

L'INSEGNAMENTO di GURDJIEFF



Kenneth Walker

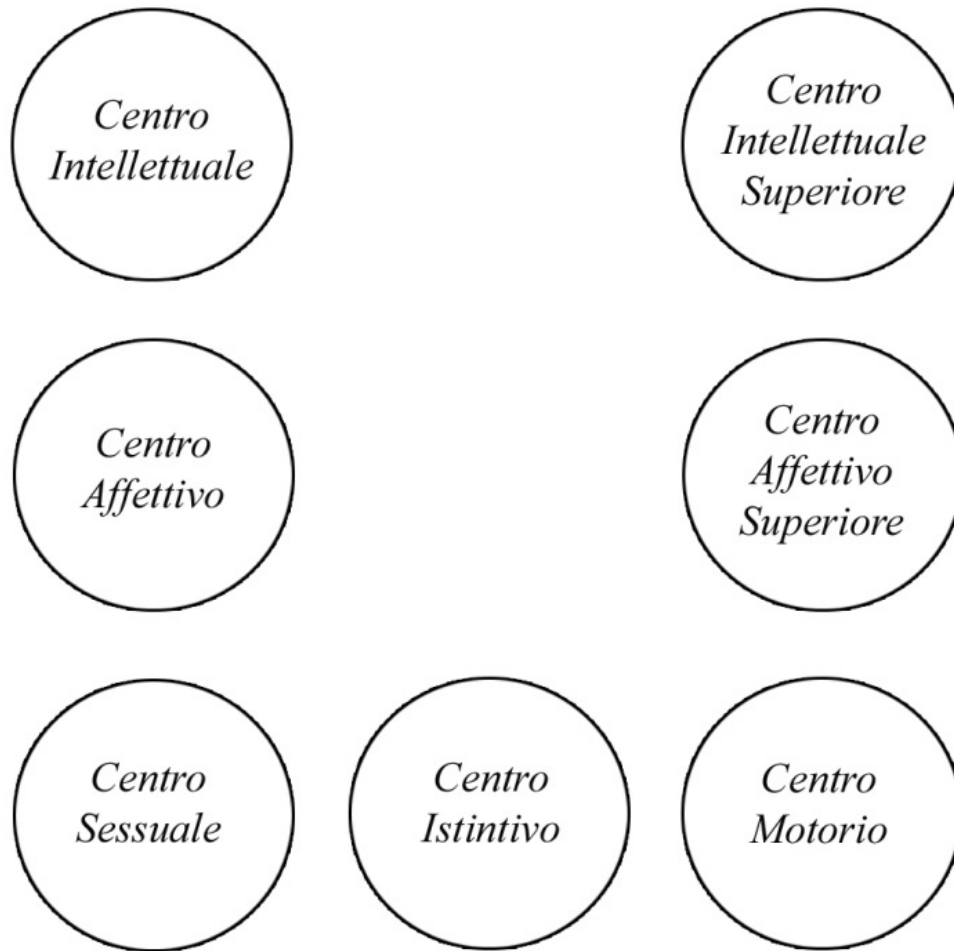
RIASSUNTO SCHEMATIZZATO

INDICE

LO STATO DELL’UOMO E I SUOI CENTRI	Pag. 1
L’IDENTIFICAZIONE	Pag. 4
SOFFERENZA INUTILE	Pag. 5
LE TIPOLOGIE DELL’UOMO	Pag. 7
LEGGE DEL TRE	Pag. 9
RAGGIO DI CREAZIONE	Pag. 10
LEGGE DEL SETTE O DELLA DISCONTINUITÀ DELLE VIBRAZIONI	Pag. 12
OTTAVE INTERNE	Pag. 14
STABILIMENTO A TRE PIANI	Pag. 15
LE TRE VIE E LA QUARTA VIA	Pag. 17
I TIPI DI UOMO	Pag. 18
I QUATTRO CORPI	Pag. 19
DIAGRAMMA GRADUATO	Pag. 21

LO STATO DELL'UOMO E I SUOI CENTRI

L'uomo è una pluralità di menti.



Questi Centri sono sparsi per il corpo. Ogni centro ha però un centro di gravità in una zona.

- Centro intellettuale: cervello
- Centro affettivo: plesso solare
- Centro motorio: midollo spinale
- Centro istintivo: addome

Lo sviluppo dei Centri dovrebbe essere armonico. In realtà ci sono:

- Uomini di tipo 1 – utilizzano di più il Centro motorio (imitano e si comportano per imitazione)
- Uomini di tipo 2 – utilizzano di più il centro affettivo (mi piace/non mi piace)
- Uomini di tipo 3 – utilizzano di più il centro intellettuale (teorie e ragionamenti)

Accomuna questi tipi di uomini un basso livello di essere e nessuna volontà.

AUTOSSERVAZIONE: osservare il lavoro dei centri in noi stessi, il loro funzionamento, quindi assegnare ciascuna attività al centro appropriato.

Autosservazione è diversa da introspezione. L'autosservazione è registrare pensieri, emozioni e sensazioni al loro verificarsi.

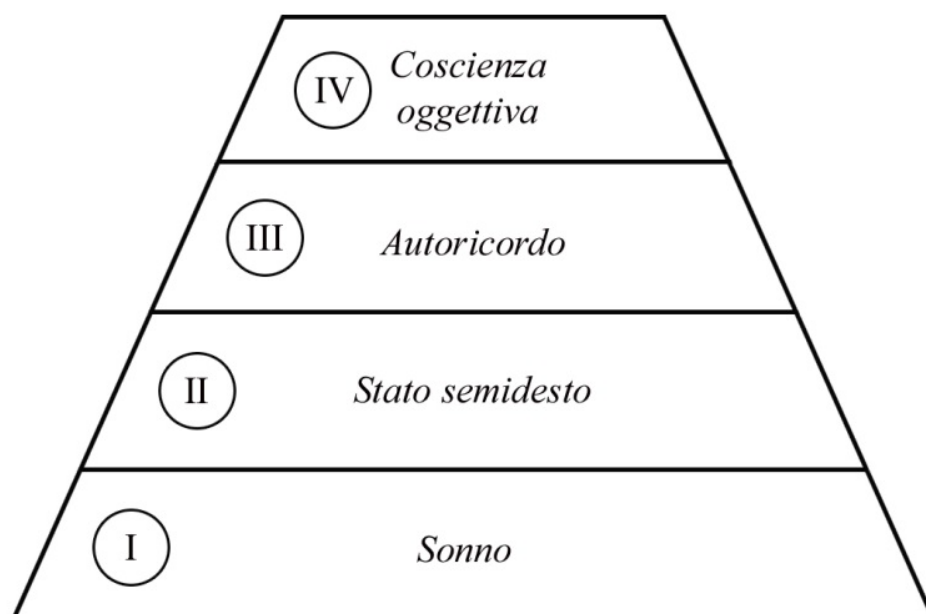
INTROSPEZIONE: fantasticare su se stessi, speculare sui motivi (immaginazione)

Conoscere significa conoscere contemporaneamente con tutti i centri.

L'uomo è addormentato e sogna di essere desto.

Coscienza= consapevolezza di una funzione.

+ coscienza = + qualità delle nostre attività. Agiamo e ci muoviamo senza essere minimamente consci della nostra presenza.



Ⓘ + Ⓜ = *totale incoscienza (o sporadico autoricordo)*

Ⓜ = *consapevolezza di se stessi*

Ⓜ = *consapevolezza di se stessi + di tutto il resto*

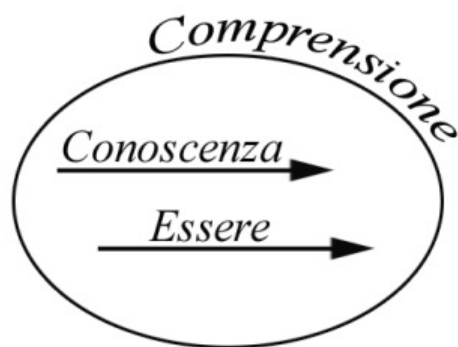
Per raggiungere (III)



- 1) rendersi conto di essere addormentato*
- 2) ricevere aiuto da chi sta già lavorando*
- 3) avere volontà di lottare*

Il primo passo per l'autoricordo è rendersi conto che non ricordiamo noi stessi. È necessario sottrarsi ai vagabondaggi mentali, entrare nei nostri corpi ed acquistarne la sensibilità.

Lo sviluppo dell'uomo deve procedere sui binari paralleli di conoscenza ed essere.



+ essere →

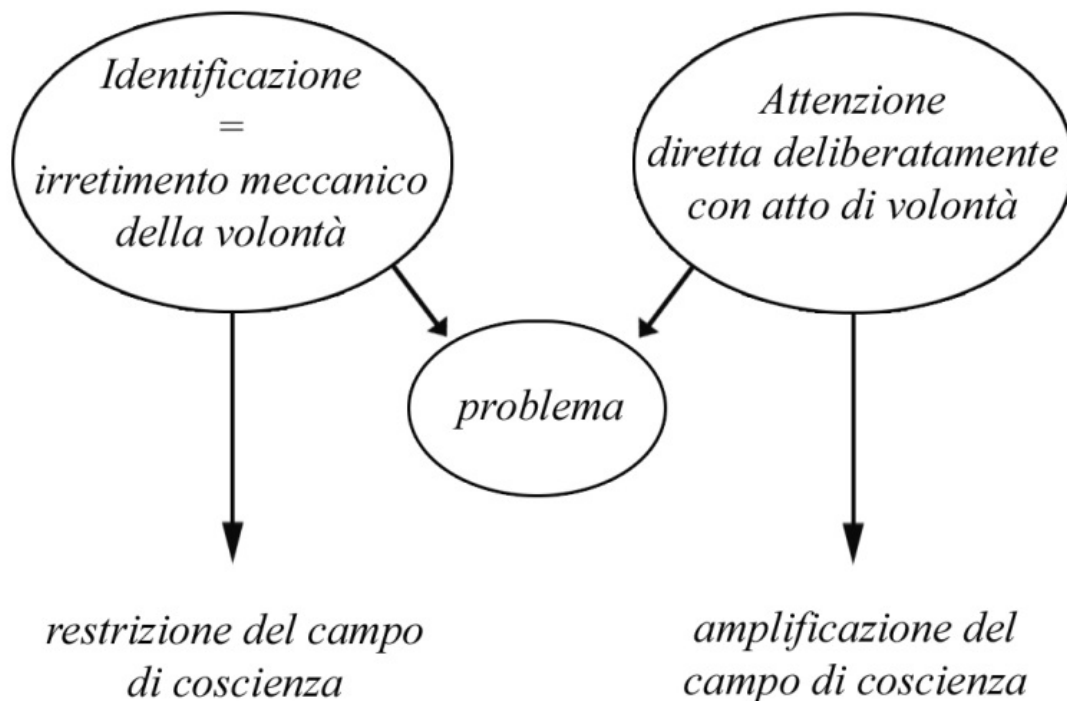
Lotta contro il sonno: uno dei motivi del sonno è che i centri non lavorano nel modo adeguato

Principale nemico dell'autoricordo ed alleato del sonno è:

L'IDENTIFICAZIONE

Un uomo perde il senso di se stesso e della sua esistenza in un singolo pensiero, movimento o sentimento. Egli fluisce con tutto se stesso in tutto ciò che cattura la sua attenzione in un preciso momento cosicché cessa di essere consapevole di se stesso e di esistere come persona.

In tali momenti il campo di consapevolezza si restringe. L'uomo passa da una identificazione all'altra senza soluzione di continuità (esempio di Newton che, immerso nel suo studio, fa bollire l'orologio al posto dell'uovo).



SOFFERENZA INUTILE

“L’ultima cosa che l’uomo è disposto ad abbandonare è la sua sofferenza”. Può privarsi dei piaceri ma della sofferenza mai.

E’ bene fare un elenco delle proprie emozioni negative. Tendiamo non solo a giustificare tali emozioni ma a nobilitarle.

● *Non esprimere emozioni negative: non solo verbalmente ma con il proprio comportamento*



Acuire la sensibilità ai primi segni del loro avvento

La responsabilità delle emozioni negative è nostra. Una persona può contribuire a scatenarla ma la sua presenza è nostra.

APPREZZAMENTO INTERNO: identificazione con il quadro (in parte vero e in parte falso) che si ha di se stessi. È segno di debolezza interiore e spesso è dovuto alla paura dell’altra persona.

APPREZZAMENTO ESTERNO: porsi nella condizione dell’altro così da capire le sue reali necessità. Comprendere l’altra persona e vedere quali sono i suoi bisogni.

Tutte le attività abitudinarie, meccaniche, contribuiscono a mantenerci come siamo, in uno stato di sonno.

*mentire = parlare e dare opinioni su cose di cui in realtà
non se ne sa nulla.*



parlare superfluo (centro formatorio)



immaginazione (può avvenire in tutti i centri)

Esercizio di rilassamento: “Gurdjieff ci insegnò una serie di esercizi per il rilassamento dei muscoli e per attivare quella che egli chiamava la sensibilità corporea, esercizi che furono e sono tuttora per noi del massimo valore. Seguendo uno schema predeterminato, dovevamo dirigere la nostra attenzione sui vari gruppi di muscoli, ad esempio quelli del braccio destro, della gamba destra, della gamba sinistra e così via, rilassandoli sempre di più mentre ci ‘risvegliavamo’ nuovamente ad essi; cioè fin quando non avevamo raggiunto quello che sentivamo come il massimo rilassamento di cui eravamo capaci. Durante l’esercizio dovevamo anche ‘sentire’ quella zona particolare del corpo; in altre parole divenirne consapevoli. Sappiamo tutti, ovviamente di possedere delle membra, una testa e un corpo, ma in circostanze ordinarie non ce ne rendiamo conto né li sentiamo. Con la pratica, tuttavia, è possibile indirizzare l’attenzione su qualsiasi parte del corpo si desideri, rilassarne i muscoli ed evocare la sensazione proveniente da quella zona. Seguendo l’ordine del comando interno viene ‘sentito’ l’orecchio destro, poi l’orecchio sinistro, il naso, la punta della testa, il braccio destro, la mano destra e così via, fino a che non è stato compiuto un giro di sensazione del corpo. L’esercizio può, se necessario, essere reso molto più difficile contando a ritroso, ripetendo sfilze di parole o evocando idee nello stesso momento in cui viene eseguito il rilassamento e si avvertono le sensazioni corrispondenti. A questo punto è lecito chiedersi: ‘che beneficio si ricava apprendendo tutti questi trucchi da yogi?’ La risposta non è difficile. Vi sono tre ragioni per fare esercizi come questi: la prima è che si tratta di un eccellente addestramento dell’attenzione; la seconda è che in questo modo una persona impara a rilassarsi; e la terza è che producono un preciso mutamento psichico interno. Questo mutamento può essere riassunto dicendo che l’esercizio accorda parti del nostro meccanismo che precedentemente avevano operato in modo sconnesso.”

ESSENZA: tutto ciò con cui l’uomo nasce (costituzione fisica, fisiologia, tendenze, inclinazioni).

PERSONALITÀ: tutto ciò che l’uomo impara durante la vita.

LE TIPOLOGIE DELL'UOMO

- Padre di famiglia: capace di assumersi responsabilità e da cui possono dipendere altre persone. Solo questi possono ottenere qualcosa dal lavoro.
- Vagabondo: abbandona sempre quanto iniziato.
- Lunatico: intraprende qualcosa e poi subito qualcos'altro senza portarlo a termine. Privo di capacità di discriminazione.

ESSENZA: ciò che vi è di più vero nell'uomo. Solo da questa può nascere un Io permanente ma a condizione che la personalità diminuisca.

Fasi della vita:

Ⓘ + *personalità*
- *essenza*

Ⓜ *personalità* ± *essenza*

Ⓜ - *personalità*
+ *essenza*

+ ESSENZA: risultato della comprensione. Questo va ottenuto attraverso la personalità, perché non possiamo raggiungere l'Essenza direttamente.

IO OSSERVANTE: ciò che nei Vedanta è chiamato Testimone. Ben più reale di

COSA OSSERVATA: ciò che va in giro a dire Io

PERICOLO: all'inizio c'è sempre un Io osservante ma nel processo anziché esserci vera osservazione può esserci la cosa osservata che sogna di vedere se stessa.

autoservazione



autoricordo



- *stato di sonno semidesto*

Metafora del cocchiere: “Ouspensky aggiunse che Gurdjieff aveva raccontato una parabola alternativa a quella della casa in disordine. Era un’allegoria ancora più antica, che paragonava l’uomo ad un equipaggio composto da cavallo, carrozza, cocchiere e padrone. La carrozza rappresentava il corpo dell’uomo e il cocchiere era la sua mente. La carrozza era collegata con il cavallo per mezzo di stanghe, e il cocchiere con il cavallo per mezzo delle redini e, secondo Gurdjieff, il lavoro su se stessi doveva sempre cominciare con il lavoro sul cocchiere cioè, con il lavoro sulla mente. Per prima cosa era necessario che il cocchiere si svegliasse, ascoltasse la voce del suo padrone e fosse in grado di seguire le sue istruzioni. Doveva poi imparare, cosa che precedentemente aveva trascurato di fare, il giusto modo per guidare un cavallo, come nutrirlo e come attaccarlo in modo appropriato alla carrozza. Era inoltre importante che mantenesse tutto ciò che riguardava il cavallo e la carrozza in eccellente stato funzionale. Il cavallo rappresentava le emozioni; e in precedenza il cavallo aveva tirato tutta l’attrezzatura secondo il suo capriccio, ma adesso il cocchiere doveva controllare i suoi movimenti per mezzo delle redini, e in accordo con le istruzioni del suo padrone. Soltanto a questo punto la carrozza avrebbe iniziato a muoversi lungo una linea retta invece di vagabondare qua e là. Ma che ciò accadesse o no dipendeva innanzitutto dalla capacità del cocchiere di udire la voce del padrone, in secondo luogo dal modo più o meno adeguato in cui il cavallo era stato attaccato, e soprattutto dal fatto che il cocchiere possedesse delle redini con cui controllare i movimenti del cavallo.”

Solo nello stato di autoricordo possiamo esercitare controllo sui cavalli perché solo in quello stato abbiamo le redini. La personalità determina pensieri, sentimenti ed azioni. Quindi va attentamente studiata. Viviamo ruoli diversi per le diverse parti della giornata.

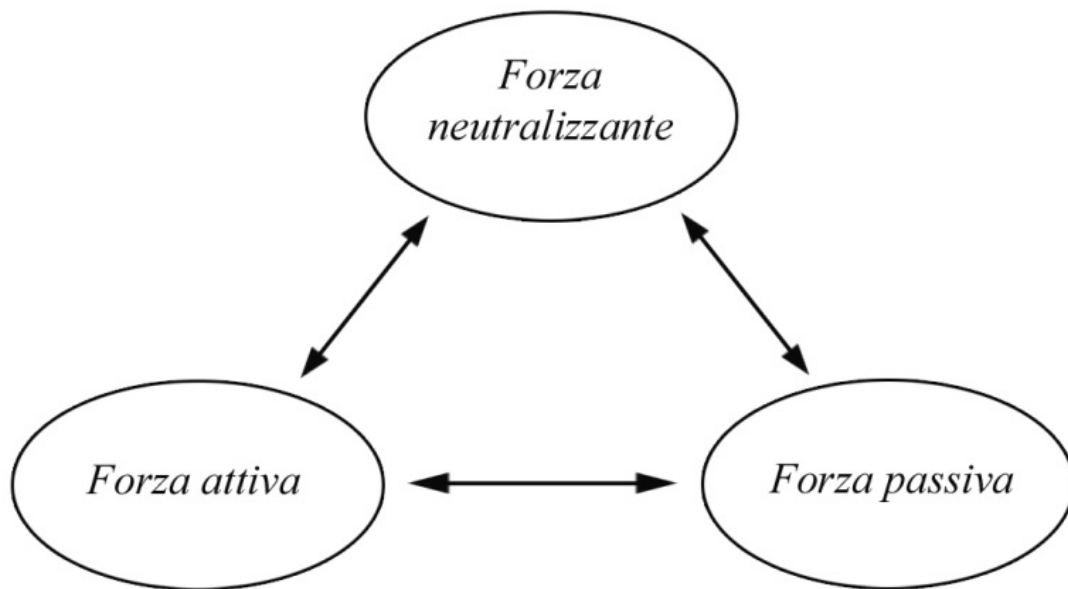
RESPINGENTI: sono congegni che ci consentono di sentirci continuamente a posto. Sono punti ciechi che consentono di non vedere i conflitti in atto tra la moltitudine degli io.

CARATTERISTICA PRINCIPALE: principale debolezza attorno a cui tutto ruota. Accuratamente protetta dai respingenti. Difficile scoprirla da soli. La si può scorgere negli errori che continuiamo a fare.

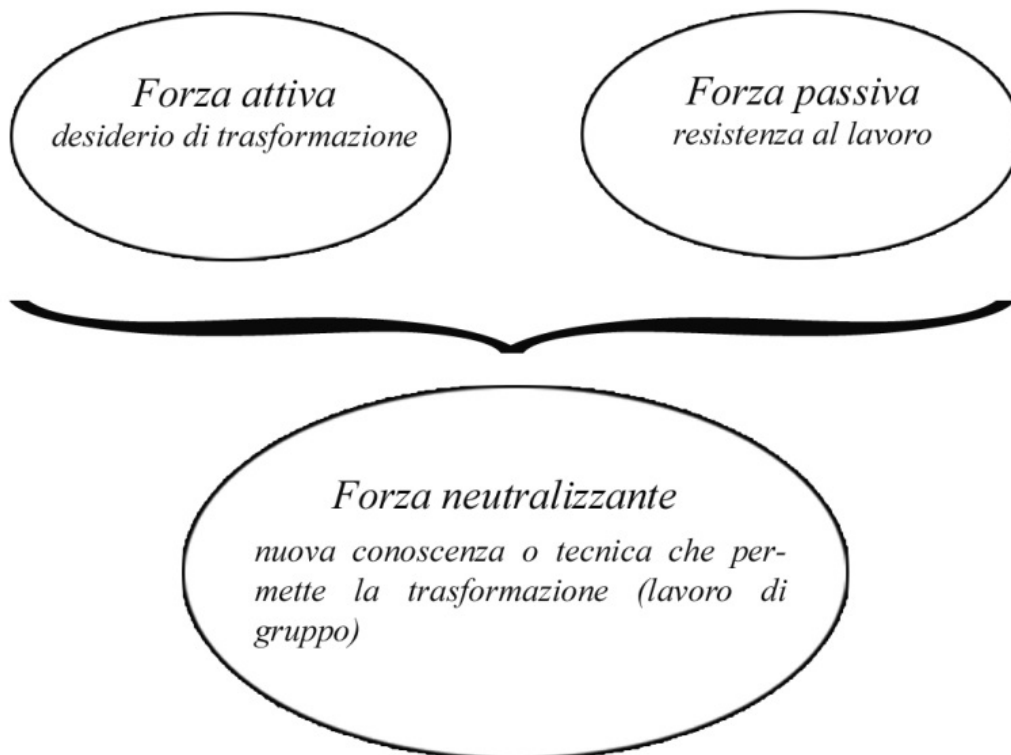
VANITÀ: grande ostacolo. La felicità e l’autocoscienza dipendono in gran misura dall’assenza di sentimenti di vanità.

LEGGE DEL TRE

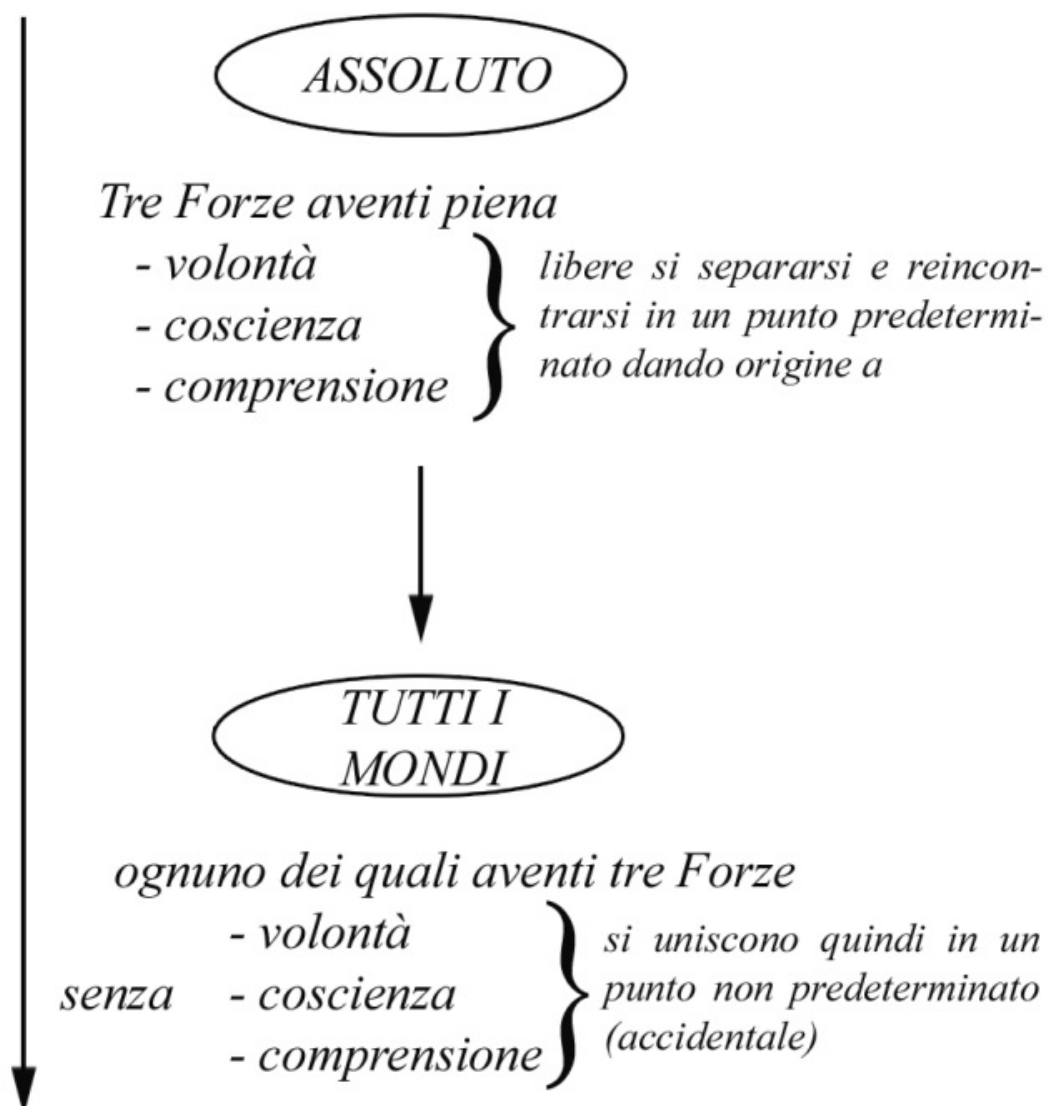
Tutti i fenomeni sono il risultato dell'incontro e dell'interazione di tre principi o forze. La Via è difficile da percorrere perché occorre andare contro Natura. Tutto nella vita conduce ad essere più addormentati. L'uomo è un microcosmo governato dalle stesse leggi del macrocosmo. Se l'h. vuole conoscere le leggi che lo governano deve conoscere le leggi dell'Universo.



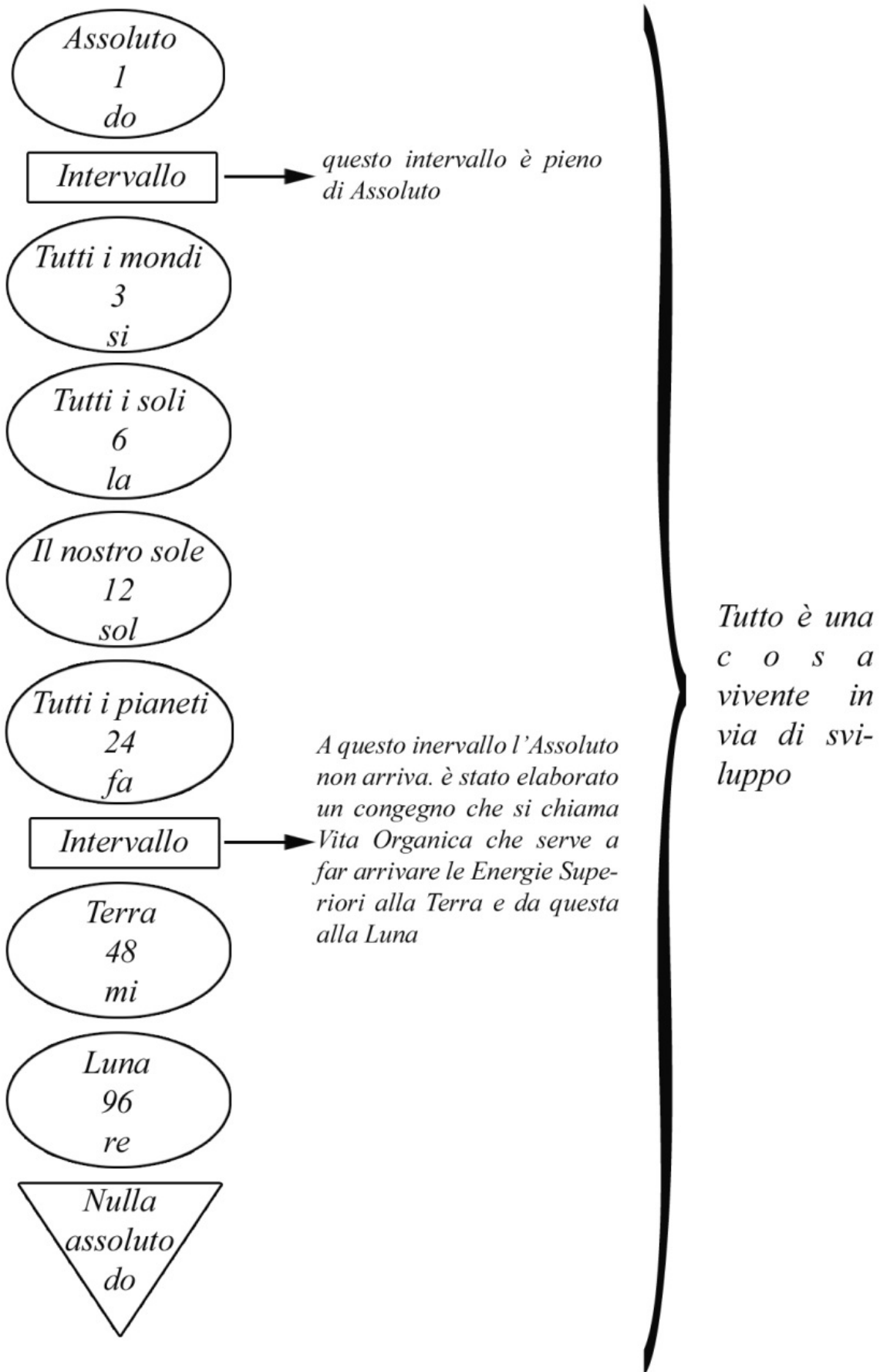
Esempio:



RAGGIO DI CREAZIONE

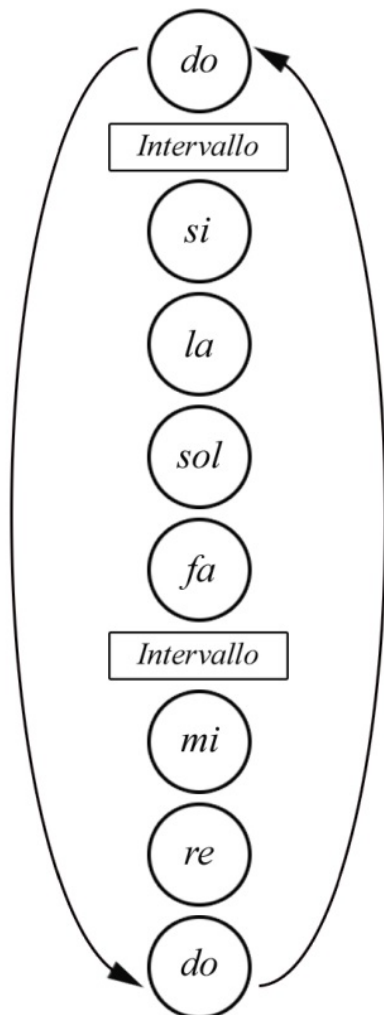


Più il Raggio di Creazione si allontana dall'Assoluto più accidentali e meccanici diventano la Creazione ed il controllo dei mondi creati.



LEGGE DEL SETTE O DELLA DISCONTINUITÀ DELLE VIBRAZIONI

Nessuna vibrazione, sia che appartenga ad un'ottava ascendente o discendente, si sviluppa in modo uniforme, bensì sempre con accelerazioni o ritardi in alcuni punti.

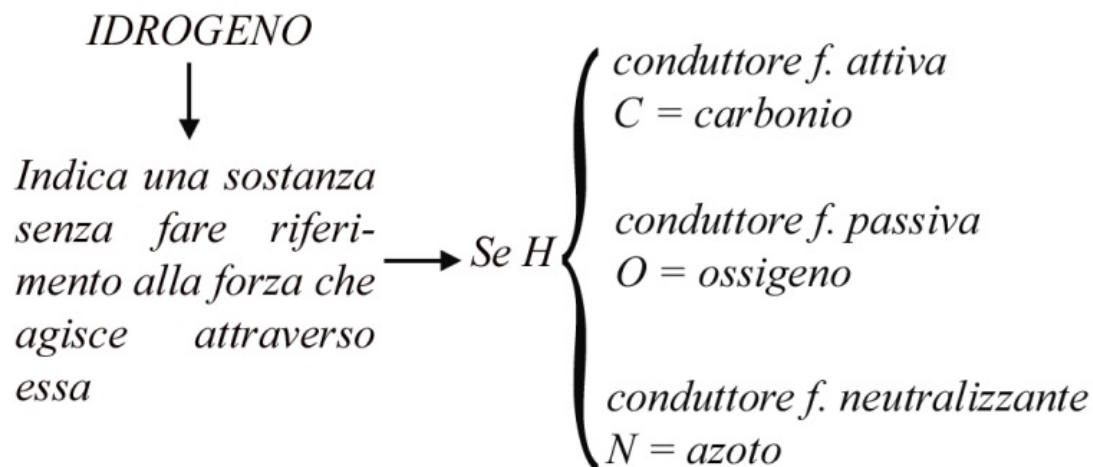
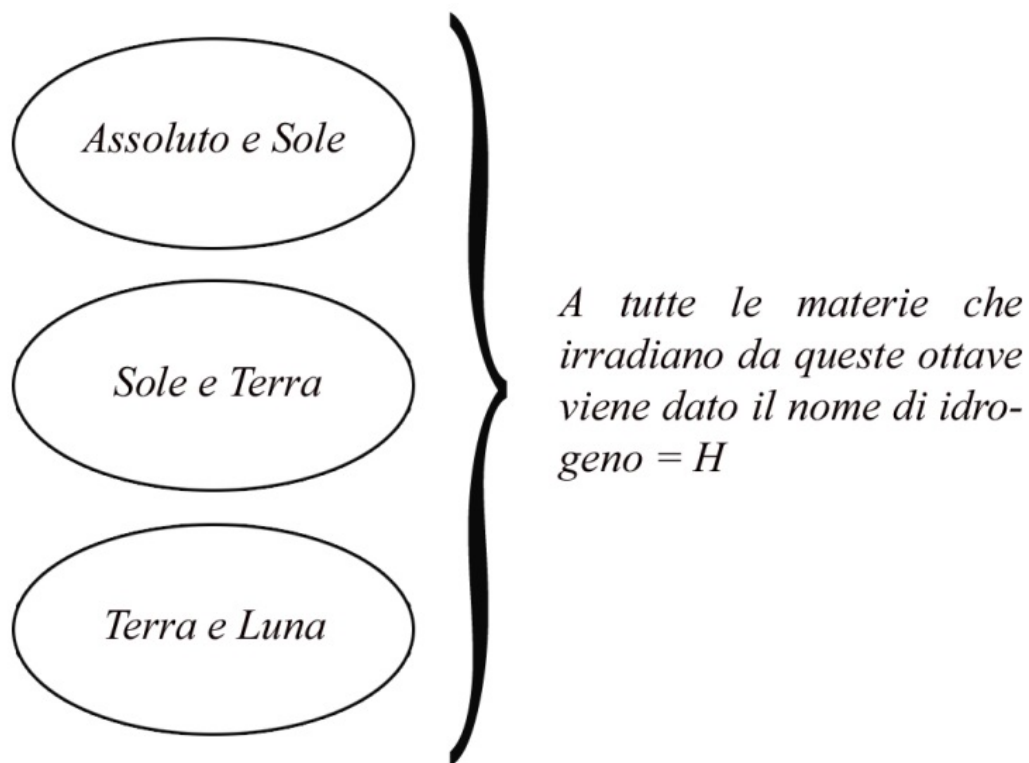


Negli intervalli l'ottava ha la tendenza ad arrestarsi o deviare. Si può ovviare solo se in quel punto l'intervallo viene colpito da un'altra ottava in modo da apportare energia. Anche il Raggio di Creazione può essere visto come un'ottava.

Tutto nell'Universo è materia, anche la conoscenza. Infatti ciò che è materia in un livello superiore può non essere percepita come tale ad un livello inferiore. Come la materia però anche la conoscenza è limitata.

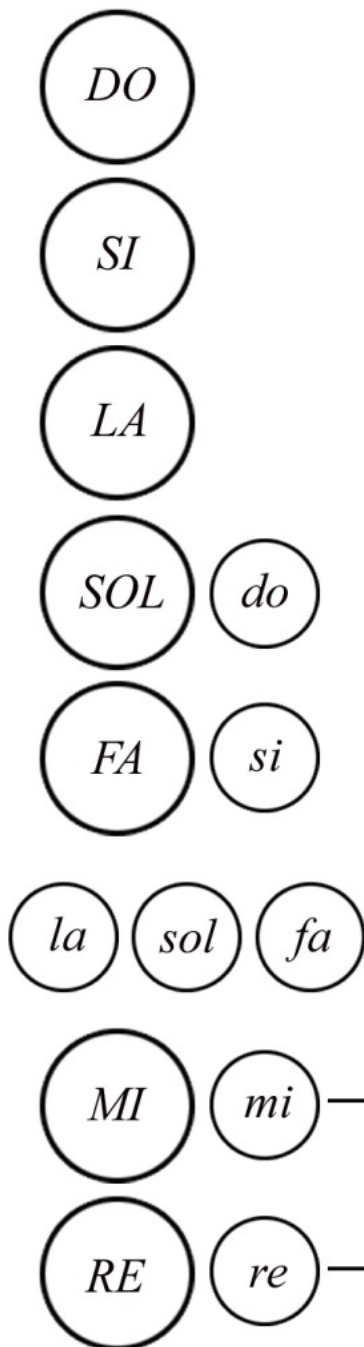
L'uomo è un microcosmo ed al suo interno valgono le stesse leggi che valgono per il microcosmo. Ciò però vale solo per l'uomo pienamente sviluppato.

I numeri con cui vengono designati i mondi nel Raggio di Creazione designano anche il numero di leggi alle quali quei mondi sono soggetti. Sulla terra siamo soggetti a 48 leggi e dobbiamo divenire soggetti a sempre meno leggi.



OTTAVE INTERNE

Per ogni nota dell'ottava possiamo vedere contenuta un'intera ottava di un altro piano Es: la sostanza del mondo 48 è satura della sostanza del mondo 24 (Terra e Pianeti).



Da ogni nota dell'ottava si dipartono altre ottave (in questo caso un'ottava cosmica da cui, all'altezza del Sole, si diparte un'altra ottava che è quella della Vita). La-sol-fa rappresenta la vita sulla Terra (vita organica).

quando le creature muoiono i loro resti fisici finiscono a nutrire la Terra

quando le creature muoiono parte dell'Energia va a nutrire la Luna

STABILIMENTO A TRE PIANI

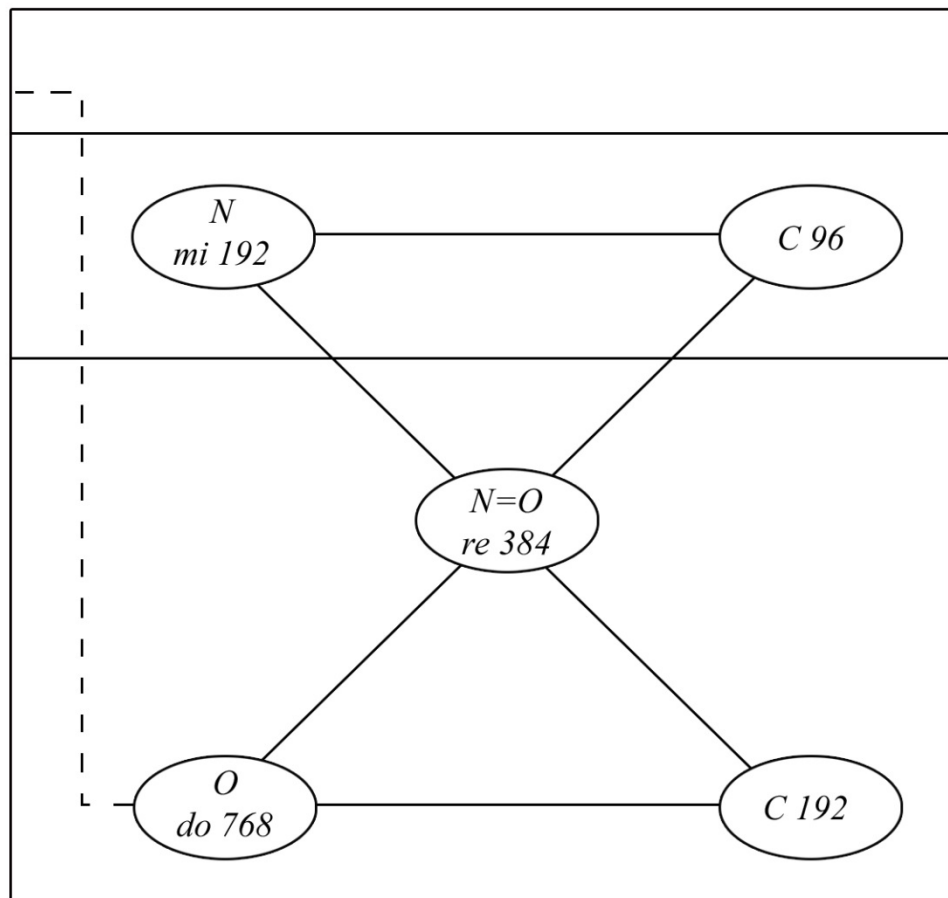


Il centro affettivo superiore ed il centro intellettuale superiore hanno bisogno di H12. Mediamente noi li facciamo lavorare (non i centri superiori ovviamente in quanto gli uomini 1,2,3ne sono sprovvisti) con H24. Per questo siamo incapaci di ricordare noi stessi e i nostri centri superiori non funzionano.

TESTA
cibo ingerito
per via orale

TORACE

DORSO E
ADDOME



1. Il cibo ingerito è H768 che, essendo forza passiva, è Ossigeno (O). Nell'addome incontra Carbonio 192 (saliva ed enzimi gastrici) e viene trasformato in azoto 384. Con l'aiuto di altri succhi digestivi viene trasformato in MI 192. Qui il percorso si arresterebbe (legge del sette – primo intervallo tra mi e fa). Allora interviene la seconda ottava che è quella respiratoria. Questa ottava riesce a far proseguire il processo che arriva a produrre SI 12.
2. A questo punto dovrebbe intervenire un'altra ottava, quella delle impressioni, che attraverso l'autoricordo eleva ancora di più il processo di raffinazione.

Usiamo male il nostro stabilimento chimico e perdiamo energia utilizzandola per cose inutili (emozioni negative, identificazioni, etc). In pochi minuti di emozioni negative possiamo dissipare ore di lavoro dello stabilimento a tre piani.

- Consiglio: ricercare i nostri metodi preferiti per dissipare l'energia. (L'energia che fabbrichiamo oggi serve per l'utilizzo di domani).
- Negli uomini più evoluti i corpi superiori sono formati dalle riserve accumulate di H superiori.
- Attenzione altipo di impressioni con cui veniamo in contatto!!!

Così come è l'uomo assolve già il suo compito che è quello di trasformare alcune impressioni cosmiche che altrimenti non arriverebbero alla terra. Se vuole egli può, attraverso lo sforzo, divenire altro da ciò che è nato.

L'uomo è come un inquilino che vive nella cantina di un palazzo. Può cominciare a vivere in stanze migliori. Perché ciò avvenga devono però essere soddisfatte delle condizioni:

1. Deve rendersene conto
2. Deve trovare qualcuno che è già passato a vivere in altre stanze
3. Deve compiere sforzi considerevoli per un lungo periodo di tempo

LE TRE VIEE LA QUARTA VIA

FACHIRO

Per l'uomo che ha un centro motorio più sviluppato. Disciplina il corpo. Avrà sviluppato volontà ma non saprà cosa farsene.

YOGI

Per l'uomo che ha più sviluppato il centro intellettuale.

MONACO

Per l'uomo che ha più sviluppato il centro emotivo.

Esigono tutte grande sforzo all'inizio e subordinano la comprensione all'obbedienza. Esigono ritiro dal mondo.

IV VIA

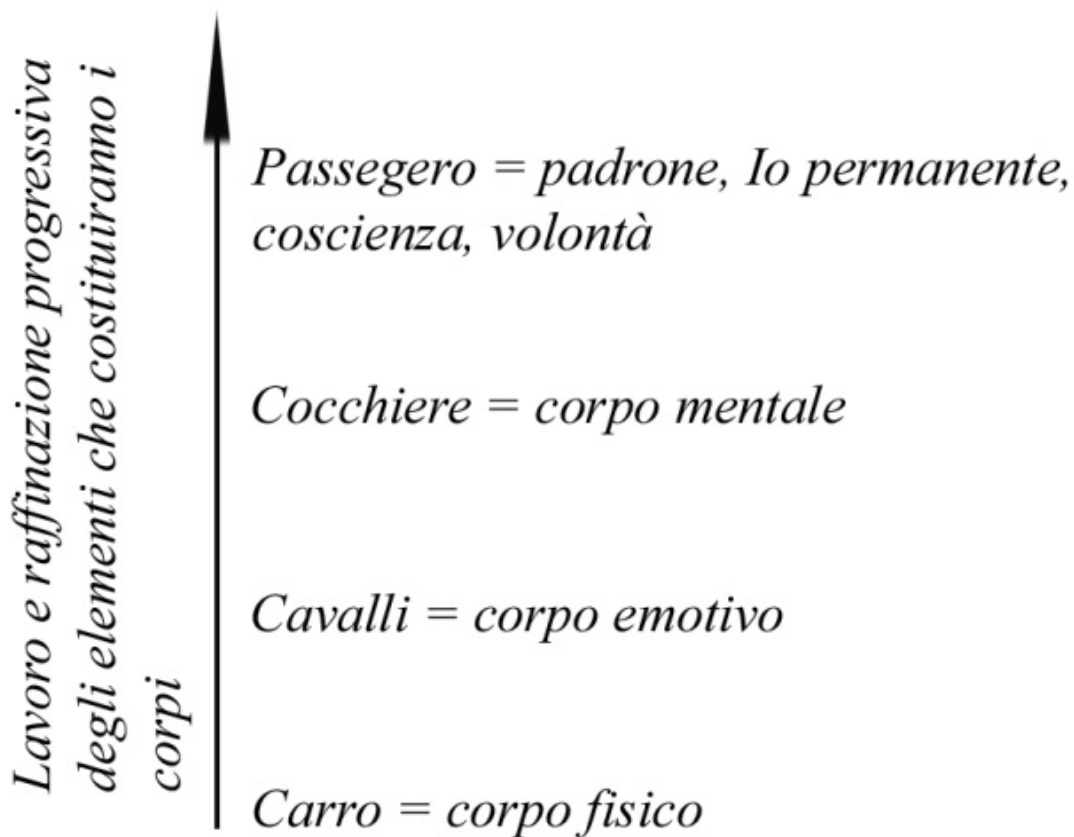
Non esige ritiro dal mondo. Esige sforzi prolungati. Non sostituisce la comprensione con l'obbedienza.

I TIPI DI UOMO

- | | | | |
|---|---|---|--|
| 1 | <i>Con Centro Motorio più sviluppato</i> | } | <i>Totalmente meccanici e privi di volontà</i> |
| 2 | <i>Con Centro Affettivo più sviluppato</i> | | |
| 3 | <i>Con Centro Intellettuale più sviluppato</i> | | |
| 4 | <i>Uomo che ha uno scopo permanente</i> | | |
| 5 | <i>Uomo con Io permanente, possiede vera Autocoscienza e capacità di utilizzare il Centro Affettivo Superiore</i> | | |
| 6 | <i>Come il 5 ma con in più la capacità di utilizzare il Centro Intellettuale Superiore. Oltre che di se stesso ha piena coscienza anche dell'Universo</i> | | |
| 7 | <i>Uomo che non può perdere più ciò che ha acquisito, "immortale entro i limiti del Sistema Solare"</i> | | |

I QUATTRO CORPI

Solo l'uomo sviluppato possiede corpi superiori e solo il n° 7 li possiede tutti e quattro. Nell'uomo ordinario non sono organizzati sebbene le materie di cui sono costituiti siano in lui presenti. L'uomo ordinario assolve il suo scopo anche senza corpi superiori. Si ottengono soltanto con un lavoro spirituale. L'uomo sulla Via li sviluppa partendo dal basso.



A	Reazione automatica alla influenza esterna	Desideri evocati dal corpo	Pensieri suscitati dai desideri	Differenti Io e volontà in corrispondenza a differenti desideri
---	--	----------------------------	---------------------------------	---

B	Corpo obbediente alle emozioni ed all'intelligenza	Emozioni in armonia col pensiero	Pensiero obbediente alla coscienza ed alla volontà	Io – Coscienza – Volontà
---	--	----------------------------------	--	--------------------------

C	CARRO Corpo Fisico	CAVALLO (sentimenti e desideri) Corpo Astrale	GUIDATORE (mente) Corpo Mentale	PADRONE Io – Coscienza – Volontà Corpo Causale
---	-----------------------	---	---------------------------------------	--

A= funzionamento del comune uomo meccanico

B= funzionamento di uomo sviluppato

C= metafora del carro

Tutte le forme della materia possiedono proprietà psichiche, cosmiche e fisiche.

Intelligenza=adattabilità

$$Uomo\ n^{\circ}\ 3 = uomo \quad \left\{ \begin{array}{l} \textit{centro Intellettuale} \\ \textit{centro Affettivo} \\ \textit{centro Motorio} \end{array} \right.$$

$$Uomo\ n^{\circ}\ 2 = pecora \quad \left\{ \begin{array}{l} \textit{centro Affettivo} \\ \textit{centro Motorio} \end{array} \right.$$

$$Uomo\ n^{\circ}\ 1 = verme \quad \left\{ \begin{array}{l} \textit{centro Motorio} \end{array} \right.$$

DIAGRAMMA GRADUATO

Questo diagramma può essere messo in relazione all'Enneagramma. Quest'ultimo è un simbolo che illustra e mette in relazione i diversi tipi di processi di trasformazione e raffinazione degli elementi.

Assoluto

Eterno Immutabile

Arcangeli

Angeli

Uomo

Vertebrati

Invertebrati

Piante

Minerali

Metalli

Nulla



Requisiti perché una persona possa iniziare a lavorare in una scuola:

- Che sia delusa dalla vita
- Che sia delusa da se stessa
- Che abbia un Centro Magnetico

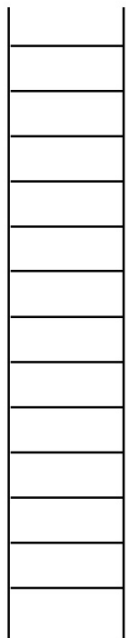
La scuola non è una clinica per malattie psichiatriche.

Influenza A= tutte le influenze della vita ordinaria e meccanica.

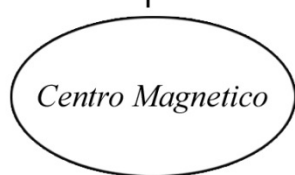
Influenza B= idee contenute in filosofie o religioni, emanate da uomini superiori.

A contatto con influenze di tipo B l'uomo sviluppa un CENTRO MAGNETICO. Questo lo porterà verso le influenze C (di Scuola). Dal momento dell'ingresso in una scuola il centro magnetico non sarà più necessario.

SECONDA SOGLIA = Da questo momento l'uomo non avrà più dubbi e gli sarà più difficile tornare indietro



PRIMA SOGLIA = L'uomo ha molti dubbi sulla sua guida, sugli insegnamenti e sui suoi progressi



In una scuola si sta a contatto con persone con cui può essere difficile lavorare. Ciò aumenta le possibilità di confrontarsi con le proprie identificazioni e meccanismi.

Lavoro su se stessi

Lavoro con gli altri

Lavoro di Scuola

*Tre ottave sottoposte
a Legge del Sette.
Quando una si
arresta una delle
altre due colpisce
l'intervallo e stimola
la prosecuzione*

È necessario osservarsi senza giudicare né giustificare. Il sistema insegna ad utilizzare il materiale grezzo della vita.