

# DALL'INTELLETTO ALL'INTUIZIONE

di

**ALICE A. BAILEY**

*Altre opere di Alice A. Bailey:*

Iniziazione umana e solare.  
Lettere sulla Meditazione Occulta.  
Trattato sul Fuoco cosmico.  
La luce dell'Anima.  
L'Anima e il suo meccanismo.  
Trattato di Magia Bianca.  
Da Betlemme al Calvario.  
Il Discepolato nella Nuova Era (2 voll.)  
I problemi dell'umanità.  
Il ritorno del Cristo.  
Il destino delle Nazioni.  
Trattato dei Sette Raggi (5 voll.)  
    Vol. I   Psicologia esoterica  
    Vol. II  Psicologia esoterica  
    Vol. III Astrologia esoterica  
    Vol. IV  Guarigione esoterica  
    Vol V   I raggi e le iniziazioni  
Telepatia e il Veicolo eterico.  
L'illusione quale problema mondiale.  
L'esternazione della Gerarchia.  
L'educazione nella Nuova Era.  
Autobiografia incompiuta.

ALICE A. BAILEY

## DALL'INTELLETTO ALL'INTUIZIONE

EDITRICE NUOVA ERA

ROMA

Titolo originale:

FROM INTELLECT TO INTUITION

@ Copyright by Lucis TRUST, New York

Prima edizione inglese 1932

Prima edizione italiana: 1951

Seconda edizione italiana: 1981

Edizione LUCIS - Ginevra

Casa Editrice NUOVA ERA - Roma

La pubblicazione di questo libro è finanziata dal Fondo Libri del Tibetano, che è un fondo che si rinnova allo scopo di perpetuare gli insegnamenti del "Tibetano" e di Alice A. Bailey.

Tutto il denaro erogato dal Fondo per pubblicare questo libro vi ritorna con la sua vendita in modo da assicurarne una successiva edizione.

La Lucis Press è un'organizzazione che non ha scopo di lucro ed appartiene al Lucis Trust.

Per questo libro non si reclamano diritti d'Autore.

## LA GRANDE INVOCAZIONE

Dal punto di Luce entro la Mente di Dio  
Affluisca luce nelle menti degli uomini.  
Scenda Luce sulla Terra.

Dal punto di Amore entro il Cuore di Dio  
Affluisca amore nei cuori degli uomini.  
Possa il Cristo tornare sulla Terra.

Dal centro ove il Volere di Dio è conosciuto  
Il proposito guidi i piccoli voleri degli uomini;  
Il proposito che i Maestri conoscono e servono.

Dal centro che vien detto il genere umano  
Si svolga il Piano di Amore e di Luce.  
E possa sbarrare la porta dietro cui il male risiede.

Che Luce, Amore e Potere ristabiliscano il Piano sulla Terra.

Questa Invocazione o Preghiera non appartiene ad alcuno né ad alcun gruppo, ma a tutta l'Umanità. La bellezza e la forza di essa stanno nella sua semplicità, e nel suo esprimere certe verità centrali che tutti gli uomini accettano, in modo innato e normale - la verità che esiste un'Intelligenza fondamentale cui, vagamente, diamo il nome di Dio; la verità che, dietro ogni apparenza esterna, il potere motivante dell'Universo è Amore; la verità che una grande Individualità, dai Cristiani chiamata il Cristo, venne sulla Terra, e incorporò quell'amore perché potessimo comprendere; la verità che sia amore che intelligenza sono effetti di quel che vien detto il Volere di Dio; e infine l'evidente verità che solo per mezzo dell'umanità stessa il Piano divino troverà attuazione.

ALICE A. BAILEY

## ESTRATTO DA UNA DICHIARAZIONE DEL TIBETANO

*(pubblicata nell'agosto del 1934)*

... basti dire che sono un discepolo Tibetano di un certo grado, cosa questa che a voi dice ben poco, poiché tutti siamo discepoli, dal più umile aspirante fino al Cristo medesimo e oltre. Io vivo in un corpo fisico come gli altri uomini, ai confini del Tibet, ed in certi periodi - dal Punto di vista exoterico, e quando , altri miei doveri me lo consentono - presiedo un vasto gruppo di Lama tibetani. Questo è il fatto in base al quale è stato detto che sono un Abate di quella particolare Lamaseria. Coloro che collaborano con me all'opera della Gerarchia (e tutti i veri discepoli vi partecipano) mi conoscono anche sotto un altro nome e per un altro Ufficio. A.A.B. sa chi io sono, e mi riconosce sotto entrambi i nomi.

Sono un vostro fratello che ha viaggiato un poco più a lungo sul Sentiero e ha perciò contratto maggiori responsabilità. Sono uno che ha lottato e si è aperta la via fino a trovare una luce maggiore di quella che possono avere gli aspiranti che leggono queste pagine, e devo perciò agire quale trasmettitore della Luce, a qualunque costo. Non sono vecchio, secondo il modo consueto di considerare l'età dei maestri, pure non sono giovane, né privo di esperienza. L'opera mia consiste nell'insegnare e nel diffondere, e sto facendolo da molti anni. Cerco anche di aiutare il Maestro M. e il Maestro K.H. ogni volta che se ne offre l'opportunità, poiché sono stato per lungo tempo in rapporto con Loro e con il Loro lavoro.

In tutto quanto precede, vi ho detto molto, ma nulla che possa indurvi ad offrirmi quella cieca obbedienza e quella vana devozione che gli aspiranti emotivi offrono al Guru, o al Maestro, con il quale sono ancora incapaci di entrare in rapporto. Essi non potranno stabilire quell'auspicato contatto fino a quando non abbiano tramutato la devozione emotiva in servizio non egoistico all'Umanità, non al Maestro.

Le opere che ho scritto sono offerte al pubblico senza alcuna pretesa che vengano accettate. Esse possono essere, o non essere, corrette, vere e utili. Sta a voi accertarne la verità con la retta pratica e l'esercizio dell'intuizione. Né a me né ad A.A.B. interessa minimamente che vengano accolte come ispirate, né che tutti ne parlino concitatamente come di scritti di uno dei Maestri. Se esse presentano la Verità in modo tale da costituire una continuazione degli insegnamenti già dati al mondo; se le informazioni impartite elevano l'aspirazione e la volontà di servire dal piano delle emozioni a quello della mente (il piano ove i Maestri possono essere trovati), allora avranno servito al loro scopo.

Se un insegnamento suscita una risposta della mente illuminata e fa brillare un lampo d'intuizione, può essere accettato, ma non altrimenti. Se quanto vi si afferma finirà per essere corroborato, e apparire vero alla luce della Legge di Corrispondenza, sarà bene. Ma se ciò non avverrà, lo studioso non accetti quanto vi si dice.

## INDICE

CAPITOLO I. PENSIERI INTRODUTTIVI . . . . .	Pag. 3
La crisi attuale. Educazione della mente in Oriente e in Occidente. Due gruppi di pensatori: scienziati e mistici. Loro sintesi.	
CAPITOLO II. SCOPO DELL'EDUCAZIONE . . . . .	21
Il problema educativo. Educazione collettiva e sviluppo individuale. Il compito educativo. L'emergere del vero uomo. Il possesso di un principio intuitivo.	
CAPITOLO III. NATURA DELL'ANIMA . . . . .	49
Che cos'è l'anima? La natura del meccanismo umano. Suo rapporto con l'“Essere profondo”.	
CAPITOLO IV. OBIETTIVI DELLA MEDITAZIONE . . . . .	65
Confronto tra meditazione e preghiera. La mente umana come facoltà. Suo uso in rapporto all'intuizione. Istinto, intelletto, intuizione e illuminazione,	
CAPITOLO V. STADI DELLA MEDITAZIONE . . . . .	91
Adattamenti mentali ed emotivi. I cinque stadi dall'intelletto all'intuizione: Concentrazione, Meditazione, Contemplazione, Illuminazione e Ispirazione. Uso dei simboli e delle immagini.	
CAPITOLO VI. STADI DELLA MEDITAZIONE (continuazione). . . . .	119
Sviluppo della percezione cosciente. Consapevolezza passiva ed attiva. Le due attività della mente. I sensi e la realtà.	
CAPITOLO VII. INTUIZIONE E ILLUMINAZIONE . . . . .	147
L'intelletto illuminato, la percezione e la vita ispirata. Consapevolezza mentale dell'“Essere profondo”. Definizione dell'intuizione. Coordinazione fra Anima, mente e cervello. Realizzazione del quinto regno della natura.	
CAPITOLO VIII. UNIVERSALITÀ DELLA MEDITAZIONE . . . . .	177
Testimonianze attraverso i millenni. Mistici e Conoscitori. Unione (at-one-ment) con l'“Essere profondo”. Uniformità di tecnica. I metodi Tibetano, Cinese, Indù, Sufi e Cristiano.	
CAPITOLO IX. LA PRATICA DELLA MEDITAZIONE . . . . .	199
La civiltà occidentale e la meditazione. I sensi, le ghiandole, il cervello e la mente. Alcune regole pratiche per la meditazione. Alcuni schemi di meditazione.	
CAPITOLO X. NECESSITÀ DI PRUDENZA NELLA MEDITAZIONE . . . . .	237
Il mondo delle idee. I pericoli nella meditazione: illusione, sovraccitazione, registrazione erronea di fenomeni. Il mondo dell'illusione. Giusto dominio esercitato dall' “Essere profondo” tramite il contatto intuitivo.	
CONCLUSIONE . . . . .	265
INDICE ANALITICO . . . . .	269

**I numeri di pagina del testo inglese sono riportati al margine sinistro del testo italiano.**

## CAPITOLO PRIMO

### PENSIERI INTRODUTTIVI

“Il metodo scientifico - a parte da un punto di vista strettamente agnostico e pragmatico - è quindi di per se stesso incompleto ed insufficiente: per poter prendere contatto con la realtà, esso richiede il complemento della metafisica”.

JOSEPH MARECHAL, S.J.

3 L'attuale diffuso interesse per la Meditazione è indice di un'esigenza mondiale che va chiaramente compresa. Quando notiamo una generale tendenza verso una determinata direzione, che rimanga ferma e costante, dobbiamo arguire che ne emergerà ciò che occorre al progresso della razza umana. È vero, purtroppo, che la meditazione viene considerata, da coloro che si accontentano di definizioni superficiali, una “forma di preghiera”. È tuttavia possibile dimostrare che nella retta comprensione del processo meditativo, e nel suo retto adattamento ai bisogni della civiltà moderna si troverà la soluzione del presente problema educativo, nonché il modo di accertare l'esistenza dell'anima - cioè di quel “quid” vivente che chiamiamo “Anima”, in mancanza di un termine migliore.

4 Scopo di questo libro è la trattazione della natura e del vero significato della meditazione, e del suo uso su vasta scala in Occidente. Si accenna all'eventualità che essa possa prendere il posto degli attuali sistemi, basati sull'esercizio mnemonico, e dimostrarsi in tal modo un fattore potente nel metodo educativo moderno. È un soggetto che da migliaia d'anni assorbe l'attenzione di pensatori sia orientali che occidentali, e quest'interesse comune è già di per sé un fatto importante. I prossimi sviluppi che porteranno il genere umano più avanti sul sentiero della sua coscienza in espansione dovranno certamente essere orientati verso la *sintesi*. Lo sviluppo della conoscenza umana dovrà attuarsi mediante la fusione delle tecniche adottate in Oriente e in Occidente per l'educazione mentale. Tale fusione è già in atto e pensatori dei due emisferi si stanno rendendo conto che essa condurrà a realizzazioni d'estrema importanza. Edward Carpenter dice a tale proposito:

“Sembra che ci avviciniamo ad un'epoca in cui, con l'estendersi della nostra conoscenza a tutto il globo, si formerà naturalmente ed inevitabilmente una grande sintesi di tutto il pensiero umano... Da questo incontro di vari elementi sta già emergendo, in una forma ancor vaga e incerta, una filosofia che è certamente destinata a dominare il pensiero umano per un lungo periodo di tempo”<sup>1</sup>.

In ciò stanno la gloria e la speranza del genere umano ed il grande trionfo della scienza. Gli uomini della terra sono ormai un popolo solo. L'eredità d'ogni razza è accessibile a tutte le altre; il meglio del pensiero di tutti i secoli è a disposizione di tutti; le antiche tecniche ed i metodi moderni devono incontrarsi e fondersi. Ognuno dovrà modificare la sua espressione esteriore, ognuno dovrà compiere uno sforzo per comprendere lo spirito sottostante che ha prodotto una fraseologia ed un tipo d'immagini particolari. Fatte queste concessioni, emergerà una struttura di verità che incarna lo spirito della Nuova Era. Alcuni pensatori moderni stanno rendendosene conto, ed Harry. A. Overstreet, ad esempio, scrive:

5 “Si suppone che la filosofia orientale abbia avuto poca presa sul pensiero occidentale, soprattutto a causa del suo metodo. Si ha però ragione di ritenere che l'influenza del pensiero occidentale su quello orientale, specialmente per ciò che riguarda la tenacia e la persistenza nello sperimentare, farà sì che in Oriente

---

<sup>1</sup> Carpenter, Edward: *L'arte della creazione*.

venga adottato un nuovo metodo filosofico; la profonda spiritualità del pensiero orientale verrà così espressa in forme più accessibili alla mentalità occidentale”<sup>2</sup>.

Fino ad ora le due scuole avevano mantenuto un certo antagonismo, eppure la ricerca della verità era una sola; l’interesse per ciò che è, e ciò che può essere, non è limitato ad una sola di esse e i fattori con i quali hanno dovuto operare sono stati gli stessi. Sebbene la mente del pensatore orientale ricorra di preferenza all’immaginazione creativa, mentre quella dell’operatore occidentale tende a conclusioni scientifiche creative, tuttavia il mondo nel quale ambedue penetrano è lo stesso; lo strumento di pensiero che usano, dagli occidentali è definito “*mente*” e dagli orientali “*sostanza mentale*” (*chitta*); gli uni e gli altri si servono del linguaggio simbolico per esprimere le loro conclusioni e tutti pervengono ad un punto in cui le parole si rivelano incapaci di esprimere le possibilità intuitive. C. G. Jung, uno di coloro che cercano di conciliare questi elementi finora discordanti, accenna a ciò nel seguente brano tolto da un suo Commentario ad un antico scritto cinese:

6

“La coscienza occidentale non è affatto la coscienza in generale; è piuttosto un fattore condizionato storicamente e limitato geograficamente, che rappresenta solo una parte dell’umanità. L’espansione della nostra coscienza non dovrebbe procedere a spese di altri tipi di coscienza, ma mediante lo sviluppo di quegli elementi della nostra psiche, che sono analoghi a quelli d’una psiche straniera, allo stesso modo in cui l’Oriente non può fare a meno della nostra tecnica, della nostra scienza e della nostra industria. L’invasione dell’Oriente, da parte dell’Europa, fu un atto di violenza compiuto su grande scala e ci ha lasciato il dovere - *noblesse oblige* - di comprendere la mentalità orientale. Ciò è forse più necessario di quanto oggi non sembri”<sup>3</sup>.

W.E. Hocking di Harvard esprime lo stesso concetto in questi termini:

“C’è motivo di sperare in un miglioramento fisico del genere umano, attuato con l’aiuto di una sana igiene mentale. Tramontata l’era dei ciarlatani, ed in una certa misura con il loro aiuto, si delinea la possibilità di ampliare costantemente l’auto-controllo a mano a mano che il senso spirituale di discipline come lo Yoga si assocerà agli elementi moderati della psicologia occidentale e ad un sano sistema etico. Nessuno di tali fattori ha valore se dissociato dagli altri”<sup>4</sup>.

7

Coloro che hanno studiato entrambe le scuole ci dicono che il linguaggio mistico immaginoso dell’Oriente (come anche quello dei nostri mistici occidentali) non è che un velo, dietro al quale hanno sempre potuto penetrare coloro che sono dotati di percezione intuitiva. La scienza dell’Occidente, che dà maggiore importanza alla natura della forma, ci ha pure condotti nel regno dell’intuizione, e sembrerebbe davvero che i due metodi possano fondersi e, scartando tutto ciò che non è essenziale. Si elaborerà così un nuovo metodo, fondato su antiche e dimostrate verità, per accostarsi al mistero centrale dell’uomo. C. G. Jung riprende quest’argomento nei seguenti termini:

“La scienza è il miglior strumento della mente occidentale e per suo mezzo si possono aprire più porte che non con le sole mani. Essa è ormai parte integrante della nostra comprensione, e annebbia la nostra visione interiore solo quando pretende di essere l’unico e il solo mezzo di intendere. Ma l’Oriente ci ha insegnato un’altra comprensione, più vasta, più profonda, più elevata: quella ottenuta tramite la vita. Conosciamo tale mezzo solo in modo vago, come un semplice sentimento nebuloso, colto qua e là dalla terminologia religiosa e perciò preferiamo citare la “saggezza” orientale tra virgolette, relegandola nell’oscura zona della fede e della superstizione. In tal modo il “realismo” orientale è completamente frainteso. Esso non consiste d’intuizioni sentimentali ed esageratamente

---

<sup>2</sup> Overstreet, Harry. A.: *L’eterna ricerca*.

<sup>3</sup> R. Wilhelm e C. G. Jung: *Il segreto del Fiore d’oro*.

<sup>4</sup> W. E. Hocking: *Il Sé, il suo corpo e la sua Liberazione*.

mistiche al punto da confinare con il patologico e provenienti da asceti, eremiti e maniaci; la saggezza dell'Oriente si basa invece su una conoscenza pratica... e non abbiamo la minima giustificazione per sottovalutarla"<sup>5</sup>.

8 Il nocciolo della questione sta nel come si educa la mente. La mente umana è evidentemente uno strumento che possiamo usare in due direzioni. Una è verso l'esterno. Funzionando in tal senso, la mente registra i nostri contatti con i mondi fisico e mentale in cui viviamo, e riconosce condizioni emotive e sensoriali, memorizza e pone in correlazione le nostre sensazioni, le nostre reazioni e tutto ciò che ad essa giunge tramite i cinque sensi ed il cervello. Questo campo di conoscenza è stato largamente esplorato, e la psicologia si è di molto inoltrata nella comprensione dei processi mentali. "Il pensare", dice C. G. Jung, "è una delle quattro funzioni psicologiche fondamentali. E quella funzione psicologica che, in armonia con le proprie leggi, traduce le presentazioni date in rapporti concettuali. È un'attività di appercezione sia attiva che passiva. Il pensare attivo è un atto della volontà; quello passivo è un fatto accidentale"<sup>6</sup>.

Come vedremo in seguito, nella meditazione è implicato proprio l'apparato pensante, il quale deve essere esercitato ad aggiungere a questa prima funzione della mente la capacità di volgersi in un'altra direzione e di registrare con altrettanta facilità il mondo interiore, o intangibile. Tale capacità di riorientarsi consentirà alla mente di registrare il mondo delle realtà soggettive, della percezione intuitiva e delle idee astratte. Questo è l'alto retaggio del mistico, ma non sembra essere ancora alla portata dell'uomo di media evoluzione.

Il problema che si pone oggi alla famiglia umana, tanto nel campo della scienza che in quello della religione, risulta dal fatto che i seguaci dell'una o dell'altra tendenza si trovano dinanzi alle porte di un mondo metafisico. Un ciclo di sviluppo si è concluso. L'uomo, quale entità pensante e senziente, sembra aver raggiunto un certo grado di comprensione dello strumento con cui deve operare. Egli si chiede quale uso debba farne. Dove lo condurrà la mente, che a poco a poco impara a padroneggiare?

9 Che cosa riserva all'uomo l'avvenire? Qualche cosa, lo sentiamo, di più bello e di più certo di quanto non sia stato fin qui conosciuto. Forse sarà un generale raggiungimento di quella conoscenza posseduta dal mistico individuale. Le nostre orecchie sono assordate dal frastuono della civiltà moderna, eppure a volte afferriamo quegli ipertoni che sono la testimonianza di un mondo non materiale. I nostri occhi sono accecati dalla nebbia e dal fumo delle nostre immediate vicinanze, eppure di quando in quando lampeggia una chiara visione che ci rivela uno stato d'essere più sottile e, diradando la nebbia, fa apparire "quella gloria che non fu mai in terra o in mare". C. A. Bennet di Yale esprime queste idee con parole bellissime. Dice:

"Una benda cade dagli occhi ed il mondo appare in una luce nuova. Le cose non sono più quelle di prima. Si ha la certezza che *questo* sia il mondo reale, il cui vero carattere è stato fino ad ora nascosto dalla cecità umana.

"Dapprima l'esperienza è seducente, allettante. C'è il vago indizio di un mondo nuovo, e lo spirito è ansioso di percorrere oceani sconosciuti. Il mondo consueto va lasciato indietro. La grande avventura della religione ha inizio...

10 "Da qualche parte deve pur esservi un punto di certezza. Un universo in espansione può provvedere un futuro sconfinato; ma chi dichiara che l'universo è tale afferma un fatto inalterabile circa la sua struttura, il quale è l'eterna garanzia della possibilità e della validità dello sperimentare...

"L'uomo è un ponte. E lo è anche il superuomo, dal momento in cui comprendiamo che egli è soltanto il simbolo di uno strenuo ideale. La nostra unica certezza è che le porte dell'avvenire sono sempre aperte"<sup>7</sup>.

---

<sup>5</sup> Wilhelm Richard e C. G. Jung: op. cit.

<sup>6</sup> Dibblee, George Binney, *Istinto ed Intuizione* pag. 85

<sup>7</sup> Bennett, Charles A.: *Studio filosofico del Misticismo*.



Forse, il problema consiste in questo: le porte dell'avvenire sembrano aprirsi su un mondo immateriale, su un regno intangibile, metafisico, soprasensibile. Abbiamo quasi esaurito le risorse del mondo materiale, ma non abbiamo ancora imparato a funzionare in un mondo che non sia tale. A volte ne neghiamo addirittura l'esistenza. Siamo posti di fronte all'inevitabile esperienza denominata morte, e non facciamo alcun tentativo razionale per accertare se vi sia veramente una vita di là da essa. L'evoluzione ha prodotto una razza umana meravigliosa, dotata di un sensibile apparato di risposta e di una mente razziocinante. Possediamo i rudimenti di un senso chiamato intuizione e, così dotati, ci troviamo dinanzi alle porte del futuro e ci chiediamo: "A quale scopo è destinato questo complesso meccanismo, cui diamo il nome di essere umano?". Abbiamo davvero raggiunto il nostro pieno sviluppo? Esistono sfumature nel significato della vita finora sfuggite alla nostra osservazione, appunto perché abbiamo poteri e capacità latenti, non ancora realizzati? Non siamo forse ciechi a tutto un vasto mondo di vita e di bellezza, dotato di leggi e fenomeni propri? I mistici, i veggenti, i pensatori di tutte le epoche, nei due emisferi, hanno sempre sostenuto che un tal mondo esiste.

11

Provvisto di quell'apparato che possiamo dire personalità, l'uomo si trova, con un passato dietro le spalle, in un presente caotico e dinanzi ad un avvenire per lui impene-trabile. Rimanere fermo gli è impossibile. Deve necessariamente procedere, e le varie organizzazioni educative, scientifiche, filosofiche, religiose, fanno quanto possono per indicargli la direzione da seguire e per presentargli una soluzione del suo problema.

Ciò che è statico e cristallizzato finisce per andare in pezzi; dove c'è arresto di crescita intervengono anomalie e regresso. Qualcuno ha detto che il pericolo da evitare è quello della "disintegrazione della personalità". Se l'umanità non è potenziale, se l'uomo ha raggiunto il suo zenit e non può andare oltre, allora dovrebbe riconoscere questo fatto e declinare nel modo più facile e in bellezza. È incoraggiante notare come già nel 1850, si cominciasse a distinguere vagamente l'ingresso della Nuova Era, e come fin da allora i pensatori si preoccupassero che l'uomo non mancasse d'imparare la sua lezione e progredisse. Si noti come le seguenti parole di Carlyle siano appropriate al periodo che stiamo attraversando.

12

"Nei giorni in cui viviamo, perfino gli stolti si chiedono quale possa essere il significato di quanto accade; poche generazioni umane hanno visto tempi più impressionanti. Continue calamità, cataclismi, sfacelo, confusione indicibile... Una piccola speranza non ci può bastare, poiché la rovina è chiaramente... universale. Se il mondo deve continuare ad esistere, va assolutamente rinnovato. Che gli esseri umani in Europa possano mai ritornare al vecchio e misero ordinamento ed in esso procedere con qualche fermezza e continuità, non è ormai più da sperare. Questi tempi di morte universale devono essere giorni d'universale rinascita perché la rovina non sia totale e definitiva. È tempo di far sì che anche il più ottuso fra gli uomini sia portato a domandarsi *donde venga e dove vada*"<sup>8</sup>.

Se consideriamo i settant'anni trascorsi dal momento in cui Carlyle scrisse quanto sopra, dobbiamo riconoscere che l'umanità non ha mancato di progredire. L'era dell'elettricità è stata inaugurata, e le meraviglie dei conseguimenti scientifici moderni sono note a tutti. In questo periodo di nuova crisi, si può quindi procedere con ottimismo e coraggio, poiché le porte della Nuova Era si delineano oggi molto più chiaramente. È forse anche vero che solo ora l'uomo stia raggiungendo la maggiore età e sia in procinto di entrare in possesso del proprio retaggio, scoprendo in sé poteri e capacità, facoltà e tendenze che sono garanzia di una natura umana vitale e produttiva e di esistenza eterna. Sta per concludersi lo stadio in cui si dava importanza massima al meccanismo, all'insieme delle cellule costituenti il corpo ed il cervello, con le loro reazioni automatiche al piacere, al dolore ed al pensiero. Della macchina Uomo sappiamo molto. Abbiamo un grande debito di riconoscenza verso gli psicologi della scuola meccanicistica, con le loro scoperte riguardanti l'apparato per mezzo del quale l'essere umano en-

13

---

<sup>8</sup> Jacks, L. P., *Perplexità religiose* pag. 46.

tra in contatto col suo ambiente. Ma esistono, tra noi, *uomini* che non sono soltanto macchine. Abbiamo il diritto di misurare i limiti delle nostre capacità e la nostra grandezza potenziale in base ai conseguimenti dei migliori fra noi; tali uomini non sono prodotti dal capriccio divino o da un cieco impulso evolutivo, sono invece la garanzia del compimento finale dell'umanità nel suo complesso.

Irving Babbitt osserva che nella natura dell'uomo vi è qualcosa "che lo distingue, semplicemente come uomo, dagli altri animali, e ciò è stato definito da Cicerone "un senso d'ordine, di decoro, di misura, negli atti e nelle parole"<sup>9</sup>. Babbitt soggiunge (e questo è il punto da notare) che "il mondo sarebbe migliore di quanto non sia, se un numero maggiore di uomini si fossero assicurati di essere veramente umani, prima di atteggiarsi a superuomini"<sup>10</sup>. Vi è, forse, uno stadio intermedio in cui funzioniamo come uomini, osservando i rapporti umani, sbrigando i compiti che ci spettano e adempiendo in tal modo il nostro destino attuale. C'è da domandarsi se persino tale stadio sia tuttora generalmente in atto, se pensiamo che ancora oggi vi sono al mondo milioni di analfabeti!

14

Ma, contemporaneamente a questo tendere verso la pura e semplice umanità e a questo divergere dal livellamento uniforme dell'unità umana, emerge un gruppo di uomini cui viene dato il nome di mistici. Essi testimoniano di un altro mondo di esperienze e di contatti. Testimoniano di realizzazioni personali, di manifestazioni fenomeniche e di stati d'animo, di cui l'uomo comune non sa nulla. Come dice C. A. Bennett: "I mistici stessi hanno descritto il loro raggiungimento come penetrazione del significato dell'universo e come comprensione dell'unità del tutto. Essi hanno trovato la chiave"<sup>11</sup>. Sono apparsi attraverso i secoli ed hanno proclamato unanimi: vi è un altro regno della natura. Esso ha leggi, relazioni e fenomeni propri. È il regno dello spirito. L'abbiamo scoperto, ed anche voi potete accertarne la natura. Questi testimoni si dividono in due gruppi: i ricercatori puramente mistici ed emotivi, che pervengono alla visione e sono rapiti in estasi dinanzi alla bellezza che hanno percepito, ed i conoscitori, i quali raggiungono al rapimento emotivo un conseguimento intellettuale (un orientamento della mente) che consente loro qualcosa di più che intuire e gioire. Comprendono, sanno, e si identificano con quel nuovo mondo dell'essere verso cui il mistico puro si protende. La linea di demarcazione fra i conoscitori delle cose divine e coloro che percepiscono la visione è assai sottile.

Vi è però una zona di terreno neutro, fra i due gruppi, dove ha luogo una grande transizione. Vi è un interludio nell'esperienza e nello sviluppo, che trasforma il mistico visionario in conoscitore pratico. Esiste un procedimento tecnico, al quale il mistico può sottoporsi per raggiungere la coordinazione e sviluppare in sé un nuovo e sottile apparato che gli permetterà non soltanto di *vedere* la realtà divina, ma di essere quella realtà stessa. È, proprio con questo processo di transizione, con questa educazione del mistico, che la meditazione ha a che fare. È ciò di cui tratteremo in questo libro.

15

Permettere all'uomo di entrare in possesso della sua eredità in quanto essere umano, è la funzione degli educatori e degli psicologi. Sono essi che debbono guidarlo fino alle soglie del mondo mistico. Per quanto possa sembrare paradossale, il compito di condurlo al suo retaggio spirituale spetta invece alla religione e alla scienza. M. Pupin dice: "La scienza e la religione si sorreggono a vicenda: sono i due pilastri del portale attraverso cui l'anima umana penetra nel mondo in cui dimora la divinità"<sup>12</sup>.

Diamo al vocabolo "spirituale" un significato ampio. Non parlo qui di verità religiose; le varie formulazioni che ci provengono da teologi ed ecclesiastici appartenenti alle grandi organizzazioni religiose, sia orientali che occidentali, possono essere vere, o no. Usiamo la parola "spirituale" per intendere quel mondo di luce e di bellezza, di ordine e di proposito, del quale parlano le sacre Scritture, quel mondo che è oggetto di attenta ri-

<sup>9</sup> Babbitt, Irving: *Umanesimo: Un saggio per definirlo*.

<sup>10</sup> Ibidem.

<sup>11</sup> Bennett, Charles A.: op. cit. pag. 81.

<sup>12</sup> Pupin, Michael: *La Nuova Riforma* pag. 217.

- 16 cerca da parte degli scienziati e in cui sono sempre penetrati i pionieri della famiglia umana, per tornare poi a narrarci le loro esperienze. Consideriamo spirituali tutte le manifestazioni della vita, ed estendiamo così il significato usuale di questa parola, in modo che includa le energie e le potenze che sono alla base di ogni forma della natura e conferiscono loro le qualità e le caratteristiche essenziali. Per migliaia di anni, dovunque, i mistici e i conoscitori hanno testimoniato esperienze in mondi più sottili, dove sono entrati in contatto con forze e con fenomeni non appartenenti al mondo fisico. Riferiscono incontri con esseri angelici; parlano della grande nube di testimoni; comunicano con i fratelli maggiori del genere umano, i quali operano in altre dimensioni, dimostrando poteri di cui i comuni mortali non sanno nulla; parlano di luce e di gloria; di conoscenza diretta della verità e di un mondo di fenomeni che è lo stesso per i mistici di ogni tipo. Pur ammettendo che molte testimonianze siano da scartare come frutto di allucinazione, che molti degli antichi santi siano stati dei nevrotici e psicopatici, resta pur sempre un largo numero di testimonianze, e di testimoni degni di fiducia che le affermano, e della cui veridicità non abbiamo ragione di dubitare. Questi testimoni del mondo invisibile si sono espressi con parole potenti, hanno recato messaggi tali da plasmare i pensieri degli uomini e dirigere la vita di milioni di essi. Hanno proclamato l'esistenza di una conoscenza spirituale scientifica e di una tecnica di sviluppo, per cui gli uomini possono pervenire all'esperienza mistica e conoscere Dio.
- 17 In questo libro ci occuperemo di tale scienza, e cercheremo di sviluppare questa tecnica. Essa tratta del giusto uso della mente per mezzo della quale il mondo dell'anima si rivela e viene trovata ed aperta la porta segreta che conduce dalle tenebre alla luce, dalla morte all'immortalità, dall'irreale al Reale.
- La soluzione ultima del nostro problema mondiale sta nella conquista di questa conoscenza, che non è prerogativa particolare né dell'Oriente né dell'Occidente, ma è nota ad entrambi. Da un'amichevole intesa fra Oriente ed Occidente, e dalla fusione del loro più scelto patrimonio di pensiero, scaturirà un insegnamento sintetico ed equilibrato, che libererà le generazioni future. Tutto ciò deve avere inizio nel campo educativo e nell'ambito giovanile.
- In Occidente, la coscienza è stata focalizzata sugli aspetti materiali della vita e tutto il potere mentale è stato concentrato sul dominio e sull'utilizzazione dei beni materiali, sull'acquisizione di comodità fisiche, sull'accumulo di ricchezze terrene. In Oriente, dove le realtà spirituali sono state conservate in modo più uniforme, il potere mentale è stato invece usato per la concentrazione e la meditazione, per profondi studi filosofici e metafisici, ma le masse, incapaci di tali attività, sono state abbandonate, dal punto di vista della vita fisica, in condizioni terribilmente penose. Dalla fusione dei risultati raggiunti dalle due civiltà (che progredisce ora con rapidità sempre crescente), deriverà un equilibrio per cui la famiglia umana nel suo insieme potrà dimostrare l'intera sua potenza. Tanto l'Oriente quanto l'Occidente stanno imparando ad attingere l'uno dall'altro con reciproco vantaggio, e il lavoro in questo campo è una delle fondamentali necessità del ciclo attuale.
- 18

## CAPITOLO SECONDO

### LO SCOPO DELL'EDUCAZIONE

“...l'educazione sta subendo importanti trasformazioni. Da processo relativamente esteriore di impartizione di fatti diviene sempre più un processo di evocazione delle più profonde possibilità generative insite nell'individuo”.

H. A. OVERSTREET

**21** Uno tra i vari fattori che hanno contribuito a condurre l'umanità al suo attuale punto d'evoluzione è rappresentato dallo sviluppo e dal perfezionamento dei diversi metodi e sistemi educativi. Dapprima furono monopolio delle religioni organizzate, ma attualmente sono sfuggiti al dominio delle organizzazioni ecclesiastiche e sono passati nelle mani dello stato. L'educazione di un tempo era fortemente tinta di teologia, ed i suoi metodi venivano imposti dai religiosi e dai preti. Ora, il vasto corpo insegnante è educato dallo stato; date le numerose religioni esistenti, ogni tendenza religiosa viene lasciata da parte e l'insegnamento è quasi esclusivamente materialistico e scientifico. Nel passato, tanto in Oriente che in Occidente, l'istruzione veniva impartita soltanto ai membri più evoluti della famiglia umana. Oggi si ha invece l'istruzione di massa. Se vogliamo farci un concetto di quella che sarà la futura e, secondo noi, più elevata educazione, occorre tener presenti i due fatti cui abbiamo accennato, perché la via d'uscita si troverà in una sintesi di questi due metodi: educazione individuale ed educazione di massa religiosa e scientifica.

**22** Come ogni altra cosa, in quest'epoca di transizione, i nostri sistemi educativi sono in uno stato fluido e mutevole. È generalmente diffusa la sensazione che molto si è già fatto per elevare il livello della mente umana, ma al tempo stesso vi è un profondo scontento circa i risultati ottenuti. Ci si domanda se i nostri sistemi educativi siano *veramente* benefici in ogni senso. Apprezziamo gli immensi progressi che sono stati compiuti durante gli ultimi duecento anni, eppure ci chiediamo se, in definitiva, stiamo ottenendo dalla vita tutto ciò che un adeguato sistema educativo renderebbe possibile. Siamo soddisfatti e compiaciuti dell'aumento della nostra conoscenza, del cumulo delle nostre cognizioni, del nostro controllo delle forze di natura, eppure ci riuniamo per discutere sul fatto se possediamo, o no, una vera cultura. Insegniamo ai giovani ad imparare a memoria una quantità enorme di fatti, ad assimilare un numero infinito di particolari molto diversi tra loro, eppure talora ci chiediamo se insegniamo loro a vivere meglio. Si spendono miliardi per costruire ed attrezzare università e istituti d'istruzione, ma gli educatori più lungimiranti sono ben poco convinti che quest'educazione organizzata sia realmente quella che occorre al cittadino medio. Nel caso del bambino eccezionale e dell'adulto particolarmente dotato, essa si rivela senz'altro inadatta. Il modo di istruire la gioventù si trova oggi senza dubbio sotto giudizio. Soltanto il futuro potrà stabilire se non si debba trovare qualche modo per cui l'istruzione individuale possa procedere di pari passo con la civilizzazione delle masse, ottenuta con i processi educativi.

**23** In quest'epoca di raggiungimenti scientifici e di sintesi di pensiero in ogni settore dello scibile umano, uno dei nostri educatori, Rufus M. Jones, dice:

“Ma, ahimé, nessuno di tali raggiungimenti fa di noi degli uomini migliori. Non vi è nessuna proporzione tra i depositi in banca e la bontà di cuore. La conoscenza non equivale affatto alla saggezza e alla nobiltà d'animo... Il mondo non ha mai visto un così grande esercito d'educatori all'opera con la gioventù dei vari paesi, ne mai prima nella storia si è speso tanto denaro per l'istruzione, sia inferiore che superiore. L'effetto complessivo, tuttavia produce la spiacevole sensazione che il bersaglio sia stato mancato. I nostri istituti di istruzione pub-

blica producono alcuni buoni allievi ed impartiscono ad un gran numero d'individui una massa di fatti scientifici. C'è, tuttavia, un pietoso insuccesso nella meta principale dell'educazione, che è, o dovrebbe essere, la formazione del carattere, lo sviluppo spirituale, la cultura dell'anima"<sup>13</sup>.

24 Fino al secolo diciottesimo, tanto la vecchia Madre Asia quanto l'Europa educavano e istruivano l'individuo. Un insegnamento intenso veniva impartito alle cosiddette classi superiori ed a chi dimostrava un'attitudine spiccata per la cultura spirituale. Il sistema bramino in Oriente e i monasteri d'Occidente riservavano un'educazione di natura specializzata a coloro che potevano trarne profitto, producendo in tal modo uomini eccezionali che impressero sul pensiero umano il loro marchio, ancor oggi discernibile. Il mondo occidentale ha sostituito a tale insegnamento l'educazione di massa. Per la prima volta, si insegna contemporaneamente a migliaia di uomini a usare la propria mente ed essi cominciano ad affermare le loro individualità e a formulare le proprie idee. La libertà del pensiero umano, la liberazione dal dominio delle teologie (religiose o scientifiche), sono il grido di guerra del momento attuale, e molto è stato così acquisito. Le masse cominciano a pensare di testa propria. Ma è in larga misura un pensare di massa, e l'opinione pubblica del momento plasma oggi il pensiero, come un tempo facevano le teologie. L'uomo d'avanguardia ai nostri giorni incontra altrettanta difficoltà che nei tempi passati per farsi sentire nel mondo del pensiero e dell'attività.

Forse, col girare della gran ruota della vita, dovremo ritornare al vecchio metodo d'educazione specializzata, destinata ai singoli individui, il che non implicherà l'abbandono dell'educazione di massa. In questo modo potremo infine unificare i metodi orientali e del passato con quelli occidentali e del presente.

Prima di prendere in esame questi due metodi, cerchiamo di definire ciò che s'intende per educazione e stabilirne gli scopi, e quindi chiarire le idee circa l'obiettivo di tutto il nostro sforzo.

25 Non è certo una cosa facile. Dal punto di vista meno rilevante, si può dire che l'educazione consista nell'impartire ad un alunno, generalmente svogliato, una quantità di nozioni che non lo interessano affatto. Predomina una nota di freddezza e di aridità; si sente che tale presentazione concerne soprattutto la memoria, la somministrazione di quelli che si dicono i fatti, e il dare allo studente poche nozioni relative ad un gran numero di soggetti che non sono tra loro in relazione. Etimologicamente, però, "educare" significa "condurre fuori", o "trarre fuori", il che è assai importante. Il significato implicito è dunque di trarre alla luce ciò che nell'allievo vi è d'istintivo e di potenziale, allo scopo di condurlo da uno stato di coscienza ad un altro più ampio. In tal modo, ad esempio, portiamo i bambini, soltanto coscienti d'essere vivi, ad acquisire coscienza di sé; a divenire consapevoli di sé e dei loro rapporti di gruppo; ad imparare a sviluppare poteri e capacità, soprattutto per mezzo dell'insegnamento vocazionale, al fine di raggiungere l'indipendenza economica e divenire membri auto-sufficienti della società. Per avviare i ragazzi sulla via della conoscenza facciamo leva sul loro istinto di conservazione. Potremmo dire che cominciamo con l'utilizzare il loro apparato istintivo per condurli sulla via dell'intelletto? Forse è così, ma mi domando se, dopo averli condotti a quel punto, noi completiamo l'opera e insegniamo loro il vero significato dell'intelletto, quale mezzo per far scattare l'intuizione. Insegniamo loro ad utilizzare istinti ed intelletto, in quanto elementi dell'apparato di auto-preservazione, nel mondo esterno degli interessi umani, ma l'uso della ragione pura e il dominio finale della mente da parte dell'intuizione per ottenere la conservazione, e la continuità di coscienza nei mondi della soggettività e della realtà, sono per ora il privilegio di pochi uomini d'avanguardia.

26 Se la definizione che H.W. Carr dà dell'intuizione è giusta, bisogna dire che i nostri metodi educativi non tendono a svilupparla. Egli definisce l'intuizione "la comprensio-

---

<sup>13</sup> Jones, Rufus M.: *Necessità di un elemento Spirituale nell'educazione* World Unity Magazine, Ottobre 1928.

ne da parte della mente della realtà, direttamente quale essa è, e non sotto forma di una percezione o di un concetto, né come idea od oggetto della ragione, tutte cose che invece sono apprendimento intellettuale”<sup>14</sup>.

Noi riteniamo la scienza della mente o, come la chiamano gli Indù, delle modificazioni del principio pensante, una caratteristica prettamente umana, e releghiamo le reazioni istintive dell’uomo tra le qualità che ha in comune con gli animali. Non potrebbe darsi che la scienza dell’intuizione, l’arte della chiara visione sintetica, venga a trovarsi un giorno, in relazione all’intelletto, nelle stesse condizioni in cui quest’ultimo si trova rispetto alle facoltà istintive?

G. B. Dibblee di Oxford fa, sull’istinto e l’intuizione, le seguenti osservazioni, le quali cadono a proposito per sostenere la nostra tesi in favore di una tecnica educativa che porti allo sviluppo di una consapevolezza superiore:

“... sia l’istinto che l’intuizione hanno origine nelle zone extracoscienti dell’uomo, per parlare in termini di spazio, ed emergono inattesi alla luce della coscienza ordinaria... Gli impulsi dell’istinto ed i suggerimenti dell’intuizione si formano nella più assoluta segretezza. Allorché appaiono, sono necessariamente quasi completi, ed il loro ingresso nella coscienza è subitaneo”<sup>15</sup>.

27 Lo stesso autore aggiunge altrove che, in relazione all’istinto, l’intuizione occupa il lato opposto a quello della ragione. Abbiamo quindi una triplicità interessante: istinto, intelletto, intuizione - l’istinto, per così dire, è sotto la soglia della coscienza, l’intelletto è riconosciuto al primo posto fra le caratteristiche proprie all’essere umano, mentre l’intuizione è al di là di entrambi e fa sentire la sua presenza solo occasionalmente nelle illuminazioni e nelle comprensioni improvvise della verità, che sono il dono dei massimi pensatori.

Certo, il processo educativo deve servire a qualcosa di più che non a porre semplicemente l’individuo in grado di affrontare i fatti esteriori e il proprio ambiente particolare! L’umanità va guidata verso un avvenire e una comprensione più profonda e più vasti. Essa deve essere preparata in modo da sapersi destreggiare di fronte a qualunque evenienza, ricavandone i risultati migliori e più elevati. I poteri umani dovrebbero essere portati alla loro massima espressione costruttiva. Non bisogna creare alcun traguardo obbligato, raggiunto il quale l’individuo si senta compiaciuto, soddisfatto di sé e, quindi, statico. Gli esseri umani devono essere continuamente guidati da livelli inferiori di realizzazione a livelli superiori, e la facoltà di consapevolezza deve essere costantemente ampliata. Espansione e crescita sono la legge della vita, e mentre le masse umane devono essere elevate per mezzo di un sistema educativo diretto a recare il maggior bene al massimo numero di persone, occorre che l’individuo entri in possesso del suo pieno retaggio, e gli sia fornita un’educazione speciale che alimenti e rafforzi i migliori tra gli uomini, poiché nel loro conseguimento è racchiusa la promessa della Nuova Era. Gli scadenti e i ritardati devono anch’essi ricevere un’educazione particolare, in modo che possano pervenire al livello stabilito dagli educatori. Ma è ancor più importante che nessuno, dotato di speciali attitudini e capacità, debba esser costretto a conformarsi al livello *standard* dell’educazione di massa.

28 Proprio in ciò appare con evidenza la difficoltà di definire l’educazione, e sorge la domanda di quali siano la sua vera meta ed i suoi reali obiettivi. J.H. Randall, rendendosi conto di questo, scrisse in un suo articolo:

“Vorrei raccomandare di definire l’educazione come possibile esercizio di meditazione individuale. Che ciascuno si domandi che cosa intenda per “educazione”; se la sua riflessione sarà profonda, si accorgerà che per rispondere occorre penetrare fino al più intimo senso della vita stessa. Pensare seriamente al significato dell’educazione ci costringe ad affrontare i problemi fondamentali della vita, come mai prima abbiamo fatto... La meta dell’educazione è la conoscenza?

---

<sup>14</sup> Carr, H. Wildon: *Filosofia del mutamento*.

<sup>15</sup> Dibblee, George Binney: *Istinto ed Intuizione*.

Certamente sì, ma perché? Lo scopo è forse il potere? Ancora sì, ma a qual fine? Tende essa all'assestamento sociale? L'era moderna risponde decisamente di sì, ma di quale assestamento si tratta, e quali sono gli ideali che lo determinano? Che l'educazione miri non soltanto all'acquisizione di un qualsiasi tipo di conoscenza o di potere, bensì al giusto uso di questi, e cosa chiaramente riconosciuta dal pensiero educativo più progredito, sebbene non dall'opinione pubblica dei nostri giorni...

“La nuova educazione ha quindi, come suo grande scopo, la preparazione e lo sviluppo dell'individuo per fini sociali, cioè per un più vasto servizio a favore dell'uomo...”

29

“L'educazione viene comunemente classificata in tre categorie: primaria, media e superiore. A queste tre vorrei aggiungere una quarta: quella *massima*. La massima educazione è religione, ma è pur sempre educazione”<sup>16</sup>.

È interessante notare che le medesime idee sono state espresse come segue da Bhagavan Das al Primo Congresso Educativo Pan-Asiatico:

“I precetti della Religione, cioè della Scienza maggiore, ci mettono in grado... di assolvere tutti questi debiti e doveri. La Religione è stata descritta come il comandamento o la rivelazione di Dio. Ciò semplicemente corrisponde, in altri termini, alle leggi della Natura di Dio, quali ci sono rivelate dal travaglio intellettuale, intuitivo ed ispirato, dei veggenti e degli scienziati d'ogni religione e di ogni paese. Si è abbastanza parlato dei tre pilastri dell'istruzione, ma il quarto, la Religione vera, è più importante di tutti gli altri... Ma prima deve essere scoperta ed elaborata. Spetta ad ogni sincero educatore di contribuire a quest'opera, applicando il metodo scientifico di accertare le somiglianze esistenti in mezzo ai contrasti”<sup>17</sup>.

Sembra che tanto l'Oriente quanto l'Occidente giudichino che un sistema educativo che non riesca infine a guidare l'uomo fuori dal mondo degli interessi terreni, verso la più vasta coscienza delle cose dello spirito, abbia mancato la propria missione e non sia adeguato alle crescenti esigenze dell'anima umana. Un'educazione che si arresti al livello dell'intelletto ed ignori la facoltà di intuire la verità pur manifestata dalle menti migliori, è assai manchevole. Se lascia gli studenti con menti chiuse e statiche, li priva della dote necessaria a raggiungere quegli intangibili e sottilissimi “quattro quinti della vita” che, secondo A. E. Wiggam, stanno completamente al di fuori del campo educativo scientifico<sup>18</sup>. Occorre aprire la porta a coloro che possono oltrepassare l'insegnamento mentale accademico, rivolto al piano fisico della vita.

30

Il felice avvenire dell'umanità è legato al successo di quegli individui che hanno la possibilità di far cose maggiori, perché più spirituali. Questi membri della famiglia umana vanno scoperti e incoraggiati a proseguire ed a penetrare nel regno dell'intangibile. Si deve dar loro una cultura, una preparazione ed un'educazione che si adattino a ciò che in loro è di meglio e di più elevato. Tale educazione richiede la precisa percezione dello sviluppo e del livello individuale e la giusta valutazione di quale sia in ogni singolo caso il prossimo passo da compiere. Ciò esige, da parte dell'insegnante, penetrazione mentale, sensibilità e comprensione.

Gli educatori si rendono sempre più conto della necessità di elevare i processi educativi più avanzati, innalzando in tal modo gli allievi loro affidati dal campo della mente analitica e critica a quello della ragione pura e della percezione intuitiva. Bertrand Russel osserva che: “L'educazione non dovrebbe mirare alla passiva consapevolezza di fatti ormai defunti, bensì ad un'attività rivolta al mondo, che i nostri sforzi dovranno creare”. Ma va tenuto presente che la creazione presuppone un creatore vivo e operante, che agisca con intenzione e che utilizzi l'immaginazione creativa. È forse possibile dire

31

Randall, John Herman: *Educazione e Religione*.

Das Bhagavan: *L'unità del Pensiero Asiatico e di tutte le religioni* pag. 12.

Wiggam, Albert Edward: *Il nuovo decalogo, della Scienza*.

che sia questo l'effetto dei nostri sistemi educativi? La mente non viene invece uniformizzata e mantenuta ad un basso livello dal metodo d'educazione collettiva e dal sistema di stipare la memoria di fatti mal digeriti? Se Herbart ha ragione quando afferma che "lo scopo principale dell'educazione è la rivelazione etica dell'universo", allora è forse corretto anche Moran quando osserva che "una, e forse la maggiore, delle cause alla base della nostra era materialistica è la mancanza dell'elemento spirituale nella nostra educazione formale".

Alcuni fra noi sentono che esiste una meta anche più vasta della rivelazione etica, e che forse l'umanità sia la depositaria di una illuminazione e di una gloria che si riveleranno completamente solo quando le masse avranno raggiunto una certa misura di quello splendore che caratterizzò le Grandi Figure del passato. Non è dunque conforme al processo dell'evoluzione che la vera meta dell'educazione sia *di condurre l'umanità dal quarto regno, quello umano, al regno spirituale*, dove quei pionieri chiamati Mistici, e le Figure che hanno servito da esempio al genere umano vivono, muovono, ed hanno il loro essere? Così l'umanità verrà elevata, dal mondo materiale oggettivo, al regno dello spirito, dove si trovano i valori più veri, e dove si entra in contatto con quel Sé maggiore che i sé individuali esistono solo per rivelare. A questo accenna Keyserling quando dice:

32

"Noi riconosciamo i limiti della ragione umana; comprendiamo il significato dei nostri sforzi, siamo i padroni della natura. Possiamo osservare contemporaneamente sia il mondo interiore, che quello esteriore. Poiché ci è possibile determinare scientificamente quali siano le nostre reali intenzioni, non è più necessario continuare ad ingannarci da noi stessi... D'ora in poi, questa possibilità deve diventare *cosciente* motivo di vita. Finora non lo è stato. Eppure è proprio questo il punto più importante, poiché è il centro di coscienza che determina il punto di partenza dell'uomo. Qualunque sia il punto al quale l'uomo dà la massima importanza nel suo intimo, là quel centro effettivamente risiede; l'intero Essere dell'uomo viene riorganizzato in conformità... quindi, per una vita basata sul riconoscimento è necessaria un'educazione tendente alla sintesi della comprensione e dell'azione.

In Oriente, l'attività educativa è rivolta esclusivamente alla comprensione del Senso, che... rappresenta l'unica via che possa essere designata atta a condurre ad un'elevazione dell'Essere essenziale... *L'essenziale non è la cognizione ma la comprensione*, ed a quest'ultima si perviene soltanto per mezzo dell'applicazione creativa personale... Percepire il Senso è dare *ad una cosa un significato*; la dimensione del Significato sta nella direzione, volta dall'interno verso l'esterno. Quindi, la conoscenza (nel senso di cognizione) e la comprensione stanno effettivamente, l'una verso l'altra, nello stesso rapporto che la natura e lo Spirito. La cognizione è un processo che va dall'esterno all'interno; la comprensione è un processo creativo in direzione opposta. Stando così le cose, non vi è nessuna via che porti direttamente dall'una all'altra meta. Si può sapere tutto, ed al tempo stesso non comprendere nulla. È proprio questo il punto a cui l'attuale tipo di educazione, che tende ad ammassare cognizioni, ha condotto la maggioranza"<sup>19</sup>.

33

Questo libro vuole trattare del metodo mediante il quale può essere sviluppata la capacità di funzionare in un ordine di coscienza più ampio, riorganizzando così il proprio Essere verso orizzonti più estesi. Si occupa della tecnica di educazione specializzata e di autosviluppo cui può sottoporsi ogni individuo che sia in grado di desiderare questa meta. Se questo desiderio giunge ad assumere nella sua mente un aspetto chiaro e razionale, e a costituire un obiettivo perfettamente legittimo e raggiungibile, sarà prontamente afferrato. Se, poi, la società procurerà i mezzi e l'occasione per favorire tale avanzamento, molti imboccheranno lietamente la via. Il metodo consiste in una tecnica individuale, che permetterà allo studioso che abbia seguito i normali studi accade-

---

<sup>19</sup> Keyserling, Count Hermann: *Comprensione creativa* pag. 257, 216, 217.



mici ed abbia tratto profitto dalle esperienze della vita, di espandere la propria coscienza fino a trascendere gradualmente le sue attuali limitazioni, ed a riorientare la mente verso realizzazioni *più* vaste. Egli scoprirà che l'anima è la grande Realtà, sperimentando così direttamente le cose dello spirito.

34 E. D. Martin definisce l'educazione come la "rivalutazione spirituale della vita umana. Ha il compito di *riorientare* l'individuo, consentendogli una visione più ricca e più significativa delle sue esperienze, collocandolo al di sopra, e non all'interno, del sistema delle sue credenze e dei suoi ideali"<sup>20</sup>. Questa definizione dà necessariamente adito alla controversia, perché ognuno di noi vive in un ambiente diverso; ognuno di noi ha problemi e caratteristiche particolari basati sull'ereditarietà, le condizioni fisiche, e molti altri fattori. L'apprezzamento dei valori sarà quindi diverso per ogni individuo, per ogni generazione, per ogni paese, per ogni razza. Che l'educazione, come dice Herbert Spencer, debba prepararci al "vivere completo" può essere vero, ma lo scopo e le capacità d'ogni uomo differiscono. Il minimo ed il massimo del raggiungimento possono variare all'infinito, tanto più che un individuo ben dotato per funzionare in una sfera determinata, può dimostrarsi ridicolmente inadeguato in un'altra. Occorre dunque precisare il livello del "vivere completo", se vogliamo servirci di quella definizione. A tale scopo, dovremo accertare quale sia il vero tipo dell'uomo evoluto e perfetto, e come si presenti l'insieme della sua sfera di contatti. Non è possibile che abbiamo esaurito le possibilità dell'apparato di risposta dell'uomo, né dell'ambiente con il quale esso può metterlo in contatto. Quali sono i limiti entro i quali l'uomo può funzionare? Se esistono stati di consapevolezza che vanno da quello dell'uomo primitivo fino a quello degli intellettuali, dei geni, di coloro che si distinguono in ogni campo dell'espressione umana, in che cosa consiste la differenza tra gli uni e gli altri? Perché i loro campi di percezione sono così diversi? Sviluppo razziale, si dirà; stabilità o instabilità ghiandolaire; possesso o mancanza di sistemi educativi adeguati, differenze ambientali ed ereditarie, diranno altri.

35 Ma dal groviglio delle opinioni emerge il fatto basilare della grande molteplicità degli stati di consapevolezza umani, e ci si domanda con stupore come abbia potuto l'umanità produrre quei miracoli di comprensione, di purezza d'espressione e di portata mondiale, quali appaiono nel Cristo, nel Buddha, in Platone, ed in tanti altri i cui pensieri e le cui parole hanno impresso il loro segno sulle menti degli uomini per migliaia d'anni. Che cosa ha fatto di loro ciò che sono? Sono forse dei miracoli scaturiti dal cuore dell'Infinito, e quindi non uguagliabili? Oppure sono prodotti del processo evolutivo, e sono divenuti potenti mediante una vasta esperienza e lo sviluppo? Oppure, ancora, sono il fiore della razza umana, che sommarono alle doti ed all'educazione una cultura specializzata che consentì loro di penetrare in un mondo spirituale, chiuso alla maggioranza, e funzionare in una dimensione di cui anche i pensatori più progrediti nulla sanno? Gli attuali sistemi educativi hanno forse condotto l'umanità, nel suo insieme, nella situazione in cui molte migliaia di individui sono pronti per ricevere questa cultura specializzata, e stiamo quindi affrontando una crisi, nel campo educativo, radicata in un successo che, se ulteriormente sviluppato nella stessa direzione, diverrebbe un impedimento invece che un aiuto - appunto perché l'uomo è pronto per qualcosa di nuovo? Alcuni fra noi ritengono che ciò sia possibile, e che gli educatori dovrebbero cominciare a preparare gli uomini alla nuova e divina esperienza, ed a quel meraviglioso esperimento che li porrà dovunque in possesso di sé stessi - cosa che finora è stata l'eletta prerogativa dei mistici e dei conoscitori del genere umano. Questi ultimi hanno testimoniato di un mondo più vasto di quello che l'apparato nervoso ci rivela, e che viene investigato dai chimici, dai fisici, dai biologi e dagli antropologi. Hanno parlato senza  
36 incertezze di un campo di contatti e di consapevolezza nel quale i sensi ordinari non servono. Sostengono di aver vissuto e di essersi aggirati in quei regni più sottili, e la perseveranza dimostrata nella mistica ricerca della realtà, e la similarità delle testimo-

---

<sup>20</sup> Martin, Everett Dean: *Significato di un'educazione liberale* pag. VIII prefazione.

nianze di tutte le epoche, inducono a credere nella possibile esistenza di un mondo intangibile e di un apparato responsivo, che permetta di entrare in contatto con esso. Nelle file di questi mistici “illusi” e dei pensatori intuitivi sono a decine di migliaia le migliori menti umane. Ci dicono, con le parole di Walt Whitman: “Io ed i miei simili non convinciamo con gli argomenti, ma per la nostra stessa presenza”<sup>21</sup>.

L’educazione è anche stata definita come “un’avventurosa ricerca del significato della vita, che implica la capacità di profonda riflessione”. Non so chi ne sia l’autore, ma mi sembra un’ottima descrizione della via mistica e della tecnica meditativa per mezzo della quale il mistico diviene il conoscitore perfettamente cosciente. Per quanto difficile da spiegare, rimane il fatto che, di età in età, l’uomo ha continuato ad indagare, e questa ricerca lo conduce ben oltre le cose concrete esteriori del mondo in cui vive. H. A. Overstreet richiama la nostra attenzione su ciò, con le seguenti parole che rispecchiano il vero messaggio mistico:

37

“Per lo più, noi siamo creature che vedono “cose”. Vediamo ciò che i nostri occhi possono vedere e di solito non oltre. Sperimentare il mondo come un semplice insieme di cose significa senza dubbio non tener conto di ciò che veramente ha importanza. L’esperienza delle cose, è certamente utile, fin dove arriva. Ci permette di muoverci nel mondo e di manipolare con un certo successo gli elementi della vita... È tuttavia possibile “sentire” in modo diverso il proprio mondo, se si riesce a sviluppare un’altra abitudine mentale. Questo consiste, in breve, nell’abitudine di scorgere l’invisibile nella realtà visibile, di penetrare oltre le apparenze, di vedere attraverso le cose fino alle sorgenti da cui sono scaturite”<sup>22</sup>.

Gli uomini oggi sono forse pronti a penetrare sotto la superficie delle cose ed a spingere la loro indagine entro la forma esteriore della natura, verso ciò che ne è la causa. Siamo forse troppo propensi a confondere lo spirito religioso con l’indagine mistica. Ogni chiaro pensare sulla vita e sulle grandi leggi naturali, se proseguito con decisione e costanza, finisce per condurre nel mondo mistico, ciò di cui i maggiori scienziati del nostro tempo cominciano a rendersi conto. La religione parte dall’ipotesi accettata dell’invisibile e del mistico. Ma la scienza raggiunge lo stesso punto, operando dal visibile all’invisibile e dall’oggettivo al soggettivo. In tal modo, come abbiamo detto, mediante il processo d’indagine, e con il penetrare di forma in forma, il mistico finisce per giungere alla gloria della rivelazione del Sé. Sembra irrefutabilmente vero che tutti i sentieri conducono a Dio - considerando Dio come la meta ultima, il simbolo dell’umana ricerca della Realtà. Non è più ritenuto indizio di superstizione credere in una dimensione superiore e in un altro mondo dell’Essere. Perfino il vocabolo “soprannaturale” è diventato del tutto rispettabile, tanto da far pensare che un giorno i nostri sistemi educativi considereranno parte del tutto legittima delle loro mansioni il preparare l’individuo a trascendere le proprie limitazioni naturali. È interessante notare ciò che disse, a proposito del termine “soprannaturale”, C. Lloyd Morgan, nelle Conferenze di Gifford, tenute nel 1923:

38

“In un certo senso, si potrebbe logicamente affermare che nella gerarchia ascendente degli stadi di progresso, considerati quali manifestazioni del Proposito Divino, ogni stadio superiore è *sopra* - naturale rispetto a quello che lo precede. La vita è, cioè, soprannaturale in rapporto a ciò che è inorganico; la comprensione riflessiva è soprannaturale di fronte alla pura e semplice percezione istintiva; l’atteggiamento religioso, con riconoscimento del Proposito Divino, nelle questioni sociali è soprannaturale rispetto all’atteggiamento etico. Per coloro che raggiungono quest’elevatissimo stadio, così essi lo ritengono, l’attitudine reli-

---

<sup>21</sup> Whitman, Walt: *Foglie d’erba*.

<sup>22</sup> Overstreet, H. A. op. cit. pag. 114.

giosa costituisce l'esempio supremo del soprannaturale è distintiva dell'uomo spirituale"<sup>23</sup>.

L'autore aggiunge, con una frase molto felice ed appropriata al nostro argomento: "L'importante per noi è un nuovo atteggiamento, poiché è proprio questo che mi sembra stia affiorando. Potremmo di conseguenza parlare di una nuova "visione" e di un "nuovo cuore", capaci di una più alta e più ricca forma di gioia"<sup>24</sup>.

Hocking, nella sua notevole opera: *La natura umana e il suo rinnovamento* fa osservare che l'educazione ha due funzioni. Deve prima di tutto presentare il modello, e in seguito alimentare la crescita oltre quel modello. L'educazione serve a rendere l'uomo veramente umano; deve completarne e perfezionarne la natura, in modo da rivelare e rendere possibili quelle potenzialità più profonde verso le quali tutta l'umanità tende.

39

L'evocazione della volontà-di-conoscere e, più tardi, della volontà-di-essere, deve svolgersi secondo un processo naturale. A questo proposito, il metodo meditativo verrà riconosciuto come parte integrante della tecnica di educazione superiore che verrà impartita nella Nuova Era; verrà riconosciuto come il mezzo attraverso il quale l'essere umano evoluto potrà ulteriormente svilupparsi, ed essere condotto in un nuovo regno della natura. La meditazione è anzitutto un processo di autoeducazione, che fa appello a tutte le forze della volontà, basata sull'insieme delle qualità esistenti, ma che alla fine produce un nuovo tipo, il tipo animico, dotato di un proprio apparato interiore, e contenente il germe di uno sviluppo ancora più elevato.

Invece di essere imposto dall'esterno il nuovo processo educativo sgorga dall'interno e diventa quella disciplina mentale autoimposta, che noi definiamo con tre parole tanto mal comprese: concentrazione, meditazione, contemplazione. Da semplice processo d'educazione mnemonica e sviluppo della rapidità dell'apparato responsivo che ci pone in contatto col mondo esterno, la tecnica educativa si trasforma in un sistema per dominare la mente, che conduce alla consapevolezza interiore di un nuovo stato di essere. Infine si producono rapida reazione e responsabilità ad un mondo intangibile e invisibile, e ad una nuova serie di riconoscimenti istintivi, che hanno la loro sede in un apparato responsivo più sottile. Il tipo animico domina sul tipo umano, così come questo domina sull'animale, e come il tipo umano è il prodotto dell'educazione collettiva e dell'istinto, ed è stato immensamente sviluppato dai sistemi d'istruzione moderni, così il tipo animico è il prodotto di un nuovo metodo d'educazione mentale, imposto all'individuo dalla sua anima ed evocato dalla sollecitazione della ricerca e per atto della sua volontà. L'anima esiste sempre allo stato latente entro la forma umana, ma viene tratta in attività manifesta mediante la pratica della meditazione.

40

Questi due metodi, di perfezionare l'essere umano e di elevarlo ad un modello di massa, e di produrre l'emergere del nuovo tipo, animico, costituiscono la maggiore differenza tra il metodo educativo occidentale ed orientale.

Una comparazione tra questi due sistemi di sviluppo è molto istruttiva. In Oriente si coltiva con cura l'individuo, e le masse restano praticamente prive di qualsiasi educazione. In Occidente, vige l'educazione di massa, mentre l'individuo non fruisce, in genere, di una cultura specifica. Questi due grandi sistemi divergenti hanno prodotto ciascuno una civiltà, che esprime il proprio genio e le proprie manifestazioni, ma anche i propri evidenti difetti. Le premesse su cui i due sistemi si basano differiscono molto tra loro e vale la pena esaminarle, perché nella comprensione e nell'eventuale fusione dei due metodi può essere trovata la via d'uscita per la nuova razza della Nuova Era.

41

In primo luogo, nel sistema orientale si presuppone che entro ogni forma umana dimori un'entità, un essere chiamato sé, o anima. In secondo luogo, questo sé utilizza la forma dell'essere umano come suo strumento o mezzo d'espressione, e mediante l'insieme degli stati mentali ed emotivi alla fine si manifestano, avvalendosi del corpo fisico qua-

---

<sup>23</sup> Morgan, C. Lloyd: *Vita, Mente e Spirito* pag. X, prefazione.

<sup>24</sup> Morgan C. Lloyd, op. cit.

le meccanismo per funzionare su questo piano. Infine, il dominio di tali mezzi d'espressione è ottenuto per la Legge della Rinascita. Mediante il processo evolutivo (svolto attraverso molte vite vissute in un corpo fisico) il Sé si costruisce a poco a poco uno strumento idoneo a manifestarlo, ed apprende a dominarlo. In tal modo, il sé, o anima, diventa effettivamente creativo ed autocosciente nel senso più elevato, ed attivo nel suo ambiente, manifestando in modo perfetto la sua vera natura. Col tempo, esso ottiene completa liberazione dalla forma, dalla tirannia della natura di desiderio e dal dominio dell'intelletto. Questa emancipazione finale, col conseguente trasferirsi del centro di coscienza dal regno umano a quello spirituale, viene accelerata e sorretta da una speciale educazione detta processo meditativo, che è applicato alla mente già ampiamente e saggiamente coltivata.

42

Questo esercizio intenso individuale ha dato risultati spettacolosi. Il metodo orientale è infatti l'unico che abbia prodotto i Fondatori di tutte le religioni del mondo, poiché tutti sono di origine asiatica. Ad esso si devono le Scritture ispirate, che hanno parlato dell'avvento di tutti i Salvatori del mondo - il Buddha, Zoroastro, Shri Krishna, il Cristo, ed altri. Come effetto della sua tecnica particolare, l'Oriente ha dunque espresso tutti quei Grandi Individui che hanno fatto risuonare la nota della loro epoca, hanno impartito l'insegnamento necessario per lo sviluppo, nella mente degli uomini, dell'Idea-Dio, e pertanto guidato l'umanità sul sentiero della percezione spirituale. Il risultato exoterico delle loro esistenze è palese nelle grandi religioni organizzate.

Tuttavia, per educare gli individui altamente evoluti, le masse asiatiche sono state trascurate, e per conseguenza (dal punto di vista dello sviluppo della razza) il sistema orientale lascia molto a desiderare. Il difetto del sistema è lo sviluppo di tendenze visionarie e poco pratiche. Il mistico è spesso incapace di far fronte al proprio ambiente, e quando s'insiste unicamente sul lato soggettivo della vita il benessere fisico dell'individuo e della razza viene trascurato e negletto.

Le masse, abbandonate a sé stesse, si dibattono nella gora dell'ignoranza, della malattia e della sporcizia, e ne derivano le tristi condizioni che si notano in tutto l'Oriente, accanto alla più elevata illuminazione spirituale di pochi privilegiati.

43

In Occidente accade esattamente il contrario. Il soggettivo è ignorato ed ha solo valore ipotetico, e le premesse su cui poggia la nostra cultura sono le seguenti: esiste una entità, detta essere umano, la quale possiede una mente, un complesso di emozioni ed un apparato di risposta che la pone in contatto con l'ambiente. Il suo carattere e le sue tendenze dipendono dalla qualità del suo apparato, dalle condizioni della mente e dal tipo di circostanze ambientali. Lo scopo del processo educativo, applicato su vasta scala e senza discriminazioni, è di rendere l'individuo fisicamente idoneo, mentalmente agile, provvisto di una memoria bene esercitata, di reazioni controllate e di un carattere che ne faccia un elemento socialmente equilibrato e capace di contribuire all'aspetto economico della comunità. La sua mente viene considerata come un deposito di cognizioni e la preparazione impartita ad ogni giovane tende a farne un utile membro della società, autosufficiente e ammodo. Il risultato di queste premesse è opposto a quello orientale. Da noi non esiste una cultura specifica, tale da produrre grandi figure come quelle sorte in Asia, ma abbiamo elaborato un sistema di educazione collettiva e favorito il nascere di gruppi di pensatori. Da ciò derivano i nostri istituti universitari, i politecnici, le scuole pubbliche e private. Essi imprimono il loro marchio su decine di migliaia di uomini, uniformandoli e preparandoli tutti in modo da produrre una categoria di persone che possiedono un tanto di cultura uniforme, un bagaglio di cognizioni stereotipate ed una infarinatura generale. Non esiste la deplorabile ignoranza che si riscontra in Oriente, e il livello di conoscenza generica è anzi abbastanza elevato. Questo ha prodotto ciò che chiamiamo civiltà, con la sua dovizia di libri, e le sue molte scienze. Ne è derivata l'indagine scientifica dell'uomo, e (al culmine dell'onda evolutiva umana) in Occidente troviamo i grandi Gruppi, contrapposti ai grandi Individui dell'Oriente. Le differenze tra le due tendenze potrebbero essere sommariamente riassunte come segue:

44

## OCCIDENTE

Gruppi  
Libri  
Conoscenza  
Civiltà oggettiva  
Sviluppo meccanico  
Uniformità  
Educazione di massa  
Scienza  
Educazione della memoria  
Indagine

## ORIENTE

Individui  
Sacre Scritture  
Saggezza  
Cultura soggettiva  
Sviluppo mistico  
Unicità  
Istruzione specializzata  
Religione  
Meditazione  
Riflessione

La causa di questi contrasti è in fondo una sola, il metodo educativo applicato. Benché ambedue i metodi siano corretti, sarebbe tuttavia necessario che s'integrassero e completassero l'un l'altro. In Oriente l'educazione generalizzata condurrebbe ad una soluzione dei problemi del piano fisico che reclamano a gran voce di essere risolti.

In Asia occorre soprattutto un sistema generale d'educazione che raggiunga le masse analfabete. In Occidente, la cultura dell'individuo e l'inserimento, nel corpo delle materie d'insegnamento, di una tecnica di cultura dell'anima, come quella che ci proviene dall'Oriente, servirebbe ad elevare e salvare la nostra civiltà che si avvia con rapidità al disfacimento. L'Oriente ha bisogno di conoscenza e di cognizione pratiche. L'Occidente ha bisogno di saggezza e di tecnica meditativa.

45

Tale sistema scientifico e culturale, se applicato agli esseri umani d'educazione superiore, produrrà un gruppo di uomini capaci di fare da ponte tra i due emisferi, unificando i conseguimenti dell'uno e dell'altro, e collegando il regno oggettivo con quello soggettivo. Saranno i pionieri della Nuova Era, uomini dotati di senso pratico, saldamente piantati sulla terra, ed al tempo stesso, mistici e veggenti, che vivranno anche nel mondo dello spirito, traendone ispirazione ed illuminazione per la vita d'ogni giorno.

Perché si verificchino queste condizioni e si crei il folto gruppo di mistici pratici destinati a salvare il mondo, occorrono due cose: menti addestrate, dotate di un'ampia conoscenza generale come fondamento (e ciò può essere offerto dal sistema occidentale), ed inoltre di consapevolezza spirituale della divinità interiore, l'anima, conseguibile mediante il sistema orientale di meditazione scientifica. La maggior lacuna, in Occidente, consiste nel non riconoscere l'Anima né la facoltà d'intuizione, la quale a sua volta conduce all'illuminazione. Il professor Luzzatti, ex Presidente del Consiglio italiano, nella prefazione alla sua dottissima opera *Dio e Libertà*, scrive: "Si nota ovunque che lo sviluppo dell'imperio dell'uomo su sé stesso non va di pari passo con lo sviluppo del dominio dell'uomo sulla natura"<sup>25</sup>. È indispensabile che il mondo occidentale perfezioni i suoi sistemi educativi in modo tale da condurre appunto all'imperio su noi stessi.

---

<sup>25</sup> Luzzatti, Luigi: *Dio e Libertà*

## CAPITOLO TERZO

### LA NATURA DELL'ANIMA

“I filosofi dicono che l'Anima ha due facce, una rivolta in permanenza verso Dio, l'altra che guarda, per così dire, in basso, e informa i sensi; e la faccia superiore, sommità dell'anima, si trova nell'etereo e non ha nulla a che fare col tempo: ignora sia il tempo che il corpo”.

MEISTER ECKHART

49 Prima di entrare nei particolari della tecnica per mezzo della quale si sostiene che l'intellettuale colto possa trasformarsi in conoscitore intuitivo, sarà opportuno stabilire le ipotesi su cui si basa la scienza della meditazione. Il processo implica il riconoscimento dei vari aspetti (in natura, o della divinità, come preferite) di cui l'uomo è espressione, ma senza trascurare il legame fondamentale che lo mantiene unito quale unità integrata. L'uomo è un essere integrato, ma la vita ha maggior significato per gli uni che per gli altri. Per alcuni è soltanto esistenza animale; per molti rappresenta l'insieme delle esperienze emotive e sensorie; per altri comprende tutto ciò, più una consapevolezza mentale che rende la vita assai più ricca e profonda. Per alcuni poi (il fiore della famiglia umana), Essere significa il riconoscere la facoltà di registrare contatti che sono sia universali e soggettivi, che individuali ed oggettivi. A tale proposito, H. Keyserling dice:

50 “Quando parliamo dell'Essere di un uomo, in contrapposizione con le sue capacità, intendiamo la sua anima vitale; e quando affermiamo che questo Essere decide, intendiamo che ogni sua manifestazione è permeata di vita individuale, che ogni sua espressione irradia personalità e che quest'ultima, in definitiva, è l'elemento responsabile”<sup>26</sup>

Possiamo intanto affermare, come condizione *sine qua non*, che soltanto gli esseri responsabili e pensanti sono in grado di applicare le regole e gli insegnamenti che permetteranno loro di effettuare quella transizione e di raggiungere quella coscienza che sono il contrassegno del mistico illuminato e del conoscitore intuitivo.

Scopo del processo meditativo è di guidare gli uomini nella luce che è in loro stessi e, in quella luce, metterli in grado di vedere Luce. Quest'opera di rivelazione si basa su determinate teorie riguardanti la costituzione e la natura dell'essere umano.

51 L'evoluzione e il perfezionamento della facoltà mentale dell'uomo, con la sua acutezza e capacità di concentrazione, offre oggi all'Occidente l'occasione di provare tali teorie. Deve ora seguire naturalmente un esperimento intelligente.

“La nuova sintesi di mente e anima”, dice Keyserling, “deve aver origine nella mente, partendo dalla vetta della suprema intellettualità, se vogliamo che qualcosa di decisivo accada”<sup>27</sup>.

Ma per far ciò deve esistere la chiara comprensione di tre premesse, sulle quali si regge l'assunto orientale e che, se riconosciute vere, convalideranno l'intera tesi dello studioso della tecnica meditativa orientale, senza tuttavia scordare il proverbio cinese che dice: “Se un uomo ingiusto usa mezzi giusti, i giusti operano in modo ingiusto”. Ecco, dunque, le tre premesse:

Primo. In ogni forma umana esiste un'anima, la quale usa gli aspetti inferiori dell'uomo soltanto come veicoli d'espressione. Scopo del processo evolutivo è di accrescere ed approfondire il dominio dell'anima sul suo strumento. Quando esso sia perfetto, si ha una incarnazione divina.

<sup>26</sup> Keyserling, Count Hermann: op. cit. pag. 180.

<sup>27</sup> Keyserling, Count Hermann: op. cit. pag. 125.

52

Secondo. L'insieme degli aspetti inferiori, quando sia sviluppato e coordinato, è indicato con il termine Personalità. Quest'unità è composta degli stati emotivi e mentali dell'essere, dell'energia vitale e dell'apparato responsivo fisico, i quali tutti "mascherano" o celano l'anima. Questi aspetti inferiori, secondo la filosofia orientale, si sviluppano in modo sequenziale e progressivo, e solo dopo aver raggiunto un grado di sviluppo relativamente elevato, l'uomo riesce a coordinarli e più tardi ad unificarli, nella coscienza, con l'anima che è in lui. Segue quindi il controllo da parte dell'anima e la sempre crescente espressione della sua natura. Questo processo viene a volte paragonato simbolicamente alla luce in una lampada. Dapprima non fa alcun lume poi, a poco a poco, s'illumina e la sua luce aumenta sempre più fino a render chiaro il significato delle parole del Cristo. Egli disse: "Io sono la luce del mondo", e ordinò ai Suoi discepoli: "Fate splendere la luce che è in voi, affinché gli uomini vedano".

Terzo. Quando la vita dell'anima, operante sotto la Legge della Rinascita, ha condotta la personalità allo stato d'unità integrata e coordinata, tra le due si istaura un'azione reciproca sempre più intensa. Ciò avviene per mezzo dei processi di autodisciplina, di volontà attiva volta all'Essere spirituale, del servizio disinteressato (perché questo è il modo in cui si manifesta l'anima dotata di coscienza di gruppo) e della meditazione. La consumazione finale dell'opera è il cosciente realizzarsi di quell'unione che la terminologia cristiana chiama unificazione (*at-one-ment*).

Queste tre ipotesi devono essere accettate almeno in via sperimentale, perché il processo educativo tramite la meditazione possa dimostrarsi efficace. Nel *Webster's Dictionary*, l'anima è definita in accordo con tali teorie, con le seguenti parole:

53

"Entità concepita come l'essenza, sostanza o causa attuante la vita individuale, specialmente della vita manifestata nelle attività psichiche; veicolo dell'esistenza individuale, separato per natura dal corpo e generalmente ritenuto separabile durante l'esistenza".

Il Webster aggiunge anche questo commento, che si accorda con quanto abbiamo detto, che "alcune concezioni, come quella del Fechner, che l'anima è l'intero processo unitario spirituale congiunto all'intero processo unitario corporeo, sembrano costituire una via di mezzo tra il punto di vista idealistico e quello materialistico". Il Dottor Radhakrishnan, dell'Università di Calcutta, ci presenta la definizione prettamente orientale:

"Ogni essere organico ha un principio di autodeterminazione, al quale viene dato generalmente il nome di "anima". Nello stretto senso della parola "anima" appartiene a qualunque essere che abbia vita e le varie anime sono fondamentalmente identiche in natura. Le differenze sono dovute alle organizzazioni fisiche, le quali oscurano e ostacolano la vita dell'anima. La natura dei corpi, in cui le anime sono racchiuse, spiega il diverso grado d'oscurità di ciascuno di essi... L'ego è l'unità psicologica di quel flusso di esperienza cosciente, che costituisce ciò che conosciamo come vita interiore o sé empirico.

"Il sé empirico è un misto di libero spirito e di meccanismo, di "purusha" e di "prakriti" ... Ogni ego possiede, entro il corpo denso che si dissolve con la morte, un corpo sottile formato dall'apparato psichico comprendente i sensi"<sup>28</sup>.

54

Ci vien detto che l'anima è un frammento della Superanima, una scintilla dell'unica Fiamma, imprigionata nel corpo. È quell'aspetto della vita che dà all'uomo - e ad ogni forma in manifestazione - vita, o essere, e coscienza. È il fattore vitale, quel qualcosa di coerente ed integrante che fa dell'essere umano (composto, eppure unificato come è) un'entità che pensa, sente e aspira. L'intelletto umano è il fattore, o la qualità, di coscienza dell'anima, che permette all'uomo di orientarsi verso l'ambiente, durante gli stadi in cui la personalità è in via di sviluppo, ma che in seguito, per mezzo di una meditazione appropriata, lo mette in grado di orientarsi verso l'anima, come distinta dal meccanismo, e quindi verso un nuovo stadio di consapevolezza dell'essere.

<sup>28</sup> Radhakrishnan, S.: *Filosofia Indiana - Vol. II* pag. 279, 283, 285.

55

Il rapporto dell'anima con la Superanima è quello della parte con il Tutto ed è tale rapporto, con i riconoscimenti che ne conseguono, che si sviluppa in quel senso di unità con tutti gli esseri e con la Realtà suprema, di cui i mistici hanno sempre testimoniato. Il rapporto tra l'anima e l'essere umano è quello dell'entità cosciente verso il suo mezzo d'espressione; di colui che pensa, verso lo strumento del pensiero; di colui che registra i sentimenti verso il campo dell'esperienza sensoria, e dell'attore verso il corpo fisico - unico mezzo di contatto col particolare campo di attività rappresentato dal mondo della vita fisica. L'anima si esprime attraverso due forme d'energia: quella che chiamiamo principio o fluido vitale, l'aspetto vita, e quella della ragione pura. Tali energie sono focalizzate, durante l'esistenza, nel corpo fisico. La corrente di vita si centra nel cuore, utilizza la corrente sanguigna, le vene e le arterie, ed anima ogni parte dell'organismo; l'altra corrente, d'energia intellettuale, ha il suo centro nel cervello e si serve del sistema nervoso come mezzo d'espressione. Nel cuore, dunque, è la sede del principio vita; nella testa, quella della mente razioinante e della coscienza spirituale, e quest'ultima viene raggiunta mediante il giusto uso della mente. C. Lloyd Morgan, a proposito della parola "anima", dice:

"In ogni caso, ciò che generalmente s'intende per "teoria dell'anima", ha le sue radici nel dualismo. E ciò che alcuni intendono per "psicologia senz'anima" è diverso dal dualismo... In un certo senso si potrebbe, con un'adatta definizione, parlare dell'anima come dell'elemento distintivo di quel livello di sviluppo mentale in cui *il concetto* di Spirito rientra nell'ambito dell'indagine riflessiva"<sup>29</sup>.

Prima ancora, nello stesso libro, leggiamo:

"Ognuno di noi è una vita, una mente, e Spirito; un esempio di vita quale espressione del piano mondiale, di mente quale altra espressione di quel piano, di Spirito, nella misura in cui la Sostanza di quel piano mondiale, si rivela entro di noi. Il piano mondiale, dal suo aspetto più basso fino al più elevato, è manifestazione divina; in voi, in me, in tutti noi distintamente, Dio è rivelato parzialmente come Spirito".

56

Questa rivelazione della Divinità è la meta dello sforzo mistico e l'oggetto della duplice attività della mente: Dio come vita nella Natura, Dio come amore, in senso soggettivo, come piano e come proposito, ed è ciò che l'unificazione, prodotta dalla meditazione, rivela all'uomo. Mediante la sua tecnica precisa, egli scopre quell'unità che è egli stesso. Più tardi scopre il suo rapporto con l'universo; capisce che il suo corpo fisico e le sue energie vitali sono parte integrante della Natura stessa, che è infatti la veste esteriore della Divinità; comprende che la sua capacità di amare e di sentire lo rende consapevole dell'amore che pulsa nel cuore di tutta la creazione; scopre che la sua mente gli può dare la chiave che apre la porta della comprensione, permettendogli di penetrare i propositi e i piani che guidano la mente di Dio stesso. Giunge così a Dio e Lo conosce come il Fatto centrale. Sapendo d'essere egli stesso divino, scopre che tutto è ugualmente divino. F. Kirtley Mather di Harward dice, in un suo articolo di grande chiarezza:

"Che esista un'amministrazione dell'Universo, non si può negare. Qualcosa ha determinato e continua a determinare il funzionamento della legge naturale, l'ordinata trasformazione della materia e dell'energia. Può trattarsi della "curvatura del cosmo", del "destino cieco", della "energia universale", "dell'assente Jehovah", o dello "Spirito onnipervadente", ma qualcosa ci deve essere. Da un certo punto di vista, alla domanda: Dio esiste? Si può senz'altro rispondere in modo affermativo".

Così, trovando sé stesso e comprendendo la sua vera natura, l'uomo giunge a quel centro entro sé stesso che è uno con tutto ciò che esiste; riconosce di possedere un apparato che lo può mettere in contatto con le manifestazioni differenziate mediante le quali

<sup>29</sup> Morgan, C. Lloyd: op. cit. pag. 35.



57 Dio cerca di esprimersi. Egli possiede un corpo vitale, responsivo all'energia universale e conduttore delle due forme d'energia dell'anima cui abbiamo accennato. L'argomento del corpo vitale, del suo rapporto con l'energia universale e dei suoi sette punti di contatto con l'organismo fisico è stato già trattato nel mio libro "*L'Anima e il Suo Meccanismo*", e su di esso non mi soffermerò, salvo che per citarne un solo paragrafo:

"Dietro il corpo oggettivo esiste una forma soggettiva costituita di materia eterica e funzionante come conduttore del principio vita dell'energia, o prana. Tale principio vita è l'aspetto forza dell'anima, che per mezzo del corpo eterico vitalizza la forma, le conferisce qualità ed attributi particolari, imprime su di essa i suoi desideri ed infine la dirige con l'attività della mente. Tramite il cervello, l'anima stimola il corpo all'azione cosciente e tramite il cuore ogni parte di esso e pervasa "di vita"<sup>30</sup>.

58 Vi è poi un altro "corpo" che è composto dall'insieme degli stati emotivi, umori e sentimenti. Tale corpo reagisce all'ambiente fisico dell'uomo in risposta agli impulsi che il cervello riceve attraverso i cinque sensi, via il corpo vitale. È così posto in attività di natura puramente egoistica e personale; ma può essere educato a reagire soprattutto alla mente, considerando questa (come accade ben di rado) come l'interprete del sé spirituale, o anima. È il corpo emotivo, caratterizzato dal sentimento e dal desiderio, che nella maggioranza dei casi esercita l'influenza più potente sul corpo fisico. Quest'ultimo è considerato dagli esoteristi come un semplice automa, sospinto dal desiderio e attivato dall'energia vitale.

Col progredire della razza umana, prende forma ed attività un altro "corpo", quello mentale, che assume gradualmente un dominio sempre più attivo e naturale. Come gli organismi fisico ed emotivo, questo meccanismo mentale è dapprima orientato in senso puramente oggettivo ed è posto in attività dagli stimoli che gli giungono dal mondo esterno, tramite i sensi. Con l'aumentare della sua positività, lentamente e con sicurezza cresce anche il suo dominio sugli altri aspetti fenomenici dell'uomo, fino a che la personalità, in tutti i suoi quattro aspetti, non diviene un'entità completa ed unificata, funzionante sul piano fisico. Quando ciò avviene si ha una crisi, e nuovi sviluppi ed espansioni divengono possibili.

59 Per tutto quel tempo, le due energie dell'anima, vita e mente, hanno operato per mezzo dei veicoli, senza che l'uomo fosse consapevole della loro origine o del loro proposito. Quale risultato della loro opera, egli è ora un elemento intelligente, attivo ed evoluto. Tuttavia, come dice Browning: "Nell'uomo completo ricompare la tendenza a Dio"<sup>31</sup>, ed egli è spinto da una divina inquietudine verso una cosciente consapevolezza ed un cosciente contatto con la sua anima - il fattore invisibile che sente, ma del quale rimane personalmente inconsapevole. Egli inizia allora un processo di auto-educazione e di intensa indagine circa la sua vera natura. La sua personalità, abituata a guardare il mondo della vita fisica, emotiva e mentale, con l'attenzione focalizzata in senso oggettivo, attraversa un periodo di riorientamento, e si volge all'interno, verso il Sé. Il suo punto focale diviene soggettivo ed ha lo scopo di far emergere "quell'Essere più profondo", di cui parla Keyserling.

Viene ricercata la cosciente unione con l'anima, e ciò non solo dal lato emotivo e sensorio del mistico e del devoto. È ricercata l'esperienza diretta. La conoscenza del Sé divino e la verifica mentale del fatto del Figlio di Dio che dimora nell'interno, diventano meta d'ogni sforzo. Non è il metodo seguito dal devoto mistico, che ricerca Dio sospinto dall'amore della sua natura emotiva ma il metodo dell'accostamento intellettuale e della subordinazione di tutta la personalità all'impulso verso le realtà spirituali. Tutte le personalità veramente coordinate e tutti i tipi umani puramente mentali sono mistici nel cuore, ed hanno attraversato lo stadio mistico in *qualche vita*. Mentre l'intelletto predomina e la mente si sviluppa, tale stadio può passare in secondo piano ed essere re-

---

<sup>30</sup> Bailey, Alice A., *L'anima ed il suo meccanismo* pag. 62.

<sup>31</sup> Browning, Robert: *Paracelso*.

legato temporaneamente nel regno subcosciente. Ma l'accento, col tempo ed inevitabilmente, è posto sulla volontà di conoscere, e l'impulso della vita (non più soddisfatta dagli aspetti esteriori e materiali della manifestazione) tende alla conoscenza dell'anima e all'uso della mente per apprendere la verità spirituale.

60

Testa e cuore si uniscono nello sforzo. La mente e la ragione pura si fondono con l'amore e la devozione, in un completo riadattamento della personalità ad un nuovo campo di consapevolezza. Nuovi stati di coscienza ed un nuovo mondo fenomenico vengono a poco a poco percepiti, e l'aspirante comincia a rendersi conto che il centro focale della sua vita e la sua coscienza possono elevarsi al disopra di ogni passato campo di esperienza. Scopre che può camminare con Dio, risiedere in Cielo ed essere consapevole di un nuovo mondo entro le forme esteriori che gli sono familiari. Comincia a considerarsi come membro cosciente di un altro regno naturale, quello dello spirito, altrettanto reale, vitale, ordinato e fenomenico di quello generalmente noto. Verso il proprio strumento, il corpo umano, egli assume costantemente l'atteggiamento dell'anima. Non si considera più un uomo, dominato dalle emozioni, mosso dall'energia e diretto dalla mente, ma sa di essere il Sé, che pensa tramite la mente, sente tramite le emozioni ed agisce coscientemente. Con lo stabilizzarsi e il permanere di tale coscienza, l'opera dell'evoluzione per lui si compie, ha luogo la grande unificazione (at-one-ment) e si stabilisce la grande unione fra il Sé ed i suoi veicoli d'espressione. Così un Figlio di Dio s'incarna coscientemente.

61

Per mezzo dell'educazione nei suoi molteplici aspetti, il coordinamento della personalità è stato grandemente accelerato. La mentalità della razza umana sale costantemente la scala del raggiungimento. L'umanità, con i suoi folti gruppi di individui colti e mentalmente focalizzati, è pronta per l'auto-determinazione e per la reggenza dell'anima. Può essere ora intrapresa la cultura intensa dell'individuo, secondo il sistema orientale. L'educazione ed il riorientamento dell'essere umano progredito devono trovar posto nella nostra educazione collettiva. Ecco la causa di questo libro ed il motivo per cui è stato scritto. Come può l'uomo trovare la propria anima, o accertarne l'esistenza? Come può adattarsi alle condizioni della vita dell'anima e cominciare a vivere coscientemente e simultaneamente come anima e come uomo? Cosa deve fare per raggiungere l'unione fra l'anima e i suoi strumenti, ciò che è essenziale per soddisfare l'incalzante anelito della sua natura? Come può sapere, e non soltanto credere, sperare e aspirare?

La voce esperta della saggezza orientale ci dice una sola parola: Meditazione. Tutto qui? La risposta è "Sì". Se la meditazione è eseguita in modo corretto e la perseveranza è la caratteristica fondamentale della propria vita, si stabilirà un contatto sempre maggiore con l'anima. Gli effetti di questo contatto si manifesteranno nell'autodisciplina, nella purificazione, nell'aspirazione e nel servizio. Come vedremo, la meditazione orientale è un processo rigorosamente mentale, che porta alla conoscenza ed alla illuminazione dell'anima. È un fatto naturale che "Come un uomo pensa, tale egli è".

**OBIETTIVI DELLA MEDITAZIONE**

“L’unione viene raggiunta soggiogando la natura psichica e raffrenando la sostanza mentale. Ciò compiuto, lo Yoghi conosce sé stesso qual’è in realtà”.

PATANJALI

65 Ammettendo l’esattezza delle teorie accennate nei capitoli precedenti, sarà bene stabilire chiaramente il vero scopo che l’uomo colto si prefigge quando entra sulla via della meditazione, e in che cosa la meditazione differisca da ciò che i cristiani chiamano preghiera. La chiarezza in queste cose è essenziale se vogliamo compiere progressi effettivi, poiché il compito del ricercatore è arduo; non basta un entusiasmo passeggero o uno sforzo temporaneo, per impadronirsi di questa scienza e saperne applicare la tecnica. Cominciamo dal secondo argomento, e raffrontiamo preghiera e meditazione.

66 Nel concetto di preghiera prevale il pensiero del desiderio e della richiesta, e la sorgente del desiderio è il cuore. Occorre tener presente, tuttavia, che il desiderio del cuore può riferirsi tanto ai possessi cui tende la personalità, quanto a quelli celesti e trascendentali cui l’anima anela. In ogni caso l’idea fondamentale è la richiesta di ciò che si desidera, e vi gioca il fattore dell’aspettazione; qualcosa si finisce per ottenere, purché la fede sia abbastanza forte.

La meditazione differisce dalla preghiera in quanto è soprattutto un orientamento della mente, e le realizzazioni e i riconoscimenti che produce si trasformano in conoscenza definitiva. Molta confusione regna a proposito di questa distinzione e, ad esempio, Bianco da Siena intendeva riferirsi alla meditazione quando disse: “La preghiera non è che il volgere diretto della mente in alto, verso Dio”.

67 Le moltitudini polarizzate nella natura del desiderio e dominate per lo più dalla tendenza mistica, chiedono ciò di cui hanno bisogno; si affannano a pregare per ottenere le virtù cui anelano; chiedono ad una Divinità in ascolto sollievo ai loro tormenti; intercedono per i loro cari; importunano l’alto dei Cieli per quei possessi materiali o spirituali che sentono necessari alla loro felicità. Aspirano e bramano qualità, circostanze e condizioni che rendano la loro esistenza più facile o consentano loro ciò che ritengono una maggiore possibilità di servire; agonizzano nella preghiera, chiedendo sollievo dalla malattia e dalla sofferenza, ed insistono perché Dio risponda alle loro richieste di rivelazione. Il chiedere e avere delle aspettative, sono le maggiori caratteristiche della preghiera, ove il desiderio prevale ed è implicato il cuore. Sono la natura emotiva e sentiente dell’uomo che ricercano quanto occorre, e le necessità umane sono vaste e reali. È l’approccio per la via del cuore.

Nella preghiera, si possono distinguere quattro gradi:

1. Preghiera per ottenere aiuto e benefici materiali.
2. Preghiera per ottenere virtù e qualità morali.
3. Preghiera per gli altri, intercessoria.
4. Preghiera per illuminazione e realizzazione del divino.

Dallo studio di questi quattro gradi di preghiera appare chiaro che hanno tutti la loro radice nella natura del desiderio, e che il quarto di essi conduce l’aspirante al punto in cui la preghiera può aver fine, e può aver inizio la meditazione. Seneca doveva aver compreso ciò quando disse: “Non occorre pregare, se non per chiedere buone condizioni mentali e salute (integrità) per l’anima”.

La meditazione eleva l’opera al regno mentale; il desiderio cede il posto al lavoro pratico, per l’afflusso di conoscenza divina, e l’uomo che ha iniziato la sua lunga carriera di esperienze e di vita col desiderio come qualità fondamentale, ed ha raggiunto lo stadio di adorazione della vagamente percepita divina Realtà, passa ora dal mondo mi-

stico a quello dell'intelletto, della ragione e della realizzazione finale. La preghiera, unita al disinteresse per sé stesso e alla disciplina, produce il mistico; la meditazione, unita al servizio organizzato e disciplinato, produce il Conoscitore. Il mistico, come abbiamo già visto, sente le divine realtà, giunge in contatto (dalle altezze della sua aspirazione) con la visione mistica, e continua a desiderare ardentemente il ripetersi dello stato di estasi cui la preghiera, l'adorazione e la venerazione lo hanno elevato. Di solito è del tutto incapace di ottenere a volontà il verificarsi di tali condizioni. Il Padre Poulain, nel *Des Graces d'Oraison*, sostiene che uno stato può definirsi mistico solo quando il veggente è incapace di riprodurlo egli stesso. Nella meditazione accade il contrario, e per mezzo della conoscenza e della comprensione l'uomo illuminato può penetrare a volontà nel regno dell'anima, partecipando intelligentemente alla sua vita e ai suoi stati di coscienza. Il primo metodo implica la natura emotiva e si basa sulla fede in un Dio che può donare. Il secondo implica la natura mentale e si basa sulla fede nella divinità dell'uomo stesso, pur non negando le premesse dell'altro metodo.

Si troverà, tuttavia, che i termini mistico e misticismo vengono usati con libertà e non si riferiscono solo ai veri mistici, con le loro visioni e reazioni sensorie, ma anche a coloro che stanno penetrando nel regno della conoscenza pura e della certezza. Vengono riferiti tanto agli stati inattesi e intangibili, basati soltanto sull'aspirazione e sulla devozione, quanto a quelli che risultano da un regolare e intelligente accostamento alla Realtà e che possono venire ripetuti per mezzo delle leggi che il conoscitore ha imparato. Bertrand Russell tratta di questi due gruppi in modo molto interessante, benché usi il termine mistico in relazione ad entrambi. Le sue parole sono un affascinante preludio al tema che stiamo trattando.

69

“La filosofia mistica, in tutti i tempi ed in ogni parte del mondo, è caratterizzata da alcuni convincenti, illustrati dalle dottrine che abbiamo esaminato.

“In primo luogo vi è il convincimento della visione interiore, come opposto alla conoscenza discorsiva analitica; la fede in una saggezza subitanea, penetrante e coercitiva, in contrasto al lento e ingannevole studio delle apparenze esteriori, condotto da una scienza che si basa completamente sui sensi “La visione mistica comincia con il senso di un mistero non rivelato, di una sapienza nascosta di un tratto fatta certezza senza possibilità di dubbio. Il senso della certezza e della rivelazione precede qualsiasi deciso convincimento. A quest'ultimo, il mistico giunge a forza di riflettere sull'indistinta esperienza ottenuta nel momento della visione....

“Il primo e più diretto risultato dell'istante dell'illuminazione è il convincimento nella possibilità di una via conoscitiva, che può essere chiamata rivelazione, visione o intuizione, per contrasto alla sensazione, alla ragione e all'analisi, considerati come guide cieche che portano nella palude dell'illusione. Strettamente collegato con tale convinzione è il concetto di una Realtà esistente di là dal mondo delle apparenze e completamente diversa da esso. Tale Realtà è considerata con un rispetto che spesso raggiunge l'adorazione; è sentita sempre e dovunque a portata di mano, appena velata dalle impressioni dei sensi e pronta a risplendere in tutta la sua gloria per la mente ricettiva, nonostante l'apparente follia e cattiveria dell'Uomo. Il poeta, l'artista e colui che ama sono alla ricerca di tale gloria; la bellezza che essi costantemente perseguono è il pallido riflesso di quel sole. Solo il mistico vive nella piena luce della visione; ciò che gli altri cercano a tentoni, egli lo conosce in modo tale che ogni altra conoscenza, a paragone, è ignoranza.

“La seconda caratteristica del misticismo è la fede nell'unità e il rifiuto di ammettere qualsiasi opposizione o divisione...

70

“Un terzo lato comune a quasi tutte le metafisiche mistiche è la negazione della realtà del Tempo. Si tratta di una conseguenza del negare ogni divisione; se tutto è uno la distinzione tra passato e futuro non può che essere illusoria...

“L’ultimo postulato mistico che ci resta da esaminare è la convinzione che il male sia soltanto apparenza, una illusione creata dalle divisioni e opposizioni dell’intelletto analitico. Il misticismo non afferma ad esempio che cose come la crudeltà siano un bene, ma ne nega l’esistenza reale; appartengono a quel fantomatico mondo inferiore, dal quale la visione interiore ci deve liberare...”<sup>32</sup>.

La via mistica, ad ogni modo, è una preparazione per la via conoscitiva e là dove il mistico s’arresta in adorazione della visione spasimando per l’Amato, il ricercatore della vera conoscenza inizia il proprio compito e prosegue l’opera. C. A. Bennet così conclude il suo studio sul Misticismo: “Al termine della sua preparazione il mistico semplicemente attende un’apparizione o un evento che ha cura di non definire con troppi particolari; e attende, con la piena consapevolezza che il suo sforzo lo ha portato fin dove esso può giungere, e che deve essere completato da un tocco esterno”<sup>33</sup>.

Questo pensiero confina l’intero concetto al campo della percezione sensoria, ma c’è dell’altro. C’è la conoscenza diretta. C’è la comprensione delle leggi che governano questo nuovo regno dell’essere. C’è la sottomissione ad una nuova procedura e a quei passi, a quelle parole d’ordine che conducono alla porta d’ingresso e ne causano l’apertura. È qui che la meditazione entra in giuoco e la mente interviene a compiere la sua nuova funzione di rivelatrice. Per mezzo della meditazione, quell’unione alla quale il mistico aspira con ardore, che sente, e della quale ha brevi e fuggevoli esperienze, si definisce ed è realizzata senza ombra di dubbio, giacché è possibile raggiungerla a volontà. Padre Joseph Maréchal, dice, nel suo studio notevole:

“... il simbolo svanisce, l’immagine si dissolve, lo spazio scompare, la molteplicità si riduce, il ragionamento tace, il senso dell’estensione si contrae e finisce; *l’attività intellettuale è interamente concentrata nella sua intensità*; essa afferra senza intermediari, con la sovrana certezza dell’intuizione, l’Essere, Dio...

“La mente umana, allora, è una *facoltà di ricerca intuitiva*; ossia di assimilazione dell’Essere puro e semplice, sovraneamente *uno*, senza restrizioni, senza distinzione di essenza ed esistenza, di possibile e reale”<sup>34</sup>.

Volgere la mente al suo nuovo compito di rivelatrice del divino è ora lo scopo del mistico convinto. Per riuscirvi felicemente gli occorrerà la chiara visione della sua meta e la lucida comprensione dei risultati che dovranno essere dimostrati. Gli occorrerà la precisa valutazione sia delle capacità con le quali si dispone all’impresa, che delle proprie imperfezioni e deficienze. Deve formarsi una visione di sé stesso e delle circostanze quanto più possibile equilibrata. Al tempo stesso, però, è necessaria un’altrettanto equilibrata visione dello scopo da raggiungere, e la comprensione del prodigio delle realizzazioni e dei doni che otterrà quando il suo interesse sarà stato trasferito, da ciò che abitualmente assorbe la sua attenzione e le sue emozioni, a valori e livelli più esoterici.

Abbiamo già accennato alla meditazione come processo per mezzo del quale la mente viene riorientata verso la Realtà e che, se giustamente usata, può condurre l’uomo in un altro regno di natura, in un altro stato di coscienza e di Essere, in un’altra dimensione. La meta da raggiungere si è spostata in campi superiori di pensiero e di realizzazione. Quali sono i precisi risultati di questo riorientamento?

Si può affermare prima di tutto che la meditazione è la scienza che ci permette di giungere alla diretta esperienza di Dio. Ciò in cui viviamo, ci muoviamo e siamo non è più per noi l’oggetto di un’aspirazione o il simbolo di una divina possibilità. Conosciamo Dio come Causa Eterna e origine di tutto ciò che esiste, noi compresi. Riconosciamo il Tutto. Ci uniamo a Dio, unendoci alla nostra anima immortale e, quando quell’evento grandioso si compie, riconosciamo che la coscienza dell’anima individuale

<sup>32</sup> Russell, Bertrand: *Misticismo e Logica*, pp. 8-11

<sup>33</sup> Bennett, Charles A.: op. cit. pag. 192.

<sup>34</sup> Maréchal, Joseph, S. J.: *Studi sulla psicologia dei mistici*, pp. 32, 101.

e la coscienza del tutto, e che la separazione, le divisioni, le distinzioni e i concetti di io e tu, di Dio e di un figlio di Dio, si sono dissolti nella conoscenza e nella realizzazione dell'unità. L'unità ha sostituito il dualismo. È la Via dell'Unione. La Personalità integrata è stata trascesa mediante un ordinato processo di sviluppo dell'anima, ed è avvenuta l'unificazione (*at-one-ment*) cosciente tra il sé personale o inferiore e il Sé divino o superiore.

73 Questa dualità deve essere realizzata e poi trascesa, prima che il Sé Reale divenga, nella coscienza dell'uomo, il Sé Supremo. È stato detto che le due parti di cui si compone l'uomo per lunghe età non hanno avuto nulla in comune; sono l'anima spirituale e la natura formale, che sono però eternamente unite (e qui sta la soluzione del problema umano) dal principio mente. In un'antica scrittura indù, la *Bhagavad Gita*, si trovano queste parole dense di significato:

“Il Sé è amico del sé per colui nel quale il sé è conquistato dal Sé; ma per chi è lontano dal Sé, il suo proprio sé è ostile come un nemico”<sup>35</sup>.

E San Paolo dice praticamente la stessa cosa, nel suo grido disperato:

“Io so infatti che in me, cioè nella mia carne, non dimora il bene, poiché la volontà di bene c'è ma non ha la forza di compierlo. ... E difatti secondo l'uomo interiore mi compiaccio della Legge di Dio; però nelle mie membra vedo un'altra legge, che combatte contro la legge della mia ragione e mi incatena alla legge del peccato che è nelle mie membra. Infelice uomo che sono! Chi mi libererà da questo corpo di morte?”<sup>36</sup>.

Questo Sé reale e Dio - Dio trionfante, Dio Creatore, Dio Salvatore dell'uomo. È, con le parole di San Paolo, “Cristo in noi, speranza di gloria”. Ciò diviene un fatto nella nostra coscienza, e non è più solo l'ipotesi a lungo sperata.

74 La meditazione trasforma ciò in cui crediamo in fatti accertati, e le nostre teorie in provata esperienza. L'affermazione di San Paolo rimane solo un concetto ed una possibilità fino a che, per mezzo della meditazione, la vita Cristica non sia evocata e divenga il fattore dominante dell'esistenza quotidiana.

Ci riconosciamo divini e figli di Dio. Sappiamo di coloro che hanno dimostrato la loro divinità al mondo e stanno all'avanguardia del conseguimento umano, testimoniando di facoltà che si trovano oltre la nostra portata. Siamo coscienti, entro noi stessi, di aneliti che ci spingono verso la conoscenza, e di suggerimenti interiori che hanno costretto l'umanità a salire la scala evolutiva, fino al livello attuale di esseri umani che definiamo educati. Uno stimolo divino ci ha portati dall'età della pietra fino alla civiltà moderna. Soprattutto, siamo consapevoli di coloro che possiedono, o dicono di possedere quella visione delle cose celesti che aneliamo condividere, che testimoniano di una via che porta direttamente al centro della Realtà divina e ci invitano a percorrerla. Ci dicono che è possibile averne un'esperienza diretta e la nota dominante dei nostri tempi potrebbe essere riassunta con queste parole: “Dall'autorità all'esperienza”. Come possiamo conoscere? Come fare quest'esperienza diretta, senza ricorrere ad intermediari? Ci viene risposto che esistono un metodo già usato da innumerevoli schiere di uomini ed un procedimento scientifico formulato e seguito da pensatori di ogni epoca, che in tal modo sono divenuti dei conoscitori.

75 Il processo educativo ha forse adempiuto al suo compito principale preparando la mente ad intraprendere il lavoro di meditazione. Ci ha insegnato che possediamo l'apparato necessario e indicato alcuni modi di usarlo. Gli psicologi ci hanno elargito molte nozioni sulle nostre reazioni mentali e le nostre abitudini istintive. Ora, l'uomo deve prendere coscientemente possesso del suo strumento e passare, dagli stadi iniziali del processo educativo, a quella scuola e a quel laboratorio interiore, dove è possibile accertare che Dio è di per sé la meta di ogni educazione. Qualcuno ha detto che il mondo non è una prigione, ma un giardino d'infanzia spirituale, dove milioni di bimbi cer-

---

<sup>35</sup> Bhagavad Gita, VI, 6.

<sup>36</sup> Ai Romani, VII, 18, 22, 23, 24.

cano faticosamente di sillabare la parola Dio. La mente ci spinge qua e là, mentre siamo intenti a decifrare la verità, fino a che spunta il giorno in cui, esausti, ci ritiriamo in noi stessi e meditiamo, e così troviamo Dio. Come dice Overstreet: “Tutta la nostra paziente ricerca trova allora la sua spiegazione e il suo significato. È Dio che opera in noi. A mano a mano che scopriamo i valori più duraturi, o li creiamo, esprimiamo Dio nella nostra vita”<sup>37</sup>.

76

La meditazione potrebbe anche essere definita come il metodo per cui l'uomo raggiunge la gloria del sé rivelato con l'abbandonare una forma dopo l'altra. L'educazione non è solo quella delle scuole e delle università. La massima scuola è la stessa esperienza di vita e le lezioni che vi s'imparano sono quelle che ciascuno attira su di sé, identificandosi con una sequenza di forme - forme di Piacere, forme di coloro che amiamo, forme di desiderio o forme di conoscenza - e altre innumerevoli. Infatti, che cosa sono le forme se non sostituti che creiamo e ci poniamo di fronte come oggetti da adorare, o quelle idee riguardanti la felicità e la verità che altri hanno creato, e che rincorriamo incessantemente, soltanto per vederle svanire in una nebbia dinanzi ai nostri occhi stanchi. Cerchiamo soddisfazione in fenomeni d'ogni genere e li vediamo invariabilmente trasformarsi in polvere e cenere, fino a che non raggiungiamo quel qualche cosa intangibile eppure infinitamente reale - che li ha originati tutti. Colui che vede in ogni forma il simbolo della realtà è ben avviato sulla strada che porta alla rivelazione del Sé. Ma, perché ciò avvenga, occorrono apprendimento mentale e intuizione guidata. Sir James Jeans colse certo un lampo di questa verità, quando scrisse:

“I fenomeni giungono a noi mascherati nelle loro sovrastrutture di tempo e di spazio; sono messaggi cifrati di cui non potremo comprendere il significato ultimo fino a che non avremo scoperto il modo di spogliarli dei loro rivestimenti temporali e spaziali”<sup>38</sup>.

L'uomo è un punto di luce divina, nascosto ed avvolto in un certo numero di involucri, come un lume in una lanterna. Questa lanterna può essere chiusa e buia, o aperta e radiosa. La sua luce può risplendere agli occhi degli uomini, o restare celata e quindi inutile agli altri. Quel fondamentale testo di meditazione costituito dai “*Sutra Yoga di Patanjali*”, del quale il mio libro “*La Luce dell'Anima*” fornisce parafrasi e commento, ci assicura che con la giusta disciplina e meditazione “ciò che oscura la luce viene gradualmente rimosso”, e che “quando l'intelligenza spirituale... si riflette nella materia mentale, sopravviene la consapevolezza del Sé”<sup>39</sup>. C'è un momento nella storia di ogni essere umano, in cui ha luogo una crisi importante, quando la luce dovrà essere percepita, per mezzo del giusto uso dell'intelligenza, entrando inevitabilmente in contatto con la Divinità. Patanjali sottolinea questo punto quando dice: “Il trasferimento della coscienza da un veicolo inferiore ad uno superiore fa parte del processo creativo ed evolutivo”<sup>40</sup>. Lentamente e per gradi la conoscenza diretta può operare e la gloria celata in ogni forma può rivelarsi. Il segreto sta nel sapere quando tale momento è giunto e cogliere l'opportunità. Maestro Eckart dice:

“Sé l'anima si spogliasse di tutti gli involucri, Dio si rivelerebbe nudo alla sua vista, e si concederebbe a lei senza riserve. Ma fino a che l'anima non getta via ogni suo velo, anche il più sottile, sarà incapace di vedere Dio”<sup>41</sup>.

Così, Oriente ed Occidente insegnano lo stesso concetto con lo stesso simbolismo.

La meditazione è dunque un processo ordinato mediante il quale l'uomo trova Dio. È un sistema largamente sperimentato ed usato che, infallibilmente, rivela ciò che è divino. Le parole più importanti sono in questo caso: “processo ordinato”. Occorre infatti seguire determinate regole, compiere determinati passi e sperimentare determinati stadi di sviluppo prima che l'uomo possa raccogliere i frutti della meditazione. Tutto ciò fa

78

<sup>37</sup> Overstreet H. A.: op. cit., pag. 265.

<sup>38</sup> Jeans, Sir James: *L'universo attorno a noi*.

<sup>39</sup> Bailey, Alice A., *La luce dell'anima*, 11, 52.

<sup>40</sup> Ibid, IV, 2.

<sup>41</sup> Pfeiffer, Franz: *Meister Eckart*, pag. 114.

parte del processo evolutivo, come abbiamo visto, e come ogni altro processo naturale è lento, ma sicuro ed infallibile nei suoi risultati. Non esiste delusione per l'uomo che è deciso a rispettare le regole ed a seguire tale metodo. La meditazione richiede autocontrollo in ogni atto, e se non è accompagnata dagli altri requisiti che fanno parte del "processo ordinato" (come appunto l'autocontrollo e il servizio attivo), non raggiungerà il suo scopo. Il fanatismo non serve. La *Bhagavad-Gita* è chiara a tale proposito:

"Non vi è meditazione per colui che mangia troppo o troppo poco, né per colui che è abituato a dormire troppo o troppo poco. Ma per chi è sobrio nel cibo e regolare nel lavoro, per chi è parco nel sonno come nella veglia, la meditazione distrugge ogni sofferenza"<sup>42</sup>

79

La meditazione può giustamente essere considerata come appartenente al processo naturale che ha fatto finora progredire l'uomo lungo il sentiero evolutivo, da uno stadio di poco superiore a quello animale, fino al conseguimento mentale, alle conquiste scientifiche e allo stato di costante attività divina attuali. Il suo centro di coscienza si è costantemente elevato e la sua attenzione si è focalizzata su una sfera di contatti sempre più vasta. L'uomo è ormai passato da uno stato d'esistenza puramente animale e fisico, ad una consapevolezza intensamente emotiva e sensoria, propria attualmente di milioni di esseri umani. Ma milioni di altri stanno avanzando verso un campo di consapevolezza superiore, che chiamiamo mentale. Un altro gruppo, molto meno numeroso, sta penetrando in una sfera dove un ordine universale di contatti diviene possibile. Questi ultimi sono i Conoscitori del genere umano. Attraverso tutti i metodi impiegati corre il filo d'oro del divino proposito, e il modo di effettuare il trasferimento della coscienza dallo stadio umano a quello di realizzazione e consapevolezza dell'anima, e quello della meditazione.

Questo processo di rivelare il Sé per mezzo della negazione del lato forma della vita, e la finale incapacità dei vari involucri a nascondere, può essere descritto come trasmutazione oppure come trasferimento di coscienza.

La trasmutazione e il cambiamento e il riorientamento delle energie mentali, delle emozioni e della natura fisica, in modo che servano a rivelare il Sé, e non soltanto la natura psichica e corporea.

80

Sappiamo, per esempio, di possedere cinque istinti principali, in comune con gli animali. Tali istinti, se usati per fini personali ed egoistici, aumentano la vita del corpo, rafforzano la natura formale o materiale e nascondono così sempre più il Sé, l'uomo spirituale. Essi devono essere trasmutati nelle loro controparti superiori, poiché ogni caratteristica animale ha il suo prototipo spirituale. L'istinto di auto-conservazione deve infine essere sostituito dalla realizzazione dell'immortalità, e "dimorando sempre nell'Eterno" l'uomo allora passerà sulla terra compiendo il suo destino. L'istinto che spinge il sé inferiore a mettersi in vista e ad elevarsi dovrà essere trasformato nel dominio esercitato dal Sé superiore o spirituale. L'asserzione del sé inferiore verrà sostituita da quella del Sé Superiore. L'istinto sessuale da cui ogni forma animale è potentemente dominata, cederà ad un'attrazione superiore e, nei suoi aspetti più nobili, produrrà la cosciente attrazione e l'unione fra l'anima e il suo veicolo; l'istinto gregario sarà invece trasmutato in coscienza di gruppo. Un quinto istinto, il bisogno cioè di sapere e di indagare, che caratterizza ogni mente di livello più o meno elevato, verrà sostituito dalla percezione e dalla comprensione intuitive ed in tal modo la grande opera sarà compiuta e l'uomo spirituale dominerà la sua creazione, l'essere umano, elevandone al cielo tutti gli aspetti ed attributi.

Per mezzo della meditazione, cresce entro la nostra mente la conoscenza spirituale, e partendo dalla conoscenza ordinaria, espandiamo costantemente la comprensione della nostra condizione, fino a che la conoscenza diventerà saggezza. Quest'ultima e la diretta conoscenza di Dio tramite la facoltà mentale, sì che diveniamo ciò che siamo e possiamo manifestare la nostra natura divina. In un suo brano, Tagore definisce la me-

---

<sup>42</sup> Bhagavad Gita, VI, 16-17.



ditazione come “il penetrare qualche grande verità, fino ad esserne posseduti”, e verità e Dio sono sinonimi. La mente conosce due oggetti, ci vien detto: il mondo esteriore, mediante i cinque sensi e il cervello, e l’anima e il suo mondo, per mezzo di quello che potremmo definire l’uso introverso della mente e la sua intensa concentrazione su un nuovo ed inusitato campo di contatti. Allora “la sostanza mentale, riflettendo sia il conoscitore (il Sé) che il conoscibile, diviene onnisciente... diviene strumento del Sé, ed agisce da elemento unificatore”<sup>43</sup>. Ogni cosa sarà rivelata a colui che medita veramente. Egli comprenderà i misteri della natura e i segreti della vita dello spirito. Saprà anche *in che modo* conosce.

La meditazione produce dunque l’unione o unificazione.

Il mistico occidentale parla di Unificazione (*At-one-ment*), mentre il suo fratello orientale parla di Raja Yoga, di Unione e di liberazione, ma entrambi intendono la stessa cosa. Essi vogliono dire che la mente e l’anima (il Cristo in noi, o il Sé Superiore) funzionano come un’unità, un tutto coordinato, ed esprimono così in modo perfetto la volontà di Dio immanente. René Guénon, ne *L’uomo e il suo divenire* fa, sulla parola “unione”, questi notevoli commenti, che qui giungono a proposito:

“La realizzazione di tale identità si effettua mediante lo Yoga, cioè l’unione intima ed essenziale dell’essere col Principio Divino, o se si vuole, con l’Universale. Il significato vero e proprio della parola Yoga è in effetti “unione” e null’altro... Occorre notare che una simile realizzazione non è da considerarsi a rigore come un “raggiungimento” o come la “produzione di un risultato non preesistente”, secondo l’espressione di Shankaracharya, poiché l’unione di cui si parla, anche se non veramente realizzata nel senso che qui intendiamo, nondimeno esiste in potenza o, meglio, è virtuale; ciò che essa implica è soltanto l’effettivo conseguimento, da parte dell’essere individuale... della coscienza di ciò che veramente esiste da tutta l’eternità”<sup>44</sup>.

Mediante gli ordinati stadi del Processo meditativo si stabilisce, gradualmente e con fermezza, un rapporto fra l’anima e i suoi strumenti, fino a che giunge il momento in cui sono letteralmente un’unità. Allora gli involucri servono soltanto a rivelare la luce dell’entrostante Figlio di Dio; il corpo fisico è sotto il diretto controllo dell’anima, poiché la mente illuminata trasmette (come vedremo in seguito) la conoscenza egoica al cervello fisico; la natura emotiva è purificata e riflette solamente l’amore dell’anima, così come la mente riflette i propositi divini. In tal modo, gli aspetti dell’essere umano, fino allora disorganizzati e separativi, vengono sintetizzati, unificati e posti in armonioso rapporto fra loro e con l’anima, loro creatrice, sorgente d’energia e di potere motivante.

La scienza dell’unione implica il disciplinare la vita e un sistema sperimentale di coordinazione. Suo metodo è quello dell’attenzione focalizzata, del controllo della mente, o della meditazione, ed è la modalità di sviluppo per cui ci uniamo all’anima e diveniamo consapevoli di stati interiori di coscienza.

“Ciò è riassunto dalle familiari parole di Browning: la Verità è dentro di noi; essa non nasce da cose esterne, malgrado tu lo possa credere. Vi è un centro interiore in tutti noi, dove la verità esiste in pienezza, attorniato strato su strato dalla rozza carne, ... e conoscere consiste piuttosto nell’aprire un varco attraverso cui lo splendore imprigionato possa evadere, che nel far entrare una luce che si suppone essere fuori”<sup>45</sup>.

Intero scopo della scienza della meditazione è, dunque, di mettere l’uomo in grado di divenire nella manifestazione esterna ciò che è nella realtà interiore, e di permettergli di identificarsi con il suo aspetto anima e non soltanto con le proprie caratteristiche inferiori. È un processo rapido di sviluppo della coscienza raziocinante, ma in questo caso

<sup>43</sup> Bailey, Alice A.: *The Light of the Soul*, IV, 22-24.

<sup>44</sup> Guénon, René: *L’uomo e il suo divenire secondo il Vedanta*, pag. 37.

<sup>45</sup> Browning, Robert: *Paracelso*

deve essere auto-iniziato ed auto-applicato. Per mezzo della meditazione, la mente è usata come strumento d'osservazione degli stati eterni, e con il tempo di viene uno strumento di illuminazione, attraverso il quale l'anima, o Sé, trasmette conoscenza al cervello fisico. Infine, la meditazione determina illuminazione. Il Maestro Eckhart, nel suo libro di Sermoni, scritto nel quattordicesimo secolo, dice:

“Tre tipi di uomini vedono Dio. I primi Lo vedono nella fede; di Lui non sanno più di quanto possano discernere attraverso un muro. Altri Lo guardano nella luce della grazia, ma solo in risposta al loro intenso desiderio e come donatore di dolcezza, devozione, interiorità e simili cose... Altri ancora Lo vedono nella luce divina”<sup>46</sup>.

**84** Questa è la luce rivelata dal processo di meditazione e con la quale dobbiamo imparare ad operare.

Il cuore del mondo è luce ed in quella luce vedremo Dio.

In quella luce troviamo noi stessi. In quella luce ogni cosa è rivelata. Patanjali ci dice che “quando i mezzi dell'unione sono stati costantemente praticati e l'impurità è stata superata, si ha l'illuminazione, che poi diviene completa”. “Allora la mente tende ad un'illuminazione crescente circa la vera natura del Sé”<sup>47</sup>.

Come risultato della meditazione, risplende la luce. È una “illuminazione graduale che si sviluppa fase per fase”<sup>48</sup>.

Di ciò ci occuperemo meglio in seguito.

Mediante la meditazione, come conseguenza di tutti i fattori che precedono, si sviluppano i poteri dell'anima. Ogni veicolo per mezzo del quale l'anima si esprime porta latenti in sé certi poteri innati, ma l'anima, che ne è la sorgente, li possiede nella loro forma più pura e più sublime. L'occhio fisico, ad esempio, è l'organo della vista fisica. La chiarezza è la stessa facoltà riferita al mondo psichico, il mondo dell'illusione, del sentimento e dell'emozione. Ma nell'anima questo stesso potere si manifesta come percezione pura e visione spirituale infallibile. Le corrispondenze superiori delle facoltà fisiche e psichiche inferiori divengono efficienti per mezzo della meditazione, e così sostituiscono le loro espressioni minori.

**85**

Tali facoltà si sviluppano in modo normale e naturale. Ciò avviene non perché desiderate e sviluppate coscientemente, ma perché, quando il Dio interiore assume il controllo e domina i Suoi corpi, i Suoi poteri si palesano sul piano fisico e le facoltà latenti si manifestano come realtà conosciute.

Il vero mistico non si occupa dei poteri e delle facoltà, ma solo del loro Possessore. Si concentra sul Sé, e non sui suoi poteri. Mentre si fonde sempre più con la realtà che è egli stesso, i poteri dell'anima cominciano a manifestarsi in modo naturale, utile ed esente da pericoli. Tutto ciò è riassunto dal Maestro Eckhart con queste parole:

“I poteri inferiori dell'anima dovrebbero essere sottomessi a quelli superiori, e quelli superiori a Dio; i sensi esteriori, a quelli interiori, e questi alla ragione; il pensiero all'intuizione, e l'intuizione alla volontà ed ogni cosa all'unità...”<sup>49</sup>.

C. Whitby, nella prefazione alla versione inglese dell'opera di René Guénon dianzi citata, così dice degli scopi della meditazione:

“... schiacciante testimonianza confermano in ogni punto essenziale l'accordo reciproco delle tradizioni esoteriche Occidentali, Indù, Mussulmane ed Estremo Orientali. La Verità, da noi affrettatamente definita come irraggiungibile, ci attende nella sua inalterabile e inalterata maestà, certamente velata per gli occhi frettolosi o sprezzanti, ma sempre più evidente per i ricercatori seri e senza pregiudizi. Secondo Plotino, l'atto contemplativo che essenzialmente costituisce la vita d'ogni individuo e dell'umanità nel suo insieme, ascende a poco a poco, seguendo una progressione naturale e inevitabile, dalla Natura all'Anima,

**86**

<sup>46</sup> Pfeiffer Franz: *Meister Eckhart*, pag. 191.

<sup>47</sup> Bailey, Alice A.: *La luce dell'anima*, II, 27-28, IV, 26. III, 5-6.

<sup>48</sup> Ibid, III,56.

<sup>49</sup> Pfeiffer, Franz: *Meister Eckhart*, pag. 40.

dall'Anima all'Intelletto puro, da questo al supremo " Uno ". Se ciò è vero, l'odierno occuparsi di questioni psichiche o para-psichiche da parte dei più avanzati pensatori e scienziati occidentali potrà, o meglio dovrà, presto o tardi, essere sostituito da un altrettanto serio interesse per questioni di importanza superiore o addirittura suprema<sup>50</sup>.

87 Si vedrà così che gli assunti della meditazione sono elevatissimi e corroborati dalla testimonianza dei mistici e degli iniziati d'ogni tempo. Il fatto che altri siano riusciti può darci coraggio e suscitare il nostro interesse, ma nient'altro, fino a che noi stessi non ci metteremo decisamente all'opera. Che esistano una tecnica e una scienza dell'unione, basate sul corretto trattamento ed uso del corpo mentale può essere profondamente vero, ma tali nozioni non servono a nulla se ogni uomo capace di pensare non affronta la questione. Egli deve valutare la posta in palio, e accingersi a provare la realtà della mente, i rapporti di questa nelle due direzioni (verso l'anima da una parte e verso l'ambiente esterno dall'altra) e infine la propria capacità di usarla a volontà e nel modo desiderato. Ciò implica lo sviluppo della mente come senso di sintesi, o senso comune, e ne dispone l'impiego in rapporto al mondo dell'esistenza terrena, delle emozioni e del pensiero. Implica, inoltre, di orientarla a volontà verso il mondo dell'anima e la facoltà sua propria di agire da intermediaria fra l'anima e il cervello fisico. Il primo scopo si raggiunge e si determina con adatti metodi d'educazione e di preparazione esoterici; il secondo è reso accessibile per mezzo della meditazione, forma superiore del processo educativo.

---

<sup>50</sup> Guénon, René: *L'uomo e il suo divenire secondo il Vedanta*, pag. V.

## CAPITOLO QUINTO

### GLI STADI DELLA MEDITAZIONE

Che fai, dentro, Anima, Fratello mio?  
Che fai, dentro?  
Sbarra porte e finestre, che nessuno veda  
Che siamo soli,  
(Soli! a faccia a faccia  
in quel luogo illuminato dalla fiamma!)  
Quando prenderemo a parlare l'un l'altro.

EVELYN UNDERHILL

**91** Abbiamo considerato brevemente gli obiettivi che ci proponiamo mentre tentiamo di riorientare la mente verso l'anima e, mediante l'unione così effettuata, entrare in comunicazione con un superiore mondo dell'Essere. Cerchiamo di utilizzare quell'insieme di qualità di cui ci ha dotati una lunga serie di esperimenti e di esperienze di vita e, sia che ci accingiamo all'impresa dal punto di vista del mistico devoto o come aspiranti intellettuali, vi sono alcuni requisiti fondamentali che devono precedere qualsiasi esercizio vero e proprio. Le seguenti parole del Rev. R. J. Campbell riassumono brevemente la nostra storia e il nostro compito.

“Per realizzare la natura del Sé, abbiamo dovuto uscire dalla nostra eterna dimora in Dio, per lottare e soffrire fra le illusioni del tempo e dei sensi. Dobbiamo superare tutto ciò, prima di poter penetrare la verità eterna che si trova di là dalle apparenze. In questo superamento, dobbiamo dominare la carne ed esaltare lo spirito, disprezzare il mondo per salvarlo, e perdere la vita per ritrovarla”.

**92** Consideriamo ora la situazione e i procedimenti ai quali dobbiamo assoggettarci se vogliamo raggiungere la meta. Dei requisiti preliminari poco occorre dire, perché sono universalmente noti, e in parte posseduti da ogni principiante che, altrimenti, non starebbe per iniziare questa fase particolare dell'eterna ricerca della verità. Nel nostro intimo siamo coscienti di una dualità e di un conflitto in atto fra i due aspetti di cui siamo costituiti. Siamo coscienti di una profonda insoddisfazione della vita fisica nel suo complesso e dell'incapacità di afferrare e comprendere la divina Realtà, che speriamo esista. Ma questo rimane materia di fede, e noi vogliamo certezze. La vita dei sensi non sembra farci avanzare di molto verso la meta. Conduciamo un'esistenza mutevole, e a volte elevati desideri ci portano in vetta ad una montagna meravigliosa, dove restiamo appena quanto basta per cogliere una visione di bellezza, per poi essere ricacciati nell'abisso dell'ambiente quotidiano, della nostra natura animale e del caotico mondo in cui il destino ci ha posti. Sentiamo una certezza che continuamente ci sfugge; lottiamo per un fine che sembra al di fuori di noi e che elude i nostri sforzi più disperati; ci affanniamo, lottiamo e agonizziamo per raggiungere una realizzazione di cui i Santi e i Conoscitori rendono continua testimonianza. Se la nostra volontà è abbastanza forte, se la nostra determinazione è ferma e perseverante, e se le regole e formule antiche sono state comprese, possiamo affrontare il problema sotto un altro aspetto e usare l'insieme delle nostre doti mentali, invece della pressione emotiva o del desiderio febbrile.

**93** L'attività del cuore ha tuttavia la sua importanza, e Patanjali, nei suoi ben noti “Aforismi”, che hanno guidato centinaia di Conoscitori, dice:

“Le pratiche che conducono all'unione con l'anima sono prima di tutto ardente aspirazione, poi lettura spirituale e infine completa obbedienza al Maestro”<sup>51</sup>.

La parola “aspirazione” viene dal latino ad - verso, e spirare - respirare, cioè “respirare verso”, secondo la definizione del Webster. La parola “spirito” deriva dalla stessa radice. L'aspirazione deve precedere l'ispirazione. Deve esserci un'espiazione fuori

---

<sup>51</sup> Bailey, Alice A.: *La luce dell'anima*, II, 1, 2.

dal sé inferiore, prima che possa aver luogo una ispirazione da parte dell'aspetto superiore. Dal punto di vista del misticismo orientale, l'aspirazione implica l'idea del fuoco. Denota un bruciante desiderio e una determinazione ardente, che finiranno per produrre tre effetti nell'aspirante. Essa proietta una luce infuocata sui suoi problemi, e la fornace purificatoria in cui il sé inferiore deve gettarsi per bruciare tutte le scorie, e distrugge anche ogni ostacolo che gli sbarrì il cammino. La stessa idea del fuoco si ritrova in tutte le opere del misticismo cristiano, e molti passi della Bibbia di natura analoga vengono subito alla mente. La volontà di "portare la croce", di "entrare nel fuoco", di "morire ogni giorno" (non importa quale sia il simbolismo impiegato) e la caratteristica del vero aspirante e, prima di addentrarci sulla via della meditazione ricalcando le orme delle miriadi di figli di Dio che ci hanno preceduto, dobbiamo valutare la profondità e l'elevatezza dell'impresa e riunire tutte le nostre forze per tentare l'ardua ascesa. Dobbiamo dire con J. C. Earle:

94

Oltrepasso la valle. Scalo l'erta.  
Porto la croce: la croce mi porta.  
La luce mi conduce alla luce. Piango  
Di gioia per quello che spero di vedere  
Quando, scalata finalmente l'alta cima,  
Per ogni faticoso passo che feci,  
Traverserò mondi su mondi di luce  
E penetrerò qualche profonda intensità di Dio.<sup>52</sup>

Partendo da una comprensione emotiva del nostro scopo, attraverso il fuoco della disciplina raggiungiamo le vette della certezza intellettuale. Ciò è magnificamente descritto nella Bibbia con la storia di Shadrach, Mesbach e Abednego. Essi vennero gettati in una fornace ardente, ma il risultato di quella apparente tragedia fu che in mezzo a loro si sprigionò la forma di una quarta Identità, simile nell'aspetto al Figlio di Dio. Quei tre sono il simbolo del triplice uomo inferiore. Il nome *Mesbach* significa "agile", una facoltà della mente discriminante, del corpo mentale. *Shadrach* vuol dire "gioioso lungo la Via" e descrive la trasmutazione del corpo emotivo e il volgersi del desiderio verso la Via; *Abednego* significa "servo del Sole", e sottolinea così il fatto che l'unica funzione del corpo fisico e di servire il Sole, ossia il Figlio, l'ego o anima (vedi Daniele III, 23-24). Non c'è modo di sfuggire alla fornace ardente, ma la ricompensa è proporzionata alla prova.

95

Deve essere compreso anche il senso del secondo requisito, la lettura spirituale. L'origine del termine inglese "*read*" (leggere) è molto oscura, e i filologi la pongono in relazione a due parole. Una è quella latina "*veri*", pensare; l'altra è quella sanscrita "*radh*", riuscire. Entrambe le tesi sono forse attendibili, perché è certamente vero che l'uomo che meglio riesce a pensare, che controlla e usa il proprio apparato pensante, più facilmente padroneggerà la tecnica della meditazione.

La preghiera è accessibile a tutti. La meditazione lo è solo per l'uomo polarizzato mentalmente, il che va posto in evidenza, e l'affermarlo suscita spesso controversie. Chiunque voglia sottomettersi ad una disciplina, trasmutando l'emotività in devozione spirituale, può divenire santo, e molti si sottopongono alla prova. *Ma non tutti gli uomini possono ancora divenire conoscitori*, poiché questo comporta tutto ciò che i santi hanno conseguito, più l'uso dell'intelletto e la capacità di pervenire alla conoscenza e alla comprensione tramite il pensiero. Il successo è dunque di colui che sa pensare e usare il sesto senso, la mente, per ottenere risultati specifici. Si sono suggerite anche altre derivazioni, da radici che indicano l'accettare consiglio o informazione, sì che tre sono i concetti fondamentali: il conseguimento del successo mediante l'uso della mente, il raggiungimento della perfezione, il prendere consiglio e l'utilizzare ogni canale di informazione per acquisire conoscenza.

96

---

<sup>52</sup> Earle, John Charles, *Avanti e verso l'alto* (Oxford Book of English Mystical Verse), pag. 508.

Questo è in fondo ciò che Patanjali intende con l'espressione tradotta con "lettura spirituale". In realtà, ciò significa leggere con gli occhi dell'anima, con la visione interiore pronta a scoprire ciò che si cerca. Si sa che ogni forma è soltanto il simbolo di una realtà interiore o spirituale, e la lettura spirituale implica lo sviluppo della facoltà di "leggere", ossia vedere l'aspetto vita che la forma esteriore vela e nasconde. Questo vale sia per la forma umana che per qualunque altra forma naturale; tutte le forme velano un pensiero divino, un'idea o verità, e sono la manifestazione tangibile di un concetto divino. Quando un uomo sa questo, comincia a leggere spiritualmente, a vedere sotto la superficie, entrando così in contatto con l'idea che ha dato origine alla forma. A poco a poco, con la pratica, egli giunge a conoscere la Verità e non è più ingannato dagli aspetti illusori della forma. Ciò, nella sua applicazione più pratica, condurrà l'uomo, ad esempio, a non tener conto dell'aspetto forma che il suo simile può assumere, e comportarsi nei suoi riguardi in base alla divinità nascosta in lui. Non si tratta di cosa facile, ma tuttavia possibile, se educati alla lettura spirituale.

Il terzo requisito è l'obbedienza al Maestro. Ciò non significa osservanza servile degli ordini di un ipotetico Insegnante, o Maestro, che agisce misteriosamente dietro le scene, come pretendono tante scuole d'esoterismo. La cosa è molto più semplice. Il vero Maestro, che reclama la nostra attenzione, e quindi la nostra obbedienza, è il Maestro nel Cuore, l'Anima, il Cristo interiore. Egli comincia col far sentire la propria presenza con la "piccola voce quieta" della coscienza, che incita ad una vita più elevata e meno egoista, e fa subito risuonare una nota di monito quando deviamo dallo stretto sentiero della rettitudine. Più tardi, questa piccola voce viene conosciuta come la Voce del Silenzio, la parola che proviene dal "Verbo incarnato" che siamo noi stessi. Ognuno di noi è un Verbo fatto carne. Ancora più tardi, la diciamo intuizione risvegliata. Chi medita, impara a distinguere con cura fra queste tre. Il terzo requisito esige dunque dall'aspirante in ogni momento e ad ogni costo, un'obbedienza pronta ed assoluta all'impulso più elevato che sia in grado di registrare. Quando tale obbedienza è in atto, evoca dall'anima un afflusso di luce e di conoscenza, come è accennato dal Cristo quando dice: "Colui che farà il suo volere, saprà..." (Giovanni, VII, 17).

Questi tre fattori - obbedienza, ricerca della verità in ogni forma, e ardente desiderio di liberazione - sono le tre parti dello stadio dell'aspirazione e devono precedere quello della meditazione. Non devono necessariamente essere espressi in modo perfetto e completo, ma devono far parte dell'esistenza come effettive regole di condotta. Conducono al distacco, qualità ritenuta importante sia in Oriente che in Occidente. È, la liberazione dell'anima dalla tirannia della forma, e il subordinarsi della personalità agli impulsi superiori. J. Marechal esprime nel modo seguente l'analoga intenzione cristiana:

Questo "distacco dal sé", che significa?

Prima di tutto, evidentemente, è distacco dall'Ego inferiore e sensibile; che implica subordinazione abituale del punto di vista materiale a quello spirituale, e coordinazione della molteplicità inferiore sotto una superiore unità.

"In secondo luogo è distacco dall'Ego vanaglorioso, l'Ego disordinato e capriccioso, zimbello delle circostanze esteriori, schiavo dell'opinione mutevole. La continuità della vita interiore non può adattarsi ad un'unità così fluttuante.

"Ma, soprattutto, è distacco dall'Ego orgoglioso. Ciò deve essere ben compreso, poiché l'umiltà è giustamente considerata una delle caratteristiche principali dell'ascetismo e del misticismo cristiani"<sup>53</sup>.

Qui s'insiste sulla subordinazione della vita fisica, emotiva e mentale al progetto divino di realizzare l'unità, poiché l'instabilità è una qualità dell'apparato sensorio, così come l'orgoglio lo è della mente.

Il processo meditativo si divide in cinque parti, ognuna delle quali sfocia nella seguente. Le studieremo ad una ad una, poiché padroneggiandole possiamo tracciare la costante ascesa dell'uomo spirituale cosciente dal regno del sentimento a quello della

<sup>53</sup> Maréchal, Joseph, S. J.: op. cit., pag. 166.

conoscenza e poi dell'illuminazione intuitiva. Questi stadi possono essere brevemente così elencati:

99

1. *Concentrazione*. L'atto di concentrare la mente, imparando a focalizzarla e quindi a farne uso.
2. *Meditazione*. Il prolungato focalizzarsi dell'attenzione in qualsiasi direzione e il mantenere la mente ferma sul concetto voluto.
3. *Contemplazione*. Attività dell'anima, distaccata dalla mente, la quale è mantenuta in stato di quiescenza.
4. *Illuminazione*. Il risultato dei tre processi precedenti, implicante la trasmissione nella coscienza cerebrale della conoscenza acquisita.
5. *Ispirazione*. Il risultato dell'illuminazione, quale si manifesta nella vita di servizio.

La pratica di questi cinque stadi conduce all'unione con l'anima e alla conoscenza diretta della divinità. Per la maggioranza di coloro che iniziano a meditare, l'attenzione dovrebbe essere assorbita a lungo - in pratica escludendo gli altri stadi - dalla concentrazione, dall'acquisire il controllo dei processi mentali. Si deve presumere che l'aspirazione sia presente in una certa misura, altrimenti non vi sarebbe desiderio di meditare. Occorre far notare, tuttavia, che l'aspirazione non serve a nulla se non è sostenuta da volontà ferma, costanza e pazienza inesauribile.

#### I. *Lo Stadio della Concentrazione*.

In ogni scuola di misticismo progredito, o intellettuale, il primo ed indispensabile passo è di pervenire al controllo mentale. Nel XIV° secolo, il Maestro Eckhart scriveva:

100

“San Paolo ci ricorda che noi, poiché fatti ad immagine e somiglianza di Dio, possiamo raggiungere una visione più elevata e più vera. San Dionigi dice che per ottenerla occorrono tre cose. La prima è il dominio della propria mente. La seconda, una mente che sia libera. La terza una mente capace di vedere. Come possiamo procurarci questa mente speculativa? Con l'abitudine della concentrazione mentale”<sup>54</sup>.

Ciò è strettamente conforme al metodo orientale, che mira per prima cosa a porre l'uomo al controllo del proprio apparato mentale, in modo da divenire colui che usa la propria mente a volontà e non (come tanto spesso accade) la sua vittima, governato da pensieri e idee sui quali non ha alcun dominio e che non può eliminare, per quanto fortemente desideri farlo.

Lo stesso concetto espresso dal Maestro Eckhart, lo ritroviamo nella *Bhagavad Gita*, l'antica Scrittura Indiana:

“La mente si agita, o Krishna, turbolenta, impetuosa, violenta; penso che fermarla, sia difficile come fermare il vento.

“Senza dubbio... la mente vagante è difficile da trattenere ma con la pratica assidua... si può riuscire a tenerla ferma.

“Quando la tua anima passerà oltre la foresta dell'illusione, non ti curerai più di ciò che si dovrà insegnare o di ciò che è stato insegnato.

“Quando, ritirata dall'insegnamento tradizionale, la tua anima starà salda e ferma nella sua visione, allora potrai unirti ad essa”<sup>55</sup>.

101

Il primo passo, dunque, è il controllo mentale. Cioè la capacità di far fare alla mente ciò che si vuole, di pensare ciò che si desidera, di formulare concetti e sequenze di pensieri a comando. Funzione della mente, nella maggior parte dei casi, è soprattutto quella di ricevere messaggi dal mondo esterno tramite i cinque sensi, e trasmetterli per mezzo del cervello. Hume ci dice che “la mente è una specie di teatro, dove percezioni svariate fanno successivamente, la loro comparsa”. È la sede delle funzioni intellettuali, ed un grande centro che registra impressioni di ogni specie, in base alle quali ci comportiamo, o che respingiamo se non ci sono gradite. La mente tende ad accettare ciò che le viene

<sup>54</sup> Pfeiffer, Franz: op. cit., pag. 196-197

<sup>55</sup> Bhagavad Gita, VI, 34-35; II, 52-53.

presentato. I concetti degli psicologi e degli scienziati circa la natura della mente sono troppi per occuparcene qui. Alcuni la considerano un'entità separata; altri, un meccanismo del quale il cervello e il sistema nervoso sono parte integrante. Una corrente la ritiene "una specie di struttura superiore, non fisica... capace di studio scientifico rigoroso e soggetta a particolari disordini". C'è chi la considera una forma del sé, con vita sua propria; come un meccanismo di difesa costruito nei millenni; come un apparato di risposta per mezzo del quale entriamo in contatto con aspetti dell'Universo altrimenti irraggiungibili. Per alcuni è soltanto un termine vago, che significa ciò che ci permette di registrare il pensiero o rispondere a vibrazioni, come quelle presenti nell'opinione pubblica o nei libri d'ogni epoca. Per l'esoterista, è semplicemente un termine che indica un aspetto dell'uomo, responsivo in una direzione - il mondo esteriore del pensiero e degli eventi ma che potrebbe essere altrettanto responsivo in un'altra direzione: il mondo delle energie sottili e dell'essere spirituale. Questo è il concetto da tener presente studiando la tecnica della meditazione. Lloyd Morgan ce lo riassume in modo da includere ogni altra definizione minore. Dice:

"... la parola "mente" può essere usata in tre sensi; primo, come *Mente* o *Spirito* in relazione a una qualche *Attività*, per noi *Dio*; secondo, come qualità che emerge ad un alto livello di progresso evolutivo; terzo, come attributo psichico che pervade ogni evento naturale in correlazione universale"<sup>56</sup>.

Abbiamo qui l'idea del proposito divino, la mente universale, il concetto di quella mentalità umana che, sulla scala evolutiva, distingue l'uomo dall'animale, ed infine di quella coscienza psichica universale che pervade l'animato e il cosiddetto inanimato. È la mente come qualità che emerge ad un alto livello evolutivo quella che c'interessa in quanto esseri umani. È per noi un modo o un mezzo di contatto che riceve informazioni da varie fonti e in diversi modi. Mediante i cinque sensi, le informazioni giungono all'uomo rendendolo consapevole del mondo fenomenico fisico, e della vita psichica in cui è immerso. Non solo, ma la mente registra anche le impressioni che emanano da altre menti, e i pensieri degli uomini (sia antichi che moderni) gli affluiscono tramite la parola scritta e parlata, le rappresentazioni teatrali, le immagini, la musica. La maggior parte di tutto ciò è semplicemente registrata e messa da parte, e più tardi si esprimerà come ricordo o previsione. Stati d'animo, reazioni emotive, sentimenti e desideri sono anch'essi registrati dalla mente, sia d'ordine elevato o no, ma per l'uomo comune, questo è tutto. Ben poco autentico pensiero succede alla registrazione dell'informazione, e non si ha una chiara formulazione di pensiero. Rivestire le idee con parole che le esprimano chiaramente è una delle funzioni della mente, eppure sono pochi coloro che hanno idee o pensieri veramente intelligenti! La loro mente risponde a ciò che le proviene dal mondo esterno, ma non svolge alcuna attività autonoma o inerente.

Attualmente quindi, nel caso dell'uomo comune, il processo dominante va dall'esterno all'interno, tramite i sensi, al cervello. Questo "telegrafa" le informazioni ricevute alla mente che, a sua volta, le registra. Normalmente non accade altro.

Nel caso di chi pensa veramente, invece, accade qualcosa di più. Alla registrazione segue un'analisi del fatto o dell'informazione, la correlazione di questi con altri elementi, e la ricerca delle cause e degli effetti. La "sostanza mentale", come la chiamano gli Orientali, è posta in attività, vengono create forme-pensiero ed immagini mentali attinenti all'idea presentata. Poi, se si vuole, il chiaro pensare dell'uomo viene impresso sul cervello, dando origine ad un'attività di ritorno. Infine, nel caso del mistico e di colui che comincia a meditare, si scopre altro ancora. Si trova che la mente, se ben governata e disciplinata, è capace di rispondenza più ampia e profonda, che divenire consapevole di idee e concetti che emanano da un regno profondamente spirituale e sono comunicati dall'anima. Diversamente dalle impressioni provenienti dalla vita esteriore di ogni giorno, registrate sul nastro magnetico della mente, queste giungono dal regno dell'anima e

---

<sup>56</sup> Morgan, C. Lloyd: *Evoluzione emergente*, pag. 37.



sono prodotte dall'attività della stessa anima di colui che medita, o da altre anime con le quali essa sia in contatto.

La mente acquisisce allora una nuova utilità, e la portata dei suoi contatti non include soltanto il mondo degli uomini, ma anche quello dell'anima. Sua funzione è agire da intermediaria tra l'anima e il cervello, trasmettendo a questo ciò di cui l'uomo è divenuto consapevole come anima. Questo è possibile quando le vecchie attività mentali vengono sostituite da altre più elevate, e quando la mente può essere resa temporaneamente insensibile ad ogni richiamo esteriore. Tale effetto tuttavia non si ottiene con metodi tendenti a rendere la mente passiva e ricettiva, o addirittura "vuota", o completamente negativa, né con qualsiasi altra forma di auto-ipnotismo. È invece indotto dalla forza espulsiva di un interesse nuovo e più intenso, e dall'attenzione convergente delle facoltà mentali focalizzate su un nuovo campo di fenomeni e di forze. Questo sistema è quello della concentrazione, il primo e più difficile passo verso l'illuminazione della vita.

105

La parola "concentrazione" proviene dal latino "con" "centrare" e significa "riunire o condurre verso un centro o punto focale comune"; indica l'atto di riunire i pensieri e le idee vaganti, e mantenere la mente focalizzata o accentrata, ferma e stabile sull'oggetto dell'attenzione immediata, senza lasciarla vagare o distrarsi. Implica l'eliminazione di tutto ciò che è estraneo o non attinente all'argomento prescelto. Eccone la definizione di Patanjali: "Attenzione o concentrazione significa fissare la coscienza percipiente su una zona determinata"<sup>57</sup>

Ciò comporta necessariamente una distinzione fra il Pensatore, l'apparato pensante e ciò che deve essere considerato dal Pensatore. Dobbiamo dunque distinguere tra noi stessi, colui che pensa, e ciò che usiamo per pensare, la mente. Entra allora in gioco il terzo fattore, ciò che si pensa.

Gli studenti faranno bene ad imparare a fare queste distinzioni fondamentali fin dall'inizio del loro lavoro di meditazione, ed a coltivare ogni giorno tale abitudine a distinguere. Devono distinguere sempre fra:

1. Il Pensatore, il vero Sé, o l'Anima.
2. La mente, o l'apparato che il Pensatore cerca di usare.
3. Il processo del pensiero, ossia l'opera del Pensatore allorché imprime sulla mente (quando essa è in equilibrio) ciò che egli pensa.
4. Il cervello, che a sua volta è impressionato dalla mente e si comporta come agente del Pensatore per trasmettere impressioni e informazioni.

106

La concentrazione è, dunque, la capacità di focalizzare la coscienza su un dato soggetto e di mantenerla a volontà; è il metodo della percezione accurata e della corretta visualizzazione, qualità che permette al Pensatore di percepire e conoscere il campo di percezione. Sinonimo di concentrazione è l'attenzione, quando sia rivolta ad un solo punto. È interessante ciò che il Padre Maréchal dice a tale proposito. "L'attenzione è un *sentiero diretto* verso la piena percezione, verso l'allucinazione o, più generalmente, verso la fede... Essa produce una momentanea *unificazione* della mente mediante il predominio di un unico gruppo mentale... Ma quest'"unità mentale", che si realizza in una certa misura nel fenomeno dell'attenzione, è anche *l'unica condizione soggettiva* che, come abbiamo visto, accompagna *sempre* la vera o falsa percezione del reale"<sup>58</sup>.

Si potrebbe domandare quale sia il modo più facile per imparare a concentrarsi. La risposta potrebbe essere data con le parole del proverbio francese che dice: "Le meilleur moyen de déplacer est de remplacer", ossia "il miglior modo di eliminare è sostituire", ed uno dei modi che si possono impiegare è appunto il "potere espulsivo di un nuovo interesse". Interessarsi profondamente ad un soggetto nuovo e complicato, e focalizzare la propria attenzione su un argomento nuovo e dinamico tenderà in modo automatico ad educare la mente a concentrarsi su un solo punto.

---

<sup>57</sup> Bailey, Alice A.: *La luce dell'Anima*, III, 1.

<sup>58</sup> Maréchal, Joseph S. J.: op. cit., pag. 90.

Un'altra risposta potrebbe essere: "Concentratevi su tutto ciò che fate ogni giorno, e tutto il giorno. La concentrazione si svilupperà rapidamente se coltiviamo l'abitudine dell'accuratezza in ogni atto della vita quotidiana. Un parlare appropriato richiede attenzione a ciò che si dice, si legge o si ode, e ciò comporta necessariamente concentrazione, e ne provoca lo sviluppo. La vera meditazione è, dopo tutto, un atteggiamento mentale, e deriva da un atteggiamento di concentrazione.

Lo scopo dei nostri sforzi è quindi di educare la mente a servirci, anziché dominarci, e di coltivare la facoltà di concentrazione, in vista del lavoro meditativo vero e proprio. Lo studente sincero, quindi, dedicherà la massima attenzione alle vicende della vita giornaliera, imparando così a disciplinare la mente, quale apparato del suo pensiero.

Lasciate che insista sulla necessità di un modo di vita costantemente concentrato. Il segreto del successo si può riassumere in due parole: fate attenzione. Parlando, leggendo, scrivendo, manteniamo il pensiero stabilmente focalizzato su ciò che stiamo facendo, e in tal modo svilupperemo a poco a poco la capacità di concentrarci.

A quest'atteggiamento abituale si devono aggiungere veri e propri esercizi di concentrazione, eseguiti con perseveranza ogni giorno. Consistono nel fissare la mente su un oggetto particolare o su un dato pensiero. S'impara così con calma e costanza ad astrarre la coscienza dal mondo esteriore e dalle circostanze exoteriche, per concentrarla a volontà su un argomento qualsiasi.

La pratica regolare ed instancabile della concentrazione quotidiana, permette di superare per gradi la difficoltà di controllo mentale e produce dei risultati che si potrebbero elencare come segue:

1. Riorganizzazione della mente.
2. Polarizzazione dell'uomo nel veicolo mentale, anziché in quello emotivo.
3. Ritiro dell'attenzione dalle percezioni sensorie e crescente capacità di accentrarsi nel cervello. La maggioranza degli uomini, come gli animali, usa invece il plesso solare.
4. Sviluppo della facoltà di concentrazione istantanea, preliminare alla meditazione.
5. Capacità di fissare l'attenzione in modo irremovibile su qualsiasi pensiero- seme prescelto.

## II. *Stadio della Meditazione.*

Patanjali definisce la concentrazione come il tenere ferma la coscienza percipiente in un campo determinato, e la meditazione come il mantenere a lungo la coscienza percipiente in un campo determinato. La differenza è dunque solo nel fattore tempo, e sembrerebbe che entrambi gli stadi siano questione di controllo. Con la pratica della concentrazione dovrebbe essere raggiunto un dominio sufficiente affinché lo studente non sia continuamente costretto a richiamare il pensiero. Quindi, una concentrazione prolungata offre alla mente la possibilità di agire su qualsiasi oggetto che si trovi entro "l'anello invalicabile" del campo stabilito. La scelta di una parola, o di una frase come soggetto della meditazione, serve a stabilire i confini dell'anello invalicabile e se la meditazione è bene eseguita la mente non si distoglie mai dall'oggetto prescelto. Essa rimane focalizzata e continuamente attiva per tutto il periodo della meditazione. Inoltre, non le è permesso di fare ciò che vuole dell'oggetto o del pensiero- seme. Nella concentrazione, chi medita dovrebbe essere continuamente consapevole del fatto che egli sta usando la mente. Nella meditazione, questa coscienza di usare la mente si perde, ma non si può né fantasticare né seguire qualsiasi idea che emerga per caso in rapporto all'argomento pensato. Il pensiero- seme è stato scelto con uno scopo: o per gli effetti su colui che medita, o per l'effetto nel servizio su altre persone, o in relazione a qualche attività spirituale, o per favorire in un modo o nell'altro la ricerca di saggezza. Se il procedimento ha buon esito, evoca in colui che medita poca o nessuna reazione, sia di piacere che di mancanza di piacere. Le reazioni emotive sono trascese e la mente è quindi libera di funzionare regolarmente. Ne risulta una chiarezza di pensiero mai raggiunta prima, perché nella sua attività ordinaria, la mente è sempre associata a qualche

desiderio che la influenza. In tale stato di coscienza, invece, il desiderio è trasceso, così come poi, nello stadio della contemplazione, è trasceso il pensiero. Quando la mente è resa inattiva per inibizione o ripetizione persistente, non può essere trascesa nella contemplazione, né usata in meditazione. La pratica del vuoto mentale, non è soltanto sciocca, ma realmente pericolosa.

110 Nei *Sutra Yoga di Patanjali* troviamo queste parole:

“Il consolidarsi di tale abitudine ed il frenare la tendenza della mente a formare pensieri conferiscono, col tempo, il potere costante di contemplare”<sup>59</sup>.

La meditazione è frutto d’esperienza. È, il raggiungimento istantaneo di un atteggiamento mentale, quale risultato di una lunga pratica. Nella *Bhagavad Gita* si afferma che ogni azione comporta questi cinque elementi:

1. Lo strumento materiale..... Il cervello
2. L’esecutore..... il Sé
3. L’organo..... la mente
4. L’impulso..... l’energia
5. Il destino..... il Karma”<sup>60</sup>

La meditazione è un’attività molto intensa, e questi cinque fattori sono tutti implicati. Lo strumento materiale che dobbiamo usare nella meditazione è il cervello fisico. Molti pensano di dover trascendere il cervello, salire ad altezze vertiginose, stare su qualche pinnacolo di pensiero finché accade qualcosa di trascendentale, e quindi poter dire di conoscere Dio. Ciò che realmente occorre è pervenire al controllo della mente e dei processi cerebrali, in modo che il cervello divenga un ricevitore sensibile dei pensieri e dei desideri che l’anima, o Sé Superiore, trasmette tramite la mente. La mente è considerata come un sesto senso ed il cervello come l’apparecchio ricevente. Già utilizziamo i cinque sensi quali vie percettive, ed essi continuamente telegrafano informazioni al cervello. Tali informazioni aprono all’uomo cinque vasti campi di conoscenza, o cinque ordini di vibrazioni. La mente dovrebbe servire ad uno scopo simile. Maestro Eckart riassume tutto ciò nel seguente brano, che definisce la posizione dei mistici d’entrambi gli emisferi:

111

“Prima di tutto, bada che i tuoi sensi esteriori siano adeguatamente controllati... Poi, volgiti ai sensi interiori, ossia ai nobili poteri dell’anima, sia inferiori che superiori. Comincia dai primi. Essi sono intermedi fra i poteri superiori e i sensi esterni. Sono eccitati da questi ultimi; ciò che l’occhio vede, ciò che l’orecchio ode, essi lo pongono immediatamente al desiderio. Questo di norma lo sottopone a sua volta al secondo potere, chiamato giudizio, il quale lo considera e una volta ancora lo passa al terzo potere, il raziocinio o la ragione...”

“Inoltre, occorre che la mente sia tranquilla... che il corpo riposi da ogni attività, non soltanto manuale, ma anche verbale e dei cinque sensi. L’anima si manifesta maggiormente nel riposo poiché in un corpo affaticato è spesso sopraffatta dall’inerzia. Con strenuo sforzo ci esercitiamo nell’amore divino per giungere ad una visione intellettuale, fino a che, aprendoci una via per mezzo dei sensi riuniti, ci innalziamo al di sopra della nostra stessa mente, verso la splendida visione di Dio... L’uomo che sale sulla vetta della sua mente è Dio esaltato”<sup>61</sup>

112

Valendosi della mente come di uno strumento guidato, l’anima può manovrare gli impulsi o le correnti di pensiero. Queste forze affluiscono nel campo d’esperienza del Pensatore, ed egli deve imparare a dirigerle coscientemente, e ad operare con esse in modo da produrre il risultato voluto.

Il quinto elemento ci ricorda, che un certo stadio di sviluppo evolutivo deve essere raggiunto prima che la meditazione vera e propria sia possibile; un certo lavoro deve essere compiuto e deve aver luogo un determinato affinamento nello strumento prima

<sup>59</sup> Bailey, Alice A.: *La luce dell’Anima, III, 11.*

<sup>60</sup> Bhagavad Gita: XVIII, 13-14.

<sup>61</sup> Pfeiffer, Franz: op. cit., pag. 279, 47.

che l'uomo possa meditare con senno e senza pericolo. Non tutti gli uomini sono in grado di meditare con prospettiva di successo completo. Ciò non deve scoraggiare nessuno. Si può sempre cominciare e porre una salda base. Il controllo dei processi mentali può essere iniziato e condotto fino ad un alto livello di conseguimento, offrendo così all'anima un apparato pensante pronto all'uso. Reagendo alle tre parti della meditazione, ma reagendovi in modo unificato, si è studiata la natura fisica o formale, si sono considerati la qualità che l'anima e il motivo o la causa che l'ha manifestata. Intanto, la concentrazione si è sempre più approfondita, e la meditazione intensificata. L'attenzione è penetrata sempre più verso l'interno e le cose esteriori sono state costantemente escluse; questo non è stato compiuto con un atteggiamento passivo, ma per mezzo di un interesse estremamente acuto e vitale. La meditazione è stata positiva nel metodo e non ha indotto stati negativi o di trance. La mente è rimasta costantemente attiva, ma attiva in un'unica direzione.

**113** Infine giunge lo stadio chiamato beatitudine, o identificazione. La coscienza non è più focalizzata nell'intelletto, ma s'identifica con l'oggetto della meditazione. Di ciò tratteremo più avanti.

Abbiamo riassunto, in breve, i quattro stadi di ciò che viene definita "meditazione con seme".

1. Meditazione sulla natura di una forma particolare.
2. Meditazione sulla qualità di una forma particolare.
3. Meditazione sullo scopo di una forma particolare.
4. Meditazione sulla vita che anima una forma particolare.

Tutte le forme sono simboli di una vita entrostante, ed è mediante la meditazione con seme che perveniamo all'aspetto vita.

Nel Trattato *del Fuoco Cosmico*, leggiamo le seguenti parole:

"Lo studente accorto considererà pure tutte le forme d'espressione come aventi il carattere di simboli. Un simbolo ha tre interpretazioni: è esso stesso l'espressione di un'idea, e quell'idea ha a sua volta dietro di sé un proposito per ora inconcepibile. Le tre interpretazioni di un simbolo si possono considerare nel modo seguente:

1. *L'interpretazione exoterica* di un simbolo si fonda in gran parte sulla sua utilità oggettiva e sul carattere della forma. Ciò che è exoterico e sostanziale serve a due scopi.

**114** a. Dare qualche pallida indicazione dell'idea o del concetto. Questo collega il simbolo, nel suo carattere exoterico, col piano mentale, ma non lo libera dai tre mondi della valutazione umana.

b. Limitare, confinare e imprigionare l'idea adattandola così al punto d'evoluzione raggiunto dal Logos solare, dal Logos planetario e dall'uomo. La vera natura dell'idea latente è sempre più potente, completa e piena della forma o del simbolo mediante il quale cerca di esprimersi. La materia non è che il simbolo di un'energia centrale. Le forme d'ogni genere in tutti i regni della natura e gli involucri manifestati nelle loro più ampie connotazioni e nella loro totalità sono solo simboli di vita - che cosa quella Vita stessa sia, rimane per ora un mistero...

2. *L'interpretazione soggettiva* è quella che rivela l'idea che sottostà alla manifestazione oggettiva. Quest'idea, in sé incorporea, diventa concreta sul piano dell'oggettività... Queste idee appaiono allo studente dopo essersi addentrato nella meditazione, così come la forma exoterica del simbolo e tutto ciò che è notato dall'uomo quando è agli inizi. Appena si comincia ad usare l'apparato mentale e si stabilisce un contatto anche modesto con l'Ego, avvengono tre cose:

**115** a. Va oltre la forma e cerca di spiegarla.  
b. Col tempo perviene all'anima che ogni forma vela, e lo fa per mezzo della conoscenza della propria anima.

- c. Allora comincia a formulare egli stesso delle idee nel senso occulto del termine ed a creare e rendere manifesta l'energia o sostanza dell'anima, che si accorge di poter manipolare.

Istruire l'uomo a lavorare nella materia mentale è istruirlo a creare. Insegnare alla gente a conoscere la natura dell'anima, è metterla in contatto cosciente con il lato soggettivo della manifestazione, e porre nelle mani degli uomini il potere di lavorare con l'energia dell'anima. Mettere gli uomini in grado di sviluppare i poteri dell'aspetto anima, è metterli in rapporto con le forze e le energie nascoste in ogni regno della natura.

Allora, quando il contatto con l'anima e la percezione soggettiva sono rafforzati e sviluppati, l'uomo può divenire un creatore cosciente, cooperante ai piani evolutivi e divini. Passando attraverso i vari gradi, la sua capacità di lavorare e quella di giungere al pensiero che sottostà ad ogni simbolo si accrescono. Non è più ingannato dall'apparenza, ma la riconosce come la forma illusoria che vela ed imprigiona qualche pensiero.

3. Il *significato spirituale* e quello che sottostà al senso soggettivo e che è velato dall'idea o dal pensiero, proprio come l'idea stessa è velata dalla forma che assume quando è in manifestazione exoterica. Questo può anche essere considerato come il proposito che suggerì l'idea e condusse ad emanarla nel mondo delle forme. È l'energia dinamica centrale cui si deve l'attività soggettiva...<sup>62</sup>.

Il processo di pervenire alla realtà che sta dietro ogni forma è il risultato della meditazione con seme. Essa implica la comprensione dei tre aspetti della Vita divina. Ecco perché si consiglia agli studenti di meditare su una parola o una frase specifica tratta da testi sacri, per abituarti a penetrare dietro la forma delle parole e giungere al loro vero significato.

Siamo penetrati nel mondo delle cause; dobbiamo cercare di comprendere il Piano così come esiste nella mente di Dio e come si esprime mediante l'amore che emana dal Cuore di Dio. È forse possibile ad una mente umana andare oltre l'amore e il volere di Dio? Proprio a questo punto si entra in contatto con la Divinità. La mente cessa di funzionare e il vero studente di meditazione scivola in uno stato di cosciente identificazione con quella realtà spirituale che chiamiamo il Cristo entrostante, l'Anima divina. L'uomo, in questo momento, entra in Dio.

---

<sup>62</sup> Bailey, Alice A.: *Trattato del Fuoco Cosmico*, pp. 1233 e ss.

## CAPITOLO SESTO

### GLI STADI DELLA MEDITAZIONE

(continuazione)

Milarepa si liberò infine della Duplice Ombra e si innalzò nello Spazio Spirituale, fino a raggiungere la Meta ove tutte le dottrine si unificano... Avendo fuso ogni sua idea e concetto con la Causa Prima, aveva eliminato l'illusione della Dualità.

RECHUNG (*tradotto dal tibetano*)

**119** Abbiamo condotto il lavoro di meditazione lungo linee che potrebbero essere definite laiche, in quanto implicanti l'uso della mente, perché malgrado l'argomento di meditazione sia sempre stato presumibilmente religioso, gli stessi risultati possono essere raggiunti anche servendosi per "oggetto", o "pensiero-seme" di un tema puramente secolare. Lo scopo è stato di educare la mente a mantenere l'attenzione fissa sull'idea prescelta. Ci siamo dunque occupati di ciò che può essere a ragione considerato parte del processo educativo.

**120** È, a questo punto che appare evidente la divergenza tra il metodo orientale e quello occidentale. Una scuola insegna ad acquisire, prima d'ogni altra cosa, il controllo dello strumento pensante scoprendone l'esistenza proprio attraverso la difficoltà di dominarlo; in seguito, con la concentrazione e la meditazione, ad acquisire la capacità di costringere la mente a mantenersi fissa in qualsiasi direzione voluta. L'altra scuola presuppone il possesso di un qualcosa chiamato mente e comincia a stiparlo di nozioni, educando la memoria a ritenerle, in modo che esse siano facilmente a disposizione dello studente. Da questo stadio, soltanto pochi pervengono ad un vero uso della mente applicandola ad un profondo interesse scientifico o ad un'attività pratica, ma la maggioranza non riesce a raggiungere il controllo mentale. I metodi educativi, che possediamo attualmente, non insegnano quella tecnica preliminare ed ecco il motivo della profonda confusione esistente circa la natura della mente e la distinzione tra mente e cervello.

Se il cervello e le cellule cerebrali sono tutto, allora il punto di vista materialistico, secondo cui il pensiero dipende soltanto dalla qualità delle cellule cerebrali è logico e corretto. La parte rappresentata dal cervello nel processo pensante è chiaramente spiegata da Ludwig Fischer nel suo libro *La Struttura del Pensiero*:

"La perfezione dei processi d'apprendimento dipende soprattutto dalla struttura e dal funzionamento di un determinato organo che riceve e collega le varie impressioni dei sensi e che, inoltre, trattiene in parte le tracce d'impressioni precedenti, permettendo loro di entrare indirettamente in azione. Quest'organo è il cervello, con le sue ramificazioni e gli organi sussidiari. La perfezione di struttura e di funzionamento di tale organo determina la perfezione che possiamo raggiungere nel deliberato tentativo di produrre una rappresentazione complessiva del Tutto, usando le forme specifiche della percezione sensoria che abbiamo a nostra disposizione...

"Il cervello ci permette un'intuizione e un apprendimento intellettuale del mondo nella sua complessità. Il modo in cui ciò avviene dipende dalla complicatissima struttura interna di quest'organo e dal reciproco rapporto che ha con le altre parti del Tutto, rapporto che ha molte gradazioni"<sup>63</sup>.

**121** Se la percezione e l'apprendimento tramite i sensi, con il conseguente razionalizzare e il susseguente processo mentale, hanno origine nel cervello, R. W. Sellars ha ragione quando, nel suo libro *Naturalismo Evolutivo*, dice che la mente può essere considerata

<sup>63</sup> Fischer Ludwig: *La struttura del pensiero*, pag. 135.

di “ordine fisico” e che “per mente dovremmo intendere quei processi nervosi che si esprimono nella condotta intelligente”<sup>64</sup>.

122

Questo concetto, però, non soddisfa la maggioranza dei pensatori e molti di loro - di scuola non prettamente materialistica - ammettono qualche cosa di superiore alla materia e considerano la mente come distinta dal cervello; avanzano l'ipotesi che essa sia una realtà soggettiva e sostanziale, che può usare il cervello quale mezzo terminale d'espressione, servendosi per formulare quei concetti e quelle intuizioni che l'uomo è in grado di utilizzare coscientemente. Quella che stiamo esaminando non è affatto una facoltà supernormale, o uno strumento particolare posseduto da pochi privilegiati; la mente dovrebbe essere usata da tutte le persone istruite e, al termine del processo educativo (svoltosi negli anni formativi), l'uomo dovrebbe possedere una facoltà che conosce ed usa a volontà. Nel libro *Psicologia, Scienza del Comportamento*, W. Mc Dougall dice che la nostra attività mentale (di solito inconscia) può essere subnormale, normale o supernormale<sup>65</sup>. Nel primo caso, avremo l'idiota o il debole di mente; nel secondo, l'uomo intelligente comune, la cui mente è un teatro o, meglio, un cinematografo nel quale viene riprodotto tutto ciò che accade; infine, avremo quelle rare anime la cui coscienza è illuminata e la cui mente registra ciò che sfugge alla maggioranza. Quest'ultima categoria non ci interessa, per ora. È infatti prodotta dagli stadi finali del lavoro di meditazione, contemplazione e illuminazione. La concentrazione e la meditazione riguardano invece precisamente la mente normale e le moltitudini.

In Oriente, e anche da molti in Occidente, la mente è considerata come separata e distinta dal cervello. C. Lloyd Morgan, in *Evoluzione Emergente*, cita Descartes che sosteneva che “esiste in effetti 1. una sostanza corporea (*res extensa*); 2. una sostanza mentale o pensante (*res cogitans*), ma entrambe, per esistere, hanno bisogno del concorso di Dio... A prescindere da tale comune dipendenza da Dio, nessuna delle due dipende dall'altra”<sup>66</sup>. Lo stesso autore riassume il suo punto di vista in un'altra sua opera: *Vita, Mente e Spirito*.

123

“Lo spirito non è in alcun modo separabile dalla vita o dalla mente, né queste lo sono da esso. Ciò che viene dato per la contemplazione riflessiva è un piano mondiale di eventi naturali. Sostengo che questo piano mondiale è una manifestazione del Divino Proposito... Anche noi siamo manifestazioni dello Spirito, che “si rivela” in noi. Ognuno di noi è una vita, una mente, e Spirito: un esempio di vita in quanto espressione del piano mondiale, di mente, in quanto altra sua espressione, di Spirito nella misura in cui la sostanza di quel piano mondiale si rivela in noi... Tale rivelazione è solo parziale poiché ognuno di noi è soltanto un esempio individuale di ciò che, nella piena manifestazione, è universale”<sup>67</sup>.

Dio rivela il Suo proposito mediante l'attività della forma. Egli fa la stessa cosa mediante l'attività della mente, che a sua volta agisce sul cervello, reso ricettivo. In seguito la mente diviene responsiva ad un'illuminazione, emanante dall'aspetto Spirito, di cui ci occuperemo fra breve. Ci troviamo così molto vicini al punto di vista orientale, secondo cui esiste una “sostanza mentale” posta in azione dal mondo esteriore delle vicende umane tramite i sensi, le emozioni e altre menti. Tale intensa attività della sostanza mentale deve essere definitivamente compensata dalla concentrazione e dalla meditazione, se si vuole che la mente possa essere rifocalizzata e riorientata verso un altro campo di percezione ed un altro ordine d'idee. Per l'esoterista, dunque, lo scopo della meditazione (proseguita fino agli stadi più avanzati) è di far sì che la mente cessi di registrare ogni forma d'attività, anche se d'ordine elevato, per cominciare invece a registrare le impressioni emananti da quel Fattore che costantemente si manifesta, da noi indicato (in mancanza di un termine migliore) come la Mente di Dio, la Mente Universale. Essa è caratterizzata da un senso d'Interezza e di sintesi.

---

<sup>64</sup> Sellars, Dr. Roy Wood: *Naturalismo evolutivo*, pag. 300.

<sup>65</sup> McDougall, William: *Psicologia, la Scienza del comportamento*.

<sup>66</sup> Morgan, C. Lloyd: *Evoluzione emergente*, pag. 291.

<sup>67</sup> Morgan, C. Lloyd: *Vita, Mente e Spirito*, pag. 32.

124

Tutta la storia dell'evoluzione umana potrebbe essere studiata secondo questo concetto di Piano, e si noterebbe che l'interesse è concentrato nella coscienza, crescente nell'uomo, di un Universo che rivela una Vita e una Divinità, e nel quale il genere umano fa la sua parte nel Tutto più vasto. Ludwig Fischer richiama la nostra attenzione sul fatto che tutte le nostre facoltà "sono fondate sul "quid" misterioso e inconscio che domina l'insieme della nostra vita intellettuale", e segnala la necessità di ciò che egli chiama l'elemento non-razionale nelle risposte che diamo ai problemi complessi d'ogni giorno. Le sue conclusioni circa la condizione fondamentale che l'uomo deve fronteggiare in relazione al pensiero, nel procedere verso regni superiori e non-razionali, sono vere e convincenti:

"Un solo modo di avanzare è possibile. La via è aperta dall'intuizione di menti in possesso di una sensibilità istintiva superiore alla media: segue la ragione analitica, che consolida la posizione e rende praticabile la via per il resto dell'umanità. L'avanzata verso l'ignoto comincia con un'ipotesi, e l'ipotesi non è altro che una struttura più o meno non-razionale, ottenuta per intuizione. Una volta posta, è confrontata in ogni sua implicazione con l'esperienza in modo che, se possibile, possa essere provata e resa razionale"<sup>68</sup>.

Nello studiare il processo del controllo mentale, siamo giunti allo stadio in cui dobbiamo appunto procedere per ipotesi. Si tratterà, naturalmente, di ipotesi soltanto per chi ha un orientamento materialistico, perché le conclusioni raggiunte e il campo conoscitivo di cui trattiamo sono riconosciuti come verità e fatti provati da migliaia di uomini di ogni tempo.

125

Abbiamo delineato un metodo, antico e sperimentato, per mezzo del quale si sostiene che la mente possa essere padroneggiata ed usata a volontà, ed abbiamo inoltre indicato un modo con cui i fattori che finora hanno assorbita la sua attenzione possono essere annullati, rendendo possibile un nuovo campo di consapevolezza. Prima di proseguire, sarà bene definire le ipotesi sulle quali ci baseremo. Potremmo esprimerle come segue:

Esiste un regno dell'anima, chiamato spesso il regno di Dio, che in realtà è un altro regno della natura, un quinto regno.

Penetrarvi è tanto normale quanto lo è stato il transito della vita da un regno di natura all'altro nel corso dell'evoluzione.

Quando i sensi, e tutto ciò che essi trasmettono, sono focalizzati nel "senso comune", appellativo che mistici come Maestro Eckart attribuirono alla mente, quest'ultima si arricchisce, aprendosi a molti stati di consapevolezza. Quando queste attività possono essere annullate e la mente, ricca e sensibile, può focalizzarsi a sua volta, diventa un apparato sensibile (o sesto senso, se preferite) in grado di registrare "le cose del regno di Dio", aprendo all'uomo immerso in meditazione profonda stati di coscienza e ordini di conoscenza fino a quel momento a lui preclusi, ma che, come ogni altro campo d'indagine, fanno parte del Tutto e del contenuto mondiale. Ecco l'ipotesi sulla quale ci baseremo. La consapevolezza istintiva, nell'uomo, ha ceduto il posto alla conoscenza intellettuale. Non è possibile che quest'ultima sia a sua volta trascesa e sostituita dalla consapevolezza intuitiva?

126

A questo punto della nostra trattazione, è necessario enunciare alcune proposizioni che meglio chiariscono il tema del quale ci occupiamo. Esse sono tre:

Primo. Nel lungo processo evolutivo che ha condotto l'uomo dallo stadio animale a quello di essere umano, scopriamo di essere nella fase in cui l'uomo è cosciente di sé e centrato su di sé. È al centro del proprio mondo e l'universo ruota attorno a lui. Tutto ciò che avviene si riferisce a lui stesso, ai suoi affari, agli effetti che la vita e le circostanze hanno su di lui, quale fattore preminente.

Secondo. Con l'aumento della conoscenza e della consapevolezza intellettuale nell'uomo, il cervello e la mente si coordinano. Il primo diventa soltanto l'utensile o lo strumento degli istinti disciplinati e della mente controllata. Quest'ultima trae dal co-

---

<sup>68</sup> Fischer, Ludwig: *La struttura del pensiero*, pag. 361.



siddetto “contenuto del subcosciente”, dalla memoria attiva e dall’ambiente quanto occorre allo svolgersi del processo vitale in un mondo esigente. L’uomo acquisisce efficienza ed utilità e assume il ruolo di cellula cosciente nel corpo dell’umanità. Comincia a comprendere qualcosa dei rapporti di gruppo. Ma molto ancora resta da compiere.

127

Terzo. Dal primo stadio dell’esistenza umana fino a quello dell’uomo altamente coordinato, è sempre presente la coscienza di qualcosa d’altro, di un fattore che è di là dall’esperienza umana conosciuta, di uno scopo o di una ricerca, di una Divinità. Questa sottile e indefinibile consapevolezza emerge inevitabilmente, spingendo l’uomo a cercare ciò che né la mente (quale la conosce), né le condizioni ambientali sembrano in grado di offrirgli. Questo potrebbe essere definito la ricerca della certezza dell’esperienza mistica, o l’impulso religioso. Ma, qualunque sia il nome, è sempre presente.

Queste tre proposizioni delineano schematicamente la via percorsa dall’uomo nella sua coscienza. Descrivono la condizione attuale di un gran numero d’esseri umani, efficienti, intellettuali, bene informati, responsabili, ma al tempo stesso insoddisfatti. Guardano incerti al futuro o affrontano l’ineluttabilità della morte; sono ansiosi di progredire verso una coscienza più vasta e una certezza delle cose spirituali e della Realtà ultima. Questo impulso verso una comprensione e una conoscenza più ampie è palesemente diffuso oggi, e lo sviluppo evolutivo, ormai avviato, persiste e deve continuare così, se si dovrà aggiungere un altro regno, o stato di coscienza, a quelli già raggiunti.

128

È a questo punto che tutte le grandi religioni del mondo offrono all’uomo una via di conoscenza ed un metodo di sviluppo, che possono accelerare l’evoluzione e in effetti la accelerano. Otto Rudolf dice che l’uomo “deve essere guidato e fatto avanzare per mezzo dell’esame e della trattazione dell’argomento, secondo le vie della sua stessa mente, fino a che giunga al punto in cui il “nume” che è in lui non cominci necessariamente a muoversi, prendendo vita e coscienza”<sup>69</sup>.

La parola “numen” è latina, e significa potere divino soprannaturale. Significa “lo specifico apprendimento religioso non-razionale ed il suo oggetto, a tutti i livelli, dal primo accenno di risveglio, quando si può a mala pena parlare di religione, fino alle forme più elevate d’esperienza spirituale”<sup>70</sup>.

Il traduttore, nella sua prefazione aggiunge che nell’uomo si sviluppa una “crescente consapevolezza di uno scopo, di una divinità... in risposta, per così dire, all’impulso esercitato sulla mente umana dal “divino”, che si rivela in modo oscuro o evidente. Il fatto principale è il confronto tra la mente umana e un Qualcosa, la cui natura viene compresa solo a poco a poco, ma che fin da principio è sentito come una presenza trascendente, “di là”, anche quando sia percepito “entro” l’uomo.

129

L’attenzione al proposito della vita, la concentrazione sullo svolgersi dell’esistenza, il vivo interesse scientifico che impegna l’attività delle nostre menti migliori, e la meditazione, praticata da alcuni nel campo religioso, hanno consentito a molti di giungere al punto in cui accadono due cose: l’idea di ciò che è santo, dell’Essere, e del rapporto con Esso entrano nella vita come fattori dominanti. In seguito la mente comincia a manifestare una nuova attività. Invece di registrare e accumulare nella memoria i contatti trasmessi dai sensi, invece di assorbire dai libri e oralmente le nozioni che costituiscono la normale eredità del suo tempo, si orienta verso una nuova conoscenza e comincia ad attingere da fonti nuove. Istinto ed intelletto hanno esaurito il loro compito; ora l’intuizione comincia a fare la sua parte.

Il lavoro di meditazione da noi preso in considerazione, a cui ci hanno preparati l’educazione della memoria e l’ammasso ordinato della conoscenza terrena ci ha condotti a questo punto. Queste cose hanno fatto il loro tempo. A molte migliaia di uomini, dunque, si richiede un nuovo sforzo. Non può darsi che, per le anime che ora nascono all’esperienza terrena, la vecchia educazione, con i suoi metodi mnemonici, i suoi libri,

---

<sup>69</sup> Otto Rudolf : *L’idea del Sacro*, pag. 7.

<sup>70</sup> Otto Rudolf: *Ibidem*, Prefazione alla traduzione inglese, pag. XVII.

le sue conferenze e l'appropriazione dei cosiddetti fatti sia insufficiente? Per esse dobbiamo o formulare un nuovo metodo, o modificare la tecnica attuale, inserendovi quel riorientamento mentale che permetterà all'uomo di divenire consapevole di campi di conoscenza più numerosi di quelli ora noti. Dimostreremo così la verità delle parole che F. K. Chaplin scrive nel suo prezioso libretto *L'Anima*: "... È tramite l'Anima che i processi corporei acquistano significato ..." <sup>71</sup>.

130 La conquista del regno dell'anima balena dinanzi all'uomo. Il giorno in cui la parola "*Psicologia*" riavrà il suo significato originale è vicino. L'educazione avrà allora due funzioni. Porrà l'uomo in grado di dirigere con la massima efficienza i suoi contatti mondani, di usare intelligentemente l'apparato che comportamentisti si sono tanto affannati a spiegare, e lo inizierà a quel regno di cui i mistici hanno sempre reso testimonianza e del quale la mente - usata rettamente - detiene le chiavi.

131 Nel capitolo precedente si è trattato del metodo per cui l'uomo può incominciare a padroneggiare il suo strumento, la mente, imparando a focalizzare il pensiero su un tema o un concetto prescelto, in modo tale da escluderne qualsiasi altro e impedire completamente l'accesso al mondo fenomenico. Considereremo ora il modo di elevare il pensiero focalizzato sempre più in alto (per usare il linguaggio mistico), fino a che la mente stessa ceda, e l'uomo si trovi su una vetta di pensiero, dalla quale scorga un nuovo mondo. Nel processo meditativo, fino a questo stadio l'attività è stata intensa, senza alcuna condizione quiescente, negativa o di ricettività passiva. Il corpo fisico è stato dimenticato e il cervello mantenuto in stato di ricettività positiva, pronto ad essere posto in azione dalla mente, quando questa torni a rivolgere l'attenzione verso il basso. Dobbiamo ricordare che, usando parole come "verso l'alto", "verso il basso", "superiore" e "inferiore", parliamo simbolicamente. Una delle prime cose che il mistico impara è che nella coscienza le dimensioni non esistono, e che "interiore" ed "esteriore", "superiore" e "inferiore" sono soltanto espressioni figurate per mezzo delle quali vengono comunicate determinate idee relative a condizioni di consapevolezza realizzate.

132 Siamo ora giunti sulla soglia del trascendentale. Procediamo per ipotesi. Il tangibile e l'oggettivo sono temporaneamente dimenticati, poiché non siamo alla ricerca di "consolazioni religiose". L'attenzione è focalizzata nella mente e le uniche reazioni registrate sono mentali. Il pensiero ha dominato la coscienza durante lo stadio della "meditazione con seme" o con oggetto, ma ora anche questo deve andarsene. "Come potrò espellere la mente dalla mente?", si è chiesto uno scrittore mistico. Poiché se l'obiettivo non è né la sensazione né il sentimento, non è neppure il pensiero. Qui sta il maggiore ostacolo all'intuizione e allo stato d'illuminazione. Il tentativo di mantenere qualcosa nella mente non deve essere protratto, né vi è qualcosa da pensare. Il raziocinio va messo da parte, e deve essere sostituito dall'esercizio di una facoltà superiore e probabilmente mai usata fino ad ora. Il pensiero-seme ha attirato la nostra attenzione e risvegliato il nostro interesse e quest'ultimo ha perdurato durante la fase della concentrazione. Questa si prolunga ancora nella contemplazione, il cui risultato è l'illuminazione. Ecco il breve riassunto di tutto il processo: Attrazione, Interesse, Attenzione concentrata, e Riflessione prolungata su un solo punto, o Meditazione.

Quali sono stati i risultati del processo di meditazione fino a questo punto? Potremo così enumerarli:

1. Riorganizzazione della mente e suo riorientamento.
2. Accentramento dell'attenzione nel mondo del pensiero, invece che nel mondo del sentimento, e quindi ritiro del centro di attrazione dai sensi.
3. Sviluppo della facoltà di concentrazione istantanea, come preludio alla meditazione, e capacità di focalizzare la mente su qualsiasi soggetto prescelto, senza deviazioni.

Evelyn Underhill così definisce tale facoltà:

"L'atto della perfetta concentrazione, l'appassionato focalizzarsi del sé su di un solo punto, quando si applica "in unità di spirito e legami d'amore" al reale e al trascenden-

---

<sup>71</sup> Chaplin, F. K.: *L'anima*, pag. 63.

tale, costituisce, in linguaggio tecnico mistico, lo stato di meditazione o di raccoglimento ed... è il necessario preludio alla contemplazione pura”<sup>72</sup>.

### 3. Stadio della Contemplazione.

133 Entriamo ora in un regno di realizzazione, che è molto ostacolato da due cose: l’uso delle parole, che servono solo a limitare e deformare, e gli scritti degli stessi mistici che, pur essendo pieni di meraviglie e di verità, sono colorati dal simbolismo della razza e dell’epoca cui appartengono, oltre che dall’emozione e dal sentimento. I mistici, come regola generale, oscillano fra momenti d’elevata illuminazione e divisione, e le “pianure nebbiose” del sentimento e del desiderio intenso. Provano la gioia e l’estasi della realizzazione, che durano brevi istanti, e l’angoscioso desiderio che quell’esperienza si rinnovi. Sembra (nella maggior parte dei casi) che manchi ogni senso di sicurezza circa il ripetersi dell’evento, e che esista soltanto la fervida aspirazione a raggiungere uno stato di santità tale che valga a perpetuare quella beatitudine. Dall’antica tecnica e dalla meditazione sistematica che l’Oriente ci ha tramandato, sembra possibile trascendere l’esperienza mistica tramite la conoscenza della via e la comprensione del procedimento, ed ottenere *a volontà* la conoscenza delle cose divine e l’identificazione con la Divinità immanente. Il genere umano ha oggi l’apparato mentale adatto, e può aggiungere alla vita mistica quella dell’intelletto cosciente.

Ma fra lo stadio di concentrazione prolungata che chiamiamo meditazione, e quello della contemplazione, che è di una categoria del tutto diversa, vi è un periodo di transizione, chiamato dallo studente orientale “meditazione senza seme” o “senza oggetto”. Non è contemplazione. Non è un processo di pensiero. Questo è superato, e lo stadio successivo non è ancora raggiunto. È un periodo di stabilità mentale e d’attesa. Il Nouet lo descrive forse meglio di altri nel brano seguente:

134 “Quando l’uomo di preghiera è considerevolmente progredito nella meditazione, passa insensibilmente alla preghiera affettiva che, essendo una via di mezzo tra meditazione e contemplazione, come l’alba lo è tra la notte ed il giorno, partecipa dell’una e dell’altra. All’inizio, essa ha più della meditazione, perché *fa ancora uso del ragionamento*; ... perché, avendo acquisita molta luce per il prolungato impiego di considerazioni e ragionamenti, *penetra subito nell’argomento*, e ne vede *tutti gli sviluppi senza troppa difficoltà*... Ne consegue dunque che, perfezionandosi, scarta i ragionamenti...”<sup>73</sup>.

Abbiamo visto che la versatilità della sostanza mentale, rapida, mobile, sensibile, pronta a rispondere, con la meditazione prolungata può essere portata ad una condizione di stabilità. Ciò produce uno stato mentale che rende il pensatore insensibile alle vibrazioni e ai contatti provenienti dal mondo fenomenico esteriore e dal mondo delle emozioni, e quindi rende passivo l’apparato sensorio, il cervello e quella vasta rete interconnessa detta sistema nervoso. Il mondo in cui l’uomo funziona abitualmente è escluso, sussistono tuttavia un’intensa attenzione mentale ed un orientamento diretto unicamente verso il nuovo mondo, in cui ciò che chiamiamo anima vive e muove. Il vero studente di meditazione impara ad essere ben desto mentalmente ed assolutamente consapevole di fenomeni, vibrazioni e stati d’esistenza. Egli è positivo, attivo, sicuro di sé, ed il suo cervello e la mente focalizzata sono strettamente coordinati. Benché il mondo delle vicende fisiche e pratiche sia temporaneamente rifiutato, abbandonato, egli non è affatto un sognatore mancante di praticità.

135 Se lo studente non è per natura di tipo mentale positivo, oltre che alla meditazione, dovrà sottomettersi ad una seria e persistente educazione intellettuale (intesa a rendere la mente agile e polarizzata), altrimenti il procedimento potrebbe degenerare nella fantasticherie emotiva o nel vuoto negativo. Entrambe queste condizioni presentano i loro pericoli, e se prolungate, tendono a togliere all’uomo ogni capacità pratica, rendendolo

<sup>72</sup> Underhill, Evelyn: *Misticismo*, pag. 58.

<sup>73</sup> Nouet, Fr.: *Condotta dell’uomo di preghiera*, Libro IV, cap. 1

inabile e inefficiente nelle vicende quotidiane. La sua vita diventerà sempre meno utile a se stesso e agli altri. Si troverà sempre maggiormente in balia di fantasticherie irrazionali e incontrollate, e di fluttuazioni emotive. In simile terreno, i semi dell'egoismo germogliano facilmente e lo psichismo fiorisce.

La mente positiva perciò, vigile e ben controllata, avanza sulle ali del pensiero ed è poi mantenuta ferma sul punto più elevato possibile. Si produce così nella mente una condizione analoga a quella che già si è verificata nel cervello. Essa è mantenuta in un atteggiamento d'attesa, mentre la coscienza del pensatore si trasferisce in un nuovo stato di consapevolezza, ed egli s'identifica con il vero uomo interiore e spirituale. Quella che è tecnicamente chiamata la "coscienza percettiva", attende.

136

A questi due stadi della meditazione, uno d'intensa attività e l'altro di intensa aspettazione, si è dato il nome di Marta e di Maria, e la metafora può chiarire in parte il concetto. È un periodo di silenzio durante il quale interiormente trapela qualcosa, ed è forse la parte più difficile da imparare. È tanto facile scivolare di nuovo nell'attività intellettuale che caratterizza la meditazione ordinaria, perché non si è ancora capaci di contemplare. C. A. Bennett così descrive questo stadio, nel suo commento a Ruysbroeck:

"Ruysbroeck distingue due indizi di "vera" passività: in primo luogo, questa è "attivamente ricercata", ossia occorre un certo sforzo per mantenerla. In secondo luogo, differisce da ogni tipo d'abbandono naturale o automatico, per la preparazione morale che la precede... Quest'attesa forzata, questa ricettività autoimposta, che caratterizzano decisamente lo stadio della contemplazione, non sono il termine ultimo per il mistico. Sono la fine dei suoi sforzi, nel senso che egli non può fare null'altro, ma sono destinate a cedere allo stato d'estasi, quando la cosa viene tolta dalle mani dell'individuo e questi diviene il veicolo di una potenza più grande di lui. "Rimani saldamente in te stesso fino a che sarai tratto fuori da te senza alcun tuo atto!"<sup>74</sup>.

Più avanti, nello stesso capitolo, l'autore parla di attenzione senza respiro, di attesa faticosamente conquistata e mantenuta della rivelazione divina. L'antico saggio indiano, Patanjali, dice la stessa cosa quando afferma che "la sostanza mentale è assorbita nella Realtà (o idea incorporata nella forma) e non è più consapevole di separazione o del sé personale", ciò che porta allo stadio della contemplazione ed a penetrare nella coscienza dell'anima. L'uomo scopre che è stata sempre l'anima ad incitarlo ad unirsi a lei. Come? Un altro indù, ci dice che "l'anima ha il mezzo. Il pensare è il mezzo. Quando il pensiero ha terminato il suo compito di liberazione, ha fatto quanto doveva, e cessa"<sup>75</sup>.

137

Nella contemplazione entra in azione un agente superiore. È l'Anima che contempla. La coscienza umana cessa la sua attività e l'uomo diviene ciò che è in realtà: un'anima, un frammento di divinità, conscio della propria essenziale unità con Dio. Il Sé Superiore diventa attivo e il sé inferiore o personale è completamente silenzioso e quiescente, mentre la vera Entità spirituale entra nel proprio regno e registra i contatti che emanano da quel regno di fenomeni spirituali.

Il mondo dell'anima è visto come realtà; le cose trascendenti si rivelano come fatti naturali; l'unione con la Divinità viene compresa come un fatto naturale quanto l'unione tra la vita del corpo fisico e il corpo stesso.

La coscienza dell'uomo non è dunque più focalizzata nella mente in attesa, ma ha traversato i confini del regno spirituale ed egli diviene letteralmente l'anima, funzionante nel suo regno, in grado di percepire le "cose del Regno di Dio", di verificare direttamente la verità e consapevole in piena coscienza di veglia delle proprie caratteristiche, prerogative e leggi. Mentre il vero uomo spirituale è così attivo nella sua natura reale e nel suo mondo, la mente e il cervello sono mantenuti stabili e positivi, orientati verso

138

<sup>74</sup> Bennett, Charles A.: *Studio filosofico sul misticismo*, pag. 62.

<sup>75</sup> *Vishnu Purana*, VI, 7, 90

l'anima e, secondo la facilità con cui ciò avviene, sarà registrato e ricordato ciò che l'anima percepisce.

Meditando, cerchiamo di ricevere impressione dal Dio interiore, il Sé Superiore, direttamente al cervello, *via* la mente. Nella contemplazione s'inizia uno stadio ancora più elevato e cerchiamo di ricevere nel cervello fisico ciò che *l'anima stessa percepisce* quando si svolge a quei nuovi campi di percezione.

Nell'uomo comune, l'anima si occupa (quale Percipiente) dei tre mondi dell'esperienza umana, ed è quindi rivolta agli stati fisico, emotivo e mentale dell'essere. Per eoni, l'anima s'identifica con le forme tramite le quali deve stabilire i contatti, se vuol conoscere quegli stati inferiori di coscienza. Più tardi, quando l'uomo ha raggiunto il dominio della mente e può offrirla all'anima quale agente trasmettitore, un vasto campo di consapevolezza spirituale può rivelarsi. L'anima stessa può allora divenire agente trasmettitore, e far giungere, *via* la mente e da questa al cervello fisico, concetti e realizzazioni dell'aspetto Spirito. Gli studenti farebbero bene a ricordare le parole della *Dottrina Segreta*:

“La Materia è il Veicolo per la manifestazione dell'Anima su questo piano di esistenza, e l'Anima è il Veicolo per la manifestazione dello Spirito su un livello superiore, e tutti e tre sono una Trinità sintetizzata dalla Vita, che tutti li pervade”<sup>76</sup>.

139

Questo, nel linguaggio accademico dell'occultismo, è la realizzazione del mistico. Il Cardinale Richelieu chiama contemplazione quello stato “in cui l'uomo vede e conosce Dio senza usare l'immaginazione e senza ragionamento discorsivo”, e Taulero così l'esprime:

“Dio vuole risiedere nelle facoltà superiori - memoria, intelletto e volontà - e operarvi in maniera divina. In esse è la Sua vera dimora, il Suo campo d'azione; là Egli trova la Sua somiglianza. È là che dobbiamo cercarLo, se vogliamo trovarLo per la via più breve. Allora lo spirito è trasportato oltre ogni facoltà, in un vuoto d'immensa solitudine, di cui nessun mortale può dire in modo adeguato... Quando poi queste persone tornano in sé, scoprono di possedere una chiara conoscenza delle cose, più luminosa e perfetta di quella altrui”<sup>77</sup>.

La contemplazione è stata descritta come la porta psichica che conduce da uno stato di coscienza ad un altro. Geremia Taylor la descrive come “il passaggio dalla meditazione intensa a quella contemplazione che raggiunge la visione delle meraviglie di Dio, quando l'anima umana entra nel regno della luce divina”<sup>78</sup>. Francesco Malaval, che visse nel secolo decimosettimo, si esprime magnificamente con queste parole:

“Tale atto (la contemplazione) è anche più perfetto del ragionamento perché in quest'ultimo l'anima parla, mentre in quello gioisce. Il ragionamento... convince l'anima con i suoi principi, ma qui l'anima è più illuminata che convinta, vede piuttosto che esaminare. Il ragionamento prende in considerazione una parola, una proposizione, un discorso; invece questa semplice vista di Dio, supposto ogni ragionamento come cosa nota e superata, pone il suo oggetto di contemplazione in Dio Stesso...”<sup>79</sup>.

140

Attraversata la porta della visione, l'uomo scopre d'essere anima. Da quella vetta realizza perciò di essere il Percipiente, capace di osservare sia il mondo delle realtà spirituali che quello dell'esperienza quotidiana; può volgersi a volontà nell'una o nell'altra direzione.

Il problema è di acquisire, sul piano spirituale, altrettanta facilità di percezione che sul piano fisico, è una delle cose più importanti da tener presente è che in entrambi i casi la triplicità anima-mente-cervello deve fare la sua parte, sebbene con orientamento ed attenzione diversi. Si tratta soltanto di una questione di focalizzazione. Il cervello è attivo in modo praticamente subconscio, per quanto riguarda gli istinti e le abitudini che di-

<sup>76</sup> Blavatsky, H. P.: *La dottrina segreta*, vol. I, pag. 80.

<sup>77</sup> Citato dal Rev. P. Poulain S.J. *La grazia della preghiera interiore*, pag. 272.

<sup>78</sup> Puglisi, Mario: *La Preghiera*.

<sup>79</sup> Malaval, F.: *Un metodo semplice per elevare l'anima alla contemplazione*, pag. 102.

rigono la vita e gli appetiti fisici. Mediante una giusta educazione esso impara ad essere ricettivo alle impressioni emanate dalla mente e, anziché limitarsi a registrare e ricordare solo con i sensi, si abitua a rispondere alle impressioni del pensiero. La mente, a sua volta, tende per istinto ad accogliere ogni informazione esterna, ma può essere educata ad essere ricettiva nei riguardi dell'anima, registrando le informazioni provenienti da quella fonte elevata. Col tempo, possiamo acquisire facilità e pratica nell'usare il cervello o la mente in modo attivo o passivo, ed infine giungere ad una perfetta collaborazione fra questi, e quindi fra anima, mente e cervello. Tutto ciò che accade nei tre stadi che abbiamo considerato, può essere riassunto con le parole di Patanjali:

“Vincendo a poco a poco la tendenza della mente a saltare da un soggetto all'altro (cioè, concentrazione) e abituandosi a pensare in un'unica direzione (cioè, meditazione) si sviluppa il potere della contemplazione”<sup>80</sup>.

Quando i tre stadi sono simultanei, ci vien detto che “il triplice potere dell'attenzione, della meditazione e della contemplazione è più interiore degli altri mezzi di sviluppo già descritti”. È interessante notare che Malaval, nel suo secondo Trattato, Dialogo III, dice la stessa cosa, quando riunisce in un atto sintetico fede, meditazione e contemplazione. I conoscitori orientali e quelli occidentali pensano dunque nello stesso modo.

La contemplazione è stata definita anche da Evelyn Underhill nel suo utilissimo libro “*Misticismo*”, come “interludio tra due attività”. Durante questa pausa interviene un nuovo metodo di conoscere e di essere. Questo è forse il modo più semplice e pratico di spiegare la contemplazione. *Un interludio in cui l'anima è attiva*. Questa attività dell'anima è preceduta da quella che potremmo definire un'attività verso l'alto. Il cervello fisico è stato calmato e stabilizzato; anche il sentimento, o apparato sensoriale, è stato tranquillizzato e non gli è più consentito di registrare informazioni dal suo abituale campo di consapevolezza; la mente è stata focalizzata e tenuta attivamente passiva nella luce che fluisce dal regno dell'anima. Si nega il passaggio a qualsiasi notizia proveniente dal mondo dei fenomeni ordinari. Tutto ciò per effetto della giusta concentrazione e meditazione. Segue poi l'interludio nel quale l'uomo riconosce di essere un'anima, dimorante nell'eterno e libera dalle limitazioni della forma. Tale interludio è necessariamente breve dapprima, ma col progredire delle facoltà di controllo, la sua durata aumenta. Chiave dell'intero processo sono la concentrazione e l'attenzione della mente “mentre l'anima, l'uomo spirituale, l'essere percipiente, contempla”.

Altrove ho trattato per esteso l'uso della mente quale strumento dell'anima; ne riporto un paragrafo:

“Andrebbe chiarito, tuttavia, che il percipiente sul suo piano è sempre stato consapevole di ciò che viene ora riconosciuto. La differenza consiste nel fatto che lo strumento, la mente, è ora sotto controllo. È dunque possibile al pensatore imprimere nel cervello tramite la mente controllata, ciò che viene percepito. *Anche* l'uomo sul piano fisico percepisce contemporaneamente, e sono così possibili per la prima volta la vera meditazione e la contemplazione. Dapprima ciò avrà solo la durata di un breve istante. Un lampo di percezione intuitiva, un momento di visione e d'illuminazione, e tutto finisce. La mente ricomincia a modificarsi e ritorna attiva, la visione scompare, l'istante sublime è passato e la porta del regno dell'anima sembra richiudersi improvvisamente. Ma se ne è ricavata la certezza; un barlume di realtà è stato registrato nel cervello e vi è la certezza del futuro raggiungimento”<sup>81</sup>.

La seconda attività si riferisce alla duplice funzione svolta dalla mente. Essendo stata mantenuta salda nella luce, essa ora registra e ricorda idee, impressioni e concetti che le sono impartiti dall'anima in contemplazione, li traduce in parole e frasi, costruisce con essi forme-pensiero e chiare immagini mentali. Per questo motivo è evidente la necessi-

<sup>80</sup> Bailey, Alice A.: *La Luce dell'Anima*, III, 11.

<sup>81</sup> Bailey, Alice A.: *La Luce dell'Anima*, III, 9.

tà di un buon apparato mentale. Una mente esercitata, una memoria ben provvista ed una intelligenza colta faciliteranno assai l'opera dell'anima, permettendo una ricezione corretta ed un'esatta registrazione della sua conoscenza. A quest'attività mentale succederà un processo di trasmissione delle informazioni ricevute al cervello mantenuto in attesa quiescente.

Quando l'anima ha imparato a valersi del suo strumento, mediante la mente e il cervello, il contatto diretto e la collaborazione tra i due si fanno sempre più facili e permanenti, così che l'uomo può dirigere a volontà la mente sulle cose terrene, ed essere membro efficiente della società, o sulle cose celesti, ed agire nel suo vero essere quale figlio di Dio. Se ciò si verifica, l'anima usa la mente quale agente trasmettitore, e il cervello fisico è addestrato ad accogliere quanto gli è trasmesso. Il vero figlio di Dio può vivere contemporaneamente in due mondi; è cittadino del mondo e del Regno di Dio. Non potrei chiudere meglio questo capitolo, che riportando alcune parole di Evelyn Underhill:

144

“La piena coscienza spirituale del vero mistico è sviluppata non in una sola, ma in due direzioni, opposte in apparenza e complementari in realtà... Da un lato, egli è intensamente consapevole dell'attivo mondo del divenire e sa di essere una cosa sola con esso... Quindi, sebbene abbia spezzato per sempre le catene dei sensi, egli percepisce in ogni manifestazione di vita un significato sacramentale, una bellezza, una meraviglia, un senso soprannaturale che è nascosto agli altri uomini... D'altra parte, la piena coscienza mistica giunge sino a quella che è, io credo, la sua caratteristica più spiccata. Sviluppa la facoltà di comprendere l'Assoluto, il Puro Essere, la Trascendenza totale... Quest'espansione di coscienza in ogni direzione, col suo duplice potere di conoscere per comunione sia il temporale che l'eterno, sia gli aspetti immanenti che quelli trascendenti della realtà... è il contrassegno particolare, *l'ultimo sigillo* del grande mistico...”<sup>82</sup>.

Considereremo adesso gli effetti di questa duplice attività e di questa facilità di rapporti. L'intuizione comincia a funzionare; l'illuminazione viene sperimentata, e va studiata la vita d'ispirazione, con le sue molte caratteristiche particolari. Cercheremo di farlo nel prossimo capitolo.

---

<sup>82</sup> Underhill, Evelyn: *Misticismo*, pag. 42-43.

## INTUIZIONE ED ILLUMINAZIONE

“E Dio disse:  
Sia la luce!  
E la luce fu”.

BIBBIA

147

Quale premessa generica, abbiamo stabilito che i moderni metodi educativi occidentali hanno familiarizzato l'uomo con l'idea di possedere una mente; lo hanno indotto ad apprezzare le doti dell'intelletto ad un punto tale, che per molti il raggiungimento della capacità intellettuale costituisce il culmine dell'evoluzione. Abbiamo anche aggiunto che quando la tecnica di meditazione orientale (comprendente gli stadi della concentrazione, della meditazione e della contemplazione) sia stata praticata dallo intellettuale d'Occidente, i processi mentali possono essere educati fino a raggiungere il più alto grado di sviluppo ed essere allora sostituiti da una facoltà ancora più elevata, quella dell'intuizione. Abbiamo rilevato inoltre che, nel nostro mondo occidentale, le menti migliori riescono, con applicazione e interesse intenso, a raggiungere lo stesso livello di conseguimento cui pervengono in Oriente, per mezzo della meditazione, coloro che aspirano alla conoscenza. Ma il paragone si esaurisce qui. L'educazione occidentale non riesce a condurre i suoi esponenti nel regno dell'intuizione, o dell'illuminazione. Infatti, l'idea della coscienza illuminata ci fa quasi sorridere e molte testimonianze attendibili finiscono per essere scambiate per allucinazioni di mistici esaltati o per quei casi di psicopatia di cui i nostri psicologi trattano continuamente.

148

Io penso, invece, che sia possibile dimostrare come la percezione spirituale sviluppata e l'intelletto illuminato possono far parte delle doti dell'uomo d'affari o dello scienziato sano ed equilibrato, e non sono necessariamente indici di squilibrio psichico o di instabilità emotiva. La luce dell'illuminazione e dell'ispirazione è perfettamente compatibile con la pratica delle incombenze abituali, ciò che è già stato affermato molto tempo fa, in un antico insegnamento cinese che risale all'ottavo secolo:

“Il Maestro Lao Tze disse: Quando si riesce a poco a poco a far circolare la Luce, non per questo bisogna trascurare le proprie occupazioni ordinarie. Gli antichi dissero: Quando le occupazioni vengono a noi, dobbiamo accettarle; quando le cose vengono a noi, dobbiamo comprenderle a fondo. Se le occupazioni sono guidate da corretti pensieri, le cose esteriori non disperdono la Luce, ma essa circola secondo la legge che la governa”<sup>83</sup>.

149

Le caratteristiche e gli effetti dell'illuminazione, che formano argomento di questo capitolo, devono elaborarsi nella coscienza dell'uomo che ha progredito attraverso gli stadi cui abbiamo accennato. L'illuminazione è uno stadio del processo di meditazione, in quanto richiede un attento controllo della mente e un accostamento scientifico al soggetto; è il risultato del vero stato contemplativo e del contatto con l'anima e, con gli effetti che ne conseguono, indica il formarsi della seconda attività mentale, considerata nelle pagine precedenti.

Secondo ciò che riferiscono i pionieri del regno dell'anima, l'illuminazione segue immediatamente lo stadio contemplativo, e le si possono attribuire tre effetti: l'intelletto illuminato, la percezione intuitiva e la vita ispirata sul piano dell'esistenza fisica. Tale condizione è riconosciuta da tutti i mistici e da tutti gli scrittori che trattano della rivelazione mistica. Il concetto di una Luce che penetra in noi e ci illumina la via, il simbolismo di una irradiazione intensa o accecante che accompagna la fase del contatto divino sono usati così generalmente, che abbiamo finito per considerarli come una semplice

<sup>83</sup> Richard Wilhelm e C. G. Jung: *Il Segreto del fiore d'oro*, pag. 57.



fraseologia mistica, cioè poco più che un tentativo, da parte di chi aspira alla visione, di esprimere in parole le meraviglie che ha percepite.

150

Sembra tuttavia, dalle indagini fatte, che questa terminologia particolare e queste frasi simboliche debbano contenere una buona dose di significato. Infatti, l'uniformità di linguaggio, le dichiarazioni di molte migliaia di testimoni degni di fede e la similarità delle circostanze riferite fanno pensare che si tratti di autentiche manifestazioni fenomeniche. H. A. Overstreet cita numerosi grandi individui che si reputa fossero illuminati e fa notare come “quegli uomini non sono giunti alle loro conclusioni attraverso il ragionamento, benché la ragione - la ricerca della verità - sembri aver concorso a prepararli alla loro penetrazione finale. In ogni caso essi sperimentarono ciò che, in mancanza di un termine migliore, possiamo chiamare “illuminazione”. L'autore prosegue avvertendo che “potremmo certamente scartare queste esperienze come aberrazioni...”. Ma dice che “quegli uomini non agirono come chi soffre d'aberrazioni. Da essi è provenuta gran parte della saggezza spirituale della razza umana. Appartengono, per così dire, agli illuminati dell'umanità. Se è vero che “li riconoscerete dai loro frutti”, essi hanno prodotto frutti tanto superiori al comune, da meritare la qualifica di guide spirituali del genere umano”<sup>84</sup>.

Resta però il fatto che il mistico comune, anche se non quelle figure di maggior rilievo cui H. A. Overstreet si riferisce, è abitualmente incapace di definire o esprimere chiaramente questo stato d'illuminazione. “Il mistico”, è stato detto, “non sa spiegare, ma sa di aver conosciuto e non soltanto sentito, e spesso quella conoscenza resta per sempre una conquista che nessuna critica può intaccare... benché i mistici sembrino incapaci di trasmettere agli altri quelle verità cui non è possibile pervenire attraverso canali d'esperienza e di ragionamento più consueti, è tuttavia possibile che l'intensità del loro modo particolare di apprendere la realtà valga, come i casi estremi servono a provare la validità di certi teoremi generali di geometria, a gettar luce sul nostro problema fondamentale”<sup>85</sup>.

151

È a questo punto che l'Oriente viene ad indicare il sistema per mezzo del quale raggiungere l'illuminazione, offrendo al nostro esame un metodo e un processo ordinato che guidano l'uomo a identificarsi con l'anima. Postula, quale risultato di quest'identificazione e per gli effetti che ne conseguono — una percezione illuminata e una comprensione intuitiva della Verità. Le Scritture orientali c'insegnano che è la mente a riflettere la Luce e la conoscenza dell'anima onnisciente, e che il cervello ne viene illuminato a sua volta. Ciò è possibile solo quando l'azione reciproca fra i tre fattori, anima, mente e cervello, è perfetta. Patanjali dice, nei suoi Sutra Yoga:

“Il Signore della mente, Colui che percepisce, è sempre conscio della sostanza mentale in attività costante.

“Poiché la mente può essere vista e conosciuta, non è la fonte dell'illuminazione.

“Quando l'intelligenza spirituale, isolata e esente da oggetti, si riflette nella sostanza mentale, sorge consapevolezza del sé.

“Allora la sostanza mentale riflette sia il Conoscitore che il conosciuto, e diviene onnisciente.

“Allora la mente tende ad una discriminazione e ad un'illuminazione crescenti.

“Quando i mezzi per l'unione sono stati praticati con costanza e l'impurità è rimossa, si ha la chiarezza che conduce all'illuminazione perfetta.

“La conoscenza (illuminazione) raggiunta è settoplice e vi si perviene progressivamente”<sup>86</sup>

---

<sup>84</sup> H. A. Overstreet: *L'eterna ricerca*, pag. 238, 239, 240.

<sup>85</sup> Rev. L. W. Grensted: *Psicologia e Dio*, pag. 203-204.

<sup>86</sup> Alice, A. Bailey: *La Luce dell'Anima*, pag. 408, 409, 415, 416, 422, 178, 172.

152

Patanjali prosegue precisando che, in seguito alla concentrazione, alla meditazione e alla contemplazione correttamente praticate, “ciò che oscura la luce viene a poco a poco rimosso”, e aggiunge:

“Quando ciò che vela la luce è eliminato, sopravviene quello stato di esistenza detto liberato dal corpo (o senza corpo), non più soggetto ai mutamenti del principio pensante. È lo stato d’illuminazione”<sup>87</sup>.

È, dunque probabile che quando il Cristo esortò i Suoi discepoli a “far risplendere la loro luce”, non parlasse affatto simbolicamente, ma li incitasse a raggiungere una condizione di libertà dalla coscienza del corpo, affinché la luce dell’anima affluisse al cervello attraverso la mente, producendo quell’illuminazione che consente di affermare: “In quella Luce vedremo luce”.

La via per giungere a tale liberazione è sempre stata compresa dalla Chiesa Cristiana, ed è indicata come la “Via della Purificazione”. Comporta la purificazione o lo affinamento della natura corporea inferiore e la rimozione del velo di materia presente in ogni essere umano, che nasconde la luce. Il velo deve essere lacerato, e molti sono i modi di farlo. W. Winslow Hall<sup>88</sup> ce ne indica tre: la via della Bellezza, la via dello Intelletto e la via dell’Anima. Tramite la bellezza e la ricerca della realtà che l’ha generata, il mistico trascende la forma esteriore, scoprendo il buono e il meraviglioso. Rudolf Otto<sup>89</sup> se ne occupa nella sua esegesi della facoltà della “divinazione”, quella facoltà cioè di riconoscere con stupore e rispetto l’essenziale, il sacro ed il bello in ogni forma. La sua trattazione merita di essere presa in attento esame. Il mistico “divina”, dunque (per mezzo del divino che è in lui), la realtà velata dalla materia. Questa è la via dei sensi. Vi è poi la via dell’intelletto, dell’intensa concentrazione mentale su un problema e sull’aspetto forma, per risalire alla causa essenziale. È in questo modo che la scienza ha tanto progredito ed è penetrata così profondamente entro il velo, da giungere a quel qualcosa chiamato “energia”. W. Winslow Hall definisce il terzo modo come segue:

153

“Quella dell’anima è senz’altro la più antica e la più ampia delle tre vie... in quanto l’anima non si limita a lacerare il velo della materia; essa si identifica sia con il velo che con la Realtà ch’esso cela. In questo modo anima, velo e Realtà vengono percepiti come una cosa sola”<sup>90</sup>.

Ritroviamo così il concetto di Totalità e di Unità con l’Universo, cui abbiamo già accennato, e W. Hall soggiunge: “Direi che l’illuminazione è una travolgente sensazione di identità col Tutto”<sup>91</sup>.

154

Tentiamo ora di esprimere il più semplicemente possibile il punto cui siamo giunti con le nostre conclusioni, e di vedere cosa sia accaduto a colui che abbia proseguita la sua educazione dalla fase dell’apprendimento mnemonico e dell’accumulo di informazioni a quello dell’uso cosciente dell’intelletto, fino al regno del conoscitore cosciente.

Per mezzo della concentrazione e della meditazione, ha conseguito una certa capacità di controllo mentale ed ha imparato a “tenere la mente salda nella luce”. La coscienza allora sfugge dal sé inferiore (esce dalla consapevolezza cerebrale e mentale), e il mistico entra nello stato contemplativo, ove opera come anima e si rende conto di essere un Conoscitore. La natura dell’anima è conoscenza e luce, e il suo regno è il regno di Dio. Fintanto che perdura quest’identificazione con l’anima, la mente è mantenuta ferma e rifiuta di rispondere a qualsiasi sollecitazione proveniente da altri stati di coscienza, come quelli del mondo emotivo e psichico. Assorbito in unione con Dio, trasportato al “terzo Cielo” (come S. Paolo) e contemplando la beatifica visione della Realtà, egli non sa, non vede e non ode null’altro che i fenomeni propri del mondo in cui sta vivendo. In quel mondo però ode, vede e conosce; è conscio della Verità, scevra dall’illusione gettata dal velo della materia; ascolta la Saggezza accumulata nella sua anima insondabile,

<sup>87</sup> Bailey, Alice A.: *La luce dell’Anima*, pag. 118, 240.

<sup>88</sup> W. Winslow Hall, M. D.: *Illuminanda*, pag. 93.

<sup>89</sup> Rudolf, Otto: *L’idea del Sacro*.

<sup>90</sup> Hall, W. Winslow, M. D., *Illuminanda*, pag. 94

<sup>91</sup> *Ibid*, pag. 21.

155 ed è Saggezza egli stesso, poiché soggetto e oggetto non esistono più per lui: egli è l'uno e l'altro, e lo sa. Penetra nella Mente di Dio: quella riserva universale di conoscenza, sempre aperta a tutte le menti individuali che siano sufficientemente calme e disciplinate da poter percepire la porta e varcarla. E sempre, per tutto questo processo trascendentale, la mente è stata tenuta salda nella Luce.

Presto comunque, lo stato contemplativo cessa, e la mente torna ad essere attiva, un'attività basata sulla sua reazione alla luce e sulla sua facoltà di memorizzare e registrare le informazioni con cui l'anima cerca d'impressionarla. Le energie dell'anima erano dirette verso il mondo delle realtà divine. Ora, il centro dell'attenzione muta e la Divinità rivolge lo sguardo allo strumento in attesa, cercando di imprimervi quanta Saggezza e Conoscenza può accogliere e riflettere.

156 Fra coloro che scrivono del misticismo, trattando il metodo puramente mistico senza aver studiato a fondo la tecnica orientale, c'è la tendenza a confondere illuminazione e sentimento. Evelyn Underhill dice, per esempio: "... Lo stato d'illuminazione comporta una visione dell'Assoluto: una sensazione della Presenza Divina: ma non la vera unione con essa". "Si tratta - dice - di uno stato di beatitudine"<sup>92</sup>. L'illuminazione della mente, la conoscenza che ne consegue, la realizzazione dell'unione con la Divinità, la comprensione delle leggi che governano il regno spirituale possono, in ultima analisi, ingenerare beatitudine, che però è un effetto, non un elemento costitutivo dello stato di illuminazione. La vera illuminazione è dell'intelletto e, nel suo aspetto più puro, dovrebbe essere del tutto indipendente dal sentimento. È uno stato di conoscenza, uno stato in cui la mente entra in rapporto con Dio, e quanto più a lungo è possibile mantenerlo esente da reazioni emotive, tanto più diretta sarà la comunicazione tra l'anima e il suo strumento e scevra da deformazioni la verità impartita.

A questo punto sarà forse bene fare un paragone tra il metodo del Conoscitore e quello del mistico. Il mistico, soprattutto in Occidente, ottiene un lampo di visione interiore, vede l'Amato, raggiunge stati elevati di consapevolezza ma, nella maggior parte dei casi, il suo è stato un approccio mediante il cuore, che implica sentimento, percezione sensoria ed emozione. Ne risulta l'estasi. La tecnica del mistico è quella della devozione, della disciplina, dell'intensa aspirazione emotiva, "dell'elevare il cuore a Dio", della "visione dell'Amato" e del "Matrimonio Celeste", e il riversare la propria natura d'amore ai piedi dell'Amato, con l'estasi che ne consegue. Sopraggiunge poi, se dobbiamo credere agli scritti dei mistici stessi, un periodo di riadattamento alla vita quotidiana, e spesso un senso di depressione e di disillusione per la scomparsa di quel momento sublime e l'incapacità di riferire con chiarezza ciò che si è sperimentato. Inizia allora un altro periodo di devozione e di disciplina, fino a che la visione si ripete e si ritrova il contatto con l'Amato. Sotto certi punti di vista, l'egocentrismo del mistico occidentale è notevole, ed ancor più la sua incapacità di usare l'intelletto. Dobbiamo fare eccezione, tuttavia, per mistici come Boehme, Ruysbroeck e il Maestro Eckhart, nelle cui opere l'elemento intellettuale è molto accentuato e la qualità della conoscenza evidentissima. Ecco appunto le parole del Maestro Eckhart:

157 "Vi è un potere nell'anima, l'intelletto, che è di primaria importanza per consentirle la consapevolezza, la scoperta di Dio... Le tesi più sane affermano esplicitamente (e sono nel vero) che il nucleo della vita eterna si trova nella conoscenza, piuttosto che nell'amore... L'anima non dipende da cose temporali, ma nell'esaltazione della sua mente comunica con le cose di Dio"<sup>93</sup>.

Il Conoscitore segue un metodo diverso. Dirige l'intelletto verso l'oggetto della sua ricerca; segue la via della mente, che disciplina e controlla. La rende stabile; ne arresta la versatilità e la focalizza; va alla ricerca di Dio; si distacca dal sentimento e non si cura della propria soddisfazione personale, poiché la mente è il "senso comune" e, nel suo aspetto più elevato, possiede la facoltà della sintesi,

---

<sup>92</sup> Underhill, Evelyn: *Misticismo*, pag. 206.

<sup>93</sup> Franz, Pfeiffer: *Meister Eckhart*, pag. 114, 83, 288.

158

dell'Interezza. Il Conoscitore, come afferma Müller-Freienfels, "non parla più della "sua" anima, ma dell'anima universale che si manifesta e si sviluppa in lui come in ogni altra creatura, e che permane quando l'illusione dell'individualità svanisce... Egli vive la sua esistenza come "vita", cioè auto-realizzazione e perfezionamento, con la coscienza che non è solo il suo sé che si realizza e perfeziona, ma l'universo, la divinità di cui ogni se manifesto è parte"<sup>94</sup>.

Il sentimento personale è escluso. L'aspirante padroneggia la mente, la tiene salda nella luce e allora vede e conosce. Segue allora lo stadio di "illuminazione". Maestro Eckhart riassume la differenza tra i due metodi in questi termini:

"La Conoscenza eleva l'anima all'ordine divino; l'amore l'unisce a Dio; l'esercizio perfeziona l'anima e la eleva fino a Dio. I tre fattori conducono l'anima fuori dal tempo, nell'eternità"<sup>95</sup>.

Sono distinzioni che vanno attentamente notate. Oggi molti considerano conoscere Dio assai più importante che amarlo. Essi già lo amano, e quell'amore è alla base dei loro sforzi, ma non della loro disciplina attuale. È forse vero che la via mistica dell'amore e della devozione è la meta per la grande maggioranza che non pensa, ma i pensatori devono invece concentrare i loro sforzi verso l'illuminazione.

159

Nell'uomo veramente illuminato, si ha la rara combinazione del mistico e del conoscitore, il frutto dei metodi mistici orientali e occidentali, l'unione della testa e del cuore, dell'amore e dell'intelletto. Ne risulta colui che, in Oriente, è chiamato Yogi (il conoscitore dell'unione) e, in Occidente, è detto il mistico pratico - termini poco efficaci per designare chi ha saputo combinare l'intelletto con il sentimento ed è perciò un essere umano coordinato, in cui cervello, mente ed anima, operano in sintesi e unità perfette.

L'illuminazione della mente da parte dell'anima è il riversarsi, nell'attenta "sostanza mentale" in attesa, di quella conoscenza e di quella saggezza che sono prerogativa dell'anima, producono nell'uomo veramente unificato e coordinato risultati diversi, secondo con quale parte del suo strumento avviene il contatto. Ma dell'Unione e dello sviluppo dei poteri trascendentali tratteremo in seguito, e ci limitiamo ora agli effetti diretti dell'illuminazione. Per maggior chiarezza, potremmo riassumerli nel modo seguente:

160

L'effetto sulla mente è la percezione diretta della verità e la comprensione di una conoscenza così vasta e sintetica, da essere designata con il termine, alquanto vago, di Mente Universale. Questo genere di conoscenza talvolta è detto Intuizione e costituisce una delle più importanti caratteristiche dell'illuminazione. Altri effetti sulla mente sono la capacità di comunicare telepaticamente, e la sensibilità ad altre menti in grado di funzionare sui livelli egoici. Non mi riferisco qui alla cosiddetta comunicazione telepatica su livelli psichici, o a quella che intercorre comunemente fra cervello e cervello, alle quali siamo tutti abituati, bensì al rapporto che si può stabilire tra anime, divinamente sintonizzate, e che in passato si è manifestato con la trasmissione di messaggi ispirati, con le Sacre Scritture e i sermoni divini enunciati da grandi Figli di Dio, come il Cristo ed il Buddha. L'intuizione e la telepatia sono dunque, nella loro forma più pura, due effetti dell'illuminazione sulla mente.

Sulla natura emozionale o, come dicono gli esoteristi, nel corpo del desiderio o del sentimento, si registra gioia, felicità e l'esperienza dell'estasi. Si manifesta uno stato di compiutezza, di soddisfazione e d'attesa gioiosa che fa apparire il mondo in una nuova luce e le circostanze in un colore più lieto.

Nel corpo fisico si verificano alcune reazioni assai interessanti. Possiamo dividerle in due gruppi principali: in primo luogo l'impulso ad un'intensa attività, con precisi effetti sul sistema nervoso, e in secondo luogo la frequente comparsa di una luce nella testa, che può essere vista anche ad occhi chiusi, o nell'oscurità.

---

<sup>94</sup> Richard Muller-Freienfels: *Misteri dell'Anima*, pag. 336.

<sup>95</sup> Pfeiffer, Franz: *Meister Eckhart*, pag. 286.

W. Winslow Hall, scrivendo dell'illuminazione, tratta di quest'aspetto della luce e dice in un suo brano che intende dimostrare che "l'Illuminazione non è soltanto un fatto psicologico, ma anche fisiologico"<sup>96</sup>.

161

Questi risultati su quel triplice strumento - mentale, sensorio e fisico - che chiamiamo essere umano, sono soltanto manifestazioni della stessa energia fondamentale che si trasferisce da un veicolo all'altro. È la stessa coscienza divina che si palesa in sfere diverse della consapevolezza e del comportamento umani.

Occupiamoci prima di tutto delle reazioni mentali. Che cosa è quella cosa misteriosa che chiamiamo intuizione? È interessante notare che questo termine e del tutto ignorato anche in opere di psicologia scritte da uomini eminenti in questo campo. L'intuizione non viene riconosciuta. Noi potremmo definirla come apprendimento diretto della verità, a prescindere dal concorso della facoltà raziocinante o da qualsiasi processo intellettuale. È l'emergere nella coscienza di qualche verità o bellezza mai percepite. Non emerge dal subcosciente, né dagli accumuli della memoria, razziale o individuale, ma perviene alla mente direttamente dal supercosciente, o dall'anima onnisciente. È subito riconosciuta come infallibilmente vera, e non lascia dubbi. Le improvvise soluzioni di problemi astrusi o apparentemente insolubili, e molte grandi invenzioni che hanno rivoluzionato il mondo rientrano in tale categoria. Evelyn Underhill ne parla in questi termini:

162

"... questa comprensione illuminata delle cose, questo aprirsi delle porte della percezione, è proprio ciò che ci aspettiamo avvenga all'uomo allorché si avvia verso centri di coscienza più elevati. La sua intelligenza di superficie, liberata dal dominio dei sensi, è sempre più pervasa dalla personalità trascendente, dall'"Uomo Nuovo", che è per natura un abitante del mondo spirituale indipendente, e il cui destino, in linguaggio mistico, è il "ritorno all'Origine". Ne consegue un afflusso di vitalità nuova, maggiori poteri di visione, e grandiosa esaltazione del potere intuitivo"<sup>97</sup>.

Questo accesso diretto alla Verità è il destino ultimo di tutti gli esseri umani ed è probabile che un giorno la mente stessa si trovi tanto sotto la soglia della coscienza, quanto ora gli istinti. Funzioneremo allora nel regno dell'intuizione e parleremo in termini di intuizione con la stessa facilità con cui ora parliamo in termini di mente, e cerchiamo di vivere come esseri mentali.

Il padre Marechal, in "*Studi sulla psicologia dei Mistici*", descrive come segue la percezione intuitiva con queste parole:

"L'intuizione - definita in modo del tutto generico - è l'assimilazione diretta di una facoltà conoscitiva con il suo oggetto. Ogni conoscenza è, in qualche modo, un'assimilazione; l'intuizione è "un'informazione" immediata, senza il concorso di un intermediario oggettivo; è l'unico atto per mezzo del quale la facoltà conoscitiva si modella, non sull'immagine astratta dell'oggetto, ma sull'oggetto stesso; è, se volete, la stretta coincidenza, la linea comune di contatto fra il soggetto che conosce e l'oggetto"<sup>98</sup>.

163

Uno dei testi più notevoli e suggestivi sull'intuizione, che si adatta in modo sorprendente sia alle conclusioni orientali che occidentali, è "*Istinto ed Intuizione*" di G. B. Diblee. In esso vi sono parecchie interessanti definizioni dell'intuizione. Si rileva che "come la sensazione sta al sentimento, così l'intuizione sta al pensiero, in quanto gli fornisce materiale"<sup>99</sup>, e si riferiscono le parole di C. G. Jung, secondo il quale si tratta di un processo mentale extracosciente di cui siamo di tanto in tanto debolmente consapevoli. È anche riportata la definizione di H. Wildon Carr: "L'intuizione è un apprendimento di realtà ottenuto da parte della mente in modo diretto, cioè non sotto forma di percezione o di concetto (ne come idea od oggetto di ragionamento) , che al contrario

<sup>96</sup> W. Winslow Hall, M. D.: op. cit., pag. 19.

<sup>97</sup> Evelyn, Underhill: op. cit., pag. 311.

<sup>98</sup> Maréchal, Joseph, S. J.: *Studi sulla psicologia dei Mistici*, pag. 98.

<sup>99</sup> Diblee, George Binney: *Istinto ed Intuizione*, pag. 85.

sono comprensione intellettuale”<sup>100</sup>. L’autore dice inoltre che l’intuizione “riguarda solo effetti intangibili e, se è indipendente dal tempo, lo è anche dal sentimento”<sup>101</sup>. In un passaggio particolarmente chiaro definisce, forse senza intenzione, poiché tratta altri argomenti, il mistico pratico coordinato, ovvero il conoscitore.

“... l’ispirazione intuitiva e l’energia istintiva sono finalmente domate ed unificate nel sé compiuto, che infine forma una singola personalità”<sup>102</sup>.

164

È il meccanismo guidato e diretto, nelle sue relazioni e reazioni fisiche, dallo apparato degli istinti, che opera tramite i sensi e il cervello, mentre l’anima a sua volta guida e dirige la mente per mezzo dell’intuizione, il punto fisico di contatto essendo nel cervello superiore. G.B. Dibblee riassume questo concetto con le seguenti parole: “La conclusione cui sono giunto è la precisa ammissione di due distinti organi d’intelligenza nell’essere umano, il talamo, sede dell’istinto, e la corteccia cerebrale, sede delle facoltà collegate dell’intelletto e dell’intuizione”<sup>103</sup>. Questa affermazione coincide con gli insegnamenti orientali, che situano il centro che regola e coordina tutta la natura inferiore nella regione del corpo pituitario, e il punto di contatto con il Sé superiore e l’intuizione nella regione della glandola pineale.

Il processo si svolge pertanto nel modo seguente: La mente riceve illuminazione dall’anima sotto forma d’idee che si riversano in essa o di intuizioni che le trasmettono una conoscenza diretta ed esatta, giacché l’intuizione è sempre infallibile. Il procedimento viene ripetuto dalla mente attiva, che comunica al cervello in attesa le intuizioni e la conoscenza trasmesse dall’anima. Quando ciò si compie automaticamente e con esattezza, si ha l’uomo illuminato, il saggio.

165

La seconda attività cui la mente reagisce, quale risultato dell’illuminazione, è la telepatia. È stato detto che “l’illuminazione stessa può essere considerata come il più elevato tipo di telepatia conosciuto, poiché nel risplendere di quella suprema illuminazione, l’anima umana è il percipiente, è il Padre delle Luci e l’agente”. Il trasmettitore può anche agire per mezzo di molte menti, poiché il mondo dell’anima è quello della coscienza di gruppo, e ciò apre un ampio campo di contatti. L’anima umana non è in rapporto soltanto con la Mente Universale, ma anche con tutte le menti tramite le quali il Divino Proposito, che chiamiamo Dio, ritiene di operare. Possiamo in tal modo spiegarci il flusso costante degli scritti e dei messaggi illuminati d’ogni epoca che hanno guidato il pensiero ed il destino degli uomini, conducendoli lungo il sentiero della realizzazione dallo stadio dell’animismo e del feticismo alla concezione attuale di una Divinità immanente. Dal punto di vista dell’uomo e della natura, abbiamo progredito fino a quello di un Tutto divino, in cui viviamo, muoviamo e siamo, e con il quale la nostra coscienza s’identifica. Sappiamo di essere divini. Uno dopo l’altro, i Figli di Dio sono entrati in possesso del loro retaggio e divenuti sensibili al piano mondiale. Con la fermezza della loro contemplazione, si sono messi in grado di agire da interpreti della Mente Universale e da intermediari fra le moltitudini non telepatiche e l’eterna fonte di saggezza. Agli illuminati, ai pensatori intuitivi in ogni campo di conoscenza e ai comunicatori telepatici e ispirati può esser fatto risalire il meglio di ciò che l’umanità odierna conosce, l’origine delle grandi religioni del mondo e il trionfo della scienza.

166

Questa comunicazione telepatica non deve essere confusa con la medianità o con le numerose scritture cosiddette ispirate che abbondano attualmente. La maggior parte di esse sono mediocri e non dicono nulla di nuovo, ne recano messaggi che ci permettano di compiere altri passi verso la Nuova Era o ci guidino sulla scala che conduce ai Luoghi Celesti. Il novantotto per cento di queste comunicazioni attinge al subcosciente, o si limita ad espressioni di mentalità pur degne e rispettabili. Ciò dimostra che l’uomo ha fatto molto e si sta coordinando. Non indicano però l’intuizione, ne l’attiva facoltà di te-

<sup>100</sup> Carr, H. Wildon: op. cit, pag. 21

<sup>101</sup> Dibblee, G. Binney: op. cit., pag. 132.

<sup>102</sup> Ibidem, pag. 30

<sup>103</sup> Ibidem, pag. 165.

lepatia spirituale. Si deve distinguere con molta attenzione fra intuizione ed istinto; fra l'intelletto nei suoi aspetti inferiori e la mente astratta o superiore. Bisogna saper discernere tra le parole ispirate di un'anima in contatto con la Realtà e con altre anime, e le banalità di una mente pur colta e raffinata.

L'effetto sulla natura emotiva del processo d'illuminazione assume due aspetti e, per quanto possa sembrare paradossale, due aspetti diametralmente opposti. In alcuni infonde calma, facendo cessare ogni ansietà ed ogni preoccupazione mondana e il mistico entra in quella pace che supera ogni comprensione.

167

In altri invece può produrre l'estasi mistica - quell'elevazione, quell'effusione del cuore verso la Divinità che la letteratura mistica testimonia costantemente. È uno stato di esaltazione e di certezza gioiosa per le realtà percepite. Chi lo prova è trasportato sulle ali della beatitudine e, almeno temporaneamente, nulla può toccarlo o ferirlo. In linguaggio figurato, i suoi piedi volano incontro all'Amato, si stabilisce uno stretto rapporto fra l'Amante e l'Amato, ma permane sempre un senso di dualità, di qualche cosa d'altro al di là di ciò che è stato raggiunto. Questo stato deve essere trattenuto nella coscienza il più a lungo possibile, altrimenti la visione estatica scomparirà, le nuvole oscureranno il sole, e il mondo con le sue preoccupazioni nasconderà il cielo. *E. Underhill* dice che l'estasi, considerata dal lato fisico, è uno stato di trance. È un rapimento, e può essere benefica o dannosa. Citando il Padre Malaval, aggiunge:

168

“I grandi dottori della vita mistica insegnano che vi sono due tipi di rapimento, che devono essere accuratamente distinti. Il primo si verifica in individui ancora poco avanzati sul Sentiero e assai egocentrici, o in virtù di un'immaginazione sovraccitata che apprende vividamente un oggetto sensibile, o per artificio del Demonio... L'altro è invece il risultato di pura visione intellettuale in coloro che hanno per Dio amore ardente ed elevato. Alle nobili anime che hanno completamente rinunciato a sé stesse, Dio non manca mai, in questi rapimenti, di comunicare cose elevate”<sup>104</sup>.

La stessa scrittrice continua dicendo che l'estasi, dal lato psicologico, è “L'assorbimento del sé nell'unica idea, nell'unico desiderio, è così profondo e, nel caso dei grandi mistici così appassionato, da annullare qualsiasi altra cosa”<sup>105</sup>. Si noterà come la condizione d'estasi è caratterizzata dal concetto di desiderio, di sentimento e di dualità. Passione, devozione ed estatico impulso verso la fonte della realizzazione sono sempre presenti ed occorre un cauto discernimento da parte di chi le sperimenta, affinché non degenerino in morbosità. Fondamentalmente non abbiamo nulla a che fare con questo stato di consapevolezza sensoria.

Il nostro è un fine elevato che implica costantemente apprendimento e stabile controllo mentale, mentre quello stato riguarda soltanto gli stadi iniziali dell'illuminazione. In seguito si vedrà che la vera illuminazione elimina tutte le reazioni di questo tipo. L'anima sa di essere libera dalle paia degli opposti - dal piacere come dal dolore - e sta costantemente nell'essere spirituale. La linea o il canale di comunicazione finisce per essere diretta ed esclusiva fra l'anima e la mente e fra la mente e il cervello.

169

A livello di coscienza fisica e della reazione all'illuminazione che affluisce al cervello, gli effetti predominanti sono di solito due. Vi è una sensazione o consapevolezza di una luce nella testa, e spesso anche l'impulso ad un'attività inconsueta. L'uomo sembra stimolato dall'energia che si riversa in lui e le sue giornate sono troppo brevi per tutto ciò che vorrebbe fare. È così ansioso di cooperare col Piano con cui è entrato in contatto, che il suo equilibrio sembra momentaneamente scosso; egli lavora, parla, legge e scrive con foga instancabile, fino a logorarsi il sistema nervoso e ad indebolire la propria vitalità. Tutti coloro che si sono applicati alla meditazione, e che hanno cercato di insegnarne gli elementi, sanno bene di che si tratta. L'aspirante penetra nel regno

---

<sup>104</sup> Underhill, Evelyn: *Misticismo*, pag. 43 l.

<sup>105</sup> *Ibidem*, pag. 434.

dell'energia divina e vi risponde con intensità; sente i propri rapporti e le proprie responsabilità di gruppo e gli sembra di dover fare quanto più può per adeguarvisi. La constatazione di questo continuo afflusso di forza vitale è caratteristica eminente, poiché la coordinazione fra l'anima e il suo strumento, e la conseguente reazione del sistema nervoso all'energia dell'anima avvengono in modo così serrato e preciso, che all'uomo occorre un certo tempo per potersene adattare.

170 Un altro effetto, come abbiamo visto, è la percezione di una luce nella testa. Questo fatto è così noto, che richiede pochi commenti. C. G. Jung a questo proposito dice:

“... la visione della luce è un'esperienza comune a molti mistici ed è senza dubbio una delle più significative, poiché in tutti i tempi e luoghi appare come fatto incondizionato, che racchiude in sé il più grande potere ed il significato più profondo. Ildegarda Von Bingen, personalità notevole anche a prescindere dal suo misticismo, si esprime in modo analogo quando parla della sua visione centrale. “Sin dalla fanciullezza, ella dice, vedo sempre una luce nell'anima mia, non con gli occhi esterni, né con il pensiero del cuore, né i cinque sensi partecipano a questa visione... La luce che percepisco non è localizzata, ma è molto più luminosa di una nuvola che diffonda la luce del sole. Non posso distinguere in essa né altezza, né larghezza, né lunghezza... Ciò che vedo o apprendo in tale visione resta a lungo nella mia memoria. Vedo, odo e conosco al tempo stesso, e nello stesso istante imparo ciò che conosco... In questa luce non riesco a scorgere alcuna forma, per quanto a volte veda in essa un'altra luce, che conosco per luce vivente... Quando la contemplo, sparisce dalla mia memoria ogni tristezza ed ogni dolore...”.

171 “Conosco alcuni individui, che per esperienza personale sono abituati a questo fenomeno. Per quanto io abbia potuto capire, esso sembra in rapporto con un acutizzarsi della coscienza, altrettanto intenso quanto astratto, uno stato di coscienza “distaccato” il quale, come Ildegarda nota a proposito, porta nell'ambito della coscienza eventi psichici normalmente avvolti nelle tenebre. Il fatto che, in concomitanza di ciò, le comuni sensazioni corporee scompaiano, dimostra che la loro energia specifica né è stata ritirata per andare evidentemente ad accrescere la chiarezza della coscienza. Di solito, il fenomeno è spontaneo e viene e va di sua iniziativa. L'effetto è sorprendente, in quanto quasi sempre risolve complicazioni psichiche e libera perciò la personalità interiore da grovigli emotivi ed immaginari, creando una unità di essere che è universalmente sentita come “liberazione”<sup>106</sup>.

Qualsiasi esperto insegnante di meditazione può senza dubbio far sue queste parole. Il fenomeno è notissimo e costituisce una prova sicura che all'illuminazione mentale fa riscontro una precisa corrispondenza fisica. Centinaia di uomini potrebbero dimostrarlo, se fossero disposti a parlare delle loro esperienze, ma troppi si astengono dal farlo, per timore della derisione e dello scetticismo di chi non sa. La luce nella testa assume forme varie ed ha spesso uno sviluppo progressivo. Si percepisce prima una luce diffusa, talvolta all'esterno del capo e, più tardi, entro il cervello, durante la riflessione Profonda o la meditazione; poi si fa più concentrata ed appare, come dicono alcuni, simile ad un sole raggianti e molto luminoso. Successivamente, al centro della radiosità appare un punto di un vivido blu elettrico (forse la “luce vivente” già citata) dal quale parte verso l'alto un sentiero di luce d'oro. Questo è stato talvolta chiamato “il Sentiero” ed è probabile che il profeta non parlasse solo simbolicamente quando disse che “il Sentiero del giusto è come una luce splendente che brilla sempre più, fino al giorno, sii con noi”.

172 Questa luce nella testa, che sembra accompagnare in ogni caso lo stato di illuminazione, è probabilmente l'origine dell'aureola raffigurata attorno al capo degli illuminati.

Molte ricerche restano ancora da compiere in questa direzione e molte reticenze e pregiudizi devono essere superati. Molti uomini cominciano tuttavia a registrare le loro

---

<sup>106</sup> Richard Wilhelm e C. G. Jung: op. cit, pag. 104-105.



esperienze e non si tratta di psicopatici, bensì di persone stimate e valide che operano nei vari campi dell'attività umana. Forse giungerà presto il giorno in cui il fatto dell'illuminazione verrà riconosciuto come un processo naturale, e la luce nella testa verrà considerata come indizio di un preciso stadio di coordinazione e di reciproco rapporto tra l'anima l'uomo spirituale e l'uomo sul piano fisico. Quando sarà così, l'evoluzione sarà giunta ad un punto tale che istinto, intelletto ed intuizione potranno essere usati a volontà da uomini preparati e perfettamente educati e la "luce dell'anima" potrà essere rivolta verso qualsiasi problema. L'onniscienza dell'anima sarà allora manifesta sulla terra.

Permettetemi di chiudere questo capitolo con alcune parole di un mistico indiano e i versi di un mistico cristiano moderno, esempi tipici dei due punti di vista del conoscitore e del mistico. L'indiano dice:

“Sono detti Bramini soltanto coloro in cui è attiva una luce interiore... l'anima umana è una lampada non coperta dal moggio. Per illuminare tutta l'umanità, la lampada non emana i raggi della carne, ma quelli della luce mentale, ed è quindi il canale verso il mondo dell'anima. I raggi della luce mentale aiutano tutta l'umanità a progredire e ad espandersi mentalmente, e la lampada pertanto è dei Bramini del Mondo Eterno. Illumina il mondo, ma non prende nulla di ciò che il mondo può dare”.

173

Il Cristiano scrive:

“Ho visto una vita risplendere di Dio!

Padre mio, dammi

La benedizione di una vita consumata da Dio

Che possa vivere per Te.

Una vita di fuoco! Che risplenda di Dio,

Accesa dai fuochi della pentecoste!

Una vita bruciante! ardente d'amore per gli uomini

illuminata dall'alto dalla compassione divina.

Una vita infuocata, che Dio prenda o porti

In casa, o nella via, dovunque voglia,

Per accenderne un'altra

Ed estendere l'incendio”.

Abbiamo dunque posto in rilievo lo stadio finale del processo meditativo che chiamiamo Ispirazione. Della possibilità di un tal genere di vita testimoniano i Grandi di tutti i tempi. Essi sapevano di essere Figli di Dio e lo realizzavano compiutamente in incarnazione fisica. Sono Assertori ispirati della realtà del vero, dell'immortalità dell'anima e del regno di Dio. Sono luci accese nell'oscurità, per illuminare la via del ritorno alla Casa del Padre.

L'UNIVERSALITÀ DELLA MEDITAZIONE

“Ad ognuno si apre  
 Una Via, più Vie, ed una Via.  
 E l'Anima Nobile va per quella che sale  
 E l'Anima Bassa brancola su quella che  
 [scende;  
 E nel mezzo, sui pianori nebbiosi,  
 Le altre vanno e vengono alla deriva.  
 Ma ad ognuno si apre  
 Una Via Alta ed una Bassa,  
 Ed ognuno decide  
 Dove andare”.

JOHN OXENHAM

**177** Abbiamo delineato il metodo per mezzo del quale il mistico può divenire il conoscitore cosciente, e descritto il processo degli sviluppi successivi che conduce all'illuminazione del cervello fisico e ad una esistenza terrena ispirata. Siamo partiti dall'uomo che, esaurite le risorse e le soddisfazioni dell'esistenza fisica, di fronte all'ineluttabilità della grande transizione ad un'altra dimensione di vita, cerca la via della conoscenza e della certezza. Egli scopre, se indaga con imparzialità, che in ogni tempo sono esistiti coloro che sapevano, che erano penetrati nel cuore del mistero dell'esistenza e ne sono ritornati portando la conferma dell'immortalità dell'anima e della realtà del Regno di Dio. Essi parlano inoltre di un metodo che hanno, seguito per giungere ad apprendere la Verità divina, e di una tecnica che ha reso possibile il loro passaggio dal quarto al quinto regno della natura.

Gli uomini illuminati di tutte le epoche proclamano le medesime verità e affermano l'esistenza di un metodo universale capace di produrre alcuni risultati che si potrebbe così descrivere:

**178** Primo. Esperienza diretta delle realtà divine, delle verità trascendentali e del mondo soprannaturale. Tutto ciò appare, una volta raggiunto, altrettanto naturale, e parte altrettanto vitale dello sviluppo evolutivo, di qualsiasi processo asserito dalla biologia, dalla fisica o dalla chimica. Allo stesso modo in cui queste tre grandi scienze sono occulte e praticamente incomprensibili per un alunno delle scuole medie, così l'alta metafisica e occulta e incomprensibile anche per quegli accademici che manchino della necessaria apertura mentale, della preparazione opportuna e delle doti richieste.

Secondo. Rivelazione del Sé. Mediante l'educazione mentale e spirituale conferita dall'esercizio della meditazione avanzata, viene risolto il problema degli psicologi circa la natura del Sé, dell'anima, della psiche, e questa parola è riallacciata al suo significato originario: Psyche, il nome dell'anima. Il processo è stato una rivelazione graduale, un accostamento progressivo all'anima. La psiche affiora nella sua vera essenza.

**179** Dietro la materia può essere riconosciuto un possente fattore immanente, da cui dipende la coerenza della natura formale e che costituisce la personalità operante nel mondo fisico. Può essere considerato l'aspetto vita, e gli studiosi incontrano continuamente il problema della vita, cercando di pervenire alla sua causa e alla sua origine. Ancora più nel profondo possiamo trovare l'aspetto emotivo del Se che sente, soffre, sperimenta, opera tramite il sistema nervoso e il cervello, e governa potentemente ogni attività nel mondo delle vicende umane. Sente il piacere e il dolore, è assorbito dagli umori e dalle reazioni emotive alla vita, da ansie e desideri d'ogni tipo. È la comune vita personale della maggioranza, poiché a questo stadio dell'evoluzione umana facciamo assai più uso del sentimento che del pensiero.

Patanjali ce ne spiega chiaramente le ragioni con queste parole:

“Il senso della personalità nasce dall’identificarsi del conoscitore con gli strumenti della conoscenza.

“L’illusione che il Percipiente e ciò che è percepito siano la stessa cosa è la causa (del dolore) che deve essere eliminata”<sup>107</sup>.

Altrove egli dice che, l’esperienza della vita e il processo dell’esistenza fisica ed emotiva provengono dalla “incapacità dell’anima di distinguere fra sé personale e Purusha (o spirito). Le forme oggettive esistono per uso (ed esperienza) dell’uomo spirituale. Meditando su ciò si intuisce la natura spirituale (Purusha)”<sup>108</sup>.

180

Per mezzo di questa vitale esperienza e del processo del desiderio sensorio e della consapevolezza che ne deriva, l’uomo esaurisce quest’aspetto della sua natura e penetra fino ad un terzo fattore, la mente. Oggi l’uomo si trova proprio a questo punto dell’indagine e l’attenzione degli psicologi è ovunque assorbita dallo studio dei processi e delle reazioni mentali, delle loro cause e dei loro obiettivi. Molte scuole di pensiero mantengono punti di vista diametralmente opposti, ma l’esistenza di un fattore mente che influenza sempre di più l’umanità è ora universalmente riconosciuto.

Partendo da questo punto, dove andremo? Nel corso dei tempi, c’è stato un costante progresso della coscienza umana evolventesi, un continuo aumento di consapevolezza della natura, del mondo in cui l’uomo vive, una comprensione sempre maggiore del Tutto, ed ora il mondo è collegato da un capo all’altro dalla radio, dal telegrafo, dalla televisione. L’uomo è onnipresente, e questo miracolo lo si deve soprattutto alla mente. Siamo giunti a comprendere in qualche misura le leggi che governano il mondo naturale ed alcune di quelle che regolano il campo psichico. Rimangono da scoprire e utilizzare scientificamente quelle del regno che vien detto spirituale. Qualcuno le ha conosciute e ne ha parlato all’umanità, ma sono usate solo dagli spiriti precursori della nostra razza. Fra i pochi che si ergono quali Conoscitori preminenti, sono il Budhha, il Cristo, Platone, Aristotele, Pitagora, Maestro Eckhart, Jacob Boehme, Spinoza e tanti altri. Ora si comincia a chiedere con insistenza se non è possibile che molte centinaia di uomini siano giunti attualmente a coordinare cervello, mente ed anima, e quindi a varcare la soglia della consapevolezza mentale ed entrare nel regno della luce, della percezione intuitiva e del mondo delle cause. Dal punto di vista del mondo mentale, in cui siamo ora penetrati, lasciandoci alle spalle i veli del corpo fisico e della natura psichica, perché non dovremmo essere in grado di passare allo stadio successivo della nostra evoluzione? Raggiunta una certa comprensione della natura umana e della mente, non potremmo cominciare ad afferrare le caratteristiche dell’intuizione, e funzionare in un altro regno naturale con la stessa comprensione e facilità con cui funzioniamo in quello umano? I Conoscitori affermano che è possibile e ce ne indicano il modo.

181

Terzo. Nel linguaggio di alcuni pionieri del mondo spirituale, il terzo risultato della meditazione è la scoperta di Dio. Ciò che vogliamo intendere con questa piccola parola di tre lettere, ha solo un’importanza relativa. È solo un simbolo della Realtà. Ogni religione del mondo presuppone una vita immanente nella forma, ed una Causa che ha originato tutte le cose. Ogni essere umano è cosciente, nel suo intimo, di impulsi nascosti (sempre più forti a mano a mano che l’intelletto si evolve) che lo spingono a conoscere, a comprendere ed a rispondere al Come e al Perché. La maggioranza degli uomini, qualunque sia la loro teologia, una volta giunti alla soglia della morte, affermano di credere nel Padre degli Esseri e accettano le implicazioni di questa Paternità. Consideriamo Dio come “l’Alto e Sconosciuto Proposito” che può essere riconosciuto come la totalità di tutte le forme che esprimono la Vita, l’insieme di tutti gli stati di coscienza, e come la Vita stessa; consideriamo la Divinità come ciò in cui viviamo, muoviamo e siamo, e che svolge, tramite ogni forma naturale (compresa quella umana) il suo Piano inclusivo e di sintesi. I Conoscitori dicono che quando, seguendo un metodo, hanno trovato una Via e, percorrendola, sono entrati in un nuovo stato d’essere, il Proposito e il Piano Di-

182

<sup>107</sup> Alice A. Bailey: *La Luce dell’Anima*, pp. 115-116

<sup>108</sup> (2) *Ibidem*, pag. 239.

vini si sono svelati a loro. Hanno potuto parteciparvi attivamente e divenire consapevoli ed intelligenti collaboratori dell'evoluzione. Sanno quanto accade, poiché ne hanno visto l'archetipo.

Quarto. Nelle enunciazioni di tutte le scuole mistiche, di entrambi gli emisferi, questi risultati sono riassunti nelle parole: Unione con Dio, o Unificazione con la Divinità. Dio e l'uomo sono unificati. Il Sé ed il Non-Sé vengono unificati. Taulero l'esprime in questo modo:

“In tale unione... l'uomo non perviene a Dio per mezzo d'immagini o di meditazioni, né con uno sforzo supremo della mente, né sotto forma di godimento o di luce. Ma è *realmente Sé stesso* che egli riceve interiormente, in modo tale da superare di gran lunga ogni sapore, ogni luce delle cose create, ogni ragione, ogni misura, ogni intelligenza”<sup>109</sup>.

Tutti gli altri fattori inferiori alla realtà spirituale non sono che vie verso il centro, da trascendere completamente nello stato contemplativo, in cui l'uomo sfugge dalla coscienza della forma in quella della realtà spirituale, l'anima. Questa, parte cosciente indivisibile dell'Anima Universale (per paradossali che possano apparire tali parole) è priva d'ogni senso di separazione; l'unione con Dio e quindi la comprensione di un fatto naturale sempre esistito. L'anima è cosciente di essere una sola cosa con Dio. Partendo da quest'idea e tenendo conto del ruolo sostenuto dall'intelletto, assumono maggior chiarezza le seguenti parole di S. Paolo: “Sia in voi la stessa mente che fu anche in Gesù Cristo, il Quale, essendo ad immagine di Dio, non considerò cosa indegna l'uguagliarsi a Dio”.

Dal raggiungimento di quest'unione (realizzata durante la contemplazione) deriva la illuminazione della mente e del cervello, purché questi siano stati mantenuti in una condizione positiva e di attesa. L'illuminazione, quando è frequente e quando da ultimo, è ottenuta a volontà, finisce per ingenerare la vita ispirata.

Se queste varie fasi saranno comprese e padroneggiate e se si troveranno uomini e donne intelligenti disposti a seguire la tecnica indicata, molti appariranno a dimostrare questa scienza divina. Troverà allora conferma quanto ho scritto nel libro “*L'Anima ed il Suo Meccanismo*”: “Sorgerà una nuova razza, con nuove facoltà, nuovi ideali e nuovi concetti su Dio e sulla materia, sulla vita e sullo Spirito. Per mezzo di quella razza e della umanità futura, saranno visibili non soltanto il meccanismo e la struttura, ma l'anima, l'entità che, tramite il meccanismo, manifesterà la sua natura, fatta d'amore, di saggezza e di intelligenza”<sup>110</sup>.

A questo punto è interessante notare l'uniformità degli insegnamenti delle religioni e dei popoli circa la tecnica che consente l'ingresso nel regno dell'anima. Sembra quasi che ad un certo stadio del cammino evolutivo tutte le strade convergano e tutti i pellegrini giungano alla stessa posizione. Da questo punto d'incontro, percorrono la stessa via, usando gli stessi metodi e fraseologie stranamente uniformi. Che sia ormai giunto il momento di comprendere queste cose, appare evidente, se notiamo la diffusione dello studio delle religioni comparate ed i mutui rapporti fra i popoli. Questi due fattori stanno decisamente abbattendo le antiche barriere, e dimostrano l'unità dell'anima umana.

Genericamente parlando, si può dire che questa Via è universalmente suddivisa in tre parti principali, che corrispondono, ad esempio, alle tre grandi religioni: cristiana, buddista e indù. La Chiesa cristiana parla del Sentiero della Prova, di quello della Santità e di quello dell'Illuminazione. Evans-Wentz, nella sua introduzione a: “*Milarepa, grande Yogi del Tibet*” cita un maestro indù:

“Le tre principali scuole del Tibet segnano, a mio avviso, tre stadi sul Sentiero dell'Illuminazione o del progresso spirituale. Nella prima, il devoto è soggetto ad ingiunzioni e proibizioni... È, cioè, “vincolato dai regolamenti”. Nella seconda, aderisce al sentiero tradizionale in cui le restrizioni ordinarie sono alquanto

<sup>109</sup> Citato dal Padre Poulain, S. J. in: *Le grazie della preghiera interiore*, pag. 80.

<sup>110</sup> Bailey, Alice A., *L'anima ed il suo meccanismo*, pag 130.

mitigate, benché egli non sia ancora del tutto libero. Nella terza, l'Adi Yoga, quando mediante le pratiche *yoga* si perviene alla Luce, non vi è alcuna restrizione, poiché lo stato di Buddha... è stato raggiunto. Questi stadi corrispondono, grosso modo, a ciò che i *Tantra* intendono per... Stato di Uomo animale... Stato di Eroe, e Stato Divino o Illuminato”<sup>111</sup>.

*Il metodo del buddismo tibetano.*

Studiando la vita di Milarepa, il Santo del Tibet che visse nell'undicesimo e dodicesimo secolo, troviamo affermato che egli raggiunse l'unione con il metodo della disciplina, della meditazione, dell'applicazione pratica e, infine, dell'Illuminazione. Leggiamo:

“Egli, avendo padroneggiato le scienze mistiche ed occulte ne ebbe... di continuo i quattro stadi di beatitudine della comunione estatica...

“Egli, raggiunta l'onniscienza, la buona volontà onnipervadente e l'amore infuocato, ed acquisito i poteri e le virtù trascendentali, divenne un Buddha auto-evolutosi, torreggiante su tutte le opinioni e le teorie contrastanti dei vari credi e delle varie sette...

“Fu diligentissimo e perseverante nella meditazione sulla Via Rara... Avendo acquisito pieno dominio sugli stati mentali e sulle facoltà interiori, superò tutti i pericoli derivanti dagli elementi esterni

“Fu perfetto nella pratica dei quattro stadi della meditazione (analisi, riflessione, amore, beatitudine, i quattro stadi mentali progressivi che conducono alla concentrazione completa della mente e producono l'illuminazione estatica)

“Fu un dotto profondissimo nella Scienza della Mente, per aver dimostrato in modo indiscutibile che Essa è Principio di Fine di ogni fenomeno visibile, sia materiale che spirituale, i cui raggi, se lasciati splendere senza impedimenti, si esplicano - com'egli sapeva - nella triplice manifestazione dell'Essere Divino Universale, per loro libero potere intrinseco”<sup>112</sup>.

Abbiamo quindi lo stesso procedimento: attività mentale, contemplazione, unione ed illuminazione.

*Il metodo del buddismo cinese.*

Uno dei maggiori contributi al processo di illuminazione e la comprensione del modo in cui il Buddha trovò la Luce. Esso rivela, in modo notevole, l'uso della mente nella lotta contro l'ignoranza che impedisce all'uomo l'accesso al mondo della Luce e dell'essere spirituale. D. T. Suzuki, docente di Buddismo Zen presso l'Università di Kyoto, ne parla in alcune frasi illuminanti. Dice che fu mediante una “suprema e perfetta conoscenza” che il Buddha giunse a quella saggezza che lo trasformò da Bodhisattva in Buddha. Questa conoscenza è:

“... una facoltà intellettuale e spirituale ad un tempo, per il cui operare l'anima può abbattere gli intralci dell'intelletto. Quest'ultimo è sempre dualistico, in quanto conosce soggetto ed oggetto, ma nel Prajna esercitato “all'unisono con la visione di un solo pensiero” non esiste separazione fra conoscitore e conosciuto, entrambi sono visti in un unico pensiero, e l'illuminazione ne è la conseguenza...

“Possiamo in tal modo considerare l'illuminazione come uno stato di mente assoluto in cui nessuna “discriminazione”... ha luogo, e occorre un grande sforzo mentale per comprendere questo stato, nel quale si vede ogni cosa “in un solo

<sup>111</sup> Evans-Wentz, W. Y.: *Milarepa*, pag. 5.

<sup>112</sup> W. Y. Evans-Wentz: op. cit., pag. 32, 33, 35, 38.

pensiero”. In effetti, la nostra coscienza, sia logica che pratica, è troppo dedita all’analisi ed all’ideazione, vale a dire che suddividiamo le realtà in elementi, per capirli, e quando li riuniamo per ricostruire l’insieme originale, ci appaiono troppo vistosamente definiti, e non vediamo il tutto “in un solo pensiero”. Poiché si ha illuminazione solo quando “il pensiero unico” è raggiunto, occorre compiere lo sforzo di trascendere la nostra coscienza relativa ed empirica... Il fatto più importante che sottostà all’esperienza dell’Illuminazione è, dunque, che il Buddha compì un supremo tentativo per risolvere il problema della Ignoranza, e mosse tutta la sua forza di volontà per vincere... L’Illuminazione implica quindi sia la *volontà che l’intelletto*. È un atto intuitivo nato dal volere... il Buddha raggiunse questo fine quando sopravvenne in lui una nuova percezione al termine del suo ragionare, che continuamente passava dalla decadenza e la morte all’Ignoranza, e da questa alla decadenza e alla morte... Ma egli possedeva una volontà indomita: era deciso a penetrare, con un supremo sforzo di volontà, nella verità stessa della cosa; bussò e ribussò fino a che i cancelli dell’Ignoranza cedettero, e si spalancarono su una nuova visione, mai prima offerta alla sua visione intellettuale”<sup>113</sup>

Precedentemente, l’autore aveva fatto notare che giungere al Nirvana e dopotutto essenzialmente l’affermazione e la realizzazione dell’Unità. Negli stessi suoi saggi troviamo queste parole:

“Essi (i seguaci del Buddha) scoprirono alla fine che l’Illuminazione non era esclusività del Buddha, ma che ognuno di noi la può ottenere se si libera dall’ignoranza, abbandonando la concezione dualistica della vita e del mondo; essi conclusero che il Nirvana non era lo svanire in uno stato di assoluta non-esistenza, impossibile fintanto che si devono fronteggiare gli ordinari eventi della vita, e che, nel suo significato ultimo, era invece un’affermazione: un’affermazione al di là di ogni tipo. di opposti”<sup>114</sup>.

Il termine Prajna già citato è molto interessante. Vuol significare “la presenza, in ogni individuo, di una facoltà... È il principio che rende l’Illuminazione possibile in noi quanto nel Buddha. Senza Prajna non potrebbe esservi Illuminazione, il più elevato potere spirituale in nostro possesso. L’intelletto... è relativo nel suo agire... Il Buddha, prima dell’Illuminazione, era un comune mortale, e noi, comuni mortali, saremo dei Buddha, nel momento in cui i nostri occhi mentali si apriranno all’Illuminazione”<sup>115</sup>.

La mente è dunque focalizzata ed utilizzata al massimo delle sue capacità, poi la sua azione cessa. Segue l’uso della volontà per tenere la mente salda nella luce, e infine: la Visione, la Luce, l’Illuminazione!

#### *Il metodo dello Yoga indù.*

Gli Indù hanno analizzato, forse più chiaramente di altri pensatori, il processo dell’accostamento mentale alla Realtà e la parte che la mente vi deve sostenere. Shankaracharya dice che:

189

“Lo Yogi, il cui intelletto sia perfetto, contempla ogni cosa come dimorante in lui, nel suo Sé, senza distinzione di esteriore e di interiore, e così, con l’occhio della Conoscenza (Jnana-chaksus, espressione che si potrebbe rendere con una certa fedeltà con “intuizione intellettuale egli percepisce (o piuttosto concepisce, non con il ragionamento o la logica, ma per consapevolezza diretta ed “assenso” immediato) che tutto è Atma”<sup>116</sup>

<sup>113</sup> Daisetz Teitaro Suzuki: *Saggi sul Buddismo Zen*, pag. 113-115.

<sup>114</sup> Ibidem, pag. 47.

<sup>115</sup> Daisetz Teitaro Suzuki: op. cit, pag 52, 53.

<sup>116</sup> Citato da René Guénon in: *L’uomo ed il suo divenire secondo il Vedanta*.

Lo Yogi, o colui che ha raggiunto l'unione (poiché lo Yoga è la scienza dell'unione) conosce se stesso quale è in realtà. Scopre, quando l'ignoranza cede il posto alla consapevolezza trascendentale, di essere identificato con Brahma, la Causa Eterna, il Solo e l'Unico. Sa, oltre ogni controversia, di essere Dio: Dio immanente e trascendente.

Shankaracharya prosegue dicendo:

“Egli è il Supremo *Brahma*, eterno, puro, libero, solo (nella Sua assoluta perfezione), incessantemente colmo di Beatitudine, esente da dualità, Principio (incondizionato) di tutta l'esistenza, Conoscitore (senza che questa Conoscenza implichi distinzione fra soggetto ed oggetto, ciò che sarebbe contrario, alla “non dualità”) e senza fine.

“È *Brahma*, di cui tutte le cose sono illuminate (partecipando della Sua essenza secondo il loro ordine di realtà), la cui Luce, fa risplendere il sole e tutti i corpi celesti, ma che la loro luce non manifesta.

“Il Sé, una volta illuminato dalla meditazione... ardente del fuoco della Conoscenza (realizzando la sua identità essenziale con la Luce Suprema) e libero da ogni accidentalità... e rifulge nel suo splendore come oro purificato dal fuoco.

190

“Il Sole della Conoscenza spirituale, quando sorge nel cielo del cuore (vale a dire al centro dell'essere), dissipa le tenebre (dell'ignoranza che vela l'unica Realtà assoluta) pervade, avvolge, illumina ogni cosa”<sup>117</sup>.

Il padre Marechal afferma:

“... l'esperienza psicologica vissuta dal contemplante attraversa le due fasi di concentrazione mentale e di incoscienza descritte da M. Oltramare, secondo il *Sarvadarsanasangraha*: “È in due fasi successive che lo Yogi scalza, per anticipazione, la base delle esistenze future ed annulla le impressioni che determinano la sua esistenza presente.

Nella prima egli è *cosciente* ...; il pensiero è allora esclusivamente concentrato sul suo oggetto e tutte le modificazioni del principio pensante sono sospese, nella misura in cui dipendono dalle cose esteriori; i frutti che coglie in tal modo sono sia visibili - cessazione della sofferenza - che invisibili - percezione immediata dell'Essere oggetto della meditazione... - La seconda fase dello Yoga è quella in cui egli è *incosciente*... l'organo pensante è dissolto nella sua causa ...; il senso della personalità è scomparso; il soggetto che medita, l'oggetto sul quale il suo pensiero si sofferma, l'atto della meditazione stessa, formano una cosa sola ...”<sup>118</sup>.

Patanjali, il più grande insegnante di scienza Yoga del mondo, nel suo quarto libro ha così riassunto gli stadi finali:

“Lo stato di unità isolata (ritratto nella vera natura del Sé è la ricompensa di chi discrimina fra sostanza mentale e Se, o uomo spirituale.

191

“Quando le tre guna non hanno presa sul Sé, si consegue l'Unità Isolata. La pura coscienza spirituale si ritrae nell'uno.

“Quando l'intelligenza spirituale, a sé stante e indipendente dagli oggetti, si riflette nella sostanza mentale, sorge la consapevolezza del Se...

“La mente allora tende... alla costante illuminazione...”<sup>119</sup>.

Ecco ripetuta la stessa idea. Uso della mente, ritiro finale dalla coscienza mentale e realizzazione dell'unità. Ciò conduce ad un'illuminazione costante.

*Il metodo del Sufismo.*

Gli scritti dei Sufi sono avvolti profondamente in immagini e simbolismi ed hanno un senso di dualità forse più accentuato che qualsiasi altro sistema religioso esoterico,

<sup>117</sup> René Guénon: op. cit, pag. 256, 258, 259, 260.

<sup>118</sup> Joseph Maréchal, S. J.: op. cit., pag. 312-313.

<sup>119</sup> Alice A. Bailey: *La Luce dell'Anima*, IV, 25, 34, 22.

ad eccezione di quello mistico cristiano. Dai brani che seguono, tratti dal più antico trattato persiano del Sufismo, apparirà però chiaramente come anche da essi emergano la stessa verità e lo stesso metodo. È interessante notare che perdurano più a lungo, e si dimostrano più validi ed utili, gli scritti dei Conoscitori che sono in grado di riferire le proprie esperienze del divino in modo tale da poter insegnare e descrivere, oltre che dichiarare ed affermare.

“Il primo passo verso l’unificazione e l’annientamento della separazione, poiché questa afferma d’essersi separati a causa dalle imperfezioni, mentre la unificazione dichiara l’unità di una cosa... Di conseguenza, il primo passo verso l’unificazione è negare che Dio abbia un compagno e respingere ogni mescolanza...

192

“I nostri principi circa l’unificazione sono cinque; l’allentamento di ciò che è fenomenico, affermazione di ciò che è eterno, abbandono dei luoghi familiari, allontanarsi dai fratelli e oblio di tutto ciò che è noto e ignoto.

“La destituzione di ciò che è fenomenico consiste nel negare che i fenomeni abbiano un qualsiasi rapporto con l’unificazione o che possano comunque raggiungere la Sua santa essenza; l’affermazione dell’eternità e la convinzione che Dio è sempre esistito ...; l’abbandono dei luoghi familiari significa, per il novizio, il distacco dai piaceri abituali dell’anima interiore e dalle forme di questo mondo, e per l’adepto, il distacco dagli stati elevati e gloriosi e dai miracoli eccelsi; l’allontanarsi dai fratelli significa abbandonare la società degli uomini e volgersi verso la compagnia di Dio, poiché ogni pensiero che non sia rivolto a Dio è un velo ed un’imperfezione, e quanto più i pensieri di un uomo sono rivolti ad altra cosa che Dio, più fitto è il velo che lo separa da Dio, poiché è universalmente riconosciuto che l’unificazione è la concentrazione dei pensieri, mentre l’accontentarsi di altra cosa che Dio vuol dire dispersione di pensiero...”<sup>120</sup>.

Ed ancora:

“Uno degli Sceicchi dice: “Quattro cose sono necessarie a chi prega: annientamento dell’anima inferiore, perdita dei poteri naturali, purezza del più profondo del cuore e contemplazione perfetta”. L’anima inferiore può essere annientata soltanto con la concentrazione del pensiero; i poteri naturali si possono perdere soltanto con l’affermazione della Maestà Divina, ciò che implica la distruzione di tutto ciò che non è Dio; si può conseguire la purezza del Più profondo del cuore, soltanto con l’amore, e la contemplazione perfetta, soltanto con la purezza del più profondo del cuore”<sup>121</sup>.

Si ripete quindi la stessa verità.

### 193 *Il metodo cristiano.*

Naturalmente è facile trovare numerosi passaggi che collegano il metodo del Conoscitore cristiano a quello del suo fratello orientale. Essi testimoniano la stessa efficacia del metodo ed anch’essi usano l’intelletto fin dove può giungere e sospendono poi ogni sforzo, mentre s’instaura una nuova condizione di essere e sopravviene un nuovo stato di coscienza. S. Agostino dice: “Così come è inesprimibile come il Figlio sgorga dal Padre nella prima emanazione, dietro a questa vi è qualcosa d’occulto: intelletto e volontà”. Maestro Eckhart si ricollega ai Conoscitori orientali con queste parole:

“L’intelletto è la più elevata facoltà dell’anima e per suo mezzo questa afferra il bene divino. Il libero arbitrio è il potere di gustare il bene divino che l’intelletto le fa conoscere. La scintilla dell’anima è la luce del riflesso di Dio che è sempre volta verso Dio. L’arcano della mente e, per così dire, l’insieme di tutto il bene e

---

<sup>120</sup> Reynold A. Nicholson: *The Kashf Al- Maniüb*, pag. 281, 282.

<sup>121</sup> *Ibidem*, pag. 302-303.



dei doni divini contenuti nella più profonda essenza dell'anima, fonte inesauribile di bontà divina.

“I poteri inferiori dell'anima dovrebbero essere subordinati a quelli superiori, e questi a Dio; i suoi sensi esteriori a quelli interiori, e questi alla ragione; il pensiero all'intuizione, e questa ed ogni cosa all'unità, affinché l'anima rimanga stessa. “Quando la mente di un uomo ha perso contatto con tutto, allora, e solo allora, entra in contatto con Dio.

194

sola e null'altro fluisca in essa, se non la pura divinità che qui rifluisce in sé “È, in tale affluire di grazia che appare improvvisa quella luce della mente, in cui Dio invia un raggio del Suo puro splendore. In tale luce intensa, un mortale di tanto sovrasta i suoi simili, quanto un uomo la sua ombra sul muro.

“L'uomo dell'anima, trascendendo la sua modalità angelica e guidato dallo intelletto, penetra fino alla sorgente da cui l'anima fluì. L'intelletto stesso e lasciato fuori, con tutte le cose che hanno un nome. In tal modo l'anima si fonde nella pura unità”<sup>122</sup>..

Così, tutte le grandi scuole di meditazione intellettuale (scevra, negli stadi finali, da sentimento ed emozione) conducono allo stesso punto. Dal punto di vista del Buddismo, dell'Induismo, del Sufismo e del Cristianesimo, lo scopo fondamentale e sempre il medesimo: unificazione con la divinità; identica è la trascendenza dei sensi, identica la concentrazione della mente al suo grado più elevato, identica l'evidente incapacità della mente, oltre quel punto, di portare l'aspirante alla meta; vi è lo stesso passaggio allo stato di contemplazione della Realtà, la stessa assimilazione in Dio, la stessa consapevolezza d'identità con Dio e la stessa conseguente illuminazione.

Ogni senso di separatività è scomparso. Unione con l'Universo, realizzazione dell'Identità col Tutto; consapevole coscienza del Sé ed assimilazione, in piena coscienza di veglia, con la Natura interiore ed esteriore, questa è la meta precisa di chi cerca la conoscenza.

195

Il sé, il non-sé, ed il loro rapporto sono conosciuti come un fatto unico, privo di differenziazioni. Dio Padre, Dio Figlio e Dio Spirito Santo sono compresi operanti come un'unica Identità, il Tre nell'Uno e l'Uno nel Tre. Questa è la meta cui tendono tutte le scuole ove il mistico trascende non solo il sentimento, ma anche in ultima analisi, il pensiero, unificandosi con il TUTTO. L'individualità rimane sempre nella coscienza, ma tanto s'identifica con l'insieme totale, che ogni senso di separazione scompare. Null'altro resta, se non l'Unità realizzata.

---

<sup>122</sup> Franz Pfeiffer: op. cit., pag. 338, 144, 66, 101.

LA PRATICA DELLA MEDITAZIONE

“Va fatto osservare che la Dottrina in questo libro non è destinata ad ogni sorta di persona, ma soltanto a coloro che sanno mortificare i Sensi e le Passioni, che già hanno compiuto progressi nella Preghiera, e sono chiamati da Dio sulla Via Interiore, lungo la quale li incoraggia e li guida, liberandoli dagli ostacoli che ritardano il loro cammino verso la Contemplazione perfetta”.

MICHAEL DE MOLINOS  
*“La Guida Spirituale”*

199 Finora la nostra dissertazione è stata accademica e comparativa, raziocinante e indicativa. È stata additata la Via che molti hanno seguito, ed è stato considerato il Sentiero dell’Illuminazione. Ora è necessario cercare di comprendere ciò che possiamo fare in pratica, altrimenti lo scopo dello studio della meditazione sarebbe mancato, ed aumenteremmo soltanto la nostra responsabilità, senza fare alcun progresso sulla Via.

Due domande richiamano subito la nostra attenzione.

Primo. Chiunque lo desideri può trarre profitto dalla tecnica di meditazione e farse-ne padrone?

Secondo. I Conoscitori orientali conseguirono l’Illuminazione ritirandosi dal mondo, nella solitudine e nel silenzio. Date le condizioni di vita della società occidentale, ciò è impossibile. Vi è speranza di riuscire ugualmente anche senza rifugiarsi nella solitudine, nelle foreste o nei ritiri monastici?

Occupiamoci di una domanda alla volta. Dobbiamo rispondere a tutte e due prima di proseguire a trattare della meditazione e del metodo più opportuno da adottare.

200 In risposta alla prima domanda, sulla idoneità di qualsiasi aspirante a questo difficile compito, si dovrebbe tener presente che l’impulso stesso che spinge ad agire in questo senso indica il richiamo dell’anima verso il Sentiero della conoscenza. Nessuno si scoraggi se scopre in sé la mancanza di alcuni requisiti essenziali. La maggior parte di noi è più evoluta, più saggia e più dotata di quanto non pensi. Tutti possono cominciare subito a concentrarsi, se lo vogliono. Possediamo ampie conoscenze, potere mentale e capacità che non sono mai state tratte dal regno del subconscio per usarne in modo oggettivo; chiunque abbia osservato l’effetto della Meditazione su un principiante, potrà confermarlo, spesso con smarrimento mentale del principiante stesso, che non sa cosa fare delle sue scoperte. I risultati del primo passo nella disciplina della Meditazione, cioè nella Concentrazione, sono a volte sorprendenti. Molti “scoprono” sé stessi; trovano capacità nascoste ed una comprensione mai utilizzata; sviluppano una consapevolezza, anche del mondo fenomenico, che appare loro miracolosa; constatano improvvisamente la realtà della mente e la possibilità di servirsene, e la distinzione fra il conoscitore e lo strumento di conoscenza appare loro di una evidenza lampante. Al tempo stesso, però, sentono che viene a mancare qualche cosa. I sogni precedenti di beatitudine e di pace, che la preghiera e la meditazione mistica avevano largito, scompaiono; temporaneamente essi sperimentano un senso d’aridità, di mancanza, di vuoto, che sono spesso molto penosi. Ciò è dovuto al fatto che il centro dell’attenzione si è allontanato dalle cose dei sensi, per quanto belle. Ciò che la mente conosce e può ricordare non è ancora percepito, e l’apparato senziente non s’impone alla coscienza nel modo abituale. È un periodo di transizione, che occorre sopportare fino a che il nuovo mondo non cominci ad imprimersi sull’aspirante. Questa è una delle ragioni per cui occorrono grande perseveranza e persistenza, specialmente negli stadi preliminari della meditazione.

201

Uno dei primi effetti della meditazione è di solito un aumento d'efficienza nella vita giornaliera, sia che questa si svolga in casa, in un ufficio o in un qualsiasi campo dell'attività umana. L'applicazione mentale alle ordinarie occupazioni è già di per sé stessa un esercizio di concentrazione, dai risultati notevoli. Che con la concentrazione e la meditazione si raggiunga o no l'illuminazione finale, si sarà sempre acquisito molto, e notevolmente arricchita la vita; la produttività ed il potere saranno di gran lunga maggiori e la sfera d'influenza più vasta.

202 Anche da un punto di vista puramente terreno è dunque utile imparare a meditare. Chi potrebbe affermare che una maggiore efficienza nella vita e nel servizio non sia, sul sentiero del progresso spirituale, un passo altrettanto importante che le visioni del mistico? I risultati spirituali dell'applicazione della mente, dimostrati dal mondo occidentale, in ultima analisi, possono essere un contributo altrettanto determinante, per l'insieme delle aspirazioni spirituali, quanto quelli che si notano nel mondo delle organizzazioni religiose. Confucio ha insegnato, secoli fa, che gli utensili della civiltà sono di natura altamente spirituale, in quanto risultato di *idee*, e Hu Shih dice: "... quella civiltà che trae il massimo utile dall'ingegnosità e dall'intelligenza dell'uomo applicate alla ricerca del vero, per controllare la natura e trasformare la materia a beneficio dell'umanità, per liberare lo spirito umano dall'ignoranza, dalla superstizione e dalla schiavitù delle forze della natura, e riformare le istituzioni sociali e politiche a vantaggio dei più, tale civiltà è altamente idealistica e spirituale"<sup>123</sup>.

Il nostro concetto di ciò che costituisce la spiritualità si è costantemente ampliato. Abbiamo visto molte migliaia di uomini che, mediante il desiderio, il sentimento e le reazioni della natura emotiva, sono giunti a trasmutare il desiderio in aspirazione, il sentimento in sensibilità per le cose dello spirito, e l'amore di sé stessi in amore di Dio. Così nasce il mistico.

203 Con l'uso della mente nel campo degli affari, nel lavoro professionale, nelle scienze e nelle arti, abbiamo visto accadere due fatti sorprendenti: l'organizzazione commerciale, fondata su interessi egoistici e concetti materiali, è giunta nondimeno ad una certa coscienza di gruppo; per la prima volta i rapporti di gruppo e gli interessi della maggioranza sono stati argomento di serio esame. Questi sono risultati puramente spirituali, indici di un crescente risveglio dell'anima, presagi dell'avvento della fratellanza di anime. La scienza applicata in ogni settore si è ora evoluta al punto da penetrare nel regno delle energie e della metafisica pura. Lo studio della materia ci ha condotti nel regno del misticismo e del trascendentalismo. Scienza e Religione si danno la mano nel mondo dell'invisibile e dell'intangibile.

Sono passi nella direzione giusta. Quando, grazie alla tecnica occidentale nel mondo degli affari (grande scuola di concentrazione) le facoltà della razza siano state sviluppate, deve inevitabilmente avvenire, ed è spesso avvenuta, una trasmutazione analoga a quella che si verifica nell'ambito della natura del desiderio. La mente potrà allora riorientarsi verso valori più veri ed elevati e focalizzarsi in una direzione diversa da quella della vita materiale. Così nascerà il conoscitore.

204 Perciò, chiunque non sia soltanto un emotivo, abbia una buona educazione ed intenda lavorare con perseveranza, potrà di buon coraggio accingersi allo studio della meditazione. Potrà cominciare con l'organizzare la propria vita in modo da poter muovere i primi passi sul sentiero dell'illuminazione, e quest'organizzazione è già di per sé uno dei passi più difficili. È bene ricordare che ogni inizio è difficile, poiché si devono compensare abitudini e ritmi instaurati da molti anni. Ma una volta fatto questo, il lavoro diventa più facile. È, molto più difficile imparare a leggere, che non studiare un testo difficile.

L'antica scienza della Meditazione, la "via regale all'Unione", come è stata chiamata, potrebbe altrettanto giustamente essere detta la scienza della coordinazione. Con il processo evolutivo abbiamo già imparato a coordinare la natura emozionale, senziente e

---

<sup>123</sup> Beard Charles A.: *Dove va il genere umano?*, pag. 41.

del desiderio con il corpo fisico, al punto che ora sono stati di coscienza automatici e spesso irresistibili; il corpo fisico è ora un semplice automa, una creatura del desiderio, basso od elevato, buono o cattivo, secondo i casi. Molti oggi stanno coordinando la mente con gli altri due corpi e, mediante la grande diffusione dei sistemi educativi attuali, stiamo saldando in una unità coerente l'insieme degli elementi che compongono l'essere umano: le nature mentale, emozionale e fisica. Per mezzo della concentrazione e delle prime fasi della meditazione, tale coordinazione viene accelerata ed è seguita più tardi dalla fusione della triade umana con un altro fattore, l'anima. Questa è sempre stata presente, così come la mente negli esseri umani (che non siano idioti), ma è quiescente fino al momento giusto e fino a che non sia stato compiuto quanto necessario. È, tutta una questione di coscienza. Max Müller dice quanto segue:

205

“Dobbiamo ricordare che il principio fondamentale della filosofia Vedanta non era “Tu sei *Lui*”, ma “Tu sei *Quello*” e non era “Tu *sarai*”, “Tu *sei*”. Questo “Tu sei” esprime qualcosa che è, che è stato e che sempre sarà, non qualcosa che si deve ancora conseguire o che avverrà, per esempio, dopo la morte... Per mezzo della vera conoscenza, l'anima individuale non diventa Brahman. ma è Brahman non appena riconosce ciò che realmente è, ed è sempre stata”<sup>124</sup>.

San Paolo sottolinea la stessa verità dicendo: “Cristo in me, speranza di gloria”. Per mezzo della mente educata e concentrata si conosce questa Realtà immanente, e il Tre nell'Uno e l'Uno nel Tre sono allora fatti dimostrati, nel naturale evolversi della vita di Dio nell'uomo.

È evidente, quindi, che la risposta alla nostra prima domanda è la seguente:

Primo. Noi accettiamo l'ipotesi che esista un'anima e che questa possa essere conosciuta dall'uomo che educi e controlli la sua mente.

Secondo. Sulla base di tale ipotesi, cominciamo a coordinare i tre aspetti della natura inferiore e ad unificare mente, emozioni e corpo fisico in un Tutto organizzato ed unitario. Otteniamo questo praticando la concentrazione.

Terzo. Appena la concentrazione sfocia nella meditazione (che è una concentrazione prolungata), si comincia ad avvertire l'imposizione della volontà dell'anima sulla mente. A poco a poco. anima, mente e cervello entrano in rapporto sempre più stretto. Dapprima la mente domina il cervello e la natura emozionale. Poi l'anima domina la mente. La prima cosa si raggiunge con la concentrazione. La seconda con la meditazione.

206

Da questa sequenza d'attività l'attento osservatore si renderà conto che si tratta di compiere un vero e proprio lavoro e che la prima qualità è la *perseveranza*.

Si può osservare che due cose contribuiscono alla coordinazione. In primo luogo lo sforzo di pervenire al dominio della mente, cercando di vivere una vita di concentrazione. La vita di consacrazione e di dedizione, che tanto distingue il mistico, viene sostituita dalla vita di concentrazione e di meditazione - che distingue il conoscitore. L'organizzazione della vita di pensiero, sempre e dovunque e, in secondo luogo, la pratica della concentrazione, esercitata con regolarità, ogni giorno, ad ora fissa se possibile, stabiliscono un'attitudine di concentrazione, e sono foriere di successo. La prima richiede tempo, ma può essere iniziata subito. Il secondo requisito, i periodi di concentrazione stabiliti può anche essere iniziato, ma il buon esito dipende da due fattori: regolarità e persistenza. Il successo della prima dipende in gran parte dalla persistenza, ma anche dall'uso dell'immaginazione. Grazie ad essa assumiamo l'atteggiamento dello Spettatore, il Percipiente. Immaginiamo di essere Colui che pensa (non che sente), e con costanza guidiamo i nostri pensieri lungo le linee prescelte, imponendoci di pensare ciò che vogliamo e rifiutando l'accesso a quei pensieri che abbiamo deciso di escludere, non con l'inibizione, ma con il metodo dell'interesse dinamico rivolto a qualche altro argomento. Ci rifiutiamo di permettere che la nostra mente corra a suo piacimento per il mondo, o sia mossa dai sentimenti e dalle emozioni, o dalle correnti di pensiero che ci

---

<sup>124</sup> Max Müller: *Teosofia o Religione psicologica*, pag. 284.

207

circondano. Ci costringiamo a fare attenzione a tutto ciò che facciamo, sia che leggiamo un libro, sia che attendiamo alle nostre faccende di casa o d'ufficio, della vita sociale o della professione, sia che parliamo ad un amico, o svolgiamo qualsiasi altra attività del momento. Se l'occupazione è tale da poter essere eseguita istintivamente, senza richiedere l'uso attivo del pensiero, possiamo scegliere una linea di pensiero, o una catena di ragionamenti, e seguirla con intelligenza, mentre le mani o gli occhi eseguono il loro lavoro.

208

La vera concentrazione nasce da una vita concentrata, retta dal pensiero, e per l'aspirante il primo passo è di cominciare ad organizzare la sua vita quotidiana, regolare le sue attività, e divenire focalizzato, concentrato in un solo punto, nel suo modo di condurre l'esistenza. Ciò è possibile a tutti coloro che sono disposti a compiere lo sforzo necessario, e possono proseguirlo con perseveranza. Questo è il requisito indispensabile e fondamentale. Se siamo capaci di organizzare e porre ordine nella nostra vita, dimostriamo il nostro valore e la forza del nostro desiderio. Si vedrà quindi che l'uomo che si concentra non trascura alcuno dei suoi doveri. Quelli verso la famiglia e gli amici, verso la professione ed il lavoro saranno al contrario svolti in modo più perfetto ed efficiente, ed egli troverà anche tempo per gli altri doveri che gli saranno imposti dalla sua aspirazione spirituale, poiché comincia ad eliminare dalla sua vita le cose che non sono essenziali. Nessuno dei suoi obblighi sarà tralasciato, poiché la mente focalizzata gli permetterà di compiere più cose in un tempo più breve di prima, e di ottenere risultati migliori. Chi è governato dalle emozioni spreca molto tempo ed energia e fa meno di chi sia focalizzato in senso mentale. Praticare la meditazione risulta molto più facile ad un uomo che sia abituato ai metodi del mondo degli affari, e sia giunto a svolgere mansioni direttive, che non ad un operaio che non pensa o ad una donna che conduca una vita unicamente di società o di famiglia. Queste ultime devono imparare ad organizzare la loro vita quotidiana, e abbandonare le attività non essenziali. Sono persone sempre troppo occupate, alle quali riesce impossibile trovare ogni giorno venti minuti per meditare, o un'ora per studiare. Sono così indaffarate con le amenità della vita sociale, con i meccanismi del governo della casa, con una quantità di attività banali e di conversazioni insulse, che non riescono a rendersi conto che la pratica della concentrazione permetterebbe loro di fare tutto ciò che hanno fatto finora, e più ancora, e meglio. Al dirigente esperto, dalla vita attiva e piena, sembra più facile trovare il necessario tempo supplementare che l'anima richiede. Ha sempre tempo per fare qualcosa in più. Ha imparato a concentrarsi e, spesso, a meditare; non gli occorre che cambiare il punto focale della sua attenzione.

209

La risposta alla seconda domanda, circa la necessità di ritirarsi in solitudine per evocare l'anima, offre l'opportunità di fare alcune considerazioni interessanti. Dall'esame delle condizioni esistenti, sembrerebbe che l'aspirante occidentale moderno debba o rimandare la cultura della natura dell'anima fino a quando potrà osservare l'antica regola del ritiro dal mondo, o formulare un nuovo metodo ed assumere una nuova posizione. Pochi di noi si trovano in una situazione tale da poter rinunciare alla famiglia ed alle responsabilità, e abbandonare il mondo degli uomini per meditare e cercare illuminazione sotto il proprio albero. Viviamo nel bel mezzo della folla, ed in condizioni caotiche che ci precludono completamente ogni visione di pace e di quiete ambientale. È, dunque un problema insormontabile? Non vi è modo di superare la difficoltà? Dobbiamo rinunciare ad ogni speranza d'illuminazione, dal momento che non possiamo (a causa delle circostanze, del clima, delle condizioni economiche) ritrarci dal mondo degli uomini per cercare quello dell'anima?

La soluzione indubbiamente non sta nella rinuncia a quelle possibilità che uomini di razze e di secoli precedenti hanno testimoniato. Sta invece nella giusta comprensione del nostro problema e del privilegio che abbiamo di dimostrare un aspetto nuovo dell'antica verità. Come occidentali, apparteniamo ad una razza giovane.

Nell'antichissimo Oriente i rari avventurosi pionieri cercarono l'isolamento, accertarono per noi le opportunità, e custodirono per noi le regole. Tennero al sicuro la tecni-

ca fino al tempo in cui gli uomini fossero pronti ad avanzare numerosi, e non solo ad uno ad uno. Quel tempo è venuto. Nella tensione e nell'irrequietezza della vita moderna, nella giungla delle nostre grandi città, nel frastuono e nella furia delle vicende della vita quotidiana, uomini e donne in ogni luogo possono trovare il centro di pace entro sé stessi, e lo trovano, e possono penetrare in quello stato di concentrazione positiva e silente che permette loro di raggiungere la stessa meta, acquisire la stessa conoscenza, e immergersi nella stessa Luce di cui le grandi Figure del genere umano hanno reso e rendono testimonianza.

**210** Il luogo d'isolamento ove ritirarsi, l'uomo lo trova in sé stesso; il luogo di silenzio ove si entra in contatto con la vita dell'anima è quel punto entro la testa in cui si incontrano anima e corpo, quella regione cui abbiamo accennato ove la luce dell'anima e la vita del corpo si fondono e si uniscono. L'uomo che si esercita sufficientemente alla concentrazione, in qualsiasi momento ed in qualsiasi luogo si trovi, può ritirare il proprio pensiero in un centro che è in lui, ed in quel centro entro la testa procede la grande opera di unificazione (at-one-ment). Ciò richiede un'attenzione più dinamica ed una meditazione più potente, ma negli ultimi tremila anni l'umanità ha progredito ed ha sviluppato potere e forza mentali, ed ora può fare ciò che non era possibile ai veggenti dei tempi antichi.

A questo punto nasce una terza domanda: in realtà cosa succede all'aspirante, in senso psicologico e fisiologico, durante la meditazione? Avvengono molte cose. In senso psicologico la mente viene controllata e passa sotto il dominio dell'anima; nello stesso tempo non vengono escluse le facoltà mentali comuni. Esse possono essere usate più facilmente, e la mente è più acuta che mai. È possibile pensare con chiarezza.

**211** L'aspirante scopre che, oltre a poter registrare le impressioni provenienti dal mondo fenomenico, è in grado di cogliere anche quelle provenienti dal mondo dello spirito. È mentale in due sensi, e la mente diviene un agente di coesione e d'unione. La natura emotiva è a sua volta governata dalla mente, viene acquietata e placata, e quindi non è più d'ostacolo al flusso di conoscenza spirituale al cervello. Quando questi due effetti si sono verificati, si determinano alcuni mutamenti nel meccanismo del pensiero e della consapevolezza nella testa dell'uomo, così ci dicono i conoscitori orientali, e l'evidenza sembra confermarlo. Pensatori d'avanguardia occidentali, come già abbiamo notato, designano la regione superiore del cervello quale sede dell'intuizione e delle facoltà mentali superiori, e la sua parte inferiore quale sede delle facoltà mentali inferiori e delle reazioni emotive più elevate. Ciò concorda con l'insegnamento orientale secondo cui l'anima, con la conoscenza superiore e la facoltà di percezione intuitiva, ha la propria dimora in un centro di forza che si trova nella regione della ghiandola pineale, mentre la personalità ha la propria sede in un centro di forza nella zona del corpo pituitario.

Le ipotesi sulle quali poggeranno le nuove scuole educative (se le teorie qui proposte hanno qualche fondamento di realtà) possono essere così espresse:

**212** Primo. Il centro d'energia tramite cui l'anima agisce è nel cervello superiore. Durante la meditazione, se questa è efficace, l'energia dell'anima fluisce nel cervello e produce precisi effetti sul sistema nervoso. Se invece la mente non è dominata, e la natura emotiva ha il predominio (come nel caso del mistico puro), l'effetto viene registrato soprattutto nell'apparato senziente, gli stati emotivi dell'essere. Quando la mente predomina, l'apparato pensante del cervello superiore è spinto ad un'attività organizzata. Scoprendo nuovi campi di conoscenza, l'uomo acquisisce una nuova capacità di pensare in modo chiaro, conscio e potente.

Secondo. La regione del corpo pituitario è la sede delle facoltà inferiori, quando siano coordinate, com'è il caso dell'essere umano più evoluto. Lì esse sono coordinate e sintetizzate e, secondo quanto affermato da certe scuole di psicologia ed endocrinologia degne di stima, si trovano le emozioni e gli aspetti più concreti della mente (derivanti dalle abitudini del genere umano e da istinti ereditari, e che pertanto non richiedono l'uso della mente creativa, o superiore). Questo è il tema di un mio libro precedente, *L'Anima ed il suo Meccanismo*, e non è il caso di ampliarlo in questa sede.

Terzo. Quando la personalità, la totalità degli stati fisici, emotivi e mentali, è d'ordine elevato, il corpo pituitario funziona con efficienza accresciuta, e la vibrazione del centro d'energia che si trova nelle sue vicinanze diviene assai potente. Va osservato che, stando a questa teoria, quando la personalità è invece d'ordine inferiore, quando le reazioni sono principalmente istintuali e la mente è praticamente inerte, il centro di energia è allora in vicinanza del plesso solare, e l'uomo è di natura più animale.

213 Quarto. Il centro nella regione della ghiandola pineale, ed il cervello superiore, sono posti in attività imparando a focalizzare l'attenzione cosciente nella testa. Nei testi orientali a ciò si dà il nome interessante di "giusto ritiro", o "retta astrazione", ciò che significa lo sviluppo della capacità di soggiogare le tendenze verso l'esterno dei cinque sensi. Pertanto all'aspirante s'insegna il giusto ritiro o la giusta astrazione della coscienza, che è diretta all'esterno, verso il mondo fenomenico, ed egli deve apprendere a focalizzarla in quella grande centrale nella testa, da cui può coscientemente distribuire energia quando partecipa alla grande Opera, da cui gli è possibile entrare in contatto con l'anima, ed in cui può ricevere i messaggi e le impressioni emananti da quel regno. Si tratta qui di un definito stadio di conseguimento, e non di esprimere in modo simbolico l'interesse concentrato in un solo punto.

I canali di percezione sensoriale entrano in uno stato di quiete. La coscienza dell'uomo reale non si volge più all'esterno servendosi dei suoi cinque canali di contatto. I cinque sensi sono dominati dal sesto, la mente, e tutta la coscienza e tutta la facoltà percettiva dell'aspirante vengono sintetizzate nella testa, volte all'interno e verso l'alto. La natura psichica ne viene soggiogata ed il piano mentale diventa il campo d'azione dell'uomo. Questo processo di ritiro o d'astrazione si suddivide in due stadi:

- 214
1. Astrazione della coscienza fisica, ossia della percezione tramite l'udito, il tatto, la vista, il gusto e l'olfatto. Queste modalità di percezione temporaneamente si assopiscono, la percezione è semplicemente mentale, e la coscienza cerebrale è l'unica cosa attiva sul piano fisico.
  2. Ritiro della coscienza nella regione della ghiandola pineale, in modo che la percezione sia accentrata in un punto fra il centro della fronte e la ghiandola pineale<sup>125</sup>.

Quinto. Quando ciò sia compiuto, e l'aspirante acquisisca la facoltà di focalizzarsi nella testa, risultato dell'astrazione è il seguente: i cinque sensi vengono sintetizzati dal sesto, la mente. Questa è il fattore coordinante. In seguito si comprenderà che l'anima svolge una funzione analoga. La triplice personalità viene così posta in diretta comunicazione con l'anima, e quindi l'uomo finisce per perdere la coscienza delle limitazioni della natura corporea, ed il cervello può essere direttamente impressionato dall'anima, tramite la mente. La coscienza cerebrale è tenuta in stato d'attesa positiva, e tutte le sue reazioni al mondo fenomenico sono completamente, anche se temporaneamente, inibite.

215 Sesto. La personalità intellettuale d'ordine elevato, dall'attenzione focalizzata nella regione del corpo pituitario, comincia a vibrare all'unisono con il centro superiore nella regione della ghiandola pineale. Si origina allora un campo magnetico tra l'aspetto positivo dell'anima e la personalità in attesa, resa ricettiva dall'attenzione focalizzata. Allora, ci vien detto, la luce irrompe, ed ecco l'uomo illuminato, e l'apparire della luce nella testa.

Tutto questo è il risultato di una vita disciplinata e della focalizzazione della coscienza nella testa. Ciò è a sua volta ottenuto con lo sforzo di vivere una vita concentrata ed anche mediante precisi esercizi di concentrazione. A questi segue la pratica della meditazione e, dopo molto tempo, la capacità di contemplare.

Quanto precede è un breve riassunto della meccanica del processo, ed è necessariamente succinto ed incompleto. Sono tuttavia idee da accettare in via sperimentale prima di potersi accostare in modo intelligente alla meditazione. Accettare un'ipotesi come quella esposta è giustificabile quanto accettarne una qualsiasi altra, quale base di ricerca e di comportamento. È forse ancora più giustificabile, dato che molte migliaia di uomini

---

<sup>125</sup> Bailey, Alice A.: *La luce dell'anima*, pag. 229, 230.

sono avanzati basandosi su queste supposizioni, hanno soddisfatto i requisiti necessari e sono giunti a fare delle ipotesi una certezza, cogliendo la ricompensa per aver aperto la loro mente, aver persistito, aver indagato.

216 Formulata e temporaneamente accettata la nostra ipotesi, procediamo nel lavoro fino a quando essa non si dimostri errata o la nostra attenzione non se ne distolga. Un'ipotesi non è necessariamente falsa se non si dimostra vera entro un limite di tempo da noi stabilito. Spesso la ricerca in questo campo di conoscenza viene abbandonata perché manca la necessaria perseveranza, oppure l'interesse si volge altrove. Noi siamo invece decisi a proseguire le nostre indagini, dando alle tecniche e alle formule antiche il tempo necessario per dimostrarsi vere. Cominciamo dunque aderendo al primo requisito e cercando di vivere con un atteggiamento mentale più concentrato, e praticando ogni giorno la meditazione e la concentrazione.

Se siamo principianti, o possediamo una mente disorganizzata, fluida, mutevole e instabile, iniziamo dalla concentrazione. Se siamo intellettuali esperti od abbiamo quella facilità a fissare l'attenzione propria degli uomini d'affari, dovremo solo riorientare la mente verso un nuovo campo di consapevolezza ed iniziare la meditazione vera e propria. È facile insegnare la meditazione ad un uomo che svolga mansioni direttive, e desideri impararla.

217 Inizia poi la meditazione regolare cui si dedica ogni giorno il tempo necessario. All'inizio, quindici minuti sono più che sufficienti e per un anno almeno non si dovrebbe superare quel limite. Non è giusto affermare, se qualcuno dice di non poter trovare quindici minuti fra i millequattrocentoquaranta che compongono la giornata, che ciò che veramente gli manca è l'interesse? Quindici minuti si possono sempre trovare, se lo si vuole; è sempre possibile alzarsi quindici minuti prima la mattina, o eliminare le chiacchiere mattutine con la famiglia, o sottrarre quel breve spazio di tempo durante il giorno, alla lettura, al cinema o ad altre chiacchiere. Siamo sinceri con noi stessi e vediamo le cose per quel che sono. La scusa "non ho tempo" è davvero sciocca e denota soltanto mancanza d'interesse. Esaminiamo ora le norme secondo le quali procedere.

Prima di tutto, cercheremo di trovare il tempo per meditare la mattina presto. Questo è il momento più adatto perché, dopo aver partecipato agli avvenimenti giornalieri ed agli scambi alterni della vita, la mente è in uno stato di vibrazione violenta; non è così se la meditazione e la prima cosa del mattino. La mente è allora relativamente calma e può essere sintonizzata rapidamente con gli stati superiori di coscienza. Inoltre, se cominciamo la giornata concentrando l'attenzione sulle cose dello spirito e dell'anima, vivremo quel giorno in modo diverso. Se ciò diventerà un'abitudine, noteremo ben presto un mutamento nelle nostre reazioni agli eventi della vita e che stiamo cominciando a formulare i pensieri che l'anima pensa. Inizia così il processo operante di una legge, poiché: "Come un uomo pensa, tale egli è".

218 Cercheremo poi un luogo veramente tranquillo e indisturbato. Dicendo tranquillo, non intendo riferirmi ai clamori, in quanto il mondo è pieno di suoni e, con l'affinarsi della nostra sensibilità, lo troveremo anche più sonoro di quanto non pensassimo; intendo libero da intrusioni e interruzioni da parte altrui. Vorrei ora indicare un atteggiamento che il principiante dovrebbe assumere. È il silenzio. Gli aspiranti alla meditazione parlano spesso degli ostacoli creati dai familiari e dagli amici: il marito disapprova la meditazione della moglie, o viceversa; i figli non si fanno alcun scrupolo di interrompere il raccoglimento del padre o della madre; gli amici non vedono la cosa di buon occhio. Nella maggioranza dei casi, la colpa è proprio dell'aspirante, e le donne sono le più colpevoli a questo riguardo. Si parla troppo. Il modo in cui utilizziamo quei quindici minuti ogni mattina riguarda soltanto noi, e non c'è alcun bisogno di parlarne in famiglia, o di pretendere che gli altri se ne stiano tranquilli perché noi vogliamo meditare. Ciò provocherebbe inevitabilmente una reazione negativa. È meglio non dir nulla del modo in cui cerchiamo di sviluppare la coscienza spirituale, e soltanto affar nostro. Osserviamo il silenzio su quanto facciamo; teniamo libri e carte ben chiusi, non ingombriamo il salotto di casa con un genere di pubblicazioni che agli altri non interessa mi-



nimamente. Se è impossibile trovare un momento per meditare prima che i vari membri della famiglia se ne vadano al loro lavoro, o che noi stessi intraprendiamo il nostro, cerchiamo di trovare tempo più tardi. C'è sempre un modo per superare le difficoltà, quando ci s'impegna veramente, un modo che non implica inadempienza di qualche obbligo o dovere, ma richiede semplicemente organizzazione e silenzio.

219 Risolto il problema del tempo e del luogo, sediamoci comodamente e cominciamo a meditare. Qui sorge la domanda: come dobbiamo sedere? La posizione migliore è quella a gambe incrociate, in ginocchio, seduti, o in piedi? La migliore è in ogni caso quella più semplice e naturale. La posizione a gambe incrociate è stata, ed è tuttora, molto usata in Oriente, e molti libri trattano delle varie posizioni, che sono un'ottantina. Il fatto che sia stata adottata in passato in Oriente, non significa che essa sia oggi la più adatta in Occidente. Quelle posizioni sono i residui di un'epoca in cui la razza umana veniva educata psicologicamente ed emotivamente, e sono simili alla disciplina imposta a un bimbo, messo in un angolo con l'ordine di star tranquillo. Alcune di esse sono connesse al corpo nervoso, e alla struttura interiore di quei nervi sottili che gli Indù chiamano "nadi" che sottostanno al sistema nervoso riconosciuto in Occidente.

220 Il lato negativo di tali posizioni consiste nel fatto che inducono due reazioni alquanto indesiderabili; a concentrare la mente sul meccanismo e non sullo scopo del processo, e spesso a provare un piacevole senso di superiorità, basato sul tentativo di far qualcosa che la maggioranza non fa, e che ci distingue come dei conoscitori in potenza. Ci si interessa al lato formale della meditazione, e non a colui che origina la forma; ci si occupa del Non-sé, piuttosto che del Sé. Scegliamo quindi la posizione che più facilmente ci permetta di dimenticare il corpo fisico. Per gli Occidentali è probabilmente lo star seduti; la cosa essenziale è tenere la spina dorsale eretta; stare rilassati, (ma non abbandonati), in modo che nessuna parte del corpo sia in stato di tensione, con il mento un poco reclinato, così da togliere ogni rigidità alla parte posteriore del collo. Molti, quando meditano, se ne stanno con gli occhi ben chiusi rivolti al soffitto, quasi che l'anima si trovasse lassù; sembra che abbiano ingoiato un bastone, e spesso tengono i denti stretti (forse per evitare che sfugga loro qualche parola ispirata, caduta dall'anima). Tutto il corpo è teso, immobile, e bloccato. Poi si stupiscono perché nulla avviene se non stanchezza e mal di capo. Il ritiro della coscienza dai canali dei sensi non implica l'invio del sangue alla testa o l'incontrollata accelerazione dei riflessi nervosi. La meditazione è un atto interiore, e può essere eseguita con successo solo se il corpo è rilassato, in posizione equilibrata, e quindi dimenticato.

È bene abbandonare le mani in grembo, ed i piedi dovrebbero essere incrociati. Se gli scienziati occidentali hanno ragione d'affermare che il corpo umano è una vera e propria batteria elettrica, hanno forse ragione anche i loro fratelli orientali nel dire che durante la meditazione vi è una riunione d'energia negativa e positiva, e che la luce nella testa è dovuta a questo fatto. È dunque opportuno chiudere il circuito.

221 Ottenuta una posizione comoda e rilassata, e distolta la coscienza dal corpo fisico, rivolgiamo l'attenzione al respiro, per accertarci che sia tranquillo, regolare e ritmico. A questo punto, vorrei mettere in guardia contro l'uso degli esercizi di respirazione, a meno che non si siano già dedicati anni alla meditazione corretta e alla purificazione dei corpi. Se mancano esperienza e purezza, l'uso di esercizi di respirazione comporta seri pericoli. Non si potrà mai insistervi troppo. Oggi molte scuole insegnano esercizi di respirazione, e molti li considerano come un mezzo di sviluppo spirituale, mentre non hanno nulla a che fare con esso. Sono invece connessi allo sviluppo psichico ed è per questo che il praticarli crea molte difficoltà ed è pericoloso.

È possibile, per esempio, divenire chiaroveggenti o chiarudienti mediante certi esercizi di respirazione, ma quando manchi una vera comprensione del processo o un adeguato dominio della mente sulla "versatile natura psichica", chi li esercita riesce soltanto ad entrare di prepotenza in nuovi campi fenomenici. Egli ha sviluppato facoltà che non è affatto in grado di controllare e si trova spesso nell'impossibilità di escludere suoni e visioni che ha imparato a registrare, ed essendo incapace di sottrarsi sia ai con-

tatti fisici che psichici, e trascinato in due direzioni, e non ha pace. I suoni e le percezioni del mondo fisico sono suo patrimonio normale e naturalmente agiscono sui suoi sensi, ma quando anche il mondo psichico - con i suoi suoni e le sue visioni - entra in azione, l'uomo è senza scampo; non può chiudere gli occhi e sfuggire all'indesiderabile ambiente psichico.

222

Un dottore in teologia, parroco di una grande chiesa, mi scrisse non molto tempo fa di aver praticato esercizi di respirazione insegnatigli da un istruttore capitato nella sua città, per migliorare le sue condizioni di salute. Risultato di quell'ignoranza ben intenzionata fu l'aprirsi del suo udito interiore in senso psichico. Egli diceva nella sua lettera: "Mentre vi sto scrivendo odo ogni sorta di voci, parole e suoni che non sono fisici. Non riesco a farli tacere e temo per la mia ragione. Potreste dirmi che devo fare per cacciarli?"

Negli ultimi dieci anni molte centinaia di persone sono venute a chiedermi aiuto, per aver eseguito senza discernimento esercizi di respirazione. Sono disperati, e spesso in preoccupanti condizioni psichiche. Alcuni possono essere aiutati. Qualche altro, per il quale non è possibile far nulla, finisce negli asili per malati di mente o nelle cliniche di cura per squilibrati. La grande esperienza che ho di queste cose mi induce a questo monito, poiché la maggior parte dei disturbi psichici è causata da esercizi di respirazione.

223

Negli antichi insegnamenti orientali, il controllo del respiro era permesso solo dopo che i primi tre "mezzi di unione" fossero in qualche misura entrati a far parte della vita. Questi "mezzi" sono: primo, i cinque comandamenti: innocuità, sincerità verso tutti gli esseri, astensione dal furto, dall'incontinenza e dall'avarizia. Secondo, le cinque regole, che sono la purificazione interiore ed esteriore, la contentezza, l'aspirazione ardente, la lettura spirituale e la devozione. Terzo, il giusto equilibrio. Quando un uomo è innocuo nel pensiero, nella parola e nell'azione, non conosce egoismo e sa cosa significhi l'equilibrio, sia in senso emotivo che fisico, allora può praticare senza pericolo gli esercizi di respirazione seguendo fedelmente le istruzioni appropriate.

Anche in tal caso, l'unico risultato sarà di unificare le energie vitali del corpo e di diventare uno Psicico cosciente, ma ciò può avere la sua importanza e il suo scopo, quando si tratti di dedicarsi a ricerche ed esperienze.

Il fatto di non essersi attenuti agli indispensabili passi preliminari ha posto in difficoltà molti valenti ricercatori. È pericoloso, per chi è debole ed emotivo, intraprendere esercizi di respirazione per accelerare il proprio sviluppo, e chiunque li insegni a gruppi numerosi, come frequentemente accade, semina guai per sé e per i suoi seguaci. Nei tempi antichi, gli istruttori sceglievano con grande attenzione i soggetti per questo insegnamento ed esso era aggiunto come complemento di una formazione che avesse già indotto un certo grado di contatto con l'anima, in modo che questa potesse dirigere le energie evocate dal respiro verso i suoi obiettivi ed a scopo di servizio mondiale.

Ci limiteremo dunque ad accertare che il respiro sia calmo e regolare, e ritireremo completamente i pensieri dal corpo, per iniziare la concentrazione.

224

Il passo seguente nella pratica meditativa è l'uso dell'immaginazione; ci rappresentiamo il triplice uomo inferiore allineato, ossia in diretta comunicazione con l'anima. Vi sono molti modi di farlo. È la visualizzazione. Si potrebbe dire che la visualizzazione, l'immaginazione e la volontà siano i tre fattori più importanti in ogni processo creativo. Sono le cause soggettive di molti effetti oggettivi. All'inizio, la visualizzazione è soprattutto questione di fede sperimentale. Sappiamo che, per mezzo del ragionamento, siamo giunti a capire che dentro ed oltre ogni cosa manifesta, esiste un Modello Ideale che cerca di palesarsi sul piano fisico. La visualizzazione, l'immaginazione e l'uso della volontà sono attività previste per accelerare il manifestarsi di quell'Ideale.

Quando visualizziamo usiamo la nostra concezione più elevata di quell'ideale, rivestita di qualche tipo di materia, solitamente mentale, non essendo ancora in grado di concepire forme o tipi di sostanza più elevati in cui avvolgere le nostre immagini.

Quando formiamo un'immagine mentale, la sostanza della nostra mente vibra ad una determinata frequenza, ed attrae a sé un tipo corrispondente della sostanza mentale

in cui è immersa. La volontà mantiene l'immagine ferma e le dà vita. Questo processo si attua sia che noi siamo, o no, capaci di vederla con l'occhio della mente. Se non la vediamo non importa, poiché l'opera creativa procede ugualmente. Forse un giorno sapremo come seguire e attuare coscientemente l'intero processo.

225

Nella fase iniziale, a volte il principiante si rappresenta i tre corpi (i tre aspetti della natura formale) collegati da un corpo splendente di luce, oppure visualizza tre centri d'energia vibrante, stimolati da un centro superiore e più potente; altri immaginano l'anima come un triangolo di forza, al quale il triangolo della natura inferiore è collegato dal "filo d'argento" di cui parla la Bibbia, il sutratma, o filo dell'anima delle Scritture orientali, o la "linea di vita" di altre scuole di pensiero. Altri ancora preferiscono attenersi al concetto di una personalità unificata, connessa alla Divinità immanente - il Cristo in noi, speranza di gloria - che racchiude in sé. La scelta dell'immagine da usare ha poca importanza, purché si parta dall'idea basilare del Sé che cerca il contatto col Non-sé, suo strumento nei mondi dell'espressione umana e, viceversa, dal concetto del Non-sé incitato a volgersi alla sua sorgente di vita. Così, mediante l'immaginazione e la visualizzazione, il corpo del desiderio, la natura emotiva, si allinea con l'anima. Ottenuto questo possiamo proseguire la meditazione. Il corpo fisico e quello emotivo, a loro volta, cadono sotto la soglia della coscienza, ci concentriamo nella mente e tentiamo di piegarla al nostro volere.

226

È proprio a questo punto che sorge il nostro problema. La mente rifiuta di aderire ai pensieri che vogliamo formulare e si affanna in tutte le direzioni nella sua abituale ricerca di soggetti. Pensiamo a ciò che faremo più tardi invece che al "pensiero seme", a qualcuno cui dobbiamo parlare, o ad un progetto che ci sta a cuore; cominciamo a pensare ad una persona amata, e ricadiamo subito nel mondo delle emozioni e dobbiamo ricominciare ogni cosa da capo. Allora raduniamo i pensieri e ricominciamo di nuovo, con buon esito per mezzo minuto, poi ricordiamo un impegno che abbiamo preso o un lavoro che abbiamo dato da fare e ci troviamo di nuovo nel campo delle reazioni mentali, e scordiamo la linea di pensiero che intendevamo seguire. Ancora una volta raccogliamo le nostre idee sparse e riprendiamo la fatica di domare la mente ribelle.

Levington Comfort, nella sua 113° Lettera riassume molto bene tutto ciò in questi termini:

"Non immaginiamo quanto sia frammentaria la nostra attenzione fino a quando non cominciamo a concentrarci, fino a quando da questa pratica non nascano chiarezza e stabilità in mezzo all'inutile agitazione della vita personale. Nei primi tentativi di meditare sorvoliamo le istruzioni elementari che riguardano la scelta del soggetto e la necessità di mantenere la mente su di esso con fedeltà e fermezza; a tutto questo antepponiamo la passione per l'estasi, per l'iniziazione, per quel mezzi che ci permetteranno di splendere e dominare. Ci permettiamo di pascolare nei pantani dell'emozione, chiamandoli i nobili campi dello spirito; crediamo di pensare... fino a quando, angustiati dal bisogno o scoraggiati, ci rendiamo conto dell'inquietante incertezza ed instabilità delle nostre basi.

227

Finalmente convinti, ricominciamo dall'inizio con grande zelo e la parola stabilita comincia a profilarsi"<sup>126</sup>.

E continua dicendo:

"All'inizio le nostre concentrazioni sono senza respiro, proprio a causa dello sforzo che vi poniamo. Questa rigidità svia per un certo tempo i risultati che cerchiamo, ma l'esperienza ci permette in seguito una focalizzazione mentale costante, con una specie di contentezza priva di sforzo che può essere concessa senza pericolo"<sup>127</sup>.

Come raggiungere questa condizione? Seguendo una formula o uno schema di meditazione che stabilisca automaticamente un limite invalicabile alla mente e le dica:

---

<sup>126</sup> Comfort, Will Levington: *Lettere*.

<sup>127</sup> Ibid.

“puoi andare fin là e non oltre”. Con deliberazione ed intento intelligente, stabiliamo precisi confini all’attività mentale, in modo che sia possibile accorgerci subito quando li valichiamo. Sappiamo allora di doverci ritirare di nuovo entro i ripari che noi stessi abbiamo costruito. Di solito occorre attenersi ad uno schema per parecchi anni a meno che non si abbia già una certa esperienza, e generalmente anche chi è giunto allo stadio della contemplazione prova sé stesso, usando uno schema per assicurarsi di non ricadere in uno stato emozionale negativo e quiescente.

228

Per insegnare a meditare, a circa tremila studenti, negli ultimi sette anni ho usato formule di meditazione simili a quella che segue e che riporto, essendosi dimostrata efficace nella maggior parte dei casi.

## SCHEMA DI MEDITAZIONE

### PER SVILUPPARE LA CONCENTRAZIONE

1. Assumere una posizione comoda, che consenta di controllare il fisico.
2. Accertarsi che il respiro sia ritmico e regolare.
3. Visualizzare il triplice sé inferiore (fisico, emotivo e mentale), come:
  - a. In contatto con l’anima.
  - b. Come un canale per l’energia dell’anima diretta al cervello tramite la mente. Ora l’apparato fisico può essere controllato dall’anima.
4. Concentrarsi in modo preciso facendo appello alla volontà. Ciò significa sforzarsi di mantenere la mente fissa su determinate parole, in modo che il loro senso sia ben chiaro nella nostra mente e non solo le parole stesse, o il fatto che stiamo tentando di meditare.
5. Dire, con attenzione concentrata: “Più radioso del sole, più puro della neve, più sottile dell’etere è il Sé, lo spirito che è in me. Io sono quel Sé. Quel Sé sono Io”.
6. Concentrarsi quindi sulle parole: “Tu, Dio, mi vedi”. Non permettere alla mente di allentare la sua concentrazione sul senso, sul contenuto e sulle implicazioni della frase.
7. Concludere la concentrazione deliberatamente e dire, di nuovo con la mente concentrata sulle idee sottostanti le parole, la seguente affermazione finale: “Vi è una pace che supera ogni comprensione; essa dimora nel cuore di coloro che vivono nell’Eterno. Vi è un potere che fa nuove tutte le cose; esso vive ed opera in coloro che conoscono il Sé come uno”.

229

Questa è precisamente una meditazione per principianti. Contiene alcuni punti focali in cui viene svolto un processo di riunione dei pensieri ed usato un metodo di rifocalizzazione. Esistono molti altri schemi di meditazione in grado di produrre gli stessi risultati, e molti altri ancora per studenti più progrediti. Vi sono anche schemi di meditazione studiati per produrre risultati specifici in determinate persone, ma è ovvio che non possono essere inclusi in un libro come questo. È possibile solo suggerire una forma di meditazione che si adatti a chiunque e non presenti pericoli. Tuttavia, ciò che più importa è tenere presente che la mente deve essere mantenuta *attivamente occupata con idee* e non con lo sforzo di concentrarsi. Dietro ogni parola pronunciata e ogni stadio eseguito, deve esservi la volontà di capire ed un’attività mentale fissa su di un solo punto. Nel secondo stadio, dove si cerca di meditare in modo preciso su una successione di parole che velano una verità, il processo non dovrebbe avere nulla di automatico. È facilissimo indurre in sé stessi uno stato d’ipnosi con la ripetizione ritmica di alcune parole. Si dice, infatti, che Tennyson giungesse a un elevato stato di coscienza ripetendo il suo nome. Questo non è il nostro scopo. Le condizioni automatiche di *trance* sono pericolose. La via più sicura è quella di un’intensa attività mentale, contenuta entro il campo di idee aperto da un particolare “pensiero-seme”, oggetto della meditazione. Quest’attività e-

sclude ogni pensiero estraneo, tranne quelli suscitati dalle parole prese in considerazione. Le parole contenute nello schema indicato possono dimostrarlo ed il processo descrive la seguente successione di pensieri:

Tu, Dio, mi vedi.  
 Dio è ciò che di divino è in me, il Cristo in me, l'Anima.  
 Per lunghe epoche l'anima mi ha percepito e osservato.  
 Ora, per la prima volta, sono in condizione di vedere Dio.  
 Finora sono stato negativo nei confronti di questa Realtà divina.  
 Il rapporto positivo diviene ora possibile.  
 Ma ciò sembra implicare l'idea di dualità.  
 Eppure, io e Dio siamo una cosa sola.  
 Io sono Dio e lo sono sempre stato.  
 Dunque sono stato visto dal mio Sé.  
 Io sono quel Sé, quel Sé sono Io.

Scriverlo è facile, ma se la mente è mantenuta attivamente assorta sul contenuto ed il significato, sarà necessario un pensiero intenso e concentrato, e s'incontreranno molte difficoltà per eliminare tutti i pensieri estranei al soggetto. A volte ho trovato utile dire al principiante, scoraggiato per la sua incapacità di pensare quando e come vuole: "Immagina di dover tenere una conferenza su queste parole. Pensa di preparare gli appunti da svolgere poi nel discorso. Segui con la mente questo lavoro punto per punto, e troverai che cinque minuti saranno passati senza che la tua attenzione abbia divagato, tanto sarà stato il tuo interesse".

Si dovrebbero scegliere frasi che abbiano un effetto positivo. Sono invece da evitare quelle che inducono uno stato mentale negativo e di attesa. Una certa misura di comprensione ed esperienza è necessaria prima di poter introdurre senza pericolo nella meditazione parole quali: "Stai calmo, e sappi che io sono Dio" (usate così di frequente da principianti bene intenzionati). Richiedono troppa inerzia della personalità ancora impreparata e l'energia che evocano stimola la natura psichica. W. L. Comfort osserva questo fatto in modo molto bello nella lettera già citata:

"Credo che meditazioni quali "stai calmo e sappi che io sono Dio", se eseguite con eccessiva condiscendenza, possano dimostrarsi disastrose. Più di una personalità immatura si è in tal modo resa interiormente ricettiva ad una forza che, agendo sui suoi lati inesauditi, ha risvegliato ambizioni e passioni segrete, al punto di render vano ogni tentativo di controllo. La meditazione "io sono Dio" potrebbe quindi essere giudicata troppo diretta e potente, almeno fino a quando chi la pratica non sappia esattamente ciò che sta facendo. Non è possibile fare la parte dell'Ego e recitarla a lungo davanti agli uomini. Si finisce nella malattia, nella stanchezza eccessiva e si perde la via che a gran voce indichiamo altrui. Non si tratta di ottenere qualcosa da mostrare agli uomini. Si tratta di comprendere di cosa siamo fatti come personalità, di sentire che esiste la Chiave di un potere del tutto nuovo, e di rendere, con ardente integrità, tutta la natura umana capace di raggiungere e girare quella chiave. Mi rendo conto che questo paragrafo sulla meditazione "Io sono Dio", contiene al tempo stesso una lusinga ed un monito. È perfettamente vero che verrà un giorno in cui tutti noi agiremo quali Ego anziché quali personalità, ma prima di poter sopportare quella forza la personalità dovrà avere raggiunto un buon grado d'integrazione"<sup>128</sup>.

Il metodo sequenziale che abbiamo suggerito offre al neofita una via priva di pericoli. Esistono altri metodi, che verranno offerti allo studente intelligente. Mondi interi di pensiero sono aperti, ove la mente può spaziare a volontà (notate queste parole) purché siano in rapporto con il pensiero-seme ed abbiano un sicuro riferimento con l'idea sulla

<sup>128</sup> Comfort, Will Levington: *Lettere*.

233

quale cerchiamo di concentrarci. È evidente che ognuno seguirà la tendenza della sua mente, artistica, scientifica o filosofica, e questa sarà per lui la linea di minor resistenza. Ognuno di noi formulerà i suoi concetti a modo suo. Ma l'atteggiamento "Sta calmo" non fa per noi. Noi inibiamo altre attività mentali per mezzo di un interesse intenso, non costringendoci mentalmente al silenzio o adottando un sistema che induca stato di trance o annullamento del pensiero. Noi pensiamo rigorosamente. Chiunque insegni a meditare, sa quanto sia difficile indurre il mistico a rinunciare al suo stato quiescente (conseguenza dello sforzo di stabilizzare la natura emozionale) e costringerlo a far uso della mente. Quanto sono frequenti proteste come questa: "Questa tecnica non mi piace; e troppo intellettuale e mentale, e per nulla spirituale". Il vero significato di questi discorsi è pressa poco questo: "Sono troppo pigro per usare la mente; soffro di inerzia mentale; preferisco assai più le rapsodie emotive e lo stato di pace imposto alla natura emotiva. Sto meglio così. Questo metodo richiede un lavoro troppo gravoso". Come può la spiritualità essere confusa con le emozioni? Perché la conoscenza non potrebbe essere divina quanto il sentimento? Questo sistema richiede, naturalmente, un duro lavoro, soprattutto all'inizio. Ma può essere compiuto se si riesce a superare la pigrizia iniziale, e chi l'ha fatto ne riconosce il supremo valore.

Concludendo questo tentativo di indicare il lavoro preliminare, che deve essere fatto da chi aspira a percorrere questa via, è bene far notare che la chiave del successo risiede in una pratica costante e assidua. Spesso, con studenti di tutto il mondo, vediamo menti brillanti restare indietro perché manca lo sforzo costante, mentre menti più mediocri irrompono improvvisamente nel regno della sicura conoscenza, superando quelle dotate, perché capaci di procedere con perseveranza. Sforzi più sporadici non portano a nulla; sono anzi decisamente dannosi, in quanto alimentano un continuo senso di insuccesso. Un breve ma consistente lavoro compiuto fedelmente ogni giorno per un lungo periodo di tempo, darà risultati infinitamente maggiori che non tentativi entusiastici ma convulsi. Pochi minuti di concentrazione, o di meditazione eseguiti con regolarità porteranno l'aspirante assai più lontano che non ore di sforzo tre o quattro volte al mese. È stato giustamente detto a questo proposito che "la meditazione, per produrre risultati efficaci, non deve essere solo uno sforzo sporadico, cui ci dedichiamo quando ci piace, ma una pressione continua ed inesorabile della volontà".

234

Un altro punto da ricordare è che l'ultima persona in grado di valutare i risultati del proprio lavoro è lo studente stesso. La meta che si è proposta è tanto sublime, che egli è più propenso allo scoraggiamento che ad essere soddisfatto. La sola cosa saggia è di cacciare dalla mente, una volta per tutte, ogni pensiero dei risultati da raggiungere e dei loro effetti fenomenici, e seguire semplicemente le antiche regole. Questo deve essere fatto senza svellere continuamente le proprie radici per vedere se stanno crescendo. Coloro che vivono accanto a noi vedranno con certezza e verità i nostri progressi, dall'aumento di efficienza, di autocontrollo, di stabilità, di utilità. Noi abbiamo ritenuto saggio valutare i progressi degli studenti nel lavoro di meditazione dall'ampiezza del loro campo di servizio, e da ciò che ne dicono gli amici, più che da ciò che essi stessi riferiscono. Nostro compito è di procedere con costanza, facendo il lavoro assegnato "con distacco", come dicono gli Indú.

Per riuscire, sono necessari un desiderio genuino e persi stente, una chiara valutazione dei risultati, la certezza che la meta può essere raggiunta, ed una esatta conoscenza della tecnica da usare. Questo, insieme alla costante pressione della volontà, è tutto ciò che occorre ed è possibile a chiunque legga questo libro.

## NECESSITÀ DI PRUDENZA NELLA MEDITAZIONE

“Vita limpida, mente aperta, cuore puro, intelletto acuto, chiara percezione spirituale, sentimento fraterno verso i condiscipoli, prontezza nel dare e nel ricevere consigli ed istruzione, volenterosa obbedienza ai comandi della Verità,... coraggiosa sopportazione dell’ingiustizia personale, decisione nell’enunciare i principi, strenua difesa di chi è ingiustamente attaccato, e lo sguardo costantemente rivolto all’ideale del progresso e della perfezione umana che la scienza segreta descrive: ecco gli aurei gradini sui quali l’allievo può ascendere fino al Tempio della Saggezza Divina”.

H. P. BLAVATSKY

237 Lo schema di meditazione indicato nel capitolo precedente, costituisce un buon esercizio di concentrazione per, il principiante, tale da condurlo - se sarà persistente - alla pratica della meditazione vera e propria. Anche concentrarsi per un solo minuto è difficile, ma è già un passo sulla via della meditazione, che altro non è se non una concentrazione prolungata. Lo schema facilita lo stabilirsi della condizione di attenzione attiva. Esistono molti schemi del genere, e molti possono essere tracciati da coloro che conoscono le regole e sono buoni psicologi, per adattarli ai vari tipi di aspiranti. È evidente che in un’opera come questa non può trovar posto la descrizione di pratiche più avanzate e di lavoro più intenso. Esse possono essere eseguite senza pericolo solo quando siano stati superati gli stadi preliminari.

238 È da tener presente che uno scopo simile a quello cui tende uno schema tecnico, può essere raggiunto con qualsiasi processo di pensiero, seguito con attenzione fissa, che parta dalla forma, esteriore e conduca “all’interno”, all’energia o aspetto vita della forma stessa, consentendo al pensatore di identificarsi con essa. Qualsiasi sostantivo, per esempio, se propriamente inteso come nome di una cosa e quindi di una forma, potrà servire da pensiero-seme per la meditazione. La forma dovrà essere studiata in relazione alla sua qualità e al suo scopo e il tutto potrà poi esser fatto risalire ad un’idea, e ogni idea vera emana dal regno dell’anima. Se dunque si assume il giusto atteggiamento e si seguono i procedimenti indicati nel Capitolo V, il pensatore si troverà trasportato fuori del mondo fenomenico in quello delle Realtà Divine. Una volta abili nella concentrazione, si può tralasciare la considerazione della forma esteriore, della sua qualità e del suo aspetto, l’atto del concentrarsi essendo divenuto automatico ed istantaneo (mediante la costanza e la pratica), lo studente potrà iniziare dall’aspetto “proposito” o dall’idea sottostante che ha dato vita alla forma esteriore. Tutto ciò è stato così espresso da Plutarco:

“Un’idea è un Essere incorporeo, che non sussiste di per sé, ma dà forma e figura alla materia informe, e diviene causa di manifestazione”. (*De Placit. Philos.*).

Sono parole ricche di significato e contengono molte informazioni per chi studia l’antica tecnica della meditazione.

239 Si può quindi affermare che lo scopo della meditazione, dal punto di vista della mente, e la penetrazione nel mondo delle idee; dal punto di vista dell’anima, è invece l’identificazione dell’anima individuale con l’origine universale di ogni idea. Con il controllo della mente, diveniamo consapevoli delle idee che stanno alla base dell’evoluzione del mondo, e del manifestarsi (tramite la materia) delle forme che assumono. Con la meditazione, entriamo in contatto con una parte del Piano, vediamo i modelli del Grande Architetto dell’Universo, e ci viene offerta l’opportunità di partecipare al loro emergere in esistenza oggettiva, per mezzo del nostro contatto con le idee che incontriamo in meditazione, e della giusta interpretazione di esse.

240

È quindi evidente quanto sia necessario che l'aspirante possieda una mente ben preparata e colta, se vuole interpretare con esattezza ciò che vede; e altrettanto evidente che deve saper formulare con chiarezza i pensieri con i quali cerca di rivestire le idee nebulose, per imprimerle poi, con questo chiaro pensare, nel cervello in attesa. Può esser vero che, in molti casi "Dio attui i Suoi disegni per mezzo di esseri umani", ma è necessario che essi siano intelligenti. Gli occorrono uomini e donne almeno tanto intelligenti quanto quelli che le personalità eminenti scelgono per collaborare alle loro imprese. Limitarsi ad amare Dio non basta. È un passo nella direzione giusta, ma la devozione, non equilibrata dal buon senso e dal cervello, porta ad azioni insulse e ad imprese sconosciute. Perché l'opera prosegua correttamente, Dio cerca menti disciplinate e altamente sviluppate e ottimi cervelli (che agiscano quali registratori sensibili alle impressioni superiori). Si potrebbe forse dire che i santi e i mistici hanno rivelato la natura della Vita Divina e la qualità delle idee che governano l'attività nel mondo dei fenomeni, e che i conoscitori e gli intellettuali del mondo devono, a loro volta, rivelare all'umanità la sintesi del Piano, e il Proposito Divino. In questo modo sarà possibile trovare il filo d'oro che ci condurrà, dal labirinto dell'attuale condizione mondiale caotica, alla luce della verità e della comprensione.

Dobbiamo ricordare che viviamo in un mondo d'energie e di forze. Il potere dell'opinione pubblica (di solito emotiva e mossa frequentemente da idee basilari formulate da pensatori buoni, cattivi o mediocri che siano) è ben noto ed è una forma d'energia che produce potenti risultati. L'effetto distruttore dell'emozione incontrollata è ugualmente ben noto ed è anche esso una dimostrazione di forza. L'espressione, così spesso usata, "le forze della natura", ci mostra che, da quando ha cominciato a pensare, l'uomo sa che tutto è energia. Gli scienziati dicono che ogni cosa è una manifestazione d'energia. Non c'è altro che energia, che fluisce attraverso noi, che agisce in noi e nella quale siamo immersi. Tutte le forme sono composte d'atomi, ci dicono, e questi sono unità d'energia. L'uomo stesso è dunque energia, formato d'unità d'energia, vivente in un mondo anch'esso fatto d'energia e continuamente operante con energia.

241

La legge fondamentale d'ogni lavoro meditativo, "l'energia segue il pensiero", è quella formulata, secoli fa, dai veggenti indiani. Dal regno delle idee (o della conoscenza dell'anima) affluisce energia. La "pubblica opinione" del regno dell'anima filtra a poco a poco nelle dense menti degli uomini e ad essa possiamo far risalire tutti gli attuali movimenti d'avanguardia, tutte le organizzazioni a favore del benessere generale e del progresso collettivo, tutti i concetti religiosi e tutta la conoscenza esteriore delle Cause che producono l'oggettività. Le idee assumono prima di tutto una forma mentale, e qualche mente le afferra e vi riflette, o le trasmette ad un gruppo di pensatori, e l'opera del "pensare a fondo" prosegue. Interviene poi la qualità del desiderio, vi è una reazione emotiva ai pensieri evocati dalle idee e lentamente viene costruita la forma. In tal modo l'opera procede e le energie dell'anima, della mente e della natura del desiderio entrano in rapporto con l'energia della materia e danno vita ad una forma definita. Ogni forma, sia che si tratti di una macchina da cucire, di un ordine sociale o di un sistema solare, può essere definita come la materializzazione del pensiero di qualche pensatore o di un gruppo di pensatori. È una creazione, e le stesse leggi che regolano l'emergere in esistenza hanno diretto l'intero processo, ed un'energia di un tipo o dell'altro è valsa a realizzarlo. Lo studente di meditazione deve quindi ricordare, che ha sempre a che fare con energie e che queste mutevoli energie avranno un preciso effetto sulle energie di cui egli stesso è composto (se una simile espressione è ammissibile).

È evidente, quindi, che l'uomo che impara a meditare deve cercare di giungere a due cose:

242

Primo. Deve imparare a "introdurre" nella sua mente, e ad interpretare poi in modo corretto, ciò che ha visto e percepito, per trasmetterlo quindi accuratamente e con esattezza al cervello impressionabile e attento. In tal modo l'uomo diviene consapevole, nella coscienza di veglia fisica, delle cose del Regno Divino.



Secondo. Deve imparare a conoscere la natura delle energie con le quali entra in contatto ed esercitarsi ad usarle in modo giusto. Eccone un esempio pratico, da tutti conosciuto. Siamo mossi dall'ira o dall'irritazione. Istantaneamente alziamo la voce. Perché? L'energia emotiva ci possiede. Imparando a controllare l'energia dell'espressione verbale, cominciamo a dominare quel particolare tipo d'energia emotiva.

In questi due concetti, interpretazione e trasmissione corrette, e giusto uso dell'energia, si riassume tutta la storia della meditazione. Appare inoltre evidente quale sia il problema dello studente, e la ragione per cui ogni saggio istruttore di meditazione insista coi suoi allievi sulla necessità di usare prudenza e di procedere per gradi.

È essenziale rendersi conto che la meditazione può essere assai pericolosa e condurre in gravi difficoltà. Può essere distruttiva e disgregante; fare più male che bene e portare alla catastrofe chi entri sulla Via della Conoscenza privo dell'adatta comprensione di ciò che fa e del fine cui tende. Al tempo stesso, può anche essere in verità la "via della salvezza" e guidare fuori da ogni difficoltà; può essere costruttiva e liberatrice e guidare l'uomo, con metodi sani e giusti, sulla via che conduce dalle tenebre alla luce, dalla morte all'immortalità e dall'irreale al Reale.

243

Sarà bene, a questo punto, considerare per esteso questi due punti.

Abbiamo visto che per l'aspirante è indispensabile riuscire a riportare accuratamente nella coscienza fisica del cervello i fenomeni del mondo spirituale con i quali entra in contatto. È però probabile che trascorrerà molto tempo prima che egli riesca a penetrare in quel mondo. Deve quindi imparare a distinguere fra i vari campi di consapevolezza che possano schiudersi dinanzi a lui, con l'accrescersi della sua sensibilità, e riconoscere la natura di ciò che vede e sente. Esaminiamo in breve alcuni dei fenomeni della mente inferiore, che gli studenti così spesso interpretano erroneamente.

Essi registrano, per esempio, l'estasi di un incontro col Cristo o con una Grande Anima, che appaiono durante la meditazione, e dicono loro sorridendo: "Stai di buon animo. Stai facendo progressi. Sei un operatore eccellente e la verità ti sarà rivelata", o qualche altra frase altrettanto inconsistente. Ne sono eccitati, annotano l'avvenimento nel loro diario e mi scrivono felici che quell'evento è il più importante della loro vita. Potrebbe esserlo, se ne facessero il giusto uso e ne imparassero la lezione. Cosa è realmente accaduto? Lo studente ha veramente visto il Cristo? Dobbiamo qui ricordare l'assioma che "i pensieri sono cose" e che ogni pensiero prende forma. Due circostanze hanno concorso a produrre il fenomeno, se questo è proprio avvenuto, ed esso non è frutto di un'immaginazione vivida e sovraeccitata. Il potere dell'immaginazione creativa è appena ai suoi inizi ed è possibile vedere proprio ciò che si desidera vedere, anche se non esiste affatto. Il desiderio di progredire e l'arduo sforzo hanno risvegliato, o reso cosciente l'aspirante sul piano psichico, il piano della vana immaginazione, del desiderio e delle sue illusorie realizzazioni. In questo regno egli entra in contatto con una forma-pensiero del Cristo o di qualche grande e venerato Maestro. Il mondo dell'illusione pullula di queste forme-pensiero costruite attraverso i tempi dai pensieri amorevoli degli uomini, e l'uomo che opera tramite la sua natura psichica (che per la maggioranza è la linea di minor resistenza), entra in contatto con una di esse, la crede reale ed immagina che gli dica tutto ciò che vorrebbe udire. Desidera essere incoraggiato; è alla ricerca, come tanti, di fenomeni che giustifichino il suo sforzo; acquieta il cervello e scivola dolcemente in uno stato psichico e negativo. In tale condizione, l'immaginazione comincia a lavorare ed egli vede ciò che desidera vedere, e ode le magnifiche parole di riconoscimento cui aspira.

244

Non gli viene in mente che le Guide dell'umanità sono troppo occupate nelle attività di gruppo e nella preparazione dei pensatori e dei condottieri migliori dell'umanità, tramite i quali possono operare, per perdere tempo con chi è ancora solo un bambino. Questi ultimi possono essere tranquillamente affidati alle cure di esseri di evoluzione meno elevata. E se anche si trattasse di persone così progredite e di così alto sviluppo da essersi guadagnato il privilegio di un simile contatto, il Maestro non sprecherebbe il Suo ed il loro tempo per incoraggiarle e pronunciare parole altisonanti e vane. Utilizze-

245

rebbe invece quei brevi istanti per indicare qualche debolezza da eliminare o qualche azione costruttiva da intraprendere.

246 Eppure avviene che, mentre lo studente medita, qualche “forza” - parola di uso frequente - o qualche entità viene ad indicargli un’importante attività che è stato scelto per compiere, un messaggio da diffondere a tutto il mondo in ascolto, una grande invenzione da presentare, un giorno o l’altro, all’umanità in attesa, se continuerà ad essere buono. Egli è allora ben lieto di indossare il manto del profeta e, con fede incrollabile nel proprio valore e nella propria abilità di influenzare le folle, anche se per il momento è relativamente incapace di influenzare chi gli sta attorno, si prepara a svolgere la sua missione divina. In un solo anno, ben tre “Maestri del mondo”, che avevano studiato meditazione in una scuola o nell’altra, chiesero di entrare nel gruppo cui appartengo. Lo fecero non per progredire nella meditazione, ma perché sentivano che saremmo stati felici che “nutrissimo” nel nostro gruppo una parte delle molte centinaia di persone per le quali essi dovevano rappresentare uno strumento di salvezza. Dovetti declinare quell’onore; scomparvero e non se ne ebbe più notizia. Il mondo li aspetta ancora. Sulla loro sincerità non c’è alcun dubbio. Credevano in ciò che dicevano. Ed era ugualmente certo che si trattasse di allucinati. Tutti noi corriamo il rischio di illuderci proprio nello stesso modo, quando cominciamo a meditare, se la mente che discrimina non sta in guardia, o se nutriamo aspirazioni segrete ad eccellere in senso spirituale, o soffriamo di un complesso d’inferiorità che va equilibrato. Altra causa dell’illusione risiede nel fatto che essi possono anche aver realizzato un vero contatto con l’anima. Avendo avuto un lampo di onniscienza, sono stati travolti dall’entusiasmo per la meraviglia stessa di quella visione e conoscenza. Ma sopravvalutano le loro capacità; lo strumento di cui l’anima dispone non è per nulla all’altezza della situazione; su alcuni aspetti della loro vita la luce non può risplendere; esistono difetti nascosti che essi conoscono, ma di cui non riescono a liberarsi; vi è desiderio di fama e di potere; vi è ambizione. Non sono ancora l’anima in attività operante. Hanno semplicemente colto la visione di una possibilità, e cadono nell’errore di non saper vedere la loro personalità quale è.

247 Eppure, nonostante tutto ciò sia vero, ricordiamo sempre che è privilegio del vero conoscitore operare nella più stretta collaborazione con le Guide dell’umanità, ma che il metodo della collaborazione non è quello che illude l’aspirante. Solo quando abbiamo iniziato a vivere coscientemente come anime, e siamo assorbiti nel servizio disinteressato, servizio auto-iniziato ed attuato perché l’anima ha coscienza di gruppo, e in quanto il servizio è sua caratteristica, solo allora possiamo pervenire ad un simile contatto. Il Cristo e il Figlio di Dio in piena attività vivente, il “Maggiore di una grande famiglia di fratelli”. La Sua coscienza è d’ordine universale e per suo tramite fluisce l’amore di Dio e si compiono i propositi divini. Egli è il Maestro di tutti i Maestri, l’Istruttore sia degli Angeli che degli uomini. Quando Egli, e coloro che operano con Lui, trovano un aspirante immerso nel servizio, disciplinato, fedele e coscienzioso, lo osservano per vedere se la luce ha raggiunto in lui il punto “dello splendore”. Se trovano qualcuno ansioso di servire il suo prossimo, che non cerca i contatti fenomenici per sé stesso, né aspira a sentirsi fatto oggetto di lodi, né a ricompense o soddisfazioni personali, possono indicargli quale compito può svolgere, nella sua sfera d’influenza, per assecondare il Piano Divino. Ma dovrà cominciare dal punto in cui si trova; dovrà dar prova delle sue attitudini nell’ambiente di casa, di lavoro, nelle piccole cose, prima che gli possano essere affidate cose maggiori. La ridicola arroganza di alcuni scritti, che riferiscono contatti psichici realizzati dai loro autori, è quasi incredibile. Certamente mancano perlomeno di senso umoristico.

248 Ciò che ogni studente di meditazione dovrebbe sempre tener presente è che tutta la conoscenza, tutti gli insegnamenti vengono trasmessi alla mente e al cervello dell’uomo dall’anima; è l’anima che ne illumina la vita. Gli Istruttori e i Maestri della razza operano tramite le anime. Non lo si ripeterà mai abbastanza. Primo dovere d’ogni aspirante dovrebbe quindi essere l’esecuzione perfetta della meditazione, del servizio e della disciplina, e non il realizzare un contatto con una grande Anima. È meno interessante, ma

lo protegge dall'illusione. Se farà così, gli effetti superiori verranno da sé. Se gli apparisse un'entità superiore a dirgli delle banalità, egli dovrebbe usare lo stesso criterio che lo guida abitualmente nella vita comune, se qualcuno gli dicesse: "Il tuo lavoro è molto importante, tu lo svolgi bene. Noi ti seguiamo e ne siamo informati, ecc. ecc.". Probabilmente ne riderebbe, senza interrompere ciò che sta facendo.

249

Un altro effetto della meditazione, frequente ai tempi nostri, è l'abbondare di scritti cosiddetti ispirati, che appaiono ovunque con grande scalpore. Uomini e donne si affannano a scrivere in modo automatico, ispirato o profetico, per dare al pubblico il risultato delle loro fatiche. Sono scritti che si riconoscono per certe caratteristiche comuni, e possono essere spiegati in vari modi. Emanano da fonti interiori diverse. Sono stranamente simili, mostrano uno spirito amabile e devoto, non dicono nulla di nuovo, e si limitano a ripetere ciò che è già stato detto molte volte; sono pieni d'affermazioni e di frasi che li ricollegano agli scritti dei mistici o all'insegnamento cristiano; contengono a volte profezie di avvenimenti futuri (si tratta di solito di predizioni terrificanti, e raramente di carattere lieto); essi danno molto conforto all'autore, e gli danno la sensazione di essere un'anima grande e meravigliosa; per fortuna in genere sono innocui. Il loro nome è legione, e vengono a noia dopo che, a fatica, se ne sia letto qualcuno. Alcuni sono decisamente distruttivi. Predicono cataclismi imminenti ed alimentano la paura nel mondo. Anche supponendo che queste predizioni siano vere, c'è da domandarsi se valga la pena atterrire il pubblico, e se non sarebbe più edificante aiutarlo a comprendere il suo destino immortale, invece di profetizzargli che un'onda immane sta per sommergerlo o che una catastrofe eliminerà fra breve dalla faccia della terra la città in cui vive.

250

Come giudicare tali scritti? Buoni e innocui, o nocivi, distruttivi e sovvertitori dell'ordine pubblico? Si possono raggruppare sommariamente in due categorie. Appartengono alla prima gli scritti di quelle anime sensibili che, sempre sui livelli psichici, possono sintonizzarsi con l'insieme delle aspirazioni, dei desideri e delle idee dei mistici di ogni tempo, oppure con le ansie di tutte le epoche, con le paure razziali ed ereditarie o il terrore generato dalle condizioni mondiali che attualmente prevalgono. Esse le scrivono e le danno da leggere agli amici. A questa stessa categoria appartengono gli scritti di uomini sensibili di tipo più mentale, capaci di sintonizzarsi telepaticamente con il mondo mentale; rispondono alla mente di qualche pensatore potente o all'insieme dei concetti del mondo religioso; percepiscono, sempre sui livelli mentali, la paura, l'odio e il separativismo delle masse. Che le cose trattate siano buone o cattive, liete, il che accade raramente, o tristi, che vibrino di paura o di presagio, si tratta soltanto di sostanza psichica e non indicano in alcun modo le qualità rivelatrici dell'anima. Le profezie del Libro di Daniele e dell'Apocalisse sono responsabili della costruzione di una forma-pensiero di paura e di terrore, che ha ispirato molti scritti di carattere psichico, e l'esclusivismo delle religioni organizzate ha indotto molti a separarsi dal resto della umanità, ed a considerarsi come eletti del Signore, come segnati dal Cristo sulla fronte, e di conseguenza ad assumere per certa la loro salvezza e la dannazione del resto del mondo, se non si deciderà ad interpretare la verità ed il futuro nei precisi termini enunciati dai consacrati e dagli eletti.

Sono della seconda categoria gli scritti che rivelano un processo di auto-educazione, un metodo per mezzo del quale il mistico introverso si estroverte. L'autore attinge forse ai tesori di conoscenza del suo subconscio, accumulata con la lettura, il pensiero, i contatti. La sua mente ha registrato molte cose di cui per anni egli rimane all'oscuro. Poi comincia a meditare ed improvvisamente capta le profondità della sua natura e raggiunge le risorse del subcosciente e le nozioni cadute sotto la soglia della coscienza ordinaria. Si mette a scrivere assiduamente. Perché egli debba considerare quei pensieri come emanati dal Cristo o da qualche grande Maestro, è un mistero. Probabilmente, il sentirsi un canale tramite cui il Cristo può comunicare, alimenta il suo orgoglio - sempre inconsciamente. Non mi riferisco a tutti quegli scritti detti automatici, così popolari al giorno d'oggi. Suppongo che lo studente di meditazione si rifiuti di avere a che fare con questo tipo di lavoro pericoloso. Nessun vero aspirante, nello sforzo di dominarsi, vorrà cedere

le redini e sottomettersi al controllo di una qualsiasi entità, incarnata o disincarnata; ne presterà ciecamente la sua mano alla prima forza che gli si presenti. I pericoli di questo genere sono ben noti per aver condotto tanta gente nei manicomi e costretto tanti a farsi curare le ossessioni e le “idee fisse”, e non occorre insistere sull’argomento.

252 È giusto chiederci come sia possibile riconoscere le opere realmente ispirate del vero conoscitore, dalla quantità di scritti che oggi sommergono la mente del pubblico. Direi prima di tutto, che le opere veramente ispirate sono del tutto prive di riferimenti personali; in esse risuona la nota dell’amore e sono esenti da odio e pregiudizi razziali; esse trasmettono conoscenze precise ed hanno un tono autorevole, perché fanno appello alla intuizione; rispondono alla legge delle corrispondenze e si inseriscono nella situazione del mondo; soprattutto, recano l’impronta della Saggezza Divina e conducono l’umanità in avanti. In senso tecnico questo genere di scrittori dimostra di comprendere i metodi che adotta. Essi ne conoscono a fondo la tecnica; sanno guardarsi dalle illusioni e dalle intrusioni della personalità, ed hanno conoscenza effettiva dell’apparato col quale operano. Se ricevono insegnamenti da entità disincarnate e dai grandi Maestri, sanno come accoglierle e sanno ogni cosa dell’agente che le trasmette.

I veri servitori della razza umana, e coloro che sono giunti in contatto con il mondo dell’anima, mediante la meditazione, non hanno tempo per le banalità, che possono essere lasciate ai pappagalli; sono troppo occupati a servire in modo costruttivo, per assumere atteggiamenti che sono solo una maschera dell’orgoglio; non si curano della opinione di alcun essere, sia esso incarnato o disincarnato, cercano solo la approvazione dell’anima e si interessano in modo vitale al lavoro pionieristico nel mondo. Non fanno nulla per alimentare odio, separazione o paura.

253 Già sono in troppi a farlo. Accendono la fiamma dell’amore ovunque vanno; insegnano la fratellanza in tutta la sua inclusività, e non un sistema che la limiti a pochi e ne escluda gli altri. Riconoscono tutti gli uomini come figli di Dio e non salgono su un piedistallo di rettitudine e di conoscenza a proclamare la verità come essi la vedono, decretando la distruzione di chi non vede e non agisce nello stesso modo; non considerano una razza migliore di un’altra, anche se riconoscono il piano evolutivo e il compito riservato ad ognuna di esse.

In breve lavorano a edificare il carattere degli uomini, senza perdere tempo a demolire le personalità o a curarsi delle conseguenze e degli effetti. Operano nel mondo delle cause ed enunciano principi. Il mondo è pieno di demolitori, che alimentano gli odi e aggravano le scissioni fra razze e gruppi, fra ricchi e poveri. Lo studente di meditazione ricordi che, stabilendo un contatto con l’anima e identificandosi con la Realtà, entra in uno stato di coscienza di gruppo, che abbatte tutte le barriere e non esclude alcuno dei figli di Dio dal suo campo di conoscenza.

Si potrebbero citare altre forme d’illusione, perché sembra che il primo mondo che l’aspirante incontra sia quello psichico, ossia dell’illusione. Anch’esso ha la sua utilità, e penetrarvi è un’esperienza molto importante, purché avvenga sotto il segno dell’amore e del disinteresse personale, e purché ogni contatto sia vagliato dalla mente discriminante e dal comune buon senso. Troppi aspiranti mancano d’umorismo e si prendono troppo sul serio. Quando entrano in un nuovo campo di fenomeni, sembrano scordare perfino il buon senso abituale. È bene notare quanto si vede e si ode per dimenticarlo fino al momento in cui non si cominci a vivere nel regno dell’anima; allora non interesserà più.

254 Dobbiamo evitare anche personalità e orgoglio che non trovano posto nella vita dell’anima, governata dai principi e dall’amore per tutti gli esseri. Seguendo queste norme, non c’è pericolo che lo studente di meditazione possa deviare od essere ostacolato; un giorno entrerà inevitabilmente in quel mondo di cui si è detto: “occhio non ha mai visto, orecchio mai udito le cose che Dio rivela a chi Lo ama”; il tempo occorrente dipende dalla sua perseveranza e dalla sua pazienza.

Il secondo tipo di difficoltà da prendere in esame può essere interpretato in termini d’energia.

255

Gli studenti si lamentano spesso d'eccesso di stimolazione e di un tale aumento d'energia che non riescono a dominare. Affermano che quando tentano di meditare, hanno tendenza a piangere o ad essere indebitamente inquieti; vivono periodi d'attività intensa in cui corrono qua e la servendo, parlando, scrivendo e lavorando, tanto da finire preda di una violenta reazione che a volte provoca un collasso nervoso. Altri accusano dolori al capo ed emicranie che appaiono subito dopo la meditazione, o una fastidiosa vibrazione alla fronte o alla gola. Non riescono più a dormire bene come prima. Sono, infatti, eccessivamente stimolati. Il sistema nervoso è influenzato tramite quei sottili e delicati "nadi" che sottostanno ai nervi, e di cui abbiamo già parlato. Sono disturbi caratteristici del neofita della meditazione e devono essere trattati con ogni cura. In tal caso, scompariranno ben presto, ma se trascurati, potrebbero aggravarsi. L'aspirante serio e diligente, a questo stadio, è di per sé stesso una difficoltà, poiché è tanto ansioso di impadronirsi della tecnica della meditazione, da non tener conto delle norme impartite e fa da sé, nonostante ogni avvertimento e qualsiasi cosa gli dica l'insegnante. Invece di limitarsi allo schema di quindici minuti, forza l'andatura giungendo fino a trenta minuti; invece di seguire fedelmente lo schema, congegnato in modo da non richiedere più di un quarto d'ora, tenta di prolungare la concentrazione il più possibile al culmine dello sforzo, dimenticando che a questo stadio deve solo imparare a "concentrarsi" e non a meditare. Finisce così per soffrirne, per cadere in un esaurimento nervoso o in preda all'insonnia; l'insegnante ne viene incolpato e la scienza considerata pericolosa. Eppure la colpa è sempre soltanto sua.

Quando insorge qualcuno di questi disturbi iniziali, la pratica della meditazione deve essere temporaneamente sospesa o rallentata. Se le condizioni non sono così gravi da meritare la cessazione completa, è bene sorvegliare con cura verso quale parte del corpo sembra dirigersi l'afflusso d'energia. In meditazione si capta energia, che si riversa in qualche parte del meccanismo.

256

Nei tipi *mentali* o nel caso di chi ha già una certa disposizione ad "accentrare la coscienza" nella testa, saranno le cellule cerebrali ad essere troppo stimolate e sorgeranno mal di capo, insonnia, senso di tensione, o fastidiose vibrazioni fra gli occhi o alla sommità del capo. A volte, una luce accecante, come un lampo improvviso o una scarica elettrica, viene colta a occhi chiusi, sia al buio che alla luce.

In tal caso, la meditazione dovrà essere ridotta da quindici minuti a cinque, o praticata a giorni alterni fino a che le cellule cerebrali non si siano adattate al nuovo ritmo e allo stimolo maggiore. Non è il caso di preoccuparsene, purché si usi un sano discernimento e si obbedisca ai consigli dell'insegnante; se invece lo studente comincia ad intensificare la meditazione o ad aumentarne la durata, andrà incontro ad una quantità di complicazioni. Ancora una volta entra in gioco il buon senso, e riducendo la durata, o con brevi meditazioni giornaliere, sarà possibile riportare ben presto ogni cosa alla normalità. Abbiamo avuto studenti che hanno sofferto disturbi di questo genere, ma seguendo le norme suggerite e con buon senso, sono ora in grado di eseguire i loro trenta o i loro sessanta minuti di meditazione quotidiana.

257

Nei tipi *emotivi*, il disturbo è avvertito soprattutto nella regione del plesso solare. Essi diventano propensi all'irritazione, all'ansietà, all'agitazione e, specialmente le donne, facili alle lacrime. A volte provano nausea, dato lo stretto rapporto fra la natura emotiva e lo stomaco, ciò che è dimostrato dalla frequenza del vomito nei casi di *shock*, di spavento, di emozioni violente. Valgano qui le stesse norme date per gli altri casi: buon senso e cautela nella meditazione la cui durata deve essere ridotta.

Potremmo menzionare un altro effetto dell'eccesso di stimolazione. Alcuni si accorgono di divenire ipersensibili. I loro sensi funzionano in modo più intenso e le loro reazioni sono più acute. Essi "assorbono" le condizioni fisiche o psichiche di coloro con cui vivono; si trovano "completamente aperti" ai pensieri ed agli umori altrui. In tal caso, la cura non consiste nel diminuire la durata della meditazione, che può essere seguita secondo lo schema, ma nel rivolgere un interesse più mentale alla vita, al mondo del pensiero, a soggetti che, tendendo a sviluppare le facoltà mentali, consentono di vi-

vere accentrati nella testa è non nelle regioni emotive. Ciò si ottiene con il focalizzare l'attenzione sulla vita e sui suoi problemi, e con una potente occupazione mentale. È per questo motivo che gli insegnanti di meditazione assennati le affiancano corsi di letture e di studio, in modo da serbare l'equilibrio degli allievi. Uno sviluppo armonico è sempre necessario ed il progresso nella vita dello spirito non deve essere disgiunto dalla preparazione della mente.

258

Non si può passare sotto silenzio una terza categoria d'effetti indesiderabili. Molti studenti di meditazione si lamentano che la loro vita sessuale viene terribilmente stimolata, con loro grande turbamento. Casi del genere ci sono noti. Indagando si scopre quasi sempre che si tratta di persone dotate di una natura animale molto potente, che hanno condotto una vita sessuale attiva e sregolata, o i cui pensieri sono spesso rivolti alle questioni del sesso, anche se la vita fisica è controllata. Accade sovente di scoprire forti complessi riguardo al sesso e molti che ritengono sconveniente condurre una vita sessuale al di fuori della normalità, o le sue perversioni, permettono che la loro mente sia occupata da pensieri che riguardano il sesso, oppure ne discutono di continuo, permettendo a quegli argomenti di assumere una parte indebita nella loro vita mentale.

259

Alcune persone rispettabili sono inoltre fermamente convinte che il celibato sia norma costante per la vita dello spirito. Non si può forse pensare che il vero celibato, cui si riferiscono le regole antiche, riguardi invece l'attitudine dell'anima, ossia dell'uomo spirituale, verso il mondo, la carne e il diavolo, come dicono le Scritture Cristiane? E non è possibile che il celibato significhi l'astinenza da ogni forma di male? Ciò per alcuni potrebbe implicare la rinuncia ai rapporti sessuali, per dimostrare a se stessi il dominio sulla natura animale; per altri potrebbe essere, ad esempio, l'astinenza dal pettegolezzo e dai discorsi oziosi. Non vi è nulla di peccaminoso nel matrimonio, che probabilmente costituisce l'unica soluzione per molti, che condurrebbero altrimenti una vita mentale troppo legata al sesso. È naturalmente superfluo aggiungere che il vero studente di meditazione non deve tollerare nella sua vita relazioni sessuali promiscue o illegittime. Chi aspira alla vita dello spirito si conforma non solo alle leggi del regno spirituale, ma anche alle usanze legalizzate dei tempi in cui vive. Egli regola quindi la sua vita fisica d'ogni giorno in modo che tutti riconoscano la moralità, la rettitudine e la purezza delle sue manifestazioni esteriori. Una famiglia fondata su un rapporto vero e felice fra uomo e donna, sulla fiducia reciproca, la collaborazione e la comprensione, ed in cui siano accentuati i principi della vita spirituale, è uno dei più validi aiuti che si possano dare al mondo odierno. Una relazione basata sull'attrazione fisica e sulla soddisfazione della natura sessuale, il cui primo scopo sia la prostituzione della natura fisica al desiderio animale, è cattiva ed errata. Se la meta dei nostri sforzi è dimostrare l'immanenza di Dio nella forma, nessun livello di coscienza è intrinsecamente più divino di un altro e la divinità può essere espressa in ogni rapporto umano. Se un uomo o una donna, perché coniugati, non potessero conseguire l'illuminazione e raggiungere la meta, vi sarebbe qualcosa d'errato che impedisce alla divinità di manifestarsi almeno su uno dei livelli d'espressione; servendoci di una frase che potrebbe sembrare blasfema, ma che darà modo di capire la futilità di simili ragionamenti, diremmo allora che Dio è sconfitto in una parte del Suo Regno.

260

Ci siamo dilungati su quest'argomento perché molti, specialmente uomini, trovano che la natura animale necessita attenzione quando intraprendono a meditare. Scoprono in sé desideri incontrollati, oltre che manifestazioni fisiologiche che procurano loro acuto sconforto e scoraggiamento. Si possono nutrire aspirazioni elevate e grandi impulsi per la vita spirituale, e al tempo stesso avere ancora alcuni aspetti della propria natura non dominati. L'energia che affluisce durante la meditazione scorre attraverso tutto il meccanismo e stimola anche l'apparato sessuale. Il punto debole viene sempre scoperto e stimolato. La cura in questi casi, può essere così riassunta: controllo del pensiero e trasmutazione. Si dovrebbe coltivare un'intensa applicazione mentale e un vivo interesse in direzioni diverse da quella della linea di minor resistenza, il sesso.

261

Dovrebbe esserci uno sforzo costante per tenere l'energia ricevuta entro la testa, e per consentirle di svolgere un'attività creativa qualsiasi. Le dottrine orientali ci insegnano che l'energia, abitualmente impiegata per la vita sessuale, va elevata alla testa ed alla gola, specialmente a quest'ultima, in quanto, come abbiamo detto, centro dell'opera creativa. Per esprimerlo in termini occidentali, ciò significa imparare a trasmutare l'energia destinata al processo procreativo o ai pensieri relativi al sesso, utilizzandola nell'azione creativa dello scrittore, dell'artista, o in un'attività di gruppo. Il fatto che ai nostri giorni il pensatore acuto e il puro tipo mentale tendano ad evitare il matrimonio e, come spesso accade, a condurre una vita di casto celibato, dimostra la verità dei principi orientali. Ciò desta ansietà tra chi osserva l'attuale diminuzione delle nascite. Trasmutare certo non significa la fine di un'attività, o cessare di funzionare su un piano di coscienza qualsiasi a beneficio di uno superiore. Significa utilizzare giustamente i vari aspetti dell'energia, ovunque il Sé ritenga vadano usati, per secondare i fini evolutivi e collaborare al Piano. La mente, illuminata dall'Anima, deve essere il fattore dominante, e se pensiamo e viviamo in modo corretto, ed eleviamo tutti i pensieri e le energie nei "luoghi Celesti" risolveremo i nostri problemi sviluppando una normalità spirituale, molto necessaria ai giorni nostri, specialmente fra aspiranti e studenti di esoterismo.

262

Sarà bene inoltre, prima di terminare questo capitolo, accennare ai pericoli cui vanno incontro molti che rispondono al richiamo di quegli istruttori che propongono "sedute di sviluppo". Vieni loro detto di meditare su uno dei centri d'energia, generalmente il plesso solare, a volte il cuore e, strano, a dirsi, mai la testa. Meditare su un centro è cosa basata sulla legge secondo cui l'energia segue il pensiero, e produce la diretta stimolazione di quel centro, con il conseguente manifestarsi delle reazioni particolari di cui quei centri focali, sparsi in tutto il corpo umano, sono responsabili. Poiché la maggioranza agisce soprattutto per mezzo delle energie riunite al disotto del diaframma (le energie sessuali ed emotive), tale stimolazione è pericolosissima. In vista di ciò, perché correre rischi? Perché non prendere consiglio dall'esperienza altrui? Perché non imparare a funzionare come l'uomo spirituale da quel punto, che in modo inconsueto è definito dagli scrittori orientali come "il trono fra le sopracciglia" e, da quel luogo elevato, controllare tutti gli aspetti della natura inferiore e dirigere la vita giornaliera lungo le vie del Signore?

## CONCLUSIONE

"Lo spirito in noi è la Parola perduta,  
Cercata dal mondo dell'anima sofferente  
Tramite un mare di parole vuote e vane.  
Oh, mai finché l'ombra e la luce saranno unite  
Finirà il dolore e la Ricerca della Parola universali  
e mai sarà il mondo sanato dalle sue ferite  
Finché la Parola fatta carne non diventerà la Parola fatta anima!"

ARTHUR EDWARD WAITE

265

Quale sarà il risultato del nostro lavoro?

Soddisfazione personale, oppure un paradiso gaudioso di beatitudine e pace eterna? Dio ce ne guardi! La ricerca nel mondo continua; il grido dell'umanità si eleva dal profondo e sale al trono di Dio stesso. Dal cuore del Tempio di Dio, dove la nostra via può averci condotto dopo dura lotta, torniamo a lavorare sulla terra. Non rallenteremo i nostri sforzi fino a quando l'ultimo dei cercatori non avrà trovata la via di casa.

Cosa salverà il mondo dall'agonia, dal disagio economico, dal caos? Cosa introdurrà la Nuova Era di fratellanza e di vita di gruppo? Chi, o cosa, salverà il mondo? Non è forse possibile pensare ad un gruppo di mistici pratici che, associati nel senso di

un'unità divina, operino in modo pratico sulla terra? Non si chiuderanno nei monasteri o nei luoghi di silenzio, per quanto li possano attrarre, ma prenderanno parte alla vita normale del mondo. Saranno i dirigenti d'azienda delle grandi città; attueranno i nostri programmi politici; guideranno la gioventù sulla via della giusta educazione; controlleranno i destini economici, sociali, nazionali. Faranno tutto ciò dal centro del loro essere e dal punto di vista dell'anima - conosceranno il segreto dell'illuminazione; sapranno come sottoporre qualunque problema all'onniscienza dell'anima; conosceranno il segreto della vita che affratella tutti gli uomini.

Riconosceranno in tutti coloro che incontrano altrettanti Figli di Dio, ma sapranno anche distinguere l'uomo illuminato con il quale cercheranno di operare per il bene generale. Si ritroveranno l'un l'altro telepaticamente, per agire nella cooperazione più stretta.

Questo gruppo già esiste, ed i suoi membri sono in stretto contatto. Sono nei più diversi paesi del mondo, eppure ogni giorno s'incontrano nel regno dell'anima. Parlano lo stesso linguaggio; hanno gli stessi ideali; non conoscono barriere o divisioni; ignorano l'odio e le distinzioni di classe; non innalzano barriere di razza; vedono le cose come sono. Non sono degli idealisti sfrenati, ma si concentrano sul prossimo passo che attende l'umanità, e non sugli stadi finali del loro sviluppo. Operano con saggezza terrena, oltre che con visione spirituale. Soprattutto, lavorano uniti e giungono in mutuo contatto per il potere di una realizzazione unificata.

267

Questo gruppo di mistici e conoscitori che si sta integrando è la speranza del mondo, è il Salvatore del Mondo. Sono sopra e oltre ogni credo e teologia; operano in ogni campo delle conquiste umane: scientifico, politico, religioso, educativo, filosofico. Non si perdono in questioni di terminologia, ne pensano di imporre ad altri le loro teorie predilette, i loro termini favoriti o il loro particolare modo di accostare la verità. Riconoscono la verità che si cela dietro ogni apparenza esteriore e s'interessano soltanto ai principi di fratellanza, a mettere in rilievo ciò che è essenziale e vivere la vita dello spirito nel mondo di ogni giorno.

Conoscono il senso della meditazione e sono con noi ora. È nostro privilegio far parte delle loro schiere, sottoponendoci alla tecnica di meditazione, alla disciplina di una giusta vita quotidiana ed all'influsso del puro movente del SERVIZIO.

\*\*\*\*\*

La Scuola Arcana  
prepara al discepolato  
della Nuova Era.  
Presenta i principi  
della Saggezza Eterna,  
tramite la meditazione occulta,  
lo studio e il servizio  
come *modo di vita*.

Per informazioni rivolgersi alla  
SCUOLA ARCANA - 1, Rue de Varembe (3e)  
Casella postale 31 - 1211 GINEVRA 20 (Svizzera)