

Commentario. Birdlip, 29 Giugno, 1941

L'UOMO NON E' UN'UNITA' MA UNA MOLTEPLICITA'.

(1) Se un uomo considera sé stesso come *uno*, dentro di lui non si può sviluppare alcun conflitto. Se dentro di lui non si sviluppa alcun conflitto, egli non può cambiare.

Perché questo?

(2) Se un uomo presume che in lui ad agire, pensare e provare sentimenti sia un'unica cosa – vale a dire, un “Io” – allora non può comprendere che necessariamente dovrebbe esistere una cosa che comanda ed un'altra che obbedisce.

Questo significa che se un uomo guarda a sé stesso come ad un'unità, niente in lui può cambiare. Il lavoro dice: “Fintanto che un uomo non divide sé stesso in due, egli non può mutare la posizione del sé in sé – vale a dire, non può essere diverso in sé stesso.

(3) Se un uomo è tanto ipnotizzato, dunque tanto addormentato, dunque tanto addormentato da pensare di essere *uno*, non è in grado di recepire le idee del lavoro. Qual è l'obiettivo del lato pratico del lavoro – cioè, le idee e le direttive relative al ‘lavoro in sé’? Tale obiettivo è far sì che un uomo lavori sul sé dividendo sé stesso in una parte-lavoro ed in una parte meccanica – cioè, che si osservi dall'angolazione delle idee del lavoro. In questo caso la parte che osserva guarda la parte che va osservata. Così un uomo diventa due – una parte che osserva e una parte che è osservata.

(4) Se un uomo pensa di essere un'unità unica, e che è sempre il medesimo sé che agisce, fa e pensa, come può egli osservare sé stesso? Non può, in quanto immagina sé stesso come uno e in questo modo non c'è nulla che possa osservare di sé stesso. In un caso simile spesso un uomo crede che ‘osservazione’ significhi osservazione di qualcosa fuori di sé – autobus, strade, persone, paesaggi ecc. Ma l'osservazione del sé non avviene per mezzo dei sensi diretti all'esterno, i quali mostrano solo ciò che ‘non è sé’ – cioè il mondo esterno.

(5) Fintanto che in un uomo il lavoro non viene stabilito dall' ‘Io’ Osservante, nulla in lui può cambiare. L'‘Io’ Osservante è più *interiore* della vita come percezione sensoriale. Ma se l'‘Io’ Osservante non è supportato nel profondo da una continuamente rinnovata comprensione del *lavoro*, esso si indebolisce e, sotto la pressione delle circostanze della vita esterna, svanisce – ed infine l'uomo si ritrova semplicemente riportato indietro nella vita e se al momento la vita è favorevole ai suoi interessi egli non soffre.

(6) Lo stabilire un “Io” Osservante è produrre in un uomo qualcosa di più interiore, tale che sia in grado di osservare ciò che *in lui* è più esteriore (esteriore non nel senso della vita esteriore esterna, ma *in lui*, nella sua personalità, in Johnson se si chiama Johnson). Fintanto che non viene stabilito questo “Io” Osservante – cioè, non ha la volontà di osservare *sé stesso* (e *sé stesso* non è qualcosa che ha a che vedere con la vita sensoriale esterna, la sua casa, i suoi mobili, il suo denaro, i suoi pasti, il suo giardino, i suoi affari, la sua posizione sociale, i suoi riconoscimenti, il suo albero genealogico, i suoi abiti ecc.) – fintanto che egli non dà inizio a questo atto interiore, niente può cambiare *in lui*. Egli resta la *stessa persona*.

(7) Dopo un lungo periodo di lavoro il sistema interno, che è attivato dall'Auto-Osservazione *volontaria* – cioè, da un “Io” Osservante volontario – comincia ad operare il controllo sull'uomo meccanico. Esso fa questo raccogliendogli intorno tutti gli “Io” in una Personalità che possiede volontà e capacità di lavorare. Questo è lo stadio del Supervisore-Delegato. Se esso resiste a dispetto delle tentazioni, inizia ad accadere qualcosa di molto strano. In questo primo stadio del lavoro, le tentazioni concernono per intero la lotta con i dubbi, le cattive interpretazioni, le falsità, gli scrupoli, i difetti e le colpe, le esigenze e così via, in quanto a questo stadio non esistono per noi altre tentazioni. E' questo il momento in cui un uomo deve essere dapprima tentato perché il suo percorso porti a qualcosa di buono per un qualsivoglia risveglio futuro. L' “Io” Osservante raccoglie qui gli “Io” che possono lavorare e comprendere il lavoro. Essi formano un piccolo gruppo di “Io” chiamato Supervisore-Delegato, che deve condurre una lotta non solo con la Falsa Personalità, ma anche con l'Essenza non sviluppata. Se a dispetto di innumerevoli fallimenti il Supervisore-Delegato diventa sufficientemente forte, il “Supervisore” si fa più vicino. Il “Supervisore” ha a che fare con qualcosa al di sopra dell'uomo. Si manifesta dapprima in brevi lampi e spesso quando si fa più vicino le persone soffrono di gravi difficoltà sia esternamente che in lotte con stati negativi in forma di malattie, ecc. Il “Supervisore” viene da un livello differente. Per ricevere, così come si deve, il “Supervisore”, un uomo deve passare attraverso un nuovo assetto di sé, un nuovo ordinamento della propria mente, persino delle cellule cerebrali. Ma tutto avviene sempre per il meglio dell'individuo e può essere sopportato. Il lavoro è stabilire il contatto con i centri superiori. Ma questi operano nel proprio modo, per cui nell'uomo devono avvenire dei cambiamenti. L'uomo non è in grado di produrre da sé questi cambiamenti in quanto egli non conosce nulla del nuovo sapere che è necessario. E' attraverso il suo lavoro personale e la lotta del Supervisore-Delegato in lui che essi vengono realizzati – cioè, ciò che cerca di entrare in un uomo dal di sopra si realizza quando ci sono le giuste condizioni. Una volta che ciò è realizzato, l'uomo è un uomo diverso. Il suo sentimento e percezione dell' “Io” sono diversi. Le sue idee, i pensieri, i ragionamenti e i discorsi, le azioni, sono diversi. Egli è passato per l'auto-evoluzione latente in lui. Egli è “nato una seconda volta” così come dice il versetto del Vangelo.

Ma tutto ciò è impossibile fintanto che l'uomo non stabilisce l' “Io” Osservante con cui cominciare e da cui ricevere aiuto nel lavoro, attraverso la comprensione del lavoro per sé, che significa il raggruppamento di altri “Io” in lui intorno all' “Io” Osservante, così che si formi un piccolo nucleo di “Io” chiamato Supervisore-Delegato nel caos della sua vita interiore.

Ma naturalmente, se un uomo rimane dell'idea di essere *uno* e di poter essere soltanto *uno*, e che sempre ci sia un'unica cosa in lui che agisce, percepisce, pensa, parla, ecc., tutto ciò di cui si è ora parlato resta impossibile da realizzare.

Birdlip, 7 Luglio, 1941

UNA NOTA SULLA MEMORIA DI SE'.

E' una cosa utile farsi un *memorandum* mentale sul significato del lavoro pratico.

La cosa più importante è la memoria di sé. Potete provare a ricordarvi di voi stessi almeno una volta al giorno, e lo dovete fare volontariamente e da soli. Alla fine ogni altro lavoro su di sé dipende dalla memoria di sé. E' sufficiente mezzo minuto, ed anche se non consiste in null'altro che fermare i propri pensieri e cercare di rilassarsi completamente è comunque meglio di niente. Non *pensate* alla memoria di sé, *fatelo*. All'inizio è meglio farlo ad un'ora precisa che avete deciso prima. Il primo segno che lo state facendo correttamente è la distinta sensazione di una forza che entra in voi, come se qualcosa in voi si fosse aperto. Non appena provate questa sensazione fermatevi. Dovete fermarvi subito, e dimenticatevi dell'intera faccenda.

Un'altra forma di memoria di sé è chiamata produrre in sé uno "stop interiore". Si pratica unitamente all'osservazione di sé. Per esempio, vi accorgete di cominciare a chiacchierare in modo meccanico, oppure di essere infastidito da qualcuno, ecc. Allora producite il cosiddetto "stop interiore", ma lo dovete fare completamente, come se un cavo fosse stato tagliato. Non ha importanza se in seguito le cose che avete voluto fermare si ripresentano.

Prima di proseguire lasciatemi dire che ogni osservazione di sé dovrebbe essere accompagnata da un certo grado di memoria di sé. Ricordare perché vi state osservando e sentire la presenza del lavoro nella vostra mente mentre vi osservate è un grado di memoria di sé. In effetti esso porta il carbonio 12 nel luogo all'interno della macchina umana in cui può aver luogo il Primo Shock Cosciente.

A seguire, il lavoro pratico sui centri. Lasciate che vi ricordi che ogni lavoro significa sforzo.

LAVORO SUL CENTRO INTELLETTUALE.

Ciascuno dovrebbe avere un qualche tipo di lavoro intellettuale. Qualunque forma di pensiero che richieda attenzione vi fa entrare nel lato cosciente del Centro Intellettuale, per esempio ripensare a qualcosa che avete sentito e cercare di ricordarlo, leggere un libro che richiede attenzione, anche scrivere lettere, o fare i conti, ecc. ecc. C'è un detto per questo lavoro: che ciascuno deve tenere in movimento il proprio cervello ogni giorno.

LAVORO SUL CENTRO EMOZIONALE.

L'osservazione e la separazione interiore da ogni genere di subdola depressione, al di là delle comuni emozioni negative, bloccando l'immaginazione, lavorando sugli stati negativi, ed usando il proprio Centro Intellettuale per ricordare esattamente le parole dette, al di là di ciò che avete immaginato: tutto ciò è il lavoro sul Centro Emozionale.

LAVORO SUL CENTRO MOTORIO.

Ciascuno nella vita di ogni giorno può avere forme di lavoro che richiedono l'uso del Centro Motorio. Un po' di sforzo fisico è necessario, e deve essere fatto volontariamente. Se fate una cosa volontariamente la fate da voi – cioè, la fate coscientemente; e tutto ciò che è fatto coscientemente costituisce un guadagno – vi appartiene. Ciò che fate non volontariamente, semplicemente perché vi si dice di farlo è peggio che inutile. Dovete dire a voi stessi di fare le cose. Ancora, se fate le cose meccanicamente non ne otterrete alcun beneficio.

LAVORO SUL CENTRO ISTINTIVO.

Questo, al nostro stadio, non è fondamentale, poiché il Centro Istintivo è di gran lunga più intelligente di noi e conosce molto più di quanto conosciamo noi, ma se qualcosa non va nel corpo noi dobbiamo cercare, per quanto ci è possibile, di dare una mano al Centro Istintivo. Il Centro Istintivo regola il lavoro interiore del corpo fisico e ci avverte se qualcosa non va, attraverso il dolore o il disagio. Una delle cose peggiori è interferire con il lavoro del Centro Istintivo quando non ce n'è alcuna ragione.

Naturalmente in questa breve nota molte cose sono state omesse. Ma tutti voi dovete cercare di farvi un *memorandum* di questo tipo ed applicarlo durante la giornata. Ricordate che la volta che non vi è possibile lavorare su un centro potete comunque lavorare su un altro. Al di là del vostro obiettivo generale, dovrete avere più o meno tre obiettivi sussidiari rispettivamente connessi ai Centri Intellettuale, Emozionale e Motorio.

Birdlip, 16 Luglio, 1941

IL CONCETTO DI COSCIENZA NEL LAVORO.

Consapevolezza e *coscienza* hanno ruoli analoghi nelle rispettive sfere, facendo parte l'una del Centro Intellettuale, l'altra del Centro Emozionale.

La Consapevolezza è *Conoscere completamente*;
la Coscienza è *Sentire completamente*.

COSCIENZA

Come sapete, nell'esperienza della *religione* come mezzo per convogliare insegnamenti dall'umanità Consagia a quella dormiente, una delle cause di fallimento è che ciascun

individuo stabilisce il proprio dogma come verità assoluta, e perciò ci si perseguita, ci si disprezza e ci si uccide l'un l'altro nel nome di Dio. Lo si può fare perfettamente convinti definendolo un atto di Coscienza. Ma questa Coscienza è Falsa o Meccanica e viene formata nella *Personalità*. Questa Coscienza Falsa o Acquisita non è basata sulla comprensione *interiore*. E' correlata alla Falsa Personalità, al sentirsi meritevoli e pertanto al sentire che l'uno è migliore degli altri, i quali altri avendo diversi credo religiosi sono inferiori o cattivi e disprezzabili, e meritevoli di essere uccisi.

La differenza tra Coscienza reale e Coscienza Falsa o meccanica è che la Coscienza reale è la stessa in tutti gli uomini e parla pertanto lo stesso linguaggio. La Coscienza Falsa o Meccanica è diversa in persone diverse, a seconda della nazionalità, dell'educazione, delle usanze, della forma di religione ecc.

Se tutti gli uomini potessero *risvegliarsi*, in tutti loro parlerebbe la Coscienza Reale ed essi andrebbero d'accordo l'un l'altro, perché a tutti parlerebbe allo stesso modo.

La Coscienza Reale esiste in ognuno ma è sepolta, e dunque non raggiungibile. Sopra di essa è cresciuta la Personalità e come conseguenza i nostri sentimenti e il nostro senso di noi stessi si sono trasferiti alla Personalità. Pertanto "sentire completamente" è impossibile e nello stato in cui siamo ci sarebbe comunque intollerabile. "Sentire completamente" vorrebbe dire essere uno. Ma la Personalità è divisa per sua natura in piccoli pezzi. La cosa fondamentale che va capita della Personalità è che essa è molteplice. Per questa ragione vi sentite ora in un modo ora in un altro, ma separatamente e senza unità – e senza neppure averne memoria – semplicemente perché pensate ora in un modo, ora in un altro, o vi comportate ora in un modo ora in un altro. E questo mutevole caleidoscopio che è dentro di voi, voi lo chiamate "Io". Vale a dire, immaginate di essere una sola persona. Fintanto che un uomo considera sé stesso *come una sola persona egli mai si sposterà dal punto in cui si trova*. Per risvegliarvi alla Coscienza dovete cominciare a vedere le contraddizioni dentro di voi. Ma se cercate di vedere le contraddizioni in voi continuando a considerarvi una sola persona non andrete da nessuna parte. Anzi, resterete fermi lì dove siete ed invece di spostarvi creerete una situazione impossibile. Sarà come credere che ogni cosa che vedete davanti a voi sia una parte del vostro corpo.

Ciò che in primo luogo impedisce all'uomo di vedere le contraddizioni in sé stesso sono i "respingenti" (*buffers*). Al posto di avere una Coscienza Reale, l'uomo ha una *Coscienza Artificiale* e *respingenti*. Alle spalle di ciascuno stanno anni ed anni di vita stupida e sbagliata, di indulgenza verso ogni genere di debolezza, di sonno, di ignoranza, di finzione, di mancanza di sforzo, di abbandono, di occhi tenuti chiusi, di tentativi di evitare le cose spiacevoli, di costante mentire a sé stessi, di accuse e attribuzioni di colpa agli altri, di pedanteria, di auto-justificazione, di vuoto, di discorsi sbagliati, eccetera. Il risultato è che la macchina umana è sporca e funziona male. E non solo questo: a causa del suo malfunzionamento, in essa si sono creati anche dispositivi artificiali. E per quanto una persona possa desiderare di svegliarsi e diventare un'altra persona e condurre una vita diversa, questi dispositivi artificiali interferiscono pesantemente con le sue buone intenzioni. Tali dispositivi sono i *Respingenti*.

Il loro compito, come quello degli apparati dei vagoni ferroviari, è di attutire l'impatto della collisione. Nel caso dei respingenti nell'uomo, il loro compito è di impedire che due lati contraddittori del sé raggiungano insieme la consapevolezza.

I respingenti vengono creati gradualmente ed involontariamente dalla vita intorno a noi, in cui noi cresciamo. La loro funzione è di impedire all'uomo di sentire la *Coscienza* – cioè, di sentire “completamente”. Per esempio, esistono respingenti molto potenti tra le nostre simpatie ed antipatie, tra i nostri sentimenti piacevoli e quelli spiacevoli nei confronti di qualcuno. E' necessario rompere un respingente per osservare il proprio comportamento durante un lungo periodo, ricordarsi di come ci si sentiva e come ci si sente adesso. Vale a dire, è necessario vedere da entrambi i lati di un respingente contemporaneamente, per poter vedere i lati contraddittori del sé che sono separati dal respingente. Una volta che il respingente è stato rotto non si può riformare.

I respingenti rendono la vita più facile. Impediscono all'uomo di sentire la Coscienza Reale. Ma gli impediscono anche di svilupparsi. Lo sviluppo interiore dipende dagli shocks. Solo gli shocks possono condurre l'uomo fuori dallo stato in cui si trova. Quando un uomo si *rende conto* di qualcosa riguardo a sé stesso egli subisce uno shock, ma la presenza in lui di respingenti gli impedirà di rendersi conto di alcunché. Perché i respingenti sono fatti per attutire gli shocks. Più un uomo osserva sé stesso più facile sarà per lui cominciare a vedere i respingenti in sé. Questo perché più voi osservate voi stessi, più coglierete dei barlumi di voi come ‘un intero’. Se osservate momenti diversi della vostra vita, dopo un po' coglierete un barlume di voi stessi durante un periodo, in modo completo – cioè, la vostra consapevolezza di voi stessi aumenta. Ma per prima cosa dovete cercare di osservare ogni cosa in voi *in un dato momento* – lo stato emotivo, i pensieri, le sensazioni, le intenzioni, la postura, i movimenti, il tono della voce, le espressioni del volto e così via. Tutte queste cose devono essere fotografate insieme. Questa è l'osservazione totale e da ciò hanno inizio tre cose: 1) una nuova memoria di sé, 2) un cambiamento completo del concetto che ciascuno aveva in precedenza di sé, 3) lo sviluppo del *gusto interiore* in riferimento alla *qualità* di ciò che ciascuno aveva al suo interno. Per esempio, mediante il gusto interiore potete riconoscere che state mentendo, o che vi trovate in uno stato negativo, senza difficoltà, per quanto vi stiate giustificando o fingendo il contrario. Qui l'intera faccenda ruota intorno a se voi possediate o no la sincerità interiore. Se è no, meglio lasciar perdere il lavoro. Si può dire che il *gusto interiore* sia il debole inizio della Coscienza Reale, in quanto esso è qualcosa che *riconosce la qualità* dello stato interiore di ognuno. Osservazione di sé e gusto interiore non sono la stessa cosa, ma possono coincidere. Più voi comprendete il lavoro, più esso è sistemato propriamente nella vostra mente e il suo significato è chiaro, più esso può trasferirsi nella Coscienza Reale. E' stato detto che se noi avessimo la Coscienza Reale il lavoro non sarebbe necessario, perché già lo conosceremmo.

Birdlip, 19 Luglio, 1941

PENSIERI SULLA GUERRA DAL PUNTO DI VISTA DEL LAVORO.

PARTE I. – La guerra è un evento che trascina nel suo vortice milioni di persone, che queste lo vogliano oppure no. Tuttavia, le persone immaginano di essere libere. Tutta la vita di un uomo è basata sull'idea di essere libero di scegliere. Se un uomo riuscisse a vedere con chiarezza di essere meccanico – cioè, non libero – egli non potrebbe sopportare una tale scoperta. Occorre capire che l'umanità sulla terra sottostà a 48 leggi, e ciascun individuo è in realtà sottoposto a 96 ordini di leggi. A prima vista è una cosa di difficile comprensione, se non ci si riporta al Raggio di Creazione e da lì si comprende che la parte è sottoposta ad un maggior numero di leggi che l'intero. Tuttavia il fatto che l'uomo sulla terra sia sottoposto a molte leggi può essere compreso in linea generale. Queste leggi, o influenze, alcune crescenti altre calanti, come si dice, o intersecantesi a formare combinazioni diverse, danno luogo agli eventi che formano il dramma dell'esistenza umana sulla superficie terrestre. Prima che un evento accada è molto facile supporre di essere liberi al riguardo. Ma quando l'evento si produce, allora le cose sono diverse. E' quasi come se esso cercasse di trascinare più cose e persone possibili nel suo raggio d'azione così da cibarsene. Le persone si dimenticano di ciò che credevano prima. L'evento le attrae nella sua sfera d'influenza. Mediante respingenti ed auto-justificazione entrano nell'evento passando in suo potere. Un uomo può decidere che mai più egli combatterà in un'altra guerra, ed esserne sicuro. Ma quando i tamburi della guerra cominciano a battere, quando iniziano gli orrori e la follia ed egli ne è spettatore, o ne legge, egli dimentica ogni suo proposito. E lo stesso accade non solo per gli eventi sulla scala della guerra, ma anche in scala minore nella vita quotidiana. Perché gli eventi si situano su molte scale differenti. Per esempio ci sono eventi collettivi, come quelli che coinvolgono nazioni o una nazione singola, come guerre e rivoluzioni. E all'altra estremità della scala ci sono i piccoli cicli degli eventi che determinano una comune vita privata singola, ed essi girano come piccoli ingranaggi, ripetendosi incessantemente – cioè più o meno nello stesso modo, a meno che un uomo non cominci a lottare con sé stesso per cambiarsi. E per quanto nessuno sia veramente soddisfatto della propria vita, nessuno si accorge che è il proprio livello di esistenza che attrae il suo particolare genere di vita – cioè il ripetersi ciclico di piccoli eventi. Gli eventi collettivi, ossia gli eventi che coinvolgono milioni di persone, sono come grandi ingranaggi. Ma la vita di un individuo è come una piccola rotella che gira in un punto di un grande macchinario formato da piccoli e grandi ingranaggi – e tutti loro, piccoli e grandi, formano la “vita”, che ci trascina tutti.

Qui parliamo spesso della necessità di isolarci dagli eventi collettivi. A questi eventi siamo connessi dagli atteggiamenti, come da fili invisibili. Per isolarsi dagli eventi collettivi è necessario cambiare gli atteggiamenti dentro di sé. E' cominciando ad assumere un'attitudine corretta verso il lavoro che gli atteggiamenti formati meccanicamente possono essere riconosciuti e mutati, e possono persino mutarsi da soli. Si può osservare qualcosa in sé stessi solo attraverso qualcosa d'altro. Una cosa non può osservare sé stessa. Per osservare bisogna essere separati da ciò che si osserva. L'intero sistema del lavoro, con tutte le sue idee appartenenti all'antico insegnamento riguardo l'uomo e la possibilità di un suo sviluppo verso la libertà interiore, dà piena possibilità di 'osservazione di sé' – cioè, l'individuo si osserva dal punto di vista dell'insegnamento,

delle idee e delle conoscenze del lavoro. Un uomo all'interno della vita non può farlo, poiché dalla vita egli è stato formato e può osservare sé stesso solo dal punto di vista delle idee appartenenti alla vita.

In questo sistema si dice che la guerra è causata da influenze extra-terrestri e non dalle persone. Si dice semplicemente che sono influenze planetarie a provocare la guerra sulla terra. Ma si aggiunge anche che queste influenze provocano la guerra in una "umanità dormiente". Poiché l'uomo è profondamente addormentato, queste influenze hanno su di lui un effetto particolare. Se egli fosse sveglio esse avrebbero un effetto diverso. L'errore e l'ingiustizia più grandi che noi commettiamo nei confronti l'uno dell'altro è di ritenere che ciascuno sia cosciente. Questo lavoro ci dice anche che nella vita tutto capita. Sembra che l'uomo agisca e sia in grado di agire ma non è così, è solo l'apparenza. In effetti, tutto capita, proprio come sono capitate la scorsa guerra e la guerra presente. Ma il lavoro dice anche che tutto capita sulla terra perché l'uomo è addormentato – tutto capita, in un mondo di dormienti. Tutto ciò che accade, accade nel solo modo possibile. Milioni uccidono e vengono uccisi, soffrono pene indicibili e così via, perché non possono farne a meno, e tutto ciò non porta a niente, perché non può portare a niente. La via che può portare a qualcosa è il risveglio dal sonno. In ciascun minimo istante di tempo ci sono alcune persone che sono pronte a risvegliarsi. Se non provano a farlo, essi chiudono la via agli altri. E' come una scala, su ogni piolo della quale stanno delle persone. Se quelli più in alto non si muovono non possono muoversi neppure quelli più in basso. Il risveglio è il compito individuale di ciascuno. Ma in un dato momento solo pochi possono risvegliarsi e riconoscere le possibilità che vengono loro offerte. Se questi cominciano a risvegliarsi l'effetto si diffonde ed altri cominceranno a capire il significato del lavoro e del risveglio.

La forza ipnotica della vita è sempre molto potente. L'obiettivo della natura è mantenere l'uomo addormentato e mantenere i suoi comportamenti basati sulla violenza così che egli serva i propositi della natura. Il lavoro è una forza che entra vita da sorgenti consce al di fuori della vita. Al giorno d'oggi la forza ipnotica della guerra è molto intensa. E' necessario resistervi. Al fine di resistervi, vanno mantenute vive le influenze che ci raggiungono attraverso questo lavoro. Al fine di mantenere vive le influenze del lavoro, è necessario pensarlo costantemente, concentrarsi sui suoi diversi aspetti, rinnovarlo quotidianamente e metterlo in pratica. Il lavoro deve essere mantenuto vivo e tutto ciò che lo mantiene vivo è utile, mentre tutto ciò che ha l'effetto contrario è male. Ciascuno di noi deve pensare a cosa significhi ora mantenere vivo il lavoro e quali sforzi sono richiesti a coloro che insegnano questo sistema. Solo coloro che pensano seriamente il lavoro, che vedono tutte le sue difficoltà, che da soli hanno capito quanto sia facile dimenticare tutto e ricadere nella vita ordinaria possono capirne il significato. Possiamo aggiungere una cosa: sapete tutti che ciascuno deve fare la propria parte nella vita secondo questa via – cioè, la quarta via – che stiamo studiando. Ma una cosa è identificarsi con ciò che si deve fare nella vita e un'altra è considerare la vita come un mezzo per lavorare su sé stessi. Vita e lavoro non vanno mischiati. Se l'uomo mischia il lavoro con la vita e non riesce a vedere la differenza non potrà sentire su di sé l'azione del lavoro. Esso svanirà, e nella sua mente diventerà come nulla. Come sapete, questo punto è stato messo in evidenza in molte lezioni tra quelle tenute da quando la guerra è

cominciata. La ragione è evidente; ma per quanto lo sia spesso ce ne scordiamo e così dobbiamo ricominciare a combattere per ricordare il lavoro e risistemarlo nella nostra mente, trovare di nuovo il suo significato e capire di nuovo cos'è il lavoro e cos'è la vita, e perché questo lavoro sia stato sempre insegnato, in una forma o nell'altra, all'umanità sofferente in ogni epoca. Soprattutto, voi non dovete adattarvi alla guerra più di quanto dovete adattarvi a questo sistema. Adattarsi alla guerra equivale a mettersi a dormire di fronte ad essa.

CONSIDERAZIONI SULLA GUERRA DAL PUNTO DI VISTA DEL LAVORO.

PARTE II. – Tutto ciò che si fonda sulla violenza può solo generare violenza. Non esiste nessuna scuola di vero insegnamento che insegni la violenza. Persino le scuole di *Hatha – Yoga*, e quelle sospette di *Ju – Jitsu*, non insegnano in realtà la violenza, ma il metodo di avere ragione della violenza, ma ciò è spesso frainteso per cui molto nelle scuole di *Hatha – Yoga* è sbagliato e inutile. L'uomo – l'uomo naturale – si basa sulla violenza ed è per questo che egli fa da conduttore a quelle particolari influenze planetarie che provocano la guerra. Le influenze planetarie non sono né buone né cattive. E' lo stato interiore dell'uomo a tradurle in bene o male. E' in sé stesso che l'uomo deve superare la violenza. Questo è un compito enorme, ed un uomo deve in primo luogo impegnarsi a scoprire le radici della violenza che è in lui prima di capire cosa essa realmente significhi. La guerra esiste perché l'uomo è basato sulla violenza. Quando egli riceve determinate influenze non sa in che modo usarle, non le comprende per via del suo apparato ricettivo difettoso e poco sviluppato, e quindi non è capace di affrontarle ed esse si traducono in irritazione, rabbia e violenza. In questo caso l'uomo è come una cattiva trasmittente. Egli è cattivo perché trasmette male. Se l'uomo comincia ad affrontare più *cosciamente* il piccolo ciclo di eventi ricorrenti nella sua vita personale e non si identifica con essi, diventerà intanto capace di trasformare la propria vita su piccola scala. Trasmetterà un po' meglio e comincerà ad essere un po' più libero del macchinario della vita – degli ingranaggi che lo circondano. Se tutti facessero questo, le influenze planetarie che agiscono sull'uomo non condurrebbero così facilmente l'umanità alla guerra. Allora le persone potrebbero resistere alla guerra.

Quando la guerra comincia gli uomini vi trovano delle ragioni e dei motivi di consenso ed arrivano quasi a credere di prenderne parte volontariamente. Laddove invece la guerra, come un vasto evento collettivo, un vortice, li ha trascinati nella sua potente influenza costringendoli ad esserne parte. Ma anche nel caso in cui la necessità si impone sull'uomo, anche allora l'uomo non deve per forza servire la natura. Non deve servire la natura se pratica il *Karma Yoga* – cioè se non si identifica con ciò che deve o che è obbligato a fare. Ma se egli ritiene una bella cosa fare quello che sta facendo vi si identificherà ed arriverà persino a pretendere riconoscimenti per le sue azioni meritorie. Praticare la non-identificazione può portare a qualcosa: servire la natura non porta a nulla. Non ci sono riconoscimenti esterni per la non-identificazione. Niente di ciò che un uomo fa relativamente al lavoro su di sé ha a che fare con i riconoscimenti nella vita

esterna. Qui solo *tu* sai quello che *tu* fai. Se gli è richiesto di essere un buon capofamiglia, un uomo deve per quanto gli è possibile fare ciò che ci si aspetta che faccia. Dovete però ricordare la definizione di un buon capofamiglia: un uomo che sente le proprie responsabilità e si comporta di conseguenza, ma che *non crede nella vita*. A prima vista questa è una definizione sorprendente. Consideriamo cosa significa da un certo punto di vista. Un buon capofamiglia, nel senso del lavoro, è un uomo che agisce coscienziosamente, diciamo, come chi ricopre un incarico – non motivato da sé, ma dal timore per la sua reputazione, o per guadagnarsela, o per non perdere potere, ecc. Egli non crede nella vita, ma vede la vita in un certo modo ed agisce bene, ma non da sé. Forse fa le cose giuste, ma nel modo sbagliato. Per questo il cammino o, come viene definito, “La via del Buon Capofamiglia” è così lunga e richiede tante ripetizioni. Sapete che esiste una classe rilevante di persone che compiono il loro dovere non perché credono nella vita, ma perché sono influenzate da merito, ricompensa, ambizione, potere, denaro e così via; e forse anche da ideali più alti. Essi attribuiscono tutto a sé stesse. Il loro atteggiamento verso la vita le rende spesso in grado di agire come se non si identificassero. Ma si identificano a loro modo. Sono tuttavia molto utili nella vita e danno spesso l’impressione di agire sinceramente. Ed esse si considerano oneste e sincere. Ma in una qualsiasi situazione che richieda il reale sacrificio della propria posizione, ecc., esitano, e trovano le ragioni più diverse per cui non dovrebbero agire in questo o quel modo. Esse sono nella vita, ma non credono nella vita. La Via del Buon Capofamiglia è lunga perché in tali persone ciò che è buono deve essere spostato dai propri fondamenti per divenire vero ed essenziale. Un uomo può esser un ottimo uomo meccanicamente; attraverso la personalità, e la sua bontà non essere tuttavia reale. Se un uomo compie il suo dovere nella vita come un buon capofamiglia può sembrare vicino al comportarsi senza identificazione. In verità ne è molto lontano. Nei Vangeli, Cristo attacca il buon capofamiglia in modo particolare, quando attacca i Farisei, e dovete leggere da soli ciò che viene detto su di loro e sul loro essere meritori. E forse Cristo li attacca così violentemente proprio perché erano loro le persone che avrebbero potuto capire, e che per questo avrebbero potuto essere le più utili. Come tutti sapete, questo lavoro attacca la falsa personalità perché essa è irreale – cioè perché essa non può essere il punto di partenza dell’evoluzione interiore. Si potrebbe dire molto di più sulla materia, ma ciò che è stato detto è sufficiente a sollevare nella vostra mente domande sulla guerra e sulla sua comprensione dal punto di vista delle idee del lavoro.

Birdlip, 24 Luglio, 1941

LA DIFFERENZA TRA OSSERVAZIONE E OSSERVAZIONE DI SE’.

L’osservare e *l’osservare sé stessi* sono due cose diverse. Entrambe richiedono *attenzione*. Ma nell’osservazione, l’attenzione viene diretta verso l’esterno attraverso i sensi. Nell’osservazione di sé l’attenzione viene diretta verso l’interno, e per questa funzione

non esistono organi di senso. Questa è una delle ragioni per cui l'osservazione di sé è più difficile dell'osservazione.

Nella scienza moderna viene considerato reale solo ciò che è osservabile. Tutto ciò che non può costituire materia d'osservazione mediante i sensi implementati da telescopi, microscopi ed altri sensibili strumenti ottici, elettrici e chimici, viene lasciato da parte. Qualcuno ha detto che uno degli obiettivi generali di questo lavoro è unire la scienza dell'Occidente con la saggezza dell'Oriente. Ora, se definiamo il punto di partenza della scienza occidentale, sotto il lato pratico, come *l'osservabile*, come potremmo definire il punto di partenza del lavoro? Potremmo definire il punto di partenza del lavoro come il *sé osservabile*. Esso comincia, sotto il lato pratico, con *l'osservazione del sé*.

Questi due punti di partenza conducono in direzioni completamente diverse.

Un uomo può trascorrere l'intera vita nell'osservazione del mondo fenomenico – stelle, atomi, cellule e così via. Può raggiungere un alto grado di questo tipo di conoscenza – ossia la conoscenza del mondo esterno – cioè, con o senza strumenti ausiliari, di tutti gli aspetti dell'universo che possono essere rilevati dai sensi. Questo è un tipo di conoscenza, attraverso la quale, si possono raggiungere dei cambiamenti. Tali cambiamenti sono nel mondo esterno. All'esterno, le condizioni in cui operano i sensi possono essere migliorate. Si possono inventare tutti i tipi di comodità, apparati e facilitazioni. Se usata nel modo giusto tutta questa conoscenza va a beneficio del genere umano, trasformando l'ambiente esterno a suo vantaggio. Ma questo tipo di conoscenza dell'esterno può solo cambiare l'esterno. Non si può cambiare un uomo in sé.

Il tipo di conoscenza in grado di cambiare un uomo internamente non può essere raggiunta meramente per mezzo dell'osservazione. Essa non si trova in questa direzione – cioè, nella direzione dei sensi rivolti verso l'esterno. C'è un altro tipo di conoscenza possibile per l'uomo e questa conoscenza comincia con *l'osservazione di sé*. Questo tipo di conoscenza non si può ottenere attraverso i sensi poiché, come è stato detto, noi non possediamo organi di senso che possano essere rivolti verso l'interno e per mezzo dei quali poter osservare noi stessi facilmente come osserviamo un tavolo o una casa.

Mentre il primo tipo di conoscenza può trasformare le condizioni esterne della vita dell'uomo, il secondo tipo di conoscenza può trasformare l'uomo stesso. Si può dire che *l'osservazione* sia un mezzo per cambiare il mondo, e che *l'osservazione di sé* sia un mezzo per cambiare sé stessi.

Ma per quanto sia vero, per poter imparare qualcosa dobbiamo partire dalla conoscenza di sé e qualunque tipo di conoscenza inizia dai sensi. La conoscenza di questo sistema d'insegnamento inizia con l'udire ciò che viene detto – cioè, comincia attraverso i sensi. Ad un uomo deve essere detto di osservare sé stesso, in quale direzione egli deve osservare sé stesso e le ragioni per cui dovrebbe osservare sé stesso, ecc. E tutto ciò che egli può udire o leggere sull'argomento deve innanzitutto passare attraverso i suoi sensi. Da questo punto di vista il tipo di conoscenza di cui parla il lavoro inizia sul piano dell'*osservabile*, , così come l'insegnamento di qualunque scienza. L'uomo deve iniziare col dare '*attenzione esterna*' al lavoro. Deve osservare ciò che viene detto, ciò che può leggere a riguardo e così via. In altre parole, il lavoro è in contatto col piano dei sensi. Per questo motivo esso può molto facilmente mescolarsi col tipo di conoscenza che si ottiene attraverso lo studio di ciò che mostrano i sensi, e in quanto tale vi è legato o ne viene

soffocato. E ameno che un uomo non abbia la capacità di distinguere la natura e la qualità della conoscenza insegnata da questo lavoro, dalla conoscenza insegnata dalla scienza – cioè, a meno che non abbia in sé il *centro magnetico* che può differenziare le qualità della conoscenza – questa mescolanza di due piani o ordini di conoscenza produrrà in lui uno stato di confusione. Confusione che rimarrà anche se l'individuo continua nel lavoro, a meno che non venga compiuto uno sforzo per ricondurre il lavoro nella posizione che gli è propria all'interno del sé. Egli cioè giudicherà il lavoro solo per ciò che vede, per le persone che gli stanno intorno e così via. Il lavoro resterà, per così dire, a livello dei sensi. “*Qual è dunque la natura dello sforzo che un individuo deve compiere a questo proposito?*” Egli deve attuare nella propria mente una separazione tra due ordini di realtà che si incontrano in lui. L'uomo sta in mezzo fra due mondi – un mondo esterno visibile, percepito attraverso i sensi e condiviso da tutti; e un mondo interno che nessuno dei sensi percepisce e che non è condiviso da nessuno – cioè, l'approccio ad esso è unicamente individuale, perché sebbene tutti al mondo vi possono osservare, solo voi potete osservare voi stessi. Questo mondo interno è la seconda realtà, ed è invisibile.

Se dubitate dell'esistenza di questa seconda realtà ponetevi la seguente domanda: i miei pensieri, i miei sentimenti e sensazioni, le mie paure e speranze, le mie delusioni, le mie gioie, i miei desideri, i miei dispiaceri sono reali per me? Ovviamente se la vostra risposta è che non sono reali e che solo il tavolo e la casa che riuscite a vedere con la vista esterna sono reali, allora per voi l'*osservazione di sé* non avrà alcun senso. Lasciate che vi chieda: in quale mondo di realtà vivete e conducete il vostro essere? Nel mondo fuori di voi, rivelatovi dai sensi, o nel mondo che nessuno vede e solo voi potete osservare – il mondo interiore? Penso sarete d'accordo che è in questo mondo interiore che voi costantemente vivete, provate emozioni e soffrite.

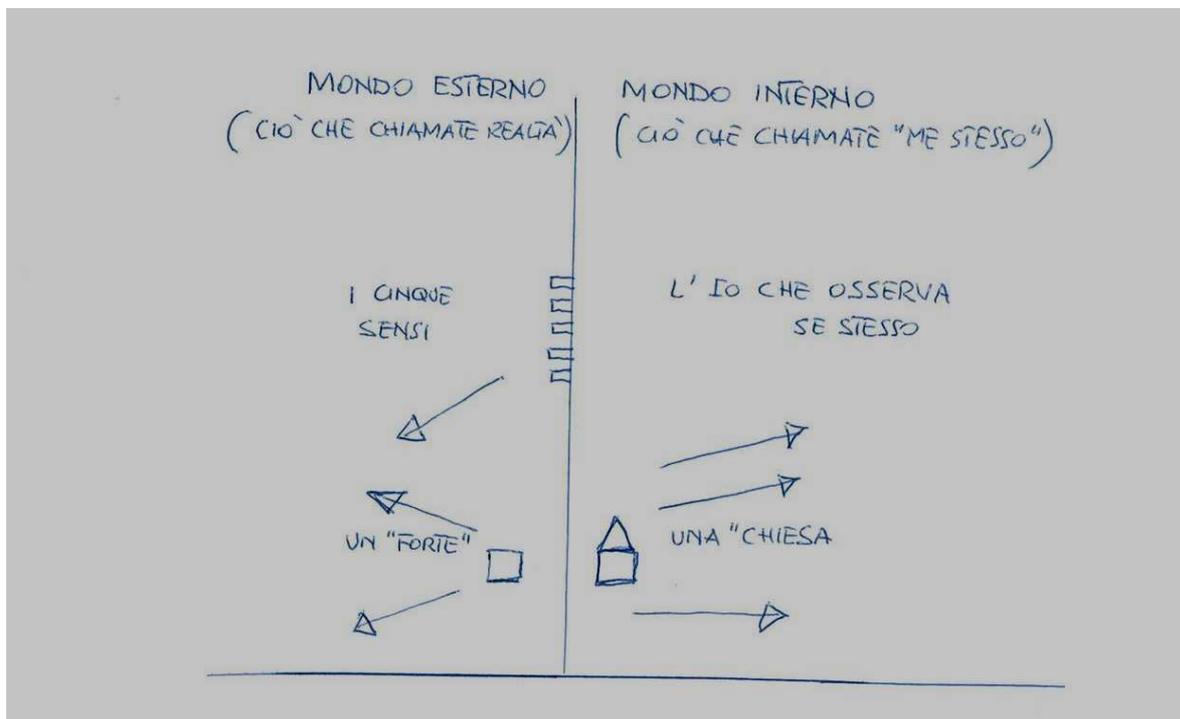
Ora entrambi i mondi sono verificabili sperimentalmente – il mondo esterno con l'osservazione e il mondo interiore con l'osservazione di sé. Potete ottenere prova delle cose nel mondo esterno e prova delle cose nel mondo interiore, nel primo caso con l'osservazione e nel secondo con l'osservazione di sé. Riguardo il secondo caso, tutto ciò che questo lavoro insegna su quello che dovete notare e percepire internamente può essere verificato attraverso l'osservazione di sé. E più aprirete questo mondo interiore chiamato “sé” più comprenderete di vivere in due mondi, due realtà, due *ambienti*, esterno ed interno e così come dovete imparare, per vivere nel mondo esterno (che è osservabile), a camminare, a non cadere nei precipizi e a non perdervi nelle paludi, a non frequentare persone cattive, a non mangiare cose velenose e così via, per mezzo di questo lavoro e della sua applicazione comincerete ad imparare a camminare in questo mondo interiore, che viene aperto per mezzo dell'osservazione di sé.

Facciamo un esempio di queste due differenti realtà, a cui appartengono forme molto diverse di verità. Supponiamo che un individuo si trovi ad un ricevimento. Tutto ciò che egli vede, ascolta, assaggia, odora e tocca appartiene alla prima realtà; tutto ciò che egli pensa e prova, che gli piace e che non gli piace, ecc., appartiene alla seconda realtà. Egli sta frequentando due diversi ricevimenti che vengono registrati in modo diverso, uno esteriore ed uno interiore. Tutte le nostre esperienze sono strutturate in questo modo. C'è l'esperienza esteriore e la nostra reazione interiore ad essa. Qual è *la più reale*? Quale registrazione, in breve, forma la nostra vita personale: la realtà esteriore o quella

interiore? E' corretto dire che è il mondo interiore? E' il mondo interiore il luogo dove noi ci alziamo e cadiamo, dove di continuo oscilliamo avanti e indietro e veniamo sballottati di qua e di là, dove veniamo infestati da sciame di pensieri ed umori negativi, dove perdiamo ogni cosa e roviniamo ogni cosa, dove vacilliamo e cadiamo, senza neppure capire che c'è un mondo interiore in cui noi viviamo in ogni momento. Questo mondo interiore noi lo possiamo conoscere solo con l'osservazione di sé. Allora e solo allora possiamo cominciare ad intuire che per tutta la nostra vita abbiamo continuato a fare un errore clamoroso. Tutto ciò che noi abbiamo considerato come il nostro 'sé' conduce davvero in un mondo. In questo mondo dobbiamo per prima cosa imparare a vedere, e a questo scopo è necessaria la luce. Ed è per mezzo dell'osservazione di sé che si conquista questa luce.

NOTA AGGIUNTIVA.

Rappresentiamo ora la materia nel seguente diagramma. L'utilità dei diagrammi è che si possono ricordare facilmente, per cui possono essere un mezzo per richiamare le idee.



Per quanto riguarda il mondo interno, ciò che blocca il nostro contatto con esso sono tutte le cose che questo lavoro ci dice che dobbiamo combattere – la falsa personalità e così via. Tutte queste cose sbagliate formano dentro di noi una densa nube che ci impedisce di avere il giusto contatto con le influenze che ci raggiungono dal mondo interno. Quando il lavoro mette in funzione un nucleo definito, o "organismo", questo comincia a stabilire una relazione con il "mondo interno". Per il momento lo

chiameremo una “chiesa”. Lo si può paragonare a ciò che formiamo nei confronti della vita esterna – precisamente, con ciò che qui chiamo un “forte”. Questa aggiunta si deve alla conversazione seguita alla lettura delle precedenti pagine nell’incontro di sabato scorso a Bindlip. La cosa più importante da afferrare è che noi viviamo in due diverse realtà o mondi, una mostrataci dai sensi, l’altra rivelata soltanto dal lavoro su sé stessi, mediante la purificazione delle emozioni dalla falsa personalità ed il corretto orientamento della mente mediante le idee del lavoro, così da rendere possibile il pensiero relativo e costruire un corretto sistema di pensiero.

Birdlip, 30 Luglio, 1941

L’IDEA DI TRASFORMAZIONE NEL LAVORO.

PARTE I – Come alcuni di voi sanno, è stato Mr. Ouspenskij ad aver suggerito che questo lavoro potrebbe essere chiamato '*Psico-Trasformismo*' (evoluzionismo). L’idea del lavoro è la trasformazione psicologica del sé (di sé).

Trasformazione significa il cambiamento di una cosa in una cosa diversa. La chimica studia la possibilità di trasformazione della materia. Alcune trasformazioni della materia sono ben note. Per esempio, lo zucchero si può trasformare in alcool e l’alcool in aceto per azione di fermenti: questa è la trasformazione di una sostanza molecolare in un’altra sostanza molecolare. Nella nuova chimica degli atomi e degli elementi, il radio si trasforma lentamente in piombo. Come sapete, la trasformazione di un metallo base in oro era il sogno che gli alchimisti del passato tentavano di realizzare. Ma quest’idea non sempre aveva un significato letterale, infatti il linguaggio dell’alchimia veniva talvolta usato da scuole di insegnamenti segreti in riferimento alla possibilità di una trasformazione dell’uomo in un nuovo genere di uomo. L’uomo così com’è – vale a dire, l’uomo meccanico al servizio della natura e radicato nella violenza – era rappresentato come il metallo base e la trasformazione del metallo base in oro si riferiva alla trasformazione possibile in lui latente. Nei Vangeli, significato analogo ha l’idea dell’uomo meccanico come seme in grado di crescere, così come l’idea di rinascita, di un uomo che nasce una seconda volta.

Come sapete, in questo sistema l’uomo viene paragonato ad una fabbrica a tre piani, dove vengono assimilati tre alimenti – il cibo comune al piano più basso, l’aria al secondo e le impressioni al terzo.

Il cibo che mangiamo subisce trasformazioni successive. Il processo della vita è trasformazione. Ogni cosa vivente vive trasformando ogni cosa in un’altra. Una pianta trasforma aria, acqua e sali del terreno in nuove sostanze – in ciò che chiamiamo patate, fagioli, piselli, noci, frutta e così via – mediante l’azione della luce solare e dei fermenti. La viva pellicola sensibile che si allarga sulla terra e conduce la forza dell’universo – cioè, la vita organica – è un grande organo in trasformazione.

Quando mangiamo del cibo esso viene successivamente trasformato, in uno stadio dopo l’altro, in tutte le sostanze necessarie alla nostra esistenza. A fare questo è la mente

chiamata centro istintivo, che controlla il lavoro interno dell'organismo e che di esso conosce ovviamente molto di più di quanto conosciamo noi. Lo possiamo capire quando assumiamo il cibo e la digestione ha inizio. La digestione è trasformazione. Nello stomaco il cibo viene mutato in qualcosa di diverso. Questo è solo il primo stadio della trasformazione del cibo e nel lavoro esso viene indicato come il passaggio da *Do 768* a *Re 384*. per ora è sufficiente usare questo primo stadio come esempio senza andare oltre. E' uno stadio che chiunque può capire senza difficoltà. Chiunque può vedere che l'alimento assunto nel reparto più basso della fabbrica a tre piani – ovvero i pasti che mangiamo – subisce una trasformazione. Supponiamo ora che il cibo passi nello stomaco e che nulla accada: che succede allora? Il corpo, che è come una vasta città, non avrà con esso alcun contatto. Come può un pezzo non digerito di carne o una patata entrare nella circolazione sanguigna e fornire la sostanza elaborata necessaria, diciamo, al cervello?

La situazione è più o meno la stessa nel caso del terzo alimento, il cibo delle impressioni. Esse entrano e rimangono non digerite – cioè, non avviene alcuna trasformazione. Le impressioni entrano come *Do 48* e si fermano. Fatta eccezione per una minima quantità di trasformazione nulla avviene. Non c'è una adeguata trasformazione delle impressioni. Ma un uomo può trasformare le proprie impressioni da solo se ha conoscenza sufficiente a capire perché ciò è necessario.

La maggior parte delle persone pensa che la vita esterna darà loro ciò che desiderano e perseguono. La vita viene assunta come impressioni, come *Do 48*. la prima consapevolezza del significato di questo lavoro si ha quando si capisce che la vita, venendo assunta come impressioni, deve essere trasformata. Non esiste una cosa chiamata “vita esterna”. Ciò che in continuazione ricevete sono *impressioni*. Vedete una persona che non vi piace: vuol dire che avete questo genere di *impressioni*. Vedete una persona che vi piace: anche in questo caso avete *impressioni*. La vita è impressioni, non una cosa fatta di materia solida così come supponete e credete sia la *realtà*. La vostra realtà sono le vostre impressioni. So che questa è un'idea molto difficile da afferrare. Costituisce un nodo molto difficoltoso. Voi forse siete sicuri che la vita esista in quanto tale, e non come vostre impressioni. Vedete una persona seduta su una sedia, con un vestito blu, che parla e sorride, e pensate sia reale. No, ad essere reali per voi sono le vostre impressioni di lui. Se voi non aveste gli occhi non lo vedreste. Se non aveste le orecchie non lo udreste. La vita viene assunta come impressioni ed è qui che è possibile *lavorare su sé stessi* – ma solamente se vi rendete conto che ciò su cui state lavorando non è la vita esterna ma le impressioni che ricevete. A meno che non afferriate questo, non capirete mai il significato di ciò che nel lavoro è chiamato il Primo Shock Cosciente. Questo shock è in relazione con queste *impressioni* che sono tutto ciò che conosciamo del mondo esterno, che noi assumiamo e che consideriamo come cose reali, persone reali. Nessuno può trasformare la vita esterna. Ma ciascuno può trasformare le proprie impressioni, ovvero il terzo e più elevato alimento assunto dalla fabbrica a tre piani. Per questo motivo questo sistema d'insegnamento dice che è necessario costituire un agente di trasformazione nel punto di assunzione delle impressioni. Questo è il significato del lavoro alla luce della 'trasformazione psicologica' ed è in questo punto che il lavoro inizia. E' chiamato il *Primo Shock Cosciente* perché non è qualcosa che viene fatto

meccanicamente. Esso non accade meccanicamente – cioè, richiede uno sforzo cosciente. Un uomo che inizia a capire cosa questo significhi inizia contemporaneamente a non essere più un uomo meccanico, al servizio della natura, un uomo addormentato e semplice strumento che la natura usa per i propri scopi che non sono nell'interesse dell'uomo. Ora se pensate al significato di tutto ciò che vi è stato insegnato nella via dello sforzo, a cominciare dall'osservazione di sé, vedrete al di là di ogni dubbio che ogni elemento del lato pratico del lavoro è in relazione con la trasformazione delle impressioni e dei risultati delle impressioni. Il lavoro sulle emozioni negative, il lavoro sugli stati d'animo pesanti, il lavoro sull'identificazione, il lavoro sulla valutazione, il lavoro sul mentire interiore, il lavoro sull'immaginazione, il lavoro sugli "Io" difficoltosi, il lavoro sull'autogiustificazione, il lavoro sugli stati di addormentamento, e così via, tutti sono connessi con la *trasformazione delle impressioni* e dei loro risultati.

Converrete quindi che in un certo senso il lavoro su di sé è paragonabile alla digestione, in quanto la digestione è trasformazione. Un qualche agente di trasformazione deve essere formato nel luogo di assunzione delle impressioni. Questo è il Primo Shock Cosciente e viene genericamente descritto come *'ricordarsi di sé'*. Se attraverso la comprensione del lavoro voi riuscite a considerare la vita come lavoro, allora sarete in uno stato di memoria di sé. Questo stato di consapevolezza conduce alla *'trasformazione delle impressioni'* – e quindi della vita, in relazione a voi stessi. Vale a dire che la vita non ha più su di voi l'effetto che aveva prima. Comincerete a pensare ed a comprendere in un modo nuovo. Da qui inizia la vostra personale trasformazione. Poiché fintanto che noi pensiamo allo stesso modo assumiamo anche la vita allo stesso modo e nulla cambia in noi. Trasformare le impressioni della vita significa cambiare sé stessi e ci si può riuscire solo con un modo di pensare completamente nuovo. Facciamo un esempio. Nel lavoro vi viene detto che *'se siete negativi è sempre per colpa vostra'*. Ad essere trasformata deve essere l'intera situazione così come viene registrata dai sensi. Ma per capirlo è necessario cominciare a pensare in un modo completamente nuovo.

Siete tutti in grado di capire che la vita ci provoca costantemente a reagire ad essa. Tutte queste reazioni formano la nostra vita – la nostra vita personale. Cambiare la propria vita non vuol dire non vuol dire cambiare le circostanze esterne: vuol dire cambiare le proprie reazioni. Ma fintanto che non ci rendiamo conto che la vita esterna ci arriva in forma di impressioni che provocano in noi reazioni stereotipate, neanche possiamo trovare il punto da cui può passare un possibile cambiamento, dove sia possibile lavorare. Se le reazioni che formano la nostra vita personale sono per lo più negative lo sarà anche la nostra vita. La nostra vita è innanzitutto un cumulo di reazioni negative alle impressioni che vi arrivano ogni giorno. Per cui il compito di chi desidera lavorare su di sé è la trasformazione delle impressioni, in modo che esse non continuino a provocare reazioni negative. Ma per questo è necessaria l'osservazione di sé nel punto in cui le impressioni entrano in noi. Dopodiché, si può lasciare che le impressioni abbiano una meccanica ricaduta negativa oppure no. Se no, allora vuol dire cominciare a vivere più consapevolmente. Se non si riesce a trasformare le impressioni al momento del loro arrivo, si può comunque lavorare sui risultati di queste impressioni per limitare il loro effetto meccanico. Questo richiede una percezione ed una valutazione precise del lavoro, perché vuol dire che il lavoro va, per così dire, riportato fino al punto in cui le

impressioni entrano e vengono meccanicamente distribuite verso la loro sede consueta nella personalità per evocare le vecchie reazioni. Più avanti parleremo ancora molto della trasformazione, ma possiamo aggiungere che senza la 'trasformazione' non è possibile raggiungere alcun livello superiore e che l'idea stessa di trasformazione si basa sul fatto che esistono livelli diversi, e riguarda il passaggio da un livello di esistenza ad un altro. Nessuno può raggiungere un livello superiore di sviluppo senza la trasformazione.

Birdlip, 14 Agosto, 1941

L'IDEA DI TRASFORMAZIONE NEL LAVORO.

PARTE II – La personalità che noi tutti acquisiamo riceve le impressioni della vita. Ma non le trasforma perché è morta. Se le impressioni ricadessero sull'essenza verrebbero trasformate, perché ricadrebbero sui centri. La personalità, che è il termine che noi applichiamo a tutto ciò che acquisiamo (e noi dobbiamo acquisire la personalità), traduce le impressioni di ogni aspetto della vita in modo limitato e stereotipato nella pratica, a seconda della propria qualità e delle proprie associazioni. Sotto questo aspetto la personalità viene a volte paragonata nel lavoro ad una segretaria seduta nella stanza d'ingresso, che tratta ogni situazione secondo le proprie idee. Essa possiede vari dizionari, enciclopedie e testi di riferimento che la circondano, e inoltra chiamate ai tre centri – cioè il centro mentale, emotivo e fisico – a seconda delle proprie idee limitate. Il risultato è che quasi sempre le chiamate arrivano ai centri sbagliati.

La vita dell'uomo dipende da questa segretaria, che meccanicamente controlla i dati sui suoi registri senza alcuna comprensione del loro effettivo significato e conseguentemente li trasmette senza curarsi di ciò che accade, certa soltanto di aver fatto il proprio dovere.

Questa è la nostra situazione interiore. Ciò che importa capire di questa allegoria è che quella personalità che noi acquisiamo e che per forza dobbiamo acquisire, comincia a dirigere la nostra vita. E non serve credere che questo accada solo ad alcuni. Accade a tutti. Chiunque noi siamo, mediante l'osservazione di noi stessi ci troviamo posseduti da un certo numero di modi tipici di reazione alle molteplici impressioni della vita in entrata. Queste reazioni meccaniche ci dominano.

Ciascuno è dominato dal suo personale *apparato di reazioni alle impressioni* – cioè alla vita – che sia un rivoluzionario o un conservatore, o buono o cattivo nell'accezione comune. E queste reazioni sono la sua vita. In questo senso il genere umano è meccanico. Un uomo arriva a formare dentro di sé un certo numero di reazioni che egli considera sé stesso e le sue esperienze di vita ne sono il risultato. Se riuscite a rilassarvi fisicamente a sufficienza ed abbandonare mentalmente ogni idea di voi stessi (cosa che è mentalmente rilassante) riuscirete a capire ciò che voglio dire. Vi accorgete che, per così dire, ci sono un sacco di cose sotto di voi – ovvero *esterne* a voi – che continuate a scambiare per voi stessi. In uno stato di tale passività riuscite a vederle a malapena. A prima vista, esse sembrano stare al di sopra di voi. Non appena tendete i muscoli o cominciate a parlare voi

diventate loro. Esse diventano voi o voi diventate loro, e poi ricominciate. Ma, all'inizio, è meglio che non proviate questo esercizio troppo a lungo.

In effetti esse sono come piccole macchine tenaci che insistono per prendere il controllo di voi e che cercano continuamente di farvi entrare al loro interno. Esse vengono messe in moto da quella "segretaria" – cioè, dal modo in cui la segretaria risponde abitualmente alle impressioni. E le reazioni che seguono noi le consideriamo vita. Consideriamo vita le nostre reazioni tipiche alle impressioni. Consideriamo le nostre reazioni ad una persona come "lui" o "lei". Tutta la vita – cioè, la vita esterna, che è ciò che noi siamo abituati a credere che sia la "vita" – in altre parole, ciò che vediamo e sentiamo – è per ciascuna personale reazioni che lui o lei ha nei confronti delle impressioni che arrivano da fuori. E come ho detto l'ultima volta, è un grosso errore pensare che ciò che è chiamato "vita" sia una cosa solida e fissa, la stessa per ciascuno. Nessuno ha le stesse impressioni della vita di un altro. La vita consiste delle nostre impressioni di essa e queste possono essere trasformate. Ma come abbiamo detto questa idea è molto difficile da raggiungere a causa dell'enorme potere ipnotico dei sensi. Non possiamo fare a meno di credere che siano solo i sensi a darci la realtà. Così la nostra vita interiore – la nostra vita vera di pensieri e sentimenti – rimane indistinta per la nostra visione mentale. Allo stesso tempo tuttavia sappiamo molto bene che essa è il luogo dove noi realmente viviamo – cioè nei nostri pensieri e sentimenti. Per stabilire un senso nel lavoro, per renderlo *più reale* della vita, dobbiamo osservare noi stessi e far sì che la nostra vita interiore di pensieri e sentimenti diventi un fatto più potente di qualunque "fatto" datoci dai sensi. Questo è l'inizio della trasformazione. Si può trasformare qualsiasi cosa in sé stessi se si resta incollati ai sensi. Come ho detto l'ultima volta il lavoro insegna che se sei negativo, la colpa è tua. Il punto di vista sensoriale vi porta a credere che, nel mondo esterno, questa o quella persona, che vedete e sentite per mezzo di occhi ed orecchi, faccia qualcosa di sbagliato. Questa persona, direte voi, in quanto fa una certa cosa o parla in un certo modo è da biasimare come colpevole. Ma in realtà se siete negativi ciò su cui dovete lavorare e che dovete osservare è questa emozione negativa che si insinua dentro la vostra vita interiore – cioè, dentro l'invisibile "luogo" interiore di voi stessi. Vi va di discutere su questo punto? D'accordo: i pensieri, i sentimenti, le emozioni, le speranze e la disperazione che provate sono per voi meno reali di tavolo e sedie nella vostra sala da pranzo? Vivete forse in questa sala da pranzo? Può anche darsi che vi identifichiate in modo particolare con il vostro tavolo e le vostre sedie, ma anche così non è il vostro *sentimento* riguardo tavolo e sedie che è reale per voi? Supponete di essere ammalati, magari di sentire che la morte è vicina, vi importerebbe ancora di loro? Ovviamente no. E perché? Perché riguardo a loro non avete più *sentimenti*. Sono i vostri sentimenti e il vostro modo di identificazione che vi fanno considerare importanti questa cosa o quell'altra. Non le *cose* che vedete con gli occhi fisici. Supponiamo che un individuo si accorga di identificarsi, diciamo con i propri mobili: pensate che per cambiare debba liberarsi dei mobili? Ovviamente no. Sarebbe una cosa stupida. Ciò che può cambiare è il suo eccessivo identificarsi. Se egli lavorerà su questo, se comincerà a trasformare questa reazione dentro di lui, potrà continuare a godersi i suoi mobili, ma non si suiciderà se essi verranno distrutti in un incendio. Vedete la differenza? Non potete trasformare la vita, ma potete cominciare a trasformare

il modo in cui prendete la vita. Il significato generale del primo shock cosciente è *lavora su te stesso*. Il senso di questo lavoro è cercare di dare a sé stessi questo shock. Tutto ciò che viene insegnato in questo sistema, al lato pratico, concerne il primo shock cosciente – la non identificazione, il non giudicare, e così via. Come premio, questo può condurre ad un vero momento di memoria di sé. Allora, si ha l'intuizione di ciò che deve essere fatto, e la consapevole realizzazione della verità del lavoro.

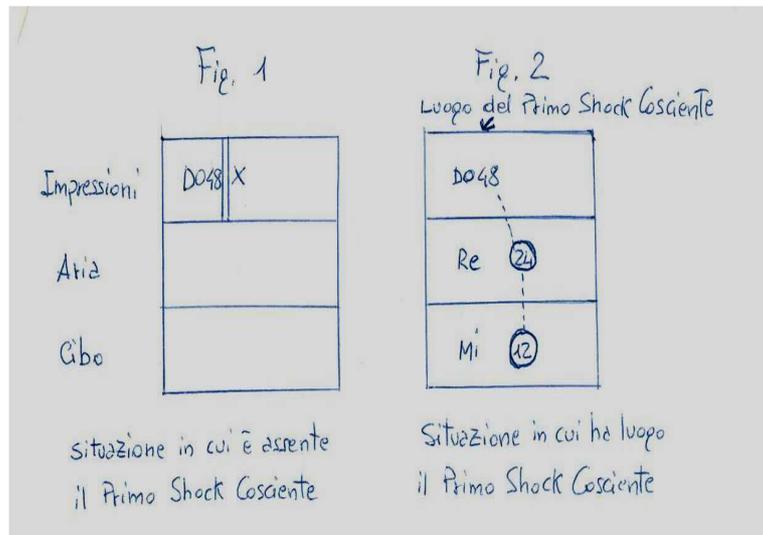
Il lavoro però va fatto nello spirito del lavoro – cioè nel senso, nel sentimento e nella valutazione del lavoro. Tutte queste cose devono far parte di qualunque sforzo di lavoro, in quanto nessuno può lavorare soltanto per sé stesso, altrimenti i risultati vengono assorbiti dalla falsa personalità, dunque dal merito. Un uomo deve lavorare partendo dall'*amore* per il lavoro. Questo fa sì che nel luogo d'entrata delle impressioni si formi Idrogeno 12. Le impressioni in entrata sono Idrogeno 48. Esse non possono passare a Idrogeno 24 senza la forza attiva dell'Idrogeno 12. Se quest'ultimo è presente nel luogo dove le impressioni sono recepite – cioè, il luogo in cui siamo coscienti – l'Idrogeno 48, che entra come forza passiva, passa a Idrogeno 24 e la triade viene completata dal Carbonio 12. In questo punto della macchina umana l'Idrogeno 12 non è presente naturalmente: esso deve essere formato (prodotto) e portato in questo punto. Se una persona prende la vita al solito modo, quello di sempre – cioè, riceve le impressioni sempre nello stesso modo meccanico e spinto da esso parla nello stesso modo meccanico – allora in quella persona nulla può cambiare. Tali persone non si possono evolvere. Non riescono a distinguere le ragioni del lavoro su sé stesse. Pensano che il lavoro sia qualcosa al di fuori di loro. Una persona deve portare un idrogeno molto potente nel punto in cui le impressioni entrano. E' questo l'Idrogeno 12.

Birdlip, 27 Agosto, 1941

L'IDEA DI TRASFORMAZIONE NEL LAVORO.

PARTE III – Per continuare le nostre chiacchierate sulla trasformazione, lasciate che ponga la seguente domanda: “Che cos'è che impedisce alle impressioni di trasformarsi dentro di noi? Come mai non è una cosa che accade sempre? Esaminiamo di nuovo la materia.

Le impressioni dovrebbero procedere nella propria ottava fino a raggiungere *Mi 12*. Ricorderete che esse entrano come 48, ma poi non continuano ad evolversi (vedi fig. 1). Ricorderete anche che lo scoppio del Primo Shock Cosciente è far sì che le impressioni procedano nella loro evoluzione, come si è detto, passando a Idrogeno 24 e poi a Idrogeno 12. Vale a dire, per mezzo del Primo Shock Cosciente, *Do 48* diventa *Re 24* e poi *Mi 12* (fig.2).



Ora, due cose devono crearsi nella mente ed essere comprese con chiarezza:

1) Il Primo Shock Cosciente non ha luogo nell'uomo addormentato. Esso è uno *sforzo cosciente* che richiede particolare conoscenza ed osservazione di sé, e si produce in relazione alle impressioni della vita in entrata ed alle reazioni meccaniche ad esse dell'individuo. In due parole, consiste nel vedere oggetto e reazioni ad esso simultaneamente, evitando l'identificazione. Questo processo viene a volte indicato graficamente nel seguente modo:



2) Il Primo Shock Cosciente nella macchina umana accresce le energie della macchina nella forma di Idrogeno 24 e Idrogeno 12. Il risultato è di dare concretamente ad ogni cellula del corpo un cibo diverso – cioè, idrogeni di livello superiore. Riguardo a questo secondo punto lasciate che vi ricordi che né le funzioni psichiche dell'uomo né quelle fisiche possono venire comprese a meno di non afferrare il concetto che entrambe possono operare in stati differenti di consapevolezza –. Se il Primo Shock Cosciente entra in funzione, viene toccato il Terzo Stato di Consapevolezza, col risultato che la macchina umana prende a lavorare in modo diverso, dovuto alle nuove energie che riguardano tanto le sue funzioni psichiche quanto quelle fisiche. Il Terzo Stato di Consapevolezza è lo stato della Memoria di Sé, che l'uomo dovrebbe possedere, ma che ha progressivamente perduto a causa delle errate condizioni di vita. Allo stato attuale si può dire che esso si manifesti solo nella forma di flash molto rari. E' la creazione di questo terzo Stato di Consapevolezza che forma il Primo Shock Cosciente – cioè, il primo obiettivo del lavoro è di rimettere in salute questo stato perduto, in altre parole di

far sì che un uomo abbia *memoria di sé* fino a che egli arrivi a non avere soltanto rari flash di accresciuta consapevolezza (sui quali non ha alcun controllo), ma ad essere in grado lui stesso di creare in sé gradi sempre maggiori di memoria di sé con sforzi consapevoli. Questi sforzi, che appartengono al Primo Shock Cosciente, fanno sì che la macchina operi in modo sempre più corretto. Molte funzioni scorrette, sia nella sfera psichica che in quella fisica, acquisite dal cattivo funzionamento della macchina nei due stadi inferiori di consapevolezza – cioè, nelle tenebre – cominciano allora a scomparire da sole.

Ritorniamo allora alla questione di che cosa impedisca a *Do 48* di passare a *Re 24* ed infine a *Mi 12*. Perché questo non accade sempre? Nell'infanzia accade; entro un certo raggio *Mi 12* viene creato nel corpo durante la prima fanciullezza. Possiamo ricordarne l'azione. Ma, mano a mano che la Personalità cresce sempre più spessa intorno all'Essenza, esso accade sempre di meno. Cioè, le impressioni vengono sempre più intercettate dalla Personalità, che nel diagramma è rappresentata dalla doppia linea segnata con x. Le impressioni che entrano attraverso i sensi cadono, per così dire, su una spessa rete che cattura ogni cosa (eccetto che per una minima parte, che passa oltre e produce una minima quantità di *Mi 12*).

Questa rete è la Personalità, con i suoi potenti Respingenti, le sue immutabili Attitudini, le sue Associazioni meccaniche, i suoi Cilindri messi automaticamente in moto, e le sue idee di ciò che conosce e ciò che può fare, con tutti i suoi “Io” contraddittori, con tutte le sue abitudini ad identificarsi, giudicare, auto-justificarsi, immaginare e mentire, convergenti nella Falsa Personalità. Tutte queste cose impediscono alle impressioni di passare attraverso le loro normali trasformazioni. In altre parole, qualcosa di, per così dire, opaco si è formato nel luogo in cui entrano le impressioni e blocca il passaggio che le porterebbe più avanti.

Ora, dal punto di vista delle Triadi, le impressioni che entrano come Idrogeno 48 non possono passare a Idrogeno 24 senza la presenza di Idrogeno 12. L'Idrogeno 12 deve essere fatto arrivare nel luogo dove entrano le impressioni – la Personalità è costituita principalmente da Idrogeno 48 – l'Idrogeno Tracciativo¹ - cosicché si hanno impressioni 48 che cadono sulla Personalità 48, e dal momento che gli elementi necessari per una Triade sono pertanto mancanti, nessuna trasformazione è possibile. Nel caso del cibo – il cibo comune – cioè l'Idrogeno 768 – all'atto della sua assunzione esso incontra i succhi gastrici ed i loro fermenti attivi, appartenenti all'ordine degli Idrogeni 192, ed il risultato è la trasformazione del 768 nel 384. Ma nel caso delle impressioni una volta formatasi la Personalità, esse non vengono incontrate da alcun corrispondente “fermento” attivo (in questo caso l'Idrogeno 12). Il lavoro stesso viene portato sul posto perché agisca come “fermento”, perché scopo del lavoro è di far pensare l'uomo in modo nuovo e risvegliarlo.

Cosa significa? In che modo l'uomo può portare il lavoro al luogo d'entrata delle impressioni? In breve, mediante la *memoria emozionale del lavoro*. Più l'uomo, attraverso la corretta osservazione di sé, avverte la propria impotenza, più si rende conto della propria ignoranza, più vede la propria meccanicità in quanto macchina, più percepisce la propria totale nullità, più in lui il lavoro si farà emozionale. Il lavoro in noi può esistere come

1 *Formatory* nel testo.

Idrogeno 48, allora esso sta solamente nelle Personalità, come qualcosa di Tracciativo², nella memoria. Esso può esistere in noi anche in termini di Idrogeno 24, allora è emozionale. Esso può anche diventare per noi così prezioso, così importante, da cominciare ad avere il senso ed il significato propri dell'Idrogeno 12. In quel caso la Falsa Personalità comincerà a collassare e l'uomo diventerà “come un bambino”. Questo è uno dei significati delle parole: “Se non diventerete come bambini”. Se l'amore di un uomo smetterà di scorrere via sempre solo dentro di lui, dentro le sue idee abituali di sé, la sua bizzarra vanità e stima di sé – cioè, dentro la Falsa Personalità – allora la direzione della sua volontà verrà alterata, cioè verranno alterati i risultati dei suoi desideri. Quando il valore dato alla verità dell'insegnamento esoterico diventa più forte del valore dato a sé stessi, esso comincia ad avere effetto. L'uomo comincia a prendere diversamente ogni cosa. Il modo in cui egli reagisce alla vita esterna cambia completamente. (Perché non riuscite tutti a capire che la vita sono le impressioni?). Egli non reagisce più alle impressioni della sua Personalità meccanica dicendo sempre le stesse cose, provando le stesse emozioni e così via. Egli comincia ad agire attraverso il lavoro – cioè, in modo completamente nuovo.

Il lavoro arriva nel luogo in cui la vita entra in lui sotto forma di impressioni e rimane al suo fianco. Egli comincia a vedere la vita attraverso il lavoro e anziché sprecare il proprio tempo in centinaia di forme di inutili giudizi interiori e reazioni negative o di identificazione, si avvale dell'aiuto del lavoro per cambiare le reazioni meccaniche di cui ora è consapevole mediante l'osservazione, e per trasformare il suo modo solito di prendere le cose. Egli comincia a vivere più consapevolmente nel punto in cui la vita entra [in lui] sotto forma di impressioni.

Birdlip, 12 Settembre, 1941

L'IDEA DI TRASFORMAZIONE NEL LAVORO.

PARTE IV. Sezione I. – Consideriamo l'idea del *lavoro su di sé*. Come tutti ormai sapete noi consideriamo la cosa che chiamiamo *Sé stesso* – cioè, me stesso, te stesso – come una cosa unica. Noi pensiamo che *noi siamo noi stessi*.

Il lavoro su di Sé è in questo modo reso del tutto impossibile. Come puoi *tu* lavorare su di *te*, se *tu* e *te* in ciascun caso siete un'unica stessa cosa? Ma *tu* e *te stesso* non siete la stessa cosa. Se *tu* e *te stesso* foste la stessa cosa, il lavoro su te stesso sarebbe impossibile. Pensaci un momento – se *tu* e *te stesso* siete identici – cioè, un'unica stessa cosa – come puoi *tu* osservare *te stesso*? Non sarebbe impossibile? Una cosa non può osservare sé stessa. Come potrebbe? Così se consideri il *tu* come *te stesso* e *te stesso* come il *tu*, e pensi

2 *Formatory* nel testo.

che *tu* e *te stesso* siano la stessa cosa, come ti proponi dunque di cominciare ad osservare te stesso? *Tu* cercherai di osservare *te* – e come può essere possibile? Una cosa non può osservare sé stessa. Una cosa identica a sé stessa non può vedere sé stessa, perché è la medesima cosa di sé stessa, ed una cosa che è la medesima cosa di sé stessa non ha alcuna possibilità di avere un punto di vista *separato da sé stessa*, dal quale osservarsi.

Sto dicendo tutto questo per mettere l'accento su quanto sia difficile per le persone cominciare a lavorare su di sé. Il motivo è che esse considerano sé stesse come sé stesse. Se un uomo considera sé stesso come sé stesso non può osservarsi. Ogni cosa è “sé stesso”. Egli chiama “Io” ogni cosa. E se un uomo chiama “Io” ogni cosa in sé stesso, allora in lui ogni cosa è “Io”, e come può dunque osservare sé stesso? Come può “Io” osservare “Io”, se sono la stessa unica cosa? Un momento lui è irritabile e scortese, il momento dopo è gentile ed educato. Ma a tutto lui dice “Io”. E così non può vedere nulla. Tutto è *uno* per lui. Non può vederlo separato da sé stesso; lui e sé stesso sono un'unica stessa cosa per la sua mente – cioè, per il suo modo di pensare. Questo è uno scoglio enorme che sta nel mezzo del cammino di ciascuno, e superarlo è il proposito del *Lavoro su di sé*, e richiede molto, molto tempo. E ci vuole davvero molto prima che un uomo possa comprenderne il significato, e comprendere ciò su cui il lavoro insiste. Da molti anni spesso osservo persone nel lavoro che ancora non hanno colto un solo barlume del significato dell'osservazione di sé – cioè, persone che ancora considerano tutto ciò che accade in loro come “Io” e chiamano “Io” ogni stato d'animo, ogni pensiero, ogni impulso, ogni sentimento, ogni sensazione, ogni critica, ogni sentimento di rabbia, ogni stato negativo, ogni obiezione, ogni antipatia, ogni repulsione, ogni tristezza, ogni depressione, ogni capriccio, ogni entusiasmo, ogni dubbio, ogni paura. Chiamano “Io” ogni svolgimento di un discorso interiore, chiamano “Io” ogni monologo negativo, chiamano “Io” ogni sospetto, chiamano “Io” ogni sentimento ferito, chiamano “Io” ogni forma d'immaginazione, chiamano “Io” ogni movimento che fanno. Chiamano “Io” tutto ciò che accade dentro di loro. In un caso del genere il lavoro può essere solo qualcosa di cui hanno sentito parlare dall'esterno, qualcosa che si sono sentite dire, con parole che ricorderanno oppure no, a seconda dei casi. Ma non avranno idea di che cosa significhi il lavoro su sé stesse perché ancora non hanno idea che esiste una cosa chiamata “se stessi”. Guardano attraverso un paio d'occhi e ascoltano con un paio d'orecchia, e vedono e sentono ciò che sta fuori di loro. In questo caso dove sta la cosa chiamata *sé stessi*? Non è forse ogni cosa che sta “fuori” di loro, salvo il qualcosa che chiamano “Io”? Non è forse la vita un mucchio di cose all'esterno, più qualcosa che loro danno per scontato come “Io” – cioè, sé stessi? E se questo lavoro non guarda le cose esterne, che loro possono sentire vedere e toccare, che cosa riguarda realmente? Perché di sicuro non c'è niente oltre le cose esterne e il qualcosa che è “Io”. Può comunque darsi che queste persone sentano il lavoro a livello emotivo. Può darsi che sentano che esso riguarda qualcosa di strano, di genuino, di reale. Ma non riescono a vederne esattamente l'oggetto. Vanno avanti a parlare come hanno sempre parlato e chiamano “Io” tutto. Vanno avanti a sentire e a pensare come hanno sempre sentito e pensato, e lo chiamano “Io” – tutte le loro manifestazioni, tutte le loro meccanicità, tutta la loro vita interiore, tutto chiamano “Io”. E dal momento che ogni cosa è “Io”, cosa c'è su cui lavorare? E questo è proprio vero. Perché se tutto ciò che è connesso ad una persona,

nelle manifestazioni esterne e nella vita interiore, è “Io”, e c'è soltanto “Io”, se tutto ciò che è connesso all'individuo è “Io”, allora non c'è nulla su cui lavorare. Perché chi può lavorare sull' “Io” se ogni cosa è “Io”? Come può osservare l' “Io” se ogni cosa è “Io”? La risposta, ovviamente, è nessuno e niente. Una cosa non può osservare sé stessa. La cosa deve avere in sé qualcosa di diverso per osservarsi. E nel nostro caso specifico, nel caso di ciascuno, se in noi non c'è nulla di diverso da noi stessi, come possiamo osservarci, e lavorare su noi stessi? Perché, per lavorare su sé stessi, è necessario cominciare ad osservare sé stessi. Ma come potrà mai essere possibile, se “Io” e “me stesso” sono un'unica e stessa cosa? Non avrò nulla su cui lavorare, per la ragione che io considero ogni cosa che io faccio, ogni cosa che io dico, ogni cosa che io sento, ogni cosa che io penso, come “Io”, per cui se mi parli di *me stesso* penserò che tu stia parlando di me – di ciò che chiamo “Io” – e qualunque cosa dirai di me penserò sia rivolta a me stesso – cioè, “Io” – poiché nel mio modo di pensare “Io” e “me stesso” sono identici. Nel mio modo di pensare, essi sono un'unica stessa cosa.

Birdlip, 21 Settembre, 1941

L'IDEA DI TRASFORMAZIONE NEL LAVORO.

PARTE IV. Sezione II. – La volta scorsa abbiamo letto uno scritto sulla necessità di non considerare ogni cosa in sé stessi come “Io”. Un'affermazione che avete già sentito dice: «a meno che un uomo non divida sé stesso in due non potrà spostarsi da dove è». Queste parole usate spesso nel lavoro, si riferiscono all'inizio del processo di ciò che è chiamato *separazione interiore*. Un uomo deve cominciare col dividere sé stesso in due. Ma gli stadi successivi della *separazione interiore* sono più complessi di così.

Vi faccio un esempio. Di recente qualcuno mi ha detto di aver cominciato a vedere cosa significano l'osservazione di sé e la separazione per la prima volta. Disse: «Ho sempre considerato le emozioni negative come un pezzo sgradevole di me stesso. Mi rendo conto del mio errore». L'osservazione di sé ci svelerà i nostri stati negativi. Ma è necessario qualcosa che vada oltre la mera osservazione di sé, e questo è la *separazione interiore*. E nessuno potrà separarsi da nulla di ciò che osserva in sé stesso se considera ciò che osserva come fosse sé stesso, perché allora, inevitabilmente, il sentimento dell' “Io” si trasferirà in ciò che egli osserva in sé stesso e questo sentimento dell' “Io” accrescerà la forza ed il potere di ciò che osserva. Egli deve imparare a dire, *in maniera corretta*: «questo non è me, non è “Io”». Ora, se egli considera le sue emozioni negative come «un pezzo sgradevole di sé stesso» non sarà capace di separarsi da loro. Capite perché? Non sarà capace di separarsi da loro perché le considera *come sé stesso* e dunque da loro il valore di “Io”. E come si è detto nell'ultima conversazione, se applichiamo ad ogni cosa in noi stessi la percezione di “Io”, se diciamo “Io” a tutto ciò che pensiamo, sentiamo, diciamo o immaginiamo, nulla si può cambiare. Perché “Io” non può cambiare “Io”. E se non pratichiamo l'osservazione di sé su questa base, tutto ciò che osserviamo sarà “Io”. Laddove invece la realtà è che ogni cosa in noi, in effetti è “Esso” – cioè, una

macchina che va per conto suo. Invece di dire “Io penso”, dovremmo renderci conto che sarebbe molto più vicino alla realtà se dicessimo “Esso pensa”. E invece di dire “Io sento”, sarebbe più vicino a colpire il bersaglio dire “Esso sente”.

Ciò che chiamiamo noi stessi, ciò a cui diciamo “Io”, è in realtà un mondo immenso, molto più grande e variegato del mondo esterno che percepiamo attraverso i nostri sensi esteriori. Noi non chiamiamo “Io” ciò che vediamo nel mondo esterno, ma chiamiamo “Io” tutto ciò che ha luogo nel nostro mondo interiore. Questo errore richiede molti anni prima di venire modificato anche solo di poco. Ma talvolta per un momento ci è data la luce limpida della comprensione e ci rendiamo conto del significato di ciò che il lavoro ci dice di continuo. Se un uomo attribuisce a sé stesso il male si pone in posizione sbagliata rispetto ad esso, così come se attribuisse a sé stesso il bene e il suo merito. Nella tua mente può entrare ogni tipo di pensiero; nel tuo cuore può entrare ogni tipo di sentimento. Ma se tu li attribuisce a te stesso e a tutti dici “Io”, li legghi strettamente a te e non te ne puoi separare internamente. I pensieri ed i sentimenti negativi si possono evitare se non si considerano come il “sé stesso” – come “Io”. Ma se li si considera come “Io”, ci si combina con loro – cioè, ci si *identifica* con loro – ed allora non li si può evitare. Ci sono stati interiori – stati all'interno di ciascuno di noi – che dobbiamo evitare come, nel mondo esterno visibile, si evita di camminare nel fango. Non si deve dar loro ascolto, non li si deve frequentare, non li si deve toccare né lasciarsi toccare da loro. Questa è la *separazione interiore*. Ma non potete mettere in pratica la separazione interiore se attribuite tutto ciò che ha luogo nella vostra vita interiore – il luogo dove voi realmente vivete – a voi stessi. Sono spesso stato colpito da persone che mi facevano domande riguardo a sé stesse e i pensieri da cui erano afflitte e che le preoccupavano. Per esempio, persone per cui è motivo d'orgoglio essere ciò che si dice “pure di mente”, spesso si trovano ad essere torturate da pensieri ed immagini indecenti; questo è esattamente ciò che accade se uno insiste nel pensare che ogni cosa in lui è “Io”. Riguardo a questo, mi ricordo che dopo aver lasciato l'Istituto in Francia andammo in Scozia, a casa di mio nonno. Aveva raccolto una biblioteca immensa, che comprendeva una gran quantità di volumi di teologia e morale. Essi erano, ovviamente, del tutto descrittivi³. Ma non avendo altro da leggere trascorrevano parte delle lunghe sere d'inverno cercando di capire di cosa parlassero. Consistevano nelle solite acrimoniose diatribe senza fine sulla natura della Trinità, la natura dell'eresia, e così via; ma notai che un tema di discussione che spesso emergeva era se noi siamo responsabili per i nostri pensieri. Alcuni dei moralisti più severi insisteva che lo siamo, ma una parte di questi teologi, ormai morti da lungo tempo, sposava il punto di vista che non lo siamo. Alcuni sostenevano che era il diavolo a mandarci i pensieri. Ma nessuno degli scrittori che leggevo considerava una visione psicologica della questione.

In qualsiasi momento i pensieri e le immagini più strani possono entrare in noi. Se a loro diciamo “Io”, se pensiamo che noi li abbiamo pensati, essi acquistano potere su di noi. E se poi tentiamo di eliminarli, ci risulta impossibile. Perché? Ripeterò una delle mie visualizzazioni di questa situazione. Supponete di stare in piedi su un asse e di cercare di

3 *Formatory* nel testo; nel senso che questa parola ha nell'insegnamento di Quarta via.

sollevarla e di sforzarvi al massimo di riuscirci. Ce la farete? No, perché state cercando di sollevare voi stessi da soli e questo non è possibile.

Essere in grado di rendersi conto di ciò che questo significa richiede un considerevole ri-orientamento dell'intera concezione di sé stessi. Una gran quantità di respingenti, forme d'orgoglio e stupidi modi di pensare ci impediscono di vedere com'è realmente la situazione dentro di noi. Noi immaginiamo di avere il controllo di noi stessi. Immaginiamo di essere *coscienti* e di sapere sempre quello che stiamo pensando, dicendo e facendo. Immaginiamo di essere una *unità*, e di avere un reale "Io" permanente e quindi avere *volontà*, e immaginiamo anche molte altre cose. Tutto questo ci si para davanti lungo la strada e prima che possiamo mettere in pratica la *separazione interiore* è necessario un sentimento completamente nuovo di noi stessi, e di ciò che realmente siamo.