

Libreremo

Questo libro è il frutto di un percorso di lotta per l'accesso alle conoscenze e alla formazione promosso dal **CSOA Terra Terra**, **CSOA Officina 99**, **Get Up Kids!**, **Neapolis Hacklab**. Questo libro è solo uno dei tanti messi a disposizione da **LIBREREMO**, un portale finalizzato alla condivisione e alla libera circolazione di materiali di studio universitario (e non solo!).

Pensiamo che in un'università dai costi e dai ritmi sempre più escludenti, sempre più subordinata agli interessi delle aziende, **LIBREREMO** possa essere uno strumento nelle mani degli studenti per riappropriarsi, attraverso la collaborazione reciproca, del proprio diritto allo studio e per stimolare, attraverso la diffusione di materiale controinformativo, una critica della proprietà intellettuale al fine di smascherarne i reali interessi.

I diritti di proprietà intellettuale (che siano brevetti o copyright) sono da sempre – e soprattutto oggi - grosse fonti di profitto per multinazionali e grandi gruppi economici, che pur di tutelare i loro guadagni sono disposti a privatizzare le idee, a impedire l'accesso alla ricerca e a qualsiasi contenuto, tagliando fuori dalla cultura e dallo sviluppo la stragrande maggioranza delle persone. Inoltre impedire l'accesso ai saperi, renderlo possibile solo ad una ristretta minoranza, reprimere i contenuti culturali dal carattere emancipatorio e proporre solo contenuti inoffensivi o di intrattenimento sono da sempre i mezzi del capitale per garantirsi un controllo massiccio sulle classi sociali subalterne.

L'ignoranza, la mancanza di un pensiero critico rende succubi e sottomette alle logiche di profitto e di oppressione: per questo riappropriarsi della cultura – che sia un disco, un libro, un film o altro – **è un atto cosciente caratterizzato da un preciso significato e peso politico**. Condividere e cercare canali alternativi per la circolazione dei saperi significa combattere tale situazione, apportando benefici per tutti.

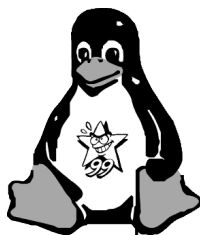
Abbiamo scelto di mettere in condivisione proprio i libri di testo perché i primi ad essere colpiti dall'attuale repressione di qualsiasi tipo di copia privata messa in atto da SIAE, governi e multinazionali, sono la gran parte degli studenti che, considerati gli alti costi che hanno attualmente i libri, non possono affrontare spese eccessive, costretti già a fare i conti con affitti elevati, mancanza di strutture, carenza di servizi e borse di studio etc...

Questo va evidentemente a ledere il nostro diritto allo studio: le università dovrebbero fornire libri di testo gratuiti o quanto meno strutture e biblioteche attrezzate, invece di creare di fatto uno sbarramento per chi non ha la possibilità di spendere migliaia di euro fra tasse e libri originali... Proprio per reagire a tale situazione, senza stare ad aspettare nulla dall'alto, invitiamo tutt* a far circolare il più possibile i libri, approfittando delle enormi possibilità che ci offrono al momento attuale internet e le nuove tecnologie, appropriandocene, liberandole e liberandoci dai limiti imposti dal controllo repressivo di tali mezzi da parte del capitale.

Facciamo fronte comune davanti ad un problema che coinvolge tutt* noi! Riappropriamoci di ciò che è un nostro inviolabile diritto!



Get Up Kids
www.getupkids.org



Neapolis Hacklab
www.neapolishacklab.org



csOA Terra Terra
www.csOaterraterra.org



csOA Officina 99
www.officina99.org

www.libreremo.org

DELLO STESSO AUTORE:
I racconti di Belzebù a suo nipote
La vita è reale solo quando
«lo sono»

G.I. GURDJIEFF

Vedute
sul mondo reale
Gurdjieff parla ai suoi allievi
1917-1931

traduzione di
Igor Legati

NERI POZZA EDITORE

VEDUTE SUL MONDO REALE

Tiolo originale:

Gurdjieff parle à ses élèves 1917-1931

© 1973 Triangle Editions Inc. New York

Prima edizione italiana: L'Ottava Edizioni, 1994

Prima edizione Neri Pozza rivista da Danilo Cassina, giugno 2000

Seconda edizione, ottobre 2002

© 2000 Neri Pozza Editore, Vicenza

ISBN 88-7305-751-9

Il nostro indirizzo internet è: www.neripozza.it

INTRODUZIONE

Nato alla fine del secolo scorso alla frontiera russo-turca, G.I. Gurdjieff, sotto l'influsso di suo padre e dei suoi primi maestri, aveva iniziato molto presto a interrogarsi su se stesso, e a cercare poi instancabilmente degli uomini capaci di illuminarlo. Per circa vent'anni, egli percorse l'Asia centrale e il Medio Oriente per risalire alle vive fonti di una conoscenza nascosta.

Poco prima che iniziasse la prima Guerra mondiale, egli fece ritorno a Mosca, dove cominciò a riunire attorno a sé degli allievi. Durante la Rivoluzione continuò il suo lavoro: si recò a Essentuki, nel Caucaso, con un piccolo gruppo di discepoli, che poco dopo lo seguirono a Tiflis, poi ancora a Costantinopoli, Berlino e Londra. Infine, nel 1922, si stabilì in Francia al castello del Prieuré, vicino a Fontainebleau, per fondarvi su scala molto vasta il suo Istituto per lo sviluppo armonico dell'Uomo.

Dopo un primo viaggio negli Stati Uniti nel 1924, un gravissimo incidente d'auto interruppe l'esecuzione dei suoi progetti.

Una volta ristabilito, egli decise di dedicarsi interamente a scrivere alcuni libri, un'attività che portò avanti per quasi dieci anni. A quel periodo risalgono i *Racconti di Belzebù a suo nipote*, *Incontri con uomini straordinari*, e anche le bozze di una terza serie intitolata *La vita è reale solo quando «Io sono»*.

Poi, fino al termine della sua vita, indirizzò tutta la sua attività verso un lavoro intensivo con i suoi allievi, in particolare quelli di Parigi durante la seconda Guerra mondiale, e poi con tutti quelli che erano venuti a trovarlo in Francia da ogni parte del mondo. Morì a Parigi il 29 ottobre 1949.

Gli appunti raccolti nella presente opera si riferiscono ad alcune di quelle riunioni che si tenevano quasi ogni sera attorno a Gurdjieff, in qualunque circostanza egli si trovasse. Questi testi non sono una trascrizione diretta. Infatti Gurdjieff non permetteva mai che i suoi allievi prendessero appunti durante le riunioni. Fortunatamente, alcuni ascoltatori presenti, dotati di una memoria eccezionale, si sforzavano in seguito di ricostruire ciò che avevano sentito. Senza pretendere di presentare una sintesi delle idee sviluppate da Gurdjieff, come ha tentato con grande abilità P.D. Ouspensky in *Frammenti di un insegnamento sconosciuto*, questi appunti, per quanto incompleti, sono stati riconosciuti, da coloro che avevano assistito alle riunioni, come il più possibile fedeli alla parola del loro maestro.

Questa parola, malgrado l'apparente semplicità, aveva sempre la virtù di risvegliare chi l'ascoltava all'essenziale. I resoconti che costituiscono la maggior parte della presente opera sono preceduti da tre altri testi di genere diverso. Il primo, «Bagliori di verità», quello di più antica data perché risale al 1915, è il racconto di un allievo russo circa il suo primo incontro con Gurdjieff, nei pressi di Mosca, prima della Rivoluzione. Gli altri due, datati rispettivamente 1918 e 1924, sono delle conferenze tenute da Gurdjieff in presenza di un vasto pubblico.

Quanto agli Aforismi che concludono l'opera, essi erano scritti su una tela posta nella Study House al Prieuré, secondo un alfabeto segreto che soltanto gli allievi erano in grado di decifrare.

BAGLIORI DI VERITÀ

(Scritto da un membro del gruppo di Mosca verso il 1915)

Strani avvenimenti, incomprensibili da un punto di vista ordinario, hanno guidato la mia vita. Parlo di quegli avvenimenti che influenzano la vita interiore di un uomo e che, cambiandone radicalmente la direzione e la meta, creano in essa dei cicli del tutto nuovi. Li ho chiamati incomprensibili, perché io solo posso cogliere il filo che li unisce; ed è come se una persona invisibile, seguendo un suo scopo preciso, avesse fatto comparire sul sentiero della mia vita, proprio nel momento in cui ne avevo bisogno, alcune circostanze che a me sembravano presentarsi "per puro caso".

Guidato da tali avvenimenti, mi ero abituato, fin da quando ero più giovane, a esaminare molto seriamente le circostanze in cui mi venivo a trovare, cercando di cogliere il principio che le collegava e di scoprire in questa relazione una spiegazione più ampia e completa del loro significato. Devo dire che il mio interesse si incentrava non tanto sul risultato esteriore preso in esame, ma sulla "causa" nascosta che l'aveva determinato.

Proprio seguendo questa logica delle cose apparentemente strana, mi trovai un giorno a interessarmi di occultismo; e presi a occuparmene come di un sistema filosofico pieno di armonia e di profondità. Ma nel momento stesso in cui sentii nascere in me qualcosa che andava al di là del semplice interesse, mi venne sottratta l'opportunità di seguirne lo studio sistematico, con la stessa rapidità con cui mi si era offerta. In altre parole, mi trovai a dover contare unicamente sulle mie forze. Io subii questa perdita come uno scacco assurdo, ma in seguito compresi ch'essa rappresentava nella mia vita una tappa necessaria e piena di significato. Ma ciò mi si chiarì solo

molto più tardi. Non lasciai quella strada e continuai a seguir-la a mio rischio e pericolo. Lungo il cammino sorsero ostacoli insormontabili che mi obbligarono a tornare indietro; mi si aprirono nuovi orizzonti, ma, nella fretta, finivo per inciamparmi continuamente e, sembrandomi di aver perso ciò che avevo appena trovato, giravo in tondo come perduto nella nebbia. Queste ricerche mi richiesero molto lavoro e molti sforzi, in apparenza inutili; ma oggi vedo chiaramente che nessuno sforzo è stato vano e che ogni errore mi ha portato più vicino alla verità.

Mi gettai nello studio della letteratura occulta, e posso dire, senza esagerare, di aver non soltanto letto, ma studiato con pazienza e perseveranza la maggior parte del materiale che avevo a disposizione, sforzandomi di coglierne il senso e di comprendere ciò che si celava dietro le parole: dopo tutto questo lavoro, arrivai alla conclusione che non avrei mai trovato nei libri ciò che stavo cercando. Pur indovinando gli imponenti contorni dell'edificio, ero ancora incapace di distinguergli chiaramente.

Mi misi alla ricerca di tutti coloro che sembravano condividere i miei interessi. Alcuni mi davano l'impressione di aver trovato qualcosa, ma dopo averli avvicinati meglio, mi accorgevo che anch'essi brancolavano nel buio. Eppure non persi la speranza di arrivare a scoprire ciò di cui avevo bisogno. Cercavo un uomo in carne e ossa, in grado di darmi qualche altro rispetto a ciò che potevo trovare nei libri. Cercai con costanza e ostinazione e, malgrado tutti i fallimenti, ogni volta rinasceva una speranza che mi portava in una nuova direzione.

In questa ricerca visitai l'Egitto, l'India e altri paesi. Gran parte dei miei incontri non lasciarono alcuna traccia, ma altri furono più significativi.

Passarono parecchi anni. Ormai avevo stabilito dei legami più solidi con un certo numero di persone che dividevano i miei interessi. Tra coloro che mi erano più vicini c'era un certo A.: avevano passato intere notti insieme a lambiccarci il cervello su dei passaggi incomprensibili di alcuni testi, per cercarne una spiegazione soddisfacente. Così eravamo arrivati a conoscerci profondamente.

Ma negli ultimi sei mesi, prima occasionalmente, poi sempre più spesso, avevo notato nel suo comportamento qualcosa di strano. Non potevo dire che mi tenesse a distanza, ma mi pareva cominciasse a perdere interesse per le ricerche che continuavano ad appassionarmi. Nello stesso tempo, mi ero accorto che non se le dimenticava. Spesso tirava fuori delle idee e delle osservazioni di cui riuscivo a cogliere il senso profondo soltanto dopo lunghe riflessioni. Più di una volta glielo feci notare, ma egli evitava sempre abilmente di affrontare l'argomento.

Devo confessare che la crescente indifferenza di A., mio fedele compagno di lavoro, mi spinse a tristi riflessioni. Un bel giorno mi decisi a parlargli apertamente, non ricordo più in che termini.

«Come ti è venuto in mente che ti possa abbandonare?» mi rispose A. «Abbi un po' di pazienza, e vedrai che ti sbagli».

Ma per qualche ignota ragione, né questa risposta né altre considerazioni che sul momento mi erano parse strane, placarono i miei sospetti. Forse ero troppo occupato a rassegnarmi all'idea di una solitudine totale.

Questa situazione si protrasse ancora. Solo oggi capisco che, malgrado la mia apparente capacità di osservare e analizzare ciò che mi succedeva intorno, avevo trascurato imperdonabilmente il fattore essenziale che avrebbe dovuto saltarmi agli occhi. Ma lasciamo che i fatti parlino da soli.

Un giorno, verso la metà di novembre, passai la serata a casa di un amico. La conversazione indugiava su un argomento per me di scarso interesse. Approfitando di una pausa, il padrone di casa mi disse: «A proposito, conoscendo il suo debole per l'occultismo, penso che la possa interessare un trafiletto comparso sul numero di oggi de "La Voce di Mosca"». Mi portò il giornale indicandomi un articolo dal titolo *Tutto sul teatro*.

Vi si riassumeva il soggetto di una specie di mistero medioevale, intitolato *La Lotta dei Maghi*, balletto composto da G.I. Gurdjieff, orientalista molto conosciuto a Mosca. Il riferimen-

to all'oculismo, il titolo e il tema del balletto susciarono in me un vivo interesse, ma nessun invitato riuscì a darmi altri schiarimenti. Il padrone di casa, un grande appassionato di balletti, mi confessò che nessuna persona di sua conoscenza rispondeva alla descrizione dell'articolo. Col suo permesso, ritagliai il testo e me lo portai a casa.

Non voglio annoiarti con i motivi per cui quell'articolo aveva destato il mio interesse. Dirò soltanto che quei motivi mi spinsero, il giorno successivo, a prendere la ferma risoluzione di incontrare a qualunque costo quel certo G.I. Gurdjieff che era l'autore del soggetto.

Quella sera, un sabato, A. venne a trovarmi. Io gli mostrai il tratteggio e gli confidai la mia intenzione, chiedendogli cosa ne pensasse.

A. lesse l'articolo; poi, guardandomi, disse: «Ebbene, ti faccio i miei auguri, ma per quanto mi riguarda, la cosa non mi interessa. Ne ho avuto abbastanza di storie del genere». E posò il giornale con aria indifferente.

Questa assenza di interesse per un problema che mi appassionava tanto mi gelò al punto che smisi di insistere, lasciandolo cadere l'argomento.

Mi immerersi nelle mie riflessioni. Anche A. divenne pensieroso. La conversazione languì e finì per spegnersi. Dopo un lungo silenzio, A. si avvicinò mettendomi la mano sulla spalla.

«Sentì, non offenderti», mi disse. «Avevo le mie ragioni per risponderti in quel modo, e più tardi te le spiegherò. Ma prima ti voglio fare alcune domande *molto* serie... Molto più serie di quanto tu possa immaginare».

Un po' sorpreso da questa sortita, gli risposi semplicemente: «Chiedi pure».

«Vorrei sapere perché vuoi incontrare questo signor Gurdjieff. A che scopo? Come pensi di trovarlo? E se lo trovi, in che modo pensi di avvicinarlo?»

Dapprima controvoglia, poi incoraggiato dalle sue domande e dal suo atteggiamento molto serio, gli raccontai tutto ciò che avevo pensato.

Al termine delle mie spiegazioni, A. riassunse ciò che avevo

detto in poche parole, e aggiunse: «Ebbene, posso assicurarti che non troverai un bel niente».

«Come può essere?» gli risposi. «La sceneggiatura di un balletto come *La Lotta dei Maghi* che, tra parentesi, è dedicato a Gelzer, non è così insignificante da permettere al suo autore di scomparire senza lasciare traccia».

«Non è questo il problema. Anche se lo trovi, non ti parlerà come è in grado di fare», ribatte A.

Con un gesto d'impazienza, protestai: «Perché t'immagini che...»

«Non immagino niente», interruppe A. «Lo so. Per non tenerli in sospeso, ti dirò che conosco il contenuto di quella sceneggiatura, e anche molto bene. Aggiungerò che conosco personalmente l'autore, il signor Gurdjieff, e che lo conosco da parecchio tempo. Credimi, il modo che hai scelto per cercarlo può anche consentirti di conoscerlo, ma non come vuoi tu. E se mi permetti un consiglio da amico, abbi ancora un po' di pazienza. Cercherò di combinare un incontro che soddisfi i tuoi desideri... Bene, ora me ne devo andare».

«Aspetta, aspetta!» esclamai al colmo dello stupore, cercando di trattenerlo. «Non puoi andartene così. Come l'hai conosciuto? Chi è? Perché finora non me ne hai mai parlato?»

«Basta con le domande», rispose A. «Per ora mi rifiuto categoricamente di rispondere. Quando sarà il momento risponderò. Nel frattempo, cerca di stare tranquillo; ti prometto di fare il possibile per procurarti un appuntamento».

Malgrado le mie insistenze, A. non aggiunse altro, assicurandomi che era mio interesse non trattenerlo più a lungo.

La domenica, verso le due del pomeriggio, A. mi chiamò per telefono dicendomi concisamente: «Se vuoi, trovati alla stazione alle sette».

«E dove andremo?» chiesi.

«Da Gurdjieff», rispose. E riappese.

«Con me non fa proprio complimenti», pensai. «Non mi ha nemmeno chiesto se sono libero. E proprio stasera dovrei sistemare un affare urgente. Oltretutto, non so nemmeno dove andiamo e quando torniamo. E poi, cosa dirò a casa?»

Ma alla fine conclusi che A. non era il tipo da sottovalutare i miei impegni. L'affare urgente perse di colpo tutta la sua urgenza, e attesi l'ora fissata.

Per l'impazienza, arrivai alla stazione quasi un'ora prima, e lì rimasi ad aspettare A. Finalmente arrivò. «Muoviti!», disse, spingendomi per il braccio, «ho già fatto i biglietti. Sono stato trattenuto e siamo in ritardo».

Dietro di lui stava arrancando un facchino con due enormi valigie.

«Cos'è tutta questa roba?» gli chiesi. «Ce ne stiamo via per un anno?»

«No», rispose ridendo, «torneremo subito; le valigie non sono per noi».

Prendemmo posto in uno scompartimento che, per fortuna, era vuoto: così nessuno avrebbe potuto interrompere la nostra conversazione.

«È distante?» chiesi.

Mi fece il nome di un luogo di villeggiatura nei pressi di Mosca, e aggiunse: «Per risparmiarti troppe domande, ti dirò tutto ciò che posso: beninteso, son cose che devi tenere per te. Hai certamente ragione a interessarti alla persona di Gurdjieff, ma io mi limiterò a fornirti alcuni dati esteriori perché tu possa avere qualche riferimento. Lascero da parte la mia opinione personale, in modo che tu possa avere un'impressione diretta. Su questo fatto torneremo più avanti».

Sistematosi comodamente, A. cominciò a raccontare. Mi disse che Gurdjieff, per parecchi anni, aveva viaggiato in Oriente con uno scopo ben preciso, ed era stato in luoghi inaccessibili agli europei. Dopo il suo ritorno in Russia, due o tre anni addietro, si era stabilito in un primo tempo a Pietroburgo, consacrando quasi tutte le sue forze ad alcune attività personali. Recentemente si era trasferito a Mosca, e aveva affittato una villa in campagna per poter lavorare indisturbato in un luogo tranquillo. Con una periodicità a lui solo comprensibile, ogni tanto si recava a Mosca, per tornare dopo un

certo tempo ai suoi lavori. Mi parve di capire che non riteneva necessario parlare della sua villa ai conoscenti di Mosca, e che non vi riceveva nessuno.

«Ti dirò in un'altra occasione come l'ho conosciuto», disse A. «Anche quella è una storia niente affatto banale».

In seguito A. mi raccontò che da tempo aveva parlato di me al signor Gurdjieff con l'intenzione di presentarmi, ma costui si era opposto e gli aveva persino vietato di fare il minimo cenno sul suo conto. Ma poi, vista la mia insistenza e le ragioni che mi spingevano a volerlo incontrare, A. si era deciso a chiedergli nuovamente un incontro e la sera prima, lasciandomi, era andato a trovarlo. Gurdjieff, dopo avergli rivolto molte domande sul mio conto, aveva acconsentito a ricevermi, e aveva proposto egli stesso ad A. di accompagnarmi quella sera alla villa in campagna.

«Benché io ti conosca da molti anni», aggiunse A., «dopo tutto ciò che gli ho raccontato, ti conoscerà sicuramente meglio di me. Ora sai che non inventavo nulla, dicendoti che non avresti concluso niente con i mezzi abituali. Non dimenticare che nei tuoi confronti è stata fatta una grossa eccezione. Là dove stiamo andando in questo momento, nessuno di quelli che lo conoscono vi ha ancora messo piede. Anche coloro che gli sono più vicini ignorano l'esistenza di questo ritiro. Grazie alla mia raccomandazione, hai potuto beneficiare di un favore eccezionale: quindi, ti prego, evita di farmi fare una brutta figura».

A questo punto posi parecchie domande che restarono senza risposta, ma quando gli parlai della *Lotta dei Maghi*, me ne descrisse il contenuto fin nei minimi particolari. Allorché lo interrogai su un passaggio che mi era parso strano, mi rispose che lo stesso Gurdjieff me ne avrebbe parlato, nel caso l'avesse ritenuto necessario.

Questa conversazione scatenò in me una ridda di pensieri e di congetture. Dopo un certo silenzio, gli rivolsi un'altra domanda. Egli mi guardò perplesso e mi disse: «Raccogli le idee, non disperderti. Stiamo per arrivare, non mi far rim-

piangere di averli portato. Tieni a mente ciò che m'hai detto ieri a proposito del tuo scopo».

Dopodiché si chiuse nel silenzio.

In silenzio scendemmo dal treno. Mi offesi di portare una valigia, che pesava almeno trenta chili; e quella di A. era altrettanto pesante. Alla stazione ci attendeva una slitta a quattro posti: sempre in silenzio vi salimmo, e per tutto il tragitto non scambiammo una parola. Dopo circa un quarto d'ora, la slitta si fermò davanti a un cancello. In fondo al giardino, si scorgeva una grande villa a due piani.

Preceduti dal conducente che portava i bagagli, oltrepassammo il cancello aperto, avvicinandoci alla casa per un vialetto ripulito dalla neve. La porta era socchiusa. A. suonò il campanello. Dopo un momento, una voce chiese: «Chi è?» A. disse il suo nome. «Come va?» disse la stessa voce attraverso la porta semiaperta.

Il conducente portò le valigie in casa e uscì. «Entriamo, adesso», disse A., come se avesse atteso qualcosa.

Attraverso un corridoio molto buio passammo in un'anticamera poco illuminata. A. chiuse la porta alle nostre spalle. «Lascia qui la tua roba», mi disse concisamente, indicandomi il portamantelli. Ci liberammo dei cappotti.

«Dammì il braccio, e non aver paura di inciampare». Mi fece attraversare un'altra porta, chiudendola di nuovo accuratamente, e mi introdusse in una stanza completamente buia.

Il pavimento era coperto da un morbido tappeto che smorzava il rumore dei passi. Con la mano libera andai a tastoni nel buio, fino a incontrare una tenda molto pesante che correva lungo tutta la stanza apparentemente spaziosa; la tenda formava una specie di corridoio fino a una seconda porta dissimulata da un tendaggio.

«Non dimenticare il tuo scopo», mormorò A. Sollevando il tendaggio, mi sospinse leggermente ed entrammo in una stanza illuminata.

Davanti a noi, al fondo della stanza, seduto a gambe in-

crociate alla maniera orientale su di un'ottomana, si trovava un uomo di mezz'età, intento a fumare un bizzarro narghilé posto al suo fianco su un tavolino molto basso; accanto al narghilé, era posata una tazza di caffè.

Alla nostra comparsa, Gurdjieff (perché di lui si trattava), alzò la mano, e guardandoci con calma ci salutò con un cenno del capo. Poi mi invitò a prendere posto al suo fianco.

Il suo colorito scuro rivelava un'origine orientale. Più di ogni altra cosa mi impressionarono i suoi occhi, e non tanto gli occhi in se stessi, quanto lo sguardo con cui mi accolse, come se non mi vedesse per la prima volta, ma mi conoscesse da lunga data.

Mi misi seduto e mi guardai attorno.

La stanza aveva un aspetto così sorprendente agli occhi di un europeo, che val la pena descriverne qualche particolare.

Era tutta quanta rivestita da stoffe o tappeti. L'intero pavimento della grande stanza era coperto da un unico immenso tappeto, e con tappeti erano drappeggiati i muri, le porte e le finestre. Il soffitto era velato da antichi scialli di seta dai colori meravigliosi, armoniosamente accostati. Nel punto in cui gli scialli si univano, al centro del soffitto, si formava un curioso motivo, e da quel punto pendeva una lampada in bronzo di lavorazione molto fine, schermata da un vetro opaco simile a un immenso fiore di loto, dalla quale emanava una luminosità chiara e diffusa.

A sinistra dell'ottomana su cui eravamo seduti, un'altra lampada con un lungo piedistallo emetteva un chiarore dello stesso genere. Contro la parete di sinistra si trovava un pianoforte, interamente ricoperto di tessuti antichi, i quali ne dissimulavano i contorni al punto che, senza i candelieri, non ne avrei mai indovinato la natura.

Sulla tappezzeria che copriva la parete, al di sopra del pianoforte, era appesa un'intera collezione di strumenti musicali a corda dalle fogge più strane, insieme ad altri strumenti che ricordavano i flauti. Altre due collezioni adornavano le pareti: dietro di noi c'erano delle vecchie armi, come archibu-

gi, yatagan, pugnali ecc.; e sul muro di fronte, appese a un sottile filo metallico, erano esposte in bella mostra delle vecchie pipe scolpite.

Sotto di esse, lungo tutta la parete, correva una fila di cuscini coperti da un unico tappeto. A un'estremità della fila, nell'angolo a sinistra, si trovava una stufa olandese ornata di merletti ricamati. Nell'angolo a destra, dipinta in colori molto armoniosi, un'icona tempestata di pietre preziose rappresentava un San Giorgio vittorioso.

Sotto l'icona, c'era una sorta di ripiano con parecchie statuette di varia grandezza, scolpite in avorio, tra cui riconoscevi il Cristo, Budda, Mosè e Maometto, senza riuscire a identificarle le altre.

Alla parete di destra si trovava addossata un'altra bassa ottomana, delimitata da due tavolini di ebano intagliato. Su uno dei tavolini c'erano una lampada ad alcool e una caffettiera.

Nella stanza erano disseminati parecchi cuscini in sapiente disordine. Tutti i mobili erano ornati di nappes, merletti dorate e pietre multicolori.

Nel complesso, la stanza offriva un'impressione di calda intimità, impressione accentuata da un profumo piacevole e sottile, frammisto all'odore del tabacco.

Esaminata la stanza, il mio sguardo ricadde su Gurdjieff, il quale mi stava osservando; e io provai una strana sensazione, come se mi tenesse in palmo di mano e mi stesse soppesando. Involontariamente sorrisi. Tranquillo e senza fretta, egli distolse lo sguardo e, rivolgendosi ad A., gli disse qualche parola. Non mi guardò più in quel modo, e quella sensazione non ebbe a ripetersi.

A., che stava seduto su un gran cuscino a fianco dell'ottomana nella stessa posizione di Gurdjieff, posizione che sembrava essergli diventava ormai familiare, si alzò e prese da un tavolo due quaderni di appunti, uno per sé e l'altro per Gurdjieff. Poi, indicando la caffettiera, mi disse: «Quando vuoi del caffè, serviti pure; io ne approfitto subito». Seguendo il suo esempio, me ne versai una tazza, la posi sul tavolo vicino al narghilè, e ripresi il mio posto.

A quel punto mi rivolsi a Gurdjieff e, sforzandomi di essere il più chiaro e conciso possibile, gli spiegai perché ero venuto.

Egli mi ascoltò, e dopo un breve silenzio mi disse: «Bene, allora non perdiamo del tempo prezioso». E mi chiese cosa volevo realmente.

Per evitare continue ripetizioni, preferisco riassumere subito alcuni aspetti peculiari della conversazione che ne seguì.

Innanzitutto vorrei segnalare un fatto curioso, che in un primo momento m'era sfuggito perché ero preso da altre cose. Gurdjieff parlava un russo che non era né sciolto né corretto. Talvolta gli occorreva molto tempo per trovare le parole e le espressioni giuste; spesso doveva ricorrere ad A. dicendogli due o tre parole, ed A., cogliendo il suo pensiero al volo, lo sviluppava in una forma che mi fosse comprensibile. Era evidente che ad A. il tema della conversazione era familiare. Egli seguiva attentamente le parole di Gurdjieff, il quale ogni tanto con una parola gli indicava qualche nuovo significato, modificando all'istante il corso dei suoi pensieri. Naturalmente, A. mi conosceva bene, e questo fatto l'aiutava molto a farmi comprendere le parole di Gurdjieff. Spesso, con una semplice allusione, mi provocava un'intera successione di pensieri. In qualche modo, egli fungeva da trasmettitore tra Gurdjieff e me. All'inizio, Gurdjieff era continuamente costretto a ricorrere ad A., ma ampliando il discorso a sempre nuove prospettive, gradualmente poté farne a meno. Poco a poco, le sue parole diventarono più libere e naturali, i termini giusti parvero venire da soli, e alla fine avrei potuto giurare che parlava un russo purissimo, senz'alcun accento straniero. Il discorso scorreva agevolmente, ricco di paragoni e di esempi vivissimi, e sviluppava vaste e armoniose concezioni.

Entrambi, Gurdjieff e A., si aiutavano per le loro spiegazioni con numerosi grafici e con delle serie di numeri che, nel complesso, formavano un armonioso sistema di simboli, una specie di codice, nel quale un unico numero poteva esprimere un intero gruppo di idee. Spesso usavano degli esempi tratti dalla fisica e dalla meccanica, ma soprattutto dalla chimica e dalla matematica.

Talvolta Gurdjieff si rivolgeva ad A. a proposito di qualche

argomento che sembrava essergli familiare, e citava dei nomi. A., con un cenno del capo, dimostrava di aver capito, e la conversazione riprendeva. Compresi allora che A., insegnando a me, imparava egli stesso.

Un'altra particolarità era questa: non occorre quasi mai che facessi delle domande, perché appena mi venivano in mente, e prima ancora che potessi formularle, Gurdjieff aveva già dato la risposta. Era come se conoscesse in anticipo e prevenisse inamovibilmente le mie possibili obiezioni. Un paio di volte, però, commisi l'errore di fare delle domande che non mi ero personalmente sforzato di approfondire; ma di questo fatto parlerò più tardi.

Non potei definire meglio l'andamento generale della discussione se non paragonandolo a una spirale. Gurdjieff, partendo da un'idea di base, la sviluppava e l'approfondiva; poi, terminando il ciclo del proprio ragionamento, ritornava al punto di partenza, ma a un livello più alto, da cui si vedevano le cose con maggiore ampiezza e con più particolari. Poi un altro ciclo, e di nuovo si arrivava a una concezione ancora più chiara, precisa e vasta dell'idea di partenza.

Non so in che stato d'animo mi sarei trovato se fossi stato solo con Gurdjieff, ma credo che la presenza di A., e il suo modo calmo e serio di partecipare all'incontro abbiano influito su di me senza che me ne rendessi conto.

La conversazione mi procurò una gioia inesprimibile, per me ancora sconosciuta. I contorni del maestoso edificio che fino a quel momento avevo solo intravisto si delinearono davanti a me con chiarezza, e cominciai persino a individuarne alcuni particolari.

Cercherò, nei limiti del possibile, di riportare le cose essenziali di quella conversazione. Chissà che non possano giovare a coloro che si trovano in una situazione analoga alla mia... È questo lo scopo del mio racconto.

«Lei ha familiarità con la letteratura occulta», cominciò Gurdjieff, «e per questo motivo mi riferirò alla ben nota formula della *Tavola Smeraldina* di Ermete: "Come in alto, così in

basso". Questa formula è un ottimo punto di partenza per la nostra conversazione. Ma le premetto che non è affatto necessario ricorrere all'occultismo per avvicinarsi alla conoscenza della verità. La verità parla da sé, qualunque sia la forma in cui si manifesta. Questo fatto le si chiarirà solo con l'andar del tempo, ma fin d'ora vorrei darle almeno un granello di comprensione. Ripeto, parto da questa formula occulta perché sto parlando con lei. So che ha tentato di decifrarla, e che in un certo senso la comprende: ma questa sua comprensione non è che un debole e lontano riflesso della luce divina.

«Non le parlerò della formula in se stessa, né ho intenzione di analizzarla o decifrarla. Non si tratta di discuterne il significato letterale, ma di prenderla semplicemente come punto di partenza; e perché lei possa farsi un'idea approssimativa di ciò che ho in mente, le posso dire che parleremo della grande unità di tutto ciò che esiste, dell'unità nella diversità. Voglio attirare la sua attenzione su due o tre facce di un prezioso cristallo, per aiutarla a individuare le immagini quasi impercettibili che vi si riflettono.

«So che lei capisce l'unità delle leggi che governano l'universo, ma le dirò che la sua comprensione è solo astratta e teorica. Non basta che lei concepisca con l'intelletto, ma deve sentire con tutto il suo essere l'esattezza assoluta e l'infallibilità di tale verità: soltanto allora potrà dire coscientemente e con piena convinzione: io so».

Press'a poco questo fu il senso delle parole con cui Gurdjieff iniziò la conversazione.

Poi, con idee atte a spiegare la formula ermetica citata, cominciò una stupefacente descrizione della sfera in cui si svolge la vita di tutta l'umanità. Per analogia, passò dai piccoli avvenimenti della vita quotidiana di un singolo uomo, alle grandi epoche della storia dell'umanità intera, mettendo così in risalto l'azione ciclica della legge di analogia in rapporto alla vita dell'umanità terrestre. Poi, nello stesso modo, passò dall'umanità a ciò che chiamerei la vita della Terra. Egli, facendo ricorso alla fisica, alla meccanica, alla biologia ecc., descrisse la Terra come un grande organismo simile a quello dell'uomo. Mi resi conto che la luce del suo pensiero conver-

geva progressivamente verso un unico punto focale. Di tutto ciò che diceva, la conclusione inevitabile era la grande legge della Tri-unità, cioè la legge delle tre forze di azione, reazione ed equilibrio, o dei tre principi attivo, passivo e neutro. Basandosi su questa legge, e prendendo la Terra come punto di partenza, il suo pensiero, con un volo ardimentoso, si estese a tutto il sistema solare. Esaminando le relazioni Terra-Sole, sottolineò quegli aspetti della legge che sono più vicini all'uomo. Poi, con una breve frase, oltrepassò i limiti del sistema solare. Inizialmente mi balzarono agli occhi i dati astronomici, ma a poco a poco essi impallidirono nell'immensità dello spazio, finendo per svanire completamente: restò soltanto la grande idea emanata da quella stessa legge. Le sue parole risuonavano lente e maestose, e nello stesso tempo sembravano allontanarsi e perdere ogni senso. Dietro di esse si percepiva la vita di un pensiero prodigioso.

«Siamo arrivati al ciglio di quell'abisso che l'intelligenza ordinaria dell'uomo non può mai valicare», disse. «Sente come le parole diventano inutili e superflue? Sente come la ragione, da sola, è impotente? Ci siamo avvicinati al Principio di tutti i Principi». Poi tacque, guardando pensoso davanti a sé.

Incantato dalla bellezza e dalla grandiosità di quei pensieri, poco alla volta, anziché ascoltare il suono delle parole, le vivevo, e nello stesso tempo coglievo il pensiero non con la ragione ma con l'intuizione. L'uomo, laggiù in basso, si era ridotto a una nullità, ed era poi scomparso senza lasciare traccia. Ero invaso dal sentimento di essere in presenza di un'Infinità Impenetrabile, e nello stesso tempo ero profondamente conscio della mia personale nullità.

Come se indovinasse il mio pensiero, Gurdjieff disse: «Siamo partiti dall'uomo: dove l'abbiamo lasciato? La legge dell'unità è grande, abbraccia tutto. Nell'universo, tutto è uno; ci sono solo differenze di scala. Nell'infinitamente piccolo, troviamo le stesse leggi dell'infinitamente grande. Come in alto, così in basso.

«Quando si leva il sole, la cima delle montagne si illumina, ma la valle è ancora in ombra. Ugualmente, la ragione che trascende la condizione umana contempla la luce divina,

mentre coloro che dimorano in basso sono ancora immersi nell'oscurità. Ma ripeto che nell'universo tutto è uno. E siccome la ragione partecipa di quest'unità, la ragione umana rappresenta un formidabile strumento di indagine.

«Ora che siamo risaliti all'origine di tutto, scenderemo di nuovo sulla Terra, da cui eravamo partiti, per darle il posto che le spetta nella struttura dell'universo. Guardi...»

Tracciò un disegno molto semplice e, riferendosi alle leggi della meccanica, sviluppò uno schema della struttura dell'intero universo. Attraverso le cifre e i numeri disposti secondo un ordine preciso e armonioso traspariva la molteplicità nell'unità. A poco a poco, questi dati si riempirono di significato, e concezioni fino ad allora morte cominciarono a prendere vita. Un'unica e sola legge regnava su tutto, e la mia comprensione si schiuse con un senso di beatitudine allo sviluppo armonioso dell'universo. Lo schema aveva preso origine da un Grande Principio e terminava alla Terra.

Nel corso di questa esposizione, Gurdjieff sottolineò la necessità di ciò ch'egli definì uno "shock" esterno, il quale interviene in momenti ben precisi per armonizzare i due principi opposti in un'unità equilibrata. In meccanica, esso corrisponde al punto di applicazione delle forze in un sistema in equilibrio.

«Siamo arrivati al punto in cui si inserisce la nostra vita terrestre», disse. «E per il momento non procederemo oltre. Per esaminare meglio quanto ho appena detto, e per evidenziare ancor più l'unità delle leggi, prenderemo un'unità di misura qualsiasi e l'applicheremo al microcosmo». E mi propose di scegliere personalmente qualche struttura regolare a me nota, come lo spettro solare, la scala musicale ecc. Dopo un attimo di riflessione, scelsi la scala musicale.

«Ottima scelta», disse Gurdjieff. «Effettivamente, la scala delle note musicali, nella sua forma attuale, è stata costruita in tempi antichi da uomini che possedevano la Conoscenza, e lei vedrà quanto può essere utile per capire le leggi fondamentali».

Mi spiegò in breve le leggi di costruzione della scala, insistendo particolarmente su quelli che egli definì «intervalli»,

i quali si trovano in ogni ottava tra le note *mi* e *fa*, e tra il *si* e il *do* dell'ottava successiva. In entrambi i casi, tra le due note manca un semitono, tanto in senso ascendente che in senso discendente.

«Considerando lo sviluppo ascendente dell'ottava, le note *do*, *re*, *fa*, *sol* e *la* possono passare alla nota successiva, mentre le note *mi* e *si* non hanno tale possibilità».

E spiegò come questi due intervalli dell'ottava, secondo certe leggi derivate dalla legge della Tri-unità, vengano colmati da altre ottave di natura diversa. Queste altre ottave svolgono negli intervalli una funzione analoga a quella dei semitoni nel processo evolutivo o involutivo della scala musicale. L'ottava fondamentale è simile al tronco di un albero i cui rami rappresentano le ottave subordinate. Le sette note dell'ottava e i due intervalli "portatori di nuove direzioni", formano complessivamente nove anelli di una catena, suddivisi in tre gruppi di tre anelli ciascuno.

Ritornò poi allo schema della struttura dell'universo, considerando questa volta soltanto il "raggio" passante per la Terra.

La potente ottava originaria, le cui note di intensità manifestamente decrescente comprendevano il Sole, la Terra e la Luna, si era necessariamente risolta, seguendo la legge della Tri-unità, in tre ottave subordinate. Mi diventò allora evidente sia il ruolo degli intervalli dell'ottava sia la loro diversa natura. Dei due intervalli *mi-fa* e *si-do*, uno è più attivo, più vicino per natura alla volontà, mentre l'altro svolge un ruolo passivo. Gli "shock" dello schema originario, che fino a quel momento mi erano rimasti del tutto incomprensibili, arrivavano giusto a proposito per completare la regola, presentandosi così sotto una nuova luce.

La suddivisione del raggio fatta in tal modo chiariva perfettamente il posto, il ruolo e il destino dell'umanità, e rendeva pure evidenti le possibilità dell'uomo preso individualmente.

«Forse avrà l'impressione che, nella nostra ricerca dell'unità», disse Gurdjieff, «Lei riuscirà certamente a comprendere quanto ora le dirò, ma sono sicuro che la sua comprensione si concentrerà soprattutto sulla struttura del discorso: cerchi

di dirigere l'interesse e l'attenzione non tanto sulla sua bellezza, armonia e ingegnosità, che oltretutto lei non è in grado di cogliere appieno, ma sullo "spirito", sul senso che sta dietro le parole, sul loro contenuto interiore. Altrimenti coglierà soltanto delle forme prive di vita. Adesso avrà l'occasione di vedere una faccia del cristallo, e se il suo occhio riuscirà a cogliere ciò che vi si riflette, lei arriverà molto vicino alla Verità».

A questo punto Gurdjieff cominciò a spiegare in che modo le ottave fondamentali si combinano con le ottave secondarie a loro subordinate, e come, a loro volta, queste ultime producano delle ottave di un altro livello ancora, e così via. Tale processo era paragonabile alla crescita, o meglio alla formazione di un albero, dal cui tronco vengono biforcandosi dei rami, che a loro volta producono ramoscelli sempre più piccoli, sui quali infine appaiono le foglie; e già sulle foglie si poteva indovinare il processo di formazione delle venature.

Devo ammettere, in verità, che la mia attenzione era stata assorbita soprattutto dall'armonia e dalla bellezza del sistema.

Dopo aver parlato delle ottave che nascono come i rami dal tronco, Gurdjieff aggiunse che ogni nota di ciascuna ottava costituisce, da un altro punto di vista, un'intera ottava. Questo fatto ha una validità universale. Le ottave "interiori" si possono paragonare agli strati concentrici di un tronco d'albero, i cui anelli sono disposti uno dentro l'altro.

Questa spiegazione, data in termini molto generali, sottolineava la stretta conformità alle leggi dell'intera struttura. Non ci fossero stati gli esempi, poteva sembrare astratta: ma gli esempi la rendevano viva, e talvolta avevo l'impressione di poter veramente intuire la verità nascosta dietro le parole. Mi resi conto che, nella coerenza della struttura dell'universo erano state previste tutte le possibilità e tutte le combinazioni, nessuna esclusa, e che si poteva presagire l'infinità dell'infinito. Ma nello stesso tempo non riuscivo a coglierla, poiché la ragione vacillava davanti all'immensità del concetto. E di nuovo avvertii due opposte sensazioni: quella di essere estremamente vicino alla possibilità di conoscere tutto, e la consapevolezza della sua inaccessibilità.

Ancora una volta sentii le parole di Gurdjieff riecheggiare i miei sentimenti: «La ragione ordinaria non consente all'uomo di appropriarsi della Conoscenza, facendone un suo bene inalienabile. Eppure, per l'uomo tale possibilità esiste davvero: prima, però, deve scrollarsi la polvere di dosso, prima di avere le ali con cui volare tanto in alto egli deve fare un lavoro gigantesco e compiere immani sforzi. E certamente molto più facile abbandonarsi alla corrente e lasciarsi portare di ottava in ottava, ma è una strada infinitamente più lunga rispetto a quella di volere e di fare da sé. Il cammino è difficile, e la salita sempre più ardua, ma anche le forze man mano si moltiplicano. L'uomo si temprà, e a ogni passo scopre orizzonti sempre più vasti. Sì, questa possibilità esiste».

E infatti, avvertivo la presenza reale di questa possibilità. Non sapevo ancora in cosa consistesse, ma sentivo che c'era. Mi riesce difficile trovare le parole per esprimere ciò che mi stava diventando sempre più chiaro. In effetti, si veniva delineando una legge in grado di abbracciare tutta la realtà, e ciò che a prima vista pareva una violazione della legge, a un'osservazione più attenta ne era solo la conferma; si poteva dire senza esagerazione che, se "l'eccezione conferma la regola", in realtà non ci sono eccezioni. Per quelli che riescono a capirmi, posso dire, usando dei termini pitagorici, che compresi e sentii che la Volontà e il Destino, le due sfere d'attività della Provvidenza, pur opponendosi coesistono e che, senza fondersi né separarsi, restano strettamente intrecciate. Non pretendo che parole così contraddittorie possano esprimere con chiarezza questa mia comprensione, ma non riesco a trovare nulla di meglio.

«Lei ora si renderà conto», continuò Gurdjieff, «che chi possiede una piena e totale comprensione del "sistema delle ottave", se così vogliamo chiamarlo, possiede la chiave per la comprensione dell'Unità, dal momento che comprende tutto ciò che è percepibile, tutto ciò che avviene, tutte le cose nella loro essenza, poiché ne conosce la collocazione, le cause e gli effetti.

«E nello stesso tempo lei può ben vedere che tale sistema non è che una rappresentazione più dettagliata dello schema

originario, un'espressione più precisa della legge dell'Unità. Tutto ciò che abbiamo detto e che potremmo ancora dire, non sarà mai altro che lo sviluppo dell'idea primaria di Unità. E la Grande Conoscenza di cui le ho parlato consiste propriamente nella consapevolezza totale, chiara e precisa di questa legge.

«Le speculazioni, le supposizioni, le ipotesi, non esistono per chi possiede tale Conoscenza; in altri termini, chi la possiede conosce ogni cosa in grandezza, numero e peso. Nell'universo tutto è materiale, e per questo motivo la Grande Conoscenza è più materialista del materialismo.

«Un rapido sguardo alla chimica le permetterà di capire meglio questa affermazione».

Egli mi spiegò che la chimica, studiando le "sostanze" a densità diversa senza tener conto della legge dell'ottava, commette un errore che invalida il risultato finale. Conoscendo questo errore, si possono apportare delle correzioni e trovare dei risultati che coincidono perfettamente con quelli ottenuti in base alla legge dell'ottava. Inoltre Gurdjieff specificò che il concetto di sostanze semplici, o elementi, che è alla base della chimica moderna, è inammissibile dal punto di vista della chimica dell'ottava, che è la "chimica oggettiva". La materia è sempre e dovunque la stessa. La differenza di qualità di ogni sostanza dipende soltanto dal posto occupato in una certa ottava, e dal livello cui appartiene quell'ottava.

Da questo punto di vista, la nozione ipotetica di atomo come particella indivisibile di una sostanza semplice, o elemento, è un modello inservibile. L'atomo di una "sostanza" a densità nota, in quanto individualità reale, è invece la più piccola quantità di materia che mantiene tutte le proprietà fisiche, chimiche e cosmiche che caratterizzano quella sostanza come nota di una certa ottava. Per esempio, nella chimica moderna non esiste l'atomo d'acqua, perché l'acqua non è una sostanza semplice, ma un composto chimico di idrogeno e ossigeno. Dal punto di vista della "chimica oggettiva", invece, un "atomo" d'acqua esiste, ed è il suo volume più piccolo, visibile anche a occhio nudo. Gurdjieff aggiunse: «Per il momento lei deve accettare queste affermazioni sulla fiducia. Ma

coloro che cercano la Grande Conoscenza sotto la direzione di chi l'ha già raggiunta devono a loro volta determinare e verificare, mediante ricerche personali, che cosa sono questi atomi di sostanze a densità diversa».

Tutto ciò era esprimibile in termini matematici. E mi convinsi che in verità nell'universo tutto è materiale, ed è misurabile in cifre mediante la legge dell'ottava. Dalla materia primigenia si originano una serie di note a densità diversa, espresse da numeri che si combinano secondo certe leggi, e ciò che sembra impossibile da misurare diventa misurabile.

Mi divennero allora chiare le "qualità cosmiche" della materia. Con mia gran sorpresa, per illustrare gli errori della chimica moderna, furono anche vagliati e discussi i pesi atomici di alcuni elementi.

Infine, mi venne spiegata la legge di costruzione degli "atomi" di sostanze a densità diversa. Così, senza nemmeno rendermene conto, arrivammo a quella che si potrebbe definire l'"ottava terrestre", ritornando al punto da cui eravamo partiti, ritornando, cioè, sulla Terra.

«Lo scopo di tutto ciò che le ho detto», continuò Gurdjieff, «non era quello di comunicarle nuove conoscenze. Volevo soltanto dimostrarle che la conoscenza di certe leggi offre all'uomo, senza che debba cambiare le condizioni in cui si trova, la possibilità di calcolare, misurare e pesare tutto ciò che esiste, dall'infinitamente grande all'infinitamente piccolo. Ripeto: tutto, nell'universo, è materiale. Rifletta bene su queste parole e capirà, almeno entro certi limiti, perché ho usato l'espressione "più materialista del materialismo"....»

«Ora abbiamo fatto conoscenza con le leggi che reggono la vita del Macrocosmo, e siamo ritornati sulla Terra. Si ricordi ancora una volta: "Come in alto, così in basso".

«A questo punto penso che lei, senza bisogno di ulteriori spiegazioni, ammetterà che la vita dell'uomo come singolo individuo, che chiamiamo Microcosmo, è governata dalle stesse leggi.

«Ma cerchiamo di chiarirlo meglio, aiutandoci con un esempio che ci permetta di entrare in alcuni particolari. Pren-

diamo in esame un argomento specifico, per esempio lo schema di funzionamento dell'organismo umano».

Gurdjieff disegnò uno schema del corpo umano, interpretandolo come una fabbrica costruita su tre piani, che rappresentano la testa, il torace e l'addome.

«La fabbrica, nell'insieme, forma un complesso unico, e si può considerare come un'ottava di primo grado, simile a quella utilizzata per lo studio del Macrocosmo. Ogni piano a sua volta rappresenta un'ottava completa di secondo grado, subordinata alla prima. Così abbiamo tre ottave subordinate, analoghe a quelle dello schema di costruzione dell'universo. Ogni piano riceve dall'esterno del nutrimento appropriato, lo assimila, lo combina con le sostanze già elaborate, e in questo modo la fabbrica funziona per produrre determinate sostanze.

«A questo punto vorrei farle notare», disse Gurdjieff, «che, sebbene la struttura della fabbrica sia ottima, e perfettamente funzionale alla produzione di queste sostanze, tuttavia, per l'ignoranza dell'amministrazione superiore, la produzione viene gestita in spreco di qualunque criterio economico. Immagini in che situazione si verrebbe a trovare un'impresa sottoposta a enormi e continue spese, la cui produzione fosse adibita quasi esclusivamente a elaborare e ricostituire il materiale destinato a consentire l'esistenza stessa della fabbrica. Quanto al poco che resta, esso viene dissipato in pura perdita, senza che si sappia né come, né perché. Un'impresa va necessariamente organizzata secondo una precisa conoscenza di cause; solo allora se ne caverà un notevole profitto al netto delle spese, di cui poter disporre a discrezione.

«Ma ritorniamo al nostro schema». E mi spiegò che il nutrimento del piano inferiore è costituito dagli alimenti (cioè che l'uomo mangia e beve), quello del piano intermedio è l'aria e il nutrimento del piano superiore può essere indicato col termine generico di "impressioni".

Ogni tipo di nutrimento, costituito da sostanze di una determinata densità e qualità, appartiene a ottave di livello diverso.

A questo punto non riuscii a trattenermi dal chiedere: «E il pensiero?»

«Il pensiero è materiale come tutto il resto», rispose Gurdjieff. «Ci sono sistemi che consentono non soltanto di convincersene, ma di "pesarlo" e "misurarlo" come le altre sostanze. Siccome è possibile calcolarne la densità, è anche possibile mettere a confronto il pensiero di uomini diversi, o quello di un medesimo uomo in momenti differenti. Se ne possono definire anche tutte le qualità. Già gliel'ho detto, nell'universo tutto è materiale».

Poi mi spiegò che i tre tipi di nutrimento, entrando nell'organismo umano in punti diversi, danno origine a tre ottave corrispondenti, reciprocamente collegate mediante un sistema di relazioni conforme alle leggi: ciascun nutrimento, al momento dell'entrata, rappresenta il *do* dell'ottava del suo livello. Le leggi di sviluppo delle ottave sono sempre le stesse.

Per esempio, il *do* dell'ottava del cibo che entra nell'addome, passa a *re* tramite il semitono corrispondente, poi diventa *mi* tramite il semitono successivo. Il *mi*, non avendo semitono, non può, per sviluppo naturale, trasformarsi automaticamente in *fa*. In suo aiuto interviene l'ottava del nutrimento che penetra nel torace. «Come le ho detto prima, questa è un'ottava di grado già più elevato, e il suo *do*, il secondo *do* che incontriamo, avendo il semitono necessario per passare a *re*, prende in carico, per così dire, il *mi* dell'ottava precedente e lo trasforma in *fa*, cioè assume la funzione del semitono mancante, e funge da "shock" per lo sviluppo della prima ottava.

«Per non complicare troppo le cose, tralasciamo provvisoriamente lo studio dell'ottava che comincia col secondo *do*, e della terza ottava che a sua volta entra in gioco a un determinato punto. Ci limiteremo a osservare che lo sviluppo dell'ottava iniziale, dopo lo "shock", prosegue di nuovo grazie ai semitoni. *Fa* passa a *sol*. La sostanza che si forma a questo stadio è davvero il sale dell'organismo umano. [In russo, la parola "sale" si dice "sol"]. È la sostanza più importante che essa sia in grado di elaborare». E di nuovo Gurdjieff si servì dei numeri e delle loro combinazioni per chiarire la sua affermazione.

«Lo sviluppo dell'ottava prosegue attraverso un semitono da *sol* a *la*, e da *la*, tramite il relativo semitono, a *si*. Qui l'ottava è di nuovo bloccata. Affinché il *si* passi al *do* di una

nuova ottava dell'organismo umano, è indispensabile un secondo "shock".

«Ora, se mette in relazione ciò che ho appena detto con il discorso sulla chimica, potrà arrivare a delle conclusioni di un certo rilievo».

A questo punto, prima ancora d'aver riflettuto a fondo, feci una domanda sull'utilità del digiuno.

Gurdjieff tacque. A. mi lanciò uno sguardo di rimprovero, e io averii immediatamente che la mia domanda era del tutto fuori posto. Ma non ebbi il tempo di rimediare all'errore, perché Gurdjieff riprese: «Le mostrerò un'esperienza che glielo farà capire...»; ma dopo aver scambiato uno sguardo con A. chiedendogli qualcosa, aggiunse: «No, meglio più tardi». E dopo un attimo di silenzio concluse: «Vedo che la sua attenzione è già stanca, ma sono arrivato quasi alla fine di ciò che volevo dirle oggi. Avevo ancora intenzione di affrontare in modo molto generale il problema dello sviluppo dell'uomo, ma per il momento non è così importante. Rimanderemo questo discorso a un'occasione più favorevole».

«Posso dedurne che mi permetterà di vederla altre volte per parlare dei problemi che mi stanno a cuore?» gli domandai.

«Per quanto mi riguarda, non ho nulla in contrario a proseguire, dal momento che abbiamo già cominciato», disse Gurdjieff. «Ma dipenderà molto da lei. A. le spiegherà meglio ciò che intendo dire». Poi, notando che mi ero voltato verso il mio amico, aggiunse: «Ma non ora, in un altro momento. Per adesso le dirò ancora questo: poiché al mondo tutto è uno, tutto è uguale davanti alle leggi, e di conseguenza, mediante uno studio completo e appropriato, si può acquisire la Conoscenza a partire da un problema qualsiasi, purché si sappia come "imparare". Ciò che è più vicino a noi è l'uomo, e tra tutti gli uomini, il più vicino a lei è lei stesso. Cominci a studiare se stesso; ricordi il detto "Conosci te stesso"».

«Forse ora le diventerà più comprensibile. All'inizio, A. l'aiuterà, per quanto ve lo concederanno le vostre rispettive forze. Le consiglio di tener bene a mente lo schema dell'organismo umano che le ho illustrato, perché lo riprendere-

mo ancora, approfondendolo e ampliandolo sempre di più. E ora, per qualche minuto la lasceremo solo, perché A. e io abbiamo una piccola faccenda da sbrigare. Le raccomando di non rompersi il cervello su ciò che abbiamo detto; piuttosto lo faccia riposare. Anche se le succede di dimenticare qualcosa, A. più tardi potrà rinfrescarle la memoria. Naturalmente, sarebbe preferibile evitarlo. Si abitui a non dimenticare nulla. Nel frattempo, si beva una tazza di caffè, le farà bene».

Una volta usciti, seguii il suo consiglio: mi versai una tazza di caffè e tornai a sedermi. Dalla mia domanda sul digiuno, Gurdjieff aveva dedotto che la mia attenzione si era quasi esaurita. E, a ben vedere, verso la fine della conversazione la mia mente si era come indebolita, e quasi ristretta. Quindi, nonostante la forte tentazione di rivedere cifre e diagrammi, decisi di "far riposare il cervello", secondo l'espressione di Gurdjieff, e chiusi gli occhi, cercando di non pensare a niente. Ma, mio malgrado, fui travolto da una ridda di pensieri che cercai di allontanare inutilmente.

Dopo una ventina di minuti, A. entrò silenziosamente nella stanza, e mi chiese: «Ebbene, come va?» Non ebbi il tempo di rispondere, perché sentii accanto a me la voce di Gurdjieff, che stava dicendo a qualcuno: «Faccia come le ho detto, e scoprirà dov'è l'errore». Poi, sollevando il tendaggio che copriva la porta, rientrò.

Riprese il suo posto sul divano e mi disse: «Spero si sia riposato un poco. Adesso vediamo di parlare a ruota libera senza schemi prestabiliti».

Dissi di volergli rivolgere due o tre domande che, pur non essendo direttamente attinenti al soggetto della nostra conversazione, mi avrebbero aiutato a comprendere meglio le sue parole.

«Lei, parlando con A., ha fatto tanti di quei riferimenti alla scienza moderna, che non posso impedirmi di chiedere: la Conoscenza di cui lei parla è accessibile anche a un uomo ignorante e senza istruzione?»

«Ho utilizzato quelle nozioni soltanto perché stavo parlando con lei. E lei ha potuto capirle perché possiede una certa conoscenza in questo campo, e quindi le sono servite per

comprendere qualcosa. Ma erano solo degli esempi che riguardano la forma del discorso, e non la sua essenza. Le forme possono essere tantissime. Quest'oggi non le parlerò del ruolo e del significato della scienza moderna, che saranno oggetto di un discorso a parte. Per il momento mi limiterò a dirle che lo scienziato più istruito può benissimo dimostrarsi un perfetto ignorante di fronte a un semplice pastore analfabeta in possesso della Conoscenza; questo le sembrerà un paradosso, ma in realtà la comprensione dell'essenza, che richiede allo scienziato lunghi anni di ostinate ricerche, può essere raggiunta dal pastore, a un livello infinitamente più profondo, in una sola giornata di meditazione. È una questione di modo di pensare, di "densità di pensiero". Questa espressione non le dice ancora nulla, ma più avanti si spiegherà da sé. Che altro vuole sapere?»

«Perché questa Conoscenza viene tenuta così accuratamente nascosta?»

«Che cosa glielo fa pensare?»

«Alcune considerazioni che ho avuto modo di fare studiando la letteratura occulta», risposi.

«Se ho ben capito», riprese, «lei allude alla cosiddetta "iniziazione". È così?»

Alla mia risposta affermativa, continuò: «In realtà, nella letteratura occulta si trovano a questo riguardo molte cose superflue e inesatte. Tanto vale dimenticarle. Tutte le sue ricerche in questo campo sono state una buona ginnastica per la mente; questo è il solo e unico motivo per cui le sono state utili. Non le hanno certo dato la Conoscenza, come lei stesso sarà costretto ad ammettere.

«Giudichi tutto in base al buon senso, acquisisca una propria comprensione, e non accetti nulla sulla parola. E quando lei stesso, attraverso un sano ragionamento logico, sarà arrivato a qualche convinzione incrollabile, a una piena comprensione di qualcosa, allora avrà raggiunto un certo grado di iniziazione. Approfondisca questa idea... Per esempio, oggi abbiamo parlato insieme. Richiami alla mente questa conversazione, ci rifletta su, e potrà convenire con me che, tutto sommato, non le ho detto niente di nuovo. Lei sapeva già

tutto. Io mi sono limitato a mettere in ordine le sue conoscenze, a sistematizzarle; ma lei le aveva in sé già prima di incontrarmi: è un risultato degli sforzi che ha fatto in questo campo. Con lei mi è stato relativamente facile parlare, grazie ad A., e lo indicò, «il quale da una parte ha imparato a capire me, e dall'altra conosce lei. Per merito suo, ben prima che lei venisse qui, sapevo come regolarsi verso di lei, verso le sue conoscenze e il modo in cui le aveva acquisite. A dispetto di tutte queste condizioni favorevoli, le posso assicurare che lei non ha assimilato nemmeno la centesima parte di ciò che ho detto. Però le ho fornito una chiave, le ho fatto scoprire la possibilità di un nuovo punto di vista, e questo nuovo punto di vista le permetterà di chiarire e risistemare tutte le sue precedenti conoscenze. E tramite questo lavoro, tramite il suo lavoro personale, potrà arrivare a una comprensione molto più profonda di ciò che ho detto. Lei "inizierà" se stesso.

«Forse tra un anno dovremo riparlare delle stesse cose; ma nel frattempo lei non sarà rimasto ad aspettare che i piccioni allo spiedo le volino in bocca da soli; avrà lavorato, e la sua comprensione si sarà modificata; sarà già un po' più "iniziatore". È impossibile dare a un uomo qualcosa che diventi sua inalienabile proprietà, senza un suo lavoro diretto. Una "iniziazione" del genere non esiste, ma molto spesso ce l'immaginiamo proprio così. Esiste soltanto l'"autoiniziazione". È possibile dare indicazioni e guidare, ma non "iniziare". Ciò che lei ha potuto trovare a questo proposito nella letteratura occulta è opera di persone che cercano di trasmettere delle conoscenze in base a cose lette o sentite senza una verifica diretta e personale, perché di quelle conoscenze hanno perso la chiave.

«Ogni medaglia ha il suo rovescio. Lo studio dell'occultismo può essere utile come allenamento della mente, ma troppa gente, disgraziatamente, intossicata dal veleno del mistero e avida di risultati pratici, procura a se stessa dei danni irrimediabili, non possedendo la conoscenza integrale di ciò che bisogna fare, e di come lo si deve fare. L'armonia viene compromessa. È cento volte meglio non agire, che agire senza sapere. Lei ha detto che la Conoscenza è nascosta: non è

esatto. Non è nascosta, ma la gente non è in grado di riceverla. Se lei parla di matematica superiore a una persona che di matematica non capisce niente, a cosa serve? Molto semplicemente, non la comprenderà. Nel nostro caso la questione è ancora più complessa: personalmente sarei molto contento di parlare delle cose che mi interessano, senza dover fare lo sforzo di adattarmi alla comprensione altrui. Ma se parlassi liberamente, per esempio con lei, passerei, nel migliore dei casi, per pazzo.

«Gli uomini non dispongono di molte parole che siano in grado di esprimere certe idee. Eppure, se a contare non sono le parole, ma la fonte da cui provengono e il loro senso interiore, è possibile parlare semplicemente. In assenza di comprensione, ciò è impossibile. Lei stesso oggi ha avuto occasione di convincersene. Con un'altra persona non avrei potuto parlare come ho parlato con lei, perché non mi avrebbe capito. Lei, entro certi limiti, si è già "iniziato" da sé. Prima di parlare con una persona, occorre sapere e capire fino a che punto quella persona può comprendere. La comprensione si acquisisce solo attraverso il lavoro.

«Per questo motivo, ciò che lei ha definito "nascondere accuratamente", non è altro che "impossibilità di dare". Altrimenti, tutto sarebbe diverso. Parlare nonostante l'impossibilità di essere compresi, per coloro che sanno, è semplicemente una perdita di tempo e di energia. Chi sa, parla solo quando è certo che chi ascolta è in grado di capire».

«Se, per esempio, io volessi riferire ad altri le cose che oggi ho sentito qui, lei sarebbe contrario?»

«Vede», mi rispose, «fin dall'inizio del nostro colloquio avevo previsto la possibilità che ne seguissero altri, e le ho detto alcune cose che altrimenti avrei tralasciato. E gliene ho parlato in anticipo, pur sapendo che lei non è ancora in grado di assimilarle, per dare un orientamento preciso alle sue riflessioni su tali problemi. Se ci pensa bene, lei stesso si convincerà che è proprio così, e capirà quanto le sto dicendo. Se tiene tutto per sé, sarà di gran vantaggio per i suoi interlocutori. Ciò premesso, parli pure finché vuole: e scoprirà fino a che punto ciò che per lei è chiaro e comprensibile è in-

comprensibile per chi l'ascolta. Da questo punto di vista, le conversazioni con gli altri le saranno utilissime».

«Cosa pensa dell'idea di entrare in rapporto con un maggior numero di persone attraverso delle informazioni che possano facilitare la loro ricerca?» chiesi.

«Ho così poco tempo da sacrificare agli altri, che non voglio farlo senza sapere con certezza che possono trarne vantaggio. Considero il mio tempo preziosissimo, perché ne ho bisogno per il mio lavoro; per questa ragione non posso e non voglio sprecarlo in pura perdita. Ma ne abbiamo già parlato».

«No, non mi riferivo all'idea di fare nuove conoscenze, ma alla possibilità di comunicare alcune informazioni per mezzo della stampa: penso richieda meno tempo degli incontri personali».

«In altre parole, lei vuole sapere se queste idee si possono divulgare progressivamente in una serie di articoli?»

«Sì, ma senza la pretesa di esporre tutto, mi sembra invece possibile indicare una direzione, in modo da consentire un approccio più facile».

«Lei solleva un problema molto interessante. Ne ho parlato spesso con i miei collaboratori. Non voglio adesso entrare nei particolari di quella discussione; le dirò soltanto che proprio quest'estate avevamo optato per una risposta affermativa. Non ero contrario a partecipare a un tentativo del genere, ma lo scoppio della guerra ce l'ha impedito».

Durante la breve conversazione che seguì a quelle parole, mi venne il dubbio che, se Gurdjieff non era contrario a divulgare tra un pubblico più vasto i suoi metodi e le sue idee, non era escluso che il balletto *La Lotta dei Maghi* avesse un senso nascosto, e quindi non fosse soltanto un'opera di fantasia, ma un "mistero".

Dopo aver premesso che A. me ne aveva illustrato la sceneggiatura, gli rivolsi una domanda in questo senso.

«Il balletto non è un mistero», rispose. «Il mio scopo era quello di presentare uno spettacolo nello stesso tempo bello e interessante. Certamente, le forme apparenti hanno un senso nascosto, ma non avevo intenzione di metterlo in evidenza. Nel balletto, alcune danze occupano un posto particolarmente

te importante, e gliene spiego brevemente il perché. Supponga che, per studiare i movimenti dei corpi celesti, per esempio il movimento dei pianeti del sistema solare, venga costruito un meccanismo apposito, destinato a rappresentare e a ricordarci le leggi di tali movimenti. In questo meccanismo, ogni pianeta, rappresentato da una sfera di dimensione appropriata, viene posto a una certa distanza da una sfera centrale che rappresenta il Sole. Mettendo in moto il meccanismo, tutte le sfere cominciano a girare su se stesse, spostandosi lungo traiettorie prestabilite, così da riprodurre visibilmente le leggi che governano il moto dei pianeti. Questo meccanismo avrebbe come risultato quello di richiamare alla memoria le sue conoscenze sul sistema solare. Nell'andamento di alcune danze avviene qualcosa del genere. Attraverso i movimenti e le combinazioni ben precise dei danzatori, vengono rese manifeste e intellegibili determinate leggi a coloro che le conoscono. Si tratta delle cosiddette "danze sacre". Durante i miei viaggi in Oriente, ho avuto più volte occasione di assistere a queste danze, eseguite in antichi templi nel corso di cerimonie sacre, cerimonie che sono inaccessibili e sconosciute agli europei. Nel mio balletto ho riportato alcune di queste danze.

«Inoltre le posso dire che *La Lotta dei Maghi* si basa su tre idee, ma non mi aspetto che il pubblico le capisca, dal momento che il balletto viene presentato senz'alcuna spiegazione: quindi lo faccio eseguire semplicemente come spettacolo».

Parlò ancora brevemente del balletto e delle danze, poi continuò: «Ecco l'origine e il significato di queste danze nel lontano passato. Ora le chiedo: in questo ramo dell'arte, c'è ancora qualcosa, oggi, che ricordi, seppur vagamente, il profondo significato e il fine di un tempo? C'è qualcosa d'altro, oltre la pura e semplice banalità?» Dopo un attimo di silenzio, come in attesa di una mia risposta, mi chiese, triste e pensieroso: «Complessivamente, l'arte contemporanea non ha più nulla in comune con l'antica arte sacra... Ci aveva già pensato? Qual è la sua opinione in proposito?»

Gli spiegai che, tra le cose che mi stavano a cuore, l'arte occupava un posto importante. Per essere più preciso, il mio

interesse non riguardava tanto le opere in se stesse, i prodotti, ma il ruolo e il significato dell'arte nella vita dell'umanità. Spesso ne avevo parlato con persone che mi sembravano più competenti in materia: musicisti, scultori, pittori, scrittori, o altri ancora, semplicemente interessati allo studio dell'arte. Così avevo raccolto un mucchio di opinioni, spesso contraddittorie. Alcuni, in realtà molto pochi, consideravano l'arte come un passatempo per oziosi; ma la grande maggioranza era convinta che l'arte è sacra, e che le opere d'arte portano impresso il sigillo dell'ispirazione divina. In conclusione, non ero riuscito a farmene un'idea definitiva, e per me la questione restava aperta. Nel modo più chiaro possibile, raccontai tutto ciò a Gurdjieff.

Mi ascoltò con molta attenzione, e disse: «Lei ha ragione. Ci sono molte opinioni contraddittorie a questo proposito: non è già una dimostrazione sufficiente del fatto che non si conosce la verità? Laddove esiste la verità, non possono esistere opinioni diverse. Nei tempi antichi, quella che oggi si chiama arte, era al servizio della conoscenza oggettiva. Come le ho spiegato poco fa, parlando delle danze, le opere d'arte erano soprattutto destinate a rievocare e a rappresentare le leggi eterne della struttura dell'universo. Chi si consacrava alla ricerca, e giungeva alla conoscenza delle leggi fondamentali, le esprimeva mediante le opere d'arte, come avviene oggi coi libri». Qui, Gurdjieff citò dei nomi a me in gran parte ignoti, che ora non ricordo. Poi riprese: «L'arte non cercava né la "bellezza", né la somiglianza con qualcosa o qualcuno. Infatti, le statue create dai maestri di un tempo non erano la copia del corpo di un particolare uomo, né l'espressione di una sensazione soggettiva, ma erano un'espressione delle leggi della conoscenza, come si manifestano nelle forme del corpo umano, e anche un mezzo di trasmissione oggettiva di uno stato d'animo. La forma e l'azione, ossia l'espressione complessiva, erano conformi alle leggi».

Si interruppe un momento, come assorbito da alcuni pensieri, poi riprese: «Dal momento che stiamo parlando di arte, le riferisco una conversazione cui ho assistito di recente, perché può chiarire alcuni aspetti del nostro colloquio. Tra le

conoscenze che ho a Mosca, c'è un mio compagno d'infanzia che è uno scultore molto noto. Avevo visto più volte nella sua biblioteca dei libri sulla filosofia indù e sull'occultismo, e mi ero reso conto, dalle nostre discussioni, che nutriva un serio interesse per tali questioni. Data la sua incapacità a orientare le proprie ricerche, e dato che io non volevo rivelare le mie conoscenze in materia, affidai a un certo P., con cui avevo parlato spesso di questi argomenti, l'incarico di avvicinarlo. Un giorno P. mi disse che lo scultore aveva un interesse puramente teorico, poiché la sua essenza non era toccata da questi problemi; quindi non c'era da aspettarsi molto dai loro incontri. Gli suggerii di far cadere il discorso su un argomento più familiare al suo interlocutore. Durante un incontro apparentemente casuale, al quale ero presente anch'io, P. portò la conversazione sul tema dell'arte e della creazione.

«Lo scultore allora affermò di "sentire" la giustezza delle forme scultoree, e disse a P.: "Lei sa perché la statua di Gogol, in piazza Arbat, ha un naso eccessivamente lungo?" E raccontò che una volta, esaminando il profilo della statua, aveva avvertito che "il flusso armonioso delle linee del profilo", per usare la sua espressione, si interrompeva sulla punta del naso.

«Volendo verificare la giustezza di quell'impressione, aveva deciso di cercare la maschera mortuaria di Gogol, e, dopo lunghe indagini, l'aveva trovata presso un privato; l'aveva dunque presa in esame con un'attenzione particolare per il naso. L'esame aveva rivelato molto chiaramente che, quando era stato fatto il calco, si era formata una bolla d'aria esattamente là dove si interrompeva "il flusso armonioso del profilo". La persona incaricata di prendere il calco aveva probabilmente colmato i vuoti in maniera maldestra, col risultato di modificare la forma del naso dello scrittore. E l'autore del monumento, non avendo avuto dubbi sull'esattezza della maschera, aveva gratificato Gogol di un naso non suo.

«Che conclusioni si possono trarre da questo incidente? Non è forse evidente che una cosa del genere può succedere solo se manca una reale conoscenza?

«L'uno aveva utilizzato la maschera senza dubitare della sua esattezza; l'altro, avendo "avvertito" l'errore di esecuzione,

aveva dovuto cercare una conferma ai propri sospetti. L'uno non è meglio dell'altro. Invece, conoscendo le leggi delle porzioni del corpo umano, si può non soltanto ricostruire la punta del naso a partire dal calco, ma ricostruire con esattezza l'intero corpo a partire dal naso. Vediamo di chiarire meglio ciò che intendo dire.

«Oggi le ho illustrato per sommi capi la legge d'ottava. Lei ha potuto constatare che questa legge consente di conoscere il posto di ogni singola cosa, e, viceversa, essendo noto il posto, di sapere che cosa lo occupa e le qualità che tale cosa possiede. Tutto può essere calcolato, basta sapere come si calcola il passaggio da un'ottava all'altra. Il corpo umano, come ogni cosa che costituisce un tutto, comporta delle proporzioni prestabilite. In conformità al numero di note e intervalli di un'ottava, il corpo umano ha nove dimensioni primarie, esprimibili numericamente. I valori sono sensibilmente diversi per ogni uomo, ma sempre entro limiti ben precisi. Le nove dimensioni primarie, che formano un'ottava completa di primo grado, danno origine alle ottave secondarie che, tramite una continua estensione di questo sistema di subordinazioni, determinano la dimensione di ogni parte del corpo umano. Ogni nota di ciascuna ottava è a sua volta un'ottava completa. Di conseguenza, è necessario conoscere sia le regole di combinazione e correlazione delle ottave, che le regole per il passaggio da un livello all'altro.

«Tutto diventa un sistema continuo di mutue relazioni sottoposte a leggi immutabili. Immagini che intorno a ogni punto se ne trovino altri nove subordinati, e così di seguito fino agli atomi dell'atomo.

«Chi conosce le leggi di derivazione discendente delle ottave, conosce nello stesso tempo le leggi di derivazione ascendente, e quindi può passare dalle ottave principali alle ottave secondarie, e viceversa. Ecco perché, a partire dal viso, si può determinare il naso, e al contrario, partendo dal naso, si può ricostruire la faccia e addirittura l'intero corpo di un uomo, col massimo rigore e con infallibile precisione. Non è questione di bellezza o di somiglianza. Una creazione non può essere altro che ciò che è.

«Questo processo è più esatto della matematica, perché qui non esistono probabilità, e, rispetto alla matematica, esso esige uno studio molto più vasto e approfondito. *È la comprensione che è necessaria*: altrimenti si può discutere per anni e anni sul problema più elementare, senza mai arrivare a nessuna conclusione.

«È sufficiente una semplice domanda per rivelare che chi la pone non possiede la necessaria apertura mentale. E anche se costui ha davvero il desiderio di risolvere il problema, la mancanza di preparazione e di comprensione di chi chiede rende inutili le parole di chi risponde. Troppa gente si limita alla "comprensione letterale".

«Tutta questa storia del naso di Gogol mi ha confermato, ancora una volta, ciò che sapevo da tempo e che avevo già constatato in migliaia di altri casi. Recentemente a Pietroburgo ho parlato con un celebre compositore, e ho potuto verificare la povertà delle sue conoscenze, e la sua ignoranza abissale nel campo della vera musica. Se lei ha presente Orfeo, che utilizzava la musica per insegnare la Conoscenza, allora capirà ciò che intendo per vera musica o musica sacra».

Gurdjieff continuò: «Per questo genere di musica sarebbe necessario delle condizioni particolari, nel qual caso *La Lotta dei Maghi* non sarebbe un semplice spettacolo. Ma, per il momento, presenterò solo dei frammenti di musiche ascoltate in alcuni templi. D'altra parte, la vera musica non direbbe nulla agli ascoltatori, poiché le chiavi per comprenderla, ammesso che in Occidente siano mai esistite, sono andate perdute. E ormai da molti secoli, si è perduta la chiave di tutte le arti antiche. Infatti non esiste più l'arte sacra, l'arte che incarna le leggi della Grande Conoscenza ed esercita un'influenza sulla vita delle masse.

«Oggi non ci sono più dei creatori. I "sacerdoti dell'arte contemporanea" non creano, ma imitano: corrono dietro alla bellezza o alla verosimiglianza, se non addirittura alla cosiddetta "originalità", senza avere le conoscenze necessarie. Poiché non sanno niente e non sono in grado di fare niente, brancolano nel buio; eppure, la folla li venera e li mette su un piedistallo. L'arte sacra è scomparsa, ma l'aureola che cir-

condava i suoi servitori sopravvive ancora. Tutte le banalità sulla scintilla divina, il talento, il genio, la creatività, la sacralità dell'arte, oggi non hanno alcun fondamento, sono solo degli anacronismi. Cosa sono mai questi "talenti"? Ne ripareremo in un'altra occasione.

«Delle due l'una: o si definisce "arte" il mestiere del calzolaio, o si deve considerare artigianato tutta l'arte contemporanea. Per quale ragione il calzolaio, che cuce delle eleganti scarpe su misura, dovrebbe essere inferiore all'artista, che nel suo lavoro punta solo più all'imitazione o all'originalità? Per chi possiede la Conoscenza, cucire scarpe può essere un'arte sacra, ma senza la Conoscenza, tutti i sacerdoti dell'arte contemporanea non valgono un solo ciabattino...»

Dopo aver sottolineato con forza queste ultime parole, Gurdjieff tacque, e A. mantenne il silenzio.

L'incontro mi aveva profondamente impressionato. Compresi che A. aveva avuto ragione nel prevenirmi che, per poter ascoltare Gurdjieff, non era sufficiente averne il desiderio.

La mia mente lavorava con precisione e chiarezza, suscitandomi migliaia di domande; ma poiché nessuna reggeva il confronto con quanto avevo udito, rimasi in silenzio.

Guardai Gurdjieff. Egli alzò lentamente la testa e disse: «Devo andare. Per oggi basta. Entro mezz'ora saranno pronti i cavalli per portarla alla stazione. Per i prossimi incontri, sarà avvertito da A.». E rivolgendosi ad A. aggiunse: «Faccia le mie veci come padrone di casa, e offra la colazione al nostro ospite. Dopo averlo accompagnato alla stazione, ritorni qui. Bene, arriverci!»

A. attraversò la stanza, e tirò un cordone nascosto dall'ottomana. Il tappeto persiano appeso al muro si scostò, scoprendo una grande finestra. E nella stanza si riversò la luce di un chiaro mattino d'inverno.

Fui colto totalmente di sorpresa: fino a quel momento non mi ero più curato dell'ora. «Ma che ora è?» esclamai stupito.

«Quasi le nove», rispose A., spegnendo le luci. E sorridendo aggiunse: «Come vedi, qui il tempo non esiste».

«IO, CHI SONO?»

Essentuki, 1918 circa

«Dio o microbo: il sistema è lo stesso. L'unica differenza è il numero dei centri».

(Prieuré, 3 aprile 1923)

«Il nostro sviluppo è simile a quello di una farfalla. Noi dobbiamo "morire" e "rinascere", come l'uovo muore e diventa bruco, il bruco muore e diventa crisalide, la crisalide muore perché a sua volta possa nascere la farfalla.

«È un lungo processo, e la farfalla vive solo un giorno o due. Ma il disegno cosmico si realizza. La stessa cosa vale anche per l'uomo. Dobbiamo distruggere i nostri involucri protettivi. I bambini non ne hanno; e quindi dobbiamo diventare come dei bambini piccoli».

(Prieuré, 2 giugno 1922)

«A chi gli aveva chiesto perché siamo nati e perché moriamo Gurdjieff rispose: "Vuole saperlo? Per saperlo davvero, deve soffrire. È capace di soffrire? Lei non è capace di soffrire. Non è capace di soffrire nemmeno per un franco, e per saperne anche solo un pochino dovrebbe soffrire per un milione di franchi"».

(Prieuré, 12 agosto 1924)

«Quando impariamo, noi ascoltiamo solo i nostri pensieri. Per questo motivo non ci è possibile accogliere nuovi pensieri, a meno di non ricorrere a nuovi metodi di ascolto e di studio».

(Londra, 13 febbraio 1922)

Affrontando vari argomenti, ho notato quanto è difficile comunicare la propria comprensione, anche quando si parla dell'argomento più comune e ci si rivolge a una persona ben conosciuta. Il nostro linguaggio è troppo povero per poter fornire delle descrizioni esatte e complete. E ho scoperto che questa mancanza di comprensione tra gli uomini è un fenomeno matematicamente regolato con la stessa precisione della tavola pitagorica. La comprensione dipende, in generale, dalla cosiddetta "psiche" degli interlocutori, e più in particolare dallo stato di questa "psiche" nel momento considerato. L'esattezza di questa legge si può verificare a ogni passo.

Per una reciproca comprensione, non è sufficiente che chi parla sappia come parlare, è anche necessario che chi ascolta sappia come ascoltare. Per questo motivo posso affermare che se parlassi nel modo che ritengo esatto, tutti coloro che sono qui, con pochissime eccezioni, penserebbero che sono pazzo. Ma dal momento che devo parlare a questo uditorio così com'è, e che i partecipanti mi devono seguire, occorre prima di tutto porre le basi per una comprensione comune.

Nel corso del nostro incontro dovremo fissare dei punti di riferimento affinché la conversazione risulti efficace. Per ora vorrei soltanto proporvi di provare a osservare le cose, i fenomeni che vi circondano, e soprattutto voi stessi, da un punto di vista diverso da quello che vi è abituale o naturale. Osservare soltanto, perché fare di più non è possibile se non con la volontà e la cooperazione dell'ascoltatore, quando esso smette di ascoltare passivamente e comincia a *fare*, cioè quando entra in uno stato attivo.

Molto spesso, parlando con la gente, sentiamo esprimere

più o meno apertamente l'idea che l'uomo, così come l'incontriamo nella vita ordinaria, è in qualche modo il centro dell'universo, la "corona della creazione" o, per lo meno, un'entità grande e importante; che le sue possibilità sono quasi illimitate, e i suoi poteri quasi infiniti. Ma, contemporaneamente, vengono avanzate un certo numero di riserve: perché l'uomo sia così, si dice che occorrono delle condizioni eccezionali, delle circostanze speciali, l'ispirazione, la rivelazione, e così via.

Tuttavia, se studiamo questa concezione dell'uomo, ci accorgiamo subito che essa è costituita da un insieme di caratteristiche che non appartengono a un unico uomo, ma a più individui reali o immaginari. Nella vita reale non incontreremo mai un uomo del genere, né nel presente, né come personaggio storico del passato. Infatti ogni uomo ha le proprie debolezze e, se lo guardiamo da vicino, il miraggio di grandezza e di potenza svanisce.

D'altra parte, il fatto più interessante non è che gli uomini vedano gli altri attraverso questo miraggio, ma che, per una particolare caratteristica del loro psichismo, essi, come per riflesso, lo trasferiscano a se stessi e se l'attribuiscano; e se non proprio per la totalità, almeno in parte. Così, pur essendo delle nullità o quasi, essi immaginano di corrispondere a questo tipo collettivo, o di non esserne molto lontani.

Ma se un uomo sa essere sincero verso se stesso, non sincero come s'intende abitualmente, ma spietatamente sincero, allora, di fronte alla domanda: «Che cosa sei?» non conterà su una risposta rassicurante. E ora, senza aspettare che arrivate da soli all'esperienza di cui sto parlando, e perché possiate comprendere meglio ciò che intendo dire, vorrei suggerire a ciascuno di voi di porsi la domanda: «Che cosa sono?» Sono certo che il 95% di voi si troverà in imbarazzo, e che finirete per rispondervi con un'altra domanda: «Che cosa significa?»

Questa è la prova che un uomo ha vissuto tutta la vita senza porsi tale domanda, e che ritiene scontato di essere "qualcosa", addirittura qualcosa di molto prezioso che non è mai stato messo in dubbio. Nello stesso tempo egli è incapace di spiegare che cos'è questo qualcosa, incapace persino di

darne una minima idea, dal momento ch'egli stesso l'ignora. E se l'ignora, non è forse perché questo "qualcosa" molto semplicemente non esiste, ma solamente si suppone che esista? Non è strano che le persone dedichino così poca attenzione a se stesse, alla conoscenza di se stesse? Non è strano che chiudano gli occhi con tanto sciocco compiacimento su ciò che sono realmente, e che passino la vita nella piacevole convinzione di rappresentare qualcosa di prezioso? Esse si dimenticano di guardare il vuoto insopportabile che si cela dietro la superba facciata creata dal loro autoinganno, e non si rendono conto che questa facciata ha un valore puramente convenzionale.

Per la verità, non è sempre così. Non tutti si guardano così superficialmente. Ci sono degli uomini che cercano, che hanno sete della verità profonda e si sforzano di trovarla, che tentano di risolvere i problemi posti dalla vita, di arrivare all'essenza delle cose, dei fenomeni, e di penetrare in se stessi. Se un uomo ragiona e pensa in modo corretto, qualunque strada segua per risolvere questi problemi, deve inevitabilmente ritornare a sé e cominciare a risolvere il problema di ciò che egli stesso rappresenta e di qual è il suo posto nel mondo che lo circonda. Infatti, senza questa conoscenza, la sua ricerca sarà priva di un centro di gravità. Le parole di Socrate: «Conosci te stesso» restano il motto di tutti coloro che cercano la vera conoscenza e l'essere.

Ho appena usato una parola nuova: l'"essere". Per garantirvi che con questa parola intendiamo tutti la stessa cosa, sono necessarie delle spiegazioni.

Ci siamo appena chiesti se ciò che un uomo pensa di se stesso corrisponde a ciò che egli è in realtà, e voi vi siete interrogati su ciò che siete. Qui ci sono un medico, un ingegnere, un artista. Essi sono realmente ciò che noi pensiamo che siano? Possiamo ritenere che la personalità di ciascuno di essi sia assimilabile alla professione, all'esperienza che tramite la professione, o per la sua preparazione, essi hanno acquisito?

Ogni uomo viene al mondo simile a un foglio di carta bianca; ma le circostanze e le persone che gli stanno intorno

fanno a gara per imbrattare questo foglio e per ricoprirlo di ogni genere di scritte. Ed ecco intervenire l'educazione, le lezioni di morale, il sapere che chiamiamo conoscenza, tutti i sentimenti di dovere, onore, coscienza ecc. E ogni educatore proclama il carattere immutabile e infallibile dei metodi ch'egli stesso utilizza per innestare questi rami all'albero della "personalità" umana. A poco a poco il foglio si macchia, e più è macchiato di pretese "conoscenze", più l'uomo è considerato intelligente. Più sono numerose le scritte nel posto chiamato "dovere", più il possessore è considerato onesto, e così via per ogni cosa. Il foglio così sporcato, accorgendosi che le macchie vengono scambiate per meriti, le considera preziose. Ecco un esempio di ciò che chiamiamo "uomo", cui aggiungiamo spesso delle parole come "talento" e "genio". Eppure il nostro "genio" vedrà il suo umore guastarsi per tutto il giorno se al mattino, svegliandosi, non troverà le pantofole accanto al letto.

L'uomo non è libero, tanto nelle sue manifestazioni che nella vita. Non può essere ciò che vorrebbe essere, e nemmeno ciò che crede di essere. Non somiglia all'immagine che ha di sé stesso, e le parole "uomo, corona della creazione" non gli si adattano.

"Uomo": una parola altisonante, ma dobbiamo chiederci di che tipo di uomo si tratta. Non certo l'uomo che si irrita per delle sciocchezze, che presta attenzione a delle meschinità e si lascia coinvolgere da tutto ciò che gli succede intorno. Per avere il diritto di chiamarsi uomo, bisogna essere un uomo, ed "essere un uomo" è possibile soltanto grazie alla conoscenza di sé, e al lavoro su di sé nella direzione indicata da tale conoscenza.

Avete mai provato a osservare ciò che vi succede quando la vostra attenzione non è concentrata su un problema preciso? Suppongo che per molti di voi questa sia una condizione abituale, sebbene ovviamente pochi l'abbiano osservata sistematicamente. Forse siete consapevoli del modo in cui il nostro pensiero procede per associazioni fortuite, quando sfollano scene e ricordi senza alcun rapporto, quando tutto ciò che cade nel campo della nostra coscienza, o semplicemente

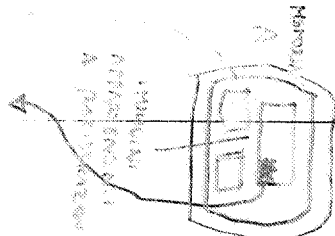
lo sfiora, ci suscita delle associazioni casuali. Il filo dei pensieri sembra svolgersi senza interruzione, tessendo insieme frammenti di immagini di precedenti percezioni, estratte da diverse registrazioni immagazzinate nella nostra memoria. E mentre queste registrazioni scorrono e si svolgono, il nostro apparato formatore tesse incessantemente la trama dei pensieri a partire da questo materiale. La registrazione delle nostre emozioni scorre nello stesso modo: piacevoli e spiacevoli, allegria e preoccupazione, riso e irritazione, piacere e dolore, simpatia e antipatia. Qualcuno vi loda, e voi siete contenti, qualcuno vi rimprovera, e il vostro umore si guasta. Qualche novità vi attira, e immediatamente dimenticate ciò che tanto vi interessava un attimo prima: in poco tempo questa nuova cosa assorbe il vostro interesse al punto da sommergervi completamente; e d'un tratto voi non la dominate più; siete spauriti, vi trovate legati a questa cosa, dissolti in essa; in realtà, è la cosa a dominarvi, a tenervi prigionieri.

Questo smarrimento, questa propensione a lasciarsi dominare è, sotto svariate forme, propria a ciascuno di noi. È questo che ci lega e ci impedisce di essere liberi. E, quel che è peggio, questo fatto assorbe tutte le nostre forze e il nostro tempo, e ci toglie ogni possibilità di essere oggettivi e liberi, due qualità essenziali per chi decide di seguire la via della conoscenza di sé.

Dobbiamo lottare per liberarci, se vogliamo lottare per conoscerci. Conoscere e sviluppare se stessi costituiscono un impegno così importante e così serio, cui bisogna dedicare uno sforzo così intenso, che assumerselo nel modo solito, in mezzo a tutte le altre cose, è impossibile. L'uomo che si assume questo impegno deve metterlo al primo posto nella propria vita, perché la vita non è così lunga da poterla sprecare in cose inutili.

Che cosa permetterà all'uomo di consacrare utilmente il proprio tempo alla ricerca, se non la libertà da ogni attaccamento?

Libertà e serietà. Non la serietà delle sopracciglia aggrottate, delle labbra tirate, dei gesti accuratamente calcolati, delle parole misurate fra i denti, ma la serietà che vuol dire deter-



minazione e perseveranza nella ricerca, intensità e costanza, in modo che l'uomo, anche nei momenti di riposo, persegua il suo obiettivo principale.

Chiedetevi: «Sono libero?» Molti saranno tentati di rispondere di sì, se si trovano in una condizione di relativa sicurezza materiale, senza preoccupazioni per il domani, e se non dipendono da nessuno per la propria sussistenza o per la scelta delle proprie condizioni di vita. Ma è quella la libertà? È soltanto una questione di condizioni esteriori? //

L'UOMO DI TRASCUZIONE DAVE OSSINARZ

Hai parecchi soldi, vivi nel lusso e godi del rispetto e della stima generale. Alla testa delle importanti aziende da te controllate si trovano uomini capaci, che ti sono profondamente devoti. In poche parole, la tua vita è un vero letto di rose. Pensi di essere totalmente libero, poiché, dopo tutto, il tuo tempo ti appartiene. Sei un patrono delle arti, dai disposizioni su problemi mondiali sorbendo una tazza di caffè, e ti interessi allo sviluppo dei poteri spirituali nascosti. Non sei estraneo alle cose spirituali, e ti senti a tuo agio di fronte alle questioni filosofiche. Sei colto e istruito. Grazie alle tue conoscenze che coprono i più svariati campi del sapere, hai la reputazione di uomo intelligente, in grado di risolvere qualunque problema. Sei il modello dell'uomo raffinato. In breve, sei una persona da invidiare.

Questa mattina ti sei svegliato sotto l'influsso di un brutto sogno. Questo leggero malumore è scomparso rapidamente, ma ha lasciato qualche traccia: una specie di lentezza, di esitazione nei movimenti. Vai allo specchio per spazzolarti i capelli e, inavvertitamente, lasci cadere la spazzola. Appena la raccogli, ti sfugge di nuovo. La riprendi con un po' di impazienza, e per la terza volta ti scivola dalle mani. Cerchi di afferrarla al volo, e invece la mandi a colpire lo specchio. Inutilmente cerchi di fermarla. *Crac!* Una stella di frammenti compare sullo specchio antico di cui andavi così fiero. Accideni! I nastri del disappunto cominciano a girare. Hai bisogno di scaricare l'irritazione su qualcuno. Accorgendoti che il tuo domestico si è dimenticato di posare il giornale accanto

al caffè del mattino, il vaso trabocca e decidi che quel buono a nulla non può stare più a lungo in casa tua.

È venuta l'ora di uscire. Dal momento che è una bella giornata e non hai da fare molta strada, decidi di andare a piedi, mentre l'automobile ti segue al passo. Il bel sole ti fa un effetto rilassante. Un assembramento formatosi all'angolo della via attira la tua attenzione. Avvicinandoti, scorgi un uomo svenuto sul marciapiede. Con l'aiuto dei passanti, qualcuno lo adagia su un taxi che lo porta all'ospedale. Tu osservi che il viso stranamente familiare del tassista ti ricorda per associazione l'incidente che ti è capitato l'anno scorso. Stavi rientrando a casa dopo aver festeggiato allegramente un anniversario. C'erano dei pasticcini così deliziosi! Quel dannato domestico, dimenticandosi il giornale del mattino, ti ha rovinato la colazione. Non si può rimediare a questo guaio? Dopo tutto, i dolci e il caffè hanno la loro importanza! Eccoli proprio davanti al famoso caffè dove vai ogni tanto con gli amici. Ma perché ti era venuto in mente l'incidente? Hai quasi dimenticato i fastidi della mattinata... E adesso, il dolce e il caffè sono proprio così buoni?

To! Due belle ragazze al tavolo vicino. Che bionda incantevole! Ella ti lancia uno sguardo malizioso e sussurra all'amica: «Ecco il tipo di uomo che mi piace». Certamente nessun fastidio merita più la tua attenzione, né val la pena di prendersela per delle sciocchezze. C'è bisogno di farti notare com'è cambiato il tuo umore mentre facevi conoscenza con la bella bionda, e come si è mantenuto per tutto il tempo passato in sua compagnia?

Ritorni a casa canticchiando un motivetto allegro, e persino lo specchio rotto può solo strapparti un sorriso. Ma... e l'affare per cui eri uscito stamattina? Solo ora te ne sei ricordato... Niente di grave! Dopo tutto, si può sempre telefonare.

Stacchi il ricevitore e la centralinista ti passa un numero sbagliato. Chiami un'altra volta, e l'errore si ripete. Un uomo ti avverte sgarbatamente che lo stai seccando. Tu rispondi che non dipende da te; ne segue una discussione dalla quale apprendi con stupore che sei un cafone, un idiota, e che se chiami ancora...

Il tappeto che ti si è arricciato tra i piedi ti esaspera, e dovresti sentire con che tono di voce sgridi il domestico che ti porta una lettera. È la lettera di una persona che tu stimi e la cui opinione ti preme molto. Il contenuto del messaggio è così lusinghiero che la tua irritazione a poco a poco svanisce, per lasciare il posto a quella deliziosa sensazione di imbarazzo che è solita suscitare l'adulazione. Al termine della lettera, sei di ottimo umore.

Potrei continuare a lungo a descrivere la vostra giornata, o voi, uomini liberi! Pensate forse che esageri? No, sono delle istantanee prese dal vivo.

Quella che vi ho raccontato era una giornata di un uomo importante e di fama internazionale, ricostruita e descritta dal medesimo quella sera stessa, come esempio vivente di pensieri e sentimenti associativi.

Dov'è allora la libertà, quando le persone e le cose dominano un uomo al punto ch'egli dimentica il suo umore, i suoi affari e se stesso? Un uomo soggetto a cambiamenti del genere è in grado di avere un atteggiamento almeno un po' serio verso la propria ricerca?

Ora siete in grado di capire meglio che un uomo non è necessariamente quel che sembra, e che non sono i fatti esteriori o le situazioni che contano, ma la struttura interna dell'uomo e il suo atteggiamento in rapporto a quei fatti.

Ma forse pensate che quanto abbiamo appena detto sia vero soltanto per le associazioni passeggiere. Forse la situazione è diversa rispetto alle cose che l'uomo "conosce".

Ma io chiedo a tutti voi: se per qualche motivo vi fosse impossibile mettere in pratica per molti anni le vostre conoscenze, che cosa ne resterebbe? Non sarebbe come avere del materiale che col tempo vapore e diventa secco? Ricordatevi del foglio di carta bianca. È un dato di fatto che nel corso della nostra vita impariamo continuamente delle cose nuove. E chiamiamo "conoscenza" i risultati di questa accumulazione. Ma, a dispetto di tutte queste conoscenze, non siamo spesso lontani dalla vita reale, e quindi disadattati? Noi siamo sviluppati a metà, come i girini, o, più spesso ancora, semplicemente "istruiti", cioè in possesso di frammenti di infor-

mazioni su tante cose, ma tutte vaghe e inadeguate. E infatti si tratta soltanto di informazioni: non possiamo chiamarle "conoscenze". La conoscenza è una proprietà inalienabile dell'uomo, non può essere né più grande né più piccola di lui. Infatti un uomo "conosce" soltanto quando egli stesso "è" quella conoscenza.

Quanto alle vostre convinzioni, non le avete mai viste cambiare? Non sono soggette anch'esse a delle oscillazioni, come tutto ciò che è in noi? Non sarebbe più corretto chiamarle opinioni anziché convinzioni, visto che dipendono tanto dal nostro umore che dalle nostre informazioni, o anche, semplicemente, dallo stato della nostra digestione in quel momento?

Ognuno di voi non è che un banale esemplare di automa animato. Probabilmente pensate che, per fare ciò che fate e per vivere come vivete, siano necessari un "anima" e persino uno "spirito". Ma forse basta una chiavetta per ricaricare la molla del vostro meccanismo. La vostra ragione quotidiana di cibo contribuisce a ricaricare questa molla e a rinnovare continuamente l'inutile sarabanda delle vostre associazioni. Da questo sfondo emergono dei pensieri slegati, che voi cercate di connettere insieme presentandoli come preziosi e personali. E, altrettanto, coi sentimenti e le sensazioni passeggiere, con gli umori e le esperienze vissute, ci creiamo il miraggio di una vita interiore. Ci vantiamo di essere coscienti, capaci di ragionamento, parliamo di Dio, dell'eternità, della vita eterna, e di argomenti elevati; parliamo di tutto ciò che si può immaginare; discutiamo, definiamo e valutiamo, ma omettiamo di parlare di noi stessi e del nostro reale valore oggettivo. Infatti siamo tutti convinti che se ci manca qualcosa, possiamo sicuramente acquisirlo.

Se con tutte le cose che ho detto sono riuscito a chiarire, anche minimamente, in quale caos vive quest'essere che chiamiamo uomo, voi stessi sarete in grado di trovare una risposta alla domanda di ciò che gli manca, di ciò che può aspettarsi restando com'è, di quali valori può aggiungere al valore che ha.

Ho già detto che certi uomini hanno fame e sete di verità:

se un uomo del genere si interroga sui problemi della vita ed è sincero con se stesso, si convincerà presto che non gli è più possibile vivere come ha vissuto, né essere ciò che è stato finora; che ha bisogno a ogni costo di trovare una via d'uscita da questa situazione, e che un uomo può sviluppare dei poteri e delle capacità nascoste soltanto ripulendo la propria macchina da ogni incrostazione accumulata nel corso della vita. Per cominciare razionalmente questa pulizia, è necessario vedere ciò che va pulito, dove e come; ma vederlo da sé è quasi impossibile. In questo campo, per cogliere una cosa qualunque, è necessario osservare dall'esterno: ecco perché è indispensabile l'aiuto reciproco.

Se ricordate l'esempio di identificazione che vi ho fatto prima, potrete capire quanto un uomo sia cieco quando si identifica con i propri umori, sentimenti e pensieri. Ma la nostra dipendenza si limita a ciò che possiamo cogliere a prima vista, a ciò che è così evidente che non mancherà di attirare la nostra attenzione? Vi ricordate quanto abbiamo detto circa il modo in cui giudichiamo il carattere delle persone, dividendole arbitrariamente in buone e cattive? Man mano che un uomo comincia a conoscersi, scopre continuamente dentro di sé nuove zone di meccanicità, che chiameremo moltautomatismo zone in cui la sua volontà, il suo "io voglio" non ha alcun potere, e dove tutto è così confuso e sfuggente, che gli è impossibile raccapazzarsi senza essere aiutato e guidato dall'autorità di qualcuno che sa.

Riassumendo, ecco lo stato delle cose per quanto riguarda la conoscenza di sé: per fare, bisogna sapere, ma per sapere, bisogna scoprire come sapere; e questo non possiamo scoprirlo da soli.

Ma c'è un altro aspetto della ricerca: lo sviluppo di sé. Vediamo un po' qui come stanno le cose. È chiaro che un uomo, abbandonato a se stesso, non può imparare dal proprio mignolo come sviluppare se stesso, né tanto meno che cosa precisamente deve sviluppare.

Ma a poco a poco, incontrando persone che cercano, par-

landone, leggendo libri sullo sviluppo di sé, viene attratto nell'orbita di questi problemi.

E cosa troverà? In primo luogo un abisso di ciarlataneria spudorata, interamente basata sull'avidità, sul desiderio di rendersi la vita facile, ingannando gli ingenui che cercano di uscire dall'impotenza spirituale. Prima di aver imparato a separare il grano dal loglio, passerà molto tempo, durante il quale il bisogno di scoprire la verità rischierà di vacillare e di spegnersi, o di perversirsi. Privo di fiuto, l'uomo può lasciarsi trascinare in un labirinto che finisce dritto dritto sulle corna del diavolo. Se riesce a tirarsi fuori da questo primo pantano egli rischia di cadere in una nuova palude, quella della pseudoconoscenza.

In questo caso la verità gli verrà servita in una forma così vaga e indigesta da dare l'impressione di un delirio patologico. Gli verrà indicato il modo di sviluppare poteri e capacità nascoste che, a condizione di perseverare, gli consentiranno certamente, senza troppi guai, di poter dominare qualsiasi cosa, dalle creature animate alla materia inerte e agli elementi. Tutti questi sistemi, fondati sulle più diverse teorie, sono straordinariamente seducenti, ovviamente proprio per la loro vaghezza. Essi attirano particolarmente le persone "semistruite" che hanno un'infarinatura nel campo della conoscenza positivista.

Dal momento che la maggior parte delle questioni studiate dal punto di vista delle teorie occulte o esoteriche oltrepassa i limiti delle nozioni accessibili alla scienza moderna, tali teorie guardano quest'ultima dall'alto in basso: pur riconoscendo i meriti della scienza positiva, ne minimizzano l'importanza e lasciano capire che la scienza è un fallimento, e anche peggio.

A che scopo andare all'università e consumarsi sui testi ufficiali, se teorie di questo genere permettono di disdegnare tutte le altre conoscenze e di pronunciarsi definitivamente su tutte le questioni scientifiche?

Ma lo studio di queste teorie non riesce mai a darci una cosa essenziale: esso, ancor meno della scienza, non genera l'oggettività in materia di conoscenza. Questo studio tende a

offuscare il cervello dell'uomo e a ridurre la sua capacità di ragionare e di pensare in modo giusto, col risultato di condurlo alla psicopatia. Ecco l'effetto di queste teorie sull'uomo semi-istruito che le scambia per autentiche rivelazioni. D'altra parte, la loro azione non è molto diversa nei confronti di quegli scienziati che sono stati anche minimamente toccati dal veleno dell'insoddisfazione per come vanno le cose.

La nostra macchina mentale ha la proprietà di poter essere convinta di qualunque cosa, purché venga sottilmente influenzata nella direzione voluta, in modo ripetuto e persistente. Una cosa che all'inizio può apparire assurda finirà per sembrare razionale, purché la si ripeta con insistenza e convinzione sufficienti. E mentre un particolare tipo di uomo si limiterà a ripetere le frasi fatte che gli sono rimaste impresse nella mente, un altro cercherà prove e paradossi sofisticati per giustificare le proprie asserzioni. Ma entrambi sono da compiangere nello stesso modo. Tutte queste teorie fanno delle affermazioni che, come i dogmi, non possono essere verificate: in ogni caso, non coi mezzi che abbiamo a disposizione.

A questo punto, al ricercatore verranno suggeriti dei metodi di sviluppo di sé, ritenuti in grado di condurre a uno stato in cui le loro affermazioni possono essere verificate. In linea di principio, non ci sarebbe nulla da ridire. Ma, in realtà, la pratica prolungata di questi metodi rischia di condurre il ricercatore troppo zelante a risultati del tutto spiacevoli. Un uomo che aderisce alle teorie occulte e si crede dotato in questo campo sarà incapace di resistere alla tentazione di applicare i metodi che ha studiato, cioè passerà dalla teoria alla pratica. Potrà anche agire con prudenza, evitando i metodi che, a suo parere, comportano dei rischi, e scegliendo i mezzi più sicuri e autentici. Potrà anche prenderli in esame con la massima cura. Tuttavia, la tentazione di applicarli e l'insistenza con cui gli sollecitano la necessità di farlo, magnificandogli la natura miracolosa dei risultati e tenendone accuratamente nascosti gli aspetti negativi, tutto ciò porterà quest'uomo a provarli.

Può darsi che, sperimentandoli, scopra dei metodi che

sono inoffensivi. Può addirittura trarne dei benefici. Ma, molto spesso, i metodi di sviluppo di sé che vengono proposti alla verifica, sia come mezzi che come fini, sono contraddittori e incomprensibili. Dal momento che questi metodi vanno applicati a una macchina così complessa e mal conosciuta come l'organismo umano, e coinvolgono contemporaneamente quell'aspetto della nostra vita che gli è intimamente legato, che chiamiamo psichismo, allora il minimo errore di applicazione, la minima inavvertenza, il minimo eccesso di pressione possono provocare alla macchina danni irreparabili. È già fortunato chi riesce a uscire indenne da questo spazio!

Purtroppo, la maggior parte di coloro che si dedicano allo sviluppo di poteri e facoltà spirituali terminano la loro carriera in manicomio, oppure si rovinano la salute e la psiche al punto da ridursi a essere dei malati incapaci di adattarsi alla vita. Le loro fila vengono ingrossate da coloro che sono attirati verso lo pseudo-occultismo dal fascino del mistero e delle cose miracolose. Ci sono poi degli individui dalla volontà estremamente debole, che sono dei falliti nella vita e che, per certe mire personali, sognano di sviluppare il potere e la capacità di sottomettere gli altri. Infine, ci sono quelli che cercano semplicemente delle novità, che cercano un modo per dimenticare le preoccupazioni o per sottrarsi alla noia della routine quotidiana, così da sfuggire a ogni conflitto.

Man mano che svaniscono le speranze di raggiungere i poteri cui mirano, costoro cadono facilmente in una ciarlataneria più o meno consapevole. Mi ricordo sempre un classico esempio di ricercatore di poteri psichici, un uomo agiato, molto istruito, che aveva girato il mondo in cerca di cose miracolose. Alla fine aveva perduto tutti i suoi beni, e nello stesso tempo aveva perduto ogni illusione circa le sue ricerche. Dovendo escogitare nuovi mezzi di sopravvivenza, gli venne in mente di utilizzare la pseudo-conoscenza che gli era costata tanti soldi ed energie. Detto e fatto. Scrisse un libro, con uno di quei titoli che spiccano sulle copertine dei volumi di occultismo, qualcosa come *Metodo di sviluppo delle forze nascoste dell'uomo*.

L'opera si presentava sotto forma di sette conferenze, e costituiva una breve enciclopedia di metodi segreti per sviluppare il magnetismo, l'ipnotismo, la telepatia, la chiarovegggenza, la chiaroudienza, i viaggi nel mondo astrale, la levitazione, e altre seducenti facoltà. Lanciato con gran pubblicità, questo metodo fu messo in vendita a un prezzo spropositato, ma alla fine veniva concesso uno sconto notevole (fino al 95%) ai clienti più recalcitranti o più parsimoniosi, a patto che ne raccomandassero la lettura agli amici.

A causa dell'interesse generale suscitato da tali questioni, il successo superò tutte le aspettative dell'autore.

Ben presto egli cominciò a ricevere numerose lettere di acquirenti che, in termini entusiasti, rispettosi e deferenti, gli si rivolgevano come "Caro Maestro" e "Molto Saggio Iniziato-re", esprimendo la loro più profonda riconoscenza per la pregevole esposizione di quelle istruzioni preziosissime, che avevano loro consentito di sviluppare diverse facoltà occulte in modo sorprendentemente rapido.

In breve tempo ne raccolse una bella collezione, e ogni lettera era per lui una sorpresa. Alla fine ne arrivò una con la rivelazione che, grazie al suo metodo, lo scrivente, in meno di un mese, era riuscito a levitare. Egli raggiunse allora il colmo dello stupore.

Ecco le esatte parole che disse in quell'occasione: «Sono stupefatto dell'assurdità di ciò che sta succedendo. Io stesso, che sono l'autore di questo metodo, non ho affatto le idee chiare circa la natura dei fenomeni che insegno. E questi idioti non solo sguazzano in questi discorsi senza capo né coda, ma si industriano persino di cavarne qualcosa. E adesso un superidiotà ha imparato addirittura a volare. Che assurdità... Se ne vada al diavolo! Presto gli metteranno la camicia di forza in piena levitazione, e sarà un bel sollievo. Si vive meglio senza imbecilli del genere tra i piedi».

Signori occultisti, siete d'accordo con le conclusioni dell'autore di questo manuale di sviluppo psichico? Se si ha questa consapevolezza, allora non è escluso che si possa trovare accidentalmente qualcosa di vero in un'opera del genere, perché spesso un uomo, benché ignorante, è in grado di

parlare con singolare correttezza di molte cose, senza nemmeno saperne il motivo. Ma poiché, contemporaneamente, dice un'enormità di sciocchezze, tutte le verità enunciate ne restano completamente sommerse, e risulta praticamente impossibile isolare da quel mucchio di scempiaggini la perla vera.

Voi chiederete: «Come si spiega questo mistero?» Il motivo è semplice. Come ho già detto, noi non abbiamo delle conoscenze che ci appartengano, cioè fornitici dalla vita stessa in modo tale che non ci possano essere sottratte. Tutte le nostre conoscenze non sono altro che semplici informazioni, e possono essere tanto utili quanto inutili. Assorbendole come spugne, noi possiamo facilmente restituirle parlando con logica e convinzione, pur senza capirci nulla. E con la stessa facilità possiamo perderle, perché non sono nostre, ma sono state riversate dentro di noi come un liquido in un recipiente.

Briciole di verità sono sparse dappertutto, e per coloro che sanno e comprendono è impressionante constatare come la gente viva a contatto con la verità, e tuttavia sia cieca e incapace di penetrarla.

Per l'uomo che cerca la verità, è molto meglio non addentrarsi negli oscuri meandri della stupidità e dell'ignoranza umana, piuttosto che avventurarsi da solo. Infatti, senza le indicazioni di qualcuno che sa, egli può subire a ogni passo una modificazione impercettibile della macchina, che lo obbligherà in seguito a perdere molto più tempo a ripararla di quanto ne abbia impiegato a danneggiarla.

Che pensereste voi di un tipaccio grande e grosso che si presenta come un "essere di dolcezza angelica", aggiungendo che nessun altro intorno a lui è in grado di giudicare il suo comportamento, dato che egli vive su un piano mentale cui le regole della vita psichica non si applicano? In verità, da molto tempo tale comportamento avrebbe dovuto subire un esame psichiatrico. Questo è l'esempio di un uomo che con coscienza e perseveranza "lavora" su se stesso ogni giorno per delle ore, di un uomo, cioè, che consacra tutti i suoi sforzi ad approfondire e ad aggravare una deformazione psichica ormai così seria che, sono convinto, verrà presto rinchiuso in manicomio.

Potrei citarvi centinaia di esempi di ricerche mal dirette, e spiegarvi dove vanno a finire. Potrei farvi i nomi di persone molto note nella vita pubblica, che sono state squilibrate dall'occultismo e vivono in mezzo a noi, sorprendendoci con la loro eccentricità. Potrei dirvi esattamente quale metodo li ha devianti, cioè in quale campo hanno "lavorato" e si sono "sviluppati", e come e perché questi metodi hanno colpito il loro psichismo. Ma questo argomento costituirebbe da solo il tema di una lunga conversazione e, per mancanza di tempo, non mi permetterò di dilungarmi ora.

Più un uomo si rende conto degli ostacoli e degli imbrogli che lo attendono a ogni passo in questo campo, più si convince che è impossibile seguire la via dello sviluppo di sé tramite istruzioni date a caso da persone incontrate per caso, o tramite informazioni raccolte qua e là in letture e conversazioni fortuite.

Contemporaneamente, egli comincia a intravedere, prima come un tenue barlume, poi sempre più chiaramente, la viva luce della verità che non ha mai smesso di illuminare l'umanità attraverso le epoche remote. Le origini dell'iniziazione si perdono nella notte dei tempi. Da un'epoca all'altra si delineano culture e civiltà emerse dalle profondità di culti e misteri che, perpetuamente in trasformazione, compaiono e scompaiono per poi nuovamente riapparire.

La Grande Conoscenza viene trasmessa per successione di era in era, di popolo in popolo, di razza in razza. I grandi centri iniziatici in India, Siria, Egitto, Grecia, rischiararono il mondo di vivida luce. Di generazione in generazione, vengo-
no tramandati con reverenza i nomi venerati dei grandi iniziati, portatori viventi della verità.

La verità, fissata per mezzo di scritti simbolici e di leggende, viene trasmessa alle masse per essere conservata sotto forma di costumi e di cerimonie, di tradizioni orali, di monumenti, di arte sacra, tramite il messaggio segreto della danza, della musica, della scultura e dei vari riti. La stessa verità viene comunicata apertamente, dopo particolari prove, a coloro

che la cercano, e viene conservata intatta per trasmissione orale lungo la catena di coloro che sanno.

Ma, dopo un certo tempo, i centri iniziatici si estinguono uno dopo l'altro, e l'antica conoscenza si ritira in fiumi sotterranei, sottraendosi agli occhi dei ricercatori. Anche i portatori di questa conoscenza si nascondono, e pur risultando sconosciuti a coloro che li circondano, non per questo cessano di esistere. Ogni tanto emergono in superficie delle correnti isolate, rivelando che da qualche parte, in profondità, anche ai nostri giorni scorre il possente fiume dell'antica conoscenza dell'essere.

Apitrsi un varco fino a questa corrente, trovarla, ecco l'obiettivo e lo scopo della ricerca; poiché, una volta trovata, un uomo può coraggiosamente affidarsi alla via nella quale si impegna; in seguito, non gli resta che "conoscere" per "essere" e "fare". Su questa via, un uomo non sarà mai completamente solo; nei momenti difficili, riceverà un sostegno e una direzione, perché tutti coloro che seguono questa via sono collegati in una catena ininterrotta.

Forse, come unico risultato positivo di tutte le divagazioni nei meandri dell'occultismo, l'uomo che cerca potrà sviluppare in sé, a condizione di conservare la capacità di pensare e giudicare correttamente, quella speciale facoltà di discriminazione che si può chiamare fiuto. Quest'uomo respingerà le strade della psicopatia e dell'errore, e cercherà instancabilmente le vie autentiche. E anche qui, come per la conoscenza di sé, il principio che ho già citato resta sovrano: «Per fare, bisogna sapere; ma, per sapere, bisogna scoprire come sapere».

L'uomo che con tutto il proprio essere, con il proprio "io" più profondo, cerca la verità di questo principio, arriva inevitabilmente alla convinzione che, per "scoprire come sapere per fare", deve trovare innanzitutto colui dal quale può imparare ciò che significa realmente "fare", cioè una guida illuminata, sperimentata, che comincerà a dirgerlo spiritualmente e diventerà il suo maestro.

Ed è qui che il fiuto di un uomo assume tutta la sua importanza. Egli stesso si sceglie una guida. Naturalmente, la con-

dizione indispensabile è di scegliere un uomo che sa; altrimenti tutto il senso della sua scelta è perduto. Chi può dire dove vi può condurre una guida che non sa!

Ogni ricercatore in cammino verso lo sviluppo di sé sogna una guida che sa. La sogna, ma è raro che si domandi oggettivamente e sinceramente: «Sono degno di essere guidato? Sono pronto a seguire la via?»

Esci una sera sotto il vasto cielo stellato, alza gli occhi a quei milioni di mondi sopra la tua testa. Forse su ognuno di essi formicolano miliardi di esseri simili a te, persino superiori a te per costituzione. Guarda la Via Lattea. In quell'infinità, la Terra non può nemmeno essere considerata un granello di sabbia. La Terra vi si dissolve, sparisce, e con essa sparisce anche tu. Dove sei? Chi sei? Cosa vuoi? Dove vuoi andare? L'impresa cui ti stai accingendo non potrebbe essere pura follia?

Di fronte a tutti quei mondi, interrogati sui tuoi scopi e le tue speranze, sulle tue intenzioni e i mezzi per realizzarle, su ciò che si può esigere da te, e domandati fino a che punto sei preparato a rispondere. Ti attende un viaggio lungo e difficile; ti stai dirigendo verso un paese strano e sconosciuto. La strada è infinitamente lunga. Non sai se ti potrai riposare, né dove ciò sarà possibile. Devi prevedere il peggio. Devi prendere con te tutto ciò che è necessario per il viaggio.

Cerca di non dimenticare nulla, perché poi sarà troppo tardi per rimediare all'errore: non avrai tempo di ritornare a cercare ciò che hai dimenticato. Valuta le tue forze. Sono sufficienti per tutto il viaggio? Quando sarai in grado di partire?

Ricordati che più tempo passerai per strada, più avrai bisogno di portarti delle provviste, cosa che ritarderà ulteriormente la tua marcia, e allungherà pure la durata dei preparativi. E ogni minuto è prezioso. Una volta che ti sei deciso a partire, perché perdere tempo?

Non contare sulla possibilità di tornare. Questa esperienza potrebbe costarti carissima. La guida si è impegnata soltanto

a condurti alla meta, non è obbligata a riaccompagnarti indietro. Sarai abbandonato a te stesso, e guai a te se ti infiacchisci o perdi la strada, potresti non ritornare mai più. E anche se la trovi, resta il problema: tornerai sano e salvo?

Ogni sorta di disavventure attendono il viaggiatore solitario che non conosce bene la via, né le regole di condotta che essa comporta. Tieni a mente che la tua vista ha la proprietà di presentarti gli oggetti lontani come se fossero vicini. Ingannato dalla prossimità della meta verso cui tendi, abbagliato dalla sua bellezza e non avendo misurato le tue forze, non noterai gli ostacoli sulla via; non vedrai i numerosi fossati che tagliano il sentiero. In mezzo a prati verdi cosparsi di splendidi fiori, l'erba alta nasconde un profondo precipizio. È molto facile inciampare e cadervi dentro, se gli occhi non sono attenti a ogni passo che stai per fare.

Non dimenticarti di concentrare tutta la tua attenzione su ciò che ti sta immediatamente intorno. Non occuparti di mete lontane, se non vuoi cadere nel precipizio.

Però non dimenticare il tuo scopo. Ricordatene continuamente e mantieni vivo il desiderio di raggiungerlo, per non perdere la direzione giusta. E una volta partito, stai attento; ciò che hai oltrepassato, resta indietro e non si ripresenterà più: ciò che non osservi sul momento, non lo osserverai mai più.

Non essere troppo curioso, e non perdere tempo con ciò che attira la tua attenzione ma non ne vale la pena. Il tempo è prezioso, e non deve essere sprecato per cose che non sono direttamente in relazione con la tua meta.

Ricordati dove sei e perché sei lì. ➤

Non aver troppa cura di te, e rammenta che nessuno sforzo viene mai fatto invano.

E adesso puoi metterti in cammino.

Il tempo è prezioso
non perderlo
(pado)

PER UNO STUDIO ESATTO È NECESSARIO UN LINGUAGGIO ESATTO

New York, febbraio 1924

Per uno studio esatto è necessario un linguaggio esatto. Ma il nostro linguaggio abituale, quello che usiamo per esprimere ciò che sappiamo e comprendiamo, o per scrivere libri, è inutilizzabile per indicare una cosa qualsiasi in modo esatto. Parole incasate non possono consentire una conoscenza esatta. Le parole che compongono il nostro linguaggio sono troppo vaghe e imprecise, e il significato che vi si attribuisce è eccessivamente arbitrario e variabile.

Un uomo, quando pronuncia una parola, le dà sempre qualche significato particolare, e ne amplifica o ne mette in rilievo uno degli aspetti, restringendone spesso il senso a una sola caratteristica dell'oggetto indicato, cioè designando con tale parola non tutti i suoi attributi, bensì quel certo aspetto esteriore che per primo ha colpito la sua attenzione. Un suo eventuale interlocutore attribuirà alla stessa parola un'altra sfumatura, prendendola in un altro senso, spesso esattamente opposto. Se alla conversazione si unisce un terzo uomo, anch'egli darà alla stessa parola la propria interpretazione. E se dieci persone discutono insieme, ognuna, a sua volta, le annetterà un significato personale, sicché la stessa parola avrà dieci significati diversi.

E gli uomini che parlano in questo modo credono di potersi capire reciprocamente e di potersi comunicare l'un l'altro i pensieri!

Si può dire, senza esitazione, che gli uomini contemporanei parlano un linguaggio così imperfetto che, qualunque sia l'argomento trattato, soprattutto in materia scientifica, essi non possono mai essere sicuri di esprimere le stesse idee mediante le stesse parole.

Al contrario, si può essere quasi certi che essi intendono ogni parola in modo diverso e che, pur dando l'impressione di parlare della stessa cosa, in realtà parlano di cose completamente diverse.

Inoltre, il significato che una stessa persona dà alle proprie parole cambia secondo i pensieri e gli umori del momento, secondo le immagini che sta associando. O ancora, a seguito di ciò che il suo interlocutore dice e di come lo dice, essa può anche cambiare il senso delle parole che usa senza renderse-ne conto, per una involontaria imitazione o contraddizione. Infine, mai nessuno è in grado di definire esattamente ciò che intende dire con una certa parola, né di stabilire se il significato di quella parola è costante o soggetto a variazioni, e per quale motivo.

Quando la gente parla, ciascuno parla per sé e non comprende gli altri.

Un professore tiene una conferenza, uno studioso scrive un libro, e i rispettivi ascoltatori e lettori non seguono affatto gli autori, bensì le combinazioni formate dalle parole di questi ultimi con i propri pensieri, nozioni, umori ed emozioni del momento.

Gli uomini oggi sono in parte consapevoli dell'instabilità del loro linguaggio. Ogni branca della scienza elabora la propria terminologia, la propria nomenclatura, il proprio linguaggio. Nel campo della filosofia, prima di usare una parola si cerca di precisare in che senso essa verrà usata; ma nonostante tutti i tentativi di dare alle parole un significato stabile nessuno finora ci è riuscito. Ogni scrittore si sente obbligato a elaborare la propria terminologia, e a cambiare quella dei suoi predecessori, per poi, alla fine, contraddirsi a sua volta. In breve, ognuno dà il proprio contributo alla confusione generale.

Questo insegnamento spiega il motivo di tutto ciò. Le parole che noi utilizziamo non hanno e non possono avere un significato costante. Ma noi non abbiamo i mezzi per precisare il senso e la sfumatura particolare che attribuiamo a ogni parola, e neppure il contesto in cui la inseriamo; d'altra parte, non cerchiamo nemmeno di farlo. Al contrario, voglia-

mo costantemente attribuire alla parola la nostra interpretazione personale, prendendola sempre in quel senso: cosa evidentemente impossibile, perché una stessa parola, utilizzata in momenti diversi e in contesti variabili, ha dei significati diversi.

Il nostro uso scorretto delle parole, e la loro stessa natura ne hanno fatto degli strumenti inaffidabili per un'espressione e una conoscenza esatte, senza parlare del fatto che, per molte nozioni accessibili alla nostra ragione, non abbiamo parole né espressioni corrispondenti.

Solo il linguaggio dei numeri è adatto a esprimere con esattezza il pensiero e la conoscenza; però, in apparenza, il linguaggio dei numeri può essere usato soltanto per indicare e comparare delle quantità. Ma le cose non si differenziano solo per la dimensione, e definirle da un punto di vista quantitativo non è sufficiente per una conoscenza e un'analisi esatte. Noi ignoriamo come applicare il linguaggio dei numeri alla qualità delle cose. Se sapessimo farlo, e se potessimo designare tutte le qualità delle cose con numeri che siano funzioni di un numero immutabile, avremmo un linguaggio esatto.

L'insegnamento di cui stiamo per esporre i principi ha, tra gli altri obiettivi, quello di avvicinare il nostro pensiero a una definizione rigorosamente matematica delle cose e degli eventi, mettendo gli uomini in grado di comprendere se stessi e di comprendersi gli uni con gli altri.

Se scegliamo una parola ricorrente e cerchiamo di cogliere i vari significati che assume in rapporto a chi la usa e alle cose cui egli si riferisce, capiremo perché tutto ciò che gli uomini dicono e pensano è così instabile e contraddittorio. Al di là dei significati che ogni parola può avere, la confusione e la contraddizione nascono anche dal fatto che le persone non precisano mai a se stesse in quale senso esatto intendono una certa parola; e non fanno che stupirsi perché gli altri non capiscono ciò che a loro, invece, sembra così chiaro.

Per esempio, se pronunciamo la parola "mondo" di fronte a dieci ascoltatori, ognuno la capirà a modo suo. Se gli uomini fossero in grado di cogliere e annotare i propri pensieri,

constaterebbero che questa parola non evoca nella loro mente alcun concetto definito: molto semplicemente, è risuonata nelle loro orecchie una parola sconosciuta, un suono familiare di cui si dà per scontato che tutti conoscano il senso. È come se, nell'udire quella parola, ognuno si dicesse: «Ah! il mondo... so cos'è». Beninteso, nessuno sa assolutamente nulla. Ma la parola è familiare, e quindi in rapporto a essa non sorgono né domande né risposte, che restano sottintese. Il problema si pone soltanto quando si presenta una parola nuova e sconosciuta; in tal caso, tutti si sforzano immediatamente di sostituire alla parola sconosciuta una parola conosciuta. E questa operazione si chiama "comprendere".

Ora, se chiediamo a un uomo che cosa intende con la parola "mondo", la domanda lo metterà in grande imbarazzo. Normalmente, se in una conversazione egli usa o sente la parola "mondo", non si chiede cosa significa, avendo già deciso una volta per tutte che lo sa e che tutti lo sanno. Ma adesso, per la prima volta, si accorge di non saperlo e di non averci mai pensato. A questo punto, però, egli non sopporterà di constatare semplicemente la propria ignoranza: per limitarsi a questo, l'uomo non è abbastanza capace di osservare, né sufficientemente sincero con se stesso per poterlo fare. Egli non tarderà a riprendersi, cioè a ingannare se stesso con gran prontezza; e facendosi venire in mente o inventando sul momento una spiegazione della parola "mondo" sulla base di idee e conoscenze familiari, o prendendo a prestito da qualcun altro la prima definizione che gli passa per la testa, egli la enuncerà come se fosse la propria comprensione; ma, in realtà, non ha mai pensato in quel modo alla parola «mondo», e non ha la minima idea di cosa ne abbia mai pensato.

L'uomo che si interessa di astronomia, dirà che il «mondo» consiste di un numero incredibile di soli circondati da pianeti, posti tra loro a distanze incommensurabili, che costituiscono ciò che chiamiamo la Via Lattea, oltre la quale, a distanze ancora maggiori che sfidano ogni possibilità di indagine, si trovano, con ogni probabilità, altre stelle e altri mondi.

Colui che si interessa di fisica parlerà del mondo delle

vibrazioni e delle scariche elettriche, della teoria dell'energia o forse dell'analogia tra il mondo degli atomi e degli elettroni, e il mondo dei soli e dei pianeti.

L'uomo portato verso la filosofia comincerà a parlare del carattere illusorio e dell'irrealtà di tutto il mondo "visibile", creato nel tempo e nello spazio dai nostri sensi e sentimenti. Costui dirà che il mondo degli atomi e degli elettroni, la Terra con le sue montagne e il mare, la sua vita animale e vegetale, gli uomini e le città, e poi il Sole, le stelle e la Via Lattea, tutto appartiene al mondo dei fenomeni, mondo immaginabile, fittizio e illusorio, creato dalla nostra immaginazione. Al di là di questo mondo, oltre i limiti della nostra conoscenza, esiste un mondo di noumeni a noi incomprensibile, e di cui il mondo fenomenico non è che l'ombra e il riflesso.

Colui che ha confidenza con la teoria moderna della pluridimensionalità dello spazio dirà che il mondo viene normalmente considerato come una sfera tridimensionale infinita, ma che, in realtà, un mondo a tre dimensioni non può esistere come tale, e non rappresenta che la sezione immaginaria di un altro mondo a quattro dimensioni, da cui provengono e a cui ritornano tutti gli avvenimenti dei quali siamo testimoni.

Un uomo la cui concezione del mondo si fonda su un dogma religioso dirà che il mondo è la creazione di Dio e della Sua volontà, e che al di là del mondo visibile, nel quale la nostra vita è breve e dipende dalle circostanze e dal caso, esiste un mondo invisibile, dove la vita è eterna, e dove l'uomo riceverà un premio o un castigo per ciò che ha fatto in questa vita.

Un teosofista dirà che il mondo astrale non include il mondo visibile come una totalità, ma che esistono sette mondi che si interpenetrano reciprocamente e sono composti di materia più o meno sottile.

Un contadino russo, o di qualche paese d'Oriente, dirà che il mondo è la comunità rurale di cui fa parte: tale comunità è il mondo che gli è più vicino. E addirittura, in occasione di assemblee pubbliche, egli si rivolgerà ai suoi compaesani chiamandoli "mondo".

Tutte queste definizioni della parola "mondo" hanno dei pregi e dei difetti; il loro difetto principale è che ognuna esclude ciò che la contraddice, malgrado essa descriva solo un aspetto del mondo e lo consideri sotto un solo punto di vista. Una definizione corretta sarebbe quella in grado di combinare tutte queste concezioni separate, indicando il posto di ciascuna, e permettendo nello stesso tempo di precisare, in ogni caso, di quale aspetto del mondo si sta parlando, da quale punto di vista, in quale contesto.

Questo insegnamento afferma che se la questione di cos'è il mondo fosse affrontata nella maniera giusta potremmo stabilire con estrema precisione ciò che intendiamo con questa parola. E tale definizione, derivando da una giusta comprensione, includerebbe tutti i punti di vista sul mondo e tutti i modi di affrontare l'argomento. Una volta d'accordo su questa definizione, gli uomini, parlando del mondo, potrebbero vicendevolmente comprendersi. Solo basandosi su di essa sarebbe possibile parlare del mondo.

Ma come trovare una definizione del genere? Questo insegnamento sostiene, in primo luogo, che bisogna affrontare il problema nella maniera più semplice; e cioè, dobbiamo prendere le espressioni più comunemente usate quando parliamo del mondo e chiederci di che mondo si tratti. In altri termini, bisogna osservare la relazione che abbiamo col mondo di cui stiamo parlando, e considerare questo mondo nella sua relazione con noi. Allora constateremo che, parlando del mondo, ci riferiamo quasi sempre alla Terra, al globo terrestre, o piuttosto alla sua superficie, perché questo è il mondo in cui viviamo.

Ora, se noi consideriamo la relazione tra la Terra e l'universo, vedremo, da un lato, che la Terra ha un satellite che ricade nella propria sfera d'influenza, e che, dall'altro, essa appartiene al mondo planetario del nostro sistema solare. La Terra è uno dei più piccoli pianeti orbitanti intorno al Sole. La sua massa è una frazione quasi trascurabile della massa totale dei pianeti del sistema solare, e questi pianeti esercitano un'enorme influenza sulla vita della Terra e su tutti gli organismi viventi che si trovano su di essa: un'influenza ben

più grande di quella che la scienza s'immagina. La vita degli uomini presi singolarmente, la vita delle collettività e di tutta l'umanità, dipende per molte cose dalle influenze planetarie.

Ma anche i pianeti hanno una vita, come noi abbiamo una vita sulla Terra. Il mondo planetario, a sua volta, appartiene al sistema solare, e ne costituisce una parte del tutto insignificante, perché la massa di tutti i pianeti presi insieme è di gran lunga inferiore alla massa del Sole.

Anche il mondo del Sole è un mondo in cui viviamo. Il Sole, a sua volta, fa parte del mondo delle stelle, di quell'enorme cumulo di soli che costituisce la Via Lattea. Anche il mondo delle stelle è un mondo in cui noi viviamo. Preso nel suo insieme, il mondo stellare rappresenta, anche secondo la definizione degli astronomi moderni, un'entità a sé stante, che possiede una forma definita, ed è circondata da uno spazio inaccessibile alla ricerca scientifica.

Ma l'astronomia suppone che possano esistere altri ammassi del genere a distanze incommensurabili dal nostro mondo stellare. Se accettiamo tale ipotesi, possiamo dire che il nostro mondo stellare è una parte costituente di quell'insieme di mondi. Anche questo insieme di mondi, altrimenti detto "Tutti i Mondi", è un mondo nel quale noi viviamo.

La scienza non può spingersi oltre, ma il pensiero filosofico concepirà ancora il principio fondamentale supremo che sta al di là di tutti i mondi, cioè l'Assoluto, noto nella terminologia indù come Brahman.

Tutto ciò che abbiamo detto a proposito del mondo può essere espresso da un semplice diagramma: rappresentiamo la Terra con un piccolo cerchio e attribuiamogli la lettera A. All'interno del cerchio A, tracciamo un cerchio più piccolo che rappresenta la Luna, indicato con la lettera B. Intorno al cerchio della Terra, disegniamo un cerchio più grande, che rappresenta il mondo in cui rientra la Terra, indicandolo con la lettera C. Attorno a esso, facciamo un cerchio che rappresenta il Sole, indicato con la lettera D; e attorno a questo cerchio, quello che rappresenta il mondo delle stelle, cui attribuiamo la lettera E, e poi il cerchio di tutti i mondi indicato con la lettera F. Quest'ultimo sarà contenuto nel

Tenendo a mente questo diagramma, l'uomo che pronuncia la parola "mondo" sarà sempre in grado di definire esattamente di quale mondo sta parlando, e qual è la relazione tra quel mondo e se stesso.

Come vedremo più avanti, il medesimo diagramma ci aiuterà a capire e coordinare la definizione astronomica del mondo con le sue definizioni filosofiche, fisiche e chimico-fisiche, con la sua definizione matematica (mondo a più dimensioni), con la sua definizione teosofica (mondi che si interpenetrano), e altre ancora.

Ciò spiega anche perché gli uomini che parlano del mondo non riescono mai a comprendersi. Noi viviamo contemporaneamente in sei mondi, proprio come viviamo al tal piano della tale casa, in quella certa via di quella certa città, in una certa nazione di una certa parte del mondo.

Se un uomo parla del luogo in cui vive, senza precisare se si riferisce al piano, alla città o alla parte del mondo, non verrà certamente compreso dai suoi interlocutori. Ma gli uomini parlano sempre in questo modo di tutto ciò che non ha un'importanza pratica; e, come abbiamo visto nell'esempio del "mondo", essi designano troppo facilmente con un'unica parola una serie di nozioni che hanno tra loro lo stesso rapporto di una frazione infinitesima con un'entità immensa. Ma un modo esatto di esprimersi dovrebbe sempre indicare con estrema precisione l'elemento in rapporto al quale la nozione viene considerata, e ciò che essa stessa include in sé, ossia di quali parti essa è costituita e a quale insieme appartiene.

Da un punto di vista logico, è chiaro che questo metodo è indispensabile: però non viene mai usato per la buona ragione che nella maggior parte dei casi nessuno conosce, né sa come scoprire le diverse componenti di una cosa e di quale insieme essa fa parte.

Far apparire la relatività di ogni nozione, non nel senso dell'idea generale astratta che ogni cosa al mondo è relativa

ma indicando esattamente in che modo e come essa è in relazione al resto, è un aspetto fondamentale dei principi di questo insegnamento.

Ora, se prendiamo la nozione di "uomo", troviamo in proposito gli stessi malintesi e le stesse contraddizioni. Chiunque pronunciando la parola "uomo", pensa di capire ciò che significa, ma in realtà ognuno la capisce a modo suo, e ognuno in modo diverso.

Il naturalista erudito dice che l'uomo è una specie evoluta di scimmie, e lo definisce mediante la struttura dei denti ecc.

L'uomo religioso, che crede in Dio e nella vita futura, vede nell'uomo un'anima immortale, imprigionata in un involucro terrestre destinato a perire, assediata da tentazioni che mettono l'uomo in pericolo.

L'economista considera l'uomo un'entità di produzione e consumo.

Tutti questi punti di vista sembrano escludersi a vicenda, contraddirsi, non avere nulla in comune.

La questione si complica ulteriormente per il fatto che noi riscontriamo tra gli uomini delle differenze così grandi e così nette, che spesso sembra strano di vedere usare il termine generale "uomo" per designare degli esseri di categorie così disparate.

E, per finire, se ci domandiamo che cos'è un uomo, ci accorgiamo di non saper rispondere. Non sappiamo che cos'è l'uomo. Nessuna definizione anatomica, fisiologica, psicologica o economica è sufficiente, poiché ciascuna si applica indiscriminatamente a tutti gli uomini, senza permetterci di chiarire le diversità riscontrate.

Questo insegnamento ci dimostra che il nostro magazzino di informazioni è più che sufficiente per dare una definizione dell'uomo. Ma noi non sappiamo affrontare il problema con semplicità. Noi stessi rendiamo la questione troppo complicata e confusa.

L'uomo è un essere che può "fare", dice questo insegnamento. Fare significa agire coscientemente e di propria volon-

tà. Dobbiamo riconoscere che non possiamo trovare una definizione dell'uomo più completa di questa.

Gli animali si differenziano dalle piante per la loro capacità di movimento e spostamento. E sebbene un mollusco attaccato alla roccia o certe alghe capaci di andare controcorrente diano l'impressione di contraddire questa legge, ciononostante essa resta perfettamente valida: una pianta non può andare a caccia per nutrirsi, né schivare un colpo, né nascondersi ai suoi persecutori.

L'uomo differisce dagli animali per la sua capacità di azione cosciente, per la sua capacità di fare. Questa realtà non può essere negata, e possiamo constatare che tale definizione soddisfa ogni esigenza. Essa permette di distinguere gli uomini da una serie di altri esseri che non hanno questo potere di azione cosciente, e nello stesso tempo permette di classificarli secondo il grado di coscienza delle loro azioni.

Possiamo dire, senza alcuna esagerazione, che tutte le differenze che si notano tra gli uomini si possono riportare a differenze nei livelli di coscienza dei loro atti. Infatti gli uomini ci sembrano così diversi, perché ai nostri occhi le azioni di alcuni sono profondamente coscienti, mentre quelle di altri ci sembrano di una tale incoscienza da superare persino quella delle pietre che, per lo meno, reagiscono in modo corretto ai fenomeni esterni. E, per complicare il tutto, succede spesso che il medesimo uomo, accanto a degli apparenti atti di volontà perfettamente coscienti, abbia delle reazioni del tutto animalesche, meccaniche e incoscienti. Per questo motivo, l'uomo ci sembra un essere straordinariamente complicato. Il nostro insegnamento nega tale complicazione, ma ci assegna un compito che per l'uomo è molto difficile.

L'uomo è colui che può "fare", ma tra gli uomini ordinari, e anche tra quelli considerati straordinari, non ce n'è uno che possa "fare". In essi, tutto, dall'inizio alla fine, "si fa". Non c'è nulla ch'essi siano in grado di "fare".

Nella vita personale, familiare e sociale, nella politica, nella scienza, nell'arte, nella filosofia e nella religione, tutto, dall'inizio alla fine, "si fa"; nessuno può "fare" nulla. Se due persone che iniziano una conversazione sull'uomo, sono d'ac-

cordo nel definirlo un essere capace di "fare", si capiranno sempre. A condizione, beninteso, di avere chiaramente definito ciò che significa "fare".

Per "fare", occorre un altissimo livello di essere e di conoscenza. Gli uomini ordinari non riescono nemmeno a capire ciò che significa questa parola, perché, in essi e intorno a essi, tutto sempre "si fa" e "tutto si è sempre fatto". Tuttavia l'uomo può "fare".

Ma l'uomo che dorme non può "fare". In esso tutto si fa nel sonno. Il sonno, qui, è inteso non nel senso letterale del sonno organico, ma nel senso di uno stato di esistenza associativa. Innanzitutto, l'uomo deve svegliarsi. Una volta sveglio, si accorgerà che, così com'è, non può "fare". Dovrà morire volontariamente. Se muore potrà nascere. Ma l'essere appena nato dovrà crescere e imparare. Quando sarà cresciuto e avrà imparato, allora potrà "fare".

Se analizziamo quanto abbiamo appena detto sull'uomo, cioè che l'uomo non può "fare" nulla e che tutto in esso "si fa", possiamo constatare che questa affermazione coincide con ciò che dice la scienza positiva. Per la scienza, l'uomo è un organismo molto complicato, che si è sviluppato, per via evolutiva, a partire dagli organismi più semplici, ed è in grado di reagire in modo molto complesso alle impressioni esterne. Nell'uomo, questa capacità di reazione è così complicata, e i movimenti di risposta possono essere così distanti dalle cause che li hanno provocati e condizionati, che le sue azioni, per lo meno alcune, possono sembrare a un osservatore sprovveduto perfettamente volontarie e indipendenti.

In realtà, l'uomo non è capace della sia pur minima azione indipendente o spontanea. Tutto è soltanto e unicamente il risultato di influenze esteriori. L'uomo è un processo, una stazione trasformatrice di forze. Immaginiamo che un uomo escluso fin dalla nascita da ogni impressione si sia mantenuto in vita per qualche miracolo: costui sarebbe incapace della minima azione e del minimo movimento. In realtà, non potrebbe vivere, perché non potrebbe né respirare né nutrirsi. La vita è una successione complessa di azioni: respirazione,



nutrimento, scambio di sostanze, crescita di cellule e tessuti, riflessi, impulsi nervosi ecc.

Un uomo escluso dalle impressioni esterne verrebbe privato di tutto ciò e, a maggior ragione, non potrebbe compiere le azioni generalmente ritenute volontarie e coscienti.

Quindi, per la scienza positiva, l'uomo è diverso dagli animali soltanto per la maggior complessità di reazione alle impressioni esterne, e per l'intervallo più lungo tra impressione e reazione.

Ma l'uomo, come gli animali, è incapace di un'azione indipendente, originata al suo interno, e ciò che nell'uomo si può chiamare volontà non è altro che la risultante dei suoi desideri.

Questo è il punto di vista della scienza, formulato in termini espliciti. Ma pochissimi uomini si attengono sinceramente e fermamente a questa concezione. I più, convincendo se stessi e assicurando gli altri di basarsi su una visione del mondo in accordo con la scienza positiva, adottano in realtà un miscuglio di teorie: costoro, infatti, riconoscono le teorie materialiste solo fino a un certo punto, fino al punto, cioè, in cui esse cominciano a diventare troppo severe e a offrire consolazioni troppo misere. Essi da un lato affermano che tutti i processi fisici e psichici dell'uomo sono soltanto dei riflessi, dall'altro, invece, gli riconoscono una certa coscienza indipendente, un qualche principio spirituale, una sorta di libera volontà.

Dal punto di vista del nostro insegnamento, la volontà è una combinazione ben precisa derivante da certe qualità, sviluppate in maniera speciale, che sono presenti nell'uomo capace di fare. La volontà è il segno di un essere che ha un livello di esistenza elevatissimo rispetto all'essere di un uomo ordinario. Solo gli uomini che posseggono un essere di quel livello possono fare. Tutti gli altri sono unicamente degli automi, messi in moto da forze esteriori, semplici macchine o giocattoli meccanici che funzionano fino a che non si scarica la molla interna, e del tutto incapaci di aggiungere alcunché alla propria carica.

L'insegnamento di cui parlo riconosce quindi all'uomo

delle grandi possibilità, molto più grandi di quelle ammesse dalla scienza positiva, ma nega all'uomo, così com'è oggi, ogni valore in quanto entità indipendente e volontaria.

L'uomo che noi conosciamo è una macchina. Bisogna comprendere e raffigurarsi bene questa idea della meccanicità dell'uomo, per scoprirne tutto il significato e per valutarne a fondo tutte le conseguenze.

In primissimo luogo, ognuno deve comprendere la propria meccanicità. Ma questa comprensione può venire soltanto da una osservazione di sé condotta correttamente. A sua volta, l'osservazione di sé non è così semplice come può sembrare a prima vista. Ecco perché l'insegnamento considera basilare lo studio dei principi di una giusta osservazione di sé. Ma prima di passare allo studio di quei principi, un uomo deve prendere la decisione di essere assolutamente sincero con se stesso, di non chiudere mai gli occhi, di non rinnegare alcuna constatazione, dovunque possa condurlo, di non arretrare di fronte ad alcuna conclusione, e di non lasciarsi limitare da nessuna barriera precedentemente costruita. Chi non ha l'abitudine di pensare in questo modo avrà spesso bisogno di molto coraggio per accettare sinceramente i risultati e le conclusioni cui può arrivare.

L'osservazione di sé sconvolge completamente il modo di pensare d'un uomo, e lo spoglia delle sue più piacevoli e tenere illusioni. All'inizio egli vede la propria totale impotenza di fronte a tutto, letteralmente tutto ciò che lo circonda. Tutto lo possiede, tutto lo domina. Egli non possiede, non domina nulla. Le cose lo attirano o lo respingono. Tutta la propria vita non è altro che una cieca sottomissione alle proprie attrazioni e repulsioni. In più, se non ha paura delle conclusioni, può rendersi conto di come si è formato ciò che egli chiama il proprio carattere, i propri gusti, le proprie abitudini; insomma, come si sono formate la propria personalità e la propria individualità.

Ma l'osservazione di sé, per quanto seriamente e sinceramente condotta, non può, da sola, presentare all'uomo un quadro assolutamente veritiero del suo meccanismo interiore. L'insegnamento che proponiamo qui, fornisce i principi

generali della struttura di tale meccanismo: aiutandosi con l'osservazione di sé, un uomo può verificarli. Il primo principio di questo insegnamento è di non credere a niente sulla parola. Lo schema di costruzione della macchina umana ha come unico scopo quello di servire da mappa per il proprio lavoro, ma solo quest'ultimo rappresenta il vero centro di gravità. Secondo questo schema, l'uomo nasce come meccanismo concepito per ricevere impressioni d'ogni genere. La percezione di alcune impressioni ha inizio ancor prima della nascita. In seguito, durante la crescita, si formano e si perfezionano altri apparati riceventi, in numero sempre maggiore.

La struttura di questi apparati riceventi è la stessa in tutte le parti del meccanismo. Essa ricorda quella dei rulli di cera vergine di un fonografo Edison. Su tali rulli, o bobine, vengono incise tutte le impressioni ricevute fin dal giorno della nascita, e prima ancora. Inoltre, il meccanismo possiede un dispositivo automatico, mediante il quale tutte le nuove impressioni ricevute vengono collegate alle impressioni dello stesso tipo, registrate in precedenza. Contemporaneamente, viene tenuta una classificazione cronologica. In questo modo, ogni impressione ricevuta viene trascritta in più posti su più rulli, e su questi rulli si conserva intatta.

Ciò che noi chiamiamo memoria è un dispositivo assai imperfetto tramite il quale possiamo disporre solo di una minima parte della nostra riserva di impressioni. Ma le impressioni, una volta sperimentate, non si cancellano più, e si conservano sui rulli dove sono state trascritte.

Numerose esperienze ipnotiche hanno permesso di stabilire, al di là di ogni dubbio, che l'uomo ricorda tutto ciò che ha vissuto, fin nei minimi particolari. Infatti, egli ricorda i minimi particolari del suo ambiente, persino il viso e la voce della gente che aveva intorno nella sua prima infanzia, quando ancora sembrava un essere incosciente.

Mediante l'ipnosi è quindi possibile far girare tutti questi rulli, anche quelli sperduti nei recessi più profondi del meccanismo. Ma ogni tanto, in seguito a qualche trauma più o meno evidente, succede che i rulli si mettano a girare da soli,

e scene, immagini o visi apparentemente dimenticati da molto tempo risalgono di colpo alla superficie.

Tutta la vita psichica dell'uomo non è altro che lo scorrere delle impressioni registrate sui rulli davanti allo sguardo della mente. Tutte le particolarità della sua concezione del mondo, tutti gli aspetti caratteristici della sua individualità dipendono dall'ordine in cui sono avvenute quelle registrazioni, e dalla qualità dei rulli che si porta dentro.

Supponiamo che un'impressione qualsiasi venga recepita e registrata contemporaneamente a un'altra con cui non ha nulla in comune; per esempio, un uomo sente un'aria di danza molto allegra in un momento di intenso trauma psicologico come angoscia o tristezza. Quell'aria susciterà sempre in lui la stessa emozione negativa e, viceversa, il sentimento d'angoscia gli ricorderà sempre quel motivo di danza.

Dalla scienza questo fatto è chiamato associazione di pensieri e sentimenti; ma la scienza non si rende conto di quanto l'uomo sia impastoiato in queste associazioni, senza potersene mai liberare.

Adesso finalmente sarà più chiaro il motivo per cui non è possibile capirsi reciprocamente quando si parla dell'uomo. Per parlarne almeno un po' seriamente, bisogna saperne molto, altrimenti la nozione di essere umano diventa troppo vaga e confusa. Prima di poter precisare di quali aspetti e qualità si parla, bisogna conoscere a fondo i principi essenziali del meccanismo umano. Chi non conosce questi principi non farà che imbrogliare se stesso e gli altri.

Una conversazione sull'uomo tra più persone, che non definisca e non indichi di quale uomo si tratta, non sarà mai una conversazione seria, ma una semplice sfilza di parole, priva di senso. Quindi, per comprendere che cos'è l'uomo, in primo luogo bisogna constatare che ne esistono diverse categorie, e poi bisogna capire perché queste categorie si differenziano le une dalle altre. Per il momento, dobbiamo renderci conto che non lo sappiamo.

L'UOMO È UN ESSERE MULTIPLO

Londra, 1922

L'uomo è un essere multiplo. Solitamente, parlando di noi stessi, diciamo "io". Diciamo: "io" faccio questo, "io" penso quello, "io" voglio fare quell'altro. Ma è un errore.

Questo "io" non esiste o, meglio, in ciascuno di noi ci sono centinaia, migliaia di piccoli "io". Interiormente siamo divisi, ma soltanto con l'osservazione e lo studio possiamo riconoscere la pluralità del nostro essere. In un certo momento, agisce un "io", il momento dopo un altro "io". I nostri "io" sono contraddittori: ecco il motivo del nostro funzionamento disarmonico.

Ordinariamente viviamo soltanto con un'infima parte delle nostre funzioni e della nostra forza, perché non ci rendiamo conto che siamo delle macchine e non conosciamo la natura e il funzionamento del nostro meccanismo.

Noi siamo delle macchine. Siamo totalmente condizionati dalle circostanze esteriori. Tutte le nostre azioni seguono la linea di minor resistenza alla pressione delle circostanze esterne.

Fatene l'esperienza: potete comandare le vostre emozioni? No. Potete cercare di sopprimerle, o di cacciarne una con un'altra. Però voi non potete controllarle: al contrario, esse controllano voi.

Oppure, provate a decidere di fare qualcosa: il vostro io intellettuale può prendere una decisione, ma quando viene il momento di eseguirla, con ogni probabilità vi sorprenderete a fare esattamente il contrario.

Se le circostanze sono favorevoli alla vostra decisione, può darsi che riusciate a eseguirla, ma se sono sfavorevoli, farete tutto ciò che esse vi imporranno. Voi non controllate le vostre

azioni. Siete una macchina, e le circostanze esterne dirigono le vostre azioni senza tener conto dei vostri desideri.

Non dico: nessuno può controllare le proprie azioni. Dico: voi non potete, perché siete divisi. In voi ci sono due parti: una forte e l'altra debole. Se cresce la vostra forza, crescerà anche la vostra debolezza, e diventerà una forza negativa, a meno che non impariate a fermarla.

Se impariamo a controllare le nostre azioni, sarà ben diverso. Quando si raggiunge un certo livello di essere, siamo veramente in grado di controllare ogni nostra parte. Ma così come siamo oggi, non possiamo nemmeno fare ciò che abbiamo deciso di fare.

[A questo punto interviene un teosofo sostenendo che possiamo cambiare le condizioni].

Risposta: Sì, ma il nostro condizionamento non cambia mai. E sempre lo stesso. Non c'è un vero cambiamento, ma soltanto una modificazione delle circostanze.

Domanda: Se un uomo diventa migliore, non è un cambiamento?

Risposta: Un uomo non significa nulla per l'umanità. Un uomo diventa migliore, un altro peggiore; tutto resta come prima.

Domanda: Per un bugiardo non è un progresso diventare sincero?

Risposta: No. È la stessa cosa. Prima egli mentiva meccanicamente, perché non era in grado di dire la verità. Ora dice meccanicamente la verità, perché gli è diventato più facile. La verità e la menzogna hanno un valore soltanto in rapporto a noi stessi, se possiamo controllarle. Così come siamo, non possiamo essere "moralì", perché siamo meccanici.

La morale è relativa: soggettiva, contraddittoria e meccanica. La stessa cosa vale per noi: l'uomo fisico, l'uomo emozio-

nale, l'uomo intellettuale posseggono ciascuno un insieme di principi morali corrispondenti alla propria natura.

La macchina, in ogni uomo, è divisa in tre parti fondamentali, in tre centri.

Si osservi in un momento qualsiasi e si chieda: «Da dove viene l'io che funziona in questo momento? Appartiene al centro intellettuale, al centro emozionale o al centro motorio?» Probabilmente scoprirà che non è affatto il centro che immagina, purtuttavia appartiene a uno dei tre.

Domanda: Non esiste un codice assoluto di moralità che vincoli tutti nella stessa maniera?

Risposta: Sì. Quando saremo in grado di utilizzare tutte le forze che controllano i centri, allora potremo essere "moralì". Per ora, finché ci limitiamo a usare una parte delle nostre funzioni, non possiamo essere "moralì". In tutto ciò che facciamo agiamo meccanicamente, e una macchina non può essere morale.

Domanda: Sembra una situazione disperata...

Risposta: Esatto. Senza speranza.

Domanda: Allora in che modo possiamo trasformare noi stessi e utilizzare tutte le nostre forze?

Risposta: Questa è tutta un'altra questione. La causa principale della nostra debolezza è l'incapacità di applicare la nostra volontà ai tre centri simultaneamente.

Domanda: Possiamo almeno applicarla a uno di essi?

Risposta: Certamente. Talvolta lo facciamo. Ci capita persino di poterne controllare uno per qualche tempo, con risultati stupefacenti. [Egli racconta la storia di un prigioniero che, per mandare un messaggio alla moglie, deve buttare una pallina di carta attraverso una finestra altissima e difficile da

raggiungere. È la sua unica speranza per tornare libero. Se fallisce la prima volta, non avrà più un'altra possibilità. E ce la fa al primo colpo, esercitando un controllo assoluto sul centro fisico, riuscendo così in un'impresa che altrimenti non sarebbe mai stato capace di compiere].

Domanda: Lei conosce qualcuno che abbia raggiunto questo livello superiore di essere?

Risposta: Non serve a nulla che le dica sì o no. Se dico sì, non potrà verificarlo, e se dico no, non per questo ne saprà di più. Non si tratta di credermi. Io vi chiedo di non credere a niente che non sia verificabile da voi stessi.

Domanda: Se siamo completamente meccanici, come possiamo raggiungere il controllo di noi stessi? Una macchina può controllare se stessa?

Risposta: Giustissimo: certamente no. Non possiamo trasformare noi stessi, possiamo solo modificarci un po'. Ma possiamo essere trasformati grazie a un aiuto proveniente dall'esterno. Secondo le teorie esoteriche, l'umanità si divide in due cerchi: un grande cerchio esterno che ingloba tutti gli esseri umani, e al centro un piccolo cerchio di uomini istruiti e dotati di comprensione. La vera istruzione, l'unica che può cambiarci, può venire solo da quel centro, e lo scopo di questo insegnamento è quello di prepararci a ricevere tale istruzione. Da soli non possiamo cambiare. È una cosa che può venire solo dall'esterno.

Tutte le religioni alludono all'esistenza di un nucleo comune di conoscenza. In tutti i libri sacri è presente la conoscenza. Ma la gente non desidera averla.

Domanda: Ma non abbiamo già molte conoscenze?

Risposta: Sì, troppe conoscenze d'ogni sorta. Le nostre attuali conoscenze sono basate sulle percezioni dei sensi, come nei bambini.

Se vogliamo acquisire la vera conoscenza, dobbiamo trasformare noi stessi. Sviluppando il nostro essere, potremo raggiungere uno stato di coscienza più elevato. La trasformazione del sapere deriva da una trasformazione dell'essere. Il sapere in sé non è nulla.

Prima di tutto dobbiamo acquisire la "conoscenza di sé". E con l'aiuto della conoscenza di sé, impareremo a cambiare; amMESSO che desideriamo cambiare.

Domanda: Allora questo cambiamento deve venire dall'esterno?

Risposta: Sì. Quando saremo pronti per una nuova conoscenza, essa ci arriverà.

Domanda: Possiamo modificare le emozioni appellandoci al nostro giudizio?

Risposta: Un centro della nostra macchina non può modificarne un altro. Per esempio: a Londra io sono irritabile, il clima mi deprime e mi mette di cattivo umore, mentre in India mi sento di ottimo umore. Così, la ragione mi dice di andare in India, dove potrò sbarazzarmi di questo nervosismo. Però so che a Londra posso lavorare. Ai Tropici, non potrei lavorare altrettanto bene: e quindi diventerei nervoso per un altro motivo. Vedete dunque che l'emozione esiste indipendentemente dal ragionamento, e che non potete cambiare l'una mediante l'altro.

Domanda: In che cosa consiste uno stato superiore di essere?

Risposta: Ci sono diversi stati di coscienza:

- 1) il sonno, in cui la nostra macchina continua a funzionare, ma funziona a pressione ridotta;
- 2) lo stato di veglia, che è quello in cui ci troviamo in questo momento.

Questi sono gli unici due stati conosciuti dall'uomo ordinario.

3) Lo stato chiamato "coscienza di sé", è il momento in cui l'uomo è presente a se stesso e alla propria macchina. Solitamente, noi conosciamo questo stato soltanto per qualche attimo. Ci sono momenti in cui siete presenti non soltanto a ciò che fate, ma a voi stessi che state agendo. Vedete contemporaneamente l'"io" e il "qui" di "io sono qui", sia la collera sia l'"io" che è in collera. Se volete, questo possiamo chiamarlo "ricordo di sé".

Ora, quando siete pienamente e continuamente coscienti dell'"io", di ciò che esso fa e di quale "io" si tratta, diventate coscienti di voi stessi. La coscienza di sé è il terzo stato.

Domanda: Non è più facile quando si è passivi?

Risposta: Sì, ma è inutile. Dovete osservare la vostra macchina mentre lavora.

Ci sono altri stati al di là del terzo stato di coscienza, ma non è il caso di parlarne ora. Soltanto l'uomo che ha raggiunto lo stato d'essere più elevato è un uomo completo. Gli altri non sono che frazioni di uomo.

L'aiuto esterno necessario può venire sia dai maestri che dall'insegnamento di cui sto parlando.

I punti iniziali dell'osservazione di sé sono:

- 1) noi non siamo "uno";
- 2) non abbiamo il controllo di noi stessi; non controlliamo il nostro meccanismo;
- 3) non ci ricordiamo di noi stessi. Se dico: «io leggo un libro» e non mi rendo conto che "io" sto leggendo, è una cosa. Se invece sono cosciente che "io" leggo, questo è il ricordo di sé.

Domanda: Tutto ciò non conduce al cinismo?

Risposta: Sicuramente. Se lei si accontenta di osservare che lei stesso, come tutti gli altri uomini, non è altro che una macchina, diventerà soltanto un cinico. Ma se persevera nel suo lavoro, smetterà di essere cinico.

Domanda: Perché?

Risposta: Perché dovrà fare una scelta, dovrà decidere cosa vuole diventare: o completamente meccanico, o completamente cosciente.

Questo è il bivio di cui parlano tutti gli insegnamenti tradizionali.

Domanda: Non ci sono altre vie per raggiungere il nostro scopo?

Risposta: In Inghilterra no. In Oriente è un'altra faccenda. Ci sono diversi metodi per i diversi tipi di uomini. Ma è necessario trovare un maestro.

Soltanto voi potete decidere ciò che volete fare. Domandatemi nel profondo del cuore ciò che desiderate di più: se ne siete capaci, saprete cosa fare.

Rifletteteci bene, e poi procedete.

SVILUPPO UNILATERALE DELL'UOMO

Parigi, agosto 1922

In ognuno di voi, una delle "macchine interiori" di cui siete costituiti è più sviluppata delle altre. Queste macchine non hanno alcun legame fra di loro. Si può chiamare uomo senza virgolette soltanto quello che ha le tre macchine ugualmente sviluppate.

Uno sviluppo unilaterale è soltanto nocivo. Un uomo può avere una certa conoscenza, può sapere tutto ciò che deve fare... ma questa conoscenza è inutile e rischia di rivelarsi pericolosa.

Ognuno di voi è deformato. Colui che ha sviluppato soltanto la personalità è un malato; non è assolutamente possibile definirlo un uomo completo: è un quarto, un terzo di uomo. Altrettanto si può dire di un uomo in cui si è sviluppata soltanto l'essenza, o in cui si sono sviluppati soltanto i muscoli.

E non si può chiamare "uomo completo" nemmeno quello che ha una personalità più o meno sviluppata associata a un corpo anch'esso ben sviluppato, in cui l'essenza è totalmente atrofizzata.

Insomma, un uomo in cui si siano sviluppate soltanto due macchine su tre non può essere definito un uomo.

L'uomo il cui sviluppo resta unilaterale prova molti desideri in una determinata sfera, desideri che non può soddisfare e cui nello stesso tempo non può rinunciare. La sua vita diventa miserabile. Per definire questa condizione fatta di sterili desideri soddisfatti a metà, non riesco a trovare un termine migliore di "masturbazione".

Dal punto di vista di un ideale sviluppo armonioso, l'uomo unilaterale è una nullità.

La ricezione di impressioni esteriori dipende dal ritmo

degli stimoli esterni e dal ritmo di funzionamento dei sensi. Una effettiva ricezione di impressioni è possibile solo se questi ritmi si corrispondono. Se voi, o io, dovessimo pronunciare due parole, una sarebbe carica di un certo contenuto e l'altra di un contenuto diverso.

Ogni mia parola ha un ritmo definito. Se dico dodici parole, il tale che mi ascolta ne riceverà, diciamo, tre col corpo, sette con la personalità e due con l'essenza. E poiché le macchine non sono collegate tra loro, ognuna registrerà solo una parte di ciò che è stato detto. E quando l'ascoltatore cercherà di ricordarsi le mie parole, l'impressione d'insieme verrà perduta e non potrà essere restituita.

La stessa cosa succede ogni volta che un uomo vuole comunicare qualcosa a un altro. Data l'assenza di collegamenti tra le macchine, egli non può esprimere che una parte di se stesso. Ogni essere umano vuole qualcosa, ma prima di tutto deve scoprire e verificare ciò che gli manca o è falso, e deve tenere bene a mente che un uomo non può mai essere un uomo finché non ha in sé dei ritmi corretti.

Consideriamo la ricezione del suono. Un suono arriva simultaneamente agli apparati ricevitori delle tre macchine. Ma a causa del loro ritmi diversi, una sola macchina ha il tempo di ricevere l'impressione, perché la capacità di ricezione delle altre due è meno rapida. Se l'uomo sente il suono col pensiero, ed è troppo lento nel trasmetterlo al corpo cui il suono era destinato, allora il suono successivo, ugualmente destinato al corpo, spazzerà via il primo, e non si otterrà il risultato voluto.

Se un uomo decide di fare qualcosa, per esempio colpire un oggetto o una persona, e se, al momento buono, il corpo non esegue questa decisione, perché non è stato abbastanza rapido da riceverla in tempo, il colpo sarà molto debole, o addirittura non partirà affatto. Proprio come avviene con le percezioni, anche le manifestazioni dell'uomo non possono mai essere totali.

La tristezza, la gioia, la fame, il freddo, l'invidia e tutti gli altri sentimenti e sensazioni vengono vissuti solo da una parte dell'essere di un uomo ordinario, invece di essere pienamente vissuti dalla sua totalità.

PRIMI CONTATTI

New York, 13 febbraio 1924

Domanda: Qual è il metodo dell'Istituto?

Risposta: È un metodo soggettivo, cioè un metodo che tiene conto delle particolari caratteristiche di ciascuno. C'è una sola regola generale applicabile a tutti: l'osservazione. Tutti ne hanno bisogno: ma non per cambiare, bensì per vedere se stessi. Ogni uomo ha le proprie caratteristiche e le proprie abitudini, che generalmente non vede. È necessario ch'egli le veda: allora scoprirà molte "Americhe".

Ogni piccolo fatto ha una sua causa specifica. Quando avrete raccolto del materiale su voi stessi, sarà possibile parlarne; per il momento, ciò che diciamo è teorico.

Se la bilancia pende da una parte, in un modo o nell'altro dobbiamo ristabilire l'equilibrio. Cercando di osservare noi stessi, impariamo a concentrarci, e questo può essere molto utile anche nella vita ordinaria.

Domanda: Che ruolo ha la sofferenza nello sviluppo di sé?

Risposta: Ci sono due tipi di sofferenza: cosciente e inconscia. Solo un idiota soffre inconsciamente.

Nella vita ci sono due direzioni, due fiumi. Nel primo, la legge riguarda il fiume stesso e non le gocce d'acqua. Noi siamo le gocce. Una goccia talvolta è in superficie, talvolta al fondo: la sofferenza dipende dalla posizione in cui si trova. In questo fiume, la sofferenza è completamente inutile perché è casuale e inconsapevole.

Parallelo a questo fiume ne scorre un altro. Le gocce del primo fiume hanno la possibilità di passare nel secondo. In

quest'ultimo esiste un altro tipo di sofferenza: oggi la goccia soffre perché ieri non ha sofferto abbastanza. Qui opera la legge della compensazione. La goccia può anche soffrire in anticipo. Prima o poi, tutto verrà pagato. Per il cosmo, il tempo non esiste. La sofferenza può essere volontaria: si può soffrire per il passato e per preparare il futuro. Oppure si può soffrire semplicemente perché ci si sente infelici. Soltanto la sofferenza volontaria ha valore.

Domanda: Cristo era un Maestro che aveva ricevuto una preparazione in una scuola, o era un genio accidentale?

Risposta: Senza conoscenza, non avrebbe potuto essere ciò che è stato, né fare ciò che ha fatto. Una cosa è sicura: là dov'egli era, esisteva la conoscenza.

Domanda: Se noi non siamo che macchine, che senso ha la religione?

Risposta: Per alcuni la religione è una legge, una guida, una direzione. Per altri è un poliziotto.

Domanda: Cosa voleva dire quella sua affermazione, fatta in una recente conferenza, che la Terra è viva?

Risposta: Noi non siamo i soli a essere vivi. Se è viva una parte, è vivo il tutto. L'universo è come una catena, e la Terra è un anello di questa catena. Dove c'è movimento, c'è vita.

Domanda: Non è stato detto che colui che non muore non può nascere?

Risposta: Tutte le religioni parlano di una morte che deve aver luogo durante la nostra vita sulla terra. Questa morte deve precedere la rinascita. Ma che cosa deve morire? La falsa fiducia nelle proprie conoscenze. L'amor proprio e l'egoismo. Il nostro egoismo deve essere spezzato. Ma dobbiamo renderci conto che siamo delle macchine molto complicate, e che

tale processo di annullamento rappresenta necessariamente un impegno lungo e difficile. Prima che sia possibile una vera crescita, la nostra personalità deve morire.

Domanda: Cristo insegnava delle danze?

Risposta: Non c'ero e non ho potuto vedere. Bisogna distinguere tra "danza" e "ginnastica" — sono due cose diverse. Non sappiamo se i suoi discepoli danzavano, ma sappiamo che là dove il Cristo ricevette la sua educazione, venivano insegnate delle "ginnastiche sacre".

Domanda: Si può trovare qualcosa di valido nelle cerimonie e nei riti cattolici?

Risposta: Non ho studiato il rituale cattolico, ma conosco bene i rituali della Chiesa greca, nei quali, al di là della forma e del cerimoniale, esiste un senso reale. Ogni cerimonia, finché continua a essere praticata senza modificazioni, conserva il suo valore. I rituali, come le danze antiche, erano una guida, un libro in cui era scritta la verità. Ma per capirli bisogna averne la chiave.

Anche le vecchie danze popolari hanno un senso; ce ne sono persino alcune che racchiudono delle ricette per fare la marmellata.

Una cerimonia è un libro in cui sono state scritte molte cose. Chi capisce, può leggerlo. Spesso una cerimonia ha più contenuto di cento libri. Nella vita, tutto cambia, ma i costumi e le cerimonie restano.

Domanda: C'è una reincarnazione dell'anima?

Risposta: L'anima è un lusso. Non è ancora nato nessuno con un'anima pienamente sviluppata. Prima di parlare di reincarnazione, dobbiamo sapere di quale uomo, di quale anima e di quale reincarnazione vogliamo parlare. Un'anima può disintegrarsi subito dopo la morte, oppure soltanto dopo un certo tempo. Per esempio, un'anima può cristallizzarsi nei

limiti della Terra e dimorarvi, ma può non essere cristallizzata per il Sole.

Domanda: Le donne possono lavorare tanto quanto gli uomini?

Risposta: Negli uomini e nelle donne, gli aspetti più sviluppati sono diversi. Negli uomini è l'aspetto intellettuale, che chiameremo A; nelle donne l'emozione, o B. Il lavoro in questo Istituto insisterà talvolta di più sulla linea A, nel qual caso per B sarà molto difficile. In altri momenti, insisterà di più sulla linea B, e diventerà più difficile per A. Ma per una vera comprensione, l'essenziale è la fusione di A e B, che produrrà una forza che chiameremo C.

Sì, per gli uomini e per le donne le possibilità sono le stesse.

OSSERVAZIONE DI SÉ

New York, 13 marzo 1924

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

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

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

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

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

COME PROCURARSI PIÙ ATTENZIONE

New York, 9 dicembre 1930

Domanda: In che modo si può acquisire più attenzione?

Risposta: La gente non ha attenzione. Voi dovete cercare di procurarvene. L'osservazione di sé è possibile soltanto se si è capaci di attenzione. Cominciate con piccole cose.

Domanda: Quali sono le piccole cose con cui iniziare? Cosa dobbiamo fare?

Risposta: La vostra perpetua agitazione nervosa fa sì che tutti sappiano, consciamente o inconsciamente, che non avete alcuna autorità e che siete dei poveri sciocchi. Col vostro continuo dimenarvi, non potete certo essere qualcuno. La prima cosa da fare è smettere di agitarsi. Che diventi il vostro scopo, il vostro dio. Chiedete alle vostre stesse famiglie di aiutarvi. Dopodiché, forse, potrete procurarvi un po' più di attenzione. Ecco un esempio di ciò che significa: fare.

Altro esempio: chi ha l'ambizione di diventare pianista deve imparare poco per volta. Se volete suonare delle melodie senza esservi esercitati in precedenza, non potrete mai suonare delle vere melodie. Suonerete soltanto delle penose caccionie che vi renderanno detestabili. La stessa cosa avviene in campo psicologico: per raggiungere un obiettivo qualsiasi è necessaria una lunga pratica.

All'inizio dovete cercare di raggiungere obiettivi molto limitati. Se affrontate subito grandi cose, non arriverete mai a nulla; anzi, le vostre manifestazioni avranno degli effetti cacofonici e vi faranno detestare.

Domanda: Che cosa devo fare?

Risposta: Ci sono due modi di fare: uno per automatismo, l'altro per uno scopo. Scegli una piccola cosa che non è in grado di fare, e ne faccia il suo scopo, il suo dio. Non lasci che nulla interferisca. Miri solo a quello. Se ci riesce, allora mi sarà possibile darle un compito più grande. Ora come ora, lei ha gli occhi più grandi dello stomaco, mira a cose troppo grandi; non potrà mai farcela. Ciò che la svia dalle piccole cose alla sua reale portata è un appetito anormale. Lo distrugga, dimentichi le grandi cose. Si dia l'obiettivo di vincere una piccola abitudine.

Domanda: Io penso che il mio più gran difetto sia quello di parlare troppo. Non sarebbe un buon obiettivo cercare di parlar meno?

Risposta: Per lei è un ottimo obiettivo. Lei rovina tutto con le sue chiacchiere. Questo nuoce persino ai suoi affari. Quando lei parla troppo, le sue parole non hanno alcun peso. Cerchi di superare questo ostacolo. Se ci riesce, le arriveranno ogni sorta di benedizioni. È davvero un eccellente obiettivo. Però è una cosa grande, non piccola. Se ci riesce, le garantisco che verrò a saperlo anche se non sarò qui di persona, e le invierò un aiuto perché lei sappia qual è il passo successivo.

Domanda: Sarebbe un buon obiettivo quello di sopportare le manifestazioni degli altri?

Risposta: Sopportare le manifestazioni degli altri è una gran cosa. Forse la più grande per un uomo. Solo l'uomo completo ne è capace. Cominci a darsi come obiettivo la capacità di sopportare una manifestazione di una persona che oggi lei non riesce a sopportare senza esserne esasperato.

Se "vuole", "può". Senza volere, non potrà mai. Volere è la cosa più potente al mondo. Con una volontà cosciente si ottiene tutto.

Domanda: Ricordo spesso il mio obiettivo, ma non ho l'energia per fare ciò che sento di dover fare.

Risposta: L'uomo non ha l'energia necessaria per raggiungere gli scopi prefissati, perché tutta la sua forza, accumulata di notte durante lo stato passivo, viene sprecata in manifestazioni negative, che sono delle manifestazioni automatiche, al contrario delle manifestazioni positive, che sono volontarie.

Per quelli tra voi che sono già capaci di ricordarsi automaticamente il proprio obiettivo, ma non hanno la forza di attenersi, sedetevi, da soli, per almeno un'ora; rilassate tutti i muscoli; lasciate scorrere le vostre associazioni, senza farvene assorbire. Dite loro: «Se adesso mi lasciate fare ciò che voglio più tardi vi concederò ciò che volete». Osservate le vostre associazioni come se appartenessero a qualcun altro, in modo da non identificarvi con esse.

Finita l'ora, prendete un foglio di carta e scrivete sopra il vostro obiettivo. Fate di questo foglio il vostro dio. Che nulla esista, eccetto quello. Prendetelo di tasca e leggetelo continuamente, ogni giorno. In questo modo, diventerà parte di voi prima teoricamente, poi realmente.

Per ottenere energia, praticate l'esercizio che consiste nel restare seduti tranquillamente, con tutti i muscoli rilassati, come morti. E soltanto quando tutto dentro di voi sarà calmo, al termine di un'ora, prendete la vostra decisione. Non lasciatevi assorbire dalle associazioni. Darsi volontariamente un obiettivo, e raggiungerlo, dà magnetismo e capacità di «fare».

Domanda: Che cos'è il magnetismo?

Risposta: In un vero gruppo, a questa domanda si potrebbe dare una vera risposta. Diciamo che l'uomo ha in sé due sostanze, la sostanza degli elementi attivi del corpo fisico, e la sostanza proveniente dagli elementi attivi della materia astrale.

Combinandosi tra loro, queste due sostanze ne formano una terza. Questa sostanza composta, non solo si accumula in certe parti dell'uomo, ma gli forma intorno un'atmosfera simile a quella che circonda i pianeti.

L'atmosfera di un pianeta cede o acquista continuamente delle sostanze per azione di altri pianeti. L'uomo è circondato da altri uomini esattamente come un pianeta è circondato da altri pianeti.

Entro certi limiti, quando due atmosfere si incontrano, nel caso in cui si trovino "in simpatia", si stabilisce una relazione reciproca che dà dei risultati conformi alle leggi. Qualcosa circola. La quantità di atmosfera resta la stessa, ma cambia la qualità. L'uomo può controllare la propria atmosfera.

E la stessa cosa che avviene per l'elettricità: c'è il positivo e il negativo. Uno dei due fattori può essere aumentato, determinando così un passaggio di corrente. Ogni cosa ha un'elettricità positiva e negativa. Nell'uomo, i desideri e i non-desideri possono essere positivi e negativi. La materia astrale si oppone sempre alla materia fisica.

Nei tempi antichi, i sacerdoti erano capaci di guarire le malattie con la benedizione. Certi sacerdoti dovevano imporre le mani sul malato. Alcuni avevano il potere di guarire da vicino, altri a distanza. Un sacerdote era un uomo che aveva delle "sostanze composte", e poteva utilizzarle per guarire gli altri. Il sacerdote era un "magnetizzatore". I malati hanno carenza di sostanze composte, mancano di magnetismo, di "vita".

Queste sostanze composte, se concentrate, sono visibili. Un'aura, un alone sono cose reali, e talvolta nei luoghi santi o nelle chiese si possono vedere fenomeni del genere. Mesmer riscoprì l'uso di questa sostanza.

Per poterla utilizzare, innanzitutto bisogna procurarsela. La stessa cosa vale per l'attenzione.

L'attenzione si acquisisce soltanto col lavoro cosciente e la sofferenza volontaria, tramite piccole azioni compiute volentariamente.

Eate di un piccolo obiettivo il vostro dio, così potrete acquisire del magnetismo. Come l'elettricità, il magnetismo può essere concentrato e trasformato in corrente.

VITA INTERIORE E VITA ESTERIORE

New York, 22 febbraio 1924

Avete tutti quanti estremo bisogno di un certo esercizio, sia per continuare questo lavoro che per affrontare la vita esteriore.

Noi abbiamo due vite, una vita esteriore e una vita interiore e di conseguenza abbiamo due tipi di considerazione. Noi "consideriamo" costantemente.

Quella signora mi guarda. Dentro, sento per lei dell'antipatia, ne sono infastidito, ma fuori sono gentile. Sono costretto a essere gentile, perché ho bisogno di lei. Interiormente, sono quel che sono, ma all'esterno mi atteggio diversamente. Questa è la considerazione esteriore. Ora, la stessa signora mi dice che sono un imbecille. Questo insulto mi fa andare su tutte le furie. Il fatto che io mi arrabbi è un risultato, ma ciò che scatta dentro di me è la considerazione interiore.

La considerazione interiore e quella esteriore sono diverse. Dobbiamo imparare a poter controllare separatamente i due tipi di considerazione: quella interiore e quella esteriore. Vogliamo cambiare non soltanto all'interno ma anche all'esterno.

Ieri, quando quella signora mi ha guardato in maniera ostile, mi sono irritato. Ma oggi capisco che se mi ha guardato in quel modo, può darsi che sia stupida, o che abbia saputo o sentito dire qualcosa sul mio conto. E oggi voglio restare calmo. Ella è una schiava, e internamente non dovrei essere in collera con lei. Da oggi, voglio essere interiormente calmo.

All'esterno, oggi voglio essere gentile ma, se occorre, posso aver l'aria di essere in collera. Esternamente, si tratta di fare ciò che è meglio per lei e per me. È necessario considerare, ma la considerazione esteriore e la considerazione interiore devono essere diverse.

Nell'uomo ordinario, l'atteggiamento esteriore deriva dall'atteggiamento interiore. Quando sento che l'altro è gentile allora anch'io sono gentile. Ma questi atteggiamenti dovrebbero essere separati. Internamente, dovremmo essere liberi dalla considerazione; invece all'esterno dovremmo andare molto più in là di quanto abbiamo fatto finora. Ma l'uomo ordinario è in balia dei suoi movimenti interiori.

Beninteso, quando parliamo di cambiamento, parliamo della necessità di un cambiamento interiore. Esteriormente, se tutto va bene, non c'è bisogno di cambiare. E anche se non tutto va bene, forse non c'è bisogno di cambiare ugualmente, perché, chissà, può essere un'originalità come un'altra. Invece è indispensabile cambiare interiormente.

Finora non siamo affatto cambiati. Da oggi vogliamo cambiare. Ma come? Prima dobbiamo fare una separazione, poi scegliere ed eliminare ciò che è inutile, e infine costruire qualcosa di nuovo.

Nell'uomo ci sono molte cose buone e molte cose cattive. Se buttiamo via tutto, in seguito bisognerà ricostruire dell'altro materiale.

Se un uomo ha delle lacune sul piano esteriore, occorrerà che le colmi. Se non ha un'educazione, dovrà farsela... Ma questo riguarda la vita.

Il lavoro, invece, non ha bisogno di cose esteriori. Ha bisogno soltanto di ciò che è interiore. Esteriormente, dovremmo interpretare una parte in tutte le situazioni; esternamente, l'uomo deve essere un attore, altrimenti non risponde alle esigenze della vita. A un uomo piace una cosa, a un altro un'altra; se volete essere amici di entrambi e vi comportate in modo da far piacere a uno dei due, l'altro sarà dispiaciuto, e viceversa. Invece dovrete comportarvi nella maniera personalmente gradita a ciascuno dei due. Allora la vita sarà più facile.

Interiormente, però, deve essere diversamente.

Infatti, soprattutto nel nostro tempo, tutti noi consideriamo in modo completamente meccanico. Noi reagiamo a tutto ciò che ci colpisce dall'esterno. Obbediamo a degli ordini... Quella donna è gentile, e io sono gentile; essa è scortese, e io

sono scortese. Io sono come lei vuole che sia, sono una marionetta. Ma anche lei è una marionetta meccanica, anche lei obbedisce meccanicamente a degli ordini e fa ciò che un altro vuole che faccia.

Dobbiamo smettere di reagire interiormente. Se qualcuno si comporta male verso di noi, non dobbiamo reagire interiormente. Chi ci riuscirà, sarà più libero. E molto difficile.

L'uomo è come una carrozza a cavalli. Il cavallo che c'è in noi obbedisce a ordini esterni. E il nostro pensiero è troppo debole per avere un'autorità effettiva: interiormente, anche se il pensiero dà ordine che tutto si fermi, non si ferma un bel niente.

Noi educiamo soltanto la mente. Sappiamo come comportarci con Tizio o con Caio. «Buongiorno». «Come va?» Ma solo il cocchiere lo sa. Appollaiato a cassetta, su questo argomento ha letto tutto ciò che gli è capitato per le mani. Il cavallo, da parte sua, non ha ricevuto alcuna educazione. Non gli è stato nemmeno insegnato l'alfabeto, non conosce nessuna lingua, non è mai andato a scuola. Eppure, anche il cavallo era in grado di imparare, ma ce ne siamo completamente dimenticati... Di conseguenza, è cresciuto come un orfanello abbandonato. Capisce soltanto due parole: "destra" e "sinistra".

Ciò che ho detto sulla trasformazione interiore riguarda esclusivamente la necessità di un cambiamento nel cavallo. Se cambia il cavallo, possiamo cambiare anche esternamente. Se il cavallo non cambia, tutto resta immutato, anche se passiamo cent'anni a studiare.

Vi riesce facile decidere di cambiare quando siete tranquillamente seduti nella vostra stanza. Ma, nel momento in cui incontrate qualcuno, il cavallo si mette a tirare calci.

In noi c'è un cavallo. È il cavallo che deve cambiare.

Se qualcuno pensa che lo studio di sé ci aiuti e ci metta in grado di cambiare, si sbaglia di grosso. Quand'anche leggesimo tutti i libri, studiasimo per secoli, possedessimo un gran sapere, sondassimo tutti i misteri, non servirebbe a niente.

Infatti, tutte quelle conoscenze apparterrebbero solo al cocchiere. E il cocchiere, malgrado tutte le sue conoscenze, non può tirare la carrozza senza il cavallo: è troppo pesante. Innanzitutto, occorre vi rendiate conto che voi non siete voi

stessi. Potete esserne certi, credetemi. Voi siete il cavallo. Se volete lavorare, dovete cominciare a insegnare al cavallo un linguaggio con cui parlargli, con cui dirgli ciò che sapete e dimostrarli la necessità, per esempio, di cambiare atteggiamento. Se ci riuscite, anche il cavallo, col vostro aiuto, comincerà a imparare.

Ma il cambiamento è possibile solo interiormente.

Per quanto riguarda la carrozza, la sua esistenza è stata completamente dimenticata. Eppure anche la carrozza è una parte, e una parte importante, del tiro. Essa ha una propria vita, che è la base stessa della nostra vita. Ha la propria psicologia. Anche la carrozza pensa, ha fame, desidera, partecipa all'impegno comune. Anch'essa avrebbe dovuto essere educata e mandata a scuola, ma nessuno se ne è occupato, nemmeno i genitori. Solo il cocchiere ha avuto un'istruzione: conosce alcune lingue, sa dove si trova questa o quell'altra via ma, da solo, non è in grado di arrivarci.

In origine, la nostra vettura era stata costruita per un certo tipo di città; tutte le parti della sua meccanica erano state progettate per adattarsi a un certo tipo di strade. Questa vettura ha molti piccoli ingranaggi. L'idea era che le difformità stesse della carreggiata avrebbero distribuito l'olio lubrificante in modo uniforme, così da ingrassare bene tutti gli ingranaggi. Ma tutto era stato calcolato per un tipo di città con strade non troppo agevoli. Con l'andar del tempo la città è cambiata, ma la vettura è rimasta la stessa. Essa era stata progettata per trasportare bagagli, ma oggi trasporta passeggeri. E percorre sempre la stessa via, cioè i grandi viali del centro. Alcuni pezzi, restando inutilizzati, si sono arrugginiti. Se, per qualche ragione, la carrozza deve percorrere un'altra strada, quasi sempre si verifica un guasto, a seguito del quale si rende indispensabile una revisione più o meno generale. Dopodiché, essa può ancora circolare alla meno peggio sui grandi viali, ma per viaggiare su altre strade deve prima subire una trasformazione.

Ogni vettura ha un proprio impulso di moto ma, in un certo senso, possiamo dire che la nostra vettura l'ha perduto. E senza impulso di moto non può lavorare.

Inoltre, il cavallo può tirare soltanto, diciamo, cinquanta chili, mentre la carrozza può portare un carico di cento chili. Per questa ragione, pur volendo, non possono lavorare insieme.

Certi veicoli sono danneggiati in maniera irreparabile. Non resta che venderli. Altri possono ancora essere riparati. Ma occorre molto tempo, perché alcuni pezzi sono estremamente deteriorati.

È necessario smontare la meccanica, e tutti i pezzi metallici vanno passati nella benzina, ripuliti e poi rimontati. Alcuni andranno sostituiti. Certi pezzi sono a buon mercato ed è possibile acquistarli, ma altri sono troppo cari. Talvolta costa meno comprare una vettura nuova che riparare la vecchia.

È molto probabile che tutti coloro che sono qui presenti, desiderino e possano desiderare soltanto con una parte di se stessi.

Ancora una volta, è solo il cocchiere che desidera, perché ha letto o sentito dire qualcosa. Egli ha molta immaginazione e nei suoi sogni vola fin sulla luna.

Ripeto, coloro che ritengono di poter agire su se stessi compiono un grave errore. Cambiare qualcosa interiormente è estremamente difficile. Ciò che sapete, lo sa solo il cocchiere. Tutto il vostro sapere non è che manipolazione.

Un vero cambiamento è difficilissimo, più difficile che trovare un milione di dollari per strada.

Domanda: Perché il cavallo non è stato educato?

Risposta: Il nonno e la nonna, a poco a poco, se ne sono dimenticati, e così tutti gli altri parenti. L'educazione richiede tempo e richiede sofferenza: la via diventa meno tranquilla. All'inizio, non l'hanno educato per pigrizia; poi, non ci hanno nemmeno più pensato.

Qui, ancora una volta vale la Legge del Tre. Tra i principi positivo e negativo dev'esserci frizione, sofferenza. La sofferenza conduce al terzo principio. Essere passivi è cento volte più facile ma, in tal caso, sia la sofferenza che il risultato si producono esternamente, e non al nostro interno.

Il risultato interiore si produce soltanto se tutto avviene dentro di noi.

Esteriormente, possiamo essere "attivi" o "passivi". Per un'ora siamo attivi, per un'altra passivi. Quando siamo "attivi", consumiamo la nostra energia; quando siamo "passivi", ci riposiamo.

Ma quando tutto avviene al vostro interno, non potete riposarvi: la legge agisce costantemente. Anche se non soffrite, non siete tranquilli.

Tutti gli uomini detestano soffrire, tutti vogliono la tranquillità. Ognuno sceglie ciò che gli viene più facile, ciò che gli procura meno fastidi, e cerca di non pensare troppo.

Gradatamente, i nostri nonni han preso gusto a riposarsi. Ogni giorno un po' di più: il primo giorno cinque minuti, il successivo dieci, e così via. Ben presto metà del loro tempo è diventato riposo. E la legge è tale per cui, se una cosa aumenta di un'unità, un'altra diminuisce di un'unità. Dove c'è di più viene aggiunto, dove c'è di meno viene tolto.

Poco alla volta, i nostri nonni si sono dimenticati di provvedere all'educazione del cavallo. E ora nessuno se ne ricorda più.

Domanda: Come iniziare un cambiamento interiore?

Risposta: Le consiglio di tentare con le cose che ho detto sulla considerazione. Deve iniziare insegnando al cavallo un nuovo linguaggio, preparandolo al desiderio di cambiare.

La vettura e il cavallo sono collegati. Anche il cavallo e il cocchiere sono collegati: sono collegati mediante le redini. Il cavallo capisce due parole: "destra" e "sinistra". Talvolta il cocchiere si trova nell'impossibilità di dare ordini al cavallo, perché queste redini hanno la proprietà di accorciarsi o allungarsi: non sono redini di cuoio. Quando le redini si allentano, il cocchiere non può controllare il cavallo. Il cavallo capisce solo il linguaggio delle redini. Il cocchiere ha un bel gridare a squarciagola: «A destra, canaglia!» Il cavallo non si muove.

Se il cocchiere tira le redini, il cavallo capisce. Può darsi

Le redini? ...

che anche il cavallo conosca un linguaggio, ma non è quello del cocchiere.

Forse è l'arabo...

Esiste una situazione analoga tra il cavallo, la carrozza e le stanghe. Ma essa richiede un'ulteriore spiegazione. In noi c'è una specie di magnetismo. Questo magnetismo, che consiste non di una sola, ma di parecchie sostanze, si forma in noi quando la macchina lavora, ed è un elemento importante della nostra costituzione.

Quando abbiamo parlato di nutrimento, abbiamo parlato di una sola ottava. Ma qui si tratta di tre ottave. Un'ottava produce una certa sostanza, le altre producono altre sostanze. Quando la macchina lavora meccanicamente, si produce la prima sostanza.

Quando lavoriamo subcoscientemente, si produce un'altra sostanza; in assenza di un lavoro subcoscìo, questa sostanza non viene prodotta. E quando lavoriamo coscientemente, si produce una terza sostanza.

Esaminiamo queste tre sostanze. La prima corrisponde alle stanghe, la seconda alle redini, la terza corrisponde alla sostanza che permette al cocchiere di sentire la voce del padrone. Voi sapete che il suono non si propaga nel vuoto; ci deve essere un mezzo che lo trasmetta.

Inoltre, dobbiamo capire che c'è differenza tra il passeggero occasionale e il padrone della carrozza. "Io" è il padrone se abbiamo un "Io". Se non l'abbiamo, in carrozza c'è sempre qualcuno che dà ordini al cocchiere. Tra il passeggero e il cocchiere c'è una sostanza che consente al cocchiere di sentire. Che questa sostanza ci sia o no, dipende da alcuni fattori accidentali. Può essere assente.

Se è presente, il passeggero può dare ordini al cocchiere; può darsi però che il cocchiere non sia in grado di comandare il cavallo: talvolta sì, talvolta no. Questa sostanza è il risultato di molte cose. Oggi voi non avete potere, domani sì. Tutto dipende dalla sostanza presente.

Una di queste sostanze si forma quando soffriamo. Noi

Atterro

soffriamo quando smettiamo di essere meccanicamente tranquilli.

Ci sono diversi modi di soffrire. Per esempio, mi viene voglia di raccontarvi una certa cosa, ma sento che è meglio non dir nulla. Una parte di me desidera parlare, l'altra vuole mantenere il silenzio. Il conflitto produce una sostanza. Questa sostanza si accumula in maniera progressiva in una determinata zona.

Domanda: Che cos'è l'ispirazione?

Risposta: L'ispirazione è un'associazione. È il lavoro di un solo centuro. L'ispirazione non vale molto, sia tranquillo. Ogni volta che c'è un elemento attivo, c'è un elemento passivo. Se lei crede in Dio, crede anche al diavolo. Tutto ciò non ha alcuna importanza. Che siate buoni o cattivi, non ha alcun valore. Ciò che ha valore è il conflitto tra i due opposti.

Soltanto il conflitto, la contraddizione possono produrre un risultato. Ma è necessario un grande accumulo di sostanze prima che si possa manifestare qualcosa di nuovo.

A ogni istante in voi ci può essere un conflitto, ma non lo vedete. Voi non crederete alle mie parole fino al momento in cui non comincerete a guardarvi dentro, e allora vedrete. Se cercate di fare qualcosa che non avete voglia di fare, soffrirete. Se avete voglia di fare qualcosa e non lo fate, soffrirete ugualmente.

Ciò che vi piace, che sia buono o cattivo, che importanza ha? Il bene è un concetto relativo. Soltanto quando comincerete a lavorare, il vostro bene e il vostro male cominceranno veramente a esistere.

Domanda: Il conflitto tra due desideri conduce alla sofferenza. Ma c'è una sofferenza che conduce al manicomio...

Risposta: Ci sono diversi tipi di sofferenza. Per ora, la divideremo in due categorie: la sofferenza inconsciente e la sofferenza cosciente.

La prima non dà risultati. Come, per esempio, soffrire la

fame perché non avete i soldi per comprare il pane; se invece avete del pane e vi trattenete dal mangiarlo, questo è già qualcosa.

Se soffrite con un solo centro, che sia il centro intellettuale o il centro emozionale, finirete dritti al manicomio.

La sofferenza dev'essere armoniosa. Dev'esserci corrispondenza tra il sottile e lo spesso. Altrimenti qualcosa rischia di rompersi.

Voi avete parecchi centri: non tre, non cinque, non sei, ma ancora di più. Tra di essi c'è spazio per un conflitto. L'equilibrio può rompersi. Voi avete costruito una casa, ma se si rompe l'equilibrio, la casa crolla e tutto è distrutto.

Per il momento, io spiego le cose in via teorica, allo scopo di fornire del materiale che sarà utile per capirci reciprocamente.

Fare una cosa, per quanto piccola, comporta un grande rischio.

La sofferenza può avere gravi conseguenze. Per ora, vi parlo teoricamente della sofferenza, per farvi capire. Per il momento mi limito a questo. All'istituto non si pensa alla vita futura, si pensa al giorno dopo. L'uomo non è in grado di vedere e non è in grado di credere. Solo quando conoscerà se stesso e la propria struttura interiore, potrà capire. Nel frattempo, dobbiamo studiare in maniera esteriore.

È possibile studiare il Sole, la Luna. Ma l'uomo ha tutto dentro di sé. In me c'è il Sole, la Luna, Dio. Io sono tutta la vita nella sua totalità. Per comprendere, è necessario conoscere se stessi.

OGNI ANIMALE LAVORA IN BASE ALLA PROPRIA COSTITUZIONE

Prieuré, 17 gennaio 1923

Ogni animale lavora in base alla propria costituzione. Un animale lavora di più, un altro di meno, ma ognuno secondo la propria natura. Anche noi lavoriamo. Tra di noi, alcuni sono più adatti al lavoro, altri meno. Chi lavora come un bue è una nullità, e chi non lavora è pure una nullità. Il valore del lavoro non sta nella quantità, ma nella qualità. Purtroppo, per quanto riguarda la qualità, devo dire che, qui, la gente non lavora affatto in modo soddisfacente. Auguriamoci che il lavoro che hanno fatto finora diventi utile almeno come fonte di rimorsi! Se funzionerà in questo senso, sarà stato utile; altrimenti sarà stato solo uno spreco.

Ho appena detto che un animale lavora in base a ciò che è. Un animale, per esempio un verme, lavora in modo del tutto meccanico: non c'è da aspettarsi altro. Esso ha un solo cervello, un cervello meccanico. Un altro animale si muove e lavora con la sola emozione, poiché tale è la struttura del suo cervello. Un terzo percepirà il movimento che chiamiamo lavoro soltanto attraverso l'intelletto; e non gli si può chiedere di più, perché non ha un secondo cervello: non possiamo aspettarci altro perché la natura l'ha creato con quel tipo di cervello.

Dunque, la qualità del lavoro dipende dal cervello che vi sovrintende. Se prendiamo in considerazione diverse specie animali, ci accorgiamo che esistono animali con un cervello, con due cervelli o con tre cervelli. L'uomo è un animale con tre cervelli. Ma spesso l'animale dotato di tre cervelli deve lavorare, diciamo, cinque volte più di quello che ha soltanto due cervelli. L'uomo è stato creato in modo tale da dover fornire più lavoro di quanto la sua costituzione possa permet-

tergli. Non è colpa dell'uomo, è colpa della Natura. Il suo lavoro ha valore soltanto se egli si sforza fino all'estremo limite delle sue possibilità.

Normalmente, il lavoro dell'uomo richiede la partecipazione del sentimento e del pensiero. Se una di queste funzioni è assente, la qualità del lavoro resterà quella di un animale a due cervelli. Se un uomo vuole lavorare da uomo, deve imparare a lavorare come un uomo. È una cosa facile da capire, facile come distinguere un uomo da un animale; e presto impareremo a farlo. Nel frattempo, dovete credermi sulla parola e accontentarvi di fare questa distinzione soltanto con la mente.

Io vi assicuro che finora non avete mai lavorato da uomini; però esiste la possibilità di imparare. Lavorare come un uomo vuol dire che un uomo *sente* ciò che sta facendo, e contemporaneamente, *pensa* al motivo per cui lo fa, al modo in cui lo sta facendo, come avrebbe dovuto farlo il giorno prima, come lo deve fare oggi, come dovrà farlo domani, qual è in generale la maniera migliore di farlo, e se per caso non c'è una maniera ancora migliore. Chi lavora in modo corretto, riuscirà a lavorare sempre meglio. Per una creatura a due cervelli, invece, non c'è alcuna differenza tra il lavoro di ieri, di oggi o di domani.

Nel corso della nostra attività, nessuno di voi ha lavorato da uomo. Ma all'Istituto è indispensabile lavorare in maniera diversa. Ognuno deve lavorare per se stesso, perché gli altri non possono fare nulla al suo posto. Se sapete fare, tanto per dire, una sigaretta *lavorando da uomini*, siete già in grado di fare un tappeto. All'uomo è stata fornita tutta la strumentazione necessaria per fare qualunque cosa. Ogni uomo è in grado di fare tutto ciò che gli altri riescono a fare: se può uno, possono tutti. Genio, talento: tutto ciò non ha senso. Il segreto è semplice: fare le cose *da uomo*. Chiunque sia capace di pensare e fare le cose da uomo può iniziare un nuovo lavoro con la stessa abilità di colui che l'ha fatto per tutta la vita, ma "non da uomo". Se quest'ultimo, per imparare, ci ha messo dieci anni, il primo può imparare in due o tre giorni, e poi saprà fare quel lavoro meglio di chi l'ha fatto per tutta la vita. Ho conosciuto delle persone che in tutta la vita non avevano

mai lavorato "da uomo", ma, dopo aver imparato, erano in grado di eseguire tranquillamente qualsiasi lavoro, dal più delicato al più rozzo, pur non avendone mai nemmeno sentito parlare.

Il segreto è molto semplice e molto facile: basta imparare a lavorare come un uomo. E un uomo lavora così quando, nel fare una cosa, contemporaneamente pensa a ciò che fa, studia attentamente il modo in cui il lavoro deve essere eseguito, e nel farlo si dimentica di tutto: del nonno, della nonna e, Dio ce ne scampi, dell'ora di pranzo.

All'inizio, è molto difficile. Io vi posso dare delle indicazioni teoriche sul modo di lavorare, ma poi dipenderà da ciascuno di voi. Premetto, inoltre, che mi limiterò a suggerirvi ciò che siete in grado di mettere in pratica: più metterete in pratica ciò che vi dico, più ve ne dirò. Se uno si sforza anche soltanto per un'ora, io gli spiegherò tutto il necessario, anche per ventiquattr'ore filate. Ma quelli che continueranno a lavorare come prima vadano al diavolo!

Ripeto, per un uomo l'essenza del lavoro corretto è il lavoro simultaneo dei tre centri: motore, emozionale e intellettuale. Quando i tre centri lavorano insieme e agiscono simultaneamente, allora si tratta di un lavoro da uomo. Lucidare bene un pavimento è mille volte più importante che scrivere venticinque libri. Ma prima di cominciare a lavorare con i tre centri e di concentrarli su un determinato lavoro, è necessario che ogni centro, separatamente, venga preparato allo scopo.

È indispensabile esercitare il centro motore a lavorare con gli altri centri. Bisogna ricordarsi che ogni centro è diviso in tre parti.

Il nostro centro motore solitamente è il più disponibile. In ordine di difficoltà, al secondo posto viene il centro intellettuale, e infine il centro emozionale, che è il più ostico di tutti. Già stiamo cominciando a ottenere qualche piccola cosa dal centro motore. Ma il centro intellettuale e il centro emozionale non riescono affatto a concentrarsi.

L'obiettivo non è quello di convogliare i pensieri in una determinata direzione. Questa è soltanto una concentrazione

meccanica che chiunque può realizzare, ma non è la concentrazione di un uomo.

Ciò che conta è imparare a non dipendere dalle associazioni. Perciò ora affronteremo il centro intellettuale. (Quanto al centro motore, continueremo gli stessi esercizi di prima).

Prima di procedere oltre, è opportuno che impariate a pensare secondo un ordine prestabilito. Ciascuno di voi prenda in considerazione un oggetto qualunque, e al suo riguardo si ponga le seguenti domande, rispondendosi in base alle proprie conoscenze e al proprio materiale:

- 1) la sua origine;
- 2) la causa della sua origine;
- 3) la sua storia;
- 4) le sue qualità e i suoi attributi;
- 5) gli oggetti in contatto o in relazione con esso;
- 6) suoi usi e applicazioni;
- 7) suoi effetti e conseguenze;
- 8) quali cose esso permette di spiegare e dimostrare;
- 9) la sua fine o il suo divenire;
- 10) la vostra opinione su di esso, la causa e i motivi di tale opinione.

PERCHÉ SIAMO QUI?

Prieuré, 21 agosto 1923

Per alcuni dei presenti restare qui non ha più senso. Se a costoro si chiedesse perché sono qui, sarebbero totalmente incapaci di rispondere, oppure direbbero delle assurdità, inventandosi tutta una filosofia senza credere essi stessi a una sola parola di ciò che dicono. Forse all'inizio lo sapevano, ma se lo sono dimenticati.

Io do per scontato che chi viene qui ha già capito la necessità di fare qualcosa, e ci ha già provato da solo. Da questi primi tentativi ha tratto la convinzione che, nelle condizioni della vita ordinaria, non si riesce a concludere niente. Allora ha cominciato a informarsi, e si è messo alla ricerca di un posto dove sia possibile lavorare su di sé, grazie a delle condizioni prestabilite: alla fine trova qualcosa, viene a sapere che quel lavoro è possibile. E infatti, questo posto è stato creato e organizzato apposta perché colui che cerca possa trovarvi le condizioni desiderate.

Ma alcuni di voi non traggono alcun vantaggio da queste condizioni; anzi, si può dire che nemmeno le notano. E il fatto di non vederle dimostra che, in realtà, essi non le hanno mai cercate, e che non si sono mai sforzati, nella vita di tutti i giorni, di ottenere ciò che credevano di volere. Chi non approfitta delle condizioni create dall'Istituto per lavorare su di sé, e non le nota nemmeno, deve sapere che questo non è il suo posto. Se resta, perde il suo tempo, disturba chi lavora e occupa il posto di qualcun altro. Qui i posti sono limitati e, per mancanza di spazio, sono costretto a rifiutare molti candidati. O mettete a profitto il vostro posto, o fate il piacere di andarcene.

Ripeto, io parto dal principio che chi viene qui ha già fatto

un lavoro preparatorio, ha sentito delle conferenze, ha già tentato qualcosa per conto proprio.

Parto quindi dal fatto che i presenti abbiano già capito la necessità di lavorare su di sé, e sappiano anche vagamente come fare; però non ne sono capaci per ragioni che sfuggono al loro controllo. Di conseguenza, non c'è bisogno di ripetere un'altra volta perché siete qui.

Io posso mandare avanti il lavoro solo se ciò che è già stato indicato viene applicato nella vita pratica. Purtroppo non succede così: qui la gente vive, ma non lavora; agisce soltanto per costrizione, come se fosse pagata alla giornata.

A queste persone io propongo: o di lavorare, a partire da subito, nel modo in cui un tempo ne avevano compreso la necessità, riscoprendo le idee di una volta e mettendosi seriamente al lavoro; oppure di rendersi conto, in questo istante, che la loro presenza qui è inutile. Data la situazione, quando anche continuassero per dieci anni, non concluderebbero nulla. Io non rispondo di niente. Costoro devono tentare realmente.

Altrimenti sono ancora capaci di chiedere un risarcimento per il tempo perduto. Che risuscitino le loro primitive intenzioni, e così renderanno utile questo soggiorno a sé e agli altri.

Chi, in questa situazione, è capace di essere consapevolmente egoista potrà permettersi di non esserlo nella vita. Qui, essere egoista significa non avere riguardi per nessuno, nemmeno per me, e vedere in ogni essere e in ogni cosa un mezzo per aiutare se stessi. Non ci dev'essere considerazione per niente e per nessuno. Uno è stupido, l'altro è intelligente: il problema non è questo. Lo stupido è un buon soggetto di studio e di lavoro. E così pure l'uomo intelligente. In altre parole, entrambi sono necessari. Lo stesso vale per la canaglia e il brav'uomo. Lo stupido, l'intelligente, la canaglia, il brav'uomo, tutti quanti, ciascuno a modo suo, sono utili per fare da specchio e per dare impulso all'osservazione e allo studio di sé.

C'è un'altra cosa che è importante capire. Il nostro Istituto può essere paragonato all'officina di un deposito ferroviario o a una rimessa dove si riparano le automobili. Quando un nuovo arrivato entra nell'officina, vede delle macchine che

non aveva mai visto prima. E giustamente: infatti, all'esterno aveva visto solo auto ben carrozzate e verniciate, e quindi non sapeva com'erano fatte all'interno. Gli occhi dell'uomo della strada sono abituati a vedere soltanto la carrozzeria. Ma in officina le vetture sono senza carrozzeria. I pezzi, smontati, ripuliti e bene in vista, non hanno più niente in comune con ciò che si ha l'abitudine di vedere. All'Istituto è la stessa cosa. Quando una persona nuova arriva qui con tutto il suo fardello, viene subito messa a nudo, e tutti i suoi aspetti peggiori, tutte le sue "bellezze" nascoste diventano facilmente visibili.

Chi di voi non si rende conto di questo fenomeno ha l'impressione che qui abbiamo fatto la collezione degli stupidi, degli oziosi, delle persone limitate, insomma, di tutti gli scarti. Ma dimenticate tutti quanti una cosa essenziale: se vedete gli altri come sono, non è merito vostro. Qualcun altro li ha messi a nudo: voi li vedete così, e ve ne attribuite il merito. Vedendo negli altri degli imbecilli, non vi rendete conto di essere voi stessi degli imbecilli. Se qualcun altro non li avesse esposti in piena luce, con ogni probabilità dinanzi ad alcuni di loro vi sareste messi in ginocchio. Voi vedete i vostri vicini spogliati ma dimenticate che anche voi siete nudi. Credete di poter tenere una maschera anche qui, come nella vita. Ma nel momento stesso in cui avete oltrepassato il cancello dell'Istituto, il guardiano ve l'ha tolta. Qui vi ritrovate nudi, e immediatamente vi accorgete di ciò che siete in realtà.

Questo è il motivo per cui, qui, nessuno può permettersi di considerare interiormente gli altri. Se qualcuno si è comportato male nei vostri confronti, non offendetevi, perché anche voi potreste comportarvi nello stesso modo. Al contrario, dovreste essere molto riconoscenti, e ritenervi fortunati di non aver mai ricevuto qualche ceffone, dal momento che a ogni passo fate del male a qualcuno. Devono essere ben gentili gli altri per non "considerarvi"! Eppure, se qualcuno vi fa il minimo sgarbo, siete subito pronti a rompergli la testa.

Dovete capire bene questa situazione, e comportarvi di conseguenza. Dovete cercare di servirvi degli altri in tutti i loro aspetti, buoni e cattivi; e in cambio dovete aiutarli attraverso i vostri, nessuno escluso. Se l'altro è intelligente, idiota,

gentile spregevole, siate certi che in altri momenti voi siete altrettanto stupidi, intelligenti, spregevoli o coscienziosi. Le persone sono tutte uguali, ma si manifestano in modi diversi secondo i momenti, esattamente come, secondo i momenti, anche voi siete diversi. E come voi, in certe occasioni, avete bisogno dell'aiuto degli altri, così gli altri hanno bisogno del vostro. E voi dovete aiutare gli altri non per gli altri, ma per voi stessi. In primo luogo, se aiutate gli altri, gli altri vi aiuteranno; in secondo luogo, attraverso gli altri è possibile imparare, a tutto vantaggio di coloro che vi stanno accanto.

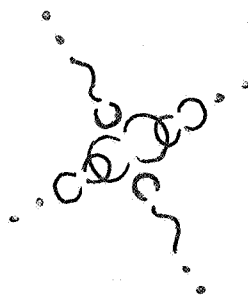
Ancora una cosa: in molti di voi, certi stati vengono provocati artificialmente dall'Istituto. Di conseguenza, disturbare lo stato di una persona può ostacolare il lavoro dell'Istituto. L'unica possibilità di salvezza è ricordarvi giorno e notte che siete qui esclusivamente per voi stessi, e che non dovete farvi disturbare da niente e da nessuno; e se vi sentite disturbati, dovete fare in modo di non esserlo. Dovete utilizzare gli altri come mezzo per raggiungere i vostri obiettivi.

Invece qui si fa di tutto, meno che questo. Avete trasformato la vita dell'Istituto in qualcosa di peggio della vita ordinaria. Molto peggio. Nel corso della giornata, i presenti sono tutti presi dagli intrighi, parlano gli uni degli altri, e quando non si esprimono apertamente pensano male dentro di sé, giudicano e considerano, trovando uno simpatico e l'altro antipatico; ostentano delle amicizie, ma collettivamente o individualmente si giocano dei tiri mancini, lo sguardo sempre puntato sui difetti altrui.

Non serve a nulla pensare che alcuni sono migliori di altri. Non ci sono "altri" qui. Qui, la gente non è né intelligente né stupida, né inglese, né russa, né buona né cattiva. Non ci sono che automobili smontate, come voi. Ed è proprio grazie a queste automobili smontate che ciascuno potrà arrivare dove sperava di arrivare venendo qui. Avevate tutti uno scopo quando siete venuti. Ora è il momento buono perché ve lo facciate tornare in mente, e lo riprendiate in considerazione.

Tutto ciò che ho detto può riassumersi in due domande:

- 1) Perché sono qui?
- 2) Val la pena di restare?



ENERGIA-SONNO

Prieuré, 30 gennaio 1923

«Non andiamo mai fino in fondo a ciò che vogliamo fare, nelle grandi come nelle piccole cose.

«Andiamo fino al *si*, e poi ritorniamo al *do* di partenza.

«La stessa cosa succede per lo sviluppo di sé, che per questo motivo risulta impossibile senza una forza addizionale, proveniente sia dall'esterno che dall'interno».

(25 marzo 1922)

«Noi consumiamo in permanenza più energia del necessario, usando muscoli di cui non abbiamo bisogno, lasciando correre i pensieri a ruota libera e reagendo troppo emotivamente.

«Rilassate i muscoli, utilizzando solo quelli necessari, tenete in serbo i pensieri, ed esprimete i vostri sentimenti solo se lo volete.

«Non lasciatevi toccare dalle apparenze: in quanto tali, sono inoffensive. Siamo noi a permettere che ci feriscano».

(Prieuré, 12 giugno 1923)

«Lavorare duro è un ottimo investimento di energia. L'uso consapevole di energia è un investimento redditizio; il suo consumo automatico è uno spreco inutile».

(Prieuré, 12 giugno 1923)

«Quando il corpo si ribella al lavoro, immediatamente subentra la fatica. Ma non è il momento di riposarsi, perché significherebbe dargliela vinta. Quando il corpo vuole riposarsi, non dategli retta; ma se la mente sa che esso deve riposarsi, allora fatelo riposare. Però è necessario imparare a distinguere il linguaggio del corpo da quello della mente, ed essere onesti».

(25 marzo 1922)

«Senza lotta, non ci sono progressi né risultati. Ogni volta che si rompe un'abitudine, nella macchina si verifica un cambiamento».

(Prieuré, 2 marzo 1923)

Nel corso di una recente conferenza, ho detto che, per ogni periodo di ventiquattro ore, il nostro organismo produce una determinata quantità di energia indispensabile per la sua esistenza. Ripeto: una quantità determinata. Ciononostante, tale quantità di energia è di gran lunga superiore a quella necessaria al normale consumo. Ma la nostra vita è così anormale, che finiamo per consumarla tutta, o quasi tutta, inutilmente.

Uno dei principali fattori responsabili dello spreco d'energia è rappresentato da tutti i movimenti inutili della nostra vita quotidiana. Più avanti potrete verificare, mediante alcuni esperimenti, che gran parte dell'energia viene consumata proprio quando i nostri movimenti sono meno attivi.

Per esempio, quanta energia consumerà un uomo durante una giornata interamente dedicata al lavoro fisico? Moltissima. Eppure, lo stesso uomo ne consumerà ancora di più restando seduto immobile senza far niente. I muscoli più grandi, essendosi adattati meglio all'impulso d'inerzia, consumano meno energia di quelli piccoli, che si mettono in movimento solo con la forza. Per esempio, se me ne sto seduto in questo modo, voi vedete che sono fermo. Ma ciò non significa che io non consumi energia. Ogni movimento, ogni tensione, grande o piccola, mi è possibile solo consumando energia. In questo momento, io non mi sto muovendo, ma il mio braccio è contratto: e sto consumando più energia di quanta ne consumerei con questo movimento [Gurdjieff muove il braccio].

È un fatto molto interessante. Dovete sforzarvi di comprendere quello che vi dico a proposito dell'impulso d'inerzia. Quando faccio un movimento improvviso, l'energia affluisce,

ma quando ripeto il movimento [ripete il gesto], l'impulso d'inerzia la sostituisce.

Una volta fornito l'impulso iniziale, il flusso di energia si arresta, e subentra l'impulso d'inerzia.

Ogni tensione richiede energia. In assenza di tensione il consumo di energia è minimo. Se il mio braccio è in tensione come in questo istante, esso riceve una corrente continua, il che significa che si trova direttamente collegato agli accumulatori. Ugualmente, se muovo il braccio in questo modo, dal momento che lo muovo a scatti, consumo continuamente energia.

Se un uomo è affetto da tensioni croniche, allora, pur non facendo niente, pur standosene lungo disteso, consuma più energia di un uomo che lavora fisicamente tutto il giorno. Invece, un uomo esente da queste piccole tensioni croniche, quando riposa o sta fermo, non spreca alcuna energia.

Adesso chiediamoci: quanti tra noi sono immuni da questa terribile malattia? Non mi riferisco alla gente in generale, ma a coloro che sono qui presenti; gli altri non ci riguardano. Ebbene, quasi tutti abbiamo questa deliziosa abitudine.

Non scordiamoci che l'energia di cui stiamo parlando così tranquillamente, e che sprechiamo involontariamente senza alcun bisogno, è proprio l'energia che ci è indispensabile per il lavoro che intendiamo iniziare; senza di essa nulla è possibile.

Non possiamo contare su una maggior quantità di energia: il flusso di energia non può mai aumentare, dato che la macchina rimane così come è stata creata. Se è stata creata per fornire dieci ampère, continuerà a fornire dieci ampère. E possibile aumentare la corrente solo a condizione di cambiare tutti i fili e le bobine. Una bobina, per esempio, è rappresentata dal naso, un'altra dalla gamba, una terza dal colore della pelle o dal volume dello stomaco. Non si può trasformare la macchina, la sua struttura è quella che è. La somma totale di energia prodotta è costante; anche se la macchina viene messa a punto, la quantità di energia resta praticamente invariata.

Il lavoro che intendiamo iniziare richiede molti sforzi. E lo

sforzo richiede molta energia. Ma il tipo di sforzo che abbiamo fatto finora comporta un tale spreco d'energia, che non riusciremo mai a raggiungere il nostro obiettivo.

In conclusione, da una parte ci è indispensabile una grande quantità di energia, dall'altra la macchina è costruita in modo da non poterne fornire di più. Come uscire da questa situazione? L'unica soluzione, l'unico sistema possibile, consiste nell'economizzare l'energia di cui disponiamo. Quindi, se vogliamo essere carichi di energia al momento giusto, dobbiamo imparare a risparmiarla in tutte le occasioni possibili.

Ormai vi sarà chiaro che una delle principali fughe di energia è dovuta al nostro stato di tensione involontaria. In noi esistono molte altre perdite ma, rispetto a questa, sono tutte più difficili da riparare. Perciò cominceremo dalla più facile: se eliminiamo questa perdita, in seguito impareremo a fare i conti con le altre.

Il sonno dell'uomo non è altro che l'interruzione dei collegamenti tra i centri. I centri dell'uomo non dormono mai. Le associazioni, che rappresentano la vita e il movimento dei centri, non cessano e non si fermano mai. L'arresto delle associazioni significa la morte. In tutti i centri, il movimento delle associazioni non si ferma neppure per un istante. Esse si susseguono in continuazione anche nel sonno più profondo. Se, in stato di veglia, un uomo vede, ascolta e si sente pensare, anche nel dormiveglia vede, ascolta e si sente pensare: e questo stato lo chiama sonno. Ma le associazioni proseguono anche in quell'altro stato, ugualmente chiamato sonno, in cui egli crede di non vedere e di non sentire assolutamente più nulla.

L'unica differenza sta nei collegamenti più o meno stretti tra un centro e l'altro.

Memoria, attenzione, osservazione non sono che l'osservazione o l'ascolto di un centro da parte di un altro centro. Di conseguenza, ogni centro, in quanto tale, non ha bisogno di fermarsi o di dormire. Il sonno non gli fa né bene né male. Il cosiddetto sonno non ha lo scopo di far riposare i centri. Come ho detto prima, il sonno profondo subentra quando vengono sospesi i collegamenti tra i centri. In realtà, il sonno

profondo, cioè il riposo totale della macchina, si instaura soltanto quando ogni rapporto e ogni collegamento cessa completamente di funzionare.

Noi abbiamo parecchi centri e altrettanti collegamenti: supponiamo che siano cinque. (In verità, non è esatto: alcuni uomini ne hanno due, altri sette. Ne consideriamo cinque come media). La caratteristica dello stato di veglia consiste nel fatto che tutti i collegamenti sono in funzione. Quando se ne taglia o se ne interrompe uno solo, non siamo né addormentati né svegli.

Con un collegamento staccato, non siamo più svegli, ma nemmeno addormentati. Con due interruzioni, siamo ancora meno svegli, ma pur sempre non addormentati. Con tre interruzioni, non siamo svegli, ma nemmeno proprio addormentati. E così via.

Quindi noi non viviamo in due stati, sonno e veglia, come è convinzione comune, ma in parecchi stati. Tra lo stato più attivo e intenso che a un singolo individuo sia dato di conoscere, e lo stato più passivo, esistono dei gradi intermedi. L'interruzione di un solo collegamento non risulta evidente all'esterno, poiché è impercettibile a occhi altrui. C'è gente la cui capacità di muoversi, di camminare e di vivere si esaurisce solo con la totale sospensione di tutti i collegamenti. Ad altri basta il taglio di due collegamenti per cadere addormentati. Se supponiamo che la scala tra sonno e veglia comporti sette collegamenti, allora c'è gente che continua a vivere, parlare e camminare al terzo stadio di sonno.

Gli stati profondi del sonno sono uguali per tutti, ma gli stati intermedi sono spesso soggettivi.

Ci sono persino dei "fenomeni" per i quali l'attività tocca la punta massima con la sospensione di uno o più collegamenti. Se una persona, a causa della sua educazione, vive abitualmente in uno stato del genere, se, proprio vivendo in tale stato, ha acquisito tutto ciò che possiede, allora la sua attività è costruita su di esso, e solo in esso egli può essere attivo. Ma, per quanto riguarda voi personalmente, lo stato attivo è relativo: in un determinato stato, voi avete un determinato grado di attività. Lo stato attivo oggettivo è quello in

cui tutti i collegamenti sono intatti. Ma per ogni stato esiste un'attività soggettiva corrispondente.

Quindi ci sono molti gradi di sonno e di veglia. Lo stato attivo è uno stato in cui le facoltà di pensiero e di percezione lavorano al massimo della loro capacità e intensità. Come c'è uno stato di veglia oggettivo, cioè il vero stato di veglia, totalmente attivo, così c'è uno stato di sonno oggettivo, totalmente passivo, "oggettivo" nel senso di realmente attivo o realmente passivo.

A ogni modo, ciascuno deve comprendere che lo scopo del sonno si raggiunge solo quando tutte le comunicazioni tra i centri sono interrotte. Solo in tal caso la macchina può produrre ciò che il sonno è destinato a produrre. Perciò la parola "sonno" sta a indicare uno stato in cui tutti i collegamenti sono sospesi.

Il sonno profondo è uno stato in cui non abbiamo né sogni né sensazioni. Se ci sono dei sogni, significa che uno dei collegamenti non è sospeso, poiché la memoria, l'osservazione, la sensazione non sono altro che l'osservazione di un centro da parte di un altro centro. Perciò, quando osservate ciò che avviene in voi stessi, o quando ve ne ricordate, significa che un centro ne osserva un altro. Se un centro può osservare, vuol dire che esiste qualcosa attraverso cui può osservare. E se esiste qualcosa attraverso cui può osservare, la comunicazione non è interrotta.

Insomma, se la macchina è in buono stato, ha bisogno di pochissimo tempo per produrre quella certa quantità di sostanza che costituisce la ragion d'essere del sonno; in ogni caso, molto meno di quanto siamo abituati a dormire. Ciò che chiamiamo sonno quando dormiamo sette ore, dieci ore o Dio sa quanto, non è sonno. Gran parte di questo tempo non viene passato nel sonno, ma in stati intermedi di inutile dormiveglia.

Certe persone hanno bisogno di molte ore per addormentarsi e di molte ore per ritornare in sé. Se potessimo addormentarci di colpo e, altrettanto di colpo, passare dal sonno alla veglia, concederemmo agli stati intermedi solo un terzo o un quarto del tempo che sprechiamo attualmente.

Ma in noi questi collegamenti si staccano e si riattaccano in modo meccanico, e noi ignoriamo come interromperli volontariamente.

Noi siamo schiavi di questo meccanismo. Quando a "qualcosa in noi" fa comodo, possiamo passare a un altro stato. Altrimenti, non ci resta che metterci a letto e aspettare che "qualcosa in noi" ci dia il permesso di riposare.

Questa indesiderabile dipendenza e meccanicità ha diverse cause. Una di esse è rappresentata dal cronico stato di tensione spiegato all'inizio, che fa parte dei numerosi fattori di dispersione delle nostre riserve di energia. A questo punto, potete rendervi conto che l'eliminazione delle tensioni croniche che ci permetterebbe di raggiungere un duplice scopo. In primo luogo, potremmo risparmiare molta energia, in secondo luogo eviteremmo di stare inutilmente sdraiati ad attendere il sonno.

Quindi vedete com'è semplice, com'è facile da mettere in pratica, e quanto sia necessario. Liberarci da questa tensione perpetua ha per noi un valore inestimabile.

Più tardi vi darò alcuni esercizi a questo scopo. Vi raccomando di prestar loro la massima attenzione e di impegnarvi con tutte le forze per ottenere da ogni esercizio il risultato previsto.

Bisogna imparare a ogni costo a non essere tesi, quando la tensione non è necessaria. Quando siete seduti senza far niente, lasciate dormire il vostro corpo. Quando dormite, fate in modo di dormire con la totalità di voi stessi.

ESISTE UN SISTEMA PER PROLUNGARE LA VITA?

New York, 15 marzo 1924

Domanda: Esiste un sistema per prolungare la vita?

Risposta: Le diverse scuole hanno varie teorie sul prolungamento della vita, e a questo proposito ci sono molti sistemi. Ci sono persino dei tipi stravaganti che credono ancora nell'esistenza di un elisir di lunga vita.

Vi spiegherò per sommi capi come io vedo la questione.

Ecco qua un orologio. Sapete tutti che esistono diversi tipi di orologio. Il mio ha una molla destinata a funzionare ventiquattr'ore. Dopo ventiquattr'ore, l'orologio si ferma. Altri tipi di orologi possono funzionare una settimana, un mese, persino un anno. Il meccanismo viene sempre progettato per un ben definito intervallo di tempo, e, come è stato fabbricato dall'orologiaio, così rimane.

Probabilmente avrete notato che gli orologi hanno un regolatore. Spostandolo, l'orologio cammina più o meno lentamente. Se lo metto al massimo, la molla può scaricarsi molto rapidamente e, benché destinata a durare ventiquattr'ore, si esaurirà in tre o quattro minuti o, viceversa, se lo metto al minimo, il mio orologio può funzionare una settimana o un mese, malgrado il suo meccanismo calcolato per funzionare ventiquattr'ore.

Noi siamo come un orologio. Il nostro sistema di funzionamento è stato predeterminato. Ogni uomo è dotato di molti tipi di molle. Il sistema differisce in base a fattori ereditari. Per esempio, un meccanismo può essere programmato per durare settant'anni. Quando la molla arriva alla fine della carica, finisce anche la vita. Il meccanismo di un altro uomo può essere calcolato per durare cent'anni, come se fosse stato

fabbricato da un altro artigiano. E per alcuni, la carica può durare soltanto una settimana.

Quindi ogni uomo ha un proprio tempo di vita personale. Non possiamo cambiare il nostro meccanismo. Ognuno di noi rimane come è stato creato. La durata della vita non può essere cambiata; se la molla è scarica, è la fine.

La durata della vita è già prefissata al momento della nascita e, se pensiamo di poterla in qualche misura modificare, è pura immaginazione. Per cambiare qualcosa, bisognerebbe cambiare tutto: i caratteri ereditari, il padre, persino la nonna... Ormai è troppo tardi per pensarci.

Benché il meccanismo non si possa modificare artificialmente, è però possibile prolungare la vita. Ho già spiegato che la molla, anziché ventiquattr'ore, può funzionare una settimana. O viceversa: una molla calcolata per cinquant'anni può scaricarsi in cinque o sei anni.

Ogni uomo ha una molla principale, che è il proprio meccanismo. Lo scaricarsi di questa molla coincide col susseguirsi delle nostre impressioni e associazioni.

D'altro canto, noi siamo provvisti di due o tre molle minori, tante quanti sono i cervelli. I cervelli corrispondono a queste molle. Per esempio, la nostra mente è una molla. Le nostre associazioni mentali hanno una durata limitata.

Pensare equivale a srotolare un rocchetto di filo. Ogni rocchetto ha un filo di una certa lunghezza. Quando penso, il filo si srotola. Il mio rocchetto ha cinquanta metri di filo, un altro ne ha cento. Oggi ne ho consumati due metri, domani altrettanto, e quando i cinquanta metri saranno finiti sarà finita anche la mia vita. Non si può variare la lunghezza del filo.

Come una molla calcolata per funzionare ventiquattr'ore può scaricarsi in dieci minuti, così la vita può esaurirsi molto rapidamente. L'unica differenza consiste nel fatto che normalmente un orologio possiede una sola molla, mentre l'uomo ne ha parecchie. A ogni centro corrisponde una molla di grandezza diversa. Quando si esaurisce solo una molla, un uomo può continuare a vivere: per esempio, se il suo sistema di pensiero è stato progettato per durare settant'anni, e quel-

lo del sentimento solo per quaranta, dopo quarant'anni quell'uomo continua a vivere, ma senza sentimento.

A ogni buon conto, l'esaurirsi della carica può essere accelerato o rallentato. In questo campo non si può sviluppare nulla; l'unica cosa praticabile è il risparmio.

Il tempo è proporzionale al flusso delle associazioni, è relativo. Come esempio, ricordatevi quelle volte in cui ve ne state seduti a casa vostra, tranquilli; siete convinti di esser rimasti seduti per cinque minuti, ma l'orologio vi ricorda che è già passata un'ora. Un'altra volta, invece, state aspettando qualcuno per strada e siete seccati perché non arriva. Vi sembra di essere lì da un'ora, e invece sono passati solo cinque minuti: il motivo è dovuto al fatto che, in quei pochi minuti, avete avuto molte associazioni. Pensavate: «Perché non viene? Avrà avuto un incidente?» e così via.

Più vi concentrate, più il tempo vi sembra breve. Un'ora può passare inavvertita se vi concentrate, perché avrete pochissime associazioni, pochissimi pensieri, pochissimi sentimenti.

Il tempo è soggettivo, dipende dalle associazioni. Quando sedete inattivi senza concentrazione, il tempo non passa mai. Esternamente, il tempo non esiste; esiste soltanto al nostro interno.

Negli altri centri, le associazioni hanno lo stesso andamento del centro mentale.

Il segreto per prolungare la vita consiste nell'esser capaci di consumare l'energia dei centri con lentezza, e solo intenzionalmente.

Imparate a pensare coscientemente, perché vi consente un risparmio nel consumo di energia. Non sognate.

un'ora concentrata - un'ora di lavoro per sé

L'EDUCAZIONE DEI BAMBINI

New York, 1 marzo 1924

Domanda: Esiste un metodo per educare i bambini suggestionandoli durante il sonno. È un metodo valido?

Risposta: Un condizionamento del genere non è altro che un avvelenamento progressivo, e distrugge gli ultimi resti di volontà.

L'educazione è una cosa molto complicata, perché dev'essere in grado di toccare tutti gli aspetti. Per esempio, è un errore dare ai bambini soltanto degli esercizi fisici.

In generale, oggi l'educazione si limita a formare la mente. Il bambino viene costretto a imparare a memoria delle poesie, come un pappagallo, senza capirci niente; e quando ci riesce, i genitori sono contenti. A scuola, egli impara in maniera altrettanto meccanica e, dopo aver superato gli esami "con lode", il ragazzo continua a non capire e a non sentire niente. Rispetto allo sviluppo della mente, egli è un adulto di quarant'anni, ma nell'essenza resta un bambino di dieci. Con la mente non ha paura di nulla, ma nell'essenza è un pusillanime.

La sua morale è puramente automatica, esclusivamente esteriore. Proprio come ha imparato a ripetere le poesie a memoria, così si comporta con la morale. Ma l'essenza del bambino, la sua vita interiore, è abbandonata a se stessa senza alcuna direzione. Se un uomo è sincero con se stesso, deve ammettere che anche gli adulti, come i bambini, sono privi di morale. La nostra morale è del tutto teorica e automatica. Se siamo veramente sinceri, possiamo vedere quanto siamo cattivi.

L'educazione è una maschera che non ha niente a che vedere con la nostra natura. La gente immagina che un me-

todo valga più di un altro, ma in realtà si equivalgono tutti. Siamo tutti quanti uguali, e ciascuno di noi, che è bravissimo a vedere la pagliuzza nell'occhio del vicino, è cieco ai propri peggiori difetti. Se un uomo è capace di vedere se stesso, può mettersi al posto di un altro, sapendo di non valere di più. Se volete essere migliori, sforzatevi di aiutare il prossimo. Ma la gente oggi non fa che studiare sgambetti per farsi cadere a vicenda. In realtà, un uomo non ha la capacità di aiutarne o sostenerne un altro, per la semplice ragione che non riesce nemmeno ad aiutare se stesso.

Innanzitutto, dovete pensare a voi stessi, dovete cercare di sollevarvi da soli. Dovete essere egoisti. L'egoismo è la prima tappa sulla via dell'altruismo, del cristianesimo. Ma l'egoismo deve avere un motivo valido ed è molto difficile. Noi insegniamo ai nostri figli a diventare degli egoisti ordinari, coi risultati che tutti conosciamo. Ma è necessario giudicare i figli sempre a partire da noi stessi. Noi sappiamo come siamo fatti, e possiamo essere certi che i nostri figli, con l'educazione moderna, nel migliore dei casi diventeranno come noi.

Se volete il bene dei vostri figli, dovete prima volere il vostro. Infatti, se voi cambiate, cambieranno anch'essi. Pensando al loro avvenire, per un certo tempo dovete dimenticarvi e pensare a voi stessi.

Se siete soddisfatti di voi, allora potete continuare ad allevare i vostri figli come avete fatto finora, sentendovi la coscienza a posto. Ma siete soddisfatti di voi?

Dobbiamo sempre partire da noi stessi, prenderci come esempio, poiché non siamo in grado di vedere gli altri dietro la maschera che portano.

Soltanto conoscendo noi stessi possiamo vedere gli altri. Infatti, interiormente gli uomini sono tutti uguali. Gli altri sono come noi: hanno le medesime buone intenzioni di diventare migliori senza riuscirci, incontrano le nostre stesse difficoltà, sono altrettanto infelici e, esattamente come noi, si pentono quando ormai è troppo tardi. Perdonate loro di essere come sono oggi, e pensate al domani. Se avete pietà di voi, allora, pensando al futuro, dovete avere pietà degli altri.

Il peccato più grande consiste nel continuare a educare i

vostri figli nel solito modo, quando avete cominciato ad avere dei dubbi su quest'educazione. Quando cominciate a dubitare di ciò che fate, la vostra responsabilità diventa ben più pesante di quando siete convinti.

La legge esige che i vostri bambini vadano a scuola. Ci vadano pure! Ma voi, che siete i genitori, non dovete accontentarvi della scuola. Per esperienza, sapete che la scuola fornisce solo nozioni, informazioni, ch'essa sviluppa un solo centro. Dovete quindi sforzarvi di rendere vive quelle nozioni, di colmare le lacune. È un compromesso, ma ogni tanto un compromesso è meglio di niente.

L'educazione dei bambini pone un grosso problema cui si ha persino paura di pensare. Una strana caratteristica dell'educazione moderna consiste nel fatto che i bambini, in rapporto al sesso, crescono senza indicazioni.

I risultati di questa educazione sono sotto i nostri occhi. Ciascuno di noi sa, per esperienza personale, che questo importante aspetto della vita è profondamente deteriorato. È difficile trovare un uomo normale sotto questo aspetto.

Tale deterioramento avviene in maniera progressiva. Nel bambino le manifestazioni del sesso cominciano verso il quarto o quinto anno di età: se privo di guida, egli può mettersi su una cattiva strada. Questo è il momento di cominciare a dargli un'educazione appropriata, aiutandosi con la propria esperienza. È molto raro che i bambini siano educati normalmente sotto questo aspetto. Spesso siete preoccupati per vostro figlio, ma non potete farci nulla; e quando il bambino comincia a capire da sé ciò che è giusto e ciò che è sbagliato, spesso è troppo tardi, e il male è già fatto.

Educare un bambino riguardo al sesso è una questione molto delicata, perché ogni caso esige un trattamento particolare, e richiede una conoscenza profonda della psicologia infantile. Saperne poco, si rischia molto. Spiegare o proibire qualcosa a un bambino finisce spesso per mettergli delle idee in testa, risvegliando la sua curiosità e spingendolo verso il frutto proibito.

Il centro sessuale svolge un ruolo importantissimo nella nostra vita. Il 75% dei nostri pensieri proviene da questo centro, e colora tutto il resto.

Gli unici a non essere anormali sotto questo aspetto, sono i popoli dell'Asia Centrale. Laggiù, l'educazione sessuale fa parte dei riti religiosi, e i risultati sono eccellenti.

Domanda: Fino a che punto un bambino dev'essere guidato?

Risposta: In generale, l'educazione di un bambino dev'essere basata sul principio che tutto deve partire dalla sua volontà. Non dobbiamo dargli la pappa fatta. Dobbiamo limitarci a proporgli un'idea, a guidarlo, oppure a istruirlo indirettamente, prendendo le cose alla larga e portandolo al punto voluto partendo da qualcos'altro. Io non insegno mai in maniera diretta, altrimenti i miei allievi non imparerebbero nulla. Se voglio che un mio allievo cambi, devo partire da lontano o rivolgermi a un altro: allora ottengo che impari.

È necessario procedere in questo modo, perché un bambino cui si dicono le cose direttamente, crescerà in maniera meccanica, e in seguito si manifesterà altrettanto meccanicamente.

Le manifestazioni meccaniche e le manifestazioni di chi ha acquisito un'individualità sono diverse, e hanno proprietà diverse. Le prime vengono create, le seconde creano. Le prime non sono una creazione, o meglio sono una creazione per mezzo dell'uomo, e non dell'uomo stesso. Tutto ciò si traduce, tra l'altro, in un'arte priva di originalità. In un'opera d'arte del genere, è facile rintracciare la provenienza di ogni singolo tratto.

L'APPARATO FORMATORE

Prieuré, 29 gennaio 1923

Da vari discorsi, ho capito che ci si fa un'idea sbagliata a proposito di un centro, e questa idea sbagliata è all'origine di molti malintesi.

Il problema riguarda il centro intellettuale e i suoi rapporti con l'apparato formatore. Tutti gli impulsi provenienti dai centri vengono trasmessi all'apparato formatore, e tutte le percezioni dei centri, ugualmente, si manifestano attraverso l'apparato formatore, il quale non è un centro, ma una struttura di servizio collegata con tutti i centri. I centri, a loro volta, sono collegati l'un l'altro, ma hanno dei canali di tipo particolare. La possibilità di comunicazione diretta tra i centri è determinata da un certo grado di soggettività, e dal livello di intensità delle associazioni. Se, ad esempio, consideriamo la serie di vibrazioni comprese tra 10 e 10.000, questa serie si può frazionare in parecchi gradi a loro volta suddivisibili, con cui poter misurare l'intensità di associazione richiesta da ogni centro.

Per ogni centro, solo le associazioni di una certa intensità evocano le associazioni corrispondenti in un altro centro; solo così, infatti, nei circuiti del secondo centro può passare l'impulso corrispondente del primo.

Invece all'apparato formatore pervengono indistintamente tutte le associazioni, perché i collegamenti coi centri sono più sensibili.

Ogni impulso locale, ogni associazione dei centri, provoca delle associazioni nell'apparato formatore.

Ritornando ai collegamenti tra i centri, la loro sensibilità è determinata, entro certi limiti, da fattori soggettivi. Abbiamo detto che soltanto un impulso dotato di una certa forza può

mettere in moto il nastro corrispondente di un altro centro. In realtà, ciò si verifica solo per effetto di impulsi molto forti, dotati di una velocità particolare, diversa e ormai determinata per ciascuno di voi.

Tutti i centri hanno dei dispositivi di funzionamento che sono simili tra loro. Ma ogni dispositivo ne include molti altri più piccoli, che sono stati progettati per un particolare tipo di lavoro. Quindi i centri, pur avendo tutti la stessa struttura, hanno però un'essenza diversa. I quattro centri sono fatti di materia animata, ma la materia dell'apparato formatore è inanimata. L'apparato formatore è semplicemente una macchina, simile a una macchina da scrivere che trasmette ogni battuta.

Per descrivere questo apparato, è meglio ricorrere a un'analogia. Immaginate l'apparato formatore come un ufficio in cui vi sia una dattilografa. Ogni documento in arrivo passa per le sue mani, e a lei si rivolgono tutti i clienti di passaggio. Ella fa fronte a tutto e a tutti. Ma le sue risposte sono le risposte caratteristiche di un'impiegata che non è al corrente di nulla. Ella però ha ricevuto delle istruzioni, e i suoi scaffali sono pieni di documenti, libri e dizionari. Se le forniscono gli elementi per procurarsi un'informazione particolare, risponde di conseguenza; altrimenti, non risponde.

D'altro canto, l'azienda è diretta da quattro soci, dotati ciascuno di un proprio ufficio separato. I soci comunicano col mondo esterno tramite la dattilografa, e parlano alla dattilografa per mezzo di un telefono. Se uno dei soci le fa avere un messaggio, ella deve trasmetterlo. Ma ogni direttore ha un codice diverso. Supponiamo che un direttore le affidi un messaggio da trasmettere con grande precisione. Dato che il messaggio è in codice, essa non può trasmetterlo tale quale, poiché un codice è basato su una convenzione arbitraria. L'ufficio è pieno di moduli, schede e formulari accumulatisi nel corso degli anni. In base alla persona con cui è in contatto, ella consulta un testo, decodifica il messaggio e lo trasmette.

Se i direttori vogliono parlarsi direttamente, non ne hanno quasi mai la possibilità. È ben vero che sono collegati telefonicamente, ma il loro apparecchio funziona solo in caso di

bel tempo, e in rarissime occasioni di calma e di silenzio. Dato che queste condizioni si verificano di rado, essi si scambiano i messaggi tramite il centralino, cioè l'ufficio della segretaria dattilografa.

Avendo ognuno il proprio codice, alla segretaria spetta di decifrarli e ricodificarli. Questo lavoro di trascrizione in codici diversi si trova quindi affidato a un'impiegata che non ha alcun interesse o coinvolgimento negli affari, e che non vede l'ora di tornarsene a casa non appena finito il lavoro quotidiano. Il suo lavoro di decifrazione dipende dall'istruzione ricevuta: infatti le dattilografe possono avere formazioni diverse, e mentre una può essere un po' balorda, un'altra invece può dimostrarsi una gran donna d'affari. Nell'ufficio però c'è una prassi ben stabilita cui la segretaria deve attenersi. Quando traduce un certo codice, ella deve usare l'adatto modulo già predisposto; ciononostante, ella finisce sempre per servirsi dei moduli di uso più frequente che si trovano a portata di mano.

Il suo è uno di quegli uffici moderni in cui il lavoro di segreteria è grandemente facilitato. Raramente l'impiegata è costretta a servirsi della macchina per scrivere, perché a sua disposizione ci sono numerose invenzioni automatiche e semiautomatiche. Per esempio, per ogni tipo di richiesta ci sono delle etichette già pronte per l'uso.

E poi, naturalmente, bisogna tener conto del tipico carattere di quasi tutte le dattilografe, che sono generalmente delle ragazze dall'animo romantico, dedite alla lettura di romanzi e alla cura della corrispondenza personale. Solitamente, una segretaria è civettuola. E anche la nostra si guarda continuamente allo specchio, s'incipria, ed è tutta presa dai propri problemi, poiché i capi non si fanno quasi mai vedere. Spesso le succede di non capire esattamente ciò che le dicono, per cui apre distratamente il cassetto sbagliato e prende un modulo al posto di un altro. Ma che importa? I direttori vengono così di rado!

I direttori, che sono soliti parlarsi attraverso di lei, usano lo stesso sistema per comunicare con l'esterno. Tutto ciò che entra ed esce dev'essere decodificato e ricodificato. La segretaria, che decifra ogni comunicazione tra i direttori rimetten-

dola in codice prima di inviarla a destinazione, fa la stessa cosa con la corrispondenza in arrivo: se è indirizzata a un direttore, essa deve trasmettergliela nel codice appropriato. Ma poiché commette spesso degli errori, trascrivendo dei messaggi col codice sbagliato, il direttore che li riceve non ci capisce un'acca. Questo, approssimativamente, è il quadro del nostro stato abituale.

L'ufficio è il nostro apparato formatore, mentre la segreteria è la nostra educazione, con le sue concezioni automatiche, le sue formule ristrette, con le teorie e le opinioni che si sono formate in noi. La ragazza non ha nulla in comune coi centri, e nemmeno con l'apparato formatore: però lavora in quell'ufficio, con le mansioni che vi ho appena spiegato. L'educazione non ha nulla a che vedere coi centri. Al bambino si insegna così: «Se qualcuno ti porge la mano, devi comportarti in questo modo». Tutto ciò è puramente meccanico. In "questo" caso devi fare "quello". E le cose, una volta fissate, non cambiano più. L'adulto non è diverso. Se qualcuno gli pesta un collo, reagisce sempre allo stesso modo. Gli adulti sono come i bambini, e i bambini sono come gli adulti: tutti quanti reagiscono. Dovessero passare mille anni, la macchina funziona e funzionerà sempre nella stessa maniera.

Coll'andar del tempo, migliaia di schede si accumulano sugli scaffali dell'ufficio. Più è lunga la vita di un uomo, più è grande il cumulo di schede. Le schede dello stesso tipo vengono messe in un unico armadio, e quando arriva una richiesta d'informazioni, la segretaria comincia a cercare quella giusta. Allora prende le schede dall'armadio, le passa in rassegna e le estrae fino a trovare quella buona. Molto dipende dall'accuratezza della segretaria e dall'ordine in cui tiene i suoi schedari. Alcune segretarie sono metodiche, altre no. Alcune li tengono a posto, altre no. Una metterà una richiesta d'informazioni nel cassetto sbagliato, l'altra no. Una troverà subito le schede giuste, un'altra dovrà cercare a lungo, e, nel passarle, le metterà tutte in disordine.

I nostri cosiddetti pensieri non sono altro che queste formule fisse estratte dai classificatori. Quelli che chiamiamo pensieri non sono pensieri. Noi non abbiamo pensieri: abbia-

mo varie etichette, alcune brevi, altre concise, altre lunghe, ma nient'altro che etichette. Queste etichette vengono trasferite da un posto all'altro. Le richieste provenienti dall'esterno sono ciò che noi riceviamo sotto forma di impressioni. Ma le richieste non vengono solo dall'esterno, provengono anche da diversi punti interni. E tutto dev'essere messo in codice.

Questo caos è ciò che chiamiamo pensieri e associazioni. Nello stesso tempo, un uomo ha veramente dei pensieri. Ogni centro pensa. Questi pensieri, quando esistono, e se riescono a raggiungere l'apparato formatore, vi arrivano soltanto sotto forma di impulsi, e vengono quindi ricostruiti: ma la ricostruzione è puramente meccanica.

Questo processo, però, si verifica solo nei casi migliori, poiché, di solito, alcuni centri sono quasi inabilitati a entrare in contatto con l'apparato formatore. A causa dei collegamenti difettosi, i messaggi o non vengono trasmessi, o vengono trasmessi in modo deformato. Questo non significa che non esistano pensieri. In tutti i centri il lavoro prosegue, ci sono pensieri e associazioni, ma tali associazioni non arrivano all'apparato formatore e quindi non vengono manifestate. I pensieri non possono nemmeno prendere la direzione inversa, cioè andare dall'apparato formatore ai centri, e per la stessa ragione non possono raggiungere i centri dall'esterno.

Tutti quanti non possono raggiungere i centri dall'esterno. Tanto nella quantità di materiale che essi contengono. Un uomo ne ha di più, un altro di meno: tutti hanno del materiale, solo la quantità è diversa. I centri, però, sono uguali per tutti.

L'uomo, quando nasce, è come un armadio o un magazzino vuoto: da quel momento, comincia ad accumularsi del materiale. La macchina funziona per tutti nello stesso modo; le proprietà dei centri sono identiche, ma le loro relazioni, i loro rapporti reciproci sono più o meno sensibili, grossolani o sottili, secondo la loro natura e le condizioni di vita.

Il canale di collegamento più primitivo e più accessibile è quello tra il centro motore e l'apparato formatore. Esso è il più grossolano, il più "udibile", il più immediato, il più massiccio e il migliore di tutti. È come un grosso tubo (parlo del

canale, e non del centro). È quello che si forma più rapidamente e che si riempie più in fretta.

Il secondo è il collegamento col centro sessuale.

Il terzo, il collegamento col centro emozionale.

Il quarto, il collegamento col centro intellettuale.

La quantità di materiale scambiato e la qualità funzionale di questi canali seguono la suddetta gradazione. In tutti gli uomini esiste e funziona il primo canale: le associazioni passano e si manifestano nel centro motore. Il secondo canale, quello legato al centro sessuale, esiste nella maggioranza degli uomini, e questa maggioranza vive tutta la vita unicamente con questi due centri: tutte le loro percezioni e manifestazioni hanno origine nei centri motore e sessuale. Gli uomini il cui centro emozionale è collegato all'apparato formatore sono una minoranza. Per costoro, durante tutta la vita, ogni manifestazione passa attraverso il centro emozionale. E infine, quasi nessuno ha in funzione il collegamento col centro intellettuale.

Volendo classificare le manifestazioni vitali dell'uomo in base alla loro qualità e origine, si trovano le seguenti proporzioni: il 50% delle manifestazioni vitali e delle percezioni appartengono al centro motore, il 40% al sesso, e il 10% al centro emozionale. Ciononostante, sembriamo attribuire un immenso valore alle manifestazioni del centro emozionale, considerandole sublimi, e designando con nomi roboanti il loro flusso e riflusso.

D'altra parte, quello descritto prima non è che il caso più fortunato. Per noi, le cose stanno molto peggio. Considerando il valore reale, il centro intellettuale è di qualità 1, il centro emozionale di qualità 2, il centro sessuale di qualità 3, e il centro motore di qualità 4. Ne consegue che, nel migliore dei casi, noi abbiamo un pochino della seconda qualità, qualcosa in più della terza e molto della quarta. In realtà, però, più di tre quarti delle nostre manifestazioni vitali e delle nostre percezioni avvengono *senza alcun collegamento*, unicamente per il tramite di quell'impiegata a stipendio fisso che, una volta uscita, si lascia dietro soltanto una macchina.

Ho cominciato con un argomento e ho finito per trattar-

ne un altro. Ritorniamo a ciò che volevo dire sull'apparato formatore.

Ignoro per quale motivo coloro che assistono alle mie conferenze chiamano centro tale apparato. Ma per capire i punti successivi è necessario chiarire bene ch'esso non è un centro. Per quanto situato nel cervello, è un semplice organo.

Ogni cervello ha un'esistenza determinata, indipendente, specifica, e in base alla qualità della propria materia, può essere definito un'entità individuale, un'anima.

Dal punto di vista della materialità, e in base alla legge di coesione, l'apparato formatore è di natura organica. Le associazioni, le influenze, e l'esistenza stessa dei centri sono di natura psichica, mentre tutte le proprietà, le qualità e l'esistenza dell'apparato formatore sono organiche.

A chi ha già sentito parlare delle diverse densità di intelligenza, posso dire che il centro sessuale e il centro motore hanno ciascuno una propria densità d'intelligenza, mentre l'apparato formatore ne è privo. Le azioni e le reazioni dei centri sono di ordine psichico, mentre nell'apparato formatore sono di ordine materiale. Di conseguenza, i nostri cosiddetti pensieri, se la causa e l'effetto del pensare si trovano nell'apparato formatore, sono materiali.

Per quanto siano vari e brillanti, qualunque etichetta portino, qualunque aria si diano, di qualunque titolo si fregino, i nostri pensieri hanno un valore puramente materiale. E materiali sono, per esempio, il pane, il caffè, il fatto che qualcuno mi abbia pestato un callo, guardare davanti o di lato, grattarmi la schiena, e così via.

Se questo stimolo materiale, per esempio il dolore del callo al piede, non esistesse, non ci sarebbe pensiero.

che pensiero a una parola ??

CORPO, ESSENZA E PERSONALITÀ

Parigi, agosto 1922

Quando nasce un uomo, con lui nascono tre diverse macchine che continueranno a svilupparsi fino alla morte. Queste macchine non hanno nulla in comune una con l'altra: sono il corpo, l'essenza e la personalità. La loro formazione non dipende affatto da noi. Il loro futuro sviluppo, lo sviluppo di ciascuna separatamente, dipende dai dati che l'uomo porta in sé e da quelli circostanti, come l'ambiente, il modo di vita, le condizioni di tempo e luogo ecc.

Per il corpo, questi dati sono costituiti dai fattori ereditari, dalle condizioni geografiche, dal cibo e dal movimento. Essi non toccano la personalità.

La personalità di un uomo si forma nel corso della vita, e si forma esclusivamente a partire da ciò che egli ha occasione di ascoltare e di leggere.

L'essenza è puramente emozionale. Inizialmente, essa è il risultato dei fattori ereditari che precedono la formazione della personalità e, più tardi, è il risultato dell'ulteriore influenza delle sensazioni e dei sentimenti tra i quali l'uomo vive e si sviluppa.

Lo sviluppo delle tre macchine comincia il giorno stesso della nascita, e tutte tre si sviluppano in maniera indipendente le une dalle altre. Per esempio, può darsi che il corpo inizi la vita in condizioni favorevoli, su un terreno sano, e che, di conseguenza, sia coraggioso. Ma questo non significa necessariamente che l'essenza abbia la stessa caratteristica. Pur crescendo nelle medesime condizioni, l'essenza può essere debole e paurosa. Un uomo può avere un corpo coraggioso contrapposto a un'essenza vigliacca. Lo sviluppo dell'essenza non segue necessariamente quello del corpo. Un uomo può

essere grande e grosso, e tuttavia pauroso come un coniglio.

Il centro di gravità del corpo, la sua anima, è il centro motore. Il centro di gravità dell'essenza è il centro emozionale, e il centro di gravità della personalità è il centro intellettuale. L'anima dell'essenza è il centro emozionale. Come un uomo può avere un corpo pieno di forza e un'essenza codarda, così la personalità può essere coraggiosa e l'essenza timorosa. Prendete, ad esempio, un uomo di buon senso. Esso è istruito, e sa che possono verificarsi delle allucinazioni che non sono reali. La sua personalità non le teme, ma la sua essenza sì. Se la sua essenza assiste a un fenomeno di quel tipo, non può impedirsi di esserne spaventata. Lo sviluppo di un centro non dipende da quello di un altro, e un centro non può trasmettere all'altro il proprio materiale.

È impossibile affermare categoricamente che un uomo è fatto in un certo modo. Uno dei suoi centri può essere spavaldo, l'altro timido; uno buono, l'altro cattivo; uno sensibile, l'altro rozzo; uno generoso, l'altro esitante o addirittura incapace di dare. Per questo motivo è impossibile dire: buono, coraggioso, forte o cattivo.

Come abbiamo già detto, ognuna delle tre macchine rappresenta l'intera catena, l'intero sistema in relazione all'una, all'altra, alla terza.

Di per sé, ogni macchina è assai complicata, ma la sua messa in moto è molto semplice. Quanto più sono complicate le parti della macchina, tanto meno numerose sono le leve di comando. Tuttavia il loro numero può variare da una macchina umana all'altra: in una più elevato, in un'altra più ridotto.

Durante la vita, una macchina può fabbricarsi molte leve per la sua messa in moto, mentre un'altra ne formerà pochissime. Il tempo destinato alla formazione delle leve è limitato, e a sua volta dipende da fattori ereditari e da condizioni geografiche. Mediamente, le leve si costituiscono nei primi sette od otto anni di vita. In seguito, fino all'età di quattordici o quindici anni, si possono ancora verificare delle variazioni. Ma dopo i sedici o diciassette anni, più nessuna leva può essere formata o modificata, e da quel momento potranno agire soltanto le leve già formate in precedenza. Così vanno

le cose nella normale vita ordinaria, e per quanto l'uomo possa pensare e farsi venire il fiato grosso, non cambierà una virgola. Lo stesso vale per la sua capacità di apprendimento. Si possono imparare delle novità fino all'età di diciassette anni; in seguito, si può soltanto "imparare" tra virgolette, ossia riscaldare la stessa minestra. A prima vista, sembra difficile ammettere questo fatto.

Ogni uomo, con le sue leve, dipende dai dati ereditari, dal luogo, dall'ambiente sociale, e dalle circostanze nelle quali è nato e cresciuto. Il lavoro dei tre centri, o "anime", è simile: pur avendo strutture diverse, le manifestazioni sono le stesse.

Prendiamo l'esempio del corpo, la macchina che ci è più accessibile.

Al momento della nascita, questo cervello è completamente vergine. Come un nastro da registrazione, esso ha la proprietà di registrare qualsiasi cosa. All'inizio, fino ai tre mesi, è sensibilissimo; dopo i quattro mesi, comincia a esserlo un po' meno; dopo il primo anno, ancora meno. All'inizio si può sentire persino il rumore della respirazione; dopo una settimana, una conversazione a bassa voce si percepisce già a stento. La stessa cosa vale per il cervello umano, che inizialmente è molto ricettivo: ogni nuovo movimento, pianto, grido, riso, tosse, viene registrato. In ogni uomo, l'incisione avviene in maniera diversa, soggettiva. Col passar del tempo, ogni cervello, la cui sensibilità va via via diminuendo, finisce per perdere completamente la capacità di registrare. Di conseguenza, l'incisione di nuovi movimenti e di nuovi atteggiamenti si blocca completamente. Ciò che ha avuto il tempo di venir registrato costituisce il repertorio di atteggiamenti che resta a disposizione per tutta la vita. Come risultato, un certo uomo disporrà di molti atteggiamenti, un altro ne avrà pochissimi. Per esempio, un uomo può aver acquisito cinquantacinque atteggiamenti nel periodo di possibile registrazione. Un altro invece, pur vivendo nelle stesse condizioni, ne avrà acquisiti duecentocinquanta. Tali atteggiamenti, ovvero leve, si formano in ogni centro secondo le stesse leggi, e vi restano per tutta la vita; essendo in numero limitato, qualunque cosa un uomo faccia, utilizzerà sempre gli stessi. Qualunque parte egli voglia soste-

nere, deve servirsi di una combinazione degli atteggiamenti già acquisiti, perché non ne può assumere altri. Nella vita ordinaria, è impossibile che si formino nuovi atteggiamenti.

In che modo queste leve mettono in movimento un centro, ovvero in che modo un centro si manifesta?

Prendiamo, ad esempio, un uomo che si senta stanco. Con ciò, il primo impulso è già dato: meccanicamente scatta una certa posa. Altrettanto meccanicamente, questa ne coinvolge un'altra e la fa scattare; quest'ultima ne sollecita una terza, la terza una quarta, e così via. Il centro si mette a vivere, agisce cioè si manifesta. Le associazioni del corpo sono di questo tipo; ma gli atteggiamenti delle altre macchine scattano nello stesso modo.

La differenza tra il sonno e lo stato di veglia del corpo consiste proprio nel fatto che, durante il sonno, uno stimolo proveniente dall'esterno non suscita risposte, cioè non produce associazioni nel cervello corrispondente.

Oltre alle manifestazioni delle macchine centrali che funzionano autonomamente, cioè il corpo, la personalità e l'essenza, abbiamo anche delle manifestazioni "senz'anima", che si producono al di fuori dei centri. Per capire questo fatto, è molto importante tenere presente che noi suddividiamo gli atteggiamenti del corpo e del sentimento in due categorie: la prima raggruppa le manifestazioni dirette di ogni centro; la seconda, le manifestazioni puramente automatiche che prendono origine al di fuori dei centri. Per esempio, il movimento con cui ora sto alzando il braccio ha origine nel centro motore. Ma in un'altra persona può aver origine al di fuori del centro. Supponiamo che nel centro emozionale si verifichi un processo di gioia, tristezza, oppressione o gelosia, e che tale processo coincida casualmente con un certo movimento fisico. In questo caso i due atteggiamenti daranno vita a un nuovo atteggiamento meccanico. In seguito, la persona in questione ripeterà quel movimento automaticamente, senza alcuna necessità.

Proprio in questo modo si acquisiscono facilmente delle abitudini che non hanno nulla a che vedere con il lavoro dei centri.

Quando ho parlato delle macchine, ho definito lavoro normale di un uomo quel tipo di manifestazione che implica l'attività dei tre centri contemporaneamente. Solo in questo caso si può parlare di manifestazione di un uomo.

Ma alcune persone, a causa della loro vita anormale, hanno delle altre leve, formatesi al di fuori dei centri, che provocano dei movimenti, indipendentemente dall'anima: e possono essere nella carne, nei muscoli, ovunque.

Se teniamo presente che l'uomo normale lavora coi tre centri simultaneamente, allora è chiaro che i movimenti, le manifestazioni e le percezioni dei singoli centri sono manifestazioni dei centri e non dell'uomo. Ogni centro ha la capacità di provare gioia, tristezza, freddo, caldo, fame o stanchezza. Questi atteggiamenti, o disposizioni, si trovano in ogni centro, e possono essere deboli, forti o di qualità diversa. Vedremo più avanti in che modo essi prendano origine in ogni singolo centro, e come si possa risalire al centro di appartenenza. Per il momento, c'è una cosa che non dovete dimenticare, e che voi stessi dovrete verificare: bisogna imparare a distinguere le manifestazioni dell'uomo dalle manifestazioni dei centri.

Quando la gente parla di un uomo, dice: «Quel tale è cattivo», «intelligente», «idiotta». Tutto ciò è "lui". Ma non può dire: è Giovanni o è Simone. Noi siamo abituati a dire "lui". Ma dovremmo dire "lui" nel senso di "lui" come corpo, "lui" come essenza, "lui" come personalità.

Supponiamo, ad esempio, di indicare l'essenza di un uomo con la cifra 3, che rappresenta il numero di atteggiamenti della sua essenza. Supponiamo che il numero di atteggiamenti del corpo sia 4, e della mente 6. Allora, se diciamo 6, non parliamo dell'uomo intero; l'uomo intero dev'essere valutato 13, poiché 13 è la somma delle sue manifestazioni, delle sue percezioni. Se si trattasse solo della mente, sarebbe 6. Ma è molto importante non valutarlo sulla base di 6, bensì sulla base di 13. È il totale che lo definisce. Un uomo dovrebbe poter raggiungere un totale, diciamo, di 30, mettendo insieme tutti gli elementi. Ma questa cifra si può ottenere solo se ogni centro possiede il giusto numero di atteggiamenti, per

esempio $12 + 10 + 8$. La somma di questi numeri rappresenta la manifestazione di un uomo normale, di un vero padre di famiglia. Dire che un centro deve necessariamente dare 12 significa che deve contenere altrettanti atteggiamenti. Se ne manca uno e si cala a 11, non si può ottenere il totale di 30. Se siamo d'accordo a chiamare uomo quello che raggiunge il totale di 30, allora un totale di 29 non fa un uomo.

Quando abbiamo parlato dei centri e del loro sviluppo armonico intendevamo dire che, per diventare un uomo del genere, per essere in grado di raggiungere il totale di cui abbiamo parlato, bisogna rispettare una condizione.

All'inizio abbiamo detto che i centri si formano indipendentemente uno dall'altro, e che tra di essi non c'è nulla in comune. Tuttavia è necessario che tra di essi si stabilisca una correlazione, perché il totale delle manifestazioni si ottiene non da uno solo, ma da tutti quanti presi insieme. Se 30 è il totale esatto di una vera manifestazione dell'uomo, e se 30 è il prodotto dei tre centri secondo una certa correlazione, allora è indispensabile che i centri rispettino quella correlazione.

Così dovrebbe essere, ma così non è. I centri sono isolati, non hanno una corretta relazione reciproca, e sono quindi disarmonici.

Per esempio, un uomo dispone di molti atteggiamenti in un centro, un altro in un altro centro. Se consideriamo ciascuno di essi separatamente, i totali saranno diversi. Se il principio stabilisce che dev'essere $12 + 10 + 8$, e se, invece di 12, c'è 0, il risultato è 18 e non 30.

Prendiamo una sostanza, per esempio il pane. Il pane richiede una proporzione ben determinata tra farina, acqua e fuoco. Otteniamo del pane solo se gli ingredienti sono nell'esatta proporzione. Altrettanto nell'uomo: ogni elemento deve apportare il proprio contributo in quantità e qualità corrispondenti. Se Giacomo ha molta farina, cioè molti atteggiamenti del corpo, ma non ha né acqua né fuoco, è soltanto farina e non pane, non un individuo. Ornella produce dell'acqua (sentimento), ha molti atteggiamenti emozionali. Ma non si può cavare del pane dall'acqua; di nuovo l'acqua, da sola, non serve a niente: il mare è pieno di acqua. Leopoldo

ha molto fuoco, ma non ha né farina né acqua: ancora una volta, la cosa non ha alcun valore. Se potessimo prenderli tutti tre insieme, il risultato sarebbe 30, un individuo. Così come sono, sono soltanto dei pezzi di carne; ma tutti tre insieme, in quanto a manifestazioni, darebbero 30. Prendiamo Ornella: potrebbe dire "io"? Dovrebbe dire "noi", e non "io". Ella produce solo acqua: eppure dice "io".

Ciascuna delle tre macchine si può considerare un uomo, e tutte tre sono fatte per adattarsi l'una all'altra. Un uomo è fatto di tre uomini. Ognuno ha un carattere diverso, una diversa natura, e soffre perché manca di corrispondenza con gli altri. Il nostro scopo è quello di organizzarli in modo da farli corrispondere. Ma prima di cominciare a organizzarli, e prima di pensare a una manifestazione che valga 30, sforziamoci di prendere coscienza che, dentro di noi, queste tre macchine sono veramente in disaccordo. Esse si ignorano. Non soltanto non si ascoltano l'una con l'altra, ma se una prega insistentemente un'altra di fare qualcosa, quest'altra, pur sapendo come si dovrebbe fare, o non può o non vuole farlo.

Dal momento che è tardi, dobbiamo rimandare il resto alla prossima volta. Nel frattempo, può darsi che abbiate imparato a fare!

ESSENZA E PERSONALITÀ

New York, 29 marzo 1924

Per capire meglio il significato della considerazione interiore ed esteriore, dovete rendervi conto che in ogni uomo ci sono due parti completamente separate, come se fossero due uomini differenti. Queste due parti sono l'essenza e la personalità.

L'essenza è io, i nostri caratteri ereditari, il nostro tipo, temperamento e natura.

La personalità è una cosa accidentale: l'educazione, l'istruzione, le opinioni, tutto ciò che è esteriore. Essa è come gli abiti che portate, è la vostra maschera, il risultato dell'educazione o dell'influenza dell'ambiente, le opinioni fatte di informazioni e di conoscenze che ogni giorno cambiano e si annullano a vicenda.

Oggi siete convinti di una cosa, ci credete, la volete. Domani, sotto un altro influo, le vostre credenze e i vostri desideri cambiano. Tutto il materiale che costituisce la vostra personalità può essere radicalmente modificato in brevissimo tempo, modificando, artificialmente o per caso, le condizioni circostanti.

L'essenza, invece, non cambia. Per esempio, io ho la pelle scura, e rimarrò come sono nato. È una cosa che appartiene al mio tipo.

Qui, quando parliamo di sviluppo e di cambiamento, parliamo dell'essenza. La nostra personalità resta una schiava: può essere modificata molto in fretta, anche in mezz'ora. Per esempio, con l'ipnosi si possono cambiare le vostre convinzioni, dal momento che vi sono estranee e non vi appartengono. Invece, ciò che costituisce l'essenza ci appartiene. Noi consideriamo sempre con l'essenza, meccanicamente. Ogni in-

fluenza suscita automaticamente la relativa considerazione.

Meccanicamente vi sono simpatico, e meccanicamente ricevete questa impressione di me. Essa però non viene da voi, non viene dalla coscienza, ma si fa automaticamente. Simpatia e antipatia è una questione di corrispondenza dei tipi. Interiormente vi sono simpatico, e benché la vostra ragione vi dica che non valgo niente e che non merito la vostra simpatia, non vi riesce di considerarmi antipatico. Oppure vi rendete conto che sono buono, ma siccome vi sto antipatico, tale resterò.

Tuttavia per l'uomo esiste la possibilità di non considerare interiormente. Per ora non vi è possibile perché la vostra essenza è una funzione. La nostra essenza è fatta di molti centri, ma la nostra personalità ne ha uno solo: l'apparato formatore.

Ricordatevi l'immagine della carrozza, del cavallo e del cocchiere. La nostra essenza è il cavallo. Ed è appunto il cavallo che non dovrebbe considerare. Ma anche se voi lo sapete, il cavallo, da parte sua, l'ignora, perché non capisce il vostro linguaggio. Non potete dargli degli ordini in proposito, né insegnargli a non considerare, a non reagire, a non rispondere.

Secondo quanto vi suggerisce la ragione, vorreste non considerare, ma prima di poter comunicare col cavallo, dovete imparare il suo linguaggio, la sua psicologia. Soltanto allora potrete fare ciò che desiderano la vostra ragione e la vostra logica.

Ma se cercate di educarlo adesso, nemmeno in cent'anni riuscirete a insegnargli o a cambiare qualcosa, e il vostro tentativo resterà un pio desiderio. Per il momento avete a disposizione due parole: "destra" e "sinistra". Quando tirate le redini il cavallo obbedisce, ma non sempre: soltanto quando ha la pancia piena. E se cominciate a fargli un lungo discorso, immaginando che vi capisca, quello continuerà semplicemente a occuparsi di scacciare le mosche con la coda.

Prima che la nostra natura si deteriorasse, i quattro elementi del tiro, cavallo, carrozza, cocchiere e padrone, erano una cosa sola; tutte le parti avevano una comprensione comu-

ne e lavoravano insieme; i momenti dello sforzo, del riposo e del nutrimento erano gli stessi.

Ma il linguaggio è stato dimenticato, e ogni parte separata vive da sola, isolata dalle altre. Eppure, in certe occasioni, sarebbe necessaria una collaborazione: ma è impossibile, dato che una parte vuole una cosa, e l'altra una cosa diversa.

Si tratta di ripristinare ciò che è andato perso, e non di acquisire qualcosa di nuovo. Questo è lo scopo dello sviluppo.

Per questo motivo, è indispensabile imparare a distinguere l'essenza dalla personalità, e imparare a separarle. Quando ne sarete capaci, allora vi sarà chiaro ciò che occorre cambiare, e come. Nel frattempo, avete una sola possibilità: studiare. Siete deboli, dipendenti, schiavi. Rompere di colpo le abitudini accumulate da anni è difficile. Più avanti vi sarà possibile sostituire alcune abitudini con altre. Anch'esse saranno meccaniche: l'uomo dipende sempre dalle influenze esterne. Però, alcune influenze sono degli ostacoli, altre no.

Per cominciare, è necessario preparare le condizioni per il lavoro. E le condizioni sono molte. Per ora, l'unica cosa che potete fare è osservare e raccogliere del materiale che sarà utile per il lavoro. Oggi non siete in grado di distinguere se le vostre manifestazioni, nel momento stesso in cui avvengono provengono dall'essenza o dalla personalità. Ma osservando con cura, potrete comprendere.

Mentre raccogliete il materiale, non potete osservarlo. Infatti l'uomo, ordinariamente, non dispone che di una sola attenzione, focalizzata su ciò che sta facendo. La mente non vede i sentimenti, e viceversa.

Per osservarsi, occorrono molte cose. Prima di tutto, la sincerità verso se stessi. È una cosa molto difficile: è molto più facile essere sinceri con un amico. L'uomo ha paura di vedere il male: se, per caso, guardandosi dentro profondamente, vede il male che ha in sé, allora scopre la propria nullità. Noi abbiamo l'abitudine di allontanare i pensieri che ci riguardano perché temiamo i rimorsi di coscienza. La sincerità è una chiave per aprire le porte attraverso cui una parte può osservarne un'altra. Tramite la sincerità, l'uomo può guardare le cose in faccia e vederle.

La sincerità verso se stessi è molto difficile, perché sull'essenza si è formata una crosta molto spessa. Ogni anno l'uomo indossa nuovi vestiti, si mette sul viso un'altra maschera. Poco alla volta bisogna levarsi tutto quanto, liberarsi, mettersi a nudo. Finché l'uomo non si espone alla luce, non può vedersi.

All'inizio del lavoro, c'è un esercizio molto utile per osservarsi e per raccogliere del materiale. L'esercizio consiste nel mettersi al posto di un altro, e dev'essere considerato un vero e proprio obbligo.

Faccio un esempio per spiegarvi meglio. Io so che per domani vi occorrono cento dollari, ma non li avete. Inutilemente vi siete dati da fare per trovarli. Siete molto preoccupati, e i vostri pensieri e i vostri sentimenti sono dominati da questo problema. Alla sera venite alla conferenza. Quei soldi occupano la metà del vostro essere. Siete distratti, nervosi. Se oggi vi rivolgo una parola spiacevole, andate su tutte le furie, mentre domani, quando avrete i soldi, forse ci riderete su. Se stasera vi vedo in collera, siccome so che non siete sempre in queste condizioni, cerco di mettervi al vostro posto. Chiedo a me stesso come agirei al vostro posto, se qualcuno fosse sgarbato con me. A forza di porvi il problema, non mi ci vorrà molto per capire che, se qualcuno è toccato o irritato da uno sgarbo, in quel momento ha sempre un motivo. E in poco tempo arriverò a capire che la gente è tutta uguale, e nessuno è sempre buono o sempre cattivo. Siamo tutti gli stessi e come cambio umore io, cambiano umore anche gli altri. Se comprendete queste cose, se ve le ricordate, se tenete a mente questo esercizio e lo mettete in pratica al momento opportuno, potrete osservare dentro di voi e intorno a voi un mucchio di cose che non avevate mai visto prima. Questa è la prima tappa.

La seconda tappa è la pratica della concentrazione. Con questo esercizio, potete raggiungere un altro obiettivo. L'osservazione di sé è molto difficile, ma può procurare del materiale considerevole. Se vi ricordate come vi manifestate, come reagite, come vi sentite, e che tipo di desideri avete, potrete imparare molto. In alcuni casi, vi sarà possibile ricono-

scere sul momento ciò che è della mente, ciò che è del sentimento e ciò che è del corpo.

Ogni parte è sottoposta a influenze diverse, e quando ci liberiamo da un'influenza, cadiamo sotto un'altra. Per esempio, io posso avere la mente aperta, ma non sono in grado di cambiare le emanazioni del corpo; il mio corpo risponde in modo diverso. L'uomo che mi sta seduto accanto mi infastidisce con le sue emanazioni. So che dovrei essere cortese, ma sento dell'antipatia nei suoi confronti. Ogni centro ha la propria sfera di emanazione, e talvolta non vi si può sfuggire.

Vi consiglio di combinare questo esercizio con l'osservazione di sé.

Purtroppo, noi ci scordiamo sempre tutto. Ci ricordiamo le cose solo quando è troppo tardi. Al momento opportuno, la vostra attenzione è occupata, per esempio, dal fatto che quell'uomo non vi garba, e non potete impedirvi di provare antipatia. Questa sensazione non va dimenticata, dev'essere registrata nella memoria. Il gusto di un'esperienza non dura a lungo. Senza attenzione, le manifestazioni vanno perdute. Dovremmo annotare tutto in memoria, altrimenti finiamo per dimenticare. E noi non vogliamo affatto dimenticare.

Ci sono cose che non si ripetono spesso. Se casualmente osservate una cosa, e non la affidate alla memoria, la perderete per sempre.

Se volete "scoprire l'America", dovete imprimervela nella memoria. Seduti nella vostra stanza non vi è possibile osservare nulla: è nella vita che occorre osservare. In camera vostra non potete sviluppare il padrone. Un uomo può essere forte in un monastero, ma debole nella vita, e noi abbiamo bisogno di forza per vivere. Per esempio, in un monastero un uomo può restare a digiuno per una settimana, ma nella vita non ci riesce nemmeno per tre ore. E allora, a che cosa gli sono serviti i suoi esercizi?

SEPARAZIONE DI SE STESSI DA SE STESSI

Prieuré, 28 febbraio 1923

DESIDERA DI RIGENERARSI

Finché un uomo non si separa da se stesso, non concluderà mai niente e nessuno potrà aiutarlo.

Essere padroni di se stessi è molto difficile; è un obiettivo del futuro, e richiede molta energia e molto lavoro. Ma la necessità primaria di separarsi da se stessi non richiede molta forza: richiede soltanto che lo si desideri, che lo si desideri seriamente, da persona adulta. Se un uomo non riesce a fare questa separazione, vuol dire che gli manca un desiderio da adulto. E allora questo non è il suo posto. Qui facciamo solo cose che si addicono a persone adulte.

Il nostro intelletto, la nostra mente, non ha nulla in comune con noi, con la nostra essenza: né relazione, né dipendenza. La nostra mente e la nostra essenza vivono ciascuna per conto proprio. "Separarsi da se stessi" significa che la mente deve restare separata dall'essenza. La nostra essenza è debole, e può cambiare a ogni momento per effetto di molte influenze: del cibo, dell'ambiente, dell'ora, del tempo che fa, e di molti altri fattori. Invece la mente è soggetta a pochissime influenze, e con il minimo sforzo può essere mantenuta nella direzione voluta. Un uomo, per quanto debole, può orientare la mente nella direzione voluta, mentre non ha alcun potere sulla propria essenza. Ci vuole un potere molto forte per dirigere l'essenza, mantenendola in una certa direzione (corpo o essenza, si tratta sempre dello stesso demonio).

L'essenza di un uomo può essere di buono o di cattivo umore, irritabile, allegra, triste, agitata o tranquilla, ma non dipende dall'uomo stesso: tutte queste reazioni avvengono autonomamente. Un uomo può essere di malumore perché ha mangiato qualcosa che non gli ha fatto bene.

A un uomo che non abbia già ottenuto determinati risultati, non si può chiedere nulla. Non ci si può aspettare più di quel che ha. Da un punto di vista molto pratico, un uomo non può essere ritenuto responsabile della propria situazione. Non è colpa sua se è diventato così. Quindi occorre tenerne conto, sapendo che non è possibile aspettarsi da un uomo debole delle cose che richiedono molta forza. Ciò che gli si chiede dev'essere in rapporto alla forza con cui può rispondere.

Ovviamente, la maggior parte dei presenti sono qui perché non hanno questa forza, e sono venuti appunto per procurarsela. Ciò significa che essi desiderano essere forti, e di conseguenza non ci si può attendere che lo siano già.

Però, in questo momento, mi riferisco a un altro aspetto di noi, cioè alla mente. Per quanto riguarda la mente, io so che ciascuno di voi ha forze sufficienti, e ognuno ha la capacità e il potere di agire diversamente da come agisce.

La mente è in grado di funzionare autonomamente, ma è anche soggetta a identificarsi con l'essenza, e a diventare una funzione. Nella maggioranza dei presenti, la mente non si sforza di essere indipendente, ma rimane puramente una funzione.

Per questo motivo, malgrado il tempo passato qui, malgrado lo stesso desiderio dimostrato in precedenza, la gente è rimasta a un livello inferiore a quello di un uomo della strada, di un uomo, cioè, che non ha mai avuto intenzione di fare qualcosa.

Ripeto: ogni uomo adulto, tutti coloro che ne hanno un reale desiderio possono raggiungere questa indipendenza della mente. Ma nessuno ci prova.

Come vi ho già detto, oggi non siamo in grado di controllare i nostri stati interiori, e quindi nessuno può pretendere da noi. Ma quando avremo questa capacità, ci si presenteranno nuove esigenze.

Perché possiate capire meglio ciò che intendo dire, vi farò un esempio. In questo momento sono calmo, non ho reazioni nei confronti di nulla e di nessuno, e decido di prendermi l'impegno di stabilire con M.B. delle buone relazioni, perché ne ho bisogno per i miei affari, e soltanto col suo aiuto posso

raggiungere i miei obiettivi. Ma M.B. non mi piace: è un uomo molto fastidioso, non capisce niente, è limitato, detestabile, insomma tutto ciò che volete. E io sono fatto in modo tale che queste sue caratteristiche mi toccano sul vivo. Mi basta guardarlo per diventare nervoso. E quando comincia con le sue idiozie, esco fuori dei gangheri. Non sono che un uomo, sono debole, e non riesco a convincermi che non è il caso di arrabbiarsi, di conseguenza, mi terrò la mia collera. Ciononostante, non mi è impossibile controllarmi: tutto dipende dalla fermezza con cui sono deciso a raggiungere lo scopo per il quale M.B. mi può essere utile. Se mantengo questa fermezza sarò in grado di controllarmi. Per quanto esasperato, terrò presente il mio obiettivo. Per quanto furioso e fuori di me, in un angolo della mente continuerò a ricordarmi il fine prefissato. La mia mente è incapace di tenermi a freno, è incapace di farmi provare qualcos'altro nei confronti di M.B., però è in grado di ricordare. Io dico a me stesso: «Hai bisogno di quest'uomo. Non ti irritare. Non essere villano nei suoi confronti». Anche se mi capitasse di insultarlo o di prenderlo a pugni, la mente, pur essendo incapace, da sola, di modificare alcunché, continuerebbe a richiamarmi all'ordine e a ripetermi che non devo reagire in quel modo.

Così può fare chiunque desideri veramente non identificarsi con la propria essenza, e questo precisamente si intende con «separare la mente dall'essenza».

Cosa succede quando la mente diventa semplicemente una funzione? Quando sono irritato o perdo la pazienza, penso, o meglio «si pensa», attraverso questa contrarietà, e vedo tutto quanto sotto questa luce. Al diavolo!

Io sostengo che un uomo serio, un uomo semplice, ordinario, senza poteri particolari, ma adulto, qualunque cosa decida, qualunque impegno si prenda, terrà sempre a mente questo impegno. Anche se non potrà realmente mantenerlo, l'avrà fisso in testa. Anche se sarà influenzato da altre considerazioni, la sua mente non se ne dimenticherà. Quest'uomo ha un dovere da compiere e, se è onesto, cercherà di riuscirci perché è un uomo adulto.

Nessuno può facilitargli questo «richiamo», questa separa-

zione di sé da se stesso. Ogni uomo deve farlo da sé. Quando avrà realizzato questa separazione, allora qualcun altro potrà aiutarlo, e soltanto allora l'Istituto potrà essergli utile, se è vero che è venuto all'Istituto in cerca di questo aiuto.

Vi ricorderete senz'altro quanto è stato detto nelle conferenze precedenti a proposito di ciò che un uomo desidera. Posso tranquillamente affermare che la gran parte di quelli che sono qui in questo momento non sanno quel che vogliono e non sanno perché sono qui. Non hanno un desiderio fondamentale. A ogni istante desiderano qualcosa, ma in loro "si" desidera.

Ho appena fatto l'esempio del desiderio di farmi prestare dei soldi da M.B. Posso ottenere ciò che voglio solo mettendo questo desiderio al primo posto, facendone la cosa più importante. Se ciascuno di voi desidera qualcosa e l'Istituto ne è a conoscenza, allora vi si potrà dare un aiuto. Ma se un uomo ha un milione di desideri senza che uno predomini, allora non ne verrà soddisfatto nessuno: infatti, ci vogliono degli anni perché un singolo desiderio si realizzi, figuriamoci un milione...

È vero che non è facile volere, ma la mente deve sempre ricordarsi ciò che vuole.

Tra un bambino e un adulto, l'unica differenza sta nella mente. Entrambi hanno tutte le debolezze, a cominciare dall'avidità, dalla suscettibilità, dall'ingenuità. Nel bambino come nell'adulto si trovano le stesse cose: amore, odio e tutto il resto. Le funzioni sono le stesse, la ricettività è la stessa, l'uno e l'altro agiscono per reazione e sono soggetti a paure immaginarie. Insomma, non c'è differenza. L'unica differenza sta nella mente. Noi abbiamo più materiale, più logica di un bambino.

Facciamo un altro esempio. A mi ha dato dell'imbecille. Io ho perso la calma e gli sono saltato addosso: proprio come fa un bambino. Ma una persona adulta, provando la stessa rabbia, non arriva alle mani. Riesce a trattenersi, perché se fa a botte interviene la polizia, ed egli ha paura di ciò che può pensare la gente. La gente potrebbe dire: «Quest'uomo non sa controllarsi». Oppure io mi trattengo per timore che doma-

ni A. non vorrà più saperne di me, mentre io ho bisogno di lui per il mio lavoro. Insomma, mi passano per la testa migliaia di pensieri: che riescano o non riescano a fermarmi, è un altro conto, tuttavia esistono.

Un bambino non ha logica, non ha materiale, e quindi la sua mente non è che una funzione. La sua testa non si ferma a pensare. Nel bambino, "si" pensa, in questo caso particolare, "si pensa" coi colori dell'odio, che in altre parole significa identificazione.

Non ci sono confini netti tra il bambino e l'adulto. Il numero di anni non implica la maturità. Un uomo può vivere cent'anni, ma restare un bambino. Può avere la statura di un adulto ed essere solo un bambino, se siamo d'accordo a definire "bambino" chi non ha una logica mentale indipendente. Un uomo può essere considerato adulto solo se la sua mente ha acquisito tale capacità. Da questo punto di vista, si può affermare che l'Istituto è riservato agli adulti. Solo gli adulti possono trarne profitto. In realtà, un bambino o una bambina di otto anni possono essere adulti, mentre un uomo di sessant'anni può essere un bambino. L'Istituto non può far diventare adulti: bisogna essere adulti già prima di venire qui. Coloro che si fermano all'Istituto devono essere adulti, intendendo adulti non nell'essenza, ma nella mente.

Prima di procedere oltre, è necessario definire bene che cosa ciascuno di voi desidera, e che cosa può dare all'Istituto. Da parte sua, l'Istituto può dare molto poco. Il programma dell'Istituto, il suo fine, le sue possibilità si possono definire in poche parole: l'Istituto può aiutare a diventare capaci di essere cristiani. È semplice! Ecco tutto! L'Istituto può assolvere questo compito solo se un uomo ne ha il desiderio, e un uomo ne ha il desiderio solo se ha fatto posto in sé a un desiderio permanente.

Prima di averne la capacità, bisogna averne il desiderio. Ci sono tre tappe: desiderare, essere capaci, essere.

L'Istituto è la tappa intermedia. Al di fuori dell'Istituto, si può desiderare e si può essere. Qui, è possibile diventare

capaci. Gran parte di quelli che son qui si dicono cristiani. In pratica, sono tutti dei "cristiani" tra virgolette. Cerchiamo di esaminare questo problema da persone adulte.

Dottor X, lei è cristiano? Che ne pensa, si dovrebbe amare il prossimo, od odiarlo? Ma chi è in grado di amare da cristiano? Allora essere cristiani è impossibile. Il cristianesimo implica molte cose; ne abbiamo presa una sola a titolo di esempio. Chi mai è in grado di amare od odiare a comando? Eppure l'insegnamento cristiano dice proprio che bisogna amare gli uomini. Ma è impossibile.

Tuttavia è verissimo che bisogna amare. Prima bisogna esserne capaci, poi si può amare. Disgraziatamente, con l'andar del tempo, i cristiani hanno adottato la seconda parte di questo insegnamento, e cioè amare, e hanno perso di vista la prima, cioè la religione che avrebbe dovuto precederla. Ma è semplicemente assurdo che Dio esiga dall'uomo ciò che l'uomo non è in grado di fare.

La metà del mondo è cristiana, l'altra metà segue altre religioni. Per me, in quanto uomo di buon senso, non fa alcuna differenza: le altre religioni sono uguali a quella cristiana. Si potrebbe dire che tutto il mondo è cristiano, anche se i nomi sono diversi. Il mondo è cristiano non da ieri, ma da migliaia di anni: i cristiani esistevano molto tempo prima del cristianesimo. Allora il buon senso mi dice: gli uomini sono cristiani da tantissimi anni, come possono essere così insensati da pretendere l'impossibile?

Ma la realtà è ben diversa. Le cose non sono sempre andate così. È solo da poco tempo che gli uomini hanno dimenticato la prima parte dell'insegnamento. E poiché l'hanno dimenticata, hanno perduto lo strumento che avevano a disposizione per diventare capaci di amare. E la cosa per loro è diventata davvero impossibile.

Ognuno si chieda semplicemente e francamente se è in grado di amare tutti gli uomini. Se ha bevuto il caffè, ama. Altrimenti non ama. Come si può definire cristiano un comportamento del genere?

In passato, non tutti gli uomini erano considerati cristiani. In una medesima famiglia, alcuni erano chiamati cristiani

altri pre-cristiani, altri ancora "non-cristiani". Di conseguenza, in seno alla stessa famiglia potevano trovarsi dei membri della prima, della seconda e della terza categoria. Ma oggi tutti si dicono cristiani. È infantile, disonesto, sconsiderato e anche riprovevole portare questo nome in modo ingiustificato. Un cristiano è un uomo in grado di osservare i comandamenti.

Un uomo che sia capace, con la mente e l'essenza contemporaneamente, di adempiere a tutto ciò che si richiede a un cristiano è chiamato cristiano senza virgolette. Un uomo che con la mente desideri adempiere a ciò che si richiede a un cristiano, ma sia in grado di praticarlo solo con la mente e non con l'essenza, è chiamato pre-cristiano. E un uomo che non sia in grado di far nulla, nemmeno con la mente, è chiamato non-cristiano.

Cercate di comprendere ciò che ho voluto comunicarvi. Fate in modo che la vostra comprensione diventi più ampia e più profonda.

L'ESERCIZIO DELLO "STOP"

Parigi, 6 agosto 1922

L'esercizio dello "stop" è obbligatorio per tutti gli allievi dell'Istituto. In questo esercizio, al comando "stop", o al segnale convenuto in precedenza, ogni allievo, ovunque si trovi e qualunque cosa stia facendo, deve istantaneamente interrompere ogni movimento. Che sia nel bel mezzo dei movimenti ritmici, o nella vita ordinaria che si svolge all'Istituto, che sia al lavoro o a tavola, l'allievo deve non soltanto bloccare i movimenti, ma conservare l'espressione del viso, il sorriso, lo sguardo e la tensione di ogni muscolo del corpo esattamente come si trovavano al momento dello "stop". Esso deve immobilizzare gli occhi sul punto fissato al momento del comando. Durante questo stato di movimento sospeso, l'allievo deve anche arrestare il corso dei pensieri, non ammettendone categoricamente nessun altro. Egli deve concentrare tutta la sua attenzione per osservare la tensione dei muscoli nelle varie parti del corpo, dirigendo questa attenzione da una parte all'altra, badando che la tensione muscolare resti la stessa, senza mai aumentare o diminuire.

L'uomo che resta immobile dopo essere stato fermato in questo modo non è "in posa". Molto semplicemente, è avvenuta l'interruzione del movimento di passaggio da una posa all'altra.

Di solito, noi passiamo così rapidamente da una posa all'altra, che ci sfuggono gli atteggiamenti assunti in questo passaggio. L'esercizio dello "stop" ci consente di vedere e di percepire il corpo in posizioni e atteggiamenti che non gli sono affatto abituali e naturali.

Ogni razza, ogni nazione, ogni epoca, ogni paese, ogni classe e ogni professione possiedono un numero limitato di

pose caratteristiche da cui non si discostano mai, e che rappresentano lo stile particolare di quell'epoca, di quella razza o di quella professione.

Ogni uomo, secondo il proprio carattere individuale, prende in prestito da quello stile un certo numero di pose che gli corrispondono e, di conseguenza, ogni individuo possiede un repertorio di pose estremamente limitato. È facile verificare quest'affermazione, per esempio, in un'opera d'arte di bassa qualità, in cui l'artista, abituato a esprimere meccanicamente lo stile di un'epoca e i movimenti di una razza o di una classe, cerca di raffigurare un'altra razza o un'altra classe.

Esempi del genere abbondano sui giornali illustrati, dove spesso vediamo degli orientali raffigurati in movimenti e atteggiamenti da soldati inglesi, oppure dei contadini raffigurati in gesti e pose da cantanti d'opera.

Lo stile dei movimenti e delle pose di ogni epoca, di ogni razza e di ogni classe è indissolubilmente legato a determinate forme di pensiero e di sentimento. E il legame è così stretto, che un uomo non può cambiare né la forma dei pensieri né quella dei sentimenti, se non cambiando il proprio repertorio di pose.

Le forme dei pensieri e dei sentimenti possono essere definite "pose" del pensiero e del sentimento. Ogni uomo, come ha un determinato numero di pose motorie, ha un determinato numero di pose intellettuali ed emozionali. E le pose fisiche, intellettuali ed emozionali sono tutte interdipendenti. Per questo motivo un uomo non può mai scostarsi dal proprio repertorio di pose intellettuali ed emozionali, a meno di non cambiare le pose fisiche.

L'analisi psicologica e lo studio delle funzioni psicomotorie, se condotti in maniera appropriata, dimostrano che ogni nostro movimento, volontario o involontario, è una transizione inconsapevole da una posa automaticamente fissata a un'altra, anch'essa automatica. Che i nostri movimenti siano volontari è un'illusione; in realtà, sono automatici. E i nostri pensieri e sentimenti sono anch'essi automatici. L'automatismo dei pensieri e dei sentimenti è strettamente legato all'automatismo dei movimenti. Non si può cambiare l'uno senza

l'altro. E se, per esempio, l'attenzione di un uomo viene mobilitata per cambiare l'automatismo del pensiero, i suoi movimenti abituali e le sue pose ostacoleranno questo nuovo modo di pensare, provocando le solite vecchie associazioni.

Noi non ci accorgiamo fino a che punto le funzioni intellettuali, emozionale e motoria siano interdipendenti, ma possiamo facilmente constatare la dipendenza dei nostri umori e dei nostri stati emotivi dai movimenti e dalle pose che ci caratterizzano. Se un uomo assume una posa che per lui corrisponde a un sentimento d'angoscia o di depressione, molto rapidamente proverà davvero un sentimento d'angoscia o di depressione. La paura, l'indifferenza, l'avversione ecc. possono essere suscitate cambiando artificialmente le pose.

Poiché tutte le funzioni dell'uomo, intellettuale, emozionale e motoria, posseggono il proprio repertorio di pose e interragiscono costantemente, ne consegue che un uomo non può mai uscire dal proprio repertorio.

I metodi di lavoro dell'Istituto per lo sviluppo armonico dell'Uomo offrono la possibilità di spezzare il cerchio degli automatismi già radicati, e uno di questi mezzi, specialmente all'inizio del lavoro su di sé, è l'esercizio dello "stop". Uno studio non meccanico di se stessi è possibile solo grazie alla corretta applicazione dell'esercizio dello "stop".

Il movimento già iniziato viene interrotto da un ordine o da un segnale improvviso. Il corpo si immobilizza e resta fermo al momento del passaggio da una posa all'altra, in un atteggiamento mai assunto nella vita ordinaria. Un uomo che si percepisca in questo stato, cioè nello stato dovuto a una posa insolita, può guardarsi da un nuovo punto di vista, e può vedersi e osservarsi come non ha mai fatto prima. In una posa che non gli è abituale, egli può pensare in modo nuovo, sentire in modo nuovo e conoscersi in modo nuovo. Il cerchio dei vecchi automatismi è spezzato. Il corpo lotta invano per riprendere la solita posa in cui si sente a proprio agio: la volontà dell'uomo, mobilitata dal comando: "stop!", vi si oppone. Lo "stop" è un esercizio rivolto simultaneamente alla volontà, all'attenzione, al sentimento, al pensiero e al movimento.

Ma è importante capire che per attivare la volontà con una forza sufficiente a bloccare un uomo in una posa inabituale è indispensabile che il comando "stop!" venga dall'esterno.

Un uomo non può dare a se stesso l'ordine "stop!" poiché la sua volontà non ubbidirebbe. Il motivo è dovuto al fatto che la combinazione delle solite pose intellettuali, emozionali e motorie è più forte della volontà.

Il comando "stop!" proveniente dall'esterno prende il posto delle pose intellettuali ed emozionali e, a quel punto, le pose motorie si sottomettono alla volontà.

I TRE POTERI

Prieuré, 23 maggio 1923

L'uomo ha tre tipi di poteri, ognuno con la propria natura indipendente, con le proprie leggi e con la propria costituzione. Essi però hanno una sola e medesima origine.

Il primo è il cosiddetto potere fisico, la cui quantità e qualità dipendono dalla struttura della macchina umana e dalla natura dei suoi tessuti.

Il secondo è il cosiddetto potere psichico, la cui qualità dipende dal centro intellettuale dell'uomo e dal materiale ch'esso contiene. Ciò che si intende generalmente con "volontà", o altre simili nozioni, è una funzione di questo potere.

Il terzo è il cosiddetto potere morale, che dipende dall'educazione e dai caratteri ereditari.

I primi due, dal momento che si formano con molta facilità, possono essere facilmente modificati. Invece il potere morale è molto difficile da modificare, perché la sua formazione è di lunga durata.

Se un uomo ha un po' di buon senso e di sana logica, è sempre pronto a cambiare opinione e a modificare la propria "volontà". Ma cambiare la propria natura, la propria formazione morale, è possibile soltanto mediante una pressione prolungata.

Questi tre poteri sono tutti materiali. Le loro qualità e quantità dipendono dalla qualità e quantità di ciò che li produce. Un uomo ha più forza fisica se è più muscoloso. Per esempio, A. riesce a sollevare un peso maggiore di B. La stessa cosa vale per il potere psichico: dipende dai materiali e dai dati di cui l'uomo dispone.

Ugualmente, un uomo può avere un potere morale più forte se le condizioni della sua esistenza gli hanno permesso

di ricevere l'influenza di un certo numero di idee e di sentimenti, ivi compresa la religione. Così, per cambiare qualcosa, bisogna poter vivere a lungo.

Il potere fisico, il potere morale e il potere psichico sono relativi. Per esempio, si dice spesso che un uomo può cambiare. Ma egli è destinato a rimanere quel che è, quel che la natura l'ha fatto; se vuole aumentare la propria forza, tutto ciò che può fare è accumularla.

Il produttore di energia non può cambiare; ma, pur restando il medesimo, è possibile aumentarne il rendimento. Tutti e tre i poteri possono essere accresciuti mediante il risparmio e una spesa oculata. Se impariamo questo criterio, è già un bel risultato.

Risparmiando energia e imparando a spenderla bene, un uomo può diventare cento volte più forte di un atleta. Se J. sapesse come risparmiare e come spendere, ella a un certo punto sarebbe cento volte più forte di K., anche fisicamente. Così è per ogni cosa. L'economia può essere praticata anche in campo psichico e in campo morale.

Esaminiamo il potere fisico. Per esempio, oggi forse usate parole diverse e parlate di cose diverse rispetto a un tempo, ma non ce n'è uno tra voi che sappia come lavorare. Potreste lavorare con un rendimento cinque volte maggiore, e spendere dieci volte meno energia. Per esempio, quando B. usa il martello, dà le martellate con tutto il corpo. Supponendo che usi dieci libbre di forza, una libbra verrà spesa per il martello e le altre nove verranno sprecate inutilmente. Per avere un miglior risultato, il martello richiederebbe due libbre, ma B. gliene dà la metà. Invece di cinque minuti, gliene occorrono dieci. Quindi non lavora come si deve.

Voi sprecate un mucchio di forze inutilmente, non solo quando lavorate, ma anche quando siete inattivi.

Sedetevi nella mia posizione, stringete i pugni più forte che potete, e cercate di contrarre solo i muscoli per stringere i pugni. Come vedete, ognuno lo fa in maniera diversa. Uno ha contratto le gambe, un altro la schiena.

Con un po' di attenzione, potete farlo in maniera diversa dal solito. In ogni occasione, quando siete seduti, quando

siete in piedi, o quando siete sdraiati, imparate a contrarre il braccio destro o il braccio sinistro. [Rivolgendosi a M.] Si alzi, contragga il braccio, e mantenga rilassato il resto del corpo. Bisogna provare in pratica per capire cosa significa. Contraendo il braccio, cerchi di distinguere tra tensione e resistenza.

Adesso sto camminando senza tensione, preoccupandomi solo di conservare l'equilibrio. Se mi fermo, vacillo un po'. Ma ora voglio camminare senza usare alcuna forza. Mi limito a dare una spinta iniziale, il resto si fa per inerzia. In questo modo posso attraversare la stanza senza sprecare energia. Per riuscire in questo esercizio, dovete lasciare che il movimento si faccia da sé. Non dipende più da voi. Ho detto prima a qualcuno che il suo tentativo di regolare la velocità del passo è già una dimostrazione che sta tendendo i muscoli.

Cercate di rilassare tutto, eccetto le gambe, e camminate. Fate particolarmente attenzione a mantenere il corpo passivo lasciando però che la testa e il viso siano animati. La lingua e gli occhi devono parlare.

In ogni momento della giornata qualcosa ci infastidisce, questo ci piace, quello non ci piace ecc. Ora noi distendiamo coscientemente alcune parti del corpo e ne tendiamo delle altre. Nel farlo, ci prendiamo gusto. Ognuno di noi, più o meno, è in grado di farlo, e ciascuno si può rendere conto che più lo metterà in pratica, più ci riuscirà. La pratica è tutto quel che vi occorre; non avete che da volerlo fare, e farlo. Il desiderio fa nascere la possibilità. Mi riferisco in questo momento alle cose fisiche.

A partire da domani, fate anche il seguente esercizio: ogni volta che vi sentite offesi, evitate che quella sensazione dilaghi in tutto il corpo. Controllate la vostra reazione: non lasciate che si propaghi.

Per esempio, mi sta sorgendo un problema: qualcuno mi ha insultato. Pur non avendo alcuna intenzione di perdonarlo, cerco di evitare che l'insulto mi travolga completamente. Oppure, non mi piace la faccia di P. Quando me la trovo davanti, provo un sentimento di antipatia. Allora cerco di non essere preso da questo sentimento. Ciò che conta non è la gente, ciò che conta è il problema.

Adesso un'altra cosa. Se tutti fossero gentili e garbati, non avrei modo di esercitarmi. Devo quindi ritenermi fortunato se trovo della gente su cui esercitarmi.

Tutto ciò che ci tocca, ci tocca senza che noi siamo presenti. Le cose in noi funzionano così, e noi ne siamo schiavi. P. può essermi antipatica, ma sarà simpatica a qualcun altro. La reazione è dentro di me. Ciò che la rende antipatica è dentro di me. Non c'è nulla da rimproverarle, è in relazione a me ch'ella è antipatica. Tutto ciò che ci colpisce nel corso della giornata, come nel corso di tutta la vita, ci colpisce in rapporto a noi stessi. A volte, ciò che ci colpisce può essere una cosa buona. Questa relazione è meccanica, proprio come sono meccaniche le nostre tensioni muscolari.

Oggi stiamo imparando a lavorare. Nello stesso tempo, vogliamo imparare a essere toccati da ciò che ci dovrebbe toccare. In generale, siamo toccati dalle cose che non dovrebbero toccarci. Ma le cose che ci feriscono lungo tutta la giornata non dovrebbero avere il potere di toccarci, poiché non hanno alcuna esistenza reale. Questo è un esercizio di potere morale.

Quanto al potere psichico, la cosa da fare è non permettere che "qualcosa" pensi, ma cercare di fermarlo continuamente, sia che "qualcosa" pensi bene, sia che pensi male. Non appena ce ne ricordiamo, non appena ci sorprendiamo, subito dobbiamo impedirgli di pensare.

In ogni caso, nel bene come nel male, i pensieri ordinari non scopriranno certo l'America. Ma proprio come vi riesce difficile in questo momento non contrarre la gamba, così vi riesce difficile impedire che "qualcosa" pensi. Però è possibile. Quanto agli esercizi, coloro che li avranno messi in pratica potranno venire da me per averne degli altri. Per il momento ne avete a sufficienza.

Dovete lavorare con il minor numero possibile di parti del vostro corpo. Il principio dev'essere quello di concentrare tutta la forza a vostra disposizione sulle parti del corpo che stanno lavorando, senza lasciarvela risucchiare dalle altre parti.

È POSSIBILE CONTROLLARE LA RESPIRAZIONE?

Chicago, 26 marzo 1924

Domanda: Può essere utile fare degli esercizi di respirazione?

Risposta: In Europa la gente, a questo proposito, ha perso completamente la testa. Per quattro o cinque anni, mi sono guadagnato da vivere curando dei poveracci che si erano rovinati la salute con metodi del genere. Si scrivono molti libri sull'argomento, e ciascuno cerca di insegnare agli altri. Dicono: «Più respirate forte, più vi ossigenate» ecc.; il risultato finale è che la gente viene a cercare me. Io sono molto grato agli autori di questi libri, ai fondatori di scuole, e così via.

Come sapete, l'aria è il secondo tipo di nutrimento. In ogni cosa occorrono delle proporzioni esatte come, per esempio, nei fenomeni studiati dalla chimica, dalla fisica ecc. La cristallizzazione si verifica solo in base a una precisa corrispondenza: solo in tal caso si può ottenere qualcosa di nuovo.

Ogni sostanza possiede una determinata densità di vibrazioni. L'interazione delle diverse sostanze può avvenire soltanto se esiste una esatta corrispondenza tra le loro vibrazioni. Ho già parlato della Legge del Tre. Ad esempio, se le vibrazioni della materia positiva sono 300 e quelle della materia negativa 100, allora la combinazione è possibile. Ma se le vibrazioni non corrispondono esattamente a queste cifre, non avverrà nessuna combinazione; si otterrà solo un miscuglio meccanico, decomponibile nelle sostanze originarie. Non si può ancora parlare di una nuova sostanza.

Anche quantitativamente, le sostanze da combinare devono essere in proporzioni definite. Voi sapete che, per ottenere della pasta, vi occorre una quantità di acqua commisurata

alla quantità di farina che intendete usare. Se mettete meno acqua del necessario, non ottenete la pasta.

La vostra respirazione ordinaria è meccanica: meccanicamente aspirate la quantità d'aria che vi occorre. Se ne aspirate di più, l'aria non può combinarsi nel modo giusto; dunque, è necessaria una giusta proporzione.

L'aria non contiene soltanto ossigeno; ci sono molti altri elementi. L'insieme penetra nei polmoni. Solitamente, quando respirate, i polmoni assorbono ciò che è loro necessario: ormai vi sono abituati. In ogni macchina, in ogni organo, c'è un luogo destinato al passaggio di certe sostanze, nel nostro caso dell'aria. Quando respirate in modo artificiale, rischiate di assorbire delle sostanze diverse da quelle necessarie, perché la proporzione abituale non è più rispettata, e perché nel corpo entrano delle sostanze inutili.

Così come viene comunemente praticata, la respirazione controllata in maniera artificiale provoca una disarmonia. Di conseguenza, per evitare i danni che la respirazione forzata può causare, bisogna modificare gli altri nutrimenti in modo corrispondente: cosa impossibile senza una conoscenza approfondita. Lo stomaco, per esempio, ha bisogno di una certa quantità di cibo, non solo per la nutrizione, ma perché ne ha l'abitudine. Noi mangiamo più del necessario per golosità, semplicemente per il nostro piacere, e perché lo stomaco si è abituato a una certa pressione.

Voi sapete che lo stomaco è provvisto di innervazioni. In assenza di pressione, questi nervi stimolano i muscoli dello stomaco, e noi abbiamo una sensazione di fame.

Ci sono due tipi di fame: quella del corpo e quella nervosa. Molti organi lavorano meccanicamente, senza la nostra partecipazione cosciente. Ogni organo ha il proprio ritmo, e questi ritmi sono in relazione reciproca.

Per esempio, modificando la respirazione, cambiamo il ritmo dei polmoni, ma poiché tutto è collegato, poco alla volta cominciano a modificarsi altri ritmi. Se manteniamo a lungo quest'altra respirazione, può modificarsi il ritmo di tutti gli organi. Ad esempio, può cambiare il ritmo dello stomaco. Lo stomaco ha le proprie abitudini, ha bisogno di un certo

tempo per digerire il cibo: supponiamo che il cibo debba restarvi un'ora. Se si accelera il ritmo dello stomaco, il cibo lo attraversa più in fretta, e lo stomaco non ha il tempo di estrarne tutto il necessario. In altre parti può succedere il contrario. È mille volte meglio non toccare la nostra macchina, e lasciarla persino in cattivo stato, piuttosto che correggerla senza una vera conoscenza. Infatti, l'organismo umano è uno strumento complicatissimo, che ha numerosi organi con ritmi e bisogni differenti; e molti organi sono collegati tra loro.

Di conseguenza, o si cambia tutto, o è meglio non cambiare nulla. Alimenti si rischia di fare più male che bene. Gli esercizi di respirazione forzata sono la causa di parecchie malattie.

Solo in casi eccezionali, riuscendo a fermarsi in tempo, un uomo può evitare di farsi del male: ma se pratica questi esercizi a lungo, i risultati sono regolarmente disastrosi.

Per lavorare su di sé, bisogna conoscere ogni vite e ogni ingranaggio della propria macchina: in tal caso, si sa cosa fare. Ma se non ne sapete granché, e ci provate ugualmente, potete combinare un mucchio di guai. Il rischio è elevato perché la macchina è complicatissima. Ha delle viti molto fragili che si rovinano facilmente, e facendo troppa forza rischiare di romperle. E sono viti che non si possono comprare in un negozio.

Bisogna essere prudenti. Se sapete, allora è diverso.

Se qualcuno qui fa degli esperimenti di respirazione, è meglio che lasci perdere prima che sia troppo tardi.

ATTEGGIAMENTI E STATI INTERIORI

Berlino, 24 novembre 1921.

MOVIMENTI E ATTEGGIAMENTI

Mi chiedete qual è lo scopo dei movimenti. A ogni atteggiamento del corpo corrisponde un certo stato interiore e, viceversa, a ogni stato interiore corrisponde un determinato atteggiamento. Ogni uomo ha un certo numero di atteggiamenti abituali, e passa da un atteggiamento all'altro senza mai fermarsi in quelli intermedi.

Il fatto di assumere posizioni nuove e inabituale vi consente di osservarvi interiormente in modo diverso da come vi osservate in condizioni ordinarie. Ciò diventa particolarmente chiaro quando al comando "stop!" dovete immobilizzarvi all'istante. I muscoli tesi devono restare nel loro stato di tensione, e quelli rilassati devono restare rilassati. A quel comando, inoltre, dovete non soltanto immobilizzarvi esteriormente, ma bloccare tutti i movimenti interiori. Dovete sforzarvi di mantenere inalterati i pensieri e le emozioni, riuscendo nello stesso tempo a osservare voi stessi.

Supponiamo che questa signora desideri diventare un'attrice. Gli atteggiamenti che le sono abituali si adattano ad alcune parti, per esempio alla parte di una cameriera; invece le viene affidata la parte di una contessa. Una contessa ha delle pose completamente diverse. In una buona scuola d'arte drammatica le possono insegnare, diciamo, duecento pose. Le pose caratteristiche di una contessa sono, per esempio, le pose numero 14, 68, 101 e 142. Se la signora le ha imparate, quand'è in scena le basta passare da una all'altra e, per quanto possa essere una pessima attrice, rimarrà sempre una contessa per tutta la rappresentazione. Ma se non le ha imparate, anche l'occhio meno esercitato si accorgerà che non è una contessa, bensì una cameriera.

Dovete osservarvi in modo diverso dal solito. Vi occorre un altro atteggiamento, diverso da quello tenuto finora. Ormai sapete dove vi hanno portato i vostri soliti atteggiamenti. Continuare così non ha senso, né per voi né per me, e io non ho nessuna voglia di lavorare con voi, se restate quel che siete. Voi aspirate alla conoscenza, ma ciò che avete avuto finora non è conoscenza: è solo una raccolta meccanica di informazioni. È una conoscenza che non è entrata a far parte di voi, ma è fuori di voi. Non ha nessun valore. Che importanza possono avere per voi le cose che sapete, se un bel giorno vi sono piovute addosso da qualcun altro? È un sapere non creato da voi, e quindi ha scarissimo valore. Per esempio, quattro no sa comporre una pagina di giornale in caratteri da stampa, e vi attribuisce un certo valore. Ma oggi anche una macchina può fare questo lavoro. Combinare non è creare.

Ogni uomo ha un repertorio limitato di atteggiamenti abituali e di stati interiori. La signora fa la pittrice, e voi forse direte che ha uno stile molto personale. Ma non è uno stile, è una limitazione. Pur cambiando soggetto, i suoi quadri sono sempre la stessa cosa. Che sia un soggetto di vita europea o di vita asiatica, riconoscerò subito la sua mano. Un attore che sia uguale in tutte le parti, che razza d'attore è? Solo per caso gli può venire affidata una parte che si adatta perfettamente a ciò ch'egli è nella vita.

Attualmente, tutta la vostra conoscenza è meccanica, come è meccanico il resto. Per esempio, se guardo quella signora con simpatia, subito diventa affabile. Se la guardo con aria di rimprovero, subito si arrabbia, e non soltanto con me, ma anche col suo vicino, e il suo vicino con un altro, e così via. Essa si è arrabbiata perché l'ho guardata male. Va in collera meccanicamente, ma non è in grado di arrabbiarsi liberamente, di propria volontà. È schiava degli atteggiamenti altrui. Ma se reagisse soltanto di fronte a degli esseri viventi, non sarebbe così grave: ella però è schiava anche delle cose. Qualunque oggetto è più forte di lei. È una schiavitù perpetua. Le vostre funzioni non vi appartengono; al contrario, voi siete la funzione di ciò che si scatena al vostro interno.

Davanti a cose nuove, bisogna imparare ad avere atteggiamenti nuovi.

menti nuovi. Osservate: in questo momento ognuno ascolta a modo proprio. È un modo che corrisponde al proprio atteggiamento interiore. Per esempio, Starosta sta ascoltando con la mente, e un altro invece col sentimento, se si chiedesse a entrambi di ripetere ciò che è stato detto, ciascuno dei due risponderebbe in modo diverso, secondo lo stato interiore del momento. Fra un'ora, a Starosta dicono una cosa spiacevole, mentre all'altro viene assegnato un problema matematico da risolvere; in tal caso, Starosta ripeterà ciò che ha sentito dire colorandolo coi suoi sentimenti, mentre l'altro lo farà in forma logica.

Questo succede perché funziona un solo centro, per esempio la mente, o il sentimento. Invece dovete imparare ad ascoltare in modo nuovo. Ciò che avete imparato fino a oggi è una conoscenza legata a un solo centro, una conoscenza senza comprensione. Quante sono le cose che sapete, e che siete anche in grado di comprendere? Ad esempio, sapete cos'è l'elettricità, ma vi è così chiara come due più due fanno quattro? Dell'operazione siete così certi che nessuno può provarvi il contrario, ma per quanto riguarda l'elettricità è ben diverso.

Oggi ve la si spiega in un certo modo, e voi credete a questa spiegazione. Domani ve ne daranno un'altra, e voi crederete a quell'altra. Ma comprendere significa percepire con almeno due centri, e non con uno solo. Esiste una percezione più completa, ma per il momento è sufficiente che voi riusciate a far sì che un centro ne controlli un altro. Quando un centro ha una percezione e un altro, prendendone conoscenza, l'accetta oppure la rifiuta, allora c'è comprensione. Se la discussione tra i centri non arriva a una precisa conclusione, si avrà solo una semi-comprensione. Ma nemmeno la semi-comprensione vale granché. È indispensabile che tutto ciò che ascoltate qui, e tutto ciò di cui parlate altrove venga detto o ascoltato non da un solo centro, ma da due centri. Altrimenti non si arriverà a un risultato corretto, né per me né per voi. Per voi finirà per essere sempre la stessa cosa, cioè pura accumulazione di nuove informazioni.

SETTE CATEGORIE DI ESERCIZI

Prieuré, novembre 1922

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

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

Già conosciamo alcuni esercizi. Per esempio, abbiamo studiato degli esercizi per il corpo. Abbiamo affrontato alcuni esercizi elementari per la mente. Ancora non abbiamo iniziato gli esercizi per il sentimento, perché sono più complessi. All'inizio, è persino difficile immaginarseli, ma per noi sono della massima importanza. L'aspetto emozionale occupa il primo posto nella nostra vita interiore. In realtà, tutte le nostre disgrazie sono dovute allo stato caotico del sentimento. Abbiamo troppo materiale di questo tipo, e viviamo continuamente a sue spese.

Nello stesso tempo, non abbiamo sentimenti. Con ciò vo-

glio dire che non abbiamo né il sentimento oggettivo, né il sentimento soggettivo. L'intero settore del sentimento è occupato da qualcosa di estraneo e totalmente meccanico. Per esempio, non abbiamo nessun sentimento morale, né soggettivo né oggettivo. (Ci sono tre tipi di sentimento: soggettivo, oggettivo e automatico).

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

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

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

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

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

Se vogliamo lavorare su di noi, non dobbiamo essere soltanto soggettivi; dobbiamo abituarci a capire cosa vuol dire "oggettivo". Il sentimento soggettivo non può essere uguale

per tutti, perché ognuno è diverso. Uno è inglese, l'altro ebreo, a un altro ancora piace il fagiolo, e così via. Siamo tutti diversi, ma le nostre differenze dovrebbero essere unificate per effetto delle leggi oggettive. In certi casi le piccole leggi soggettive sono sufficienti. Ma nella vita comunitaria, non ci può essere giustizia se non tramite le leggi oggettive, che sono in numero molto limitato. Se tutti avessero in se stessi questo esiguo numero di leggi, la nostra vita esteriore e interiore sarebbe molto più felice. Non ci sarebbe solitudine, e non ci sarebbe disperazione.

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

Tutte le religioni, tutti gli insegnamenti vengono da Dio, e parlano in nome di Dio.

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

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

Prima di andare avanti, fermiamoci un momento e chiediamoci: «Abbiamo amato i nostri genitori? Li abbiamo amati come meritavano, o era semplicemente un caso di "si ama"? E come avremmo dovuto amare?»

L'ATTORE
New York, 16 marzo 1924

Domanda: La professione di attore è utile per sviluppare un lavoro coordinato dei centri?

Risposta: Più un attore recita, più il lavoro dei suoi centri si separa in lui.

Per recitare occorre innanzitutto essere un artista. Abbiamo già parlato dello spettro che dà origine alla luce bianca. Un uomo può essere ritenuto un attore solo se è capace, per così dire, di produrre la luce bianca. Un vero attore è colui che crea, che riesce a riprodurre integralmente i sette colori dello spettro. Artisti del genere sono esistiti in passato, e ancora ne esistono. Ma quasi sempre, oggi, un attore è tale solo esteriormente.

L'attore, come tutti gli uomini, ha un determinato numero di atteggiamenti di base; tutti gli altri atteggiamenti non sono che una combinazione dei primi. Tutti i ruoli sono costruiti sugli atteggiamenti. È impossibile acquisire nuovi atteggiamenti attraverso la pratica: la pratica può solo rafforzare quelli vecchi. Più andate avanti, più vi sarà difficile imparare atteggiamenti nuovi, e sempre meno ne avrete la possibilità.

Tutti gli sforzi dell'attore sono inutili, sono uno spreco di energia. Se questo materiale fosse conservato e usato per qualcosa di nuovo, sarebbe più utile. Ma così, è sempre la stessa canzone.

È solo nella propria e nell'altrui immaginazione che un attore dà l'impressione di creare. Nella realtà dei fatti, egli non può creare.

Per il nostro lavoro, questa professione non può essere d'aiuto; al contrario, essa non fa che complicare le cose per

il futuro. Prima la si abbandona meglio è; così può sorgere più facilmente qualcosa di nuovo.

Il talento si può fabbricare in ventiquattr'ore. Il genio esiste, ma un uomo ordinario non può essere un genio. È solo una parola.

Ed è così in tutte le arti. La vera arte non può essere il lavoro di un uomo ordinario. L'uomo ordinario non può recitare, non può essere "io". L'attore di oggi non è in grado di avere gli atteggiamenti che ha un altro uomo, non è in grado di provare dentro di sé ciò che prova un altro uomo. Se recita la parte di un prete, un attore dovrebbe avere la comprensione e i sentimenti di un prete. Ma può averli soltanto se possiede tutto il materiale d'esperienza del prete, tutto ciò che un prete sa e comprende. La stessa cosa vale per ogni altra professione; per ciascuna è necessaria una conoscenza particolare. Senza questa conoscenza, l'artista non fa che immaginare.

In ogni persona le associazioni si susseguono in modo particolare. Vedo un uomo fare un gesto che colpisce la mia attenzione, e da quel momento cominciano le associazioni. Se sono un poliziotto, probabilmente sospetto quell'uomo di volermi derubare. Supponendo che quel tale non ci abbia pensato affatto, io, poliziotto, non ho capito il suo gesto. Se sono un prete, ho delle altre associazioni; magari immagino che quel movimento abbia qualcosa a che fare con l'anima, mentre in realtà quell'uomo mira semplicemente al mio portafoglio.

Soltanto se conosco contemporaneamente la psicologia del prete e quella del poliziotto, e i loro diversi punti di vista, posso comprendere con la mente; soltanto se ho in me gli atteggiamenti corrispondenti del sentimento e del corpo, posso sapere con la mente quali saranno le loro associazioni di idee, e quali associazioni di idee provocheranno le relative associazioni emotive. Questo è il primo punto.

Se conosco la macchina, a ogni istante posso dare ordini perché le associazioni cambino, ma devo farlo davvero a ogni istante. A ogni istante, le associazioni cambiano automaticamente, una tira l'altra, all'infinito. Se sto recitando una parte,

devo dare continuamente delle direttive. Non mi è possibile abbandonarmi all'impulso del momento.

Io posso dare ordini soltanto se c'è qualcuno in grado di farlo. La mente non può dare direttive, è occupata. Anche il sentimento è occupato. Bisogna che ci sia qualcuno disimpegnato dall'azione, distaccato dalla vita. Solo in tal caso mi è possibile dare degli ordini.

Colui che ha un "io", e conosce i requisiti di ogni ruolo, può recitare una parte. Chi non ha un "io" non può.

L'attore ordinario non può recitare una parte, le sue associazioni non corrispondono. Può soltanto indossare il costume adatto, tenere alla meno peggio gli atteggiamenti appropriati, e fare le smorfie richieste dal regista. Anche l'autore deve avere la stessa conoscenza.

Per essere un vero attore, bisogna essere un vero uomo. Un vero uomo può essere un attore, e un vero attore può essere un uomo.

Tutti dovrebbero cercare di essere attori. È una meta molto elevata. La meta di ogni religione, di ogni conoscenza, è di essere attori. Ma oggi sono tutti "attori".

ARTE CREATIVA-ARTE SOGGETTIVA

New York, 2 marzo 1924

Domanda: È indispensabile studiare le basi matematiche dell'arte o si possono creare delle opere d'arte anche senza quelle basi?

Risposta: Senza quelle basi, si possono ottenere solo dei risultati accidentali, e non ci si può certo aspettare di ripeterli.

Domanda: Non esiste un'arte creativa inconsapevole, proveniente dal sentimento?

Risposta: Non esiste un'arte creativa inconsapevole: il nostro sentimento è troppo stupido. Esso vede solo un aspetto delle cose, mentre la comprensione richiede una visione di tutti gli aspetti. Studiando la storia, vediamo che questi risultati accidentali si sono effettivamente verificati, ma non sono la regola.

Domanda: Si può scrivere della musica armoniosa senza conoscere le leggi matematiche?

Risposta: Ci può essere armonia tra una nota e l'altra, ci saranno degli accordi, ma non c'è armonia tra queste armonie. Noi ora stiamo parlando di influenza, di influenza consapevole. È possibile che un compositore eserciti un'influenza.

Ora come ora, qualunque cosa può portare un uomo in un certo stato. Supponiamo che in questo momento vi sentiate felici. Contemporaneamente sentite un rumore, una campana, una musica, una melodia, magari un fox-trot. Lì per lì ve

ne scordate completamente, ma in seguito, sentendo la stessa musica o la stessa campana, vi ritornerà, per associazione, lo stesso sentimento, per esempio l'amore. Anche questa è una influenza, ma è soggettiva.

Per questa influenza non è necessaria la musica: qualunque rumore può provocare un'associazione. E se il rumore è legato a qualcosa di spiacevole, per esempio a una perdita di soldi, ne risulterà un'associazione spiacevole.

Ma noi, invece, stiamo parlando dell'arte oggettiva, delle leggi oggettive della musica o della pittura.

L'arte che noi conosciamo è soggettiva perché, senza conoscenza matematica, non ci può essere l'arte oggettiva. I risultati casuali sono rarissimi.

Le associazioni costituiscono per noi un fenomeno molto potente e molto importante, ma oggi ci siamo scordati il loro significato. In tempi lontani, c'erano degli speciali giorni di festa. Un giorno, per esempio, veniva consacrato a particolari combinazioni dei suoni, un altro ai fiori o ai colori, un terzo al gusto, un altro ancora al freddo e al caldo. Poi si paragonavano le diverse sensazioni.

Per esempio, un giorno era la festa del suono. Per un'ora veniva prodotto un certo suono, l'ora successiva un altro suono. Contemporaneamente si faceva circolare una particolare bevanda o un particolare "fumo". Insomma, tramite mezzi chimici abbinati a influenze esteriori, venivano provocati dei sentimenti e degli stati particolari, allo scopo di creare determinate sensazioni per il futuro. In seguito, ripresentandosi circostanze esteriori analoghe, si ripresentavano gli stessi stati.

C'era persino un giorno speciale dedicato a topi, serpenti e altri animali di cui abbiamo generalmente paura. In tale occasione, servivano alla gente una bevanda speciale, e poi davano a ciascuno dei serpenti da tenere in mano perché vi si abituassero. L'impressione provata era tale che la gente in seguito non aveva più paura. Usanze del genere esistevano molto tempo fa in Persia e in Armenia. Gli antichi avevano una profonda comprensione della psicologia umana, che serviva loro da guida. Ma alle masse non venivano mai spiegati i reali motivi di queste cerimonie; alla gente veniva data

un'interpretazione del tutto diversa. Solo i sacerdoti ne comprendevano il significato. Questi fatti si riferiscono all'epoca pre-cristiana, epoca in cui i popoli erano governati da sacerdoti.

Domanda: Le danze servono soltanto al controllo del corpo, oppure hanno un significato mistico?

Risposta: Le danze sono per la mente. Non servono all'anima: l'anima non ha bisogno di nulla. Ogni danza ha un certo significato; ogni movimento ha un certo contenuto.

Ma l'anima non beve whisky. Non le piace. All'anima piace un altro nutrimento, che riceve indipendentemente da noi.

L'ANIMA NON BEVE WHISKY

DOMANDE E RISPOSTE

New York, 24 febbraio 1924

Domanda: Il lavoro dell'Istituto esige che noi rinunciamo per alcuni anni al lavoro che facciamo nella vita, o può essere portato avanti parallelamente?

Risposta: Il lavoro dell'Istituto è un lavoro interiore; finora avete fatto solo del lavoro esteriore, ma qui si tratta di tutt'altra cosa. Per alcuni può essere necessario lasciare il lavoro esteriore, per altri no.

Domanda: Lo scopo è quello di svilupparsi e raggiungere un equilibrio per diventare più forti rispetto all'esterno, per poter essere dei superuomini?

Risposta: L'uomo deve rendersi conto che non è in grado di fare. Tutte le nostre attività sono messe in moto da impulsi esterni, in maniera totalmente meccanica. Voi, pur volendolo, non potete fare.

Domanda: Che importanza hanno in questo insegnamento l'arte e il lavoro creativo?

Risposta: L'arte contemporanea non è necessariamente creativa. Per noi, l'arte non è un fine, ma un mezzo. L'arte antica ha un certo contenuto interiore. Nel passato, l'arte aveva lo stesso scopo che hanno attualmente i libri: quello di conservare e trasmettere una certa conoscenza. Nei tempi antichi non si scrivevano libri, ma si incorporava la conoscenza nelle opere d'arte. Se soltanto sapessimo leggerle, potremmo trovare molte idee nelle antiche opere d'arte pervenute

fino a noi. Lo stesso discorso vale per tutte le arti, compresa la musica. Gli antichi consideravano l'arte in questo modo.

Avevate assistito ai nostri movimenti e alle nostre danze. Ma voi ne avete vista solo la forma esteriore, la bellezza, la tecnica. Ma l'aspetto esteriore che voi vedete, a me non piace. Per me, l'arte è un mezzo per arrivare a uno sviluppo armonioso. Tutto quel che facciamo qui è stato previsto in modo che non si possa fare nulla automaticamente e senza la partecipazione del pensiero.

La ginnastica e le danze ordinarie sono meccaniche. Se il nostro fine è lo sviluppo armonico dell'uomo, allora le danze e i movimenti, per noi, sono un mezzo per associare la mente e il sentimento ai movimenti del corpo, in modo da ottenere una manifestazione comune. In tutto ciò che facciamo, cerchiamo di sviluppare qualcosa che non può essere sviluppato direttamente o meccanicamente, qualcosa che esprime l'uomo totale: mente, corpo e sentimento.

Il secondo scopo delle danze è lo studio. Certi movimenti contengono la dimostrazione di qualcosa, racchiudono una determinata conoscenza, delle idee religiose e filosofiche. In alcune danze si può persino leggere una ricetta di cucina.

In molti paesi d'Oriente, il contenuto interiore di queste danze è oggi quasi dimenticato, tuttavia esse vengono ancora eseguite semplicemente per abitudine.

Per riassumere, i movimenti hanno due obiettivi: lo studio e lo sviluppo.

Domanda: Allora nell'arte occidentale non c'è niente che abbia un significato?

Risposta: Ho studiato l'arte occidentale dopo aver studiato l'arte orientale antica. A dire la verità, in Occidente non ho trovato nulla di paragonabile all'arte orientale. L'arte occidentale ha un aspetto molto esteriore, talvolta contiene molta filosofia; ma l'arte orientale è precisa, matematica, senza manipolazioni. È una forma di scrittura.

Domanda: Non ha trovato nulla di simile nell'arte occidentale antica?

Risposta: Studiando la storia, ci possiamo rendere conto che, a poco a poco, tutto cambia. Facciamo il caso delle cerimonie religiose. All'inizio esse avevano un senso, e gli officianti comprendevano questo senso. Con l'andar del tempo, il senso è stato dimenticato, ma si è continuato a celebrare le cerimonie meccanicamente.

Per capire un libro scritto in inglese, bisogna sapere l'inglese. La stessa cosa vale per l'arte. Non sto parlando dell'arte immaginativa, ma dell'arte matematica, non soggettiva. Un pittore moderno può "sentire" la propria arte, può crederci, ma voi vedete le sue opere soggettivamente: a uno piacciono, all'altro no. È una questione di sentimento personale, di "mi piace" o "non mi piace".

Ma l'arte antica non era fatta per piacere. Tutti coloro che la leggevano, comprendevano. Oggi il fine dell'arte è stato completamente dimenticato.

Prendete l'architettura: tra gli edifici che ho visto in Persia e in Turchia, mi ricordo molto bene di una costruzione a due stanze. Tutti coloro che entravano in quelle stanze, giovani o vecchi, inglesi o persiani, di qualunque formazione o cultura, si mettevano a piangere. Avevamo continuato per due o tre settimane a osservare le reazioni delle persone, scegliendo specialmente la gente allegra. Ma il risultato era sempre lo stesso.

A causa delle proporzioni architettoniche di quella costruzione, le vibrazioni interne, matematicamente calcolate, non potevano che produrre quell'effetto. In noi operano determinate leggi, e non possiamo sottrarci alle influenze esterne. Siccome l'architetto possedeva una conoscenza reale, e la sua costruzione era matematicamente in accordo con essa, il risultato era sempre il medesimo.

Avevamo fatto un altro esperimento. Avevamo accordato degli strumenti musicali e combinato i suoni in modo da ottenere un certo risultato con chiunque, anche con la prima persona che si trovasse a passare per strada. L'unica differenza era che una persona si dimostrava più sensibile, un'altra meno.

Fate conto di entrare in un monastero. Forse non siete

delle persone religiose, ma la musica e i canti che sentite vi suscitano il desiderio di pregare. Più tardi ne sarete voi stessi sorpresi. E la stessa cosa succede a chiunque entri in quel monastero.

L'arte oggettiva è fondata su delle leggi, la musica moderna è interamente soggettiva. È possibile stabilire la provenienza di ogni elemento di quest'arte soggettiva.

Domanda: La matematica è la base di tutta l'arte?

Risposta: Di tutta l'arte orientale antica.

Domanda: Allora chiunque, sapendo la formula, potrebbe costruire una forma perfetta come una cattedrale, suscitando la stessa emozione?

Risposta: Sì, e ottenendo le stesse reazioni.

Domanda: Allora l'arte è conoscenza, e non talento?

Risposta: L'arte è conoscenza. Il talento è relativo. Io potrei insegnarvi a cantare perfettamente in una settimana, anche se non avete voce.

Domanda: Quindi, se sapessi la matematica, potrei comporre come Schubert?

Risposta: È necessaria la conoscenza, la matematica, la fisica.

Domanda: La fisica occulta?

Risposta: La conoscenza è una sola. Se lei conosce soltanto le quattro operazioni aritmetiche, allora per lei le frazioni decimali sono matematica superiore.

Domanda: Per scrivere della musica, non occorre un'idea, oltre la conoscenza?

Risposta: La legge matematica è uguale per tutti. Ogni musica costruita matematicamente è il risultato di movimenti. Durante i miei viaggi, mentre raccoglievo del materiale sull'arte, mi venne in mente di studiare le danze. Una volta mi limitai a osservarne i movimenti. Ritornato a casa, provai a comporre una musica che fosse conforme ai movimenti osservati: la mia musica si rivelò identica a quella originale, perché l'uomo che l'aveva composta l'aveva scritta anch'esso matematicamente. Eppure, quando avevo visto i movimenti, non avevo sentito la musica, perché me ne era mancata l'opportunità.

[Qualcuno fa una domanda sulla scala temperata].

Risposta: In Oriente usano la stessa ottava che abbiamo noi, da *do* a *do*. Ma qui dividiamo l'ottava in sette, mentre là usano suddividerla in diversi modi: 48, 7, 4, 23, 30. La legge però è la stessa ovunque: da *do* a *do*, l'ottava. A sua volta, ogni nota ne contiene sette. Più l'orecchio è fine, più ottave può cogliere.

All'Istituto usiamo i quarti di tono, poiché gli strumenti occidentali non hanno suddivisioni minori. Col piano si è costretti a fare dei compromessi, ma gli strumenti a corda permettono di utilizzare i quarti di tono. In Oriente, non si usano solo i quarti, ma anche i settimi di tono.

Gli stranieri trovano monotona la musica orientale, e si stupiscono del suo carattere non raffinato e della sua povertà musicale. Ma gli stranieri percepiscono una sola nota là dove, per l'abitante del paese, c'è tutta una melodia, una melodia all'interno della nota. Questo genere di melodia è molto più sottile della nostra: se un musicista orientale fa un errore nella melodia, per gli ascoltatori locali ne risulta una cacofonia, ma per noi europei è sempre la stessa monotonia ritmata. Solo un uomo cresciuto in quei paesi può riconoscere se la musica è buona o è cattiva.

Domanda: Una volta acquisita la conoscenza matematica, un uomo può esprimersi in qualunque arte?

Risposta: Per lo sviluppo non ci sono limiti, né per i giovani, né per i vecchi.

Domanda: In quale direzione?

Risposta: In tutte le direzioni.

Domanda: Dobbiamo averne il desiderio?

Risposta: Non si tratta soltanto di desiderarlo. Prima vi spiego che cos'è lo sviluppo. C'è la legge di evoluzione e involuzione. Tutta la vita, organica e inorganica, è in movimento sia verso l'alto sia verso il basso. Ma l'evoluzione ha dei limiti, come d'altra parte l'involuzione. Prendiamo ad esempio la scala musicale di sette note. Tra un *do* e l'altro, a un certo punto c'è un arresto. Quando battete un tasto, fate risuonare un *do*, la cui vibrazione ha un determinato impulso di moto. Tramite questa vibrazione, il *do* può percorrere una certa distanza fino a far vibrare un'altra nota, cioè il *re*, poi il *mi*. Fino a quel punto le note portano in se stesse la potenzialità di continuare ma ora, se non interviene un impulso esterno, l'ottava ritorna indietro. Se invece l'ottava riceve un aiuto esterno, può continuare a svilupparsi da sola.

L'uomo è costruito in conformità a questa legge. Esso è uno strumento per lo sviluppo di questa legge. Io mangio, ma la natura mi ha creato per un determinato fine. Io devo evolvere. Non mangio per me, ma per qualche disegno che va al di là di me. Mangio perché il mio cibo non può evolvere da solo, senza il mio aiuto. Mangio del pane e assorbo dell'aria e delle impressioni, che penetrano in me dall'esterno e agiscono poi in conformità alla legge. La legge è quella dell'ottava. Qualunque nota può essere considerata come *do*. *Do* contiene sia la potenzialità che l'impulso; può evolvere a *re* e *mi* senza aiuto. Il pane può evolvere, ma se non è combinato con l'aria non può diventare *fa*; l'energia dell'aria lo aiuta a superare un passaggio difficile. Dopo di che, non avrà più bisogno di aiuto fino a *si*, ma da solo non potrà spingersi oltre. Il nostro scopo è quello di favorire il completamente

dell'ottava. Per la vita animale ordinaria, *si* è il punto più alto, e rappresenta la sostanza con cui può essere costruito un nuovo corpo.

Domanda: L'anima è separata?

Risposta: La legge è una. Ma l'anima è lontana, mentre in questo momento stiamo parlando di cose vicine. Questa legge, la legge di Trinità, è ovunque. Non può esserci nulla di nuovo senza la terza forza.

Domanda: Si può superare il punto morto per mezzo della terza forza?

Risposta: Sì, se avete la conoscenza. La natura ha fatto le cose in modo tale per cui l'aria e il pane sono chimicamente molto diversi, e non possono combinarsi; ma quando il pane si trasforma in *re* e poi in *mi*, diventa più permeabile, e allora la combinazione diventa possibile. Per ora dovete lavorare su voi stessi, per ora siete *do*; quando arriverete a *mi*, potrete trovare aiuto.

Domanda: Per puro caso?

Risposta: Io mangio un pezzo di pane, un altro lo getta via: è un caso? L'uomo è una fabbrica a tre piani, nella quale ci sono tre porte da cui entrano le materie prime che vengono poi trasportate ai rispettivi magazzini dove restano in deposito. Se fosse una fabbrica di salicce, la gente vedrebbe soltanto entrare delle carcasse e uscire delle salicce. In realtà la faccenda è molto più complicata. Se volessimo costruire una fabbrica come quella che stiamo esaminando, all'inizio dovremmo studiare tutte le macchine nei minimi particolari. La legge "come in alto, così in basso", è valida ovunque; è un'unica e medesima legge. Anche dentro di noi ci sono il Sole, la Luna e i pianeti, ma in scala molto ridotta.

Tutto è in movimento, tutto ha delle emanazioni, perché tutto mangia qualcosa ed è mangiato da qualcosa. La Terra ha

delle emanazioni, il Sole altrettanto, e queste emanazioni sono materiali. La Terra ha un'atmosfera che segna il limite delle sue emanazioni. Tra la Terra e il Sole ci sono tre tipi di emanazioni: quelle della Terra percorrono solo una breve distanza, quelle dei pianeti vanno molto più lontano, ma non raggiungono il Sole. Tra noi e il Sole ci sono tre specie di sostanze, ciascuna di densità differente. In primo luogo, c'è la sostanza più vicina alla Terra, che contiene le sue emanazioni; poi la sostanza che contiene le emanazioni dei pianeti; e, più lontano ancora, la sostanza che contiene soltanto le emanazioni del Sole. Le densità stanno nel rapporto 1, 2 e 4, e le vibrazioni nel rapporto inverso, poiché più la materia è sottile, più la frequenza delle vibrazioni è elevata. Ma al di là del nostro Sole, ci sono altri soli, i quali pure hanno delle emanazioni, diffondono delle sostanze e trasmettono delle influenze. Oltre essi si trova la sorgente che possiamo esprimere solo matematicamente: e anch'essa ha delle emanazioni. Queste zone superiori non sono raggiungibili dalle emanazioni del Sole.

Se indichiamo con 1 la sostanza dell'ultima zona nominata, più la materia si suddivide, maggiore è la densità e più grandi sono i numeri che la rappresentano. Un'unica legge pervade tutte le cose: la Legge del Tre, le tre forze positiva, negativa e neutralizzante. Quando le prime due forze si fondono con la terza, si crea qualcosa che è completamente diverso. Per esempio, finché la farina e l'acqua restano farina e acqua, non c'è cambiamento. Ma se aggiungete il fuoco, il fuoco le cuoce e si crea una cosa nuova, che ha delle proprietà diverse.

L'unità comporta tre materie. Nella religione, troviamo una preghiera: Dio Padre, Dio Figlio e Dio Spirito Santo. Tre in uno: cosa che esprime la legge anziché il fatto. Quest'unità di base è usata in fisica come simbolo dell'unità. Le tre sostanze sono: il "carbonio", l'"ossigeno" e il "nitrogeno (azoto)"; insieme costituiscono l'"idrogeno", che è la base di ogni materia, qualunque ne sia la densità.

Il Cosmo è un'ottava di sette note, e ogni nota può essere suddivisa a sua volta in un'altra ottava, e così via fino all'ulti-

mo atomo. Tutto è ordinato in ottave, e ogni ottava è una nota di un'ottava maggiore, fino ad arrivare all'Ottava cosmica.

Dall'Assoluto, le emanazioni si espandono in ogni direzione, ma noi ne sceglieremo una, cioè il Raggio cosmico in cui ci troviamo anche noi: la Luna, la vita organica, la Terra, i pianeti, il Sole, tutti i soli, l'Assoluto.

Le emanazioni dell'Assoluto incontrano altre sostanze e si trasformano in ulteriori sostanze, che a loro volta continuano a trasformarsi in conformità alla legge, diventando sempre più dense.

Possiamo considerare le emanazioni dell'Assoluto come trinitarie, ma quando discendono al successivo livello di materia, esse diventano 6.

E poiché, come in noi stessi, esiste sia l'evoluzione che l'involutione, il processo può svilupparsi tanto verso l'alto quanto verso il basso, e il *do* può trasformarsi in *si* oppure, nell'altra direzione, in *re*. L'ottava della Terra ha bisogno di aiuto al *mi*, per trasformare il *mi* in *fa*, e riceve questo aiuto dai pianeti.

Domanda: Basandosi sull'ottava, è possibile concepire l'esistenza di altri cosmi con una diversa costituzione?

Risposta: Questa legge è onnipotente, come è stato comprovato con degli esperimenti.

Domanda: L'uomo ha in sé un'ottava; ma come accede alle possibilità superiori?

Risposta: Scoprirlo è lo scopo di tutte le religioni. Non è possibile accedervi inconsapevolmente: per questo motivo, ci vuole un insegnamento.

Domanda: Si tratta di uno sviluppo graduale?

Risposta: Fino a un certo punto. Ma poi arriva il difficile passaggio *mi-fa*, ed è necessario scoprire come superarlo in modo conforme alla legge.

Domanda: Il punto limite è lo stesso per tutti?

Risposta: Gli approcci sono diversi, ma tutti devono arrivare a «Filadelfia». Il limite è lo stesso.

Domanda: Servendosi della legge matematica, chiunque può svilupparsi al livello più alto?

Risposta: Il corpo, alla nascita, è il risultato di molte cose, e non è altro che una mera possibilità. L'uomo nasce senz'anima, ma gli è possibile costruirla. I fattori ereditari non sono importanti per l'anima. Ogni uomo ha in sé molte cose da trasformare che sono di natura individuale; ma al di là di quel punto limite, nessuna preparazione può essere d'aiuto.

Le vie sono diverse, ma devono portare tutte a "Filadelfia": ecco lo scopo fondamentale di ogni religione. Tuttavia ciascuna segue un itinerario particolare. È indispensabile una preparazione speciale. Occorre che tutte le nostre funzioni vengano coordinate e che tutte le nostre parti vengano sviluppate.

Dopo "Filadelfia", la strada è una sola.

L'uomo ha in sé tre persone che hanno lingue diverse, desideri diversi, con uno sviluppo e un'educazione differenti; ma in seguito, è un unico essere. C'è una sola religione, perché quelle tre persone nel loro sviluppo dovranno essere uguali.

Potete cominciare come cristiano, buddista o mussulmano, e lavorare lungo la linea cui siete abituati. Potete cominciare da un centro, ma in seguito anche gli altri centri dovranno necessariamente essere sviluppati.

Talvolta la religione nasconde intenzionalmente delle cose, altrimenti non potremmo lavorare. Nel cristianesimo, la fede è una necessità assoluta, e i cristiani devono sviluppare il loro sentimento. A questo scopo è necessario incentrare il lavoro su quest'unica funzione. Se avete fede, potete fare tutti gli esercizi necessari. Ma senza fede, non potete farli con profitto.

Volendo attraversare la stanza, può darsi che non possiamo

andare diritti perché il percorso è pieno di difficoltà. Il maestro lo sa. Sa che dovremmo andare a sinistra, ma non ce lo dice. Benché la prima tappa per noi consista nell'andare a sinistra, il nostro compito resta quello di attraversare la stanza. In seguito, quando saremo riusciti a superare le difficoltà, dovremo avere un nuovo obiettivo. Siamo tre, non uno, e ciascuno dei tre ha desideri diversi. Anche se la mente sa quanto è importante l'obiettivo, il cavallo non si interessa a null'altro che al proprio cibo; perciò talvolta dobbiamo saper "manipolare" e ingannare il cavallo.

Ma, qualunque sia il cammino intrapreso, lo scopo è quello di sviluppare la nostra anima, di seguire il nostro più alto destino. Siamo nati in un fiume in cui le gocce sono passive, ma chi lavora per se stesso è contemporaneamente passivo all'esterno e attivo all'interno. Entrambe le vite sono conformi alla legge: una segue il cammino dell'involutione, l'altra quello dell'evoluzione.

Domanda: Si è felici quando si arriva a "Filadelfia"?

Risposta: Io conosco solo due sedie, e nessuna delle due è infelice. Questa è felice, e quell'altra pure. L'uomo può sempre cercare una sedia migliore. Quando si mette a cercarne una migliore, significa in ogni caso che è deluso, perché se fosse soddisfatto non ne cercherebbe un'altra. In certi casi, la sua sedia è così malandata che gli è impossibile sedervisi, allora decide di cercare qualcos'altro, perché sta male dov'è.

Domanda: Cosa succede dopo "Filadelfia"?

Risposta: Una cosetta da nulla. In questo momento, per la carrozza è molto spiacevole portare soltanto dei passeggeri occasionali che danno ordini a loro piacimento, e non avere invece un padrone permanente. Dopo "Filadelfia", c'è un padrone che si assume ogni responsabilità, che pensa per tutti, dispone per tutti, e si assicura che tutto vada per il meglio. Son certo sia chiaro che è meglio per tutti se c'è un padrone.

Domanda: Lei ha consigliato la sincerità. Io ho scoperto che preferisco essere un idiota felice che un filosofo infelice.

Risposta: Lei crede di non essere soddisfatto di se stesso? Io le rincaro la dose. Lei è completamente meccanico, non è in grado di far niente, è allucinato. Se lei osserva con un solo centro, è totalmente in preda alle allucinazioni; con due, è già mezzo libero; ma se osserva con tre centri, non può più essere in preda alle allucinazioni. Lei deve cominciare ad accumulare del materiale. Ma non può ottenere del pane senza la cottura; la conoscenza è l'acqua, il corpo è la farina e l'emozione, cioè la sofferenza, è il fuoco.

DIO IL VERBO

New York, 1° marzo 1924

«Tutto questo insegnamento, dato in frammenti, deve essere ricomposto, e tutte le vostre osservazioni, tutte le vostre azioni devono esservi collegate. Se non c'è colla, i pezzi non terranno insieme».

(Prieuré, 17 luglio 1922 e 2 marzo 1923)

«Tutte le nostre emozioni sono organi rudimentali di qualcosa che proviene da un altro livello. Per esempio, la paura può essere l'organo di una futura chiarezza, la collera quello di una forza reale ecc.».

(Prieuré, 29 luglio 1922)

«Per riuscire ad assimilare la parte involutiva dell'aria, il segreto consiste nel cercare di rendervi conto del vostro vero significato, e del vero significato di coloro che vi circondano...»

«Se guardate il vostro prossimo, e vi rendete conto del suo vero significato e del fatto che dovrà morire, in voi sorgeranno la pietà e la compassione, e allora l'amerete».

(New York, 8 febbraio 1931)

«Se aiutate gli altri, sarete aiutati; forse domani, forse tra cent'anni, ma sarete aiutati. La natura non può fare a meno di pagare i propri debiti. È una legge matematica, e tutta la vita è matematica».

(Prieuré, 12 agosto 1924)

«Guardandoci indietro, ricordiamo sempre e soltanto i periodi difficili della nostra vita, e mai quelli tranquilli. Questi ultimi non sono che sonno. I primi sono lotta, e quindi vita».

(Prieuré, 12 agosto 1924)

Ogni religione parte dalla stessa affermazione: Dio è il Verbo, e il Verbo è Dio.

Esiste un insegnamento secondo cui, quando il mondo ancora non esisteva, c'erano delle emanazioni, c'era Dio il Verbo. Dio il Verbo è il mondo. Dio disse: «Così sia», e inviò il Padre e il Figlio. Egli manda sempre il Padre e il Figlio. Un bel giorno, inviò lo Spirito Santo.

Ogni cosa al mondo obbedisce alla Legge del Tre, tutto ciò che esiste è apparso sulla base di questa legge. Le combinazioni dei principi positivo e negativo possono produrre nuovi risultati soltanto se interviene una terza forza.

Se io affermo, un altro nega, ed entrambi ci mettiamo a discutere. Ma non si crea nulla di nuovo se nella discussione non interviene qualcos'altro. Soltanto allora potrà prodursi una novità.

Prendiamo il Raggio di Creazione. In alto l'Assoluto, Dio il Verbo. Esso è uno in tre: Dio il Padre, Dio il Figlio e Dio lo Spirito Santo.

L'Assoluto crea in conformità a questa stessa legge. In questo caso, le forze necessarie per produrre una nuova manifestazione sono tutt'e tre all'interno dell'Assoluto. Egli le invia fuori di sé, le "emana".

Talvolta le tre forze cambiano di posto.

Le tre forze o principi emessi dall'Assoluto hanno creato la moltitudine dei soli, uno dei quali è il nostro Sole. Tutto ha delle emanazioni, e l'interazione di queste emanazioni produce nuove combinazioni. Questo vale per l'uomo, per la Terra, per il microbo. Anche i soli emanano, e le emanazioni dei soli, tramite combinazioni di materia positiva e negativa, dan-

no vita a nuove formazioni. Un risultato di queste combinazioni è la nostra Terra, e la combinazione più recente è la Luna.

Dopo l'atto di creazione, l'esistenza e le emanazioni continuano. Le emanazioni penetrano ogni cosa secondo la propria potenzialità, e in questo modo arrivano fino all'uomo.

Dall'interazione delle emanazioni derivano nuove frizioni. La differenza tra l'attività creatrice dell'Assoluto e gli ulteriori atti di creazione consiste, come ho detto prima, nel fatto che l'Assoluto crea a partire da Se stesso. Solo l'Assoluto ha una volontà; esso soltanto emana le tre forze a partire da Se stesso. Gli ulteriori atti di creazione si susseguono meccanicamente tramite la reciproca interazione delle forze in conformità alla Legge del Tre. Nessuna entità singola può creare da sé: è possibile solo una creazione collettiva.

Il raggio dell'attività creatrice dell'Assoluto che passa per l'uomo è la direzione dell'impulso originario. In base alla Legge del Sette, il suo sviluppo non può superare un determinato punto.

Noi abbiamo considerato il raggio che parte dall'Assoluto e passa attraverso l'uomo. Questa linea può procedere fino a un certo punto, e alla nostra Luna si ferma: la Luna è l'ultimo punto di creazione su di essa.

Il raggio può paragonarsi a una scala, di cui la Luna è il gradino più basso. I punti principali di questa linea di creazione sono: l'Assoluto, il Sole, la Terra e, in ultimo, la Luna. Ogni punto è un *do*. Tra questi quattro punti ci sono tre ottave: Assoluto-Sole, Sole-Terra, Terra-Luna. All'interno di queste ottave, in tre punti, ci sono come delle macchine con la funzione di far passare *fa* a *mi*.

Lungo tutta la scala cosmica, lo shock necessario a livello del *fa* deve venire dall'esterno, e lo shock necessario a livello del *si* viene dall'interno del *do*. Tramite questi shock avviene l'involuzione, dall'alto verso il basso, e l'evoluzione, dal basso verso l'alto. La vita dell'uomo svolge un ruolo simile a quello dei pianeti rispetto alla Terra, della Terra rispetto alla Luna, e di tutti i soli rispetto al nostro Sole.

La materia che proviene dall'Assoluto è chiamata "idrogeno"

no", e risulta da una combinazione di "carbonio", "ossigeno" e "azoto". Quando un idrogeno si combina con gli elementi di un altro idrogeno, si trasforma in un nuovo tipo di idrogeno con qualità e densità proprie.

Tutto è retto da una legge, una legge molto semplice. Io vi ho spiegato come agisce all'esterno; adesso potete scoprire come agisce al vostro interno. In conformità a essa, potete seguire tanto la legge di involuzione quanto la legge di evoluzione. Dovete trasferire all'interno la legge esterna.

Noi siamo stati creati a immagine di Dio, di una trinità. Se assorbiamo consapevolmente le tre sostanze e le proiettiamo all'esterno, possiamo costruire fuori di noi ciò che vogliamo. Questo significa creare. Ma quando il creare avviene attraverso di noi come strumenti inconsapevoli, è la creazione del Creatore. In tal caso, le tre forze si manifestano in noi separatamente, e si combinano al nostro esterno. Ogni creazione può essere sia soggettiva che oggettiva.

Domanda: Qual è l'elemento neutralizzante nella nascita dell'uomo?

Risposta: Un certo colore che impregna i principi attivo e passivo; anch'esso è materiale e ha particolari vibrazioni. Tutti i pianeti producono sulla Terra delle vibrazioni, e ogni vita è colorata dalle vibrazioni del pianeta più vicino alla Terra in quel momento. Ogni pianeta ha le proprie emanazioni, i cui effetti sono tanto più sensibili quanto più il pianeta si avvicina alla Terra. I pianeti emanano delle influenze particolari, ma ogni influenza sussiste allo stato puro solo per un tempo brevissimo. Talvolta il loro insieme ha delle vibrazioni speciali. Anche in questo caso, i tre principi devono corrispondersi secondo la legge; quando la loro relazione è corretta, può verificarsi la cristallizzazione.

[Qualcuno fa una domanda riguardante la Luna].

Risposta: La Luna è il grande nemico dell'uomo. Noi serviamo la Luna. La volta scorsa abbiamo parlato di Kundabuffer.

Kundabuffer è il rappresentante della Luna sulla Terra. Noi siamo le pecore della Luna, curate, nutrite, tosate e custodite per il suo uso personale. Ma quando la Luna ha fame, ne uccide una buona quantità. Tutta la vita organica lavora per la Luna. L'uomo passivo serve l'evoluzione, l'uomo attivo l'evoluzione. Bisogna scegliere. Ma c'è un principio: servendo l'una, potete sperare di far carriera; servendo l'altra, riceverete molto, ma senza prospettive per il futuro.

In entrambi i casi siamo schiavi, perché in entrambi i casi abbiamo un padrone. Anche dentro di noi c'è una Luna, un Sole, e così via. Noi costituiamo un intero sistema. Se voi scoprite in che cosa consiste la vostra Luna e qual è la sua azione, potete comprendere il Cosmo.

AFFERMAZIONE E NEGAZIONE

New York, 20 febbraio 1924

Affermazione e negazione esistono sempre e dovunque, non solo in rapporto a ogni individuo, ma per l'umanità nel suo insieme. Se mezza umanità afferma una cosa, l'altra metà la nega. Per esempio, ci sono due correnti contrarie, la scienza e la religione. Ciò che la scienza afferma, la religione nega, e viceversa. È una legge meccanica, e non può essere altrimenti. Essa opera ovunque e a ogni livello, nel mondo, nella città, nella famiglia, nella vita interiore dell'individuo umano. Un centro dell'uomo afferma, un altro nega. Noi siamo sempre divisi tra i due.

Questa è una legge oggettiva, e tutti noi ne siamo schiavi; per esempio, io devo essere schiavo o della scienza, o della religione. In entrambi i casi, l'uomo è schiavo di questa legge oggettiva. È impossibile liberarsene. È libero soltanto colui che sta nel mezzo: chi ne è capace, sfugge a questa legge generale di schiavitù.

Ma come si fa? È molto difficile. Noi non siamo così forti da resistere a questa legge. Siamo schiavi. Siamo deboli. Eppure, se ci proviamo con calma, poco alla volta, ma con fermezza, abbiamo la possibilità di liberarci interiormente di questa legge. Da un punto di vista oggettivo, ciò significa senza dubbio andare contro la legge, contro la natura, in altre parole, commettere peccato. Ma noi possiamo farlo perché esiste contemporaneamente una legge di diverso ordine: Dio ci ha fatto, dono di un'altra legge.

Dunque, come dobbiamo agire a questo proposito? Ritorniamo all'esempio di prima: la religione e la scienza. Io ne discuterò con me stesso, e ognuno di voi cercherà di fare altrettanto.

Allora, io ragiono così: «Non sono che un piccolo uomo. Sono in vita da soli cinquant'anni, mentre la religione esiste da migliaia di anni. Migliaia di uomini hanno studiato le religioni, e adesso io le nego». E mi chiedo: «È possibile che siano tutti degli idioti, e che io solo sia intelligente?» Lo stesso ragionamento si può fare per la scienza. Anche la scienza esiste da moltissimo tempo. Supponiamo che io la neghi. Di nuovo si pone la stessa domanda: «Possibile che io, da solo, sia più intelligente di tutta la schiera di uomini che per tanto tempo hanno studiato la scienza?»

Se sono un uomo normale e ragiono imparzialmente, capisco che posso anche essere più intelligente di uno o due uomini, ma non di migliaia o di milioni di uomini. Ripeto, non sono che un piccolo uomo. Come posso criticare la religione o la scienza? E allora, che posso fare? Comincio a pensare che forse c'è del vero in entrambe. È impossibile che tutti quanti si siano sbagliati. E quindi, adesso mi prendo l'impegno di capire come stanno le cose. Quando comincio a pensare imparzialmente, a studiare, mi accorgo che la religione e la scienza hanno entrambe ragione, anche se l'una è il contrario dell'altra. Scopro che c'è un piccolo malinteso. L'una affronta un problema, l'altra un problema diverso. O meglio, entrambe studiano lo stesso problema, ma da punti di vista diversi; o ancora, una studia le cause e l'altra gli effetti dello stesso fenomeno, e così non si incontrano mai. Ma tutt'e due hanno ragione, perché tutt'e due sono fondate su leggi matematicamente esatte. Se prendiamo in considerazione soltanto il risultato, non capiremo mai in cosa consiste la differenza.

Domanda: Qual è la differenza tra il suo sistema e la filosofia degli yogi?

Risposta: Gli yogi sono idealisti, noi siamo materialisti. Io sono uno scettico. Il primo comandamento scritto sui muri dell'Istituto è: «Non credete a niente, e nemmeno in voi stessi». Io credo soltanto se ho una prova statistica o, per dirla altrimenti, se ho ripetutamente ottenuto lo stesso risultato. Io studio e lavoro per trovare la via, e non perché credo.

forza vera = legge dell'7 = bene

Cercherò di spiegarvi schematicamente; non prendetemi alla lettera, ma cercate di capire il principio.

Oltre alla Legge del Tre, che già conoscete, c'è la Legge del Sette, la quale dice che nulla sta fermo; tutto si muove o nella direzione dell'evoluzione o in quella dell'involuzione. Ma ci sono delle pause in entrambi i movimenti. Ogni linea di sviluppo presenta due punti in cui il movimento non può procedere senza aiuto esterno. In due punti precisi è indispensabile uno shock aggiuntivo proveniente da una forza esterna. In questi due punti, ogni cosa richiede un impulso, senza il quale non può continuare a muoversi. La Legge del Sette si trova dappertutto, in chimica, in fisica ecc.: la stessa legge vale dovunque.

Il miglior esempio di questa legge è la struttura della scala musicale. Essa comincia con *do*. Tra *do* e la nota successiva c'è un semitono, che permette il passaggio al *re*. Nello stesso modo avviene il passaggio da *re* a *mi*. Ma il *mi* non ha semitono, e ci vuole qualcosa di esterno che gli dia lo shock necessario per passare a *fa*. Dal *fa*, la scala può salire a *sol*, da *sol* a *la*, da *la* a *si*. A questo punto, come per il *mi*, il *si* ha bisogno a sua volta di aiuto esterno. Ogni risultato è un *do*, non nella dinamica del processo, ma in quanto elemento. Ogni *do* è in se stesso un'ottava completa. Certi strumenti musicali possono persino emettere le sette note contenute in un *do*. Ogni unità comprende sette unità al suo interno e, suddividendosi, dà origine ad altre sette unità. Suddividendo ogni *do*, otteniamo sempre *do*, *re*, *mi* ecc.

Evoluzione del cibo

L'uomo è una fabbrica a tre piani. Abbiamo detto che ci sono tre tipi di nutrimento, introdotti da porte diverse. Il primo tipo di nutrimento è quello che si chiama comunemente "cibo", cioè pane, carne ecc.

Ogni tipo di nutrimento è un *do*. Nell'organismo, il *do* passa alla nota seguente. Ogni *do* ha la possibilità di passare a *re* nello stomaco, dove le sostanze del cibo cambiano vibra-

zioni e densità, si trasformano chimicamente, si mescolano e, per azione di certe combinazioni, passano a *re*. Anche *re* ha la possibilità di passare a *mi*. Ma *mi* non può evolvere da solo: gli viene in aiuto il nutrimento della seconda ottava. Il *do* del secondo tipo di cibo, cioè l'aria, aiuta il *mi* della prima ottava a passare a *fa*, dopodiché l'evoluzione prosegue per conto suo. In un punto analogo, la seconda ottava, a sua volta, ha bisogno dell'aiuto di un'ottava superiore. Essa infatti viene aiutata da una nota della terza ottava, l'ottava delle impressioni, che rappresenta il terzo tipo di nutrimento.

Intanto la prima ottava evolve fino al *si*. La sostanza più sottile che l'organismo umano possa produrre a partire da ciò che abitualmente si chiama cibo è il *si*. L'evoluzione di un pezzo di pane arriva dunque fino al *si*. Ma in un uomo ordinario, il *si* non può procedere oltre. Se la nota *si* potesse evolvere e passare al *do* dell'ottava seguente, sarebbe possibile costruire un nuovo corpo all'interno del corpo fisico. Ma ciò richiede condizioni particolari. L'uomo, da solo, non può diventare un uomo nuovo: ci vogliono delle speciali combinazioni interiori.

Cristallizzazione

Quando la sostanza richiesta s'accumula in quantità sufficiente, può cristallizzare, proprio come il sale cristallizza nell'acqua se supera una certa concentrazione. Quando nell'uomo si accumula una grande quantità di sostanza sottile, a un certo punto si può formare e cristallizzare un nuovo corpo, che è il *do* di una nuova ottava, di un'ottava superiore. Questo corpo, spesso definito "astrale", può formarsi solo a partire da questa sostanza speciale, e può costituirsi solo in modo cosciente. Tale sostanza può anche essere prodotta in condizioni ordinarie, ma poi viene consumata e dispersa all'esterno.

Vie - -

Costruire questo corpo all'interno dell'uomo è lo scopo di tutte le religioni e di tutte le scuole; ogni religione ha una propria via particolare, ma il punto d'arrivo è sempre lo stesso.

Ci sono molte vie per raggiungere questo scopo. Io ho studiato quasi duecento religioni ma, dovendole classificare, direi che esistono solo quattro vie.

Come sapete, l'uomo ha un certo numero di centri specifici. Consideriamone quattro: i centri motore, intellettuale, emozionale, e l'apparato formatore.

Immaginate l'uomo come un appartamento di quattro stanze. La prima stanza è il corpo fisico, e corrisponde alla carrozza dell'altro esempio che vi ho fatto. La seconda stanza è il centro emozionale che corrisponde al cavallo; la terza stanza, il centro intellettuale, cioè il cocchiere; e la quarta stanza il padrone.

Ogni religione sotintende che il padrone non c'è, e che bisogna cercarlo. Ma il padrone si può trovare solo quando tutto l'appartamento è ammobiliato. Prima di ricevere dei visitatori, è necessario ammobiliare tutte le stanze.

Ciascuno provvede a modo proprio. Se un uomo non è ricco, arreda una stanza per volta, piano piano. Per poter arredare la quarta stanza, bisogna aver arredato precedentemente le altre tre. Le quattro vie si differenziano una dall'altra per l'ordine seguito nell'arredare le tre stanze.

La prima via comincia con l'arredare la prima stanza, eccetera.

La quarta via

La quarta via è la via dell'*haida-yogi**. È simile alla via dello yogi, ma nello stesso tempo ha qualcosa di diverso.

* *Haida*, espressione popolare russa, significa all'incirca: «Avanti! Forza!» (*N.d.T.*)

Come lo yogi, l' "haida-yogi" studia tutto ciò che può essere studiato. Egli però ha degli strumenti per imparare più di quanto può imparare uno yogi ordinario. In Oriente c'è un'usanza: se io so una cosa, la dico soltanto al figlio maggiore. Egli, a sua volta, la dirà soltanto al suo primogenito. In questo modo vengono trasmessi i segreti, e gli estranei non possono venirne a conoscenza.

Su cento yogi, forse uno conosce questi segreti. Ciò non toglie che esista davvero una forma di conoscenza che può accelerare il lavoro lungo la via.

Dov'è la differenza? Cerco di spiegarvi con un esempio. Supponiamo che, per elaborare una certa sostanza, uno yogi debba fare un esercizio di respirazione. Egli sa che deve restare disteso e respirare per un certo tempo. Un "haida-yogi" sa tutto ciò che sa uno yogi, e agisce nello stesso modo. Egli però possiede un apparato tramite il quale può estrarre dall'aria gli elementi richiesti dal suo corpo. Un "haida-yogi" risparmia tempo perché conosce questi segreti.

Uno yogi ha bisogno di cinque ore, l' "haida-yogi" di un'ora.

Quest'ultimo utilizza una conoscenza che uno yogi non ha. Un "haida-yogi" fa in un mese ciò che uno yogi fa in un anno. E così per tutto il resto.

Tutte le vie tendono verso lo stesso scopo: la trasformazione interiore del vi in un nuovo corpo.

Come l'uomo può costruire il secondo corpo, il corpo astrale, tramite un processo sistematico conforme alle leggi, così può costruire dentro di sé un terzo corpo, e in seguito cominciare la costruzione del quarto. Questi corpi si formano uno dentro l'altro, e possono separarsi al punto da star seduti su sedie differenti...

Tutte le vie e tutte le scuole hanno una sola e unica meta, e tendono sempre alla stessa cosa. Ma chi è impegnato in una via, può non rendersene conto. Un monaco ha la fede, ed è convinto che non si possa arrivare a destinazione se non percorrendo la sua strada. Solo il maestro conosce la meta, ma non la rivela di proposito, perché se l'allievo ne venisse a conoscenza non lavorerebbe con impegno.

Ogni via ha le proprie teorie e i propri criteri di verifica. La materia è ovunque la stessa, ma cambia continuamente di posto ed entra in combinazioni diverse. Dalla densità di una pietra alla materia più sottile, ogni *do* ha le proprie emanazioni, la propria atmosfera; infatti ogni cosa mangia o è mangiata. Una cosa mangia l'altra; io vi mangio, voi mangiate il vostro vicino, e così via.

Ogni cosa all'interno dell'uomo evolve o involge. Un'entità è qualcosa che dura per un certo tempo senza involgere. (Ogni sostanza, organica o inorganica, può essere un'entità. Più avanti vedremo che tutto è organico).

Ogni entità emana, diffonde una certa sostanza. Questo vale tanto per la Terra, che per l'uomo o il microbo. La Terra su cui viviamo ha le proprie emanazioni, la propria atmosfera. Anche i pianeti sono delle entità, e hanno delle emanazioni, come i soli. A partire da sostanze positive e negative, le emanazioni dei soli hanno dato origine a nuove formazioni. Un risultato di queste combinazioni è la nostra Terra.

Le emanazioni di ciascuna entità hanno dei limiti, e di conseguenza a ogni punto corrisponde una diversa densità di materia. Dopo l'atto di creazione, l'esistenza segue il suo corso, e le entità continuano a emanare. Qui, su questo pianeta, ci sono emanazioni della Terra, dei pianeti e del Sole. Ma le emanazioni della Terra si espandono soltanto a una certa distanza. Al di là di quel limite, ci sono le emanazioni del Sole e dei pianeti, ma non della Terra.

Nella zona delle emanazioni provenienti dalla Terra e dalla Luna, la materia è più densa; al di sopra di quella zona, è più sottile. Le emanazioni penetrano ogni cosa, secondo le loro possibilità, e in questo modo arrivano all'uomo.

Ci sono altri soli, oltre il nostro. Come ho preso insieme tutti i pianeti, ora prendo insieme tutti i soli e le loro emanazioni. Non siamo in grado di vedere più in là, ma possiamo logicamente dedurre che esiste un mondo di ordine superiore. Per noi è l'ultimo punto. Anch'esso ha le proprie emanazioni.

In conformità alla Legge del Tre, la materia entra costantemente in varie combinazioni, diventa più densa, incontra un'altra materia e diventa ancora più densa, modificando così

le sue proprietà e possibilità. Per esempio, nelle sfere più alte, l'intelligenza esiste in forma pura, ma man mano che scende diventa meno intelligente.

Ogni entità ha in sé un'intelligenza, in altre parole ogni entità è più o meno intelligente. Se indichiamo con 1 la densità dell'Assoluto, la densità successiva sarà 3, perché in Dio come in tutte le cose, ci sono tre forze.

La legge è ovunque la stessa. La densità della sostanza successiva sarà due volte più grande della densità della seconda e sci volte più grande della densità della prima sostanza. La densità ancora successiva sarà 12, e a un certo punto la materia arriverà alla densità 48. Il che significa che questa sostanza è 48 volte più pesante, 48 volte meno intelligente ecc. Di ogni sostanza, se ne conosciamo il posto, possiamo saperne il peso. Oppure, al contrario, se ne conosciamo il peso, possiamo sapere qual è il posto da cui essa proviene.

SI PUÒ ESSERE IMPARZIALI?
New York, 20 febbraio 1924

È impossibile essere imparziali, anche quando nulla ci tocca personalmente. Questa è la legge, questo è lo psichismo umano.

Perché e come, ne parleremo più avanti. Nel frattempo, formuleremo il problema in questo modo:

- 1) nella macchina umana c'è qualcosa che non le permette di restare imparziale, ossia di ragionare con calma e oggettivamente, senza essere toccata sul vivo;
- 2) talvolta, con particolari sforzi, è possibile liberarsi di questa tendenza.

Per quanto riguarda il secondo punto, vi chiedo subito di tentare questo sforzo, e di farlo davvero, affinché la nostra conversazione, a differenza di tutte le conversazioni della vita ordinaria che consistono semplicemente nel versare il vuoto nel nulla, possa essere feconda sia per voi che per me.

Ho definito le solite conversazioni: "versare il vuoto nel nulla". Provate seriamente a riflettere su tutte le conversazioni che avete avuto da quando siete al mondo. Interrogatevi, guardate bene dentro di voi: tutte quelle discussioni vi hanno mai portato da qualche parte? Conoscete qualcosa in modo così certo e indubitabile come, per esempio, il fatto che due più due fanno quattro? Se guardate sinceramente in voi stessi, se vi rispondete onestamente, dovete convenire che non vi hanno portato a niente. Il nostro buon senso può quindi concludere che se questo modo di parlare non ci ha condotti a nulla fino a ora, non ci condurrà a nulla in futuro. Anche se un uomo visse cent'anni, il risultato sarebbe sempre lo stesso.

Di conseguenza, dobbiamo cercare la causa di questo fatto e, se possibile, modificarla. Il nostro obiettivo, allora, è scoprire questa causa; perciò, fin da ora, ci impegneremo a cambiare il nostro modo di condurre le discussioni. La volta scorsa abbiamo cominciato a parlare della Legge del Tre. Ho detto che questa legge è in ogni cosa e dovunque. Essa agisce anche nelle nostre conversazioni. Per esempio, quando la gente discute, c'è sempre uno che afferma e l'altro che nega. Se i due contendenti non si aprono a un confronto, non riescono a uscire dalle loro affermazioni e negazioni. Se invece cercano di spiegarsi, appare un nuovo risultato, cioè una nuova concezione che non è quella dell'uomo che afferma, né quella dell'uomo che nega.

Anche questa è una legge; infatti, è sbagliato affermare che le vostre precedenti discussioni non hanno dato nessun risultato. C'è stato un risultato, ma non per voi, è servito a qualcosa o a qualcuno al di fuori di voi.

Adesso, invece, stiamo parlando dei risultati ottenuti, o che vogliamo ottenere, dentro di noi. Quindi, anziché lasciare che la legge agisca attraverso di noi e fuori di noi, vogliamo che operi in noi, per noi stessi. Perché ciò sia possibile, basta cambiare il campo d'azione di questa legge.

Ciò che avete fatto fino a oggi, affermando, negando e discutendo con gli altri, adesso vorrei lo faceste con voi stessi affinché i risultati ottenuti non siano oggettivi come sono stati finora, ma soggettivi.

petra li
legge d'azione
ottiene

TUTTO È MATERIALE

Essentuki, 1918

Al mondo tutto è materiale e, in conformità con la legge universale, tutto è in movimento e in continua trasformazione. Questa trasformazione va dalla materia più sottile a quella più grossolana, e viceversa. Tra i due estremi, ci sono numerosi gradi di densità della materia.

La trasformazione della materia non avviene in modo continuo e uniforme. A certi stadi di sviluppo ci sono dei punti d'arresto che corrispondono in qualche modo a delle stazioni trasmittenti. Queste stazioni sono costituite da tutto ciò che può essere definito un organismo nel senso più ampio del termine, come il Sole, la Terra, l'uomo, il microbo. Le stazioni funzionano come trasformatori, trasformando la materia sia in senso ascendente, nel qual caso essa si affina, sia in senso discendente, nel qual caso si addensa. Questa trasformazione si effettua in modo puramente meccanico.

La materia è la stessa dovunque, ma a ogni livello ha una densità diversa. Di conseguenza, ogni sostanza ha un posto ben determinato nella scala generale delle materie, e su questa base è possibile capire se una sostanza sta per diventare più sottile o più densa.

I trasformatori si differenziano soltanto per la dimensione. L'uomo è una stazione trasmittente come, ad esempio, la Terra o il Sole, ed è la sede dei medesimi processi meccanici. Nell'uomo si effettua la stessa trasformazione di forme superiori in forme inferiori, e di forme inferiori in forme superiori.

La trasformazione di sostanze nelle due direzioni, evolutiva e involutiva, non avviene soltanto lungo la linea principale che va dal più sottile al più denso e viceversa ma, a ogni stazione intermedia di ogni livello, si biforcano delle ramifica-

zioni laterali. Una data entità può allora captare e assorbire la sostanza che le è necessaria, utilizzandola così o per la propria evoluzione, oppure per la propria involuzione. Ogni cosa assorbe, cioè si nutre di qualche altra cosa, e serve a sua volta da nutrimento. Ecco cosa significa "scambio reciproco". Questo scambio reciproco avviene ovunque, tanto nella materia organica che nella materia inorganica.

Come ho già detto, tutto è movimento.

Nessun movimento segue una linea retta; ogni movimento comporta due direzioni simultanee: è in rotazione su se stesso, e cade verso il più vicino centro di gravità. Questa è la legge di caduta, normalmente chiamata legge di moto. Questa legge universale era conosciuta in tempi antichissimi: lo si può dedurre da certi avvenimenti del passato, che non si sarebbero mai verificati se gli uomini di quel tempo non avessero avuto tale conoscenza. Una volta gli uomini sapevano come utilizzare e controllare queste leggi di Natura. La capacità da parte dell'uomo di dirigere artificialmente le leggi meccaniche è chiamata magia, e implica non solo una trasormazione di sostanze nella direzione voluta, ma anche la resistenza e l'opposizione a determinate influenze meccaniche basate sulle stesse leggi.

Chi conosce queste leggi universali e sa come servirsene è un mago. Esiste una magia bianca e una magia nera. I maghi bianchi usano la loro conoscenza per il bene; i maghi neri se ne servono per il male, per i propri fini egoisti.

Al pari della Grande Conoscenza, la magia esiste dai tempi più remoti e non si è mai perduta; e la conoscenza che racchiude in sé è rimasta la stessa. Secondo i tempi e i luoghi, è cambiata soltanto la forma in cui questa conoscenza è stata formulata e trasmessa.

Oggi noi parliamo una lingua che tra duecento anni non sarà più la stessa, e che duecento anni fa era diversa. Allo stesso modo, la forma che la Grande Conoscenza ha assunto in un certo periodo diventa difficilmente comprensibile alle successive generazioni, dalle quali viene interpretata quasi esclusivamente in maniera letterale. Per la maggior parte della gente, il contenuto interiore va perduto.

Nella storia dell'umanità si sviluppano parallelamente due linee di civiltà, indipendenti l'una dall'altra: la linea esoterica e la linea exoterica. Inesorabilmente, una prevale sull'altra, e quando una si sviluppa, l'altra si ritira nell'ombra. Un periodo di civiltà a prevalenza esoterica si sviluppa quando le condizioni esteriori, politiche e altre ancora, sono favorevoli. Così è successo con il cristianesimo. La Conoscenza, sotto forma di un insegnamento adatto alle condizioni di tempo e di luogo, diventa in tal caso largamente diffusa. Ma se per alcuni la religione è una guida, per altri non è che un gendarme.

Anche il Cristo era un mago, un uomo di Conoscenza. Egli non era Dio, o meglio, era Dio, ma su un certo livello.

Il senso vero e la portata reale di molti fatti del Vangelo sono oggi praticamente dimenticati. Per esempio, l'Ultima Cena è stato un avvenimento completamente diverso da quello che generalmente si crede. Il Cristo aveva veramente mescolato il suo sangue al pane e al vino, affinché i suoi discepoli potessero assimilarlo.

Perché possiate capire, devo spiegarvi delle altre cose.

Tutto ciò che vive è circondato da un'atmosfera: cambia solo la dimensione. Più è grande l'organismo, più è grande l'atmosfera. In questo senso, ogni organismo può essere paragonato a una fabbrica. Una fabbrica è circondata da un'atmosfera che contiene fumo, vapori, sostanze inutilizzate e certi composti che evaporano durante il processo di produzione. La qualità dei diversi costituenti può variare. Esattamente nello stesso modo, l'atmosfera umana è composta di vari elementi. Ogni fabbrica ha un'atmosfera con un odore particolare. E così quella di ogni uomo. Per un olfatto molto sensibile, quello di un cane per esempio, è impossibile confondere l'atmosfera di un uomo con quella di un altro.

Ho anche detto che l'uomo è una stazione di trasformazione delle sostanze. Una parte delle sostanze prodotte dall'organismo serve a trasformare altre sostanze, ma il resto si disperde definitivamente nell'atmosfera.

Quindi l'organismo non lavora soltanto per sé, ma anche per qualcos'altro. L'uomo che ha la Conoscenza, sa come trattenere e accumulare le sostanze sottili. Nell'uomo, solo un

grande accumulo di sostanze sottili rende possibile la formazione di un secondo corpo, più leggero.

Solitamente, le materie che compongono l'atmosfera di un uomo vengono consumate e ricostituite in continuazione dal suo lavoro interiore. L'atmosfera umana non ha necessariamente una forma sferica. La sua forma cambia continuamente. Quando c'è una tensione, un timore o un pericolo, l'atmosfera si protende verso la tensione, e contemporaneamente si assottiglia dal lato opposto. L'atmosfera dell'uomo occupa un certo spazio. Nei limiti di tale spazio, essa subisce l'attrazione dell'organismo. Ma oltre un certo limite, le particelle dell'atmosfera si distaccano e non ritornano più. Questo può avvenire quando l'atmosfera è fortemente protesa in una direzione.

Allo stesso modo, quando un uomo si muove, alcune particelle della sua atmosfera si staccano e restano indietro, lasciando uno "strascico", grazie al quale quell'uomo può essere seguito tramite le sue tracce. Queste particelle possono dissolversi rapidamente nell'aria, ma possono anche restare sul posto per un tempo abbastanza lungo. Particelle della sua atmosfera possono anche fissarsi sugli abiti, sulla biancheria e su altri oggetti che gli appartengono, in modo che tra l'uomo e le sue cose si stabilisce un legame.

Magnetismo, ipnotismo e telepatia sono fenomeni dello stesso genere. L'azione del magnetismo è diretta; quella dell'ipnotismo opera a breve distanza attraverso l'atmosfera; quella della telepatia a distanze maggiori, e si può paragonare al telefono o al telegrafo. Col telefono, il legame si stabilisce tramite dei fili metallici; con la telepatia, esso si stabilisce attraverso la traccia lasciata dalle particelle disperse. Chi ha il dono della telepatia può riempire questa traccia con la propria materia e stabilire così un legame, formando una specie di cavo tramite cui agire sulla mente di un altro. Se è in possesso di un oggetto appartenente a una certa persona, egli, dopo aver stabilito un collegamento del genere, può foggare intorno all'oggetto una figura di cera o di argilla e, agendo su di essa, è in grado di agire su quella persona.

I QUATTRO CORPI DELL'UOMO

New York, 17 febbraio 1924

Lavorare su se stessi non è tanto difficile quanto volerlo fare, e decidersi a farlo. Per prendere questa decisione, occorre che i centri si mettano d'accordo, avendo capito che, per fare insieme una cosa qualsiasi, devono sottomettersi a un padrone comune. Ma per i centri è difficile mettersi d'accordo: infatti, se c'è un padrone, più nessuno può dare ordini agli altri e fare ciò che gli piace. Nell'uomo ordinario, non c'è un padrone. E dove non c'è un padrone, non c'è un'anima. L'anima è la meta di tutte le religioni, di tutte le scuole. Ma è una meta, una possibilità: non è un fatto.

L'uomo ordinario non ha né anima né volontà. Ciò che normalmente si chiama "volontà" non è che la risultante dei desideri. Se un uomo prova un certo desiderio, e contemporaneamente gli spunta un desiderio opposto, più forte del primo, il secondo inghiotte il primo, facendolo sparire. Ecco ciò che si definisce volontà nel linguaggio ordinario.

Il bambino non nasce mai con un'anima. L'anima può essere acquisita soltanto nel corso della vita; non solo, ma è un gran lusso, riservato a pochissimi uomini. La maggior parte della gente trascorre tutta la vita senz'anima, senza padrone. Per la vita ordinaria, l'anima non è affatto necessaria.

Ma l'anima non può spuntare dal nulla. Ogni cosa è materiale. Anche l'anima è materiale, pur essendo costituita da una sostanza molto sottile. Per acquisire un'anima, bisogna innanzitutto avere la sostanza corrispondente.

In realtà, noi non abbiamo nemmeno il materiale sufficiente per le nostre funzioni quotidiane. Di conseguenza, se vogliamo assicurarci la sostanza, o capitale, indispensabile, dobbiamo cominciare a risparmiare per il futuro. Per esem-

pio, se sono abituato a mangiare una patata al giorno, ne mangio mezza, e l'altra metà la metto da parte; oppure decido di digiunare completamente. E la riserva di sostanze dev'essere grande, altrimenti il poco che c'è si disperde rapidamente.

Se abbiamo dei cristalli di sale e li mettiamo in un bicchiere d'acqua, si sciolgono subito. Aggiungendone più volte, continuano a sciogliersi. Ma, a un certo punto, la soluzione è satura. Allora il sale non si scioglie più, e i cristalli restano interi sul fondo del bicchiere.

Per l'organismo umano è la stessa cosa. Anche se i materiali richiesti per la formazione dell'anima vengono continuamente prodotti dall'organismo, essi si disperdono e si dissolvono al suo interno. Perché sia possibile la cristallizzazione, questi materiali devono essere in sovrabbondanza.

La materia che si cristallizza così per saturazione, assume allora la forma del corpo fisico dell'uomo, ne è una copia e può esserne separata. Questi due corpi hanno una vita diversa, e ciascuno obbedisce a un diverso ordine di leggi. Il secondo corpo è il "corpo astrale". Rispetto al corpo fisico, è ciò che si definisce anima. La scienza ha già intravisto la possibilità di provare sperimentalmente l'esistenza del secondo corpo.

Dal momento che parliamo dell'anima, dobbiamo precisare che esistono parecchie categorie di anima, ma soltanto una può veramente definirsi tale.

L'anima, come si è detto, si acquisisce nel corso della vita. Se l'uomo che ha cominciato ad accumulare quelle sostanze muore prima che si siano cristallizzate, allora nel momento stesso della morte del corpo fisico, anche quelle sostanze si disintegrano e vanno disperse.

Come ogni altro fenomeno, l'uomo è il prodotto di tre forze.

Come ogni cosa vivente, la Terra, il mondo planetario e il Sole inviano delle emanazioni. Nello spazio situato tra il Sole e la Terra si trovano, potremmo dire, tre miscugli di emanazioni. Le emanazioni del Sole, che sono di lunga gittata a causa del suo grande volume, raggiungono la Terra e addirittura le passano attraverso senza ostacoli, perché sono più

sottili. Le emanazioni dei pianeti raggiungono la Terra, ma non raggiungono il Sole. Le emanazioni della Terra sono ancora più limitate. In definitiva, entro i confini dell'atmosfera terrestre, esistono tre tipi di emanazioni: quelle del Sole, quelle della Terra e quelle dei pianeti. Oltre l'atmosfera, non ci sono più emanazioni della Terra, ma soltanto quelle del Sole e dei pianeti; più in alto ancora, non restano che le emanazioni del Sole.

L'uomo è il risultato dell'interazione tra le emanazioni dei pianeti e dell'atmosfera terrestre, e le sostanze della Terra. Alla morte di un uomo ordinario, il corpo fisico si disgrega nei suoi elementi costitutivi. Le parti provenienti dalla Terra vanno alla Terra. «Non sei che polvere, e polvere ritornerai». Le parti dovute alle emanazioni planetarie ritornano al mondo planetario. Le parti provenienti dall'atmosfera terrestre a essa fanno ritorno. In questo modo non resta nulla di integro.

Se il secondo corpo riesce a cristallizzarsi prima che l'uomo muoia, tale corpo può continuare a vivere dopo la morte del corpo fisico. La materia del corpo astrale corrisponde, come vibrazioni, alla materia delle emanazioni solari; teoricamente, il corpo astrale è indistruttibile all'interno dei limiti della Terra e della sua atmosfera. Tuttavia, la durata della sua vita è variabile. Esso può vivere a lungo, ma la sua esistenza può anche cessare rapidamente. Il fatto è che il secondo corpo, come il primo, ha dei centri; come il primo, vive e si nutre di impressioni; e, al pari di un neonato privo d'esperienza e di materiale d'impressioni, ha bisogno di ricevere una certa educazione. Altrimenti è indifeso, incapace di esistere autonomamente, e, come il corpo fisico, non tarda a disintegrarsi.

Tutto ciò che esiste è soggetto alla stessa legge: "come in alto, così in basso". Ciò che può esistere in certe condizioni non può esistere in altre. Se il corpo astrale incontra una materia dalle vibrazioni più sottili, si disintegra.

Ecco perché, alla domanda se l'anima è immortale, non si può che rispondere: sì e no. Per rispondere in modo preciso, bisogna sapere a quale anima e a quale immortalità la domanda si riferisce.

Come ho detto prima, il secondo corpo dell'uomo è l'ani-

ma in rapporto al corpo fisico. Benché sia anch'esso diviso in tre principi, preso come un tutto rappresenta la forza attiva, il principio positivo, in rapporto al principio passivo, negativo, che è il corpo fisico. Il principio neutralizzante tra di essi è un magnetismo speciale, che non tutti possiedono: ma senza questo magnetismo il secondo corpo non può essere padrone del primo.

È possibile un ulteriore sviluppo. Un uomo che ha due corpi può acquisire nuove proprietà, cristallizzando nuove sostanze. In tal caso, all'interno del secondo, si forma un terzo corpo, definito talvolta "corpo mentale". Il terzo corpo diventerà il principio attivo, il secondo corpo il principio neutralizzante e il primo corpo, il corpo fisico, il principio passivo.

Ma il terzo corpo non è ancora l'anima nel vero senso della parola. Alla morte del corpo fisico, il corpo astrale può a sua volta morire e il corpo mentale sopravvivere da solo. Ma, pur essendo immortale in certe condizioni, anch'esso, prima o poi, può morire.

Solo il quarto corpo segna il raggiungimento del massimo sviluppo che all'uomo è possibile nelle condizioni terrestri di esistenza. Esso è immortale nei limiti del sistema solare. La vera volontà appartiene a questo corpo. Esso è l'"io" reale, l'anima dell'uomo, il padrone. È il principio attivo in rapporto agli altri tre corpi presi insieme.

Pur interpenetrandosi, i quattro corpi sono separati l'uno dall'altro. Dopo la morte del corpo fisico, i corpi superiori possono separarsi.

La reincarnazione è un fenomeno molto raro, che può verificarsi sia al termine di un periodo di tempo molto lungo, sia nell'eventualità che esista un uomo dal corpo fisico del tutto identico a quello dell'uomo che possedeva i corpi superiori. Inoltre, il corpo astrale può reincarnarsi solo quando incontra casualmente questo corpo fisico, e quindi si reincarna in maniera inconsapevole. Invece il corpo mentale è già in grado di scegliere.

LA CARROZZA

Prieuré, 19 gennaio 1923

«La musica suonata durante gli esercizi modifica, in noi, il corso di quel movimento innato che, nella vita, è la principale fonte di interferenza. La musica, da sola, non può agire sulla totalità del nostro automatismo inconscio, ma può essere d'aiuto. La musica non può liberarci totalmente dalla nostra meccanicità, ma per il momento, in mancanza di altri mezzi, ci limiteremo a utilizzare la musica.

«Una cosa è importante: nell'eseguire tutti gli esercizi esteriori, dovete imparare fin dall'inizio a non prestare attenzione alla musica, ma ad ascoltarla automaticamente. Inizialmente, l'attenzione tende a sviaarsi ogni tanto verso la musica; ma in seguito sarà possibile ascoltare la musica, e tutto il resto, con un'attenzione completamente automatica, la cui natura è diversa dall'attenzione puramente meccanica.

«È importante imparare a riconoscere questi due tipi di attenzione. Finché non sono separate l'una dall'altra, sembrano così simili che una persona inesperta è incapace di distinguerle. Un'attenzione piena, profonda, fortemente concentrata, ci permette di separarle. Imparate a riconoscere dal gusto la differenza tra questi due tipi di attenzione, per poter discernere, tra i pensieri che si presentano, da una parte ciò che è informazione, e dall'altra ciò che è valutazione differenziata».

(Prieuré, 20 gennaio 1923)

Ogni volta che chiedo: «Qualcuno ha pensato, mentre lavorava, alla conferenza di ieri?» ricevo immancabilmente la stessa risposta: ce ne siamo dimenticati. Eppure, pensare mentre si lavora è la stessa cosa che ricordare se stessi.

È impossibile ricordare se stessi. È impossibile perché la gente vuol vivere soltanto con la mente. Ma la riserva di attenzione della mente (paragonabile alla carica elettrica di una batteria) è molto piccola. E le altre parti non hanno nessuna voglia di ricordare.

Forse rammentate che avevo paragonato l'uomo a una carrozza con un padrone, un cocchiere, un cavallo e una vettura. Il padrone è fuori discussione perché non c'è; di conseguenza, possiamo parlare soltanto del cocchiere. La nostra mente è il cocchiere.

La mente vuol fare qualcosa, si è presa l'impegno di lavorare in modo diverso da quanto ha fatto finora: vuole ricordare se stessa. Ma l'interesse che abbiamo al cambiamento e alla trasformazione di noi stessi appartiene soltanto al cocchiere, cioè è unicamente mentale.

Quanto al corpo e al sentimento, queste altre parti non sono minimamente interessate a mettere in pratica il ricordo di sé. E invece è essenziale cambiare non nella mente, ma nelle parti che non sono interessate. La mente può cambiare molto facilmente, ma la trasformazione non si ottiene con la mente; se è mentale, è del tutto inutile.

Ecco perché si deve insegnare, e si deve imparare, non attraverso la mente, ma per mezzo del sentimento e del corpo. Nello stesso tempo, il sentimento e il corpo non usano il nostro linguaggio, e non hanno la nostra comprensione. Essi

non capiscono né il russo né l'inglese; il cavallo non capisce il linguaggio del cocchiere, né la vettura quello del cavallo. Se il cocchiere dice in inglese: «Gira a destra», non succede proprio niente. Il cavallo capisce il linguaggio delle redini, e gira a destra solo obbedendo alle redini. Oppure svolta senza redini, se viene toccato in posti dove è abituato a essere toccato, come succede con gli asini addestrati in Persia. La stessa cosa vale per la vettura: essa ha una propria struttura. Se le stanghe girano a destra, le ruote posteriori vanno a sinistra. Poi un altro movimento, e le ruote vanno a destra. Siccome la vettura capisce solo quel tipo di movimento, reagisce a modo suo. Quindi, il cocchiere deve conoscere i lati deboli, ossia le caratteristiche della vettura: in tal caso può guidarla nella direzione voluta. Se però se ne sta semplicemente seduto a cassetta, dicendo nel proprio linguaggio «a destra» o «a sinistra», la carrozza non si muoverà mai, dovesse anche gridare per un anno.

Noi siamo la copia esatta di questa carrozza. La mente da sola non può essere considerata un uomo, come un cocchiere seduto al bar non può essere considerato un cocchiere che svolge la sua funzione. La nostra mente è simile a un cocchiere di professione che se ne stia seduto a casa o al bar, sognando di portare vari clienti a destinazione. Proprio come la sua corsa non è una vera corsa, così il tentativo di lavorare solo con la mente non conduce da nessuna parte. Si diventa soltanto dei teorici, delle specie di pazzi.

Il potere di trasformazione non sta nella mente, ma nel corpo e nel sentimento. Purtroppo, il nostro corpo e il nostro sentimento sono cosiffatti che, quando stanno bene, non si preoccupano di nulla. Essi vivono alla giornata, e hanno la memoria corta. Solo la mente vive in vista del futuro. Ogni parte ha i suoi meriti. Il merito della mente è quello di prevedere. Ma solo le altre due possono «fare».

Finora, la maggior parte dei desideri e degli sforzi è stata accidentale. Prodotti dalla mente, esistevano solo nella mente. In coloro che sono qui, è casualmente emerso un desiderio di ottenere o di cambiare qualcosa. Ma solo nella mente. In essi non è ancora cambiato nulla. Non è che un'idea nella

loro testa: ma ognuno è rimasto quel che era. Anche se uno lavora mentalmente per dieci anni, studia giorno e notte, cerca di ricordare se stesso e di lottare mentalmente, non combina niente di utile o di vero, perché mentalmente non c'è niente da cambiare. E l'atteggiamento del cavallo che deve cambiare. Il desiderio dev'essere nel cavallo, e la capacità nella vettura.

Ma, come abbiamo già detto, a causa dell'errata educazione moderna e del fatto che l'assenza di relazioni tra corpo, mente e sentimento non è stata riconosciuta fin dall'infanzia, succede che la maggior parte della gente è così deformata da non possedere un linguaggio comune tra una parte e l'altra. Ecco perché ci riesce così difficile stabilire una relazione tra tutte le nostre parti, e ci riesce ancora più difficile costringerle a cambiare il loro modo di vita. Di conseguenza, siamo costretti a metterle in comunicazione attraverso un linguaggio particolare, che è diverso da quello previsto dalla natura attraverso cui queste diverse parti si sarebbero rapidamente ricongiunte una con l'altra, e avrebbero raggiunto, con una comprensione e degli sforzi concertati, lo scopo prefisso, comune a tutte.

Per la maggior parte di noi, questo linguaggio comune è irrimediabilmente perduto. L'unica cosa da fare è stabilire un collegamento mediante una via traversa, «illegale». E questi collegamenti indiretti, artificiali, «fraudolenti», sono necessariamente molto soggettivi, poiché dipendono dal carattere e dalla forma del condizionamento interiore di ciascuno.

Quindi ora dobbiamo scoprire questa soggettività, e mettere a punto un programma di lavoro atto a stabilire un collegamento con le altre parti. Scoprire questa soggettività è una cosa complicata che non si può realizzare a prima vista; in ogni caso, non prima che un uomo sia stato analizzato a fondo e smontato pezzo per pezzo, non prima di aver verificato ogni cosa, risalendo «fino alla nonna».

Di conseguenza, da una parte continueremo a cercar di individuare la soggettività di ciascuno separatamente, dall'altra cominceremo un lavoro generale valido per tutti, sotto forma di esercizi pratici. Ci sono dei metodi soggettivi e dei

metodi generali. Quindi cercheremo di mettere a punto dei metodi soggettivi, e contemporaneamente di applicare quelli generali.

Ricordatevi che le indicazioni soggettive verranno date soltanto a coloro che si saranno messi alla prova, che avranno dimostrato di voler lavorare e di non essere pigri. I metodi e le occupazioni generali saranno accessibili a tutti, ma i metodi soggettivi verranno assegnati nei gruppi soltanto a coloro che lavorano, a coloro che si sforzano veramente di impegnarsi con tutto il proprio essere. Gli oziosi, quelli che si affidano al caso non potranno mai vedere e sentire ciò che costituisce il lavoro reale, anche se restano qui per dieci anni.

Coloro che hanno assistito alle conferenze hanno già sentito parlare del "ricordo di sé", vi avranno riflettuto e avranno fatto dei tentativi. Chi ci ha provato, quasi certamente avrà scoperto che, malgrado i grandi sforzi e il forte desiderio, questo ricordo di sé, così comprensibile alla mente, così facile da concepire teoricamente, è, in pratica, impossibile. Ed è vero che è impossibile.

Quando diciamo "ricordare noi stessi", vogliamo proprio dire "noi stessi". Ma noi, noi stessi, "io", siamo i nostri sentimenti, il nostro corpo, le nostre sensazioni. Io non sono la mia mente, non sono i miei pensieri. La mente non è noi, è una piccola parte di noi. È vero che questa parte ha una relazione con noi, ma è una relazione molto parziale, sicché la nostra organizzazione le accorda pochissimo materiale. Se il corpo e il sentimento ricevono l'energia e i vari elementi indispensabili per la loro esistenza in una proporzione, diciamo, di venti parti, la mente, invece, non ne riceve che una. La nostra attenzione è il prodotto di questi elementi, di questo materiale. Le nostre diverse parti hanno ciascuna la propria attenzione; la durata e il potere di tale attenzione sono proporzionali al materiale ricevuto. La parte che riceve più materiale dispone di più attenzione.

Poiché la mente è alimentata da poco materiale, la sua attenzione, cioè la sua memoria, è corta, ed è efficace finché

dura il materiale. Infatti, se vogliamo (e insistiamo a volere) ricordare noi stessi soltanto con la mente, per quanto intenzionalmente lo sogniamo o lo desideriamo, e qualunque misura possiamo prendere, saremo incapaci di farlo più a lungo di quanto ci consenta il nostro materiale. Quando il materiale è finito, l'attenzione svanisce. È esattamente come un accumulatore, che è capace di far restare accesa una lampadina finché è carico. Quando l'energia è finita, la lampadina non può più emettere luce, anche se è in perfetto stato. La luce della lampadina è la nostra memoria. Ecco perché un uomo non riesce a ricordare se stesso più a lungo: effettivamente non può, perché questa memoria particolare è corta, e sempre lo sarà. Così stanno le cose.

È impossibile dotarsi di un accumulatore più potente, o caricarlo di una quantità di energia superiore alla sua capacità. Però è possibile aumentare il nostro ricordo di sé, non ingrandendo l'accumulatore, ma mobilitando le altre parti coi loro accumulatori, facendole partecipare al lavoro generale. In tal caso, tutte le parti si metteranno al lavoro, e si aiuteranno reciprocamente nel tenere la luce accesa.

Poiché abbiamo fiducia nella mente, e poiché la mente è arrivata alla conclusione che il ricordo di sé è una cosa buona ed è indispensabile anche per le altre parti, dobbiamo fare tutto il possibile per risvegliare il loro interesse, e convincerle che il risultato desiderato è utile e necessario anche per loro.

Devo ammettere che le diverse parti del nostro "io", salvo qualche eccezione, non provano il minimo interesse per il ricordo di sé. Peggio ancora, non sospettano nemmeno che nella loro sorella mente possa albergare un desiderio del genere. Di conseguenza, dobbiamo cercare di farglielo sapere. Se esse provano un impulso a lavorare in questa direzione, metà del lavoro è fatto. In tal caso possiamo cominciare a istruirle e aiutarle.

Purtroppo, con loro non è possibile comunicare subito in maniera comprensibile, poiché, data la scarsissima educazione, il cavallo e la vettura non conoscono un linguaggio degno di un gentiluomo. La loro vita e i loro pensieri sono istintivi, come negli animali, ed è quindi impossibile dimostrare logi-

camente a queste parti dove sono i loro futuri interessi, e quali sono le loro enormi potenzialità. All'inizio, tutto ciò che si può fare è di metterle al lavoro con metodi indiretti, "fraudolenti". In seguito potranno anche sviluppare il proprio buon senso, perché a esse logica e buon senso non mancano: però queste doti non sono state coltivate. La loro condizione è paragonabile a quella di un uomo che sia stato costretto a vivere lontano dai suoi simili, senza alcuna possibilità di comunicazione. Un uomo del genere non sarebbe in grado di pensare logicamente come facciamo noi. Noi possediamo tale capacità, perché fin dall'infanzia abbiamo vissuto e abbiamo avuto a che fare con altri uomini. Proprio come quell'uomo cresciuto lontano dagli altri così le mie diverse parti hanno vissuto solo con l'istinto animale, senza pensiero né logica. Di conseguenza, queste capacità sono degenerare, e le loro qualità intrinseche si sono smussate e atrofizzate. Tuttavia, grazie alla loro natura originaria, l'atrofia di queste capacità non ha conseguenze irreparabili, ed è possibile farle rivivere nella forma iniziale.

Beninteso, occorre un'enorme quantità di lavoro per distruggere la corazza di abitudini viziose già cristallizzate. Prima di iniziare un nuovo lavoro, bisogna correggere i vecchi difetti.

Per esempio, io voglio ricordare me stesso il più a lungo possibile. Ma ho constatato che dimentico molto rapidamente l'impegno che mi sono preso, perché la mente ha pochissime associazioni a questo proposito.

Ho notato che altre associazioni assorbono le associazioni legate al ricordo di sé. Nel nostro apparato formatore, le associazioni sono provocate dagli shock ch'esso riceve dai centri. Ogni shock genera delle associazioni particolari; la forza di queste associazioni dipende da ciò che le ha prodotte.

Se il centro intellettuale produce delle associazioni di ricordo di sé, queste associazioni desiderabili vengono riassorbite da altre associazioni simultanee di diverso carattere, le quali provengono da altre parti, sono del tutto estranee al

ricordo di sé, e sono più numerose perché arrivano da molti posti diversi.

In questo momento sono seduto qui.

Il mio problema è quello di portare tutte le parti di me stesso al punto in cui il mio centro mentale sia capace di prolungare lo stato del ricordo di sé il più a lungo possibile, senza che l'energia si esaurisca immediatamente.

A questo punto tengo a sottolineare che il ricordo di sé, per quanto pieno e totale, può essere di due tipi: cosciente o meccanico, e cioè può consistere nel ricordare se stessi consapevolmente, o nel ricordare se stessi per associazione. Il ricordo meccanico, cioè associativo, non può portare alcun vantaggio essenziale, ma ha un grandissimo valore per chi è all'inizio. In seguito esso non deve più essere usato, perché un ricordo di questo tipo, per quanto completo, non produce alcuna manifestazione reale e concreta. Ma, all'inizio, anch'esso è necessario.

A ogni buon conto, esiste un altro ricordo di sé, un ricordo cosciente che non è meccanico.

«IO VOGLIO RICORDARE ME STESSO»

Prieuré, 20 gennaio 1923

LA PRIMA

In questo momento, sono seduto qui. Sono totalmente incapace di ricordare me stesso e non ho alcuna idea di cosa significhi. Però ne ho sentito parlare. Proprio oggi un amico mi ha dimostrato che è possibile.

Ci ho ripensato e mi sono convinto che, se riesco a ricordare me stesso abbastanza a lungo, faccio meno errori e più cose utili.

Adesso voglio ricordarmi. Provo. Ma ogni persona, ogni minimo rumore distraggono la mia attenzione, e mi dimentico.

Davanti a me c'è un foglio di carta su cui ho deliberatamente scritto: ricordo di sé, perché mi serva da shock per ricordare me stesso. Ma questo foglio di carta non mi è di alcun aiuto. Finché l'attenzione è concentrata sul foglio, mi ricordo. Quando l'attenzione si rilassa, guardo il foglio ma non riesco a ricordare me stesso.

Provo in un altro modo. Mi ripeto: «Voglio ricordare me stesso». Ma nemmeno questo mi aiuta. In certi momenti, mi accorgo che ripeto la frase meccanicamente, ma l'attenzione non c'è.

Provo in tutti i modi possibili. Per esempio, mi siedo e cerco di associare qualche malessere fisico col ricordo di sé. Ho un callo al piede che mi fa male. Ma il callo non mi aiuta a lungo. Ben presto comincio a sentire il callo in modo puramente meccanico. Ciononostante provo con tutti i mezzi, perché ho un forte desiderio di riuscire a ricordarmi di me.

Per capire come procedere, vorrei sapere se qualcuno ha pensato così, se ha provato in questo modo.

Ma supponiamo che io non abbia ancora veramente provato in questo modo. Supponiamo che finora io abbia sempre

provato direttamente con la mente, che non abbia ancora provato a creare in me delle associazioni di un'altra natura, associazioni che non siano unicamente quelle del centro intellettuale. Voglio provare. Forse avrò un risultato migliore, e scoprirò più rapidamente che qualcos'altro è possibile.

Voglio ricordare me stesso, in questo momento mi ricordo. Mi ricordo con la mente. Mi chiedo: «Mi ricordo anche con la sensazione?» E constato che con la sensazione non sto ricordando me stesso.

Qual è la differenza tra la sensazione e il sentimento?

Tutti quanti capiscono cosa intendo dire?

Per esempio, sono seduto qui. Dato che ho preso una posizione insolita, i miei muscoli sono tesi in modo anormale.

Generalmente non ho la sensazione dei miei muscoli nelle posizioni che mi sono abituali. Come tutti, anch'io dispongo di un numero limitato di posizioni. In questo momento ne ho assunta una nuova che non mi è abituale. Ho la sensazione del mio corpo, e se non del corpo intero, almeno di certe sue parti; una sensazione di calore, di circolazione del sangue.

Sento che dietro di me c'è una stufa accesa. Siccome dietro fa caldo e davanti fa freddo, c'è una notevole differenza di temperatura nell'aria e, grazie a questo contrasto, continuo ad avere una sensazione di me.

Questa sera a cena ho mangiato del coniglio. Poiché il coniglio e l'*habur-chubur* erano buonissimi, ho mangiato troppo. Mi sento la respirazione e lo stomaco particolarmente appesantiti. Questa sensazione è persistente.

Poco fa, stavo preparando un piatto con A. per metterlo in forno. Mentre lo preparavo, mi sono ricordato com'era solita cucinarlo mia madre. E ho rivisto mia madre in alcuni momenti legati allo stesso ricordo. Questo fatto ha risvegliato in me un sentimento. Rivivo quei momenti, e quel sentimento non mi abbandona.

Adesso guardo quella lampada. Quando ancora non c'era l'elettricità alla Study House, avevo pensato che ci voleva un'illuminazione come questa, e avevo fatto un progetto di

tutto ciò ch'era necessario per realizzarla. Quel progetto è stato eseguito, e voi ne potete vedere il risultato. Quando la luce è stata accesa per la prima volta, ho avuto un sentimento di soddisfazione di me, e il sentimento che avevo provato allora non è affatto scomparso: io sento questa soddisfazione di me.

Un attimo fa stavo tornando dal bagno turco. Era buio, e poiché non vedevo niente davanti a me, ho battuto contro un albero. E mi sono ricordato per associazione che un giorno, camminando in una simile oscurità, mi ero scontrato con un uomo. Avevo ricevuto il colpo in pieno petto e, preso dalla collera, avevo picchiato quello sconosciuto. In seguito scoprii che quell'uomo non aveva nulla da rimproverarsi. Ma io l'avevo picchiato così forte che aveva perduto parecchi denti. Sul momento, non mi era nemmeno venuto in mente che quel malcapitato potesse non avere nessuna colpa ma, dopo essermi calmato, mi divenne chiaro. E più tardi, rivedendo per la strada quell'innocente col viso sfigurato, ne rimasi così dispiaciuto che, ogni volta che mi ricordo di lui, ritrovo in me lo stesso tormento di coscienza provato allora. E poco fa, quando ho battuto contro l'albero, ho rivissuto quel sentimento, ho rivisto di nuovo davanti a me l'infelice viso straziato di quel brav'uomo.

Vi ho appena dato degli esempi di sei stati interiori diversi. Tre esempi si riferiscono al centro motore e gli altri tre al centro emozionale. Nel linguaggio ordinario, tutti e sei sono chiamati sentimenti. Eppure, volendoli classificare correttamente, quelli legati al centro motore dovrebbero essere chiamati sensazioni, e quelli legati al centro emozionale, sentimenti. Ci sono migliaia di sensazioni diverse normalmente definite sentimenti. E invece c'è una bella differenza: hanno sostanze diverse, effetti diversi e cause diverse.

Se esaminiamo più da vicino questi stati interiori, possiamo determinare le loro rispettive nature e chiamarli col nome appropriato. Essi talvolta sono così diversi da non aver più nulla in comune. Alcuni hanno origine in una determinata localizzazione, altri in un'altra. In alcune persone manca la localizzazione di un certo tipo di sensazione, in altre ne

manca un'altra, in altre ancora possono essere tutte presenti.

Più avanti verrà il momento in cui cominceremo a isolarne una, o più d'una, artificialmente per capirne la vera natura. Per ora è sufficiente avere un'idea della differenza tra due tipi di esperienze che chiameremo le une "sentimenti", le altre "sensazioni". Definiremo col nome "sentimenti" quelle provenienti dalla localizzazione chiamata centro emozionale, mentre le "sensazioni" sono i cosiddetti sentimenti che provengono dalla localizzazione chiamata centro motore. Naturalmente, adesso ciascuno di voi dovrà comprendere ed esaminare i propri sentimenti e le proprie sensazioni, imparando, almeno a grandi linee, a riconoscerli.

Per la prima volta X V. R.C. D. S.

Per i primi esercizi di ricordo di sé, è indispensabile la partecipazione dei tre centri. Abbiamo cominciato a parlare della differenza tra sentimento e sensazione perché è necessario sentire simultaneamente il sentimento e la sensazione. A questo lavoro possiamo esercitarci solo con la partecipazione della mente. La prima cosa è la mente. Già lo sappiamo. Noi desideriamo, vogliamo; i nostri pensieri possono essere più o meno facilmente indirizzati a questo lavoro, perché ne abbiamo già una esperienza pratica.

All'inizio, sentimenti, sensazioni e pensieri dovranno essere evocati artificialmente. Per quanto riguarda i pensieri, il mezzo per evocarli artificialmente saranno le conversazioni, le conferenze ecc. Per esempio, se non viene detto nulla, non viene evocato nulla. Letture e colloqui servono da shock artificiali. Li chiamo artificiali perché non siamo nati con quei desideri, essi non sono naturali, non rispondono a una necessità organica. Essi sono artificiali e le loro conseguenze saranno altrettanto artificiali.

E se i pensieri sono artificiali, allora posso suscitare in me, per questo lavoro, delle sensazioni ugualmente artificiali.

Ripeto, ciò che è artificiale è necessario soltanto all'inizio. La pienezza di ciò che desideriamo non può essere raggiunta artificialmente, ma all'inizio è necessario ricorrere a questo sistema.

AD ASSISI ↓

Cerco di pensare alla cosa più facile, più semplice: voglio cominciare provando con la cosa più semplice. Nei miei pensieri, c'è già un certo numero di associazioni per il ricordo di sé, perché questo è un posto proprio con delle condizioni adatte, e perché siamo circondati da gente che ha lo stesso scopo. Di conseguenza, in me si formeranno continuamente nuove associazioni, in aggiunta a quelle che già posseggo. Quindi sono più o meno certo che sotto questo aspetto avrò delle sollecitazioni e degli shock; allora non devo preoccuparmi tanto dei pensieri, ma soprattutto degli altri aspetti, cui posso dedicare tutto il mio tempo.

Per iniziare, la sensazione più semplice e più accessibile si può ottenere con delle posizioni scomode. In questo momento sono seduto in modo del tutto insolito. Lì per lì tutto va bene, ma presto comincio a star male e le gambe provano una sensazione strana e inabituale. Sono consapevole che questo dolore non è preoccupante e non avrà delle conseguenze dannose; si tratta semplicemente di una sensazione cui non sono abituato e quindi spiacevole.

Perché possiate capire meglio le sensazioni che vi voglio illustrare, penso sia meglio che adesso ciascuno di voi assuma una posizione scomoda.

Ho continuamente voglia di spostarmi, di muovere le gambe, di cambiare questa posizione fastidiosa. Ma ho preso l'impegno di sopportarla, di tenere uno "stop" di tutto il corpo eccetto la testa.

Per il momento voglio dimenticarmi il ricordo di sé. Adesso voglio concentrare temporaneamente tutta la mia attenzione e tutti i miei pensieri su un solo proposito: non permettermi di cambiare posizione in modo automatico e inconsapevole.

Cerchiamo di dirigere la nostra attenzione su ciò che sta per succedere: all'inizio le gambe cominciano a far male, poi la sensazione aumenta sempre più, e il dolore si estende. Spostate l'attenzione sulla schiena. C'è un posto in cui possiate individuare una sensazione speciale? Soltanto chi ha assunto una posizione veramente scomoda e inabituale può sentirla.

Adesso, dopo che nel mio corpo, specialmente in alcuni posti, è comparsa una sensazione spiacevole, comincio a dire

a me stesso: «Io voglio, Voglio esser capace di raccogliermi spesso, per ricordarmi che è necessario ricordare me stesso». Vogliol! Tu, sono io, è il mio corpo!» Dico al mio corpo: «Tu, Tu-io. Tu sei anche me. Io voglio».

Le sensazioni che il mio corpo prova in questo momento, e tutte le sensazioni analoghe, voglio che mi ricordino me stesso.

«Io vogliol! Tu sei me. Io vogliol! Voglio ricordare il più possibile che voglio ricordarmi, che voglio ricordare me stesso». Le mie gambe si sono intorpidite. Mi alzo.

«Io voglio ricordare».

Chi lo desidera si alzi pure. «Io voglio ricordare spesso».

Tutte queste sensazioni mi richiameranno a me stesso. Adesso le nostre sensazioni cominciano gradualmente a modificarsi. Che ogni gradazione, ogni variazione di queste sensazioni mi riporti a ricordare me stesso. Pensate, camminare. Andate avanti e indietro pensate. Adesso il disagio è sparito.

Mi metto in un'altra posizione.

1) Io 2) voglio 3) ricordare 4) me stesso.

Io: semplicemente "io" con la mente.

Voglio: adesso sento.

E ora ricordatevi le vibrazioni che sorgono nel corpo quando vi imponete un compito per l'indomani. In questo momento dovrebbe comparire in voi una sensazione come quella che apparirà domani quando eseguirete il vostro compito, ma un po' più debole. Voglio ricordarmi questa sensazione.

Per spiegarmi, faccio un esempio: voglio andare a mettermi disteso. A questo pensiero provo una sensazione piacevole. Adesso provo in tutto il corpo, con minore intensità, la sensazione piacevole che proverò nel distendermi. Se vi si fa attenzione, è possibile percepire nettamente queste vibrazioni dentro di sé. A questo scopo bisogna fermare l'attenzione sui vari tipi di sensazione che compaiono nel corpo.

In questo stesso momento, dobbiamo sentire bene che gusto ha la sensazione di un desiderio mentale.

Quando pronunciate queste quattro parole: «Io voglio ricordare me stesso», voglio che proviate a sentire le cose che

ora vi dirò. Pronunciando la parola "io", avrete una sensazione puramente soggettiva alla testa, al petto, alla schiena, secondo lo stato in cui vi trovate. Non devo dire "io" in modo puramente meccanico, come una semplice parola, ma devo osservare la sua risonanza dentro di me. Ciò significa che pronunciando la parola "io" dovete "ascoltare" con la massima attenzione la sensazione interiore. Dovete fare in modo di non dire mai una sola volta la parola "io" automaticamente, anche se la dite molto spesso.

La seconda parola è "voglio". Sentite con tutto il corpo la vibrazione che risuona dentro di voi.

"Ricordare". Ogni uomo, quando ricorda, ha un processo appena percettibile al centro del petto.

"Me stesso". Quando dico "me stesso", intendo dire tutto me stesso. Solitamente, quando dico "me stesso", in realtà significa la mente o il sentimento o il corpo. Adesso dobbiamo prendere tutto l'insieme: la nostra atmosfera, il nostro corpo con tutto ciò che contiene.

Ciascuna di queste quattro parole ha una propria natura e un proprio posto di risonanza.

Se queste parole risuonassero tutte nello stesso posto, non potrebbero mai risuonare con uguale intensità. I nostri centri sono come degli accumulatori che, premendo un certo bottone, danno corrente per un po' di tempo. Poi la corrente si arresta, e bisogna smettere di premere il bottone perché l'accumulatore si ricarichi.

Ma nei nostri centri il consumo di energia è ancora più rapido che in un accumulatore. I centri, che reagiscono per risonanza ogni volta che pronunciamo una delle quattro parole, devono riposare a turno per mantenere la capacità di rispondere.

Ciascun campanello ha la propria batteria. Quando dico "io", suona un campanello; "voglio", un altro campanello; "ricordare", un terzo campanello; "me stesso", tutta la suoneria.

Tempo fa avevo detto che ogni centro ha il proprio accumulatore. Ma, contemporaneamente, la nostra macchina ha

un accumulatore centrale, indipendente dagli accumulatori che appartengono ai centri. In questo accumulatore centrale si genera energia solo quando tutti gli altri accumulatori funzionano uno di seguito all'altro in un ordine ben definito, determinando così la sua ricarica. In tal caso esso diventa un accumulatore nel vero senso della parola, perché raccoglie e immagazzina delle riserve di energia nei momenti in cui l'energia non viene consumata.

Una caratteristica comune a tutti noi è che gli accumulatori dei nostri centri si ricaricano di energia soltanto per la quantità che consumano, sicché non resta mai energia oltre quella che viene utilizzata.

È possibile prolungare il richiamo al ricordo di sé facendo durare più a lungo le riserve di energia. A questo fine dobbiamo essere in grado di costituire una riserva di energia.

I DUE FIUMI

New York, 22 febbraio 1924

Domanda: Come può una goccia d'acqua passare dal primo fiume, il fiume meccanico, al secondo, il fiume cosciente?

Risposta: "Con un biglietto". È necessario rendersi conto che può passare soltanto chi ha in sé una reale possibilità di cambiare. Tale possibilità dipende dal desiderio, cioè da una forte aspirazione di natura molto particolare, proveniente dall'essenza e non dalla personalità.

Innanzitutto lei deve capire che è molto difficile essere sinceri con se stessi. L'uomo ha molta paura di vedere la verità.

La sincerità è una funzione della coscienza. Ogni uomo ha una coscienza, che è una proprietà di ogni essere umano normale. Ma a causa della civiltà, questa funzione si è ricoperta di una crosta molto spessa e ha smesso di agire, salvo circostanze eccezionali in cui le associazioni sono molto forti. In tal caso essa funziona per un tempo brevissimo, poi sparisce di nuovo. Sono occasioni dovute a forti traumi, a grandi sofferenze, a un oltraggio. In momenti del genere, la coscienza riunifica la personalità e l'essenza, che normalmente si trovano del tutto separate.

La domanda sui due fiumi riguarda l'essenza, come tutto ciò che è reale. L'essenza è permanente; la personalità, invece, è fatta di educazione, idee, credenze: tutte cose prodotte dall'ambiente, che si possono acquisire e perdere molto in fretta.

L'obiettivo di questi colloqui è di aiutarvi a trovare qualcosa di reale. Ma non possiamo ancora porci seriamente la domanda sui due fiumi; prima dobbiamo chiederci: «Come posso prepararmi per fare questa domanda?»

Suppongo che l'aver avuto una certa visione della sua personalità abbia fatto nascere in lei, da una parte, una specie di insoddisfazione verso la sua vita, per quel che è attualmente, e dall'altra, la speranza di trovare qualcosa di meglio. Lei si aspetta che io le dica qualcosa che non sa, qualcosa che possa indicarle il primo passo.

Cerchi di capire che ciò che normalmente chiama "io" non è l'io; ci sono molti "io", e ciascuno ha i suoi desideri. Cerchi di verificarlo lei stesso. Lei vuole cambiare, ma qual è la parte che lo desidera? In lei ci sono molte parti che vogliono molte cose (si ricordi la parabola delle nozze di Cana), ma una sola è reale. Le sarà utilissimo cercare di essere sincero con se stesso. La sincerità è la chiave che apre la porta per vedere le sue diverse parti; e allora potrà vedere qualcosa di completamente nuovo. Deve persistere nel tentativo di essere sincero. Ogni giorno lei si mette una maschera, e a poco a poco se la deve togliere.

È molto difficile che diventi sincero di colpo, ma se ci prova, poco per volta farà dei progressi. Quando riuscirà a esser sincero, potrà indicarle, o aiutarla a vedere, le cose che la spaventano e, alla fine, lei scoprirà da solo ciò che le è utile e necessario.

Però deve capire una cosa molto importante. L'uomo non può rendersi libero, poiché non è in grado di osservarsi continuamente; forse può riuscirci per cinque minuti, ma per conoscere veramente se stesso dovrebbe osservarsi per l'intera giornata. D'altra parte, l'uomo dispone di una sola attenzione, ed essendo meccanico, raramente riesce a vedere le proprie debolezze. Tuttavia, anche se non sempre riesce a vedere cose nuove, talvolta può fare delle scoperte casuali, che in seguito può riconoscere. Ecco una particolarità del suo essere: quando scopre una cosa dentro di lei, può vederla di nuovo. Quando lei vede qualche novità, ne riceve un'immagine, e in seguito vedrà quella cosa attraverso la stessa immagine, vera o falsa che sia. Se lei ha sentito parlare di qualcuno prima di conoscerlo, se ne fa un'immagine, e se questa immagine ha qualche somiglianza con l'originale, è l'immagine che viene fotografata, e non la realtà. Raramente vediamo ciò che guardiamo.

L'uomo è una personalità piena di pregiudizi. Ci sono due tipi di pregiudizi: quelli dell'essenza e quelli della personalità. L'uomo non sa nulla, vive sotto comando, accetta tutte le influenze e vi crede. Noi non sappiamo nulla. Non facciamo alcuna distinzione tra chi sa veramente ciò che dice e chi dice solo delle stupidaggini: crediamo a qualunque cosa, senza discernimento. Non abbiamo nulla di nostro: tutto ciò che ci infiliamo in tasca non ci appartiene, e dentro di noi non c'è niente.

Nell'essenza, nei centri, non abbiamo quasi nulla, per la buona ragione che dopo la prima infanzia non abbiamo assorbito quasi nulla. Solo per caso, ogni tanto, qualcosa penetra ancora in noi.

Nella personalità abbiamo forse venti o trenta idee che abbiamo raccolto qua e là. Ci siamo dimenticati dove le abbiamo prese, ma quando ci si presenta qualcosa che vagamente ce le ricorda, crediamo di capire. Ma non è che uno stampo nel cervello. Siamo davvero degli schiavi, e ai nostri pregiudizi facciamo fronte con altri pregiudizi.

L'essenza ha una impressionabilità dello stesso genere. La volta scorsa abbiamo parlato dei colori, e abbiamo detto che ciascuno ha un colore cui tiene particolarmente e che cerca di proteggere. Anche queste propensioni vengono acquisite in maniera meccanica.

Adesso ritorniamo alla sua domanda. Posso riprenderla in questo modo. Supponiamo che lei trovi un Maestro in possesso di una vera conoscenza, il quale sia disposto a darle un aiuto; e supponiamo che lei sia disposto ad ascoltarlo. Malgrado tutto, quel Maestro non può aiutarla. Può aiutarla solo se lei desidera nel modo giusto: e questa dev'essere la sua meta.

Ma questa meta è ancora troppo lontana: è necessario scoprire come arrivarci, o almeno come poterla avvicinare. È necessario stabilire delle tappe. Quindi, l'obiettivo è la capacità di desiderare veramente, e può essere raggiunto solo da chi realizza la propria nullità. Dobbiamo riesaminare i nostri valori, e per fare questo riesame dobbiamo basarci su un vero bisogno.

1. Il Maestro e l'allievo

2. Scoperta e perdita dell'essenza

3. Il mondo e l'uomo

L'uomo non può affrontare da solo questa rivalutazione. Io posso consigliarla, ma non posso aiutarla; e nemmeno l'Istituto la può aiutare. L'Istituto potrà aiutarla quando lei sarà sulla via, ma lei non è ancora sulla via.

Prima di tutto deve decidersi: la via le è indispensabile o no? Come si fa per scoprirlo? Se vuole essere serio, deve cambiare punto di vista, deve cambiare modo di pensare, e individuare il suo obiettivo, ammesso che esista. Da solo non può farcela. Deve contare su un amico che sia in grado di aiutarla. Chiunque può essere d'aiuto, ma soprattutto due amici possono aiutarsi reciprocamente a rivedere i propri valori.

I suoi valori possono veramente cambiare. La sua mente può cambiare ogni giorno: solo l'essenza resta quello che è.

Però c'è un rischio. Anche questa preparazione della mente ha delle conseguenze. Ogni tanto, lei potrà sentire con la sua essenza che qualcosa le è molto nocivo, o per lo meno è nocivo alla sua pace mentale. Lei avrà già gustato qualcosa e, per quanto dimentichi continuamente, questo qualcosa potrà riprodursi. Se è un'esperienza molto forte, le associazioni non smetteranno di ricordargliela, e se è intensa, lei sarà metà da una parte e metà dall'altra, e non troverà più pace.

Per l'uomo che ha una reale possibilità di cambiare, e che ne ha l'occasione, questa è un'ottima cosa. Ma gli altri possono trovarsi molto male: né carne né pesce, e nemmeno polenta. È un rischio molto serio. Prima di decidersi a cambiare sedia, è bene che lei esamini e osservi con la massima cura entrambe le sedie. Felice colui che è seduto sulla sedia ordinaria! Mille volte più felice colui che è seduto sulla sedia degli angeli! Ma miserabile l'uomo che non ne ha proprio nessuna! Bisogna che lei si decida: ne vale la pena? Esamini bene le sedie, riesamini i suoi valori.

Il primo obiettivo è dimenticare tutto il resto, confidarsi con l'amico, studiare ed esaminare le sedie. Ma la avverto che, se comincia a guardare, nella sedia che usa attualmente scoprirà molte cose che non vanno.

La prossima volta, se avrà veramente deciso in che modo vuole orientare la sua vita, potrà parlarle in maniera diversa. Cerchi di vedersi, perché lei non si conosce ancora. Deve

comprendere bene questo rischio: l'uomo che cerca di vedersi può essere molto infelice, perché vedrà molte cose brutte, molte cose da cambiare; e cambiarle è molto difficile. È facile iniziare ma una volta che avrà lasciato la sua sedia, le sarà difficile trovarne un'altra, e potrà andare incontro a una grande infelicità. Tutti conoscono il tormento dei rimorsi. Oggi la sua coscienza è relativa, ma se cambia i suoi valori, dovrà smettere di mentire a se stesso. Quando avrà visto una cosa, le sarà molto più facile vederne un'altra e molto più difficile chiudere gli occhi. O rinuncia a vedere, oppure deve accettarne i rischi.

CI SONO DUE TIPI DI AMORE

Prieuré, 24 maggio 1923

Ci sono due tipi di amore: uno è l'amore da schiavo, l'altro deve essere acquisito col lavoro. Il primo non ha valore. Solo il secondo, quello che è frutto di un lavoro, ha valore: è l'amore di cui parlano tutte le religioni.

Se voi amate quando "qualcosa in voi" ama, non dipende da voi e non c'è nessun merito. È quello che chiamiamo amore da schiavo. Voi amate anche quando non dovete amare. Le circostanze vi fanno amare, meccanicamente.

Il vero amore è l'amore cristiano, religioso; nessuno nasce con questo amore. Per conoscerlo, bisogna lavorare: c'è chi se ne rende conto fin dall'infanzia, altri lo capiscono solo in età avanzata. Se qualcuno conosce il vero amore, l'ha certamente acquisito nel corso della vita. Ma è molto difficile imparare ad amare. Ed è impossibile riuscirci cominciando direttamente con la gente. L'altro ci tocca sempre sul vivo, ci mette sulla difensiva e ci dà pochissime occasioni di tentare.

L'amore può essere di diverse specie. Per capire di quale amore parliamo, occorre definirlo.

Adesso stiamo parlando dell'amore per la vita. Dovunque c'è vita, a cominciare dalle piante, dagli animali, insomma, dovunque esiste la vita, c'è amore. Ogni vita è una rappresentazione di Dio. Chiunque veda la rappresentazione, vedrà Colui che è rappresentato. Ogni vita è sensibile all'amore. Anche le cose inanimate come i fiori, che non hanno coscienza, capiscono se le amate o no. Anche la vita non cosciente reagisce in modo diverso a ogni uomo, e fa eco alle sue reazioni.

Ciò che seminate, raccogliete; e non soltanto nel senso che seminando del grano raccogliete del grano. Il problema è

come seminate. Il grano può letteralmente diventar paglia. Nella stessa terra, persone diverse possono seminare gli stessi semi, e i risultati saranno diversi. Ma quelli non sono che semi. L'uomo è certamente più sensibile a ciò che gli vien seminato dentro. Anche gli animali sono molto sensibili, pur essendolo meno dell'uomo. Per esempio, X. era stato incaricato di badare agli animali: molti si sono ammalati e sono morti, le galline non facevano più uova, e così via. Persino una mucca dà meno latte se non l'amate. La differenza è stupefacente.

L'uomo è più sensibile di una mucca, ma in modo inconscio. E se provate antipatia od odio per un'altra persona, è soltanto perché qualcuno ha seminato in voi qualcosa che non va. Chi desidera imparare ad amare il prossimo deve cominciare cercando di amare le piante e gli animali. Chi non ama la vita non ama Dio. Cercare subito di amare un uomo è impossibile, perché quell'uomo è come voi e vi risponderà contrattaccando. Ma un animale è muto e si rassegherà facilmente. Per questo motivo è più facile cominciare con l'esercitarsi sugli animali.

Per un uomo che lavora su se stesso, è molto importante capire che un cambiamento interiore si verifica solo a patto di cambiare atteggiamento verso il mondo esteriore. In generale, voi non sapete ciò che deve essere amato e ciò che non deve essere amato, perché tutto è relativo. A voi succede sia di amare che di non amare una certa cosa, mentre oggettivamente ci sono cose che dobbiamo amare e altre no. Di conseguenza, è più pratico e più produttivo dimenticarvi ciò che chiamate "buono" e "cattivo", e agire solo quando voi stessi avrete imparato a scegliere da soli.

Ora, se volete lavorare su di voi, dovete sviluppare diversi tipi di atteggiamenti. Lasciando da parte le cose più evidenti che sono innegabilmente riconosciute cattive, esercitatevi in questo modo: se amate una rosa, cercate di non amarla; e se non l'amate, cercate di amarla. È meglio cominciare col mondo delle piante; a partire da domani, provate a guardare

le piante come non le avete ancora mai guardate. Ognuno di noi è attratto da alcune piante e non da altre. Può darsi che non abbiate ancora notato questo fatto. Prima dovete guardare una pianta, poi, mettendone un'altra al suo posto, dovete osservare e cercar di capire il motivo dell'eventuale attrazione o avversione. Sono certo che tutti provano o avvertono qualcosa. È un processo che avviene nel subconscio, e che la mente non vede; ma se cominciate a guardare coscientemente, vedrete un mucchio di cose e scoprirete molte "Americhe". Le piante, come gli uomini, hanno tra di loro delle relazioni, ma esistono anche delle relazioni tra le piante e gli uomini, che però cambiano da un momento all'altro. Tutte le cose viventi sono reciprocamente legate. Questo vale per tutto ciò che vive. Le cose dipendono tutte una dall'altra.

Le piante agiscono sull'umore dell'uomo, e l'umore dell'uomo agisce su quello delle piante. Per tutta la vita ne potremo fare l'esperienza. Persino i fiori di un vaso vivono o muoiono secondo il nostro umore.

ROSSA

GIANFRANCO

volontà non è un fenomeno ordinario. Non la si può avere a richiesta; e nemmeno si può comprare al mercato.

Domanda: Qual è la posizione del suo insegnamento riguardo alla morale?

Risposta: La morale può essere oggettiva o soggettiva. La morale oggettiva è la stessa per tutta la terra; la morale soggettiva è ovunque diversa, e ognuno la definisce come gli pare: ciò che per uno è "bene" per l'altro è "male", e viceversa. La morale è un bastone che ha due estremità: lo si può girare come si vuole.

Dalla comparsa dell'uomo sulla Terra, dai tempi di Adamo, a poco a poco si è costituito in noi, con l'aiuto di Dio, della Natura e di tutto ciò che ci circonda, un organo, la cui funzione è la coscienza morale. Ogni uomo possiede quest'organo; e chi è guidato dalla coscienza si comporta automaticamente secondo i comandamenti.

Se la nostra coscienza fosse aperta e pura, non avremmo bisogno di parlare di morale. Consciamente o inconsciamente, ognuno si comporterebbe secondo le ingiunzioni di questa voce interiore.

La coscienza non è un bastone a due estremità. È la percezione molto precisa, formatasi in noi nel corso dei secoli, di ciò che è bene e di ciò che è male. Purtroppo, per svariate ragioni, quest'organo normalmente è coperto da una specie di crosta.

Domanda: Che cosa può rompere la crosta?

Risposta: Solo una sofferenza intensa o un trauma possono rompere la crosta, e allora la coscienza parla. Ma poi l'uomo si tranquillizza e l'organo si copre ancora di più. È necessario uno shock molto violento perché l'organo venga automaticamente messo a nudo.

Per esempio, un uomo assiste alla morte della madre. Istintivamente, la coscienza comincia a parlare dentro di lui. Amare, onorare, provar tenerezza per la propria madre è il

Domanda: Il libero arbitrio ha un posto in questo insegnamento?

Risposta: Il libero arbitrio è una funzione dell'io reale, di cui si chiama il Padrone. Chi ha un padrone ha una volontà. Chi non l'ha, non ha volontà. Ciò che si definisce ordinariamente volontà è la risultante del "volere" e del "non volere". Per esempio, la mente vuole una cosa che il sentimento non vuole. Se la mente si dimostra più forte del sentimento, l'uomo obbedisce alla mente. Nel caso contrario, obbedisce al sentimento. In un uomo ordinario questo si chiama libero arbitrio. L'uomo ordinario è comandato ora dalla mente, ora dal sentimento, ora dal corpo. Molto spesso obbedisce agli ordini dell'apparato automatico; mille volte più spesso riceve gli ordini dal centro sessuale.

Il vero libero arbitrio può esistere solo se la direzione viene da un unico "io", cioè se l'uomo ha un padrone per dirigere la carrozza. L'uomo ordinario non ha padrone: la vettura cambia continuamente passeggero, e ogni passeggero si autonoma "io".

Eppure il libero arbitrio è una realtà, esiste davvero. Ma noi, così come siamo, non possiamo averlo. Solo l'uomo vero può averlo.

Domanda: Allora non c'è nessuno che abbia una libera volontà?

Risposta: Io parlo della maggioranza degli uomini. Quelli che hanno una volontà, hanno una volontà. A ogni modo, la

dovere di ogni uomo. Ma raramente l'uomo è un buon figlio. Quando la madre muore, l'uomo si ricorda di come si è comportato nei suoi riguardi, e comincia a soffrire e a provare dei rimorsi di coscienza. Ma l'uomo è un vero maiale: molto presto dimentica tutto, e torna al suo vecchio modo di vivere.

Chi non ha coscienza non può essere morale. Posso anche sapere ciò che non bisogna fare ma, per debolezza, non posso impedirmi di farlo. Per esempio, io so, me l'ha detto il dottore, che il caffè mi fa male. Ma quando ho voglia del caffè, ho in mente solo il caffè. Soltanto quando non ho voglia di caffè sono d'accordo col dottore, e mi astengo. Quando sono sazio, entro certi limiti posso essere morale.

Fareste meglio a dimenticare la moralità. Qualunque discussione sulla moralità in questo momento significa solo cianciare a vuoto.

La moralità interiore, ecco il vostro obiettivo. Il vostro scopo è di essere cristiani. Ma per esserlo, dovete poter fare, e voi non ne siete capaci. Quando sarete capaci di fare, sarete diventati cristiani.

Quanto alla moralità esteriore, essa è ovunque diversa. Bisogna comportarsi come gli altri e, come dice il proverbio, quando si vive in mezzo ai lupi bisogna ululare come loro. Questa è la moralità esteriore.

Per la moralità interiore, l'uomo deve essere in grado di fare, e per fare deve avere un Io.

Separare le cose interiori dalle cose esteriori, come ho già spiegato a proposito della considerazione interiore ed esteriore, è una necessità primaria.

Per esempio, io sono seduto qui, e benché abbia l'abitudine di tenere le gambe incrociate, prendo in considerazione i presenti, la loro opinione, le loro abitudini, e mi siedo alla loro maniera, coi piedi a terra.

Qualcuno mi guarda di traverso. Immediatamente si scatenano le corrispondenti associazioni del mio sentimento, e mi irrita. Sono troppo debole per impedirmi di reagire, di considerare interiormente.

O, per esempio, so che il caffè non mi fa bene, ma se non lo prendo non sono in grado di parlare, perché mi sento

troppo stanco. Allora tengo in considerazione il mio corpo, e bevo il caffè: lo faccio per il mio corpo.

Normalmente viviamo così; ciò che sentiamo all'interno, lo manifestiamo all'esterno. Invece è indispensabile stabilire un confine tra l'interno e l'esterno; e dobbiamo imparare, in qualunque occasione, a non reagire più interiormente e a non lasciarci toccare dalle cose esterne; in compenso, dobbiamo considerare esteriormente più di quanto facciamo ora. Per esempio quando bisogna essere gentili, dobbiamo imparare, se necessario, a essere ancora più gentili di quanto siamo stati finora. Potremmo dire che quanto è sempre stato all'interno deve essere all'esterno, e quanto era all'esterno deve essere all'interno.

Purtroppo noi reagiamo continuamente. Per esempio, se io sono in collera, in me tutto è collera, ogni mia manifestazione. Posso imparare a essere gentile quando sono in collera, ma dentro di me non cambia nulla. Eppure, se faccio appello al mio buon senso, perché dovrei essere in collera con chi mi guarda di traverso o mi fa una battuta pesante? Forse lo fa senza nemmeno rendersene conto. O forse qualcuno lo ha istigato contro di me. Esso è schiavo delle opinioni altrui, è un automa, un pappagallo che ripete le parole degli altri. Domani può cambiare opinione: è un debole, ma io sono ancora più debole se mi lascio condizionare. E se mi arrabbio, facendo di una mosca un elefante, rischio di compromettere le mie relazioni con gli altri.

Bisogna che vi mettiaste in testa, facendone una regola inderogabile, che non dovete far caso alle opinioni altrui; dovete essere liberi dalla gente che vi circonda. Quando vi sarete liberati interiormente, sarete veramente liberi.

Talvolta è necessario far finta di essere arrabbiati esteriormente. Per esempio, dovete fingere di essere in collera. Se vi danno uno schiaffo su una guancia, non necessariamente dovete porgere l'altra. Qualche volta è necessario rispondere in modo tale che l'altro si dimentichi persino la nonna. Ma interiormente non si deve considerare.

Se siete interiormente liberi, allora può anche succedere che se qualcuno vi colpisce una guancia, dovete offrire l'altra.

Dipende dal tipo di uomo. Può darsi invece che l'altro, cent'anni dopo, non abbia ancora dimenticato la lezione.

In certi casi bisogna usare delle rappresaglie, in altri no. Dovete regolarvi sul momento; ma oggi non ne siete capaci, perché in voi tutto è rovesciato, e l'interno è l'esterno. Dovete imparare a differenziare le associazioni interiori, fino a poter distinguere e riconoscere ogni vostro pensiero. Ma dovete pensarci su e chiedervi perché bisogna farlo. La scelta dell'azione è possibile solo a un uomo interiormente libero. L'uomo ordinario non può scegliere, non può fare una valutazione critica della situazione. In esso l'esterno è l'interno. Bisogna imparare a essere imparziali, a classificare e ad analizzare ciascuna delle proprie azioni come fosse quella di un estraneo. Allora si può essere giusti. Essere giusti al momento dell'azione vale cento volte di più che essere giusti a cose fatte. Non è per niente facile. Un atteggiamento imparziale è la base della libertà interiore: è il primo passo verso il libero arbitrio.

Domanda: È necessario soffrire in permanenza per mantenere la coscienza aperta?

Risposta: La sofferenza può essere di tante specie. Anche la sofferenza è un bastone a due estremità. Una conduce agli angeli, l'altra al diavolo. Occorre tenere a mente che il pendolo oscilla, e che dopo una grande sofferenza c'è una reazione altrettanto grande. L'uomo è una macchina molto complicata. Accanto a ogni strada buona, c'è sempre la corrispondente strada cattiva. L'una costeggia sempre l'altra. Dove c'è poco bene, c'è anche poco male; dove c'è molto bene, c'è anche molto male. La stessa cosa vale per la sofferenza: è facile ritrovarsi sulla strada sbagliata. La sofferenza si muta facilmente in piacere. La prima volta che ricevete una botta, sentite male; la seconda, meno; la quinta volta avete già voglia di essere picchiati. Bisogna stare in guardia; bisogna sapere a ogni momento ciò che è necessario, perché si può uscire di strada e cadere nel fosso.

Domanda: Che relazione c'è tra la coscienza e l'acquisizione dell' "Io"?

Risposta: All'inizio la coscienza serve soltanto a guadagnare tempo. Un uomo che ha coscienza è calmo; chi è calmo ha tempo, e può approfittarne per lavorare. Tutto il tempo di un uomo ordinario è assorbito da tante piccole cose. Se cessa una vibrazione, ne comincia un'altra. A volte è allegro, a volte triste, a volte in collera. La macchina è continuamente in funzione, lo spreco è permanente.

L'accumulatore di cui disponiamo contiene una energia limitata. Questa energia ogni giorno viene raccolta e ogni giorno viene consumata. L'energia immagazzinata nel sonno mette in marcia le associazioni della giornata. Durante il giorno essa viene consumata; quando viene la notte, deve essere rinnovata.

La nostra riserva di energia è sufficiente per i bisogni della vita meccanica ordinaria, ma non per un lavoro attivo su se stessi. Se paragoniamo il consumo di energia dovuto alle nostre esperienze meccaniche al consumo elettrico di una lampadina da cinque candele, allora il consumo richiesto per un lavoro attivo su di sé corrisponde a una lampadina da mille candele, che consuma corrente con gran rapidità. Con la nostra riserva, forse riusciamo a lavorare tutta la mattina, ma non ci resterà più energia per il pomeriggio, nemmeno per le attività ordinarie. E senza quest'energia, l'uomo non è che un pezzo di carne.

L'energia dev'essere in quantità sufficiente sia per il nuovo lavoro che per il lavoro quotidiano. Ma non c'è posto per un altro accumulatore, e non ci sono batterie di ricambio. L'unica cosa da fare consiste nell'usare l'energia con misura. La Natura ci ha fatti in modo tale che, funzionando normalmente, possiamo avere energia sufficiente per entrambi i lavori. Ma noi abbiamo perso l'abitudine al lavoro normale: facciamo molte spese inutili quando non c'è bisogno di spendere. La totalità dell'energia prodotta dalla nostra dinamo viene utilizzata per i movimenti, i pensieri, le emozioni, le sensazioni, le manifestazioni; e il consumo non riguarda tanto ciò

che è necessario, ma soprattutto ciò che non lo è affatto. Per esempio, quando parlo stando seduto, ho bisogno di energia per la testa, e nello stesso tempo per alcuni gesti che sono necessari per dar più risalto a qualcosa; ma per le gambe non occorre nessuna energia; eppure, mi trovo in uno stato di tensione continua.

Anche se ci pensate, non potete impedirvi di tendere i muscoli. Siete impotenti, la vostra mente non ha alcun potere di dare degli ordini. È necessaria una lunga pratica per liberarsi dalle tensioni inutili.

Tuttavia, il corpo non consuma tanta energia quanto le associazioni. A ogni istante abbiamo migliaia di pensieri, di sentimenti, di esperienze meccaniche e inutili. Non solo, ma tutte queste esperienze avvengono in nostra assenza: noi spendiamo energia in tutte le direzioni senza nemmeno rendercene conto, e quando ne abbiamo bisogno, non ce n'è più. Nemmeno il lavoro cosciente ha un consumo così elevato.

Per riassumere, non possiamo intensificare la produzione di energia, né modificare il sistema o aumentare la capacità del nostro accumulatore. Di conseguenza, per avere l'energia necessaria al lavoro su noi stessi, dobbiamo imparare a risparmiare quella che abbiamo a disposizione.

Domanda: Come si fa a risparmiare energia?

Risposta: Si può imparare a fare economia, però ci vuole del tempo. Potete cominciare da ciò che vi è più accessibile: il consumo di energia del corpo. Non potete cominciare dal sentimento. Quando avrete imparato a risparmiare l'energia consumata dal corpo, avrete acquisito un gusto che vi servirà come chiave.

Domanda: Se un uomo resta sdraiato consuma meno energia?

Risposta: L'energia non viene spesa soltanto nelle funzioni del corpo. Quando siete sdraiati, l'unica differenza consiste nel fatto che ricevete meno impulsi esterni, ma il consumo di

energia in associazioni mentali è maggiore del solito. Quando cammino, consumo meno energia di quando sono seduto, perché le gambe si muovono per inerzia, e io mi limito a dar loro un impulso di tanto in tanto. È la stessa cosa che avviene con un'automobile: quando la metto in marcia, il motore consuma più energia di quando è in velocità, perché in velocità gran parte del movimento viene ormai dallo slancio. Quindi, quando siete sdraiati, il vostro consumo di energia corrisponde a quello di un'automobile che abbia la prima innestata. Analogamente, il consumo d'energia per il movimento di uno stesso muscolo può variare. Quando iniziate un corso di esercizi fisici, mettete in azione dei muscoli che fino a quel momento non hanno quasi mai lavorato, e di conseguenza non hanno scioltezza. Ci vuole molto tempo per acquisire quella scioltezza. In seguito, gli stessi movimenti richiederanno un minor consumo d'energia. Ma è un risultato che non si ottiene rapidamente.

Domanda: È vero che i bambini hanno più energia degli adulti?

Risposta: No. La quantità di energia è proporzionale alla grandezza dell'organismo. Una macchina grande ha più energia. Però i bambini ne spendono meno. Essi hanno meno materiale associativo rispetto agli adulti, e quindi hanno più energia disponibile per le manifestazioni fisiche.

PAURE-IDENTIFICAZIONI

Essentuki, 1917

L'uomo è in balia di tutto ciò che lo circonda, perché non può mai osservare con sufficiente oggettività le proprie relazioni con l'ambiente.

Egli non riesce mai a mettersi da parte e a osservare se stesso nel momento in cui qualcosa lo attira e lo respinge. A causa di questa incapacità, s'identifica con tutto.

Anche questa è una caratteristica del sonno.

Immaginate di cominciare una conversazione con qualcuno, con il preciso scopo di carpirgli una certa informazione. Per raggiungere quello scopo, non dovete mai smettere di osservarvi, di ricordarvi ciò che volete, di prendere le distanze e di mantenere lo sguardo tanto su di voi che sul vostro interlocutore. Ma voi non siete in grado di farlo. Nove volte su dieci, vi identificate nella conversazione, e invece di ottenere l'informazione desiderata, siete voi a dire ciò che non avevate intenzione di dire.

La gente non sospetta nemmeno fino a che punto è dominata dalla paura. È una paura non facile a definirsi. Molto spesso è la paura delle situazioni imbarazzanti, la paura di ciò che l'altro può pensare. In certi casi, questa paura diventa un'ossessione quasi maniacale.

Talvolta l'uomo è perduto in pensieri ossessivi che ritornano continuamente sullo stesso punto, sulle stesse cose spiacevoli ch'egli si prefigura nell'immaginazione, e che non solo non succederanno mai, ma che, in realtà, non possono succedere.

Questi presentimenti di malattie, fastidi, perdite, situazioni imbarazzanti spesso si impadroniscono di un uomo al punto da prendere la forma di sogni a occhi aperti. In tal caso, quest'uomo smette di vedere e di sentire ciò che effettivamente succede, e se qualcuno, in un'occasione particolare, riesce a provargli che quei presentimenti e quelle paure non erano fondati, egli ne prova persino una certa delusione, come se venisse privato di una prospettiva piacevole.

Succede molto spesso che un intellettuale, un uomo che vive in un ambiente colto, non si renda conto del ruolo centrale che la paura gioca nella sua vita. Egli ha paura di tutto: dei suoi domestici, dei bambini del vicino, del portiere all'entrata, dell'uomo che vende i giornali all'angolo, dell'autista del taxi, del commesso del negozio accanto, dell'amico che ha incontrato per strada e che ha cercato di evitare fingendo di non vederlo. A loro volta i bambini, i domestici, il portiere ecc. hanno tutti paura di lui.

Se è così in tempi normali, coi tempi che corrono questa paura dilagante diventa ancor più evidente.

Non è un'esagerazione sostenere che gran parte degli avvenimenti dell'anno scorso avevano come base la paura, e ne erano il risultato.

La paura inconscia è un aspetto molto caratteristico del sonno.

I DIVERSI TIPI DI INFLUENZE

New York, 24 febbraio 1924

L'uomo è soggetto a numerose influenze, che si possono suddividere in due categorie: quelle dovute a cause fisiche e chimiche, e quelle di origine associativa, dovute al nostro condizionamento.

Le influenze fisico-chimiche sono di natura materiale, e provengono dalla combinazione di due sostanze che, fondendosi, producono qualcosa di nuovo. Queste influenze si formano indipendentemente da noi. Esse agiscono dall'esterno.

Per esempio, le emanazioni di una persona possono combinarsi con le mie: la miscela dà origine a qualcosa di nuovo. Questo vale per le emanazioni esteriori; ma la stessa cosa succede all'interno dell'uomo.

Forse avrete notato che, quando una persona vi sta seduta accanto, potete sentirvi a vostro agio, oppure a disagio. Quando non c'è accordo, ci sentiamo a disagio.

Ogni uomo ha diverse specie di emanazioni, ciascuna con le proprie leggi e suscettibile di molte combinazioni.

Le emanazioni di un centro formano varie combinazioni con le emanazioni di un altro centro. Queste sono combinazioni chimiche. Le emanazioni variano persino in conseguenza del fatto che io abbia bevuto il tè oppure il caffè.

Le influenze associative sono completamente diverse. Se qualcuno mi urta, oppure piange, l'effetto su di me è meccanico. Questi fatti mi richiamano dei ricordi, e questi ricordi o associazioni richiamano altre associazioni, e così via. A causa di questo shock, i miei sentimenti, i miei pensieri cambiano. Tale processo non è chimico, ma meccanico.

Questi due tipi di influenze provengono da realtà che ci sono vicine. Ma ci sono anche altre influenze, che vengono da

fonti vaste come la Terra, i pianeti, il Sole, dove operano leggi di un altro ordine. Tuttavia, se siamo totalmente soggetti all'influenza delle piccole cose, parecchie influenze di queste grandi entità non ci possono raggiungere.

Parliamo innanzitutto delle influenze fisico-chimiche. Ho già detto che l'uomo ha parecchi centri. Ho parlato della vettura, del cavallo e del cocchiere, e anche delle stanghe, delle redini e dell'etere. Ogni cosa ha le proprie emanazioni e la propria atmosfera. Ogni atmosfera ha una natura particolare, perché ogni atmosfera ha un'origine diversa, delle proprietà diverse, e un contenuto diverso. Esse si assomigliano, ma le vibrazioni delle loro materie sono diverse.

La vettura, il nostro corpo, ha un'atmosfera con delle proprietà speciali.

Anche i miei sentimenti producono un'atmosfera, le cui emanazioni possono propagarsi a grande distanza.

Quando penso in modo associativo, ne risultano delle emanazioni di un terzo tipo.

Quando il posto vuoto nella vettura è occupato da un passeggero, le emanazioni sono ancora diverse, e si differenziano dalle emanazioni del cocchiere. Il passeggero non è uno zoticone: egli pensa alla filosofia, e non al whisky.

Così, ogni uomo può avere quattro tipi di emanazioni, ma non necessariamente deve averle tutte. Può avere più emanazioni di un tipo e meno di un altro tipo. Sotto questo aspetto, gli uomini sono diversi, e uno stesso uomo può essere diverso secondo i momenti. Io ho bevuto un caffè e lui no: l'atmosfera è differente. Io fumo e la signora sospira.

C'è sempre interazione, talvolta nociva e talvolta benefica per me. A ogni istante sono questo o quello, e intorno a me le cose stanno così o così. E cambiano anche le influenze dentro di me. Io non posso cambiare nulla. Sono uno schiavo. Queste influenze le definisco fisico-chimiche.

Le influenze associative sono del tutto differenti. Prendia-

mo innanzitutto le influenze associative esercitate su di me dalla "forma". La forma mi influenza. Sono abituato a vedere una forma particolare: quando è assente, ho paura. La forma dà lo shock iniziale alle mie associazioni. Anche la bellezza è "forma". In realtà, noi non siamo in grado di vedere la forma così com'è, ma ne vediamo soltanto un'immagine.

La seconda di queste influenze associative è rappresentata dai miei sentimenti, dalle mie simpatie e antipatie.

I vostri sentimenti mi toccano e i miei reagiscono di conseguenza. Qualche volta è tutto il contrario, dipende dalle combinazioni. O siete voi a influenzare me, o sono io a influenzare voi. Questa influenza può essere chiamata "relazione".

La terza di queste influenze associative si può chiamare "persuasione" o "suggerione". Per esempio, un uomo che persuade un altro con delle parole. Qualcuno persuade voi, voi persuadete qualcun altro. Tutti persuadono e tutti suggeriscono.

La quarta di queste influenze associative consiste nella superiorità di un uomo su un altro uomo. In questo caso, è possibile che non ci siano influenze della forma o del sentimento. Voi prendete atto che una certa persona è più intelligente, più ricca, capace di parlare di determinate cose; insomma, ha qualcosa di speciale, una specie di autorità. Questo vi tocca perché va al di là dei vostri limiti, e succede anche senza che intervengano i sentimenti.

Quindi ci sono otto tipi di influenze. La metà sono fisiche, la metà sono chimiche, l'altra metà associative.

Inoltre esistono delle altre influenze che ci toccano molto profondamente. Ogni momento della nostra vita, ogni sentimento, ogni pensiero riceve una colorazione dalle influenze planetarie. E ancora una volta siamo degli schiavi.

Mi soffermerò molto brevemente su questo aspetto, e poi riprenderò il tema principale. Non dimenticate le cose di cui abbiamo parlato. La maggior parte della gente non ha continuità nei pensieri, e continuamente perde di vista il soggetto.

La Terra e tutti gli altri pianeti sono in perpetuo movimento, ciascuno a velocità differente. Talvolta si avvicinano e talvolta si allontanano. Per questo motivo, le loro interazioni si rafforzano, si indeboliscono oppure cessano del tutto. Per il momento ci basti sapere che le influenze planetarie sulla Terra si alternano: ora agisce un pianeta, ora un altro, ora un terzo, e così via. Un giorno studieremo separatamente l'influenza di ogni pianeta, ma oggi, per darvene un'idea generale, li consideriamo nella loro totalità.

Schematicamente, possiamo descrivere queste influenze nel modo seguente. Immaginiamo una grande ruota sospesa sopra la Terra, con sette o nove proiettori a luce colorata fissati sul bordo. La ruota gira, e a turno la luce dei vari proiettori illumina la Terra, la quale, di conseguenza, è sempre colorata dalla luce del proiettore che la illumina nel momento considerato.

Tutti gli esseri nati sulla Terra sono colorati dalla luce che prevale al momento della loro nascita, e mantengono questa colorazione per tutta la vita. Come non c'è effetto senza causa, così non c'è causa senza effetto. E, senza alcun dubbio, i pianeti hanno un'influenza enorme, tanto sulla vita dell'umanità in generale, quanto sulla vita di ogni individuo in particolare. E un grave errore della scienza moderna non riconoscere questa influenza. *Ma questa influenza non è così grande come gli "astrologi" moderni vorrebbero farci credere.*

L'uomo è un prodotto dell'interazione di tre tipi di materia: una positiva (l'atmosfera della Terra); la seconda, negativa (i minerali, i metalli); infine, una terza combinazione (le influenze planetarie), che viene dall'esterno e incontra le prime due materie. Questa forza neutralizzante è quell'influenza planetaria che colora ogni nuova vita che nasce. La colorazione rimane per l'intera esistenza. Se il colore era rosso, quando questa "vita" incontrerà il rosso, si sentirà in corrispondenza con esso.

Certe combinazioni di colori hanno un effetto calmante, altre, un effetto perturbatore; ogni colore ha una particolare proprietà. È una legge, una questione di differenze chimiche: Ci sono, per così dire, delle combinazioni "simpatiche" e delle

combinazioni "antipatiche". Per esempio, il rosso stimola la collera, il blu risveglia l'amore. La combattività corrisponde al giallo. Quindi, se sono portato a collere improvvisamente, è un fatto dovuto all'influenza dei pianeti.

Ciò non significa che voi o io esistiamo effettivamente in questo modo, ma è una possibilità. Possono intervenire delle influenze più forti. Talvolta dall'interno agisce un'altra influenza, che vi impedisce di avvertire l'influenza esterna; in questi casi potete essere così presi da voi stessi da trovarvi per così dire, chiusi in una corazza. E questo fatto non vale soltanto per le influenze planetarie; spesso succede che altre influenze, provenienti ancor più da lontano, non riescano a raggiungervi. Più l'influenza è distante, più è debole; anche se è inviata apposta per voi, non può toccarvi, perché la vostra corazza glielo impedisce.

< Più un uomo è sviluppato, più è soggetto alle influenze. Talvolta, nel tentativo di liberarsi dalle influenze, per evitarne una finiamo per subirne molte altre, e così diventiamo ancora meno liberi, ancora più schiavi.

Abbiamo parlato di nove influenze.

A ogni istante, tutto ci influenza. Ogni pensiero, ogni sentimento, ogni movimento è il risultato di qualche influenza. Tutto ciò che facciamo, tutte le nostre manifestazioni sono quel che sono perché qualcosa ci influenza dall'esterno. Qualche volta questa schiavitù ci umilia, altre volte no: dipende dalle cose che ci piacciono. Noi subiamo anche parecchie influenze in comune con gli animali. Di tutte queste influenze, possiamo cercare di eliminarne una o due ma, via quelle, ne arrivano altre dieci. Tuttavia esiste un margine di scelta, ossia possiamo conservarne alcune, e liberarci di altre. È possibile liberarsi da due tipi di influenze.

Per liberarsi dalle influenze fisico-chimiche, bisogna essere passivi. Ripeto, si tratta di influenze dovute alle emanazioni dell'atmosfera del corpo, dei sentimenti, della mente e, in alcune persone, anche dell'etere. Per poter resistere a queste influenze, bisogna essere passivi. Allora si può diventare un

po' più liberi. In questo caso interviene la legge di attrazione: i simili si attraggono, ovvero, ogni cosa va dove ci sono più cose della sua stessa natura. Chi ha molto, riceve ancora di più. Chi ha poco, anche quel poco gli viene tolto.

Quando sono calmo, le mie emanazioni sono pesanti e non si disperdono; se arrivano altre emanazioni, posso assorbirle finché c'è posto. Ma se sono agitato, non ho abbastanza emanazioni perché, essendo leggere, esse si disperdono verso gli altri.

Quando mi arrivano delle emanazioni, esse occupano gli spazi vuoti, perché sono necessarie là dove c'è del vuoto.

Le emanazioni si fermano dove regna la calma, dove c'è assenza di conflitti, dove c'è dello spazio vuoto. Se non c'è posto, se tutto è già pieno, le emanazioni possono anche arrivare, ma rimbalzano indietro o passano oltre. Quando sono calmo, se ho dello spazio vuoto, posso riceverle; se sono pieno, esse non mi disturbano. Così sono tranquillo in entrambi i casi.

Per liberarsi dalle influenze del secondo tipo, cioè le influenze associative, ci vuole una lotta artificiale. In questo caso vale la legge di repulsione. Questa legge consiste nel fatto che dove c'è poco viene aggiunto molto, ossia è il contrario della prima legge. Con le influenze del secondo tipo, tutto si svolge in conformità alla legge di repulsione.

Quindi, per liberarsi da tutte queste influenze, ci sono due principi diversi per i due tipi di influenze. Se volete essere liberi, dovete sapere quale principio applicare per ogni singolo caso. Se ricorrete alla "repulsione" quando ci vuole l'"attrazione", siete perduti. Molta gente fa il contrario di ciò che è giusto. Eppure è facile fare la distinzione tra questi due tipi di influenze: si può fare sul momento.

Per quanto riguarda le altre influenze, è necessaria una grande conoscenza. Ma questi due tipi di influenze sono semplici: chiunque, prendendosi il disturbo di osservare, può riconoscere di quale influenza si tratta. Certe persone, pur sapendo che esistono queste emanazioni, non riescono a veder-

ne le differenze. Eppure, osservandole attentamente, è facile distinguere. È molto interessante dedicarsi a questo studio; ogni giorno si ottengono dei risultati interessanti e si acquisisce il gusto per la discriminazione. Ma è una cosa difficile da spiegare teoricamente.

È impossibile ottenere dei risultati immediati, liberandosi istantaneamente da queste influenze; ma studiarle e riconoscerle è accessibile a tutti.

Il cambiamento è una meta lontana, ed esige molto tempo e molto lavoro. Ma lo studio non prende molto tempo. E, se vi preparate bene, il momento del cambiamento sarà meno difficile, e non avrete più da perdere tempo in discriminazioni.

Lo studio del secondo tipo di influenze, le influenze associative, è più facile in pratica. Prendiamo ad esempio l'influenza che si esercita attraverso la forma. O voi influenzate me, o io influenzo voi. Ma la forma è esteriore, come i movimenti, i vestiti, la pulizia o il suo contrario, insomma tutto ciò che chiamiamo generalmente la "maschera". Se lo capite, potete facilmente cambiarla. Supponiamo che un uomo vi gradisca vestita di nero: grazie a ciò potete influenzarlo. Ma volete cambiarvi d'abito per lui solo o per molta altra gente? Alcune lo fanno solo per lui, altre no. Talvolta un compromesso si rivela necessario.

Non prendete niente alla lettera. Dico queste cose solo a titolo d'esempio.

Per quanto concerne la seconda categoria di influenze associative, quelle che abbiamo chiamato "sentimento" e "relazione", dovremmo sapere che l'atteggiamento degli altri nei nostri confronti dipende da noi. Se volete vivere in maniera intelligente, dovete comprendere innanzitutto che la responsabilità di quasi tutti i sentimenti che ispirate, buoni o cattivi, dipende da voi, dal vostro atteggiamento esteriore e interiore. L'atteggiamento degli altri molto spesso riflette il vostro. Voi cominciate e l'altro vi segue. Voi la amate, ella vi ama. Voi siete irritati, ella è irritata. È una legge: ricevete ciò che date.

Ma in altri casi è diverso. Qualche volta bisognerebbe amare questo e non quello. In certi casi, se voi l'amate, ella non

vi amerà, ma quando smetterete di amarla, ella comincerà ad amarvi. Ciò è dovuto a leggi fisico-chimiche.

Ogni cosa è il risultato di tre forze: dappertutto, c'è affermazione e negazione, catodo e anodo. L'uomo, la Terra, tutto ciò che esiste è come una calamita. La differenza sta solo nella quantità di emanazioni. Ovunque, due forze sono all'opera: una attira, l'altra respinge. Come ho appena detto, anche l'uomo è una calamita. La mano destra spinge, la mano sinistra tira, o viceversa. Certe cose hanno molte emanazioni, altre meno; ma ogni cosa attira o respinge. C'è sempre un tira e molla, o un molla e tira. Quando il vostro tira-e-molla è in armonia con quello di un altro, allora c'è amore e una giusta intesa. Ecco perché i risultati possono essere molto diversi. Secondo che vi sia o non vi sia corrispondenza quando io spingo e l'altro tira, il risultato sarà molto diverso. Talvolta entrambi molliamo nello stesso momento. Se ci si trova d'accordo, l'influenza che ne risulta è calmante. Altrimenti, è l'inverso.

Ogni cosa dipende da un'altra. Per esempio, io non riesco a essere calmo: io spingo e lui tira. Oppure non posso essere calmo se non riesco a modificare la situazione. Ma possiamo cercare di adattarci. C'è una legge secondo la quale dopo ogni spinta c'è una pausa. Se siamo in grado di prolungarla e di non precipitarci sulla spinta successiva, noi possiamo utilizzare questa pausa. Se sappiamo restare calmi, possiamo trarre beneficio dalle vibrazioni che seguono la spinta.

Tutti possono fermarsi, perché c'è una legge secondo la quale ogni cosa si muove finché dura il suo impulso, dopodiché si ferma. Sia lui sia io possiamo fermare il movimento.

Tutto avviene in questo modo. Uno shock al cervello, e le vibrazioni si mettono in moto. Le vibrazioni si prolungano per inerzia come gli anelli sulla superficie di uno stagno in cui sia caduta una pietra. Se l'impatto è forte, passa molto tempo prima che il movimento si calmi. La stessa cosa succede alle vibrazioni del cervello. Se non do continuamente degli shock, esse si fermano, si calmano. Bisogna imparare a fermarle.

Se agisco coscientemente, l'interazione avviene coscientemente. Se agisco inconsciamente, ogni cosa è il risultato di ciò che emetto.

sensibile di un nastro da registrazione. Se gli comunico qualcosa, in seguito esso può riprodurla. È completamente meccanico, organicamente meccanico. I centri sono leggermente diversi per quanto riguarda la loro sostanza, ma le loro proprietà sono identiche.

Se dico a un centro che voi siete belli, ci crede. Se gli dico che questo è rosso, ci crede. Però non capisce: la sua comprensione è completamente soggettiva. In seguito, se gli faccio una domanda, risponde ripetendo ciò che gli ho detto. Non cambierà mai, né in cento né in mille anni. Resterà sempre lo stesso. La nostra mente in se stessa non ha capacità critica non ha coscienza, niente. E tutti gli altri centri sono uguali.

Allora in che cosa consiste la nostra coscienza, la memoria la capacità critica? È molto semplice: è ciò che entra in azione quando un centro ne osserva un altro, quando esso vede e sente ciò che succede nell'altro e, nel vederlo, registra tutto dentro di sé.

Esso riceve delle nuove impressioni; in seguito, se vogliamo sapere ciò che è successo in precedenza nel secondo centro, saremo in grado di saperlo cercando nel primo. La stessa cosa vale per la nostra capacità critica: un centro ne osserva un altro. Con un centro, sappiamo che questa cosa è rossa, ma un altro centro la vede blu. Ogni centro cerca sempre di convincere l'altro. Ecco cos'è la capacità critica.

Se due centri restano a lungo in disaccordo a proposito di una certa cosa, il disaccordo ci impedisce di pensarvi ulteriormente.

Se non interviene l'osservazione di un secondo centro, il primo continua a pensare allo stesso modo. Molto raramente noi osserviamo un centro a partire da un altro centro: ci succede solo per qualche attimo, forse un minuto al giorno. Quando dormiamo, non osserviamo mai un centro con un altro, e quando siamo svegli lo facciamo solo sporadicamente.

Nella maggioranza dei casi, ogni centro vive la propria vita, crede a tutto ciò che sente, senza discernimento, e registra ogni cosa così come l'ha sentita. Se ascolta qualcosa che non è una novità, si limita a registrare. Se sente qualcosa di discor-

non può essere un altro centro

Io affermo una cosa; subito l'altro mi contraddice. Io dico che è nero; l'altro sa che è nero, ma ha voglia di discutere e comincia a dire che è bianco. Se deliberatamente gli do ragione, egli cambia bandiera e si mette ad affermare ciò che negava un attimo prima. Egli non può trovarsi d'accordo, perché ogni shock gli provoca la reazione opposta. Se si stanca, può darsi che finisca per darmi ragione esteriormente, ma non interiormente. Per esempio, io guardo una persona, mi piace il suo viso. Questo nuovo shock, più potente della conversazione, mi fa acconsentire esteriormente. Talvolta siete già convinti, ma continuate a discutere.

È molto interessante osservare le conversazioni altrui, a condizione di restarsene al di fuori. È molto più interessante del cinema. Talvolta due persone parlano della stessa cosa, una fa un'affermazione, l'altra non capisce ma si mette a discutere... anche se è dello stesso parere.

È tutto meccanico.

Per quanto riguarda le relazioni, la cosa può essere formulata così: le relazioni esteriori dipendono da noi. Se prendiamo le misure necessarie, abbiamo la possibilità di cambiarle.

Il terzo tipo di influenza, la suggestione, è molto potente. Tutti subiscono l'influenza della suggestione; ognuno suggerisce l'altro. Parecchie suggestioni agiscono su di noi con estrema facilità, soprattutto se ignoriamo di esservi esposti. Ma anche quando ne siamo consapevoli, la suggestione fa ugualmente il suo effetto.

Dovete capire una legge molto importante. In linea generale, in ogni momento della nostra vita, lavora un solo centro: la mente o il sentimento. Il nostro sentimento si comporta in un certo modo solo quando nessun altro centro l'osserva, quando il potere di critica è assente. Un centro in quanto tale non ha coscienza né memoria; è un pezzo di carne senza sale di tipo particolare, un organo, una certa combinazione di sostanze che ha semplicemente la particolare capacità di registrare.

Infatti, un centro è perfettamente paragonabile alla banda

*Costa & UN
CENTRO*

dante, per esempio una cosa che prima era rossa adesso è blu, allora fa resistenza, non perché vuole sapere la verità, ma semplicemente perché sul momento non ci crede. Ma poi crede, crede a tutto. Se qualcosa cambia, gli occorre solo un po' di tempo per sistemare le sue percezioni. Se in quel momento nessun altro centro lo sta osservando, esso mette il blu sul rosso. Così blu e rosso restano sovrapposti. In seguito, quando consultiamo la registrazione, esso comincerà col rispondere "rosso". Ma è altrettanto probabile che risponda "blu".

È possibile assicurarci una percezione critica di ogni nuova impressione, se facciamo in modo che, durante la percezione, un altro centro si trovi presente e percepisca quelle informazioni da un'altra angolazione. Supponiamo che in questo momento io stia dicendo delle cose nuove. Se mi ascoltate con un solo centro, in ciò che dico per voi non ci sarà niente di nuovo. Dovete ascoltare in maniera diversa. Altrimenti, come non c'era niente prima, non ci sarà niente nemmeno dopo. Tutto ha lo stesso valore: il blu è rosso, il rosso è blu, e ancora una volta non c'è conoscenza. Il blu può anche diventare giallo.

Se volete sentire delle cose nuove in modo nuovo, dovete ascoltare in modo nuovo. È necessario usare questo sistema non solo nel lavoro, ma anche nella vita. Potete diventare un po' più liberi, un po' più sicuri nella vita, se cominciate a interessarvi a tutte le cose nuove, ricordandovele con un nuovo metodo: un metodo non più completamente automatico, ma semiautomatico, e facile da capire. Ecco in che cosa consiste: quando il pensiero è già presente, cercate di sentire con l'emozione; quando sentite con l'emozione, cercate di dirigere i pensieri sul sentimento. Finora, pensieri e sentimenti sono rimasti separati.

Cominciate a osservare la vostra mente: sentite emotivamente ciò che pensate. Preparatevi per il domani e salvaguardatevi dalle delusioni. Non comprenderete mai ciò che voglio trasmettervi, se vi limitate ad ascoltare nel solito modo.

Provate a considerare tutto ciò che sapete, tutto ciò che avete letto, tutto ciò che avete visto, tutto ciò che vi è stato mostrato: sono certo che non ci capite nulla. Se vi chiedete

sinceramente: «Capisco perché due più due fanno quattro?» scoprirete che non ne siete affatto sicuri. L'avete sentito dire da qualcuno, e ripetete ciò che avete sentito. E non capite nulla non solo dei problemi della vita quotidiana, ma anche delle questioni di ordine superiore. Nulla di ciò che avete vi appartiene.

In voi c'è un bidone della spazzatura, e finora vi avete gettato tutto dentro alla rinfusa. Esso è pieno di cose preziose che potreste utilizzare. Ci sono degli specialisti che raccolgono ogni sorta di rifiuti dalla spazzatura; in questo modo alcuni si arricchiscono. Nel vostro bidone della spazzatura avete materiale a sufficienza per poter comprendere ogni cosa. Se riuscirete a comprendere, saprete tutto. Ma non c'è comprensione: il posto della comprensione è vuoto.

Immaginate di avere una grossa somma di denaro che non vi appartiene: per voi sarebbe molto meglio averne meno, anche solo cento dollari, purché fossero vostri. Purtroppo, nulla di ciò che avete vi appartiene.

Una grande idea si può accogliere solo con una grande comprensione. Ma noi siamo in grado di comprendere solo delle piccole idee, e nemmeno quelle.

È molto meglio avere una piccola cosa dentro di noi, che una grande all'esterno.

Prendetevi tutto il tempo necessario. Potete partire da qualunque cosa, e pensarci su; ma pensate in maniera diversa da come avete fatto finora.

*... in un momento di ...
"conoscenza" ...
... in un momento di ...
... in un momento di ...*

LA LIBERAZIONE CONDUCE ALLA LIBERAZIONE

Prieuré, 13 febbraio 1923

La liberazione conduce alla liberazione.

Queste sono le prime parole di Verità, non della verità tra virgolette, ma della verità nel senso proprio del termine, la verità che non è soltanto una teoria, che non è semplicemente una parola, ma la verità che può essere messa effettivamente in pratica.

Il senso nascosto di queste parole può essere spiegato nel seguente modo.

Per liberazione intendiamo quella liberazione che è il fine di tutte le scuole, di tutte le religioni, di tutte le epoche.

Questa liberazione può essere davvero grandissima. Tutti gli uomini la desiderano, tutti si sforzano di ottenerla. Ma non c'è alcuna possibilità di raggiungerla senza una prima liberazione, una piccola liberazione. La grande liberazione è una liberazione dalle influenze esteriori. La piccola liberazione è una liberazione dalle influenze interiori.

All'inizio, la piccola liberazione sembra molto grande, perché un principiante dipende molto poco dalle influenze esteriori. Solo chi è già libero dalle influenze interiori cade sotto quelle esteriori.

Le influenze interiori impediscono all'uomo di cadere sotto le influenze esteriori. Forse è meglio così. Le influenze e la schiavitù interiori derivano da molte cause e da molti fattori indipendenti: indipendenti nel senso che una volta si tratta di una cosa, un'altra volta di un'altra, e così via; infatti abbiamo molti nemici.

Questi nemici sono così numerosi, che la vita non sarebbe abbastanza lunga per liberarcene affrontandoli separatamente, uno per uno. Quindi dobbiamo trovare un metodo, una

linea di lavoro, che ci permetta di distruggere simultaneamente il maggior numero possibile di nemici interiori, responsabili di quelle influenze.

Ho detto che abbiamo ogni sorta di nemici, ma i principali e i più attivi sono la vanità e l'amor proprio. Esiste persino un insegnamento che li definisce rappresentanti e messaggeri del diavolo.

Per particolari ragioni, essi sono anche chiamati Signora Vanità e Signor Amor proprio.

Ripeto però che i nemici sono numerosi. Ho citato solo questi due per la loro importanza fondamentale. Per il momento sarebbe un problema enumerarli tutti, e sarebbe difficile lavorare specificamente e in maniera diretta su ciascuno di essi: ci vorrebbe troppo tempo, dato il loro grande numero. Quindi dobbiamo affrontarli indirettamente, in modo da eliminarne molti in un colpo solo.

Questi rappresentanti del diavolo si tengono costantemente sulla soglia che ci separa dall'esterno, e impediscono l'entrata tanto alle buone che alle cattive influenze esteriori. Per questo motivo, essi hanno contemporaneamente un lato buono e un lato cattivo.

Avere questi guardiani è un vantaggio per chi voglia fare una cernita tra le influenze che riceve. Al contrario, chi vuole accogliere tutte le influenze senza eccezioni, visto che è impossibile trattenere solo quelle buone, allora deve eliminare il più possibile i guardiani, fino a liberarsene completamente.

A questo scopo ci sono numerosi metodi e svariati mezzi. Personalmente, vi consiglio di cercare di liberarvene senza inventare inutili teorie, aiutandovi con la semplice riflessione, con la riflessione attiva.

Con una riflessione attiva, la cosa è possibile.

Chi non ci riesce, chi non raggiunge lo scopo con questo sistema, non avrà modo di andare più in là.

Prendiamo, per esempio, l'amor proprio, che occupa metà della nostra vita. Se, dall'esterno, qualcosa o qualcuno ferisce il nostro amor proprio, la forza dello shock ricevuto chiude tutte le porte, tagliandoci fuori dalla vita, non solo in quel momento, ma anche dopo, per un bel po' di tempo.

Quando sono in relazione con l'esterno, sono vivo. Se mi limito a vivere solo all'interno, non è vita. Ma tutti vivono in questo modo. Quando mi osservo, mi collego all'esterno.

Per esempio, io sono seduto qui. Ci sono anche M. e K., viviamo tutti insieme. M. mi ha dato dell'idiota, e io mi sono offeso. K. mi ha guardato di traverso, e io mi sono offeso. Io "considero", mi sento ferito, e mi occorrerà molto tempo per ritrovare la calma e l'equilibrio.

Siamo tutti molto suscettibili, e passiamo in continuazione attraverso simili esperienze. Appena un'esperienza comincia a smorzarsi, subito un'altra, della stessa natura, ne prende il posto. La nostra macchina è fatta in modo tale da non avere a disposizione dei luoghi diversi per delle esperienze simultanee.

Abbiamo a disposizione un solo posto per le nostre esperienze psichiche. Di conseguenza, se quel posto è occupato da esperienze come quelle che ho citato prima, non c'è alcuna speranza di avere le altre esperienze che desideriamo. Infatti, finché le cose stanno così, non potranno mai verificarsi quelle esperienze che certi comportamenti interiori dovrebbero renderci accessibili.

M. mi ha dato dell'idiota. Perché dovrei essere offeso? Io non mi sento offeso; cose del genere non mi toccano. Non che io non abbia amor proprio: ne ho forse più di chiunque altro. Forse è lo stesso amor proprio che m'impedisce di essere offeso.

Rifletto, mi metto a ragionare esattamente all'opposto del solito modo. Quel tipo mi ha dato dello stupido. E lui chi è? Un saggio? E se fosse lui lo stupido? Non ci si può aspettare che un ragazzino sia saggio. E allora non posso pretendere che quel tipo sia un saggio. Il suo ragionamento era stupido. Qualcuno gli avrà parlato male di me, oppure lui stesso si è inventato che sono uno stupido. Tanto peggio per lui. Io so bene che non sono uno stupido, e quindi non mi offendo. Che uno stupido mi abbia dato dello stupido non mi tocca affatto interiormente.

Ma se una volta mi sono comportato come uno stupido, e qualcuno mi ha dato dello stupido, di nuovo non ho motivo

di offendermi, perché il mio obiettivo è di non essere uno stupido; suppongo che tutti abbiano questo obiettivo. Quel tipo allora mi rammenta il mio obiettivo, mi aiuta a rendermi conto che sono uno stupido e che ho agito come uno stupido. Avrò modo di riflettermi, così la prossima volta non mi comporterò come uno stupido.

Ed ecco che in entrambi i casi non mi sento ferito.

K. mi ha guardato storto. Io non mi offendo affatto; al contrario, sono dispiaciuto per lui. Per guardare storto ci deve essere un motivo. E quale motivo può avere?

Io mi conosco. Posso basarmi sulla conoscenza che ho di me.

Forse qualcuno gli ha detto delle cose per cui si è fatto una brutta opinione di me. Io lo compiangio per essere così schiavo da vedermi solo attraverso gli occhi altrui. Questo fatto prova ch'egli non esiste. È uno schiavo, e quindi non può ferirmi.

Questi sono esempi di un certo modo di riflettere.

In realtà, la causa profonda di tutte queste reazioni sta nel fatto che non siamo padroni di noi stessi e non abbiamo un vero amor proprio. L'amor proprio è una gran cosa. Se l'amor proprio, come siamo soliti considerarlo, è da evitare, il vero amor proprio, che purtroppo non abbiamo, è desiderabile e necessario.

L'amor proprio ordinario è il segno di un'alta considerazione di se stessi. Chi ha questo amor proprio si dimostra per quello che è.

Come ho detto prima, l'amor proprio è un rappresentante del diavolo; è il nostro peggior nemico, il freno principale alle nostre aspirazioni e alle nostre conquiste. L'amor proprio è l'arma decisiva del rappresentante dell'inferno.

Ma l'amor proprio è un attributo dell'anima. Attraverso l'amor proprio si può intravedere lo spirito. L'amor proprio è il segno e la dimostrazione che l'uomo è una particella di paradiso. L'amor proprio è Io, e Io è Dio. Di conseguenza, avere amor proprio è desiderabile.

L'amor proprio è l'inferno, e l'amor proprio è il paradiso. Entrambi portano lo stesso nome, ed esteriormente sono simi-

li, però sono totalmente diversi e opposti nell'essenza. Tuttavia, se li guardiamo superficialmente, possiamo guardare per tutta la vita senza mai distinguerli uno dall'altro.

Esiste un antico detto: «Chi ha amor proprio è a metà strada per la libertà». Eppure, considerando i presenti, ne siamo tutti pieni da scoppiare: ciononostante, non abbiamo ancora ottenuto la più piccola briciola di libertà. Il nostro obiettivo deve essere quello di avere amor proprio. Se abbiamo amor proprio, per questo solo fatto saremo liberati da molti nemici. E potremo persino liberarci dei due nemici peggiori: il Signor Amor proprio e la Signora Vanità.

Come distinguere tra loro questi due tipi di amor proprio? Abbiamo detto che esteriormente è molto difficile. La distinzione è già molto difficile guardando gli altri, ma quando guardiamo noi stessi diventa quasi impossibile.

Grazie a Dio, tutti noi qui presenti siamo al riparo da ogni confusione tra questi due tipi di amor proprio. Siamo fortunati! Qui il vero amor proprio è completamente assente, sicché è da escludersi qualunque malinteso.

All'inizio di questa conferenza, ho usato il termine "riflessione attiva".

La riflessione attiva si impara con la pratica. Bisogna praticarla a lungo e in tutti i modi possibili.

AFORISMI

(Da uno scritto appeso alle pareti
della Study House al Prieuré)

1. Ama quello che "non ti piace".
2. La più grande conquista per un uomo è quella di essere capace di fare.
3. Più sono difficili le condizioni di vita, più sono buoni i risultati del lavoro, sempre ammesso che ti ricordi il lavoro.
4. Ricorda te stesso sempre e ovunque.
5. Ricordati che sei venuto qui perché hai capito la necessità di lottare contro te stesso – soltanto contro te stesso. Sii grato dunque a tutti coloro che te ne forniscono l'occasione.
- 6. Qui noi possiamo soltanto dare una direzione e creare alcune condizioni, ma non aiutare.
7. Sappi che questa casa può essere utile solo a coloro che hanno riconosciuto la propria nullità e credono nella possibilità di cambiare.
8. Se già sai che è male, e lo fai ugualmente, commetti un peccato cui è difficile rimediare.
9. Il sistema migliore per essere felici in questa vita consiste nella capacità di considerare esteriormente sempre, e interiormente mai.
10. Non apprezzare l'arte col sentimento.
11. Il vero indizio di un uomo buono è che ama suo padre e sua madre.
12. Giudica gli altri in base a te stesso, e raramente ti sbaglierai.
13. Aiuta soltanto chi non è ozioso.
14. Rispetta ogni religione.
15. Io amo chi ama il lavoro.

16. Noi possiamo soltanto sforzarci di diventare capaci di essere cristiani.
17. Non giudicare un uomo dalle parole altrui.
18. Tieni conto di ciò che la gente pensa di te, e non di ciò che dice.
19. Prendi la comprensione dell'Oriente e la scienza dell'Occidente, e poi cerca.
20. Soltanto chi può vegliare sul bene degli altri meriterà il proprio bene.
21. Solo la sofferenza cosciente ha significato.
22. È meglio essere temporaneamente egoista che non essere mai giusto.
23. Se vuoi imparare ad amare, comincia con gli animali, perché sono più sensibili.
24. Insegnando agli altri, imparerai tu stesso.
25. Tieni presente che qui il lavoro non è fine a se stesso, ma è solo un mezzo.
26. Può essere giusto soltanto colui che sa mettersi al posto degli altri.
27. Se non sei dotato di uno spirito critico, la tua presenza qui è inutile.
28. Chi si è liberato dalla malattia del "domani", ha qualche speranza di trovare ciò che è venuto a cercare qui.
29. Beato colui che ha un'anima. Beato chi non l'ha. Ma sventura e dolore per chi ne ha solo l'embrione.
30. Il riposo non dipende dalla quantità, ma dalla qualità del sonno.
31. Dormi poco senza rimpianti.
32. L'energia spesa nel lavoro interiore attivo si trasforma immediatamente in una nuova riserva, ma quella spesa nel lavoro passivo è perduta per sempre.
33. Uno dei mezzi migliori per risvegliare il desiderio di lavorare su di sé è quello di rendersi conto che si può morire da un momento all'altro. Ma bisogna imparare a non dimenticarselo.
34. L'amore cosciente risveglia l'amore cosciente.
L'amore emozionale evoca l'opposto.
L'amore fisico dipende dal tipo e dalla polarità.

35. La fede cosciente è libertà.
La fede emozionale è schiavitù.
La fede meccanica è stupidità.
36. La speranza inrollabile è forza.
La speranza piena di dubbi è vigliaccheria.
La speranza piena di paura è debolezza.
37. All'uomo è concesso un numero limitato di esperienze: risparmiandole, l'uomo si prolunga la vita.
38. Qui non ci sono né russi, né inglesi, né ebrei, né cristiani, ma soltanto uomini che perseguono un solo scopo: diventare capaci di essere.

INDICE

Introduzione	7
Bagliori di verità	11
«Io, chi sono?»	47
Per uno studio esatto è necessario un linguaggio esatto	66
L'uomo è un essere multiplo	81
Sviluppo unilaterale dell'uomo	88
Primi contatti	90
Osservazione di sé	94
Come procurarsi dell'attenzione	95
Vita interiore e vita esteriore	99
Ogni animale lavora in base alla propria costituzione	108
Perché siamo qui?	112
Energia-sonno	119
Esiste un sistema per prolungare la vita?	125
L'educazione dei bambini	128
L'apparato formatore	132
Corpo, essenza e personalità	139
Essenza e personalità	146
Separazione di se stessi da se stessi	151
L'esercizio dello "stop"	158
I tre poteri	162
È possibile controllare la respirazione?	166
Atteggiamenti e stati interiori	169
Sette categorie di esercizi	172

L'attore
Arte creativa-arte soggettiva
Domande e risposte

4

Dio il Verbo
Affermazione e negazione
Si può essere imparziali?
Tutto è materiale
I quattro corpi dell'uomo

175
178
181

195
199
207
209
213

5

La carrozza
«Io voglio ricordare me stesso»
I due fiumi
Ci sono due tipi di amore (x 1851)
Il libero arbitrio
Paure-identificazioni
I diversi tipi di influenze
La liberazione conduce alla liberazione

219
226
234
239
242
250
252
264



6

Aforismi

271