSENZA E PERSONALITÀ

Idea – Lavoro

Il Lavoro dice che ci sono due Forze Neutralizzanti, o Terze Forze. Una é la vita: questa Terza Forza, questa Forza Neutralizzante della vita mantiene la Personalità attiva e l'Essenza passiva. L'altra forza é il Lavoro, l'Insegnamento Esoterico, che viene da una fonte che non é la vita; solo questa terza forza può compiere il miracolo di rendere passiva la Personalità ed attiva l'Essenza.

COMMENTARIO

Dovete capire che finché la Personalità formata dal nostro contatto con la vita è attiva, la nostra parte reale, chiama Essenza, non può crescere. Un uomo o una donna, che vivono solo nella loro parte acquisita, la Personalità, il lato sociale, professionale o lavorativo, non possono trovare la pace della mente, la felicità interna, un vero centro di gravità. Perché? Perché la Personalità acquisita, che li controlla essendo attiva, non é veramente loro stessi, ma l'esteriore di loro stessi, e dipende dal comportamento degli altri nella vita. Per questo motivo essi devono sempre cercare cambiamenti esterni, eccitamenti, lodi, congratulazioni, e così via, per mantenere questa finta immagine di loro stessi che essi prendono per loro Stessi, e che dipende dalla vita esterna.

Ora, se voi siete per un istante consapevoli nell'Essenza, ogni cosa diventa come ha detto Gurdjieff, più ricca, più vivida, più reale. Ma nessuno può avvicinarsi artificialmente all'Essenza. La gente tenta di farlo con le droghe, con l'eccitazione e così via, ma questo non é reale. Bisogna pagare prima di arrivare all'Essenza nel modo giusto. Parlando *relativamente* tutto quello che appartiene all'Essenza è reale, e tutto quello che appartiene alla Personalità è irreal. Ho detto di proposito *relativamente* reale ed irreal. Dobbiamo capire che la Personalità deve essere formata in noi prima che l'Essenza possa crescere oltre lo stadio che raggiunge con il proprio potere di crescita. In seguito l'Essenza può crescere solo a spese della Personalità - cioè nel mio caso a spese di Nicoll, e nel vostro caso a spese di quell'uomo distinto e superiore che si chiama, col vostro nome e cognome. Provate a ripetere i vostri nomi dentro di voi. Ora questi nomi sono i vostri peggiori nemici e fanno tutto quello che possono per impedire all'Essenza di crescere. E come é faticoso capirlo da sé stessi, e come è faticoso cercare di liberare sé stessi da questa finzione che ci rende per tutta la vita degli inutili schiavi! Tutto questo serve per chiarire che cosa significa avere la vita per Terza Forza o Forza Neutralizzante, e

come ciò manterrà inevitabilmente attiva la Personalità e passiva l'Essenza. Come é stato detto, la prima educazione per noi sulla Terra, serve a formare una buona Personalità. La seconda educazione serve a rendere passiva la Personalità ed a trasferire nell'Essenza tutto quanto c'è di notevole nella Personalità in modo che possa crescere l'Essenza - questo bambino o questa bambina che c'è in ognuno di voi. In una buona Personalità ci sono cose di valore, ma esse appartengono all'atteggiamento "Io posso fare". Queste cose buone che avete imparato non devono essere sacrificate. È la loro cornice, il loro sentimento, l'identificazione con loro, che deve essere eliminata. Finché un uomo attribuisce a sé stesso tutte le sue eccellenti qualità, l'Essenza non può crescere. Considerate questa idea e rifletteteci. Bisogna cominciare a vedere che, su scala più grande, non sappiamo veramente come pensiamo, ci muoviamo, o sentiamo. Ora la Personalità che é governata dalla Falsa Personalità, non avrà incertezze. Essa dice: "Io ho fatto questo, io ho pensato così io ho agito così e così via". E così tutti si lasciano governare dalla gelosia e dall'odio verso gli altri, e lo dicono apertamente, e passano il giorno offendendosi, spiegando lamentosamente che non sono stati trattati come si meritavano, ecc. Dobbiamo e osservare il perché. Ora, se tutto cresce nel suolo dell'Essenza invece che nel suolo della Personalità, sarebbe tutto differente. La crescita dell'Essenza è reale. Un uomo si sente solo a causa di un senso d'irrealtà, della sua perdita interiore. Quello che é reale in un uomo, non discute, né litiga mai. E poiché la Personalità è composta da ciò che si é acquisito nella vita, e per questo non é reale, né ci appartiene, allora suscita litigi. Ma coloro che hanno ciò che è dell'Essenza non desiderano discutere con nessuno perché è reale – e in questo modo è così -. La fonte dei cosiddetti complessi di inferiorità é la Personalità, e specialmente il suo potere dominatore, la Falsa Personalità. Se l'Essenza si sviluppa non ci può essere complesso di inferiorità. Come potrebbe farlo? Noi tutti siamo inferiori a noi stessi perché siamo nella Personalità e non nell'Essenza, quando qualcosa non è veramente reale – per esempio, in ciò che si dice, o si finge di essere -. E cos'è reale? Quanto più si odia uno, come successe con il rospo della favola, più ci si sente irreali e si diventa sventurati e più suscettibili e drammatici. Perché? Perché è tutta finzione, è tutto artificio, non c'è nulla di reale. Una persona suscettibile é una persona che sente in modo non reale. Siamo d'accordo? Quindi, basta osservarlo in uno stesso attraverso l'osservazione di sé. Scoprire *in quale punto* si è suscettibili – poi osservare perché si è *suscettibili* -. Si - Tutto questo appartiene all'osservazione di sé.

Ora l'Essenza non può crescere da ciò che non é reale! Quello che è vero, quello che é reale non può essere suscettibile. Se voi capite veramente qualcosa, voi non sarete suscettibili, ma ammetto che è una faccenda difficile su cui lavorare. Le persone che pensano di sapere, come i medici o gli scienziati, sono molto suscettibili. Di cosa potete dire di essere suscettibili? Questa è una linea interessante di auto-osservazione. Mi chiedo se tutti noi non siamo, in alcune circostanze, suscettibili quasi di tutto. Vorrei solo dire che la differenza tra il quadro di voi stessi e le vostre vere capacità vi rende suscettibili, rende ognuno estremamente suscettibile.

Come ho detto, noi siamo suscettibili per quello che non siamo, ma fingiamo di essere, e questo fatto provoca violenza. Ma dovete ricordare che questo Lavoro é

diretto verso noi stessi, e che finché la violenza, la gelosia, l'odio e tutto il resto, regnano in noi, non possiamo svegliarci se non diventiamo consapevoli di ciò - e noi siamo inutili nei riguardi del Circolo Cosciente dell'Umanità. con il quale nessun uomo può mettersi in contatto per mezzo di pallottole, di coltelli, di fucili o di muscoli, o per mezzo di un odio violento, di furia fanatica, o di qualunque altro artificio medievale di questo genere. Dovete ricordare che il Lavoro parla continuamente della *Coscienza Intellettuale* come dello scopo supremo - di diventare più coscienti di noi stessi – proprio così, arrivare ad essere il tipo di persona che prescinde realmente da quella vestita con l'etichetta - suggerisce l'idea che dobbiamo diventare molto più consapevoli degli altri e di vedere le altre persone in noi stessi. Quando si uccide, voi e l'ucciso siete la stessa cosa. Quando si calunnia, voi e il calunniato siete la stessa cosa. Nella danza esoterica che Cristo insegnò ai suoi discepoli, le frasi sono le seguenti:

“Sarai salvato, e salverai.

Sarai libero, e libererai.

Sarai colpito, e colpirai.

Nascerai, e darai alla luce.

Mangerai, e sarai mangiato.

Ascolterai, e sarai ascoltato.

Sarai presente, essendo completamente presente.

Sarai mondato, e monderai.

(Le parole apocriefe di Giovanni)

È certamente una danza strana, ed anche più profonda di quanto si suole pensare. Però vediamo che almeno ci conduce ad essere coscienti di due forze – degli opposti – in se stessi e dell'altra persona. Il Lavoro insegna che dapprima dovete diventare consapevoli di una forza, - cioè dovete osservare quello che siete, cosa desiderate - poi di due forze e finalmente di tre forze.

Ora l'Essenza, poiché viene dalle stelle, è ad un livello più alto della Personalità, che è formata in noi dalla vita sulla Terra. L'Essenza, essendo una cosa superiore è una cosa molto più reale. Ma non è sviluppata; è un bambino al quale bisogna insegnare, a spese della Personalità. Voi chiederete: “Come può l'inferiore insegnare al superiore”? Vi risponderò che la Personalità, l'inferiore, non può insegnare all'Essenza, il superiore, se il Lavoro non entra nella Personalità. Allora il Lavoro, che viene dall'esterno, da quello che ascoltiamo e impariamo, parlerà all'Essenza della Personalità. Può darsi che, qualche volta l'Essenza possa imparare il Lavoro direttamente dall'interno, dai Centri Superiori. Ma in questo mondo di addormentati il Lavoro deve venire dall'esterno, dalle Scuole nel mondo, e così entrare dapprima nella Personalità. Questo è il Motivo per cui un compito dell'Umanità Esoterica era quello di diffondere la cultura, fino al punto in cui le persone potessero ascoltare e capire abbastanza da assimilare il Lavoro. La Personalità deve essere costruita con l'educazione, con tutte le arti, le scienze, la letteratura e così via, per rendere possibile all'umanità di crescere e mantenere aperto un collegamento tra il 'Sole' e la 'Terra', o se usate il linguaggio dei Vangeli, tra il Paradiso e la Terra. Poiché una volta che l'Uomo cade completamente addormentato, egli non servirà più e sarà

messo da parte a distruggere sé stesso con le guerre. L'Uomo arriva ad un punto critico nel nostro Raggio di Creazione, - allo shock *Fa-Mi* - ed egli é così complesso proprio perché egli é stato designato per mantenere un rapporto tra il superiore e l'inferiore, per essere un Azoto o Terza Forza tra le parti più alte e quelle più basse del Raggio. Questa idea aiuta una persona a ricordare sé stesso – proprio così, a passare dallo stato animale a quello dell'UOMO.

Cap. 134 Great Amwell House, 31 luglio 1948

NUOVA NOTA SULLO SFORZO-LAVORO

Abbiamo la possibilità di dire che abbiamo, in generale, molte idee erronee sullo sforzo-Lavoro. Crediamo che lo sforzo sia qualcosa di molto difficile, paragonato ad inerpinarsi su di un pendio scosceso e coperto di rocce, scegliendo il percorso peggiore, alimentandosi di pane duro, lamentandosi in piedi quando vi è la possibilità di sedersi, vestendo, per così dire, una rozza tunica e coperti di cenere. Credo che lo sforzo-Lavoro sia intelligente e si fondi in quello che si è osservato in uno stesso, alla luce di ciò che insegna il Lavoro. Lo sforzo giusto non assomiglia a quello che fa un pagliaccio nel circo che si applica a fare sforzi inutili per farci sorridere. Ci fa ridere. Ma, a rigore, il pagliaccio non è forse la nostra immagine? No, lo sforzo corretto proviene dalla comprensione, dal vedere cosa è necessario in un momento dato per lavorare su uno stesso, e così, spesso, è semplice e facile. Equivale a trovare l'interruttore giusto o la chiave adeguata. Non comprendete che passare anni a fare sforzi sbagliati é inutile e che detti sforzi non sono affatto paragonabili con un solo momento di discernimento e di sforzo corretto? A volte credo che la tragedia di alcune persone religiose si basi sul fatto che hanno compiuto per tutta la loro vita degli sforzi sbagliati, deformando ed indebolendo così a tal punto il loro carattere che si cristallizzano nel loro lato negativo.

Bene, un esempio di sforzo intelligente è quello di smettere di credere in un'opinione fissa, ed accettare altri punti di vista. Questo è uno sforzo corretto su di sé e ci determina la crescita dell'Essere. Dobbiamo capire che la persona piena di atteggiamenti fissi, di respingenti acquisiti e di pregiudizi meccanici sta in una prigione. Ha incarcerato se stessa nella prigione della sua stessa psicologia meccanica. Vive e muore in questa prigione, a meno che non lo riscatti la verità psicologica. Naturalmente, stiamo tutti in questa prigione, e il Lavoro si propone di mostrarci come è *possibile uscire* da essa. Dico, *uscire* da essa. Ma se una persona non cerca di uscire, se continua ad essere un uomo meccanico, non riceverà nessun aiuto, e da se stessa gli sarà impossibile uscire.

Bene, parliamo brevemente dello sforzo. *Ricordarsi di se stesso* è lo sforzo più corretto che una persona possa fare. Questo sforzo non ha nulla a che vedere con le lamentele e i sospiri e le facce inacidite, né nell'impegnarsi nel salire pendii ripidi, per così dire, né con la paziente sofferenza che si patisce in profondo silenzio. No, lo sforzo del Ricordo di Sé è fare ciò che conviene. Dobbiamo stabilire una connessione e mantenerla. Non è dimenticare ma ricordare che è necessario decidere di farla qualche volta al giorno o almeno una volta. E, come dissi spesso, la si stabilisce mediante il fermare qualcosa – movimento, pensiero, tensione, rigidità, sentimento -

lasciando che tutto si rilassi – e qualche volta si otterrà un barlume del Ricordo di Sé. Nel cercare di *fermare* tutto, si ferma tutto ciò che ci lega alla vita. Questo esercizio ci produce un cambiamento totale in un battito di ciglia. Ci mette in relazione con chi cerca di aiutarci – farci uscire dalla prigione -. Non ci si stanca di riflettere su questo miracolo. Ma il costante *pensare* sulle preoccupazioni e i problemi e su ciò che si deve fare è esattamente uno sforzo sbagliato e susciterà un'identificazione ancora maggiore. Allora assomigliamo ad una persona che desidera, per così dire, trasportare una nave sulla cima di una montagna. A cosa serve tale sforzo? È possibile forse navigare sulla neve che copre la cima di una montagna?

Bene, nel Lavoro l'intelligenza è definita per prima cosa come potere di *adattamento*. Non è adeguare le cose a ciò che si *desidera* o si crede giusto, che è uno sforzo inutile, ma scartare quest'idea di falsa sicurezza ed affrontare le cose così come sono. Nei miei lunghi anni nel Lavoro ho notato in molte persone un'espressione simile – proprio così, un aspetto duro e determinato di fare conformare le cose a quello che credevano giusto. Queste persone non capiscono ancora questo Lavoro – proprio così, non si sforzano dalla loro comprensione del Lavoro, ma da quello che, per valori acquisiti, respingenti, atteggiamenti e il resto, intendono per giusto. Il Lavoro si propone di insegnarci che ciò che è giusto può essere diverso. Di certo, assomigliano alle persone che credono che il Sole giri intorno alla Terra e prendono come punto di partenza questa idea tolemaica. E, situandosi nella Terra di se stessi – cioè, in ciò che si crede giusto – desiderano, non solo che tutto il Cosmo, ma che tutto nella loro vita quotidiana, incluso il Lavoro stesso, giri intorno a loro e gli obbedisca. Discernere ciò che significa obbedire al Lavoro conviene sempre. Altrimenti molti sforzi saranno inutili, stupidi e persino ridicoli – come trasportare una nave sulla cima di una montagna. E qui avviene il riconoscimento della nostra nullità e l'idea che l'Uomo non può fare. Per tanto dobbiamo pensare in un senso pratico, sullo sforzo-Lavoro corretto.

Nello scrivere questo breve commentario, mi sentii contrariato interiormente – come fosse una ragnatela. Ricordando, mi resi conto di non aver risposto ad una lettera a cui dovevo rispondere, e non lo avevo fatto a causa di una leggera emozione negativa. Pertanto gli risposi. Questo è un piccolo esempio di uno sforzo di Lavoro che si è realizzato al suo tempo debito. Forse mi direte che è troppo facile. Quindi, è forse così facile osservarlo? Alcuni mi diranno di non aver tempo per questo tipo di banalità. Perciò, il vostro benessere, e i vostri stati interiori dipendono giustamente da queste cose banali, e vi posso assicurare che è così. È lo stesso di tante cose che si menzionano nell'Opera Esoterica i Vangeli. Quante volte si consiglia di fare la pace, di perdonare, quando lo si può fare, cancellare i debiti, prima di poter proseguire? Tutto questo si riferisce allo sforzo corretto. È saputo che accumulare tutti i giorni le cose sgradevoli appartiene a questa importante questione chiamata nel Lavoro “i carichi interni”. Succede sempre la stessa cosa. Si viaggia in una nave e si devono firmare solo biglietti per i piccoli consumi. Appaiono piccoli. Ma quando ci presentano il conto totale la sorpresa ci fa vacillare. Non ci immaginavamo di dovere tanto. Bene, se impariamo a sforzarci in queste banalità, i nostri sforzi sarebbero più intelligenti. Così si ottiene di intravedere l'idea che lo sforzo corretto non ha le sue

basi nell'affrontare montagne, né nel trasportare una nave fino in cima di una roccia, né nel vestire un saio e coprirsi di cenere.

Farò ora un'ultima osservazione su questo tema. Non ricordate che nei Vangeli si dice che quando si fa uno sforzo non si deve mostrare?

Non bisogna farlo penosamente – e così penosamente – non deve essere evidente per tutti che, diciamo, oggi smetta di parlare, di mangiare pane, di purificarmi, di portare il mio tratto migliore, ecc. Bene, nei Vangeli si ripete varie volte che non “bisogna insuperbirsi”. Perché? Perché va tutto alla Falsa Personalità. Per questo, quando si fa uno sforzo, bisogna farlo in segreto, e non si deve vedere nulla all'esterno. Riflettendo su questo punto, molte volte ho pensato che lo sforzo che si mostra *all'esterno* - cose come il saio, il pane duro, il non sedersi, ecc. – è inequivocabilmente uno *sforzo errato*. E ho già detto che lo sforzo sbagliato – a cui mi riferisco è ancora peggio di quello che vi avrebbe presentato la vita. Bisogna realizzare lo sforzo in segreto. Lo sforzo riguarda *uno stesso* e con l'estensione che ha ottenuto la rivelazione del Lavoro in uno stesso. Lo sforzo è un segreto tra uno stesso e la comprensione che si ha del Lavoro. Lo sforzo ha le sue radici nel non fare che le cose collimino con ciò che si crede debba essere corretto. Non è trasportare navi fin sulla cima di una montagna. Non è modificare gli altri affinché soddisfino l'idea di quello che dovrebbero essere. Non è quello di avere un'alta opinione di sé e di credere che il Sole giri intorno a noi. Lo sforzo si basa sulla comprensione che è anche necessario sforzarsi molto per essere meno disgraziato. Lo sforzo è quello di osservare con molta calma quali sono gli atteggiamenti e le crudeltà nel nostro temperamento che amareggiano la nostra vita. Ogni sforzo corretto comincia con l'osservazione di sé e prosegue con il Ricordo di Sé. Magari potessimo comprendere e fare *questi* sforzi invece di pensare che lo sforzo significhi qualcosa di totalmente inutile.

Cap. 135 Great Amwell House, 7 Agosto 1948
RESPINGENTI, RITRATTI E SHOCK-LAVORO
IDEA-LAVORO

Nasciamo svegli e senza contraddizioni interiori. È tutto minuscolo. Cresciamo tra gente addormentata che hanno annullato le loro stesse contraddizioni con l'aiuto dei respingenti. Così, invece di avere una Coscienza Reale, formiamo anche dei respingenti e cadiamo al suolo – di fatto, molto presto. Se la gente mancasse di respingenti, avrebbe una Coscienza Reale, e non esisterebbe né la guerra, né la violenza, né tutto il resto.

COMMENTARIO

Non è possibile osservare un respingente senza osservazione di sé e la memoria speciale che proviene da detta osservazione. Un uomo, una donna, devono diventare coscienti di certe classi di contraddizioni in loro stessi. I respingenti sono cose artificiali, che impediscono di ricevere gli shocks delle contraddizioni. C'impediscono di vedere ciò che siamo, ciò che facciamo e ciò che diciamo realmente, perché la Falsa Personalità ci fa immaginare quello che non siamo, che non facciamo, che non diciamo. Bene, senza osservazione, l'uomo non può cambiare. È preciso tenerlo sempre presente, meditare su questo problema. Se un uomo non

osserva se stesso non potrà mai essere differente. Un uomo deve *patire* l'osservazione di sé, ma senza diventare negativo. Un uomo compiacente, con pesanti respingenti, con immagini di sé, crede facilmente che il Lavoro convenga agli altri, ma che con lui non abbia nessuna relazione. A causa dell'azione dei respingenti, non vede contraddizioni in se stesso, e la continua attività dell'auto-justificazione che accompagna i respingenti, e l'effetto ipnotico dell'immagine di sé, che in un uomo, in una donna, di solito dura anni, quantunque si passi tutta la vita nel Lavoro, gli sarà impossibile arrivare a scoprire in che modo si applica a loro *qui ed ora*. Proprio così, rimangono addormentati anche quando il Lavoro cerchi di svegliarli sempre. "Per cambiare di posto", disse Gurdjieff "è necessario che si divida sé stesso in un lato osservato e un lato osservante".

Bene, senza eccezioni tutti abbiamo bisogno di lungo tempo per scoprire chi veramente siamo, lasciando da parte l'immaginazione. Questo è misericordioso. Come disse Gurdjieff: "Se i respingenti di un uomo fossero distrutti subitamente, verrebbero allora tutte le contraddizioni esistenti, in se stesso, allora impazzirebbe". Vediamo che alcune persone (non mi riferisco a qualcuno in particolare) credono di essere, diciamo, molto benevole. Vivono in un lato del respingente. Questo è un ritratto. Gli è molto facile detestare, ma si scusano. Si credono molto efficienti, capaci di far fronte a qualsiasi situazione – e in realtà sono stupide. O sogliono attribuirsi fermezza, calma, ecc. Bene, prenderebbe molto tempo enumerare tutte le virtù, che la gente (naturalmente non mi sto riferendo a noi) si attribuisce. Fondandosi sul motivo più debole si attribuiscono buone qualità, proprio così, quello che per loro sono come virtù. Così si adagiano in se stessi, nei ritratti che gl'impediscono di vedere l'altro lato del respingente. Dette persone non sono tuttavia state messe alla prova. Quello che è vero in uno non può essere mai la causa del sentirsi frastornato o di trasformarsi in ritratto. Facemmo recentemente una dissertazione su questo particolare, in cui si raccomandò di avvertire il punto in cui si è suscettibile. Si disse che si è sempre suscettibile a qualcosa che non è reale in uno stesso – qualcosa di rigido – proprio così, un ritratto. Il ritratto è una forma d'immaginazione su uno stesso – che non corrisponde alla propria realtà. Non ha in conto il lato opposto – cioè, l'altro lato del respingente. Il respingente s'innalza come un muro tra due lati che si contraddicono l'un l'altro. "Nessuno", disse O. "può crescere se non è niente altro che una massa di respingenti". Aggiunse che una volta che un respingente è stato distrutto, gli è impossibile tornare a formarsi. Disse anche che Gurdjieff insegnò che se abbiamo respingenti che c'impediscono di vedere le contraddizioni, la Coscienza Reale non potrà mai aprirsi a noi. La Coscienza acquisita è molto differente. La Coscienza Reale è la stessa in tutti.

Bene, oggi parlerò dei ritratti in relazione con i respingenti. C'è la possibilità di vedere il lato gradevole, persino meraviglioso, di uno stesso. Che è così benevolo, discreto e buono, e tante altre qualità. Osserviamo più profondamente e non come fa la psicologia superficiale. Ripeto, per amore di Dio, che è necessario penetrare più profondamente – fino a vedere *l'altro lato del ritratto* a cui siamo tanto attaccati – proprio così, l'altro lato del respingente – questo muro che s'innalza tra la nostra immaginazione, quello che immaginiamo, e ciò che siamo e che ci mantiene comodi

ed impedisce alla Coscienza Reale di toccarci. Questo lato *oscuro* – proprio così, questo lato non riconosciuto, non cosciente – deve mescolarsi con l’altro lato. Si – sconvolge molto mettersi in contatto con la Coscienza Reale. In verità è una benedizione avere tanti respingenti e ritratti che l’affogano – specialmente, perché hanno poco a che vedere con la nostra idea circa quello che significa essere buono, benevolo, paziente, retto, calmo, tollerante, e tutte le altre virtù che la Falsa Personalità s’inorgoglisce di possedere e che attribuisce a se stessa. Solo la comprensione della nostra nullità, in questa prima e terribile visita, può farci comprendere il significato di questo – il renderci conto che non c’è praticamente *nulla* in noi dotato di alcun valore alla luce incandescente della Coscienza Reale. Così, l’obiettivo del Lavoro è a quanto pare – come esprimerlo? – dunque, quello di scuoterci un pochino – muoverci un pochino – farci pensare in una maniera nuova – fare in modo di farci vedere diversamente. Sì – questo è il modo di esporlo con molta chiarezza. È un processo molto lungo, non è vero? È proprio così, è il quid del Lavoro – per conoscenza, si occupa di *noi* e desidera che cambiamo, anche se pur leggermente. Ma come ci offendiamo quando siamo un poco scossi – riceviamo un piccolo shock. Osserviamo come, al semplice accenno che non siamo un perfetto esempio di virilità o di femminilità sulla Terra, i ritratti, i respingenti, l’auto-justificazione ed i giganti Orgoglio e Vanità e tutte le truppe della Falsa Personalità riuniscono le loro forze e sibilano e fremono e si sentono oltraggiate, offese. Basta osservarlo in se stesso, quando qualcuno ci da un piccolo shock.

Cap. 136 Great Amwell House, 21 Agosto 1948

SULL’ESSERE SOTTO DIFFERENTI LEGGI

IDEA-LAVORO

È necessario lavorare contro la meccanicità. Osservare la propria meccanicità – altrimenti si permane sotto la Legge dell’Accidente.

COMMENTARIO

Un uomo meccanico non può trasformarsi meccanicamente in un Uomo Cosciente. La coscienza dell’Uomo Cosciente non avviene meccanicamente. L’uomo meccanico continua ad essere un uomo meccanico tutta la sua vita fino a quando comincia a lavorare su di sé e si dà gli shock necessari per svegliarsi. Un uomo può essere meccanicamente un uomo buono o cattivo. Ma nei due casi è un uomo meccanico – una macchina. Bene, il Lavoro dice che come tale non sta sotto la Legge del Destino, ma sotto la Legge dell’Accidente. L’Uomo può stare sotto differenti ordini di leggi. La più bassa è la Legge dell’Accidente. Questa include tutta la gente meccanica, buona o cattiva nel senso ordinario. Di questo insegnamento come fu dato all’origine, Gurdjieff disse: “Un uomo può stare sotto la Legge dell’Accidente, o può stare sotto la Legge del Destino o può stare sotto la Legge della Volontà”. Aggiunse: Un Uomo – proprio così, un Uomo reale, un Uomo cosciente – sta sotto la Legge della Volontà”. In un’altra occasione, espresse che l’Umanità in generale sta sotto la Legge dell’Accidente, allora gli si fece una domanda sulla psicologia. Rispose: “L’Uomo meccanico non possiede psicologia. Egli è una macchina. Reagisce sempre nella stessa maniera agli stimoli esterni. Una macchina manca di psicologia, come potrebbe avere psicologia una macchina? Solo dell’uomo che comincia a conoscersi e a

lavorare su di sé si può dire che possiede psicologia. E se un uomo ha un “Io” Reale, e così, Volontà Reale, allora in verità possiede psicologia.” Si domandò a Gurdjieff come un uomo potesse passare dalla Legge dell’Accidente alla Legge del Destino. In poche parole rispose: “Solo attraverso la crescita dell’Essenza, che è ciò che gli appartiene. Un uomo-macchina, un uomo meccanico, reagisce dalla Personalità, che non gli appartiene. La Personalità sta sotto più leggi dell’Essenza. Per dirlo in poche parole”, proseguì Gurdjieff, “la Personalità sta sotto 48 ordini di leggi e la Falsa Personalità sotto 96. L’Essenza sta sotto 24 ordini di leggi, e un corretto sviluppo e crescita dell’Essenza la può portare ancora sotto, per così dire, meno leggi di quelle di un uomo che sta solo sotto 24 ordini di leggi – proprio così, sotto le leggi del Sole. Allora”, aggiunse Gurdjieff, “egli sta sotto la Legge della Volontà”.

Bene, sentirlo mi fece riflettere molto su questo problema; Cos’è che ci pone *ovviamente* sotto la Legge dell’Accidente? Da ciò che disse Gurdjieff riferendosi all’Essenza e la Personalità, è chiaro che un uomo possiede due cose: Ciò che gli appartiene realmente e ciò che crede che gli appartenga. Ouspensky espose: “Si tratta di ciò che è reale e di ciò che è irreal. L’Essenza è la parte reale a paragone della Personalità che è irreal. C’è sempre ciò che appartiene all’uomo e quello che non gli appartiene. La crescita di ciò che gli appartiene significa uno sviluppo dell’Essenza. La crescita di ciò che in realtà non appartiene all’uomo significa la crescita della Personalità”. Bene, se mi faccio questa domanda: “Cos’è ciò che mi mette sotto la Legge dell’Accidente?” Teoricamente potrei rispondere basandomi sulle parole scritte prima che è tutto ciò che non mi appartiene realmente. Perché? Perché ciò che mi appartiene realmente ha a che vedere con la mia Essenza, e l’Essenza, ci dissero, sta sotto la Legge del Destino e non sotto quella dell’Accidente. Chiariamo questo punto. L’Essenza è sempre tutto ciò che appartiene ad un uomo. La Personalità è ciò che ha acquisito dal suo contatto con la vita esterna. Solo ciò che gli appartiene può produrre la crescita dell’Essenza. Per esempio, se dovessi apprendere un argomento che non mi è necessario per passare un esame, da questo non risulterà una crescita dell’Essenza – proprio così, di ciò che mi appartiene – ma la crescita della Personalità. Riflettiamo su questa strana idea – strana, almeno, a prima vista – che se c’impegniamo in una direzione che non è la nostra, si passa una volta di più sotto la Legge dell’Accidente. Ci troveremo, poi, in un posto del nostro molto vasto paese psicologico e interiore che ci è realmente estraneo e persino ostile.

Bene, in questi Commentari, dirò ora che la crescita di ciò che è nostro (ci appartiene) – proprio così, la crescita della nostra Essenza – significa la crescita della nostra comprensione, perché la comprensione ci appartiene, e la crescita della comprensione significa la crescita della coscienza. È un errore pietrificare la mente con l’immagine della coscienza come una mera cosa in sé – una cosa denominata “coscienza”. Il termine “coscienza” non ha nessun significato se non sia coscienza di qualcosa, e al dunque questo certo stato di coscienza avvertito, che pare non aver sostanza, e che, invece, ho osservato, ha una consistenza paragonabile al sentimento dell’“Io” liberato dai suoi attaccamenti esterni – proprio così, liberato dall’identificazione.

Bene, uno sviluppo della coscienza è uno sviluppo del significato. È, come disse Ouspensky, riferendosi alle ottave interiori, vedere mille cose dove prima se ne

vedeva una sola. È vedere mille connessioni dove prima si vedeva una sola connessione. È vedere mille significati diversi dove prima si percepiva un solo significato. È questa crescita della ricchezza interiore ciò che mostra un aumento di coscienza. La coscienza è luce. Un aumento di coscienza illumina ogni volta di più. Invece di vedere unicamente la tavola si vede tutta l'abitazione in cui sta la tavola e poi si vede la casa in cui sta l'appartamento, e così via. Così, pertanto, un aumento di coscienza è ciò che ci fa pensare sempre di più *relativamente*. Il pensiero relativo, così come lo definì O., si fonda nel vedere la parte in relazione con il tutto e non vedere soltanto la parte, isolata. Un'anima ristretta, con tanti giudizi fissi ed acquisiti, avrà una vita desolata dovuta al fatto che giudica sempre da una piccola parte, da qualche dettaglio, acquisito dalla Personalità. Questo ostacola molto l'azione del Lavoro. La penetrazione del Lavoro in noi – cioè, le influenze dei Centri Superiori – è perfetta solo quando ci rendiamo conto della nostra totale nullità – quando, proprio così, percepiamo mediante una prolungata, imparziale e sincera osservazione che in realtà non sappiamo niente e non siamo assolutamente ciò che immaginiamo di essere, tema che tanto spesso discutiamo in queste conversazioni. Ma questa comprensione non può essere raggiunta da uno stesso – altrimenti diventa auto-compassione ed emozione negativa. È concessa – in briciole. Di fatto, è vicina all'emozione positiva, che come si sa, è concepita solo come ricompensa ed è qualcosa che nessuno può creare in se stesso. No, un'emozione positiva è una ricompensa. Ciò che definiamo un'emozione “positiva” sta al servizio attivo di un'emozione negativa in modo tale che nella vita meccanica l'amore e l'odio sono quasi sempre indistinguibili. Ma una vera emozione positiva manca di opposto e non può mai trasformarsi in odio. Nei Centri Superiori non esistono opposti. E vi dico qui che quanto più una persona è difficile e antipatica, tanto più avrà opposti – osservazione, m'immagino, che si applica a tutti, specialmente a quelli che s'immaginano a causa di un ritratto di sé di essere pieni di amorosa bontà, e che, se li s'incolpa scaltramente, si trasformano in demoni d'odio, vendicativi, rancorosi e tutto il resto. A questo riguardo, in un'occasione, saranno circa venti anni fa, dissi ad Ouspensky: “Perché non inizia a lavorare su X? È un uomo di grande valore”. Mi rispose: “Sì – ma non lo farò. Mi costerebbe troppo sangue. Per prima cosa dovrei soddisfare la sua ambizione. Poi mi odierrebbe ed avrebbe infinite difficoltà”. Poi Ouspensky alzò gli occhi e disse: “Ho già abbastanza difficoltà con voi”. Bene, dovete ammettere che questo assomiglia molto al divorare un libro, credo sia l'Apocalisse, che ha passaggi gradevoli e altri molto amari.

Bene, ritornando al problema della crescita dell'Essenza, bisogna discernere che ogni crescita della comprensione significa una crescita dell'Essenza e una crescita della coscienza. Se si lavora molto, molti anni, e uno si afferra alla corda del Lavoro, si avvertirà molto gradualmente che la comprensione delle idee del Lavoro diventano ogni volta più ampie. E ricordando, si vedrà che ciò che prima si credeva osservazione di sé non lo era. Uno si rende conto che, senza saperlo, stava giocando con cose carine, bidimensionali, che gradualmente si trasformavano in cose tridimensionali e poi quadridimensionali. Allora, a mo' di esempio, se si percepisce cosa significa l'Essere con il suo carico di respingenti, orgoglio, vanità, atteggiamenti

fissi, ritratti, menzogne, falsi valori acquisiti e tutto il resto, e lo si paragona a quello che si considerava veramente come la verità finale – si capisce che lo si ignorava e che perciò non se ne poteva parlare, né menzionare, perché facendo così sarebbe stato mal interpretato per la minore comprensione. Questo è l'unico esempio che farò. Tutti voi avrete sentito dire che se non si distruggono i respingenti è impossibile sentire i Centri Superiori né avere Coscienza Reale. Sì. Bene, bisogna **conoscere** tutti e due i lati di un respingente ma non si può portare la coscienza da un lato all'altro. Così il respingente permane. Conoscere ed essere cosciente non è la stessa cosa. In un altro momento ci estenderemo maggiormente su questo tema.

Ritorniamo ora ad esempi più facili che si riferiscono a ciò che ci mette sotto la Legge dell'Accidente. Aggiungerò una sola cosa: se si crede ora di conoscere completamente ciò che si riferisce al Lavoro, è necessario mettere da una parte questo problema. Bisogna preparare la valigia e spostarsi in un altro posto della nostra psicologia interiore. Si suole dire che il Lavoro nasconde molti pericoli. Ho prestato attenzione a questi pericoli. A modo di commentario aggiungerò lo spaventoso, il terribile pericolo di credere di sapere già tutto sul Lavoro, che ci spinge a non fare nulla e a peggiorare.

Bene, dobbiamo vivere il Lavoro così come si deve vivere la vita ordinaria, e in questo modo dobbiamo impegnarci a vivere con la vita del Lavoro che non ha fine.

Cap. 137 Great Amwell House, 28 Agosto 1948

SULL'IDENTIFICARCI CON LA PARTE CHE CI CORRISPONDE (CHE È NOSTRA)

IDEA-LAVORO

Il Lavoro c'insegna che tutto ciò che si fa coscientemente ci appartiene e ciò che si fa meccanicamente si perde.

COMMENTARIO

La vita si può vivere coscientemente o meccanicamente. Fare una cosa coscientemente significa non identificarsi: fare la stessa cosa meccanicamente significa che si è identificati, nel cui caso è piuttosto la cosa che lo fa invece di essere noi a fare la cosa. Per comprendere il Lavoro e tornare a comprendere e comprenderlo di nuovo e così via, una ed un'altra volta, fino a che il Lavoro si tenga eretto nel nostro Essere come un albero ed ordini e colleghi tutto correttamente e quasi armonicamente – per comprendere il Lavoro, è utile ricordare frequentemente gli esempi dati in forma di commentari. Prendiamo l'esempio che siamo tutti qui su questo pianeta, ognuno con una parte che deve disimpegnare, ma, per esserci addormentati invece di rappresentare la nostra parte come lo può fare un attore, abbiamo creduto che questa parte era noi stessi. Proprio così, ci siamo identificati con la nostra parte e così siamo diventati essa – di poi identificarsi significa che si diventa uguali all'altra cosa, che equivale a dire che si diventa qualcosa che non è noi stessi. Immaginiamo un attore, che in una scena sta facendo la parte del re, improvvisamente crede di essere proprio un re, e cammina per la via con i suoi vestiti e corona da re. Ciò che è successo all'Umanità è qualcosa di simile. Una volta svegliata, cadde nel sonno. E nell'insegnare che l'Umanità è addormentata il Lavoro aggiunge che se

l'Umanità rimane addormentata non si può fare nulla per migliorare le cose sulla Terra. L'Uomo deve svegliarsi dal suo sonno. Ma quantunque l'Umanità nella sua totalità rimanga addormentata e non può svegliarsi, la gente può cercare di svegliarsi individualmente dal sonno ed avere successo. Bene, prendere la propria vita coscientemente è un modo d'iniziare a svegliarsi. Per esempio, se non si cede alle proprie emozioni negative in un dato momento, si produrrà da un lato una perdita e dall'altro un beneficio. Il lato meccanico perderà forza e si produrrà un beneficio nel lato cosciente. Questa lotta in una persona che capisce il Lavoro prosegue sempre. Quando non cede alle proprie reazioni meccaniche contro la vita e le persone, si produce un aumento di forza nel lato cosciente. Allora prende la propria vita coscientemente invece di prenderla meccanicamente come fanno tutti. Nel modo in cui dice l'Idea-Lavoro citata all'inizio della dissertazione: "Tutto ciò che facciamo coscientemente è nostro, ma ciò che facciamo meccanicamente è perso". Discernerà, alla luce di questa osservazione, che nel caso di due uomini che esteriormente fanno una vita molto simile, uno termina con nulla e l'altro con molto. Perché? Perché il primo permette che la propria parte lo disimpegno, mentre il secondo disimpegna la propria parte coscientemente. Il primo uomo non era cosciente di ciò che faceva, l'altro lo era, quantunque ambedue facessero una stessa cosa. Bene, non bisogna chiudersi in un monastero né ascendere una montagna fisica per avere una vita più cosciente. Questo Lavoro, questo metodo per svegliarsi, è per coloro che sono **nella vita**, e la vita gli procura il materiale sul quale devono lavorare. Ma qui si presenta una difficoltà che ci vogliono anni per scoprirla, e alcuni neppure ci riescono. Non ha la sua base nel lavorare sul materiale provvisto dalla vita, quantunque questo sia in un certo modo la verità. È, per dirla meglio, la maniera di prendere la vita esterna che costituisce il materiale sul quale bisogna lavorare. La vita è un cangiante caleidoscopio di avvenimenti, in continua trasformazione. La cosa difficile è che le persone prendono la vita e le proprie reazioni ad essa come se fossero la stessa cosa. Gli è difficile capire che lo stesso incidente nella vita esteriore, come una tempesta, non è la stessa cosa nella loro reazione meccanica verso di essa, e non colpisce tutti nello stesso modo. Cioè, la tempesta che è parte della vita esteriore in quel momento, ed è una cosa neutra ed impersonale, e la propria reazione meccanica ad essa, che è personale, e, diciamo, li preoccupa, appaiono identiche. Riuscite a capire cosa significa questo? Alcune persone si divertono con le tempeste. Una tempesta – proprio così, un evento della vita – di solito produce reazioni diverse in differenti persone. Quindi si deve lavorare su queste reazioni meccaniche in se stessi, praticando la non identificazione e tutto quello che insegna il Lavoro. Così si vedrà **che non è** esattamente l'identificarsi con la vita esterna, e le sue continue processioni di differenti perturbazioni e complicazioni chiamati avvenimenti, quello su cui si deve lavorare, ma sul modo di prendere questi avvenimenti e perturbazioni ed incidenti. Vale a dire, sulla forma di reazione meccanica contro di essi. Ma, come si disse, sono rari coloro che apprendono questa idea dopo molti anni.

Bene, le persone che l'hanno già sentita, dicono: "Qual è la nostra parte nella vita? Come facciamo a conoscerla?" questa è la risposta: all'inizio tutto ciò che ci capita è la nostra parte e dobbiamo farla coscientemente, occuparci di essa coscientemente,

come fosse qualcosa che ci hanno ordinato di rappresentare nella scena. Più tardi si discernerà ciò che appartiene alla Legge dell'Accidente e ciò che appartiene alla Legge del Destino. Ma al presente, dobbiamo prendere ciò che avviene come un *lavoro* – proprio così, non identificandosi (se è possibile), ricordandoci di noi stessi, non pensando che l'altro è colpevole, e così ingolfandosi nell'odio, ecc. Un piccolo ed agile naviglio, che naviga sulle onde della vita, è un buon esempio di ciò che si deve fare eventualmente per capire il perché siamo su questa Terra – cioè, per non identificarsi con tutte le molestie che si presentano. Alcune persone credono che la vita debba essere meravigliosa. Ma la vita non può essere così, perché interviene sempre la Seconda Forza – una forza che si oppone a ciò che si desidera. Se si capisce comprendiamo, che non è colpa dell'altro, diciamo, marito o moglie, ecc., perché le cose non vanno come dovrebbero. Molte volte ho pensato che le persone mal addestrate nella vita credono di avere diritto alla felicità senza comprendere che è necessario guadagnarla con un arduo lavoro su di sé. La gente suole essere ancora più addormentata di come lo era prima.

Cap. 138 Great Amwell House, 4 Settembre 1948

NUOVA NOTA SULL'OSSERVAZIONE DI SÉ

IDEA-LAVORO

L'uomo non è uno ma una molteplicità. Non ha una mente ma varie menti. Non ha un solo "Io" ma molti "Io".

COMMENTARIO

Per arrivare a conoscersi, un uomo, una donna, devono *osservare se stessi*. Senza l'osservazione di sé non si può avere la conoscenza di sé. Le persone, è chiaro, immaginano di conoscere se stesse e vivono in questa illusione. È precisamente questa illusione che non gli permette di capire che non conoscono loro stesse ed invece della conoscenza di sé hanno ritratti immaginari di se stesse che non assomigliano assolutamente a quello che sono veramente e che gli complicano soltanto la vita con simulazioni e li portano a cento ed una direzioni false. Guardando queste immagini di se stessi, per così dire, come fossero bambole preziose, raramente hanno un barlume di sé e, se lo hanno, si abbracciano più strettamente alle loro bambole. Nel dire questo, non esagero assolutamente. Questo è ciò che c'insegnò Gurdjieff e dopo aver passato molti anni nel Lavoro riconosco la loro verità. Viviamo con le idee più ridicole sulla nostra persona, e il risultato di questo è che siamo incapaci di cambiare, di crescere, e così, non possiamo apprendere nulla di nuovo. Tutti passano gran parte della giornata a guardarsi in uno specchio. Non lo avete notato? Ma in realtà non è uno specchio. Un vero specchio non deforma nulla e riflette esattamente e non critica ciò che gli sta di fronte. Questo è lo specchio di cui abbiamo bisogno – uno specchio vero, obiettivo, e non uno specchio immaginario, sia esso auto- esaltante o auto compassionevole, che deve essere sostituito con uno verace. Non impazziremmo tutti al vederci esattamente come siamo? Un uomo deve penetrare molto profondamente in se stesso prima di poter agguantare questa esperienza. La sua coscienza di ciò che sta in lui tenderà ad ampliarsi

considerevolmente. La sua conoscenza di sé dovrebbe essere profonda e genuina, fondata su un'osservazione di sé prolungata ed imparziale – e poi, è chiaro, se succede così, tutta la sua idea, e senso e sentimento di sé dovrebbero essere cambiati a tal punto che starebbe già in prossimità dell'“Io” Reale, che è la nostra vera meta e potrebbe captare persino un barlume del Padrone oltre l'“Io” Reale. Apprendiamo chiaramente che ogni avvicinamento all'“Io” Reale è impossibile per una persona piena d'illusioni, menzogne e simulazioni su se stessa.

Bene, per ciò che riguarda l'osservazione di sé, le persone non sogliono seguire ciò che insegna il Lavoro. Prendiamo, per esempio, la depressione. Le persone nel Lavoro dicono, nel modo in cui si suole dirlo nella vita: “Mi sento depresso”, e credono di aver osservato se stesse. Se si desidera osservarsi in ciò che negligenzemente chiamiamo depressione, è preciso osservare la sua origine. Da quale parte della macchina proviene? Da quale centro? Per esempio, potrebbe provenire dal Centro Intellettuale. Dirà: “Come è possibile che la depressione provenga dal Centro Intellettuale? È certo che le depressioni nascono sempre dal Centro Emozionale”. Quindi, se lo dice, non ha osservato di sicuro se stesso. Il Centro Emozionale può ridondare di allegria eppure percepire che in qualche posto della sua persona esiste una depressione. Bene, se non si può abituare all'idea di non essere una sola persona, una persona invariabile, ma di essere una molteplicità di “Io” e così di contraddizioni, non lo comprenderà mai. Una parte di uno stesso suole essere allegra e l'altra depressa. “Come”, direte voi, “può succedere una tale cosa? *Io* sono o allegro o depresso”. In questo caso crede che l'“Io” sia una cosa sola e così lungo tutto il suo percorso nel Lavoro commetterà gli sbagli più elementari sia nella comprensione di se stesso come nella comprensione del Lavoro, perché non può vedere né riconoscere di non essere una sola persona ma molte. È probabile che qui sia compresa una perdita di prestigio, “Ragazzo nobile” – sì, ma ho paura che il “ragazzo nobile” sia un ritratto. “Di perfetta onorabilità e virtù” – sì, ma ho paura che la “perfetta onorabilità e virtù” sia un ritratto. “Di un'integrità totale” – sì, ma ho paura della stessa cosa. In questo modo, vivendo attraverso la sua fanfaronata, per così dire, smette di vantarsi della sua nobiltà, onorabilità, virtù ed integrità. In realtà, differiamo molto dalle immagini di noi stessi che ci forgiamo – e, di certo, siamo molto più interessanti. Sì, rubiamo anche il dolce come fanno i bambini. Eppure – non è forse strano? – basta pensare alle persone che invecchiano e si inaridiscono nel continuare a cullare le loro bambole morte, continuando ad afferrarsi a ciò che non sono, e perdendo così ogni possibilità di contatto con la sorgente essenziale della loro vera esistenza. In tal caso, la Personalità ha vinto la partita – in particolare con l'aiuto della Falsa Personalità. Basta mantenere gli occhi mentali aperti per scoprire che molte persone sono in questa situazione, poi in tale caso avremo barlumi allo stato interiore e al livello degli altri. È interessante osservare una persona che si ferma e si accampa per sempre nel lungo e strano viaggio psicologico chiamato Lavoro. Si trova di fronte ad una difficoltà minima e si ferma e non si muove più. Ho alcune parole molto interessanti su questo particolare. E tutto si deve alle false immagini di sé che si adorano e a cui ci afferriamo.

Bene, l'origine della depressione è dovuta a questi ritratti. Così, quando si osserva l'origine della depressione è preciso percepire se proviene da un ritratto che è stato ferito da un'osservazione casuale. Naturalmente, non si può osservare direttamente il ritratto, perché è immaginario. Ma si può riflettere nell'osservazione, e di questo, forse dopo molti anni, ridurre gradualmente il ritratto che ci domina e c'impedisce di sfuggire dal suo potere limitato e geloso. Vi ricorderò qui ciò che dicemmo recentemente sulla suscettibilità e sul cercare di osservare ciò che ci fa diventare suscettibili – una forma molto utile e pratica di osservazione di sé.

Bene, ritornando all'osservazione delle depressioni – come si disse, possono avere la loro origine in differenti centri, a volte sono originati, per esempio, dal Centro Istintivo che estrae forza a causa di una leggera infezione. O nasce dal Centro Intellettuale – ed è certo che colpisce più spesso le donne piuttosto che gli uomini, ma non so da cosa dipenda. La depressione intellettuale è una forma di depressione molto marcata ed non ha la sua origine nel Centro Emozionale. La peggior depressione possibile è originata dal Centro Emozionale stesso, solo che qui ci sono molte forme che inglobano diverse parti del Centro Emozionale. La depressione che si situa nella parte motoria del Centro Emozionale è abbastanza comune ed è una semplice classe di noia. La depressione che nasce nella parte emozionale del Centro Emozionale è pericolosa perché è connessa con una perdita di fede in Dio, intendendo qui per Dio la fonte che ci dà ogni giorno il nostro pane quotidiano, cioè, la somministrazione giornaliera di significato necessario alla nostra esistenza. Poi c'è la depressione che proviene dalle persone che rinunciano ad alcuni dei loro soliti interessi e fonti di significato, nel fare uno scopo sbagliato. Rinunciare ad una fonte di significato senza avere altro che occupi il suo posto é traslocare ignorando l'equilibrio della macchina. Teniamo presente, così come lo insegna il Lavoro che il Primo Shock Cosciente può darsi con sicurezza – non è intromettersi con la macchina-. Riflettiamo qui soprattutto di ciò che significa il Primo Shock Cosciente. Poi, vi è anche la depressione che ha la sua origine nel lasciare che i vecchi “Io” stereotipati criticchino gli “Io” di Lavoro – i vecchi criticano i giovani in uno stesso – che è un antico tema nei miti – come Cronos o il Tempo che divora i suoi figli.

Tutto ciò dimostra l'importanza che ha l'osservazione di sé e la stupidità di esclamare, per esempio: “Io sono depresso”, e non aver nulla per rimediario. Bisognerebbe almeno domandarsi: “Quale “Io” è depresso?” Ma in questo commentario, che si occupa meglio dei centri, non posso approfondire questo aspetto dell'osservazione di sé che tratta degli “Io”. Basta dire che gli “Io” vivono in ogni parte o suddivisione delle differenti menti o centri nella nostra macchina. Ma aggiungerò che un “Io” malvagio può perseguirci e portarci alla disperazione e all'insensatezza. Orbene, bisogna vigilare ed osservare continuamente questo “Io” malvagio.

IDEA-LAVORO

Un uomo non può “fare” altrimenti dominerebbe la sua violenza. La violenza genera sempre violenza. “Fare” mediante la violenza è non “fare”. Tutta la storia, che è una storia di crimini, dimostra come la violenza non può “fare” nel senso del Lavoro. Una guerra segue ad un’altra guerra.

COMMENTARIO

Ouspensky in un’occasione ci mostrò chiaramente che dal punto di vista esoterico bisogna saper fare le cose e comprendere il modo di farle, cercando di non agire violentemente. Affermò che questo non significava agire dalla ragione sentimentale di non forzare la gente, ma dal punto di vista di comprendere la sua utilità. A questo riguardo segnalò che la condotta virtuosa delle persone è meccanica o sentimentale perché la seguono semplicemente per amore della condotta stessa, e non per conoscere la ragione di detta condotta. In molte occasioni si riferì alla condotta meccanica per distinguerla dalla condotta cosciente. Un uomo, disse, è addestrato per comportarsi in un determinato modo. Nel caso della condotta meccanica, detto uomo si comporta pertanto non come *deve* fare, ma come non può fare a meno di fare. Questo comportamento è meccanico, sia esso buono o cattivo. Forse immagina di poter comportarsi anche in un altro modo, ma quando arriva la situazione si comporta come lo fa abitualmente. Il comportamento cosciente è possibile soltanto quando una persona ha osservato il comportamento meccanico e si è separato da esso, dal comportamento meccanico che risiede nella Personalità. L’uomo cosciente si comporta dalla sua comprensione di ciò che è necessario. Nel possedere Volontà, può *esercitarla* sul suo comportamento. Ma un uomo meccanico è governato dall’esterno – proprio così, dalle circostanze esterne – e così da una fonte indipendente dentro di lui, per cui non può dominare *volontariamente* la sua condotta in una data situazione. Bene, se un uomo è governato dall’esterno non sarà capace di vincere la violenza. Ouspensky disse: “La violenza è uno stato emozionale in ogni persona – fare le cose con violenza, cercare d’imporsi agli altri, obbligarli e così via”.

Bene, riflettete su ciò che disse Ouspensky sul fatto che la violenza è uno stato emozionale comune a tutti ed è necessario riflettere sul suo significato. La gente crede di ricorrere alla violenza solo in caso di bisogno. Eppure, basta contemplare ciò che succede *ora* nella vita, ed anche nella storia. Qual è l’uomo o la donna che oserebbe dire che nel suo profondo non riposi la violenza? Forse si sono forgiati dei ritratti benevoli di essere affascinanti. Orbene, vi consiglio d’indagare più profondamente. E qui aggiungerei la seguente cosa: “Come è possibile concepire una persona che non si basi, se vi è bisogno, sulla violenza? Un uomo, una donna, che nulla li fa ricorrere alla violenza? E riflettiamo un istante su una delle prime osservazioni di Ouspensky su ciò che potrebbe essere un Uomo Cosciente nella vita, prescindendo da quello che è *l’Uomo Meccanico* altamente sviluppato. Se pensiamo in un Grande Uomo, un Uomo Cosciente tendiamo a pensare in un Uomo-Vita più ampio. Sarebbe semplicemente un uomo più grande – un Uomo Meccanico più grande – un gigante, per così dire. Ma questa è un’idea molto sbagliata di ciò che sarebbe un Uomo Cosciente, perché un Uomo Cosciente è *differente* dall’Uomo

Meccanico. Non è più grande, più forte, più ricco, ecc. è una classe di uomo completamente *differente*. È un uomo che non si basa sulla violenza. Proprio così, è un uomo di un'altra classe, a cui non interessa né tocca quello che interessa o tocca l'Uomo Meccanico. Di fatto, tal volta pare un uomo molto comune. Eppure lo si può spettinare, e non gli darà nessuna importanza, perché è passivo alla violenza. La violenza non lo governa – e così non c'è nessuna cosa in lui su cui afferrarsi – né la gelosia, né l'invidia, né l'odio, e tutto il resto. Perché? Perché è un uomo *differente* da noi e il suo centro di gravità non è fuori di lui. Allora è imperturbabile? Dunque, se in un terremoto la sua casa minaccia di crollare, è molto probabile che fugga da essa. Eppure non si *basa* nella violenza. Di conseguenza, nel nostro ridotto livello di comprensione del Lavoro e della differenza che c'è tra un Uomo Meccanico ed un Uomo Cosciente, bisogna capire che l'Uomo Cosciente non agisce dalla violenza, e così, quest'esercizio di studio di sé, ci permette di osservare la parte che disimpegna la violenza in noi e da qui dedurre se siamo o no prossimi al Circolo Cosciente dell'Umanità.

Bene, così come lo insegnò Ouspensky, la violenza, dal punto di vista esoterico, è inutile. Cosa significa il punto di vista esoterico? Significa che dal punto di vista del Circolo Cosciente dell'Umanità, dal quale proviene tutto l'insegnamento esoterico o interiore, la violenza è il segno dell'Uomo Meccanico – e un Uomo Meccanico, per quanto possa seguire rituali e credi, è incapace di raggiungere un livello elevato di Essere se non ha lavorato, e lavorato ripetutamente, sulla sua violenza. Comprendetelo, non si ottiene alcun risultato attraverso la violenza. La violenza genera violenza con tutti i suoi odi, vendette, gelosie, invidie, ecc. Non è forse un fattore formidabile che dobbiamo affrontare nel lavoro su di sé? Ve lo dirò dalla mia propria esperienza con me stesso – e spero che comprendiate che le esperienze si ottengono dalla vita e da noi stessi, e sono differenti, e il Lavoro si occupa soprattutto delle proprie esperienze. Dirò anche che dobbiamo occuparci di questo essere lunatico e vagabondo chiamato uno stesso. Sì, è uno studio interessante. Una volta dissi a me stesso, ricordando come mi ero comportato violentemente in una certa occasione: “È ovvio che dovevo essere fuori di me per essermi comportato così come ho fatto”. Comprimerete che il potere del Lavoro mi fece vedere che mi ero comportato male. Ma vi assicuro che se si sta dominati dalla vita è impossibile discernere che uno è sbagliato e così si continua agendo da una risoluta violenza o da una latente.

Cap. 140 Great Amwell House, 18 Settembre 1948

NUOVA NOTA SULLA VIOLENZA

IDEA-LAVORO

Un uomo, non può “fare” se non domina la sua violenza. La violenza genera sempre violenza. “Fare” mediante la violenza significa non “fare”. Tutta la storia, che è una storia di crimini, dimostra come la violenza non può “fare” nel senso del Lavoro. La guerra è seguita da un'altra guerra.

COMMENTARIO

L'ultima volta abbiamo detto che l'Uomo Cosciente agisce senza violenza. Ammesso che il Lavoro insegna che ci basiamo sulla violenza, non bisogna immaginarsi che solo udendo di quando in quando che succede così, questo possa produrre qualche cambiamento in noi. Lo studio della violenza in uno stesso dura tutta la vita. L'Uomo Meccanico è radicato nella violenza ed uno dei significati della ri-nascita è quello di rinascere al di là della violenza – di diventare cosciente nel pensare e nel sentire in un livello oltre la violenza. Nel livello della violenza, nella pianura, per così dire, abbiamo molti nemici. Proprio così, nel nostro livello meccanico ordinario abbiamo molti "Io" pericolosi e violenti che sono nostri nemici e cercano di distruggere la nostra comprensione. Perché non vi è cosa che distrugga di più la comprensione della violenza. Ma se ci eleviamo al di sopra della pianura, se, per così dire, ascendiamo sulla montagna, già non siamo più dominati dagli "Io" violenti. La difficoltà radica poi nel mantenere il nostro pensiero abbastanza energico per poter ancorarlo a questo livello. Per questo pertanto nel nostro pensare falliamo – almeno per molti anni – in parte perché non abbiamo compreso ancora il segreto – per conoscenza, che per ottenere un livello differente, è necessario rinunciare a certe abitudini di pensare e di sentire. Non percepiamo che il movimento psicologico è tanto reale quanto il movimento fisico e che ambedue esigono lo sforzo. Salire su una montagna in uno stesso richiede uno sforzo e mantenere la posizione raggiunta richiede un altro sforzo. È necessario capire che secondo il Raggio di Creazione ci sono in noi livelli differenti. Così non dobbiamo soltanto ricordarci di noi stessi in molti modi differenti, ma ad associarci intimamente alle idee del Lavoro, affinché penetrino nella mente ed influiscano in ogni momento sulle piccole trasformazioni degli stati meccanici. Questo continuo interscambio interiore con il Lavoro, che esige soprattutto di godere di una buona memoria-Lavoro e di possedere un album di fotografie fedeli di se stesso, prese lungo gli anni attraverso l'osservazione di sé, fa ottenere gradualmente, o meglio, dà la possibilità di avere molti cambiamenti, alcuni sorprendenti. Già si sente l'esistenza di un'altra volontà oltre la propria volontà di sé, e con questa percezione interiore discerne molti significati, fino allora occulti, nei detti del Lavoro più familiari che uno credeva di comprendere giustamente. Comprendiamo che la Comprensione, la forza più poderosa che si possa creare in se stesso, radica sempre nel vedere più e più profondamente ciò che crediamo di capire. Proprio così, la *Comprensione*, se il continuo interscambio con il Lavoro prosegue, e lo sviluppo delle ottave interiori. Dove prima vedevamo solo una cosa, vediamo ora un centinaio, mille cose. Lo capite? Come diceva O. – e lo ripeterò così come lo ricordo, ma non letteralmente: "I Vangeli sono una fonte per lo sviluppo della comprensione. Credete di conoscerli e di comprenderli. Ma, man mano che si cambia, via via che il nostro livello di comprensione cresce, si vedranno più e più cose, in ciò che si credeva di comprendere". E aggiunse: "I Vangeli, sono libri esoterici. Vi accompagneranno lungo tutto il percorso del vostro lavoro. Il loro significato è tale che, si sviluppano via via che voi vi sviluppate interiormente".

Bene, dopo ciò che ho detto, occupiamoci della difficile preghiera nei Vangeli che si riferisce al Regno dei Cieli che per me è, per prima cosa, il Circolo Cosciente

dell'Umanità. Nel Lavoro, che deriva dall'Uomo Cosciente, ci svegliamo eventualmente dopo anni di pesantezze, sofismi e malintesi, per comprendere che un'altra volontà deve nascere in noi allo scopo di obbedire a ciò che dice il Lavoro, non perché costretti, ma mediante la crescente luce della comprensione e del **perché** dell'esistenza del Lavoro e ciò che significhiamo noi per questo e quello che questo significa per noi. Contemplando oggidi questo mondo di violenza, vediamo solo che la violenza genera violenza. La guerra, che si basa nella violenza, minaccia sempre l'Uomo, perché l'Uomo si basa sulla violenza. Da qui, possibilmente, capiamo che il nostro lavoro individuale deriva dall'osservare la violenza in noi stessi. Orbene, cosa significa quella strana frase nei Vangeli? Cristo sta parlando con Giovanni il Battista, che possiede una comprensione letterale ma non psicologica, e così stava vestito con pelli di animali. Cristo dice:

“Di certo vi dico: tra coloro che sono nati da donna non ne è nato uno maggiore di Giovanni il Battista; ma il più piccolo nel regno dei cieli, è più grande di lui. Dai giorni di Giovanni il Battista fino ad oggi, il regno dei cieli subisce violenza, e sono i violenti che se ne impadroniscono.”. (Matteo, XI, 11 – 12.)

Parlando di questa strana cosa, prima di tutto ricapitolerò quello che Ouspensky disse sulla violenza; Disse: “La violenza è uno stato emozionale in tutte le persone – cercare di fare le cose con violenza, cercare d'imporsi agli altri, obbligare, insistere. Dal punto di vista esoterico questo è inutile – nulla si può **fare** in questo modo. Un uomo violento non può **fare**. Anche se un uomo abbia la **conoscenza**, se non ha vinto la violenza in se stesso, il suo lavoro sarà sbagliato”. Poi aggiunse: “Questo è il significato di “il regno dei cieli subisce violenza e saranno i violenti ad impadronirsene”. Significa la violenza su se stesso. Non agire con violenza è violentare uno stesso. Un uomo, nell'osservare se stesso e nel comprendere finalmente dove è violento – in quale centro, in quale forma di comportamento e tutto il resto – deve violentare se stesso per vincere la sua violenza”. Parlando come faccio a modo di commentario su ciò che insegna il Lavoro, direi che violentare se stesso, fare violenza sulla propria violenza, esige per quanto possibile il più alto discernimento. Perché se si lavora coscientemente su se stesso rispetto alla propria violenza, si percepisce che si può raggiungere solo un livello più alto, che si può salire la montagna, di cui abbiamo parlato, solo mediante la **forza** – e ogni forza si ottiene soltanto lavorando contro una caratteristica in uno stesso. Così, nel livello più elevato di uno stesso, rappresentato relativamente da uno stato psicologico di un livello migliore del proprio stato meccanico, si ottiene soltanto violentando certi “Io”, certe abitudini di pensiero, di sentimento, certe attitudini, ritratti, ecc. Questo ci fa ottenere **forza**. Una volta Ouspensky disse anche: “Otterrà più forza lavorando sulla Caratteristica Principale”. Lavorando su una cosa qualsiasi in uno stesso che è un'abitudine e per questo è meccanica si produce forza. Pensate nel fatto che il Regno dei Cieli è preso con la **forza** e capite che la **forza** si ottiene non lasciandosi portare dal sé meccanico. Se violento il signor Nicoll, otterrò forza. Dove collocherò questa forza appartiene ad un'altra conversazione, ma qui mi limiterò a dire: “Se non si ha uno scopo, che è quello di sforzarsi di lavorare contro un lato abituale o meccanico di

se stesso, ciò non basta. Si deve lavorare su se stesso, negarsi a se stesso, in modo tale che la forza vada al proprio scopo”.

Cap. 141 Great Amwell House, 2 Ottobre 1948

CRISI

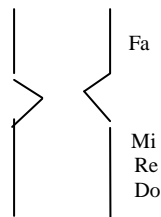
IDEA-LAVORO

Due leggi fondamentali ed irriducibili governano l'Universo. Una è la Legge delle Tre Forze – proprio così, affinché avvenga una manifestazione qualsiasi è necessario che le producano tre forze. L'altra Legge è la Legge dell'Ottava o Legge del Sette, che postula che vi è una diminuzione delle vibrazioni in due punti – per conoscenza; tra *Mi e Fa*, e tra *Si e Do*. Questa Legge è chiamata *l'Ottava di Manifestazione*.

COMMENTARIO

Oggi parleremo della Legge del Sette o la Legge delle Ottave, rappresentata come la Scala *Do, Re, Mi, Fa, Sol, Fa, Si, Do*. Le ottave sono di due tipi – Ascendenti, *Do, Re, Mi*, ecc. – e discendenti, *Do, Si, La*, ecc. Siccome il termine “diminuzione delle vibrazioni” non è facile all'inizio da captare, vogliamo dire che, nell'ottava ascendente, *Do, Re, Mi, Fa*, ecc., bisogna passare per un posto difficile tra *Mi e Fa* dove è necessario uno shock per far proseguire lo sviluppo dell'ottava. Nello sviluppo di una cosa qualsiasi, diciamo, di un ovulo di un bimbo, si arriva ad un punto critico tra la tappa *Mi*, e la tappa *Fa* e, di fatto, una nuova circolazione sanguigna suole prodursi intorno al terzo mese. O, per dare un altro esempio, nell'imparare una cosa qualsiasi, si arriva similmente ad un punto simile, in cui, se non ci si dà uno shock, lo sviluppo di ciò che si apprende, (diciamo, una lingua straniera) si fermerà, se non si fa uno sforzo eccezionale. Come risultato di ciò si trova gente *Do, Re, Mi* e, per contrasto, gente *Fa*. Gran parte dell'educazione è appena *Do, Re, Mi*. Così bisogna riferirsi ad un uomo *Re*, un uomo *Mi*, un uomo *Fa*, quantunque lo dica a mo' di commentario -. Non ho sentito descrivere nell'insegnamento dato da Ouspensky queste differenze che si notano nelle persone. Ma non costa nulla capire che un maestro di uno strumento musicale non é un uomo *Re* né un uomo *Mi*. È di sicuro un uomo *Fa*, o persino un uomo *Sol* nella sua ottava di sviluppo. Credo che capiate ciò che spiego in un modo tanto semplice. Le ottave, come tutte le altre cose nel Lavoro, hanno un senso di scala – del superiore o dell'inferiore – della possibilità di crescita e sviluppo di ogni cosa osservata in uno stesso. Ma questo significa sforzo e poca gente si sforza da se stessa, ma che preferisce fare il meno possibile. Darò ora il nome di *crisi* a questo curioso *Mi-Fa* che sta in tutto. Innanzitutto parlerò di questa *crisi Mi-Fa* nella natura. Consideriamo gli uccelli, tanto resistenti nel lavoro, con i loro costanti voli per alimentare i loro piccini. Alcuni uccelli emigrano. A causa della meravigliosa “radio” nel loro Centro Istintivo, alcuni uccelli, dopo aver terminato il duro lavoro di far nascere uno, due o persino tre uccellini, si riuniscono misteriosamente, alla fine di questo compito, e partono per un lunghissimo viaggio – alcuni partono dall'Ungheria fino all'Africa. Durante il viaggio, centinaia di migliaia forse muoiono. Sono troppo deboli. Quelli che erano uccelli nati pochi mesi prima

devono affrontare questa prova – questa prova per mezzo di una crisi – che si relaziona al passaggio tra **Mi-Fa**. Alcuni passano – altri falliscono. Diamo uno sguardo al diagramma di questo difficile passaggio tra **Mi-Fa** sulla lavagna.



Assomiglia ad un tubo, più stretto tra **Mi e Fa**. Significa che ogni cosa deve affrontare – in questo punto di crisi Mi Fa – qualcosa di difficile che richiede uno shock – uno sforzo al di fuori dal solito. Questo descrive diagrammaticamente un difficile passaggio che si stringe – insomma, come dissi, una **crisi**. In natura vediamo a quanto pare che questo “posto stretto” agisce dovunque, se lo cerchiamo. E questo in verità si relaziona con l’idea della selezione naturale, nella sua formulazione originale – per conoscenza, che i deboli spariscono e i forti sopravvivono, e questo è denominato “la sopravvivenza dei più forti”, frase che secondo il mio parere fu utilizzata per la prima volta da Darwin, o forse più tardi. Lanciate un numero qualsiasi di cuccioli in uno stagno – alcuni nuotano, altri sprofondano. Qui la prova di selezione si basa sul nuotare ed è chiaro, i più forti per nuotare sopravvivono. Per essi è una crisi in relazione con la Seconda Forza. Proprio così, non **tutti** possono sopravvivere. Nel caso degli uccelli migratori, sopravvivono soltanto quelli capaci di realizzare un lungo volo; il resto perisce – anche quando siano milioni. Così vediamo qui una Legge selettiva della Natura – un punto **Mi-Fa**.

Bene, scopriamo, a mo’ di commentario, che qui vi è una crisi – voglio dire un passaggio tra **Mi Fa** una situazione – in effetti, tra uno stato e un altro. Ricordiamo qui ciò che Cristo disse: “Molti saranno i chiamati, ma pochi gli eletti”. Bisogna capire che ciò che dico qui è un commentario. Questa situazione **Mi-Fa**, questa crisi esistente anche nella Natura, succede in ogni scala. C’è, per esempio, in questo Lavoro, dove, nel compiere il nostro scopo, uno si deve confrontare con questa crisi per lunghi intervalli. Ma si produce una crisi **Mi-Fa** anche ogni giorno in piccola scala nella quale (nel momento stesso che si va a dire a qualcuno ciò che si pensa di lui) ci si ricorda di uno stesso. Proprio così, ci si dà uno shock. E bisogna aggiungere, questo ricordarsi di se stesso in diversi momenti, in relazione non soltanto con eventi importanti ma con le più piccole cose – la scena domestica – è ciò che costituisce la “Pillola dell’Uomo Astuto”. “La Pillola dell’Uomo Astuto, disse Ouspensky in un’occasione, “è il Ricordo di Sé di differenti modi e in distinti momenti, riguardanti la situazione”.

Bene, qual è il significato dato dal dizionario della parola **crisi** che utilizzerai a mo’ di commentario? Deriva da una parola greca che significa **separazione, scelta, decisione**. Un momento di crisi è quello in cui è preciso fare una scelta. E, come dissi, ogni giorno sopravviene una crisi in scala ridotta che permette di fare una separazione, una scelta, una decisione. Se lo si fa, se si vigila su se stesso, se si

osserva se stesso, si potrà percepire questo piccolo **Mi-Fa**, e con l'aggiunta del lavoro nella mente e al proprio modo di pensare, si potranno trasformare tutto il giorno i risultati dello shock dato in un momento opportuno, prima che le cose siano giunte ad essere troppo difficili per poterle trasformare e voi vi troviate sommerso in una confusione d'identificazione ed emozioni negative. È come dare la direzione corretta alla ruota anteriore di una bicicletta per evitare di cadere nel fango.

È preciso imparare fermamente che questo posto ristretto, **Mi-Fa**, questo momento difficile, giunge inevitabilmente in ogni cosa, in ogni nostro tentativo come anche in ogni relazione che stabiliamo. Recentemente dissi in questo commentario che per ciò che riguarda i nostri intenti non ci sforziamo mai abbastanza per molto tempo e, anche, che non ci amiamo sufficientemente gli uni con gli altri. Per realizzare un cambiamento qualsiasi nelle cose sono imprescindibili gli shocks. Continuare a girare in tondo nella propria pigrizia equivale a morire. Quando capiamo che queste crisi, **Mi-Fa**, sono nella natura dell'Universo e non è colpa di nessuno, cominciamo a crescere. Cerchiamo di salire in cassetta e prendere le redini, comprendendo che è uno stesso che deve imparare a vivere. Mediante lo studio del Lavoro e del suo insegnamento, in relazione con lo studio di Sé, apprendiamo non soltanto dov'è necessaria l'energia e quale sforzo è necessario fare, ma anche ciò che è inevitabile nella stessa natura delle cose – per conoscenza, l'esistenza ed anche lo stretto posto della crisi chiamato **Mi-Fa** in cui, se non ci si dà uno shock, tutto muore e non si ottiene nulla.

Bene, quali sono le caratteristiche generali dell'ottava ascendente? Se prendiamo il Raggio di Creazione come un'ottava ascendente – proprio così, che inizia dal più basso e va verso l'alto – vediamo che ogni nota ascendente si unisce sempre di più finché, in cima, è tutto unito nell'Assoluto. Per esempio, la nota **Sol** – il nostro Sistema Solare – è unito a tutti i Soli – proprio così, la nostra Galassia è composta da milioni di Sistemi Solari, e così, successivamente. Da questo punto di vista, la nota **Re** contiene più di **Do**, la nota **Mi** più di **Re** e così via. **Do**, per esempio potrebbe rappresentare un individuo, **Re** un numero di individui considerati come un piccolo gruppo, **Mi** un numero di piccoli gruppi riuniti in un gruppo maggiore, e così via.

Esaminiamo ora la crisi del mondo di oggi e vediamo come poterla relazionare con lo stretto posto **Mi-Fa**. La cosa difficile è quella di ottenere una federazione nelle nazioni occidentali. Rappresentiamo l'ottava così:

Fa Unione delle nazioni europee

Mi Nazione europea

Re Gruppo, classe, professione, ecc.

Do individuo.

Secondo questo **suggerimento** dell'ottava la difficoltà radica nel posto **Mi-Fa** e consiste nell'incapacità di suonare la nota **Fa**. Far suonare significa, è chiaro, un'espansione della coscienza in ogni individuo e così uno shock. Al presente ad un individuo non costa nulla far suonare la nota **Mi** – proprio così, può sentire la sua nazione, il suo patriottismo e tutto il resto – ma sentirebbe una forte perdita se diventasse non-nazionale. E senza dubbio, secondo l'insegnamento delle ottave nel

Lavoro, ogni nota deve suonare e non si produce nessuna perdita – perché un uomo deve suonare tutte le note, specialmente la nota *Do* – l'individuale. Una nota non deve annullarne un'altra. *Devono suonare tutte* in armonia. Questa è la soluzione del Lavoro, così come lo intendo io.

Cap. 142 Great Amwell House, 9 Ottobre 1948
NOTE SUL LAVORO SU DI SÉ

IDEA-LAVORO

Ci sono tre linee di Lavoro – il Lavoro su se stesso, il Lavoro in relazione con gli altri e uno stesso e il Lavoro in connessione con il Lavoro stesso ed uno stesso in relazione con esso.

COMMENTARIO

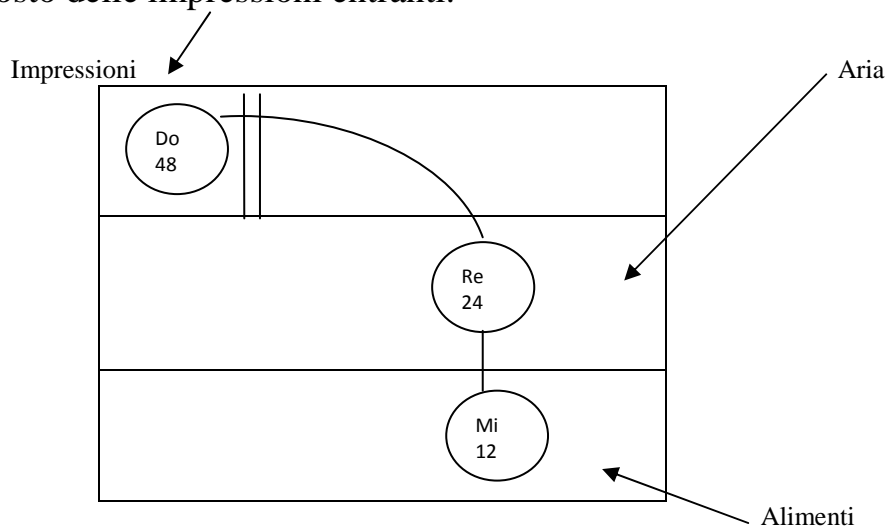
Questa notte parleremo innanzitutto della Prima Linea di Lavoro, per conoscenza, il Lavoro su se stesso. Se una persona non lavora su di sé, la Seconda Linea di Lavoro continua ad essere teorica ed immaginaria. Il Lavoro su di sé fa intervenire tutto ciò che il Lavoro insegna praticamente ed è un punto di partenza necessario. Per esempio, se si considera sempre internamente, non si sarà capaci di lavorare in connessione con gli altri – che esige considerazione esterna – cioè, mettersi nella situazione degli altri. Il Lavoro su di sé ci aiuta ad apprendere in che modo si possa vivere più coscientemente nelle vicende quotidiane. Come regola generale ci identifichiamo a tal punto che terminiamo il giorno nel lato debitore. Ogni cosa “è andata male” e sono stato tutto il giorno di malumore. Proprio così, la vita mi ha dominato per tutto il giorno e mi ha estratto anche tutta la forza cosciente che avrei potuto avere. Me l'ha rubata e in cambio non mi ha dato nulla. Avrete già compreso, voi, che è preciso trovare qualcosa che impedisca questo drenaggio prodotto dagli avvenimenti giornalieri della nostra esistenza mediante l'identificazione e la considerazione.

A questo riguardo dobbiamo imparare l'insegnamento sempre più chiaramente. Il Lavoro dice che, così come siamo meccanicamente, la forza ci è levata via. Sì – continuamente, dalle preoccupazioni, dall'ansia, dall'essere negativo e, di fatto, da tutte le varietà dell'identificazione -. Così il Lavoro all'inizio insegna: “*Un uomo deve ricordarsi di se stesso*”. Perché? Perché se ogni volta ci si ricorda di se stesso, si ferma questo terribile drenaggio di forza che avviene a causa del continuo identificarsi – sì – persino identificarsi per aver perso una moneta e preoccuparsi giorno e notte per questa perdita. Lo considerate un'esagerazione? Vi assicuro che tutti noi siamo così. Facciamo, a causa di questa abituale identificazione e di questo modo di mancanza di Ricordo di Sé – facciamo, dico, le cose più triviali e stupide come se avessero enorme importanza e pertanto patiamo questa grave malattia, questo male dell'umanità addormentata, che il Lavoro diagnostica come l'*identificarsi*. Il signor Gurdjieff diceva che era la peggior malattia del pianeta. E, come si sa, il sistema di Lavoro spiega che quando un uomo o una donna si identificano completamente sono addormentati e in una condizione di ipnosi e sono così *usati* dai due pastori di pecore che controllano per i loro scopi il terminale Terra-

Luna – per conoscenza, carne e lana -. Così le guerre, le rivoluzioni, le epidemie proseguono – opportunità eccellente per ottenere molta carne e lana -. Bene, una delle principali idee delle “Buone Novelle”, come Gurdjieff chiamava il Lavoro che introdusse in Occidente, è la possibilità che ha un uomo di svegliarsi, separarsi dall’ipnotismo Terra-Luna. Come? Con un atto interiore chiamato Ricordo di Sé. Questo da uno shock – il Primo Shock Cosciente -. Ma è necessario anche tutto quello che il Lavoro insegna sull’osservazione di sé, la non considerazione, la non identificazione, la non auto-justificazione, la non auto-compassione, il non abbandonarsi alle emozioni negative senza nessuna lotta, non permettere di mentire a se stesso, il non vivere nei ritratti di sé, e cento ed una altre cose che abbiamo studiato per tutti questi anni in questo sistema. Ma la cosa più importante è il Ricordo di Sé. Se escludiamo il Ricordo di Sé, prescindiamo dal vero atto psichico, ci giustiziamo internamente, perché costituisce il Primo Shock Cosciente. È mediante il Primo Shock Cosciente che usciamo fuori dallo strano sonno ipnotico dell’umanità sulla Terra.

Questo è il cuore e la sostanza delle “Buone Novelle” portate da Gurdjieff in Occidente – e Gurdjieff lo chiamava il “Cristianesimo esoterico” -. Incidete queste parole nella mente. La religione esoterica è una cosa: l’insegnamento esoterico è un'altra cosa. E una volta che si comprende, profondamente, il messaggio di questo insegnamento, sarete capaci di leggere i Vangeli in un modo nuovo e vedere da se stessi che Cristo non insegnò il cristianesimo nel modo come ce lo insegnano – sì, c’è solo la parodia -. Aggiungerò qui che è molto interessante leggere i frammenti disseminati dell’insegnamento di Cristo che si trovano nei Quattro Vangeli e scoprire ciò che in realtà significano, alla luce del Lavoro. Non si potrà mai dare libertà alla mente religiosa, se è presa dal convenzionalismo che mantiene molti in prigione – sì – in questo stesso momento.

Ritorniamo ora al supremo fattore che Gurdjieff e Ouspensky insegnarono – per conoscenza, nel dare a se stesso il Primo Shock Cosciente chiamato il Ricordo di Sé. È dato nel posto delle impressioni entranti.



Gurdjieff insegnò che l’uomo, la donna, non digeriscono l’alimento delle impressioni. L’aria nella sua qualità di alimento è digerita da uno stomaco chiamato polmoni. L’alimento è digerito dallo stomaco ordinario – e basta immaginare se tutto

l'alimento che si è mangiato oggi stesamente ammuccchiato in massa e dentro il nostro capace stomaco senza essere stato digerito. Ma dobbiamo creare uno stomaco interno, nel piano superiore, per digerire le impressioni. Come si può "digerire" la vista di una persona che ci è antipatica? Forse che tutte le persone che conosciamo non sono impressioni che si ricevono? Il Lavoro insegna che alla macchina umana gli si dà uno shock meccanico chiamato respirazione. Insegna poi che è possibile dare alla macchina umana in cui viviamo, alimentata dai tre alimenti, innanzitutto l'alimento ordinario, per secondo l'alimento dell'aria e per terzo l'alimento delle impressioni, un certo shock che non è prodotto meccanicamente. Soltanto questo shock viene dato coscientemente. Così è chiamato Primo Shock *Cosciente*. E, come dissi, è questo Primo Shock Cosciente ciò che distingue l'uomo immerso nella vita, dominato dalle influenze ipnotiche della vita, dall'uomo che si separa dal sonno ipnotico e si dirige verso l'Umanità Cosciente, che Cristo denomina il Regno dei Cieli. Così bisogna dire a mo' di commentario che esistono coloro che vivono meccanicamente, aiutati soltanto dallo shock meccanico dell'aria, e coloro che si danno il Primo Shock Cosciente. Non vedete che questi ultimi sono differenti dai primi? La macchina umana può vivere molto bene anche senza dargli il Primo Shock Cosciente. Allora serve la Natura e gli scopi della terminale Terra-Luna. Ma l'Uomo fu creato come un *organismo auto-sviluppante*. Fu creato non solo per servire la Natura, ma anche per servire un altro ordine di leggi, delle quali si parla in ogni pagina dei Vangeli. Fu creato con la possibilità di *ricordarsi di se stesso* – proprio così, di darsi il Primo Shock Cosciente -. Però bisogna avvertire che è solamente *lui stesso, lei stessa*, che possono farlo. La prossima volta mi estenderò di più su questo particolare. Ma se qualcuno, desidera vedere, formulare, comprendere e visualizzare mentalmente di cosa tratta il Lavoro, tutto ciò che si disse precedentemente può aiutarlo nei momenti in cui si dimentica tutto e cade nel sonno. La mente allora può aiutarlo – ma solo se ha registrato la forza, il piano generale, e in verità il midollo stesso del Lavoro nella sua memoria. Se il Lavoro continua ad essere qualcosa scritto su una lavagna e non nei nostri pensieri più intimi, allora non ci potrà aiutare nulla. Passeremo la vita cercando una lavagna più grande.

Cap. 143 Great Amwell House, 14 Ottobre 1948
VALORIZZAZIONE

IDEA-LAVORO

Il Lavoro dice tante cose sulla valorizzazione. Per esempio, afferma che l'ottava di sviluppo interiore e così il cambiamento di livello del nostro Essere inizia nella nota *Do*, che è denominata "Valorizzazione del Lavoro". La nota *Re* è l'applicazione delle idee a uno stesso. La nota *Mi* è la comprensione delle difficoltà personali. Il Lavoro dice anche che il suo scopo essenziale è quello di svegliare il Centro Emozionale.

COMMENTARIO

Non è difficile capire che la *valorizzazione* è, nella sua origine, emozionale. Valorizzare è sentire che qualcosa è importante, preziosa. Pensare che una cosa sia

preziosa è molto diverso dal sentire che è preziosa. Teoricamente, molte cose sogliono essere preziose, ma non lo sono per una persona se non sente il suo valore. Incontrare questo Lavoro, fermarsi e sentirlo, anche conoscerlo un po', non vuole dire che lo valutiamo. In questo caso, il Lavoro non può agire su di noi. Lo crediamo, alla cieca (superficialmente). Per questa ragione non sta in una persona. Ci sono molte parabole nei Vangeli che si riferiscono alla valorizzazione. Per esempio:

***“Inoltre, il regno dei cieli assomiglia ad un tesoro nascosto in un campo, che un uomo sta arando e lo scopre alla luce: e felice per questo va e vende tutto ciò che ha e compra quel campo”.* (Matteo, XIII, 44.)**

Gurdjieff soleva dire: “Cosa volete voi?” questo equivale a dire: “Cosa avvalorate voi?” Un uomo dirà: “Ricchezza”; un altro “Salute”, e così via. Salomone, quando Dio gli fece questa domanda, rispose: “Comprensione”. Bene, a mo' di materiale per l'osservazione, domandatevi: “Cos'è che valorizzo?” è molto interessante osservare se stessi da quest'angolo. Se si è sinceri con se stessi, la risposta probabilmente vi sorprenderà. Ma questo tipo di osservazione di sé è molto difficile e richiede molta sincerità interiore e necessità – vale a dire, valorizzazione -. Insomma, si deve desiderare realmente di conoscersi meglio. La maggior parte delle persone non valorizza la conoscenza di sé, non comprende che quando si conosce qualcosa pienamente in uno stesso equivale a separarsi da questo. Perché? Perché così si diventa obiettivi per se stesso, come qualcosa che si è visto interiormente e che perciò non si può agire inconsciamente, come quando uno s'identifica con tutto, cosa che ci fa ammalare, irritare, ecc., in cicli che si ripetono, senza che si possa capire il perché. L'osservazione di sé è portare sempre di più alla coscienza le cose che si trovano in uno stesso in maniera che si possa dire: “Questo non è ‘Io’”. Altrimenti si è legati ad esse e sotto il loro potere – proprio così, uno s'identifica con quello che non è uno stesso -. Allora agiscono su di noi incoscientemente – spesso in un modo terribile e morboso -. Ma continuiamo ad essere incoscienti di esse, prendendo tutto come se fosse “Io”. Così non si è coscienti di esse. Ma, senza valorizzazione, è impossibile osservare se stesso. Si crede che non ne valga la pena. Sì, l'osservazione di sé può diventare noiosa – se non si percepisce che osservare se stesso ha lo scopo di trasformare il proprio Essere.

Bene, qualsiasi cosa che si accetti imparzialmente, e si accetti interiormente, lascia il posto ad un fattore più nascosto, buono o cattivo, che emerge alla luce. La luce è la coscienza. Ouspensky una volta disse che all'inizio lavoriamo nell'oscurità ma l'osservazione di sé lascia passare un raggio di luce nelle tenebre. Espose che tutto il macchinario interno dei nostri centri è paragonabile ad una grande fabbrica illuminata da una o due candele. Proprio così, non vediamo le associazioni e le connessioni meccaniche, né tantomeno che una cosa dipende da un'altra; così come gli atteggiamenti sbagliati, o le cose che hanno un fondo sbagliato e quando si producono perdite di energia, ecc. Se osserviamo, se lavoriamo, disse, dopo un po' di tempo otteniamo qualche candela di più ed allora vediamo quando certe cose funzionano male. Questo è chiamato: “Vedere il lavoro sbagliato dei centri, così come, per esempio, avvertire, osservare che usiamo sempre la macchina sbagliata – diciamo, il Centro Emozionale – per certi problemi della vita che esigono l'uso della

macchina chiamata Centro Intellettuale. Ma, come dissi, se le persone non valorizzano l'osservazione di sé, se non si riparano nella valorizzazione che hanno per essa, continueranno a fare pazzie nella vita, commettendo gli stessi errori e affrontando le stesse difficoltà. Quanto tempo ci è necessario per comprendere che il nostro Livello d'Essere attrae la nostra vita e i suoi incidenti. Le persone sperimentano una cosa esteriore e sperimentano un'altra, credendo che sarà tutto differente. Ma la stessa situazione si ripeterà – forse con persone differenti o in un altro paese, ma esattamente nello stesso modo di prima -. Perché? Perché non valorizzano l'idea del cambiamento di sé e non capiscono che il male sta in esse stesse. L'osservazione di sé ci porta al cambiamento di sé. È un metodo di cambiamento di Essere, perché fa diventare cosciente una persona dove prima non era cosciente, e la coscienza, che è luce, la libera. Nelle parole di Paolo:

“Ma tutte le cose, quando sono messe in evidenza dalla luce, son fatte manifeste; perché la luce è quella che manifesta tutto. Per cui si dice: Svegliati, tu che dormi, e sollevati dai morti, e ti illuminerà Cristo”. (Efesi V, 13, 14.)

L'Essere di una persona non può cambiare se questa non diventa più cosciente del suo Essere. Come potrebbe farlo? Il suo livello d'Essere e il suo livello di coscienza sono strettamente connessi. Per mezzo dell'osservazione di sé è come se si diventasse più coscienti dell'Essere e di ciò che c'è in lui, poi l'Essere si modificherà anche se in modo lieve – e già non attrarrà più la stessa situazione e difficoltà, e fallimenti, ecc., che fino ad ora l'Essere aveva sempre attratto. Ma è preciso valorizzarlo, valorizzare le idee dell'insegnamento – e farle diventare più preziose di quello che al presente si valorizza di più, probabilmente senza avvertirlo. C'è soltanto un certo spazio disponibile in noi. Le cose sono pesate e misurate. Non si può dare lo stesso valore a tutte le cose. È preciso vedere ciò che ha più valore. Questo è un processo molto strano, questa selezione. La parte più reale, la parte interiore di una persona, deve avere già scelto. Ma la parte esterna, artificiale, non è ancora d'accordo. È per questo che deve fare una vita doppia per molto tempo – non incoscientemente, ma coscientemente, percependo questa contraddizione interna. In relazione con questo, si vede con certezza che la valorizzazione desiderata dalla Falsa Personalità, appartiene alla parte esterna di noi, che non è generalmente la stessa di quella della parte interiore più genuina e più reale. Parlo a chi ha già notato l'effetto della Falsa Personalità nel suo lato interiore.

Roma 8/11/2008

Contenuto Volume III

Quaremead, Ugley, 1945

| | |
|---|--------|
| Nota Preliminare | Pag. 0 |
| 1 La Seconda Linea Di Lavoro | Pag. 1 |
| 2 Commentario Sulla Presa Di Decisione Nel Lavoro | Pag. 6 |
| 3 Commentario Sull'applicazione A Se Stesso Delle Idee Del Lavoro | Pag.10 |
| 4 Commentario Sull'osservazione Della Propria Psicologia | Pag.14 |
| 5 Nota Sulla Legge Del Destino | Pag.19 |
| 6 Osservazione Degli "Io" E Gli Stati | Pag.23 |
| 7 Nota Sul Rilassamento | Pag.26 |
| 8 Il Lavoro Sul Centro Emozionale | Pag.30 |
| 9 Il Lavoro Sulle Abitudini | Pag.34 |
| 10 In Quale Posto Viviamo Psicologicamente | Pag.37 |
| 11 Sull'obbedienza Al Lavoro | Pag.40 |
| 12 La Parabola Del Cavallo, La Carrozza E Il Cocchiere (1) | Pag.41 |
| 13 La Parabola Del Cavallo, La Carrozza E Il Cocchiere (2) | Pag.45 |

Quaremead, Ugley, 1946

| | |
|---|----------|
| 14 Il Lato Inosservato Di Noi Stessi | Pag.49 |
| 15 Sul Mettere Il Sentimento Dell'"Io" Nel Lavoro | Pag.54 |
| 16 Nota Sull'effetto Delle Prime Impressioni | Pag.57 |
| 17 Sul Mantenere Vivo In Noi Stessi Il Lavoro | Pag.58 |
| 18 Commentario Sul Proprio Livello D'essere | Pag.62 |
| 19 Commentario Sulla Rinuncia Della Propria Sofferenza | Pag.67 |
| 20 Il Significato Psicologico Del Piede | Pag.73 |
| 21 Commentario Sullo Stare Separato Dalla Vita | Pag.77 |
| 22 Nota Sulle Difficoltà Della Diffusione E Della Ricezione Dell'insegnamento Esoterico | Pag.80 |
| 23 Nuova Nota Sullo Stare Separato Dalla Vita | Pag.84 |
| 24 L'importanza Di Osservare L'antipatia Meccanica | Pag.86 |
| 25 Commentario Sull'accettare Se Stesso | Pag.89 |
| 26 Nota Addizionale Sull'accettare Se Stesso | Pag.91 |
| 27 La Parabola Del Camminare Sulle Acque. | Pag.94 |
| 28 Nota Sulla Falsa Personalità E L'"Io" Immaginario | Pag.97 |
| 29 Commentario Sugli Atteggiamenti | Pag.100 |
| 30 Lo Studio Delle Associazioni Meccaniche | Pag.104 |
| 31 Nota Addizionale Sulla Falsa Personalità | Pag.106 |
| 32 Commentario Sul Ricordo Di Sé | Pag.109 |
| 33 Commentario Sull'identificazione | Pag.112 |
| 34 Commentario Sulla Memoria | Pag.116 |
| 35 Sul Pensare In Un Nuovo Modo | Pag.119 |
| 36 Nota Sul Rilassamento | Pag.122 |
| 37 Il Lavoro Sul Centro Emozionale | Pag.123 |
| 38 Nota Sul Ricordo Di Sé | Pag.126 |
| 39 Commentario Sulla Falsa Personalità E L'amore Di Sé | Pag.127 |
| 40 La Separazione Interiore | Pag.131 |
| 41 Sul Vivere Più Coscientemente | Pag.134 |
| 42 Breve Nota Sui Differenti Modi Di Ricordo Di Sé | Pag.137 |
| 43 Nota Sul Secondo Corpo | Pag.140 |
| 44 Sullo Svegliarsi Dal Sonno | Pag. 143 |

| | |
|--|---------|
| 45 Nuova Nota Sul Secondo Corpo | Pag.146 |
| 46 Ricapitolazione Sull'essenza E La Personalità | Pag.150 |

Great Amwell House, 1946

| | |
|--|---------|
| 47 Nuova Nota Sul Ricordo Di Sé | Pag.152 |
| 48 Corpo – Tempo | Pag.154 |
| 49 Nuova Nota Sul Corpo - Tempo | Pag.158 |
| 50 Le Relazioni Della Memoria Con La Quarta Dimensione | Pag.151 |
| 51 Nota Sul Lavoro Personale Su Se Stessi | Pag.164 |
| 52 Essenza E Personalità | Pag.166 |
| 53 Nota Sulla Coscienza Nascosta | Pag.168 |
| 54 Contraddizioni Interiori | Pag.174 |
| 55 Nota Sulla Falsa Personalità | Pag.177 |
| 56 La Terza Forza | Pag.178 |
| 57 Nota Sullo Sforzo | Pag.181 |
| 58 Gli Sforzi Contro Certi “Io” | Pag.184 |
| 59 Il Nostro Territorio Psicologico | Pag.187 |
| 60 Sulla Scoperta Delle Soluzioni | Pag.188 |
| 61 Il Sentimento Dell’“Io” | Pag.191 |

Great Amwell House, 1947

| | |
|---|---------|
| 62 Idee Positive Nel Lavoro (1) | Pag.193 |
| 63 Idee Positive Nel Lavoro (2) | Pag.197 |
| 64 Nuova Nota Sulle Idee Positive Nel Lavoro E L'inversione Dei Segni | Pag.199 |
| 65 Centro Magnetico O Idee Positive | Pag.202 |
| 66 Il Nostro Vincolo Con Lo Spazio Psicologico (Stato = Posto) | Pag.204 |
| 67 Nota Sull'auto-Giustificazione | Pag.207 |
| 68 Nota Sulla Recezione Delle Emozioni Negative | Pag.209 |
| 69 Sul Rendersi Conto Di Non Essere Cosciente | Pag.211 |
| 70 Il Lavoro Sulle Funzioni Sottosviluppate | Pag.214 |
| 71 Nuova Nota Sulle Funzioni Sottosviluppate | Pag.216 |
| 72 La Comprensione Personale Di Essere Una Macchina | Pag.218 |
| 73 Meccanica E Psicologia | Pag.220 |
| 74 Forza Neutralizzante - Triadi | Pag.222 |
| 75 L'accidente E Il Destino | Pag.225 |
| 76 Sul Pensare Psicologico | Pag.227 |
| 77 Nuova Nota Sul Pensare Psicologico | Pag.229 |
| 78 Nota Sulla Considerazione Esterna | Pag.232 |
| 79 Il Corpo E Le Differenti Menti Che Agiscono In Esso (1) | Pag.235 |
| 80 Il Corpo E Le Differenti Menti Che Agiscono In Esso (2) | Pag.239 |
| 81 Nota Sulla Comprensione | Pag.241 |
| 82 Sulla Violenza E La Comprensione | Pag.245 |
| 83 Sui Centri E Le Parti Dei Centri | Pag.248 |
| 84 Nuova Nota Sulla Violenza E La Comprensione (Violenza E Paura) | Pag.252 |
| 85 Commentario Sullo Psico Trasformismo | Pag.254 |
| 86 Intelligenza Ed Istinto | Pag.257 |
| 87 Nota Sulle Relazioni | Pag.259 |
| 88 Lo Scopo | Pag.261 |
| 89 Nuova Discussione Sull'essenza E La Personalità | Pag.263 |

| | |
|---|---------|
| 90 L'idea Del Pagamento Nel Lavoro | Pag.266 |
| 91 Separazione E Ricordo Di Sé | Pag.268 |
| 92 L'uomo Interiore | Pag.270 |
| 93 Nota Sull'osservazione Di Sé (Osservazione Della Propria Meccanicità) | Pag.271 |
| 94 I Differenti "Io" | Pag.274 |
| 95 Nuova Nota Sugli "Io" (Gli "Io" E I Livelli D'essere) | Pag.275 |
| 96 L'ottava Di Lavoro (1) | Pag.277 |
| 97 L'ottava Di Lavoro (2) | Pag.280 |
| 98 L'ottava Di Lavoro (3) | Pag.282 |
| 99 Personalità Ed Essenza O L'uomo Interiore O (Nel Mio Caso) Nicoll Ed "Io" | Pag.283 |
| 100 Sul Sentire Il Lavoro | Pag.285 |
| 101 Il Centro Di Gravità (Il Sole, La Luna E Le Stelle) | Pag.287 |
| 102 Commentario Sull'accrescimento Di Coscienza (Idea – Lavoro) | Pag.291 |
| 103 Commentario Sullo Scopo (Idea – Lavoro) | Pag.294 |
| 104 Una Delle Idee-Lavoro Sull'immaginazione (Idea-Lavoro) | Pag.298 |

Great Amwell House, 1948

| | |
|--|---------|
| 105 Il Diagramma Intervallo | Pag.301 |
| 106 Nota Sull'osservazione Di Sé | Pag.305 |
| 107 6144 | Pag.307 |
| 108 Essenza E Personalità (Idea-Lavoro) | Pag.311 |
| 109 La Considerazione Interna E Il Dialogo Interiore | Pag.314 |
| 110 Commentario Sull'essere (Idea-Lavoro) | Pag.317 |
| 111 Commentario Sugli Atteggiamenti (Idea-Lavoro) | Pag.320 |
| 112 Commentario Sul Tempo (Idea – Lavoro) | Pag.324 |
| 113 Commentario Sull'io Immaginario E La Falsa Personalità (Idea – Lavoro) | Pag.329 |
| 114 Nuovo Commentario Sul Ricordo Di Sé (Idea-Lavoro) | Pag.333 |
| 115 Considerazione Interna | Pag.336 |
| 116 Nota Sull'attenzione Esterna E L'attenzione Interna (Idea-Lavoro) | Pag.338 |
| 117 La Concezione Di Energia Nel Lavoro | Pag.340 |
| 118 L'alimento Delle Impressioni (Idea – Lavoro) | Pag.345 |
| 119 Il Linguaggio Universale (Idea-Lavoro) | Pag.348 |
| 120 Mentire (Idea-Lavoro) | Pag.354 |
| 121 Sulla Coscienza (Idea-Lavoro) | Pag.357 |
| 122 Breve Nota Sul Cambiamento Di Sé (Idea – Lavoro) | Pag.360 |
| 123 La Trasformazione Di Sé (Cambiamento Di Attitudini) (Idea – Lavoro) | Pag.362 |
| 124 Nota Sull'osservazione Del Centro Intellettuale E Sul Pensare Inutile E Sul Pensare Sbagliato (Idea-Lavoro) | Pag.364 |
| 125 Nota Sul Significato Di Questo Lavoro (Idea-Lavoro) | Pag.367 |
| 126 La Trasformazione Delle Impressioni (Insegnamento-Lavoro) | Pag.369 |
| 127 Autotrasformazione (Idea – Lavoro) | Pag.372 |
| 128 Nota Sul Ricordo Di Sé E Il Riconoscimento Di Sé (Insegnamento – Lavoro) | Pag.376 |
| 129 Il Lavoro Sbagliato Dei Centri (Idea-Lavoro) | Pag.378 |
| 130 La Terra Non Manifesta E La Terra Manifestata (Idea-Lavoro) | Pag.381 |
| 131 Nuova Nota Sulla Tavola Degli Idrogeni | Pag.383 |
| 132 Il Non Manifestato È Causa Del Manifestato (Controllo Del Pensiero Non Manifesto) (Idea – Lavoro) | Pag.386 |
| 133 Essenza E Personalità (Idea – Lavoro) | Pag.389 |

| | |
|---|----------|
| 134 Nuova Nota Sullo Sforzo-Lavoro | Pag.392 |
| 135 Respingenti, Ritratti E Shock-Lavoro (Idea-Lavoro) | Pag.394 |
| 136 Sullo Stare Sotto Differenti Leggi (Idea-Lavoro) | Pag.396 |
| 137 Sull'identificarsi Con La Parte Che Ci Corrisponde (Idea – Lavoro) | Pag.399 |
| 138 Nuova Nota Sull'osservazione Di Sé (Osservazione Della Depressione Nei Centri) (Idea – Lavoro) | Pag.401 |
| 139 Nota Sulla Violenza (Idea-Lavoro) | Pag.403 |
| 140 Nuova Nota Sulla Violenza | Pag.405 |
| 141 Crisi (Idea-Lavoro) | Pag.407 |
| 142 Nota Sul Lavoro Su Se Stesso (Idea – Lavoro) | Pag.411 |
| 143 Valorizzazione (Idea – Lavoro) | Pag. 413 |
| Indice | Pag. 416 |