

Birdlip, 13 Dicembre, 1941

## KARMA-YOGA UNA CONFERENZA TENUTA DAL DR. NICOLL

*Karma-Yoga è la scienza dell'azione con la non-identificazione.* Questo enunciato va ricordato da tutti. Non lo si può mutare in “la scienza dell'azione senza l'identificazione”. L'essenza dell'idea del Karma-Yoga è l'incontro con le cose spiacevoli così come con le cose piacevoli. Vale a dire, nella pratica del Karma-Yoga non si cerca il modo di evitare sempre le cose spiacevoli, come fa la gente di solito.

La vita deve essere incontrata con la non-identificazione. Quando questo è possibile, la vita diventa maestra dell'individuo; in nessun altro senso la vita può diventare maestra, perché la vita presa in sé stessa è priva di significato, ma presa come *esercizio* essa diventa maestra. Non è che la vita sia di per sé maestra, ma se l'individuo vi si relaziona attraverso la non-identificazione la fa diventare maestra. Niente può cambiare l'*essere* tanto quanto questa pratica – cioè, il prendere le cose spiacevoli della vita come un esercizio. Tutto ciò che agisce sull'essere aumenta all'istante la nostra forza. Prendere la vita con la non-identificazione non significa agire in modo vuoto; significa agire partendo da una base reale, da una intenzione e dalla comprensione delle idee e dal significato del Lavoro.

E' impossibile comprendere la vita nei termini della vita stessa. Presa in sé stessa, è un gigantesco pasticcio. Per far sì che la vita abbia un qualche significato essa va equipaggiata con qualcosa, un sistema di idee quale è il Lavoro. Il Karma-Yoga ha dato un significato alla vita. Ma da solo non è stato sufficiente. Per *trasformare* la vita in un significato per noi stessi sono necessarie tutte le idee del Lavoro.

### IN CHE MODO UNA PERSONA PUO' TROVARE IL PROPRIO SIGNIFICATO?

Ciascuno è nato al mondo con una lezione da imparare dal punto di vista del Lavoro, un compito da svolgere nei confronti di sé stesso e a meno che non cominci a rendersene conto la sua vita resta completamente priva di significato. Dobbiamo ricordarci di qualcosa che tutti abbiamo dimenticato. La vita è molto corta; troppo presto nella vita perdiamo noi stessi. *Non andate alla deriva.* Prendete il timone di voi stessi e domandatevi: “Cosa sto facendo? Dove sto andando?”. Pensate a quello che dovete fare prima che sia troppo tardi; pensate a quello su cui è importante lavorare per voi. Ciascuno deve distinguere in sé stesso ciò su cui deve lavorare, la propria ragione per vivere questa vita. L'uomo nasce in questo pianeta con un compito interiore e la vita è fatta in modo tale che egli non può trovare sé stesso ed il proprio significato soltanto attraverso la vita, ma può farlo rendendosi conto di qual è il suo compito interiore. Il Lavoro dice che ciascuno nasce e si trova esattamente nelle circostanze migliori relativamente a questo compito e che se un uomo incontra questo Lavoro le sue condizioni sono esattamente le migliori per il proposito del Lavoro. Naturalmente però ognuno pensa che se solo si trovasse in circostanze diverse tutto sarebbe facile. Non è così. La nascita dipende dal destino, non dal caso, ed ogni destino ha a che fare con l'individuo e la sua evoluzione

possibile. L'individuo deve opporsi alle circostanze in cui si viene a trovare. Nascere povero comporta delle difficoltà e nascere ricco comporta delle difficoltà. Per sua natura la vita va sempre in modo diverso da come ci aspettiamo e tutto va, per così dire, a rovescio. Se l'obiettivo fosse la vita in sé, non sarebbe così. Ma nel momento in cui pensiamo alla nostra vita, consideriamo che noi e così tutti gli altri, abbiamo una priorità da comprendere e trasformare, l'intero significato dell'esistenza cambia. La vita è molto breve – poco più di un attimo di confusione e disorientamento – ma anche così mediante l'azione del Lavoro è possibile cogliere un barlume della natura di ciò su cui si deve lavorare e di cosa significhi veramente questa esistenza. Questo Lavoro, se correttamente recepito ed applicato, gradualmente porta alla luce ciò che una persona deve fare, quale lezione deve imparare, quale priorità personale deve comprendere e trasformare.

Questa è chiamata Caratteristica principale. Ma l'uomo non è in grado di raggiungere la percezione interiore della propria Caratteristica Principale fino a che non è pronto per questo. Ogni suo proposito e singola osservazione relativi al suo personale lavoro su sé stesso, se compiuti sinceramente, gradualmente si combineranno e e gli mostreranno ciò che con il Lavoro deve combattere e gli forniranno la ragione del suo essere sulla Terra. Questo è scoprire il proprio significato, o meglio il significato della propria esistenza. Ma è inutile sforzarsi di scoprire la propria Caratteristica Principale direttamente. Bisogna sempre che, in tutta onestà, cominciate a lavorare su quella o quell'altra cosa che avete osservato e che cerciate di cambiarla sul serio. Le persone spesso recepiscono seriamente il Lavoro, ma non pensano mai di partire seriamente e sinceramente da qualcosa che avvertono in sé stesse e di lavorarci. Vogliono tutto insieme, e gratis. Ma se voi siete emozionalmente coinvolti dall'idea di arrivare a conoscere la vostra Caratteristica Principale, e se la volete veramente, ne potrete cogliere i barlumi. Talvolta vi può capitare di vedere la Caratteristica Principale in altre persone. Domandatevi: «Che cosa c'è in questa persona che se venisse cambiato la renderebbe diversa ?». A volte vedere questo in qualcun altro è possibile. E se solo riuscite a vedere dove avete sbagliato nella vostra vita, come in determinate circostanze avete sempre reagito nello stesso modo, se riuscite a cogliere un improvviso barlume di tutto questo, allora avrete ottenuto un obiettivo che inevitabilmente vi condurrà alla Caratteristica Principale. Scoprirete che è qualcosa di cui avete sempre percepito l'esistenza, ma che non avete mai riconosciuto come tale. Forse la vedrete come in un lampo per un istante e penserete: «Così ecco che cos'è dopo tutto; è sempre stata questa». Avete sempre saputo che c'era, ma non avevate mai indovinato che quella era la cosa da cambiare. Ed allora vi renderete conto che se riuscirete a cambiare esattamente quella cosa sarete in grado di cambiarne altre. Dopo il primo barlume potreste non vederla più per un po' di tempo. Poi la vedrete di nuovo. Essa è l'asse intorno al quale gira la vostra personalità, ed è l'asse sbagliato, pertanto, a meno che non costruiate qualcosa alle spalle della vostra personalità, non potrete trovare voi stessi. Ma se riuscite a trovare una traccia dell' "Io" reale che vi metta in relazione con la Caratteristica Principale, vedrete cosa rende sbagliata la vostra vita. E se avrete la sensazione che questa scoperta è per voi il vero significato della vita, allora la vita non sarà mai più senza significato.

## GIUSTO E SBAGLIATO

Per le persone, soprattutto quelle cristallizzate nel proprio senso di giusto e sbagliato, è difficile capire che non ci sono un giusto ed uno sbagliato assoluti, ma che il giusto e lo sbagliato sono relativi. Quando vien loro detta questa cosa le persone si offendono, specialmente quelle abbastanza vanitose da pensare di essere nel giusto. Giusto e sbagliato dipendono da un terzo fattore. Presi in sé stessi essi sono semplici opposti che si cancellano l'un l'altro. Il terzo fattore è lo *scopo*. Se il vostro scopo è di andare ad Edimburgo, allora è giusto andare a nord e sbagliato andare a sud. Ma se il vostro scopo è andare a Brighton è giusto andare a sud e sbagliato andare a nord. Ma alle persone piace sentirsi dire che è sempre giusto fare questo o quello – per esempio andare a nord – e sempre sbagliato andare a sud. Molte idee inflessibili del genere dominano la mente delle persone e fanno sì che il loro sviluppo sia sterile. Nel Lavoro la formulazione generale di giusto e sbagliato è che tutto ciò che risveglia dal sonno è giusto. Ma questa formulazione, per essere compresa, richiede una grande capacità di comprensione.

## MEMORIA DI SE'

Le persone non fanno che *pensare* alla memoria di sé, ma non la mettono in pratica. E' necessario fermare la catena di associazioni automatiche quotidianamente. Lo si può fare mediante lo *stop interiore* – che vuol dire fermare tutto, tutti i pensieri, ecc.. E' questo l'inizio della memoria di sé. Ma come ho detto, le persone vanno avanti a *pensare* di avere memoria di sé, senza mai praticarlo. Per avere memoria di sé bisogna fermare tutto, sollevarsi nel silenzio totale e nella totale perdita di qualunque comune senso di sé. Per questo ci vuole un po' di tempo. Ma la maggiorparte delle persone non sono capaci di sprecare neppure un minuto per questo, perché sono schiave dei propri macchinari, e quindi legate ed incollate al flusso incessante ed inutile di pensieri meccanici, emozioni negative, calcoli personali, ecc. . E' davvero un grande peccato, specialmente oggi che l'ipnotismo esterno della vita è così forte che la gente crede addirittura che idee come la guerra renderanno tutto migliore, che le persone non conquistino il Primo Shock Cosciente. L'aiuto può riuscire a raggiungere l'uomo solo come risultato di questo shock. Non può raggiungerlo nel flusso impetuoso dei suoi personali pensieri, preoccupazioni ed emozioni. L'aiuto, che viene dalla direzione dei centri superiori, non può raggiungere il Secondo Stato di Consapevolezza. Oggi, che così tante persone sono ipnotizzate dalla guerra, c'è nel mondo molta più forza disponibile che in altri tempi per coloro che la ricercano, se solo possono arrivare a toccarla. Ma essa non può esser toccata con il pensiero associativo che trattiene l'uomo sempre allo stesso livello, come se continuasse a ripetere: «Io devo saltare», non rendendosi conto che se si vuole raggiungere un livello più alto deve veramente saltare. Non deve dire: «Io devo aver memoria di me stesso». Dovete davvero avere memoria di voi stessi.