

FUOCO DI ASPIRAZIONE

RUSLAN ZHUKOVETS



CONTENTS

<i>Introduzione</i>	v
Verità del Cammino	1
Preoccupazione	41
La vita per compensare	49
Inespresso	55
Scelta inconscia	65
L'abitudine di capire	69
Perdita di significato	79
Laboratorio spirituale	87
Restringimento del sentiero	93
Perché le persone abbandonano il Sentiero	99
Insoddisfazione attuale	105
Conoscenza non necessaria	113
Voglia di accelerare	125
Il fenomeno dell'intenzione	133
L'egregore	139
Campo di Lavoro	147
Importanza del lavoro	151
Luce di Coscienza	159
Il potere della contemplazione	171
Necessità del Maestro	177
Condizione d'Amore	183
Fuoco di aspirazione	193
Verità di Dio	201

INTRODUZIONE

Il libro parla del Sentiero verso Dio e del lavoro dei Sufi. Sul perché le persone vengono sul Sentiero e sul perché alcuni di loro poi lo abbandonano. Sulle condizioni in cui si svolge il lavoro mistico e sugli ostacoli interni che ne ostacolano l'attuazione. Su come una persona acquisisce il desiderio della Verità e su come Dio conduce il ricercatore alla sua conoscenza. Imparerai cos'è l'intenzione e come si forma, potrai provare in pratica il potere della contemplazione. E, forse, capirai quanto sei pronto tu stesso a intraprendere il Sentiero che conduce alla più alta realizzazione possibile del potenziale umano.

Dopotutto, il fuoco dell'aspirazione per la Verità è ciò che viene dato a una persona dall'alto al momento giusto. Questo fuoco non è una ricompensa, ma piuttosto una prova che ti permette di fare scelte che cambiano la vita. È necessario fare un passo avanti e sostenere il fuoco dell'aspirazione, che brucerà tutto ciò che è superfluo e superficiale nel nostro destino, che oscura la Luce della Verità.

VERITÀ DEL CAMMINO

1

Ci sono molte storie che raccontano della perdita del Paradiso da parte dell'uomo - un luogo fertile in cui era alla presenza di Dio, senza conoscere preoccupazioni o problemi. I Sufi hanno una parabola chiamata "Il Gioiello", che descrive come un saggio monarca mandò i suoi figli in terre lontane alla ricerca di qualche tesoro, ma l'effetto magico dei luoghi dove essi giunsero fece loro dimenticare il loro scopo, dimenticare sé stessi e smettere di riconoscersi. E solo grazie all'aiuto di un saggio inviato dal padre, riuscirono a tornare indietro. Il tema del ritorno è presente in molte religioni e il concetto del Sentiero è spesso associato ad esso - con il processo di ritorno dal mondo dei sogni al regno della vera realtà.

Il tema del ritorno al proprio stato vero, alla vera natura o vero "io" è presente nella maggior parte delle correnti spirituali, anche quando si afferma che non c'è bisogno di cercare nulla, le correnti spirituali comunque ti invitano a "capire" la propria coscienza, cioè a volgere la propria attenzione indietro. Questo è il messaggio: torna indietro, rivolgiti la tua attenzione, allontanati dal mondo e svegliati dal sogno che ti ha dato. E questo, in effetti, è il Sentiero - nel ritorno a quell'Altissimo, che è o direttamente in te, o - in altri livelli di Realtà.

Veniamo in questo mondo attraverso l'azione del Flusso discendente della Creazione e ce ne andiamo attraverso l'azione del Flusso Ascenden-

te. Ho già scritto parecchio su di loro e non mi ripeterò qui. Il tema del ritorno è molto semplice: muori e risorgi - o al Giudizio Universale, o in un nuovo corpo e in una nuova vita, portando con te tutto il karma accumulato nelle vite precedenti. La morte di ciascuno di noi risponde alle leggi dell'esistenza del corpo e alle energie del Flusso Ascendente, quindi attraverso di esso andiamo e torniamo comunque da qualche parte. Un'altra cosa è che puoi tornare *in diversi modi*, e non è molto facile capire quale forma di ritorno alla Sorgente sia migliore o peggiore.

Se sei ateo e non ti aspetti nulla da un aldilà, allora non hai nessun posto dove tornare, poi solo scomparire nel nulla, da dove sembri essere apparso. In questo caso, tutta la motivazione della vita si riduce a costruire un paradiso individuale o collettivo sulla Terra e ottenere il massimo piacere dall'essere su di esso. Per coloro che aspettano il Giudizio Universale, non c'è bisogno di affrettarsi con il ritorno: il Giudizio non avverrà presto, e devi solo essere paziente senza peccare, e lì, dopo la morte, tutto si rivelerà come dovrebbe. E coloro che credono nella rinascita dell'anima, possano prendere il tutto tempo che vogliono e magari comportarti bene, alleggerendo così il proprio karma. La questione del ritorno nella maggior parte dei casi è posticipata a "dopo la morte", e dopo di essa, come sapete, lasciamo tutti questo mondo mortale. Morire, francamente, non è molto difficile; La vita di solito è molto più difficile.

Moriremo tutti e andremo tutti da qualche parte quando moriremo. Se a ognuno è donato secondo la propria fede, allora alcuni andranno all'inferno, mentre altri andranno all'inesistenza, e anche questo sarà una specie di ritorno, anche se non in senso mistico. I mistici vedono un metodo di ritorno che può essere considerato solo come ritorno: ritornare a Dio *vivo*. Tale ritorno, secondo i mistici, sarà vero.

Viviamo nel mondo delle forme e noi stessi siamo una certa forma della vita. Non ha importanza se l'uomo nella sua forma di vita attuale sia il risultato di una evoluzione "casuale" passata attraverso varie specie animali o se sia il risultato di un processo di creazione intenzionale, l'uno in fondo, non esclude l'altro. Se consideriamo l'incarnazione dell'uomo in questo mondo come "la caduta dell'uomo" (nella teologia cristiana) che ci separa dal Creatore, allora la morte è la liberazione dal corpo che ci consente di essere ricondotti allo stato desiderato di unione con Dio. Dio in questo caso però sembra spietato, facendoci sperimentare la sofferenza in questo mondo. E qui, senza comprendere il significato della Creazione, non capiremo mai l'intenzione del Creatore, così come il motivo per cui tutto in questo mondo è disposto in questo modo e non altrimenti. Le religioni danno una serie di spiegazioni su questo tema, ma l'unica risposta che può pretendere di essere verità assoluta è questa: il Creatore non può esistere senza la Creazione, come un maestro non è un maestro se non insegna a nessuno. Anche se una persona sa molto e può insegnare, ma non lo fa, è un insegnante nel potenziale, ma non nella realtà. Così Dio diventa Dio solo nell'atto della Creazione. Inizia così la generazione delle forme da cui sorgono i mondi.

Il processo di creazione è costante e non è mai completato e le forze

grazie alle quali è regolato e sostenuto sono in equilibrio dinamico e in eterno gioco l'una con l'altra. Il mondo si riempie sempre o di oscurità o di luce e il progresso in un'area della vita umana è sempre accompagnato da una regressione in un'altra. Né la vita né la Creazione possono essere statiche, devono sempre cambiare, e se i cambiamenti si manifestano sotto forma di un declino della morale, di un raccolto insufficiente di grano o di una malattia improvvisa, la maggior parte delle persone li percepisce come qualcosa di brutto e altamente indesiderabile. Ma il fatto sta che la morte accompagna sempre la vita, e il male sempre accompagna il bene, e tra le polarità di cui è riempito il mondo, sorge una dinamica, senza la quale la Creazione non può continuare.

Lo stato di identificazione con le cose esterne e le reazioni interne, in cui vive la maggior parte delle persone, è uno stato simile al sonno. Quando una persona è catturata dalla rabbia, allora esiste davvero solo la rabbia e la persona diventa una specie di suo conduttore. Un forte desiderio priva una persona della possibilità di una scelta, chiedendo la sua rapida realizzazione o la sofferenza per il fatto che non è realizzabile. La mente con le sue associazioni e idee crea una forte illusione che la persona è separata dal tutto, l'illusione di avere un "io" separato e indipendente, capace di agire da solo e non sotto l'influenza di tutti i tipi di impulsi esterni e interni. L'attributo Divino, dato a tutti gli esseri viventi sotto forma di Coscienza individuale, si perde nel flusso delle reazioni psico-emotive e, per così dire, in esse "si dissolve". Allo stesso tempo, è proprio la Coscienza che dà alle energie emotive e ad altre energie quella forza, grazie alla quale è possibile che esse assorbano l'intero essere umano. L'identificazione della Coscienza con le energie dà origine a uno stato simile al sonno, dove la paura, ad esempio, può diventare il "tutto" nel momento in cui la persona la prova e non c'è altro in quel momento per quella persona se non la paura stessa. Un cambiamento negli stati interni rende il sonno umano più vario, ma la sua essenza non cambia per questo.

La debole manifestazione della Coscienza in una persona, la sua costante fusione con l'oggetti esterni e le energie interne forniscono alla persona uno stato di "dormi veglia". Questo "sonno metafisico" è necessario affinché le

persone grazie a questo stato siano partecipanti attivi della Creazione - soffrendo, gioendo, combattendo e compiendo prodezze a causa di cose in realtà non importanti. L'immersione in uno stato poco-cosciente è necessaria affinché le cose non importanti sembrino estremamente importanti per le persone. Abbastanza importanti per giustificare anche la morte. La morte in questo caso diventa l'apoteosi del servizio e occupa un posto onorevole tra gli altri valori del "sonno" umano, perché le persone che hanno sacrificato la propria vita per il trionfo di qualche idea vengono considerati eroi o martiri.

Se c'è un sonno, allora ci deve essere un risveglio - o almeno la sua possibilità. Il polo dell'estrema incoscienza deve corrispondere al polo dell'altissima consapevolezza e tra di esse c'è il movimento della società umana. Tra questi due poli si trova anche il Sentiero dei Sufi, così come tutti gli altri Sentieri spirituali. Dall'identificazione con il mondo delle forme alla percezione dell'informe, dal limitato all'infinito.

Il risveglio inizia con lo sviluppo della consapevolezza, con il fatto che una persona deve separare la sua attenzione dalle cose e dai processi con cui è abitualmente identificata. Allora l'attenzione diventa una forza separata e indipendente e si genera una possibilità di manifestazione della pienezza della Coscienza individuale nello stato di essere di una persona. Il processo di crescita della consapevolezza è il processo di questa manifestazione, quando la luce della Coscienza entra in tutti i corpi: fisico, eterico e mentale allora non è l'energia della Coscienza che si fonde con le reazioni interne, "dissolvendosi" in esse, ma tutto ciò che accade *all'interno* della Coscienza. In uno stato di piena consapevolezza, l'energia della coscienza riempie tutti i tre corpi (fisico, eterico, corpo della mente) e l'attenzione è ugualmente presente in ciascuno dei loro punti, non identificandosi con nulla, ma illuminando tutto ciò che accade. C'è un effetto di *presenza* quando tutto ciò che accade dentro una persona è nel campo della sua attenzione, ma allo stesso tempo l'attenzione rimane libera anche per le azioni quotidiane. Una persona si sveglia dal sonno, ma questo non significa che automaticamente "torna a casa" perché diventa consapevole. Questo non può essere ottenuto usando solo il potere della Coscienza.

Il ritorno al Creatore non può essere compiuto senza il Suo aiuto, solo con il proprio sforzo è impossibile. Una persona non ha la forza per superare

la pressione delle energie del Flusso discendente della Creazione e le leggi in base alle quali il mondo e le persone in esso esistono. Per effettuare “da vivi” il ritorno a Dio (come prevede il percorso Sufi) occorre oltre alla piena consapevolezza e alla pulizia interiore l'intervento di Dio senza il quale non accade nulla.

Pertanto, non può bastare solo il lavoro spirituale su sé stessi, solo padroneggiare il potere dell'attenzione e coltivare la consapevolezza: è necessario anche un lavoro mistico. È di questo lavoro che parlerò di seguito, del Sentiero a cui conduce, del Sentiero dei sufi e sugli aspetti di questo lavoro che di solito sono poco trattati nei testi educativi.

Anche per quei ricercatori che non dedicano molto tempo alle preghiere o al dhikr, sforzandosi di praticare solo la consapevolezza, il lato mistico del Sentiero a volte si rivela da solo - sotto forma di esperienze trascendentali. Ognuna di esse offre alla persona un'esperienza della percezione diversa della realtà e di regola l'essenza di tutte queste esperienze sta in uno insolito cambiamento nella percezione del mondo esterno o nel ricevere una sorta di super-conoscenza. In ogni caso, tali esperienze nella percezione e scoperte nella conoscenza, sono eventi straordinari per un ricercatore e' normale che dopo lui cerca di ripetere, ma non comprende né la natura del loro verificarsi, né il fatto che è praticamente impossibile ripetere la stessa esperienza.

L'esperienza trascendentale non arriva né da dentro, né dalle nostre stesse risorse. Questa esperienza diventa una conseguenza della ricezione di un impulso dall'alto e non può sorgere in nessun altro modo. Alcuni dicono però, che le persone possano sperimentare qualcosa di simile sotto l'effetto di determinate droghe, ma anche qui l'esperienza è provocata dalla sostanza, ma non dall'energia che una persona ha dentro. In altre parole, le ragioni delle esperienze trascendentali sono molto vicine alle ragioni per cui avviene la trasformazione spirituale - a causa dell'impulso di energia ricevuta da Dio.

Affinché l'esperienza trascendentale avvenga, sono necessarie due condi-

zioni: apertura interiore e pace (silenzio) della mente. Se la mente è tesa o se sei assorbito dalle attuali questioni "importanti", allora non ti succederà nulla di straordinario. Se controlli te stesso, le tue manifestazioni, allora sei chiuso e non avrai l'opportunità di vivere un'esperienza super sensoriale. Chiunque abbia avuto un'esperienza del genere ricorda lo stato in cui si trovava prima che si verificasse. Sicuramente aveva uno stato mentale rilassato e era solo. Anche se una persona cammina per la strada nel momento in cui entra in uno stato trascendentale, sicuramente cammina da sola ed è rilassata. Queste due condizioni sono indispensabili per ottenere un impulso che porti una persona oltre i limiti della sua percezione. La solitudine contribuisce alla rimozione del controllo su sé stessi, che inconsciamente sorge alla presenza in presenza di un'altra persona. Finché il cercatore non sarà riuscito a liberarsi dalla paura delle persone che lo circondano, dalla paura di come sarà percepito e giudicato da loro, si irrigidirà almeno un po' e si chiuderà in loro presenza. Pertanto, la solitudine è una condizione importante per ricevere l'esperienza trascendentale nelle prime fasi del Sentiero. E nelle sue fasi successive, non ci sono più esperienze trascendentali, perché a quel punto, il mistico vive già costantemente nelle realtà diverse e per lui non sono più necessarie sporadiche scoperte della percezione: l'ha già sviluppata al livello necessario.

L'impulso della grazia di Dio porta alla trasformazione spirituale. Un impulso della stessa natura, ma molto più debole, porta con sé un'esperienza trascendentale. Il fatto sta, che prima di una esperienza trascendentale arriva sempre *l'impulso*, è la base, è osservato da tutti chiunque abbia vissuto esperienze del genere. Inizia esattamente quando l'energia della Grazia entra nello spazio interiore di una persona, e continua per un certo tempo, di solito non molto a lungo. Un cambiamento nella percezione di una persona è causato dall'azione di un'energia di ordine superiore sulle strutture interne. In questo momento, il ricercatore inizia a vedere e sentire qualcosa che nel suo stato abituale non ha mai sentito e non sapeva nemmeno che fosse possibile. Le esperienze trascendentali sono così varie che non cercherò nemmeno di fornire esempi specifici qui. Solo io stesso ho avuto cinque o sei esperienze trascendentali, assolutamente diverse l'una dall'altra. Inizi a

percepire la realtà in un modo completamente diverso, molto insolito: questo è uno dei principali segni di stati alterati trascendentali. Al momento dell'esperienza, ricevi una sorta di conoscenza - di solito molto semplice in termini di formulazione, ma allo stesso tempo profondamente sentita da te, quasi rivelatoria. Può anche succedere un'espansione della percezione in cui ti si apre qualcosa di completamente inesprimibile a parole, ma questa è piuttosto un'eccezione alla regola.

L'energia principale dell'impulso si esaurisce al momento dell'irruzione della percezione, ma la sua azione continua per diversi giorni, svanendo gradualmente. In quel momento, il ricercatore sente un innalzamento del benessere interiore e la sua esperienza "vive" ancora in lui e lo influenza. Non appena l'impulso è completamente esaurito, diventa solo un pezzetto della memoria, anche se molto luminosa. Quindi, la mente torna in sé stessa e il ricercatore torna allo stato precedente dell'essere, che di fatto, praticamente non cambia. Questa è tutta la differenza tra un impulso serio della Grazia di Dio e un impulso debole che porta a un'esperienza trascendentale: il primo cambia irreversibilmente una persona, e il secondo - solo per un po', e solo a livello di percezione di sé stessi e il mondo. Successivamente, anche la memoria viene levigata e quindi possono sorgere dubbi nella mente sul valore dell'esperienza. Io stesso ho sperimentato dubbi simili e li ho visti in alcuni miei studenti. Quando lo stato dell'essere rimane lo stesso, non può essere altrimenti, perché i ricordi dell'esperienza trascendentale piano, piano, diventano come un sogno, anche se insolitamente bello.

Il valore principale delle esperienze trascendentali è che esse ti danno un'esperienza che va oltre l'ordinario. Inoltre, la comparsa stessa di una esperienza del genere indica che i tuoi sforzi sono stati notati, che stai facendo progressi nel lavoro su te stesso e che stai andando nella giusta direzione. In oltre, il loro valore oggettivo non è molto alto, perché risultano essere pezzi di conoscenza, come pezzi di un puzzle o immagini che non puoi interpretare con piena sicurezza.

Le esperienze trascendentali sorgono solo nelle fasi iniziali della ricerca e scompaiono completamente man mano che il ricercatore cresce e avanza. Quando c'è il desiderio di ripetere tale esperienze, una persona può

cadere in una trappola in cui può rimanere bloccata per tanto tempo o anche per sempre, perdendo l'opportunità di crescere e di andare avanti. Succede che alcuni ricercatori cadendo in questa trappola, sulla base di una o due scoperte percettive, giungano alla conclusione di aver raggiunto la grande Verità e iniziano a comporre nuove teorie che descrivono la Realtà. Questa è però soltanto una cosa priva di significato, ma di tanto in tanto accadono certe situazioni e vengono presentate al grande pubblico opere di questo tipo sotto forma letteraria.

Inoltre non si può dire che la presenza o l'assenza di esperienze trascendentali, renda possibile fare previsioni su quanto lontano avanzerà il ricercatore sul Sentiero e quanto è dotato. Non ci sono regola evidente qui, inoltre, queste esperienze possono accadere anche alle persone che non si sono ancora avvicinate al Sentiero, ma hanno una qualche aspirazione interiore per l'Altissimo. A quanto ho capito, è in risposta al desiderio di andare verso Dio, in risposta al bisogno di ricevere almeno qualche esperienza in questa direzione, che arrivi un impulso che ti permetta di fare questa esperienza. Per coloro che non hanno un desiderio corrispondente o per qualche motivo non hanno le condizioni adatte per ricevere un impulso, esso non arriva. Inoltre, le persone che hanno intrapreso il Cammino e che studiano sotto la guida diretta del Maestro, non ricevono tali impulsi, perché non hanno bisogno, perché le pratiche stesse portano un cambiamento nella percezione e una serie di esperienze che esauriscono tale bisogno. I ricercatori che hanno intrapreso il Sentiero cercano l'esperienza di un ordine superiore e le esperienze trascendentali, nonostante tutta la loro luminosità e insolita bellezza, non appartengono a questo ordine.

Percorrere il Sentiero fino alle sue ultime fasi, per arrivare allo stato di “essere in Dio”, non è un compito così facile. Puoi rimanere bloccato in qualche fase di percorso per molto tempo, o anche per sempre, trasformando lo stadio intermedio del Sentiero nella tappa finale. Così, ad esempio, si può “aprire il Cuore” e non andare avanti, verso l'accettazione della Volontà, accontentandosi delle buone sensazioni in essa contenute e impegnandosi in attività esterne. Quei sufi che credono che impegnarsi nella musica, guarire o insegnare alle persone, fare beneficenza, siano azioni che piacciono a Dio, e in un certo senso hanno ragione, ma dal punto di vista della più alta Verità del Sentiero, sono più interessati a soddisfacendo le loro inclinazioni che al Servizio. Vogliono ancora realizzarsi nel mondo, e anche se ricevono ispirazioni e stati elevati e molto piacevoli dalle loro attività, in realtà è solo una dimostrazione di attaccamento a sé stessi e al piacere che provano dai tale esperienze. In altre parole, stanno ancora alimentando il loro ego, mentre mostrano amore per le persone e altre cose buone. Ho visto molte di queste persone sul Sentiero Sufi, che hanno già ottenuto qualcosa, ma che hanno perso molto di più. E qui il problema non è nell'assenza della grazia di Dio per loro, ma in sé stessi - nel loro desiderio di godere dei frutti delle loro fatiche, presentandosi al mondo come esseri speciali - e non importa cosa proclamino ad alta voce relativamente alle loro “capaci-

tà". Quindi non è Dio che non li chiama a Sé, ma loro stessi non hanno fretta di proseguire verso Dio.

la Verità deve essere desiderata per sé stessa, conoscere la Verità per la Verità stessa e non per dirla a tutti coloro che la vogliono. Solo così vi sarà rivelata in tutta la sua pienezza. Allo stesso modo, Dio deve essere desiderato non per il bene di migliorare e servire le persone, ma per Lui stesso, senza condizioni e speranze utilitaristiche. È impossibile avvicinarsi a Dio conservando sé stessi, e tutti coloro che sperano in questo rimangono a distanza.

Va detto che per la maggior parte dei ricercatori, un ostacolo sulla Via di Dio non è un ego spirituale gioioso, ma una paura banale. La paura di perdere il controllo e l'imprevedibilità del futuro, che sembra derivarne. Mossa da tali pensieri la mente umana diventa irrequieta e persino in preda al panico, e non si può più parlare di cedere la propria volontà a Dio. Tutti temono che il Signore chieda loro qualcosa per cui non sono pronti, li conduca attraverso tormenti e sofferenze, poiché esempi di questo tipo si trovano nelle scritture. Ma anche senza questi esempi, la mente vuole mantenere l'illusione del controllo sulla vita, e idealmente anche su Dio. Incontro costantemente manifestazioni di questa paura nelle persone che si sforzano di intraprendere il Sentiero: vorrebbero cambiare la loro vita, ma temono che cambi troppo radicalmente. Il desiderio di preservarsi migliorando un po', - diventare più energici, forti e fiduciosi - è molto comune tra coloro che possono essere formalmente chiamati ricercatori. Ma cercare un modo per creare una versione diversa di te stesso e cercare la Verità di Dio sono cose diametralmente opposte. È divertente che la maggior parte dei ricercatori dell'illuminazione voglia trovarvi un'altra versione di se stessi, anche se afferma che l'ego scompare nell'illuminazione. Non è meno divertente che gli stati superiori dell'essere siano descritti e pubblicizzati come sentimenti e sensazioni del tutto banali come felicità e beatitudine. C'è un malinteso o un inganno consapevole, perché gli stati più elevati dell'essere di una persona vanno ben oltre questi limiti. Per coloro che considerano la felicità e la beatitudine il bene supremo, il sentiero mistico è in linea di principio controindicato se afferma che l'ego scompare nell'illuminazione. Non è meno divertente che gli stati superiori dell'essere siano descritti e pubbliciz-

zati come sentimenti e sensazioni del tutto banali come felicità e beatitudine. C'è un malinteso o un inganno consapevole, perché gli stati più elevati dell'essere di una persona vanno ben oltre questi limiti. Per coloro che considerano la felicità e la beatitudine il bene supremo, il sentiero mistico è in linea di principio controindicato. che nell'illuminazione l'ego scompare. Non è meno divertente che gli stati superiori dell'essere siano descritti e pubblicizzati come sentimenti e sensazioni del tutto banali come felicità e beatitudine. C'è un malinteso o un inganno consapevole, perché gli stati più elevati dell'essere di una persona vanno ben oltre questi limiti. Per coloro che considerano la felicità e la beatitudine il bene supremo, il sentiero mistico è in linea di principio controindicato. che nell'illuminazione l'ego scompare. Non è meno divertente che gli stati superiori dell'essere siano descritti e pubblicizzati come sentimenti e sensazioni del tutto banali come felicità e beatitudine. C'è un malinteso o un inganno consapevole, perché gli stati più elevati dell'essere di una persona vanno ben oltre questi limiti. Per coloro che considerano la felicità e la beatitudine il bene supremo, il sentiero mistico è in linea di principio controindicato.

È impossibile percorrere il Sentiero senza liberarsi della paura. È impossibile sbarazzarsi della paura, rimanendo sotto il controllo della mente con i suoi pensieri sul futuro e i ricordi del dolore passato. Tutto questo diventa possibile solo a quel livello di consapevolezza in cui il ricercatore si disidentifica completamente con la sua mente, lavorando simultaneamente attraverso le paure precedentemente accumulate. Ecco perché il lavoro su sé stessi diventa parte integrante del Sentiero verso Dio: se non ti liberi dell'influenza della mente con le sue idee e proiezioni, con le sue aspettative e pensieri che supportano la paura, il Sentiero non funzionerà. In definitiva, la paura serve a salvare la vita di una persona, ma in realtà questa si trasforma in un tentativo costante da parte delle persone di *salvarsi*. Preservando te stesso, non raggiungerai Dio, perché il velo principale che non ti permette di sperimentare la fusione con Lui sei te stesso.

Il percorso inizia con l'auto esplorazione, con il dirigere l'attenzione su sé stessi. Al momento dell'inizio del Sentiero, non puoi dirigerla verso Dio, perché non hai altro che idee su di Lui. Non c'è esperienza della Presenza,

nessun sentimento di connessione con Lui - vivi dei tuoi sentimenti, emozioni e pensieri, che ti assorbono così tanto che, in realtà, per te non esiste nient'altro. Pertanto, devi prima affrontare ciò che sta accadendo dentro, altrimenti non otterrai altro che nuovi sogni dai tuoi sforzi. L'esplorazione di sé fatta attraverso la pratica della consapevolezza di solito porta molti risultati: inizi a vedere cosa e perché sta accadendo dentro di te, quali sono i motivi delle tue azioni o del loro evitamento e molte altre cose interessanti, anche se non sempre piacevoli. Il risveglio inizia proprio con questo: "stacca" la tua attenzione dalla mente e dalle emozioni e vedi, come stanno le cose con te nella realtà e non nelle tue solite idee su te stesso. L'auto esplorazione è necessaria anche perché tutte le porte che ci conducono a Dio sono nascoste dentro di noi e solo rivolgendo la nostra attenzione dentro di noi possiamo scoprirle. Il percorso comprende sia la parte interna che quella esterna, ma l'esterno segue sempre l'interno, e finché la situazione con ciò che sta accadendo nella nostra mente e nel corpo eterico non cambia, è praticamente inutile cambiare l'esterno.

La paura rende una persona debole e i desideri ti rendono non ricettivo. Più desideri insoddisfatti una persona ha, meno è in grado di percepire tutto ciò che non è correlato a loro. È costantemente teso, in lui si accumulano emozioni negative e la sua sensibilità generale diventa molto limitata. Non riesce nemmeno a capire veramente cosa prova in questo momento, e non c'è alcun bisogno di parlare della percezione delle energie più fini. Una persona che ha accumulato tanti desideri è chiusa all'Altissimo, perché anche se l'impulso della Grazia di Dio scende su di lui, non avrà dove accoglierlo. Pertanto, lo studio personale si trasforma inevitabilmente in un lavoro su sé stessi - su ciò che si trova dentro e di cui è necessario sbarazzarsi. Inizia così la fase di purificazione, in cui il ricercatore si libera delle emozioni represses e lavora con desideri repressi e insoddisfatti.

Ogni paura è sempre accompagnata da un desiderio: non entrare in una situazione di cui hai paura. Ogni desiderio è accompagnato dalla paura che non si realizzerà mai. Di conseguenza, sia la paura che il desiderio rendono una persona debole, vulnerabile e limitata. Ecco perché in tutti i sistemi spirituali viene prestata grande attenzione al lavoro con loro. La paura e il

desiderio privano una persona di quella che viene chiamata *forza d'animo*, senza la quale è impossibile percorrere la Via e ritornare *vivi a Dio*.

La forza dello spirito include la pazienza, necessaria a d'ottenere quanto richiesto, La pazienza gli permette di sopportare disagi esterni e interni che sorgono nel processo di lavoro su sé stesso mentre percorre il Sentiero. La forza dello spirito conferisce a una persona l'integrità interiore quando le sue priorità sono chiare e non si precipita, cercando di ottenere tutto e subito, ma può raggiungere l'obiettivo prefissato, mettendo tutta la sua energia nelle azioni necessarie. L'assenza di paura gli permette di essere aperto alle persone e alle circostanze che il Cammino gli presenta, e la libertà dai desideri gli permette di essere pronto ad accettare ciò che gli viene dato. Senza apertura e prontezza, l'interazione con Dio non sarà mai completa, e sempre solo parziale e limitata. La forza dello spirito permette a una persona di guardare oltre l'umano, oltre la realtà a noi nota e per vivere un'esperienza che va al di là di tutto ciò che si può vivere in questo mondo. Grazie alla forza dello spirito, una persona rimane calma anche di fronte alla morte, e quindi è in grado di passare attraverso una trasformazione che ricorda in qualche modo il processo del morire e viene percepita soggettivamente come morte, dopo la quale, però, arriva la rinascita.

Nessuno viene sul Sentiero essendo completamente preparato per ciò che dovrà affrontare su di esso. La forza dello spirito che il ricercatore acquisisce è il risultato dei suoi sforzi, del suo lavoro per cambiare sé stesso. La forza dello spirito nasce dal superamento di sé stessi e delle circostanze, e se una persona è in grado di andare contro le reazioni abituali della sua mente, può smettere di evitare la paura e imparare a gestire con calma l'energia dei desideri, allora il Sentiero gli si aprirà. E in seguito verranno svelati tutti i prodigi e i misteri a cui conduce.

Il superamento degli eventi nel senso più ampio possibile della terminologia può essere non solo attivo e associato ad alcune azioni e sforzi, ma può essere anche passivo, quando il ricercatore rinuncia alla lotta e accetta ciò che sta accadendo. Con l'accettazione di te stesso - con tutto ciò che sei e che hai - inizia il vero lavoro su te stesso; con l'accettazione della verità dell'esistenza di Dio, inizia il Cammino verso di Lui. L'accettazione è la base della virtù chiamata umiltà, e senza di essa è impossibile percorrere la Via.

C'è un mistero associato a due centri energetici (chakra): il Cuore (quarta chakra) e il settimo, centro situato leggermente sopra la testa, che nello yoga è chiamato Sahasrara chakra. In effetti, questi centri energetici (chakra), sono due porte che conducono a diversi livelli di percezione di Dio e di interazione con Lui. Attraverso il Cuore, possiamo percepire il Creatore come la Sorgente di tutto ciò che esiste e ricevere impulsi dalla Sua Volontà, che determineranno il nostro ulteriore cammino sul Sentiero. Attraverso il settimo centro riceviamo gli impulsi della Grazia di Dio e otteniamo una connessione con la Sua Infinità. Finché il Cuore è chiuso, non possiamo accogliere la Volontà del Creatore. Fino all'apertura del settimo centro, quello stadio del Sentiero in cui inizia la scomparsa in Dio è irraggiungibile. In altre parole, entrare nelle fasi più importanti del Cammino dipende

direttamente dal fatto che questi centri siano chiusi o aperti. Nel frattempo, è impossibile aprirli semplicemente con i propri sforzi volontari, ma anche il loro stato non dipende esclusivamente dal ricevere l'impulso della grazia di Dio. Ed è qui che sta il mistero: come si aprono il cuore e il settimo centro?

Non esiste una risposta univoca a questa domanda. È noto che il lavoro con i centri e la loro preliminare attivazione contribuisce certamente alla loro apertura. Allo stesso tempo, sul Sentiero Sufi, al suo inizio, l'enfasi principale è sul lavoro con il Cuore, perché il Sufi ha bisogno di uno stadio di servizio sotto forma di adesione diretta alla Volontà di Dio. Inoltre, con tale procedimento il Signore conduce una persona a Sé per la via più breve. Quindi seguire la Volontà porta un beneficio molto concreto a coloro che vogliono arrivare a dimorare in Dio. Ma anche un centro del cuore ben attivato non garantisce che il Cuore si apra presto. Ci sono altri fattori che influenzano la possibilità della sua apertura. Ad esempio, quanto una persona ha liberato il suo spazio interiore. Se non è ancora abbastanza purificato, se c'è molta tristezza repressa accumulata nella zona del torace, allora il centro non può aprirsi – la “porta” è bloccata. Un altro fattore che incide direttamente sulla possibilità di aprire il Cuore è l'accettazione: dipende da quanto una persona è generalmente nello stato di accettazione di sé stessa e del mondo. Di norma, l'apertura stessa avviene dopo l'avvenuto processo di accettazione, quando il ricercatore è in grado ad accettare ciò che gli sembrava inaccettabile poco tempo prima. L'accettazione lo porta a un profondo rilassamento interiore, al momento del quale – ecco il miracolo! – la porta si apre, potremmo definire l'accettazione come condizione necessaria ma non sufficiente ad aprire i centri. E quella luce abbagliante comincia a penetrare attraverso la porta aperta, che i sufi descrivono come raggiungimento dell'obiettivo nella pratica del *lataif*, cioè nel lavorare con i centri o punti di luce, come vengono chiamati qualche volta.

Con il settimo centro, la storia è simile e si apre normalmente anch'esso con il processo di accettazione, ma è difficile dire se qualche blocco ulteriormente. In ogni caso, ciò che lo blocca non sono energie represses di emozioni o desideri, e nemmeno uno stato mentale in generale. Sicuramente possiamo dire solo che il centro si apre spontaneamente quando una

persona è pronta per questo. Sebbene, naturalmente, non si possa fare a meno dei propri sforzi, questi da soli non sono sufficienti. Ci può essere una situazione - esterna o interna - in cui sarà molto difficile per voi accettare ciò che sta accadendo, ma se potrete farlo, allora l'accettazione può aprire le porte alla Luce. Quindi, tutto il Cammino passa attraverso una combinazione di fattori, ognuno dei quali può diventare un aiuto o un ostacolo. Dopotutto, se in una situazione adatta non arrivi ad accettare ciò che sta accadendo e non ti rilassi, allora il momento sarà perso e nessuno sa quando arriverà il prossimo momento adatto, tranne Dio, ovviamente, ma Lui preferisce mantenere in segreto le risposte a tali domande a coloro che si preoccupano troppo di loro.

Per quanto riguarda il Sentiero, prima o poi, ogni cercatore affronta la questione del “prezzo”: cosa è pronto a dare per raggiungere il suo obiettivo. La questione del “prezzo” non va confusa con il sacrificio che a volte si deve fare per spostarsi ulteriormente ad altri livelli di stato dell'essere. Il “prezzo” che sei disposto a pagare per ottenere lo stato di “essere in Dio” dimostra immediatamente il tuo vero bisogno di Lui. Il monachesimo e l'eremo non sono sorti da nulla: per colui che lasciava il mondo e lasciava immediatamente tutto, questo era il prezzo da pagare per l'opportunità di avvicinarsi a Dio. Non si può dire che questo metodo aiuti tutti, perché il mondo non è fuori, ma dentro di noi. E colui che si sbarazza dei desideri e degli attaccamenti interiori si libera dal mondo, continuando a rimanervi. Per chi capisce questo, non c'è bisogno e non c'è beneficio evidente nell'isolamento da eremita

Molti cercatori hanno interrotto il cammino per la questione del prezzo. Per molti di coloro che erano inizialmente molto sicuri di sé, il prezzo dell'opportunità di proseguire il cammino era risultato in seguito spesso troppo alto. Cioè, erano pronti a fare qualche sforzo finché non arrivano al punto in cui devono superare le vere difficoltà. Vogliono che l'apprendimento e studio sia confortevole e che il Sentiero non porti loro spiacevoli sorprese. Cercatori di questo tipo, per così dire, vogliono cambiarsi, pur

mantenendo il loro vecchio stile di vita, il che è praticamente impossibile. Il comfort risulta essere più importante della Via, e queste persone non rimangono a lungo, anche se per qualche miracolo hanno iniziato.

Nulla può essere ottenuto sul Sentiero "gratis". Anche seguire la Volontà di Dio è una sorta di pagamento per un ulteriore avanzamento, anzi un pagamento per la propria esistenza. I sufi hanno un detto: "Prima lo sceicco serve lo studente, e poi lo studente serve lo sceicco". Il cercatore che viene sul Sentiero, all'inizio, non può dare nulla, tranne i propri sforzi nel lavorare su sé stesso. Naturalmente, c'è ancora la possibilità di un pagamento materiale, ma considererò questo aspetto in seguito. Il servizio che svolge lo sceicco (maestro) procede da una comprensione della Volontà di Dio che gli è stata rivelata, sebbene sia svolta per le persone.

A volte insegnare agli altri diventa un prezzo per la possibilità di un ulteriore avanzamento lungo il Sentiero, ma questa è l'eccezione piuttosto che la regola. In ogni caso, colui che non è giunto allo stadio di seguire la Volontà e non ha ricevuto una Volontà diretta in tal senso *non deve reclutare discepoli e insegnare la Via*. Ora, questa regola semplice ed ovvia viene continuamente violata, e forse è per questo che le cose sono così deplorabili nel sufismo. Non si può insegnare per motivi egoistici, anche se i tuoi pensieri sono puri, le tue intenzioni sono belle e il tuo ego è "raffinato e altamente spirituale". *Finché c'è il desiderio di portare Luce, bontà e Verità alle persone, è troppo presto per insegnarti, perché inizierai a instillare nelle persone il tuo condizionamento invece di liberarle da qualsiasi condizionamento in generale*.

Quindi, il servizio dello sceicco continua finché lo studente non raggiunge un livello di consapevolezza che gli permette di iniziare a sua volta un servizio consapevole. Lo sceicco sufi svolge un Lavoro che ha molti aspetti e il servizio allo sceicco si esprime nell'aiuto che uno studente può dargli nell'attuazione di questo Lavoro. Infine, aiutando allo sceicco, lo studente inizia a servire Dio, unendosi allo stesso servizio dello sceicco. Quindi il discepolo comincia a pagare sia allo sceicco che a Dio, e anche questo è il "prezzo" della possibilità di un ulteriore avanzamento lungo il Sentiero.

C'è un prezzo che paghi volontariamente, ma c'è un prezzo che ti viene semplicemente presentato con poco o nessun preavviso. Questo non accade

nelle prime fasi del Sentiero, e parlerò un po' del prezzo che i mistici pagano per il loro Lavoro nelle parti successive di questo testo.

Chi paga volontariamente un prezzo maggiore riceve più opportunità sul Sentiero e avanza più velocemente. Chi percorre diverse centinaia di chilometri ogni settimana per unirsi al cerchio sufi avrà dei vantaggi sul Sentiero. In generale, tutti i super-sforzi fatti per profonda necessità spirituale contano sempre sul Sentiero.

Poiché il denaro in questo mondo è l'equivalente all'energia, contano anche le donazioni per i bisogni del Lavoro, che aiutano a coloro che le donano ad avanzare lungo il Cammino. Ma questo, ovviamente, a condizione che il ricercatore faccia ogni sforzo per sfruttare le opportunità che gli si aprono. Il denaro può pagare solo una parte del prezzo sul Sentiero per la meta desiderata; tutto il resto lo devi pagare tu con tuoi sforzi e azioni.

Un sacrificio, a differenza di un prezzo, non può essere fatto di propria spontanea volontà. Affinché un sacrificio sia significativo e utile, deve essere *proposto* dall'Alto. I sacrifici rituali, che si fanno in alcune religioni con o senza un senso, hanno uno scopo diverso e servono, per così dire, a rafforzare il sentimento religioso e a mantenere il corrispondente egregor. Sul Sentiero mistico i sacrifici rituali non sono necessari, perché non servono a niente. Ma se ti viene chiesto di fare un sacrificio, ti viene sempre data la possibilità di scegliere: farlo o meno. Sta a te decidere se sei pronto a compiere l'azione e la scelta richieste o meno. Un sacrificio non è mai richiesto senza specificare cosa riceverete in cambio. La richiesta di sacrificio è sempre associata a un bivio nel Sentiero, quando ci sono opzioni su come sarà il prosieguo. E qui dobbiamo capire che un sacrificio non sempre ha a che fare con una azione "esterna" "effettuata nel mondo esterno, sul Cammino mistico, il più delle volte si svolge internamente. Circa otto anni fa ho avuto un attacco di debolezza emotiva. Ero allora molto stanco dal Lavoro che stavo facendo come Volontà, e ad un certo punto mi sono ricordato del tempo in cui non seguivo la Volontà e potevo disporre di me stesso a mio piacimento, quando non ero responsabile dell'esatto compimento della Volontà e di coloro che venivano a studiare credendo in me. Ho scoperto che la mia nostalgia non è passata inosservata e la sera successiva Dio ha fatto in

modo che mi rituffassi nel passato, tornando a quei sentimenti di leggerezza di cui avevo avuto desiderio il giorno prima. E il giorno dopo mi è stata offerta una scelta: o tornare a questa pace e a una specie di libertà, liberandomi dal seguire la Volontà, o sacrificarmi per l'ulteriore continuazione del Sentiero. La scelta della vita serena e del riposo significava la cessazione del Lavoro nella forma in cui era stata svolta, e la scelta a favore della sua continuazione significava sacrificare proprio la possibilità stessa della vita tranquilla e a mio piacimento. L'ho visto e capito molto chiaramente. Non ci è voluto molto per prendere una decisione: ho scelto il Lavoro, e la sua intensità è quasi raddoppiata nello stesso anno, e io ho dimenticato completamente l'idea di una vita tranquilla.

Quando chiedi a Dio qualcosa in modo molto insistente, ad esempio, qualcosa dove ancora non sei giunto come progresso spirituale, allora ti potrebbe essere chiesto un prezzo che devi pagare per ottenere ciò che desideri. Il prezzo che pagherai diventa, il modo più veloce per raggiungere il tuo obiettivo. Questo tipo di movimento, ossia il pagare un prezzo per ottenere un progresso è un movimento di traslazione lineare e modifica solo la sua velocità con la quale ottieni il tuo stato desiderato, in altri termini pagando il prezzo richiesto "arrivi più velocemente" al tuo obbiettivo ma non determina un cambiamento di vita. Nel caso di un sacrificio la situazione è diversa, perché dal fatto che farete il sacrificio o meno dipenderà non solo la continuazione del Cammino, ma anche ciò che diventerà la vostra vita nel suo insieme. Quando ti viene offerto un sacrificio sul Sentiero mistico, indipendentemente dalla decisione che prendi, la tua vita non sarà più la stessa. Vale la pena ricordare che quando parliamo di prezzo intendiamo quello sforzo in più che mettiamo in campo quando effettuiamo una determinata azione, ad esempio in modo molto banale, io vado a correre tutti i giorni ma oggi che piove sarei tentato di starmene a casa, posso pagare il prezzo di andare lo stesso a correre anche se piove uscendo dalla mia zona di confort. Questo come effetto secondario rafforzerà la mia volontà di procedere nell'impegno di andare a correre tutti i giorni.

Tutti i ricercatori affrontano la questione del prezzo in una forma o nell'altra, ma il sacrificio è solitamente offerto ai mistici, cioè, a coloro che

hanno raggiunto lo stadio di seguire la Volontà e sono andati avanti. Ciò che le persone di solito pensano che “sacrificano” in realtà è il prezzo della questione, e non importa se questo "sacrificio" avvenga nella vita ordinaria o sul Sentiero mistico. Il sacrificio non può essere scelto da te: viene sempre offerto, spesso dandoti prima un'idea di ciò che scegli tra cosa e cosa. Come nel caso con il mio sacrificio e esperienza della pace e dell'allontanamento dalla responsabilità. Ho dovuto fare anche altri sacrifici, e anche allora, prima ho visto e sperimentato ciò che mi aspettava, e poi mi è stata offerta una scelta. Nessuno è invitato a farlo alla cieca, perché Dio è giusto. I sacrifici che possono essere chieste, sono diverse e talvolta molto pesanti. Recentemente mi hanno fatto domanda, cosa succederà, se rifiuti di fare il sacrificio proposto? Sarà esattamente ciò che il Signore ti ha mostrato prima di offrirlo. Anche se personalmente non ho questa esperienza, dopotutto ho fatto tutti i sacrifici che mi sono stati offerti.

Per la maggior parte delle persone, Luce e Oscurità sono associate al giorno e alla notte. Per coloro che sono interessati all'esoterismo, Luce e Oscurità sono concetti metafisici, ampiamente interpretati e in una certa misura astratta. La luce, per così dire, appartiene e viene da Dio, e l'oscurità - dal nemico umano, che è chiamato il Diavolo o con molti altri nomi. Per i mistici che hanno raggiunto lo stadio di seguire la Volontà del Dio, Luce e Tenebre diventano parte della realtà in cui vivono. In realtà, furono i mistici a introdurre questi concetti nella vita di tutti i giorni, riempiendo i testi divenuti poi sacri.

Se guardi l'argomento in modo ampio, allora sia l'Oscurità che la Luce provengono da Dio come energie bipolari che partecipano al processo della Creazione. L'oscurità è inclusa nello spettro delle energie del Flusso Discendente della Creazione e la Luce è inclusa nel Flusso Ascendente. Ho già scritto parecchio sull'azione delle Correnti, e non mi ripeterò qui. Ma c'è un aspetto del Lavoro mistico, connesso con l'Oscurità e la Luce, di cui varrebbe la pena parlare più dettagliatamente. Quando il ricercatore raggiunge un certo stadio del suo sviluppo o lo stadio di seguire la Volontà sul Sentiero Sufi, deve scegliere da che parte stare. Se prima Oscurità e Luce erano concetti speculativi e mentali per lui, e dietro di essi non c'era niente di specifico, ora questi iniziano a presentarsi come due energie reali, di cui il

ricercatore inizia a sentire abbastanza chiaramente su sé stesso l'influenza e l'effetto. Colui che sta sul Sentiero Sufi non può scegliere l'Oscurità, perché tutto il suo lavoro su sé stesso è connesso al Flusso Ascendente, e diventando un conduttore della Volontà di Dio, diventa automaticamente un *Guerriero della Luce*. Detto così, sembra molto pretenzioso, ma cattura abbastanza bene l'essenza della questione. I testi sulla battaglia tra Oscurità e Luce non sono nati da zero, hanno uno sfondo nella realtà. Un'altra cosa è che nelle descrizioni di questa lotta c'è sempre molto pathos ed esagerazione, portandoli a volte fino all'assurdo, come viene presentato, ad esempio, nell'Agni Yoga. L'opposizione esiste davvero ed è più fortemente percepita da coloro che stanno cercando di uscire dalle influenze del Flusso Discendente (sotto quale vivono tutte le persone) venendo sotto l'influenza dello Flusso Ascendente.

La maggior parte delle persone vive sotto l'influenza dell'Oscurità, entrando solo occasionalmente sotto l'influenza della Luce. L'oscurità sostiene il loro "sonno metafisico" e tutte le emozioni e i desideri repressi, diventano agenti della oscurità all'interno di una persona. Tutto ciò che supporta l'incoscienza umana è una manifestazione dell'influenza dell'Oscurità, e questa non è una metafora. Luce e Oscurità sono in equilibrio dinamico, il che significa che sono in lotta. E poiché il nostro mondo è stato creato per le persone, esse, in parte, diventano l'oggetto di questa lotta e, in ogni caso, sono influenzate direttamente sulla loro condizione e sui loro affari da questa "lotta" tra energie discendenti e ascendenti, tra tenebre e luce. E nell'umanità ci sono sempre persone che consciamente o inconsciamente portano la Luce o l'Oscurità nel mondo. I mistici che seguono la Volontà di Dio, sono conduttori coscienti di Luce. La loro Opera - sia con l'educazione delle persone, sia con la diffusione della Verità, sia con l'opposizione diretta alle Tenebre e ai suoi "conduttori" - accresce la presenza della Luce nel mondo. Coloro che non hanno raggiunto questa fase del Sentiero, ma coltivano la loro consapevolezza e lavorano duramente su sé stessi, accrescono anche essi la presenza della Luce nel mondo, sebbene in misura minore. Anche l'Oscurità ha i suoi conduttori, ma quasi nessuno collabora coscientemente con essa: la natura stessa dell'oscurità è tale, da rendere una

persona cieca, dandole solo forza e immergendola in sogni di potenza e potere. Con l'Oscurità cooperano maghi di vario calibro e alcuni di loro cercano consapevolmente il patrocinio su di essa o delle entità oscure, per avere il potere di compiere certe azioni, che una persona semplicemente non può fare, perché non ha certe energie e capacità. Diventando un conduttore di energie superiori (dopotutto, l'energia delle Tenebre è più alta in relazione alle energie di un essere umano), riceve opportunità e poteri completamente diversi. Qualsiasi persona può diventare un conduttore inconscio dell'Oscurità, tranne quelli che si sono già liberati dalle energie represses e sono diventati coscienti. Nel momento in cui l'Oscurità si impossessa di una persona, essa ha un annebbiamento della mente e può commettere azioni che non avrebbe compiuto in uno stato normale. In questo momento una persona quasi scompare, entrando in uno stato vicino alla psicosi e diventando estremamente inadeguato. È così che si verificano alcuni suicidi e omicidi, è così che a volte si verificano scandali nelle famiglie e si prendono strane decisioni, sono le tipiche situazioni in cui la persona stessa non può capire a posteriori le ragioni per cui ha agito. Non si può dire che casi di conduzione inconscia dell'Oscurità accadano molto spesso, ma se ricordiamo che le persone già vivono per lo più in essa, allora questo è sufficiente per mantenere l'equilibrio o inclinare la bilancia verso il lato oscuro.

Ci sono momenti in cui, per ragioni che sfuggono alla nostra comprensione, per quanto è di natura "cosmica", l'Oscurità o la Luce cominciano a prevalere in tutto il mondo. Quando il mondo è governato dall'oscurità, l'incoscienza delle persone cresce e la pressione della paura e del desiderio cresce molto. Il numero dei conduttori dell'oscurità aumenta in modo significativo e i pazzi solitari iniziano a sparare alle persone nelle scuole, nei negozi e nei cinema. Con l'eccesso di Tenebre, il numero degli omicidi cresce sempre, a causa della pressione dei desideri che fanno impazzire le persone. Ma poiché ogni morte violenta rafforza automaticamente le energie Ascendenti, l'equilibrio viene ripristinato. Inoltre, ogni atto di violenza insensata ha un effetto di risveglio sulle persone, costringendole a pensare al significato della propria vita e a come vivere. Sebbene questo effetto sia spesso di breve durata, e il "sonno" torna di nuovo abbastanza veloce. Il lungo predo-

minio delle Tenebre nel mondo porta inevitabilmente ad un aumento delle morti violente e dei massacri. Il predominio della Luce invece porta ai cambiamenti, nei sistemi politici e tante nuove idee. La luce migliora il movimento della vita verso nuove idee, cresce la creatività, ma ha anche un effetto distruttivo su ciò che è già vecchio e non attuale. In eccessiva abbondanza della Luce, gli stati a volte si disgregano, iniziano i disordini popolari e persino le guerre civili, che a sua volta provocano una risposta delle Tenebre sotto forma di un ritorno ai valori tradizionali, all'ordine e all'arcaismo. Il conservatorismo e la stabilità sono il territorio delle Tenebre, il cui effetto si manifesta a livello di politica statale. I momenti migliori per le persone sono sempre stati quelli in cui l'Oscurità e la Luce erano in equilibrio, perché il predominio di una di queste due forze porta l'umanità in subbuglio.

È chiaro che per i mistici la situazione del predominio della Luce nel mondo è più vantaggiosa da un punto di vista pratico. Dio in questo momento diventa, *per così dire*, più vicino, ed è anche più facile muoversi lungo il Sentiero verso di Lui. Con un eccesso di Luce, ovviamente è più facile entrarvi in esso, e anche il passaggio stesso sotto l'influenza della Corrente Ascendente è più facile, con meno resistenza della Corrente discendente. E viceversa - se l'Oscurità è in piena forza, allora diventa molto più difficile lavorare su sé stessi e in generale svolgere il Lavoro. L'unica cosa che rimane per il ricercatore in un momento simile è fare sforzi in ogni caso, poiché nulla dura per sempre, i tempi difficili passano, ma la Via rimane.

Ci sono situazioni su livello planetario, e ci sono situazioni locali. A livello locale, c'è anche un gioco tra le forze della Luce e dell'Oscurità, e qui i suoi diretti partecipanti sono i loro conduttori consci e inconsci. Il lavoro dei mistici aumenta la presenza della Luce nell'area in cui viene svolto questo lavoro, e questo è sempre un effetto collaterale del loro lavoro. Chi segue la Volontà, giocando dalla parte della Luce, si trova in una situazione piuttosto difficile, di cui parleremo ora.

Partiamo dal fatto che partecipando al gioco di Luce e Tenebra, il mistico riceve un grande potere, che può danneggiare prima di tutto lui sé stesso. Inoltre, si aprono nuove conoscenze che gli danno possibilità completamente diverse. E, infine, l'interazione con le energie dell'Oscurità e con le persone e le entità ad essa associate, introduce bisogni e problemi completamente nuovi nella vita di un mistico.

Poche persone iniziano a seguire la Volontà, avendo elaborato tutti i loro desideri - di solito è nel processo di seguire la Volontà, che una persona gradualmente e finalmente si libera di loro. Avendo acquisito il potere di influenzare gli eventi e le persone - un potere che è conferito dalla Volontà e dovrebbe, in teoria, essere usato solo per il servizio di Dio - il mistico può essere tentato di usarlo nel proprio interesse. Soprattutto quando è sopraffatto dalla rabbia, perché i mistici, di regola, sono persone appassionate,

altrimenti non verrebbero a Dio e non Lo servirebbero. Considera, per esempio, come Gesù maledisse il fico. Maledizioni che funzionano in modo abbastanza potente e impressionante diventano disponibili a un certo punto del seguire la Volontà, e la tentazione di mostrare una forza sovrumana a volte è troppo grande. Questo è un test che potresti superare o meno. Il mistico ottiene non solo il potere di maledizioni e benedizioni, *di propria spontanea volontà*. Allo stesso tempo, non ci sono motivazioni egoistiche nelle azioni di un mistico, ma ci sono motivazioni altruistiche - "l'attività a scopo benefico, senza la volontà di Dio" di solito inizia dal desiderio di rafforzare il Lavoro, rendere la vita più facile alle persone e, in generale, dare più Luce al mondo. Come sai, la strada per l'inferno è lastricata di buone intenzioni e tutti questi buoni impulsi conducono lì il mistico. Iniziando a usare la forza per raggiungere obiettivi apparentemente buoni, ma non avendo il mandato della Volontà, il mistico stesso diventa causa di uno squilibrio tra Luce e Oscurità, e quindi si apre automaticamente a una risposta che ristabilirà l'equilibrio disturbato. Quale sarà questa risposta dipende esattamente da quanto fortemente e inaccettabilmente è intervenuto nel gioco delle forze superiori - e nei casi più difficili, viene semplicemente "cancellato" e quindi il mistico muore. La stessa legge dell'equilibrio non consente a nessun mago di diventare onnipotente, o anche solo molto forte. Inoltre, Alcuni mistici che seguono la Volontà di Dio sono direttamente e concretamente impegnati a mantenere questo equilibrio dal lato della Luce.

Chiunque segue la Volontà deve imparare prima come usare il potere e poi come *non usarlo*. Impara ad accettare ciò che accade alle persone e ciò con cui potresti interferire, ma non interferire senza un comando dall'alto. La Forza provoca tentazione, ma per coloro che vogliono passare alle fasi successive del Sentiero, consente loro di sviluppare la più alta accettazione del mondo e l'intenzione del suo Creatore, che nessuno tranne Lui può conoscere nella sua interezza. Conoscere lo sfondo di ciò che sta accadendo e tacere, essere un conduttore della Volontà e influenzare gli eventi, mantenere un segreto, andare oltre l'umano e vivere una vita ordinaria: questo è il destino di qualcuno che può essere chiamato un "guerriero della Luce".

Anche la conoscenza degli aspetti dietro le quinte della Creazione, che si

apre al mistico mentre segue la Volontà di Dio, può diventare una prova, soprattutto all'inizio, quando ha ancora delle idee su come dovrebbe essere tutto. La verità sconvolge, purifica e cambia una persona, e se trovi difficile accettarla, allora vivi ancora avendo fede nelle proprie idee. L'intero stadio del Sentiero, su cui una persona segue consapevolmente la Volontà, si basa sull'accettazione, e più velocemente e facilmente potrà accettare ciò che la Volontà richiede da lui e accettare la Verità che sarà rivelata, più veloce sarà passato questo stadio. Nelle prime fasi del Sentiero, il ricercatore scopre verità su sé stesso, sui suoi problemi, opportunità e limiti; fasi successive gli rivelano la Verità Su Dio e la Sua Creazione.

Nel seguire la Volontà di Dio, c'è quasi sempre un piccolo intervallo, periodo di tempo nel il quale deve essere fatto il necessario per il compito assegnato. In teoria, è possibile posticipare l'azione necessaria per un tempo sufficientemente lungo, sebbene l'impulso non realizzato della Volontà ricorderà costantemente di sé stesso. L'esperienza ha dimostrato, tuttavia, che posticipare le azioni per il mantenimento dell'equilibrio, porta sempre a un peggioramento della situazione e ciò che poteva essere fatto in una volta sola all'inizio, richiederà poi tre o quattro tentativi. E quindi, rimandare l'azione per dopo, porta al fatto che il necessario dovrà essere fatto comunque, ma si spenderà molto più tempo e fatica. Il rinvio nella maggior parte dei casi peggiora la situazione, e questo vale non solo per la fase di seguire la Volontà, ma per tutte le fasi del Sentiero in generale. Indecisione e dubbio possano portare il ricercatore a perdere l'opportunità di acquisire esperienza e avanzare lungo il Sentiero. Una tale possibilità potrebbe ripetersi o potrebbe rivelarsi unica e persa per sempre.

Oltre alle esigenze della Volontà immediate, che si propone di adempiere quasi subito, ci sono anche esigenze "lunghe" sulle quali si costruisce Il Lavoro stesso di un mistico. Ad esempio, la Volontà a insegnare alle persone - è "lunga", cioè progettata per un tempo indefinito, mentre requisiti più precisi su come costruire, organizzare e svolgere specificamente questo

lavoro hanno limiti di tempo. Lo stesso vale per gli sforzi che devano essere fatti per il mantenimento di un equilibrio tra le forze (luce/tenebre). C'è un compito "lungo" generale e ci sono situazioni specifiche che devono essere affrontate qui e ora. Quando sono assenti le istruzioni immediate, resta il vettore generale del Lavoro, che è appunto composto da più esigenze "lunghe" della Volontà. E nei periodi in cui non ci sono impulsi di Volontà, che devono essere realizzati immediatamente, il mistico vive di impulsi di richieste "lunghe". In generale, tutto è quasi uguale ai desideri ordinari, solo che il mistico deve esaudire i desideri di Dio, ponendoli al di sopra dei propri bisogni e perfino della vita. È qui che sorge il tema del sacrificio di sé, senza il quale è quasi impossibile servire Dio.

È stato facile per Maometto quando è andato alla Kaaba con un sermone di monoteismo e in risposta lo hanno lapidato? È stato facile per Gesù andare sulla croce? Questi sono gli esempi più famosi di seguire le "lunghe" esigenze della Volontà, ma ce ne sono molti altri nella vita di veri mistici. Il sacrificio di sé diventa sempre una condizione per l'attuazione di un Lavoro serio, perché senza di esso non sarà possibile produrre il giusto impatto sulle persone e sul mondo. Tutta l'inerzia del mondo e dei condizionamenti umani, tutte le energie della Corrente Discendente resistono ai cambiamenti che la Luce porta con sé e a chi la conduce.

Quando Il Lavoro raggiunge un nuovo livello, acquisendo una nuova qualità, possa essere richiesto da chi la conduce un prezzo speciale, che non era preventivamente indicato. Chi segue il Sentiero mistico impara gradualmente *l'arte di perdere*, e il prezzo che viene preso per cambiare il livello del Lavoro è anche associato alla perdita di qualcosa o qualcuno. A volte l'Oscurezza prende il prezzo, a volte non sai nemmeno a chi l'hai pagato. Anche se, ovviamente, tutto è per Dio. Ma se il tuo obiettivo è scomparire in Lui, cioè *perdere sé stessi*, allora la perdita è solo un altro test per la prontezza a percorrere il Sentiero fino alla fine e l'opportunità di lavorare con gli attaccamenti, se ce ne sono. E, naturalmente, questo è un altro motivo per praticare l'accettazione, perché di solito ciò che ti è caro viene portato via. Quello che vorresti conservare e con cui hai connesso il tuo futuro, ti portano via anche questo. All'inizio, non capisci nemmeno che tutto ciò che è successo è un

pagamento per i cambiamenti nel Lavoro, e la realizzazione di questo viene un po' più tardi. L'arte di perdere deve essere appresa da tutti i ricercatori che stanno veramente avanzando lungo il Sentiero. Pagare *il prezzo più alto* tocca solo a coloro che contribuiscono molto seriamente alla realizzazione e allo sviluppo dell'intero Lavoro. Chi lo paga, paga le opportunità a tutti gli altri che vi partecipano o vi parteciperanno in seguito – già nelle nuove condizioni. Lui stesso, naturalmente, acquisisce anche nuove possibilità e poteri - qui i cambiamenti nel Lavoro e le possibilità del mistico vanno di pari passo. Tale è la “contabilità” del Cammino.

È sicuramente possibile arrivare a Dio vivo, ma prima devi morire per il mondo a cui sei attaccato con i tuoi desideri. Il percorso di seguire la Volontà di Dio fornisce, probabilmente, il modo più semplice di questo ritorno, e non importa quanto strano possa sembrare a prima vista. Il punto è, che servire Dio è il modo più naturale, sia per tornare alla Sorgente che per la realizzazione interiore di una persona. Puoi provare a fondere immediatamente la tua Coscienza individuale con la Coscienza del Creatore, ma questo è un compito difficile e senza la Sua Grazia è praticamente impossibile. La maggior parte degli insegnanti spirituali moderni non ne sa nulla e propone una visione semplificata del processo di unione con Dio, e quindi questa possibilità porta in errore molti ricercatori perché viene considerata come veritiera. Ma per guadagnare la grazia, bisogna lavorare seriamente, o averne un estremo bisogno. Inoltre, finché il tuo spazio interiore è pieno di desideri e sentimenti repressi, semplicemente non c'è nessun posto dove l'impulso della Grazia possa entrare. Dopotutto, la fusione con l'Infinito è solo uno stadio del Sentiero Sufi, dopo il quale inizia lo stadio dell'essere in Dio, ed è proprio questo stadio che rappresenta un "nuovo *tornare vivo*". In altre parole, le attuali forme semplificate di Advaita e altri sistemi che richiedono un'illuminazione rapida e indolore hanno un falso fondamento, intera-

mente creato nella mente e progettato per soddisfare i desideri più primitivi di fuggire da sé stessi e dalla realtà in un altro stato molto migliore. Pertanto, nei sistemi moderni preferiscono parlare quasi per niente di Dio, lasciando la possibilità dell'illuminazione sotto il controllo dell'uomo. Cioè, lui stesso, se vuole e si concentra correttamente, diventerà illuminato. Grazie a questo semplice postulato, il numero dei falsi maestri cresce a passi da gigante e gli "illuminati" arrivano giorno dopo giorno. Solo che ora non c'è più Luce dalla loro presenza.

Direi che la Via del Servizio, è la Via verso Dio più accessibile ed efficace di tutte altre attualmente conosciute. Questa è la Via su cui il Signore da un certo momento comincia a condurvi a Sé. E seguire la Sua Volontà, e non importa a quali difficoltà a volte può essere associata, è la Via più breve per Lui. Sì, richiede uno sforzo, ma in linea di principio non è possibile ottenere risultati senza sforzo. Anche quei mistici, sui quali la Grazia discesa apparentemente per caso, dopo la sua discesa, compiono un'Opera molto difficile. Servendo Dio, accettando la sua Volontà e prendendo il ruolo di suo conduttore nel mondo, ti avvicini sempre di più a Lui. In questo approccio, prima o poi inizi a scomparire sempre di più e Lui inizia a manifestarsi in te. Tu sparisce in Lui e Lui si manifesta in te - questo è ciò che accade allo stadio finale del Sentiero Sufi - lo stadio dell'essere in Dio. Ma forse ne parlerò più tardi.

Ho scritto molti libri sul Sentiero Sufi nella sua forma moderna. Probabilmente potrei scrivere molto di più, perché il Sentiero ha molte dimensioni e in ogni dimensione ad esso correlato ha le sue sfumature. Ma non vedo il senso di una descrizione così dettagliata e approfondita di ogni passaggio, anche se utilizzo non solo la mia esperienza, ma anche l'esperienza di coloro che sono seriamente avanzati sul Sentiero. Questo, secondo me, non è molto importante. È importante sapere che la Via esiste, è importante avere il desiderio di seguirla, e la cosa principale che è veramente importante è sentire un tale bisogno di Dio, di ritornare a Lui, perché diventi l'unico significato della tua vita. Allora tutto ciò che ti accade ti condurrà a Lui e il Sentiero non sembrerà troppo lungo o molto difficile. Allora tu stesso ne conoscerai le

dimensioni, le meraviglie e i segreti, anche se quando si sparisce in Dio tutto quanto descritto sopra come “meraviglia” apparirà come una cosa normale, perché ti perderai in Lui. E anche se il Sentiero dura finché il tu Sufi vivrai nel corpo, non sarai più tu a completarlo: lo completerà Lui per te.

PREOCCUPAZIONE

Ci viene insegnato a preoccuparci fin dall'infanzia - e prima di tutto ci viene insegnato a preoccuparci di noi stessi. I genitori che vogliono proteggere i propri figli e se stessi da possibili guai, producono uno stato di preoccupazione costante nei propri figli, spaventandoli con malattie, ferite e persino morte improvvisa. Chi non ricorda le grida: "Non camminare nelle pozzanghere, ti bagnerai i piedi e ti ammalerai!" In una forma o nell'altra, tutti sperimentano tale "cura" durante l'infanzia. E tutti imparano la regola principale: devi monitorare costantemente te stesso e preoccuparti della tua sicurezza e della tua salute. Questo è il primo livello di preoccupazione piantato nella mente di una persona fin dall'infanzia e può essere chiamato *preoccupazione di autoconservazione*.

Il secondo livello si verifica poco dopo, quando il bambino diventa in grado di fare qualcosa da solo. Questo è il livello associato alla responsabilità delle proprie azioni e alla punizione che segue alla violazione di divieti e tabù. La lotta tra desiderio e paura della punizione (in qualsiasi forma, anche sotto forma di condanna silenziosa) sfocia in preoccupazione, e per quanto forte sarà il desiderio proibito e la minaccia della punizione, tanto forte si manifesterà la preoccupazione per tutto ciò. E poco importa se la punizione arriva subito o sarà rinviata al Giudizio Universale. Essere *responsabile* e *rispondere* delle proprie azioni, da un lato, contribuisce alla maturazione di

una persona, ma dall'altro, crea in lui la preoccupazione associata all'azione o l'inazione, che anche può essere vietata, quando ad esempio, un bambino è costretto a fare sempre qualcosa di utile e gli educatori ispirano le idee che condannano l'ozio, la pigrizia e uno stile di vita ozioso. Questa è la *preoccupazione da responsabilità*. In età adulta si proietta sugli altri, quando ad esempio, non si può dormire sonni tranquilli se nel mondo regnano ancora disuguaglianza e povertà. Oppure è impossibile entrare in nirvana, finché nel mondo anche solo un essere vivente rimane sofferente o ignorante.

Il terzo livello di preoccupazione si forma anche esso nell'infanzia, si sviluppa nell'adolescenza e molte persone vivono in esso fino alla morte. È la *preoccupazione di divenire*, spinta dall'idea di raggiungere la perfezione, di migliorarsi e di cambiare sé stessi. Ciò che devi diventare, ciò che devi ottenere nella vita, ciò che devi lasciare alle spalle: questi sono i significati principali che supportano questo tipo di irrequietezza nella mente. E anche come devi essere costantemente - come apparire, come esprimerti e come comportarti - si riferisce al mantenimento di qualche immagine di sé desiderata, e se non viene mantenuta al livello degli automatismi mentali, allora la *preoccupazione di divenire* sorgerà anche in questo caso. La *preoccupazione di divenire* riguarda il futuro, ma richiede un'azione nel presente.

Dalla combinazione delle idee di responsabilità e divenire, nasce la *preoccupazione della colpa* - rivolta al passato, dove una persona, come gli sembra, ha commesso errori e azioni inappropriate. La *preoccupazione del senso di colpa* è "progettata" per impedirti di ripetere gli errori del passato, ma se diventa troppo forte, non ti permetterà nemmeno di dormire e la mente ti tormenterà con pensieri oscuri che diventeranno parte integrante dei sensi di colpa, che sono la sede del desiderio di aggiustare le cose, accompagnato comunque da tristezza e la rabbia che nascono dalla frustrazione e dall'impossibilità di aggiustare l'accaduto

C'è un altro importante tipo di preoccupazione che esiste nella mente della maggior parte delle persone. Questa è la *preoccupazione della fede*. Si basa su idee che una persona considera corrette, idee su cui in qualche modo cerca di costruire la sua vita o di dare giudizi. Non solo le idee religiose portano una persona all'immergersi in questo tipo di preoccupazione, per di

più queste idee sono create dalla *preoccupazione del divenire*. Tuttavia, o una persona è ispirata a convertire tutti coloro che la circondano alla sua fede, o diventa un paladino della purezza della sua religione, allora è invaso *dalla preoccupazione della fede*. Le idee: di giustizia, il corretto ordine mondiale, come tutto dovrebbe essere nel mondo - diventano fonti di eccitazione per la mente, che continua ad immergersi in uno stato di irrequietezza per le ragioni più insignificanti. *La preoccupazione della fede* trasforma le persone in fanatici, attivisti per i diritti umani e attivisti civili in generale. Fa impazzire filosofi e persone troppo impressionabili, i quali, abbracciati da una bellissima idea, a loro avviso, assumono comportamenti squilibrati ed eccessivi e si comportano di conseguenza.

Se consideriamo questi tipi di preoccupazioni dal punto di vista dei passaggi dei nafs, che descrivono gli stati dell'essenza umana e dell'ego, allora *l'autoconservazione* e il *divenire* prevalgono nel nafs "comandante" (primo nafs). Fare di tutto per salvarsi, diventare più forte, espandere la propria influenza e soggiogare tutto, dalle persone alla natura. Nei nafs "di condanna" appare una *preoccupazione di responsabilità*, che permette di dimenticare l'autoconservazione sacrificandosi per il bene degli altri. L'inquietudine *della fede* è presente anche nei primi nafs, ma è sul terzo che diventa più pronunciata. Il nafs "ispirato" è ispirato dall'idea della Via verso Dio, dall'esperienza dell'unità con Lui, e quindi la persona è spinta all'azione *dalla preoccupazione della fede*, nella verifica se ce la verità in queste idee, se ce la possibilità di realizzare ciò che descrivono. Anche se, naturalmente, *la preoccupazione del divenire* è parzialmente presente anche in questo movimento.

Vent'anni fa, dicevo ai miei amici che volevo scrivere un libro intitolato "Come vivere e non preoccuparsene". Dovevo affrontare in questo libro varie situazioni quotidiane, a causa delle quali le persone di solito cadono nella preoccupazione e iniziano a soffrire. Volevo fornire ad ogni situazione una spiegazione, dopo di che sarebbe stato chiaro a qualsiasi persona, che non c'è nulla di cui preoccuparsi. Non ho mai preso sul serio questa impresa, anche se ho riflettuto nei minimi dettagli su alcuni capitoli del mio libro non scritto. Doveva essere usata la tecnica di cambiare l'angolo di visuale -

quando ti viene data un'interpretazione diversa dal solito, quando puoi vedere la situazione e ciò che sta accadendo in un modo diverso. In effetti, è un modo per farti disidentificare dai tuoi condizionamenti, che includono tutti i tipi di disturbi mentali. Quando ti "allontani" dalla valutazione abituale di ciò che sta accadendo, programmata dalla mente, smetti di assecondare la tua preoccupazione. Direi questo: più ampia è la visione della situazione di una persona, meno è incline a preoccuparsene. Perché più la tua visione è ristretta, più ti identifichi con le idee della tua mente. Il metodo per cambiare l'angolo di visione è utilizzato sia dagli psicoterapeuti che dagli insegnanti spirituali, sebbene l'effetto di questo metodo sia limitato dalla volontà della persona stessa di accettare un nuovo punto di vista sulla sua situazione o pure no.

Poiché il problema della preoccupazione risiede esclusivamente nella mente, allora devi lavorarci attraverso la mente. Tuttavia, la calma raggiunta dall'introduzione di nuove idee o di diversi punti di vista raramente è profonda. È molto facile dimenticare tutto questo, riidentificandosi con le idee di *autoconservazione, responsabilità o divenire*. È molto facile ricominciare a lottare per la giustizia o per la purezza della fede. Tuttavia, la saggezza popolare offre frasi in codice, che usiamo per la pace interiore, come: "Tutto ciò che accade è per il meglio", "Dio ha dato, Dio ha preso" e persino "alla fine tutti moriamo". Ci sono metodi anche "spirituali" per alleviare la *preoccupazione di responsabilità*, che vengono utilizzati dai credenti, dicendo a sé stessi che tutto è Volontà di Dio e tutto è fatto secondo essa, il che significa che puoi non sforzarti particolarmente. Nelle moderne correnti spirituali e quasi spirituali, è diventato di moda alleviare la *preoccupazione del divenire* attraverso l'affermazione che tutti voi siete già perfetti e illuminati, semplicemente non ve ne siete ancora resi conto. Questo tipo di "medicina" include affermazioni che non c'è Via, ma solo il momento attuale, in cui non c'è né tu né io, e quindi non c'è niente di cui preoccuparsi. Ma tutti questi "incantesimi" sono di breve durata e anche la loro costante ripetizione perde il suo effetto nel tempo e la preoccupazione non va da nessuna parte.

L'ansia, in quanto è una emozione corrispondente alla preoccupazione, non sempre però corrisponde a uno stato irrequieto della mente, è piuttosto

connessa con la paura. Gran parte dell'eccitazione che sorge nella mente è causata dai desideri, che, per esempio, dominano nettamente in preoccupazione *del divenire o della fede*. Qualsiasi desiderio in sé porta la mente in uno stato di preoccupazione e qualcosa deve essere urgentemente fatto per ottenere ciò che desideri e poi ritrovare un po' di pace mentale. Questa è l'assenza di ogni preoccupazione: è un disagio che richiede un'azione immediata per eliminarlo. Solo che a livello della mente c'è questo tipo di disagio, e a livello del corpo eterico ce n'è un altro, ma la differenza tra loro è puramente energetica. Le vibrazioni della preoccupazione sono più alte delle vibrazioni dell'ansia, e quindi è più difficile osservarle, anche perché questo stato d'animo diventa troppo familiare per chi ci vive.

Tuttavia il raggiungimento di una pace profonda è possibile solo quando ti sei liberato dall'influenza delle idee che sono la fonte di ripetuti attacchi di preoccupazione mentali.

Qualsiasi idea che ha una forte influenza su di te, cattura la tua attenzione. E se sei preoccupato per l'autoconservazione, la tua attenzione sarà automaticamente attratta dalle notizie, che riportano alle scoperte di nuovi modi per prolungare la vita e modi per prevenire le malattie. Consciamente o inconsciamente spenderai il tuo tempo e le tue energie su questo. Penserai al tasso di cambio del rublo e cercherai di proteggere il tuo futuro per prolungare la tua vita confortevole il più a lungo possibile. Ti *preoccuperai*. E anche se questa preoccupazione non assorbirà tutto il tuo tempo libero, ma creerà un sottofondo di tensione in cui dovrai vivere. Ora immagina di avere diverse idee che provocano l'agitazione della mente in vari gradi e tutte si riferiscono alla *preoccupazione di autoconservazione*. E allo stesso modo, diverse idee stanno alla base di *preoccupazione della responsabilità, del divenire o della fede*. Se ti rendi conto di questo semplice fatto, puoi capire perché le persone non sono quasi mai in uno stato di pace interiore.

C'è preoccupazione ovvia e grossolana e c'è sottile, quasi di sottofondo. Preoccupazione ovvia - forte agitazione al livello di pensieri e persino panico, che offusca la mente e di regola è accompagnata dalla paura. Queste manifestazioni sono relativamente facili da osservare se si possiede già una buona capacità di autocoscienza, l'abilità di non identificazione. La sottile

preoccupazione della mente può essere osservata solo se la grossolana preoccupazione è assente al momento. Molto spesso, arrivi alla sua osservazione quando le vibrazioni grossolane sono già osservate e disperse e le idee che l'hanno causate non ti possiedono più. Allo stesso tempo, l'approccio al lavoro con tutti i tipi di preoccupazione non cambia: è sempre la stessa osservazione senza identificazione. Diciamo che non hai niente da fare in questo momento, ma non riesci comunque a stare fermo, devi muoverti, andare da qualche parte, occuparti di qualcosa. Allo stesso tempo, non esiste nemmeno un obiettivo esplicito, sebbene la mente lo elabora e lo trova rapidamente. Molte azioni che non hanno alcun bisogno urgente, vengono eseguite da te semplicemente per alleggerire la pressione mentale, semplicemente per moderare l'irrequietezza della mente e per nient'altro. In questi momenti, devi sederti e iniziare a osservare il tuo nervosismo; devi prestare tutta la tua attenzione all'energia che ti perseguita e richiede un'uscita. Va ricordato che il corpo della mente è molto di più che semplice flusso dei pensieri nella testa, e quindi bisogna osservare le sensazioni sia nel corpo fisico che nello spazio interiore. La preoccupazione sottile normalmente fissata in una determinata area dello spazio interno può essere "collegata" sia ai centri energetici che alla proiezione degli organi interni, ad esempio al cuore. Questi non sono blocchi energetici nel senso usuale del termine, ma piuttosto centri di eccitazione che emettano vibrazioni sottili ma piuttosto forti. Osservando l'energia della preoccupazione, voi dissiperete rapidamente la sua energia o scoprirete la fonte. Sotto l'influenza del potere della tua attenzione, la fonte si aprirà, e quindi le vibrazioni dell'energia della preoccupazione copriranno l'intero corpo della mente, proprio come il corpo eterico è coperto dalle vibrazioni dell'ansia o della paura quando si lavora con loro. Quindi dovrai solo guardare come scompare la tua preoccupazione, anche se è stata repressa per molto tempo, questo processo potrebbe richiedere un paio di giorni. Per tutto questo tempo, dovresti lasciare parte della tua attenzione sulla sensazione di queste vibrazioni, che diventeranno sempre più sottili e, alla fine, rimarranno solo nella zona in cui le hai trovate, per poi scomparire anche da lì. Allo stesso tempo, ti verrà rivelata la causa di questa preoccupa-

zione, cioè la sua connessione con una certa idea, sullo sfondo della quale è sorta.

Pazienza, perseveranza e consapevolezza sono la via per la pace interiore e il modo per liberarsi da ogni tipo di preoccupazione. Certo, se ricevi la grazia di Dio, allora molte preoccupazioni scompaiono nella sua fiamma senza lasciare traccia, ma se tu stesso non lavori con esse, allora sarà almeno presuntuoso contare su un aiuto miracoloso dall'alto. Puoi vivere e non preoccuparti di questo. Investire nell'azione senza preoccuparti del risultato, servire Dio senza diventare fanatici e senza cercare di imporre a nessuno la necessità del servizio; vivere senza portare le ferite del passato e senza sperare nel futuro, senza sforzarsi di sopravvivere, assicurando una lunga esistenza terrena ed eterna postuma. Si può vivere in completa serenità, che non è disturbata né da cause esterne né interne. Rimanendo in essa, una persona vede chiaramente la Verità di Dio e la comprende. Il sentiero dei sufi conduce a questo, ma anche qualsiasi altra vera Via.

LA VITA PER COMPENSARE

La personalità umana è creata e mantenuta artificialmente. Consiste, da un lato, nella conoscenza che una persona ha raccolto su sé stesso dagli altri (che corrisponde al modo in cui gli altri ci vedono a partire dalla nostra famiglia di origine in tenera età), e dall'altro, nell'esperienza che ha ricevuto nel processo della vita e nell'interazione con le altre persone. La conoscenza di sé stessi è sempre contraddittoria, perché a volte un bambino viene elogiato, a volte rimproverato, e spesso in modo del tutto immeritato, beh, o almeno così pensa il bambino. Le affermazioni degli adulti molto spesso sembrano infondate ai bambini, non importa quanto cerchino di spiegarle in dettaglio e ispirare l'utilità e la necessità di comportamenti e azioni "corretti". Dal fatto di non capire il perché l'una cosa è possibile e l'altra no, nascono la protesta e la resistenza, che poi possono diventare una caratteristica integrante di una persona. Ma gli adulti sono sempre più forti, e quindi alle crescenti proteste rispondono aumentando la pressione sul bambino, spesso traumatizzando completamente la sua psiche. Il bambino, come anche la maggior parte degli adulti, vive con desideri molto forti e che richiedono un'attuazione immediata. L'attuazione dei desideri, infatti per lui è *la vita* e i suoi desideri coincidono con la sua essenza. Quando a un bambino viene detto che i suoi desideri sono cattivi, stupidi e dannosi, lo trasferisce automaticamente a sé stesso, e grazie a suggerimenti costantemente ripetuti, gradualmente

concorda con questo. Con la negazione dei propri desideri inizia la negazione di sé stesso. E poiché è semplicemente impossibile soddisfare tutti i desideri di un bambino, ma è altrettanto difficile trasmetterlo alla sua mente, spiegando correttamente il motivo, ed è per questo che la maggior parte delle persone adulte porta dentro di sé una negazione di sé stesso nata proprio quando da bambino gli venivano negati i suoi desideri, il grado di negazione può differire da persona a persona. Sapere che i tuoi desideri sono cattivi, e quindi anche tu stesso sei cattivo, crea un senso di inferiorità che le persone portano dentro di sé. È così che sorge il disagio, di cui senti necessario sbarazzartene - sopprimendo tutti i tuoi desideri "cattivi" e vietando a te stesso anche semplicemente di guardare nella loro direzione, oltre questo hai bisogno di dimostrare periodicamente a tutti che non sei affatto un fallito, ma hai un grande successo e sei una persona compiuta. È il rifiuto di sé stessi e il sentimento di inferiorità che sorge sul suo sfondo, che fanno rivivere un costante bisogno di compensazione esterna.

È chiaro che la divisione dei desideri in "cattivi" e "buoni" è accompagnata dall'assimilazione di un insieme di idee che giustificano ciò che è buono e ciò che è cattivo. Non ci sono regole universali e queste idee sono diverse nelle diverse società. Bisogna vivere o secondo le regole della società, o contro ad esse, e qui si manifestano pienamente sia la resistenza che la compensazione e sono direttamente legati ai desideri.

Più hai desideri insoddisfatti, più difficile sarà per te soddisfare le esigenze degli altri, comprese le esigenze dei superiori, dei parenti e della società in generale. La resistenza si manifesta qui in piena misura, trasformandosi in una *riluttanza* a obbedire, a fare ciò che ti viene chiesto e ciò che è semplicemente necessario fare. Vuoi vivere per te stesso, ma neanche questo funziona, perché i desideri di base che causano resistenza, sono proibiti e condannati da te stesso. Nel momento in cui nessuno ti obbliga a fare nulla, inizi a provare nostalgia e languore, perché non c'è niente a cui resistere, ma cosa fare *per te stesso*? - questo non del tutto chiaro. La pressione dei desideri repressi è proprio lì, ma la mente non li vuole e non può vederli, perché essa stessa li ha posti in una zona "cieca". Il lieve disagio si trasforma in seguito in tristezza o depressione, e se la resistenza è combinata con una

forte negazione di sé stessi, possono apparire anche i pensieri di suicidio. L'abitudine alla resistenza non ti permette di vivere per gli altri, perché tutto deve essere fatto contro voglia, e la negazione di sé stesso non ti permette di vivere per te stesso, perché tutto ciò che puoi permetterti non ti soddisfa nella giusta misura.

Dalla resistenza nasce molta rabbia e autocommiserazione, così come l'insensibilità alla sofferenza degli altri e generalmente l'antipatia per le persone. Dall'autonegazione nasce il desiderio di un ideale, che ognuno si forma per sé. Un agire senza errori, un aspetto perfetto, una carriera o una vita personale di successo: questo è un elenco non completo di tutto ciò per cui si battono le persone che sono a disagio nel sentire la propria inferiorità. Dal disagio nasce la necessità di *cambiare te stesso*, ma poiché la sua vera causa non ti è visibile, tutti i cambiamenti che vengono apportati non risolvono il problema, ma **lo compensano**.

Poiché la conoscenza che siamo "cattivi" ci viene data dall'esterno - dai genitori e da vari tipi di educatori, la compensazione è spesso diretta anche all'esterno, in modo che gli altri ci riconoscano i nostri successi e non fallimenti. Allo stesso tempo, il desiderio, in cui si forma il bisogno di compensazione, è sempre accompagnato dalla paura del fallimento. La paura di sbagliare in un'azione che dovrebbe essere impeccabile, la paura di perdere la bellezza e l'attrattiva, la paura di perdere la famiglia o il denaro: tutto questo accompagna chiunque segua la strada della compensazione. Così il disagio del senso della propria inferiorità viene assorbito da un altro, più forte, ma di fatto secondario, disagio di paura. E così il problema principale è sepolto sotto altri problemi, che sorgono come risultato del tentativo di risolverlo. Perciò, chi compensa, vede sempre solo le conseguenze delle sue azioni, e non riesce a capire le loro motivazioni sottostanti.

Ci sono molti modi per sbarazzarsi temporaneamente del senso di inferiorità. Ad esempio, puoi riversare merda su tutti in Internet, poiché di solito questo rimane impunito. Puoi terrorizzare i tuoi cari o subordinati, indicando loro costantemente la loro imperfezione e stupidità. Puoi unirti a club d'élite o diventare membro di gruppi sociali che rivendicano anche una sorta di esclusività speciale. Puoi pompare i muscoli o puoi pompare la mente:

non c'è molta differenza, se la ragione di tale auto-miglioramento è la necessità di una compensazione. Se tutto ciò è fatto per dimostrare agli altri "come sei forte", e molto spesso questo è esattamente ciò che accade, allora il valore di tutto questo è zero assoluto. Molto spesso la vita per compenso diventa una vita non per te stesso ma per gli altri, e senza il loro apprezzamento sei inutile ai tuoi stessi occhi, poiché il dolore del rifiuto di sé stessi non può essere curato dai successi esteriori, ma solo alleviato per un certo tempo. Se ne dubiti, informati quante persone apparentemente di successo hanno finito per suicidarsi.

Se il rifiuto di sé stessi è combinato con una forte resistenza e antipatia per le persone, la compensazione esterna diventa quasi impossibile. Spesso in situazione del genere c'è una fuga nell'alcolismo e nella tossicodipendenza, che è comunque rappresentata come una prova della propria "peculiarità speciale" verso una ristretta cerchia di sociopatici profondamente feriti come te. In questo caso il gioco non vale la candela. Se un tale percorso sembra troppo poco invitante per una persona o il divieto di "perdersi" attraverso l'alcol è troppo forte, rimane sempre il suicidio - senza ottenere alcun successo esterno, ma risolvendo tutti i problemi con desideri insoddisfatti. "Non c'è uomo, non c'è problema", come diceva il padre delle nazioni, il compagno Stalin.

Quasi con lo stesso principio agiscono coloro che vogliono trovare una compensazione, liberandosi da sé stessi sulla Via spirituale. Tra i ricercatori c'è sempre una percentuale considerevole di coloro che cercano la trasformazione di sé stessi solo per compensare il sentimento di inferiorità interiore. Illuminazione, liberazione, trasformazione in una persona perfetta, di cui, ad esempio, si parla nei testi sufi - tutto questo si trasforma in un'esca per i cercatori di compensazione, che vogliono smettere di essere imperfetti, riempirsi di luce e beatitudine. Qualcuno sta cercando il potere insito nei mistici, qualcuno sta cercando esperienze speciali per poter vantarsi con altri ricercatori o persone comuni. Una Ricerca del genere serve solo per uso *esterno*, e l'appartenenza a una certa scuola o Sentiero, qui diventa anche un attributo per confermare proprio "sono forte". Di fatto, questi sfortunati ricercatori vedono solo una conseguenza delle loro presunte imperfezioni, in

forma di desiderio di essere *qualcos'altro*, ma non vedono le ragioni per cui sorge tale desiderio.

Naturalmente, anche i veri ricercatori hanno un elemento di rifiuto di sé stessi dentro di sé, ma non è questo elemento che li spinge a cercare Dio. Sono attratti non dalla fuga da sé stessi, ma dall'aspirazione per Dio, e se per venire a Lui hanno bisogno di lavorare con desideri repressi, sono pronti per questo. Coloro che cercano una compensazione, cercano di evitare tale lavoro e generalmente non amano molto tutto ciò che è collegato a un serio lavoro su sé stessi. Non possono e non vogliono guardarsi dentro, perché questo aumenta il disagio di cui hanno effettivamente deciso di liberarsi. Normalmente, coloro che cercano un compenso, sono felici di frequentare corsi e seminari in cui vengono raccontate solo cose buone e offrano qualche esperienza di conoscenza di sé, nei limiti di ciò che è piacevole. La necessità di un compenso non consente loro di lavorare con i loro problemi a lungo e in modo coerente per lo stesso motivo: non vedono l'autonegazione, ma ne vedono solo le conseguenze, che formano in loro i desideri corrispondenti. E tra loro c'è il desiderio di capire sé stessi, ma non c'è il desiderio di lavorare a lungo e duramente su sé stessi. Possono partecipare a gruppi spirituali "elitari", ma o imiteranno il lavoro interiore, o si giustificheranno continuamente per il fatto che non possono farlo, dicendo – "Beh, non funziona, non mi riesce... ma cerco di fare del mio meglio..."

Se i requisiti nel gruppo non sono troppo elevati e in linea di principio non viene svolto un lavoro serio, di solito un gruppo del genere raccoglie molti ricercatori di compensazione. Si raccontano di essere *sulla strada*, e che si prendono cura della loro anima. Sono disposti a seguire ogni sorta di auto restrizioni, perché queste cose si combinano facilmente con il loro programma di rifiuto di sé stessi. Inoltre, coloro che cercano un compenso amano mostrare preoccupazione per il prossimo, come pregare per il bene comune e predicare a chiunque il "giusto" modo di vivere, poiché ciò aumenta anche la loro autostima. Se devono affrontare critiche sulla loro situazione, spesso cadono in una sovra compensazione, che è accompagnata da un netto diniego di ciò che è stato detto e dalla manifestazione di un'aggressività inadeguata.

Qualcuno colleziona oggetti di marca, qualcuno coltiva qualità spirituali “di marca”, ma entrambi hanno lo stesso scopo: sentirsi *accettabili* per sé stessi e per le altri. Sentirsi meglio dentro e stare meglio fuori. La vita delle persone è piena di tali esempi e, direi, per la maggior parte, è composta solo da loro.

Entrando nel vero Lavoro spirituale, i cercatori di compenso prima o poi lo abbandonano, ma maggior parte di loro allo stesso tempo si sforza di rimanere sul qualche sentiero spirituale, scegliendo però ciò che gli si addice “meglio”. Di norma, scelgono qualcosa di onorevole ma non “pericoloso”, come le pratiche di meditazione da seduti. Murakaba, za-zen o prestazione di attenzione al sé superiore nel neo-advaita - è abbastanza alla loro portata. Siediti e aspetta un miracolo, soprattutto perché queste pratiche portano comunque qualche effetto terapeutico, anche se una persona cade in trance invece che in consapevolezza durante la loro attuazione. Gli stati alterati sono abbastanza adatti come mezzo di compensazione. E se riesci a sederti consapevolmente, allora le pratiche di seduta ti permettono di controllare la crescita di questa consapevolezza, senza estenderla ad argomenti proibiti e desideri repressi. Rimanere moderatamente cosciente e più o meno compensato nel mondo.

Chi è in grado di andare contro i propri condizionamenti e le sue inibizioni può scoprire le cause del proprio rifiuto di sé stesso e liberarsene. Questo non è un lavoro facile, ma è abbastanza fattibile. Eliminando la negazione dei propri desideri, si possono elaborare e cambiarli. Allora il rifiuto di sé stessi resta solo una parte del sogno da cui hanno già cominciato a risvegliarsi, e non c'è più bisogno di una compensazione, che è destinata a sostenerlo.

INESPRESSO

La nuvola dovrebbe scaricare l'acqua, liberarsi dalla gravità dell'umidità accumulata e scomparire. Se, per qualche motivo fantasioso, le nuvole smettessero improvvisamente di piovere e vagassero per sempre colme, alla fine, coprirebbero completamente il cielo. Allo stesso modo, l'inespresso riempie gradualmente lo spazio interiore di una persona, colmandola di oscurità. L'inespresso è come un velo che nasconde una persona da sé stessa - dai suoi veri desideri, emozioni e sentimenti. L'inespresso (emozioni, desideri, sentimenti energie sessuali) è una fonte di costante tensione, frustrazione e insoddisfazione che non riesce e non permette di trovare una soluzione.

Reprimere le tue emozioni è solo una parte del problema, anche se è molto seria. La negazione di sé stessi, in cui vive la maggior parte delle persone, crea una situazione in cui una persona inizia ad avere paura di esprimersi. Tutto è limitato dalla negazione di sé - e anche pensieri e desideri innocenti diventano "vergognosi" e inadatti né all'espressione, né all'attuazione. Quindi inizi a vergognarti di te stesso, a essere infinitamente timido e a perdere le molte opportunità che la vita offre. Qualcuno si vergogna dei suoi sentimenti e si proibisce di piangere, qualcuno non può confessare il suo amore, preferisce soffrire e spera che queste sofferenze vengano notate dall'oggetto del suo amore. Alcuni, invece hanno vergogna di

dire direttamente ciò di cui hanno bisogno, iniziano a girare intorno all'argomento, come se alludessero al loro desiderio, e poi si arrabbiano perché nessuno li capisce. Situazioni simili si verificano continuamente e per molte persone tutta la loro vita scorre secondo lo schema - *non esprimere*.

La nostra mente è un grande mago, specialmente quando si tratta di creare illusioni e autoinganni. Tutti coloro che non si esprimono, inventano sempre "giuste" scuse per spiegare perché non possono mostrare i loro veri sentimenti e perché sono costretti a comportarsi in modo non sincero. Anche questo è un compenso, ma interno però, volto a giustificare la propria vigliaccheria, che però non viene quasi mai percepita dalla persona stessa. Ci sono sempre scuse come: "a cosa mi serve", "non farà sentire meglio nessuno" o anche più universale che spiega tutto - "sono fatto così". Avendo deciso in passato di non mostrare i propri sentimenti e nascondere i propri pensieri, dopo un po' una persona *non è più in grado di esprimerli* - la mente "chiude" questo argomento una volta per sempre (es. essendo stato educato fin da piccolo a non piangere oggi che sono adulto ho codificato questo comportamento e non sono più in grado di piangere). Altro esempio inerente alla "in espressione" può essere questa ... Tutti abbiamo provato l'esperienza di chiudere una relazione perché non amavamo più la persona ma questo non ci ha impedito di ricreare con un'altra persona un rapporto amoroso, al contrario se amo una persona ma non sono corrisposto e prendo decisione di soffocare i miei sentimenti allora sarà molto probabile che non mi innamoro più o che farò molta fatica a farlo. Allora una persona diventa una specie di "cosa a sé", incompresa e non apprezzata da nessuno. Per alcuni, la valutazione degli altri diventa del tutto superflua a causa della generale delusione nei propri confronti, nei confronti degli altri e nella vita in generale. L'inespresso porta piuttosto rapidamente all'idea dell'impossibilità a realizzarsi, e da questo alla completa delusione nella vita.

Può essere abbastanza difficile riaprire un argomento precedentemente "chiuso", perché per la mente è difficile spostarsi da una posizione una volta fissata. La mente chiude la porta e getta via la chiave. Fissa la reazione di negazione, che sopprime altre possibili reazioni che sono cadute sotto il divieto. Avendo proibito a te stesso di fidarti delle persone, è difficile tornare

a una posizione di fiducia. Impedendo a te stesso di dubitare nelle proprie idee, devi giustificare o ignorare tutto ciò che non rientra nella struttura mentale che ti sei costruito. Avendo proibito a te stesso di esprimere sentimenti o desideri, tornare alla loro espressione non appena si presentano è molto difficile. L'inerzia della mente in questo senso è molto grande, ed è molto più facile chiuderla che aprirla. E più giovane sei stato quando hai preso la decisione di chiudere, e più difficile sarà riaprire più tardi. Se la decisione viene presa durante l'infanzia, il divieto si fissa così rigidamente, che ci vuole un grande sforzo per liberarsene. Anche la comprensione del problema a livello della mente non aiuta molto ad eliminare il divieto, perché semplicemente imporre una decisione alla fissazione precedente, non annulla essa completamente. Se una volta hai deciso di non piangere, e ora anche vorresti, il corpo e la mente però resisteranno e non verserai neanche una lacrima. Sembri pronto a piangere, inoltre, ne hai veramente bisogno, ma l'impostazione della mente per sopprimere la reazione del pianto si rivela più forte della tua nuova decisione. Ed è impossibile superare questo atteggiamento con un semplice sforzo di volontà.

La nostra mente è plastica, come la cera calda: ogni nuova impressione lascia un'impronta in essa, proprio come possiamo imprimere la nostra impronta digitale nella cera morbida. Dopo che la cera si è raffreddata, perde la sua plasticità, diventando dura e per restituirle plasticità è necessario riscaldarla nuovamente. Quasi la stessa cosa accade con la mente. Ogni nuova impressione lascia una traccia - profonda o superficiale, dopodiché passa nella parte della mente che chiamiamo memoria, e lì non c'è più plasticità - tutto diventa solido e immutabile. Così anche la decisione di chiudersi, presa sulla base delle impressioni ricevute, si indurisce e quindi non può essere modificata dal semplice desiderio di liberarsene. A proposito, la stessa cosa accade con i ricordi spiacevoli: non puoi liberartene semplicemente con la tua volontà, tranne che sopprimerlo il più profondamente possibile nell'inconscio, ma questa azione in sostanza non risolve nulla, perché un eccesso di controllo si trasforma sempre in un eccesso di tensione nella mente e nel corpo.

Per togliere la forza dalle decisioni prese in precedenza, è necessario

restituire plasticità alla mente. Se la cera viene riscaldata di nuovo, diventerà liquida e l'impronta lasciata su di essa scomparirà senza lasciare traccia. Se vuoi cambiare qualcosa nelle fissazioni della tua mente, dovrai fare lo stesso con essa. Solo che al posto del fuoco, si dovrebbe usare il potere della propria Coscienza, perché solo la sua energia è in grado di "sciogliere" le connessioni fissate nella mente. E per quanto più forte sarà la tua attenzione, per tanto più velocemente e facilmente puoi liberartene dalle connessioni fisse, cioè, maggiore è la tua consapevolezza, più facile sarà per te lavorare con la mente, liberandoti da tutte le fissazioni che un tempo potevano essere state anche utili per proteggerti, ma che nel tempo si sono trasformate in un pesante fardello. Dirigendo la tua attenzione alle reazioni, alle idee o ai ricordi della mente, li stai effettivamente "cancellando". Ogni impressione, reazione o decisione porta in sé una certa carica, un impulso di energia, che viene rilasciato grazie al potere della Coscienza nel processo quando dirigi la tua attenzione e la tieni abbastanza a lungo su di esse. La luce del sole scioglie un pezzo di ghiaccio riscaldandolo. L'Energia della Coscienza agisce sulle strutture di tutti i nostri corpi come un catalizzatore, liberando e dissipando le energie in essi contenute. Solo così la mente e il corpo eterico vengono purificati, e così si arriva alla possibilità di prendere coscienza dell'inespresso e di esprimerlo.

Un pensiero non detto o un'emozione inespressa sono sempre in attesa di un'opportunità per esprimersi in qualche modo. Ma se una persona è abituata alla non espressione, allora i suoi tentativi consci di espressione sono sempre timidi e accartocciati, e quelli inconsci sono inadeguati alla situazione (l'inadeguatezza è riferita ad esempio al fatto che a volte una persona può avere esplosioni di ira sproporzionate rispetto al motivo scatenante e questo avviene perché appunto non c'è stata fino al quel momento nessuna espressione di una certa emozione, come quando una persona si carica di risentimento nei confronti di qualcuno e alla fine anche per una sciocchezza esplode in un impeto di ira che apparentemente può sembrare eccessivo). Inizialmente reprimi la tristezza quando dovrebbe essere espressa e poi piangi a dirotto mentre ascolti musica o guardi un film sentimentale. Non esprimendo i tuoi sentimenti al momento della loro nascita, vivi sempre *“fuori luogo e fuori momento”*, e in conseguenza anche per te stesso la tua vita inizia a sembrare ridicola e piena di occasioni perse.

L'inespresso e l'abitudine di non esprimere diventano seri ostacoli sulla Via. Se pratici da solo, sceglierai pratiche adatte a te per compensare, ed è improbabile che tu possa arrivare a una vera purificazione e cambiamento nelle strutture della tua mente, che guida tutto. Pregando Dio, inizierai a

chiedere non ciò di cui hai veramente bisogno - perché preferisci non attribuirgli importanza - ma ciò che ti sembra "giusto" e "piacevole a Dio". L'abitudine alla non-espressione porta i suoi pesanti frutti quando tu stesso non riesci ad articolare veramente ciò di cui hai veramente bisogno, perché hai paura dei tuoi stessi desideri, anche se in essi non c'è niente di "male".

Lavorando sotto la guida, se non esprimi, non puoi aprirti e quindi non c'è una vera interazione con il Maestro. Non esprimendo i dubbi che sorgono, si accumulano incomprensioni, che si svilupperanno gradualmente in un rifiuto di ciò che sta accadendo. Non si può lavorare efficacemente con qualcuno che è chiuso, e questa regola si applica non solo all'interazione con il Maestro, ma anche all'interazione con Dio. Non puoi essere chiuso alle persone e aperto a Dio, anche se ti sembra che queste siano cose diverse. E qui il punto non è nemmeno che il tuo spazio interiore sia strapieno di energie inesprese, il fatto è che non sarai in grado di interagire veramente con Dio, perché non sarai nemmeno in grado di aprirti completamente a Lui. L'abitudine di non aprirsi e di non esprimersi diventa quasi non superabile nel tempo.

Puoi nascondere i tuoi sentimenti, i tuoi dubbi e persino la tua resistenza al Maestro, ma non puoi nascondere tutto ciò a un Maestro vero. Il Maestro può vedere perfettamente il tuo vero stato, ma non può aiutarti finché non sei pronto a collaborare. Il Libero arbitrio, dato a una persona, agisce proprio nel fatto che è impossibile aiutarla a risolvere i problemi interni, finché non lo desidera lei stessa. E anche in quel caso, ci aspetta un lavoro difficile. Esattamente lo stesso principio si applica all'aiuto di Dio: Egli non può aiutarti se non cerchi questo aiuto. Anche qui, pur sembrando paradossale, la scelta della non espressione e della sofferenza, e un qualcosa di legato strettamente al tuo libero arbitrio.

Qualsiasi porta una volta chiusa può essere riaperta - quando c'è un desiderio. Tutto ciò che non è espresso può essere espresso, anche se richiede molto tempo. L'inespresso ostruisce il tuo spazio interiore e blocca i tuoi centri energetici. È una barriera sulla strada verso l'interno, verso quelle porte che ti aprono la realtà di Dio. All'inizio del Cammino bisogna sempre lavorare con l'inespresso per arrivare alla fine *all'inesprimibile*. L'inespresso è

generato dalla persona stessa e l'inesprimibile sorge come risultato dell'esperienza dell'immersione nelle realtà diverse. Entrambi sono accompagnati dal silenzio, solo nel primo caso crea tensione e profonda tristezza, e nel secondo è pieno di pace e senso del miracolo. Questa è l'intera differenza, ma in essa c'è l'intero Sentiero.

SCelta INCONSCIA

In qualunque cosa tu creda, hai scelto tu in cosa credere. Che la pubblicità, la propaganda o l'autorità spirituale ti abbiano convinto, non importa; l'importante è che sei stato tu a prendere ciò che ti è stato detto sulla fede e ad includere successivamente, la conoscenza ricevuta, dall'esterno nel vasto registro delle tue convinzioni. Questo non significa che tutte le tue convinzioni siano false; non è questo il problema. Il problema è, che qualsiasi convinzione, ti costringe a scegliere da che parte stare, tagliando fuori tutti gli altri punti di vista e le possibili esperienze alternative. Un'esperienza che potrebbe portarti a conclusioni completamente diverse da quelle che hai accettato per fede.

Le persone scelgono sempre da che parte stare, anche se a volte accade inconsciamente. Intorno a me tutte persone sono ortodosse, il che significa che anche io sono ortodosso. O viceversa - non voglio essere come coloro che si considerano credenti, senza nemmeno prendersi la briga di leggere la Bibbia, ma che sono pronti a baciare icone nella speranza di un miracolo - quindi sarò ateo o pure buddista, almeno non c'è bisogno di baciare le icone. La scelta viene dalle convinzioni e sulla base di essa si formano le cosiddette "punti di vista" di una persona sul mondo e sulle altre persone. Da tutto questo, l'ego costruisce la propria torre di unicità e particolarità. Così

inizi a considerare la tua scelta l'unica vera, perché alla mente piace tanto idea della certezza finale e irrevocabile.

Quando fai la tua scelta, fai involontariamente un confronto con la scelta degli altri, altrimenti potrebbero sorgere dubbi sulla decisione presa. Nessuno vuole pensare di essere stupido, giusto? Con questo, infatti, iniziano tutti i tipi di conflitto tra le persone. La condanna della scelta degli altri è al centro di tutti i conflitti senza eccezioni: quotidiani, culturali, religiosi e politici. E meno una persona è sicura di corrispondere alla propria scelta, più la difende fanaticamente. Quindi le persone che sentono che la loro fede non è molto forte, sono pronte a dimostrare il contrario agli altri con la schiuma alla bocca e persino a farsi esplodere per amore di Allah per dimostrare la loro devozione a Lui. Il fanatismo è una conseguenza del divario tra ciò che una persona sente e ciò in cui crede; tra ciò che è veramente e ciò che sceglie di essere. Le persone con una sindrome di negazione di se stessi altamente sviluppata diventano facilmente fanatici di qualsiasi cosa, trovando salvezza nel fanatismo, scappando da un senso di inutilità. Rinnegando sé stessi, negano facilmente il valore della vita degli altri, e quindi sono pronti a sacrificarli come prova della loro conformità all'alto ideale che hanno scelto.

La stessa cosa sta accadendo nel moderno ambiente spirituale. Se hai fatto una scelta a favore del vegetarianismo, allora ti sei unito al club di persone compassionevoli altamente sviluppate che guardano al resto dei ricercatori con un senso di superiorità e un po' di pietà. I crudisti, ovviamente, sono superiori ai vegetariani, questo è comprensibile, ma i mangiaprana sono superiori a entrambi, fortunatamente non li incontriamo nella vita. Qualcuno fa una scelta a favore dell'advaita, qualcuno sceglie lo yoga per migliorarsi, capita che qualcuno cerchi la propria strada, ma queste sono persone con un ego veramente enorme.

Ci sono persone che credono che uno stile di vita sano sia una componente obbligatoria del Cammino spirituale. Parlano sempre di vibrazioni sottili e grossolane - e in questo sono simili ai vegetariani e ai crudisti. La loro scelta è incentrata sul corpo, perché cibo e cura del proprio salute riguardano prima di tutto il corpo fisico e solo successivamente lo stato mentale. Il cibo basato su proteine animali può influenzare lo stato della

mente? Sì, certo che può. Lo stato della tua mente influisce sulla tua capacità di dividere l'attenzione ed essere consapevole di te stesso? Sì, lo fa, ma non influisce sulla composizione del cibo, perché il cibo proveniente da animale fornisce più energia che può essere utilizzata per mantenere divisa l'attenzione. E il fatto che ti riempia di rabbia, lussuria o qualcos'altro è vero, solo nel senso che anche i corpi eterico e fisico ottengono più energia, e quindi le loro reazioni aumentano. Questo è il caso, ma le persone che credono nella purezza speciale del corpo e del cibo non sono pronte ad accettare questo fatto e a metterlo alla prova con l'esperienza. Tuttavia, la maggior parte di loro non si sforza di raggiungere il più alto grado di autocoscienza, sono già abbastanza soddisfatti dalla loro scelta "speciale".

Qualsiasi scelta che fai prima o poi diventa un tuo problema. Scegli uno stile di vita sano e ottieni lo stress associato al suo mantenimento. Se si guarda un po' più a fondo la situazione, si scopre che uno stile di vita sano attrae persone che vogliono vivere per sempre felici e contenti; cioè coloro che sperimentano la paura della morte e la sofferenza che la precede. Queste persone generalmente non hanno nulla da fare sul Sentiero spirituale finché non si rendono conto della loro situazione, ma, per la strana ironia del nostro tempo, il Sentiero spirituale è stato associato allo stile di vita "corretto" (leggi sano). In questa trappola ora ci sono molte persone che si considerano sinceramente dei veri ricercatori.

La scelta del Sentiero talvolta diventa anche un ostacolo alla vera ricerca della Verità o dell'Amore Divino. Spesso coloro che, per una ragione o per l'altra, scelgono la Via Sufi diventano ostaggi della sua storia. Sono elettrizzati dalla contemplazione degli accessori sufi medievali e apprezzano le poesie dei grandi poeti sufi dei tempi passati. Il Sentiero Sufi, nella loro comprensione, appartiene a un passato glorioso, che dovrebbe essere ammirato, imitando, al meglio delle loro capacità, il comportamento degli antichi Sufi. Cercatori di questo tipo si imbarcano ancora e ancora in pellegrinaggi alle tombe degli antichi, sperando di ottenere da loro il famigerato baraka, che dovrebbe fornire una trasformazione spirituale ai pellegrini zelanti. Il fatto che il Signore sia disponibile al di fuori delle antiche tombe non viene

preso in considerazione e addirittura respinto con indignazione. Il sufismo dei morti sembra loro un modo sicuro per raggiungere stati superiori.

Qualunque siano le convinzioni con cui vieni sul Sentiero, dovrai sbarazzartene. L'arte di seguire la Verità sta al di là delle scelte che possono essere fatte nella tua mente. Man mano che la tua consapevolezza cresce, esci dal regno della scelta, accettando tutto ciò che è, senza alcun giudizio. Dai libertà a chi vuole sbagliare, perché non sta a te decidere se ha ragione o no. A ciascuno è assegnata una quota della Grazia di nostro Signore, e solo Lui può giudicare ciò che sta accadendo, perché non ci è dato di conoscere la pienezza del Suo Piano. Seguendo la Volontà di Dio, rinunciamo consapevolmente alla scelta di rendere il nostro servizio più accurato e perfetto. Non prendendo posizione nelle controversie delle persone, andiamo alla conoscenza di ciò che sta oltre i limiti di ogni credenza - alla pura esperienza, che è inesprimibile a parole, ma ci porta un essere così "pieni"

L'ABITUDINE DI CAPIRE

1

Puoi sapere molto, ma non capire quello che sai. Se memorizzi un testo mistico, allora lo saprai e potrai anche citarlo a volte, ma questo non significa affatto che lo capirai. Conoscere in teoria ciò di cui non si ha esperienza, dà origine a giudizi sull'argomento, che creano l'illusione della comprensione. Ad esempio, le persone che non sono coinvolte nella politica, amano avere opinioni al riguardo, che esprimono il loro livello di comprensione delle questioni politiche, ma non solo i giudizi sullo stesso argomento possono essere direttamente opposti, ma la cosa più divertente è che si basano su altre opinioni presi da giornali, blog o presentatori televisivi. Se hai un'opinione, non importa come si è formata, significa che hai già capito qualcosa. La conoscenza verbale, raccolta da fonti che ti sembrano competenti, diventa la tua comprensione. Raccogliendo le opinioni di persone apparentemente competenti, tu stesso diventi molto "competente" e il tuo ego riceve prima soddisfazione e poi piacere, esprimendo "le proprie" opinioni profondamente sentite su tutte le questioni. Si chiama "versare dal vuoto al vuoto" e molte persone passano il tempo della loro vita a discutere di cose che non possono influenzare e che non le riguardano in alcun modo. Tutti questi sono giochi dell'ego nell'illusione di capire cosa sta succedendo alle persone nel nostro mondo.

C'è un altro tipo di comprensione che deriva dalla tua esperienza diret-

ta. Hai vissuto qualcosa, l'hai sperimentato e sentito, e la tua conoscenza ha un peso diverso. Dopo aver subito una perdita, puoi *capire* qualcuno che si trova nella stessa situazione. Chi non ha questa esperienza può solo fantasticare, cioè immaginare cosa proverai quando ti ritroverai nella situazione di perdere la cosa più preziosa. Non hanno molto senso tali fantasie, ma danno l'illusione di comprendere ciò che gli altri stanno vivendo.

Una persona è organizzata in modo tale che ha semplicemente bisogno di capire cosa sta succedendo, altrimenti sarà confuso e immerso in uno stato di paura costante. Pertanto, molte persone lavorano direttamente o indirettamente per dare al pubblico l'illusione di comprendere tutte le importanti questioni globali su cui, francamente, nessuno tranne il Signore Dio può avere un'esperienza totalizzante, e quindi una vera comprensione. Tutti i tipi di propaganda, tutte le dottrine religiose e persino, Dio mi perdoni, la scienza moderna creano l'illusione della comprensione per coloro che ne hanno bisogno. Ognuno sceglie ciò che è più vicino alla sua natura.

L'esperienza della vita quotidiana porta la sua comprensione, che è anche colorata dalla conoscenza generale, cioè dalle idee con cui si è condizionati. E la valutazione dell'esperienza avverrà nel contesto di queste idee e desideri ad esse associati. Se ti sembra che tutte le persone siano bastardi che interferiscono con la tua vita, allora anche la fila alla cassa del negozio confermerà la tua comprensione, provocando nuove ondate di irritazione e rifiuto. Viceversa la tua mente non terrà mai conto della eventuale gentilezza che ti viene mostrata. Al contrario, se credi che tutte le persone siano buone, allora anche un'esperienza negativa avuta con loro sarà interpretata in modo tale da giustificarle, almeno un po'. La fede, come sai, fa miracoli e la fede nelle idee su cui vive la tua mente le crea con la tua comprensione di ciò che sta accadendo. Tutti questi sono sogni ad occhi aperti e l'esperienza che ne deriva non ha alcun significato oggettivo.

Accade spesso che la comprensione acquisita dall'esperienza possa causare un cambiamento nell'intero modo di vivere di una persona. Ad esempio, un bambino è stato ingannato più volte da persone diverse e la sua comprensione da questa esperienza diventa questa: non puoi fidarti di

nessuno. Poi si chiude internamente, e la sfiducia diventa la sua caratteristica principale a tutti gli effetti senza eccezioni. Se ha figli, trasmetterà loro la sua conoscenza e diventerà automaticamente parte del loro condizionamento. Così la comprensione passa di padre in figlio e viene assimilata da quest'ultimo già al livello di base, manifestandosi quasi in modo riflesso. Dalla stessa situazione, le persone fanno emergere esperienze completamente diverse, a seconda del contesto del loro condizionamento o della loro volontà di apprendere. Più ristretto è il contesto, più rigido è il condizionamento, minore sarà l'esperienza che una persona riceverà, indipendentemente dalla varietà di situazioni in cui si trova. Il condizionamento rigido programma le reazioni della mente, così le nuove impressioni saranno strutturate dalla mente all'interno della struttura delle vecchie idee e tutto ciò che non si adatta al loro contesto sarà rifiutato e ignorato. Se una persona ha un insieme più ampio di idee, anche se a volte si contraddicono a vicenda, le opportunità per acquisire nuove esperienze, e quindi una nuova comprensione, diventano più elevate e gradualmente acquisisce saggezza. Chiunque si liberi del condizionamento o ne riduca la dipendenza può acquisire nuove esperienze in ogni situazione, cioè imparare dalla vita stessa. E questo è lo stato a cui ogni ricercatore dovrebbe aspirare.

Il condizionamento influisce sulla valutazione di qualsiasi esperienza, sebbene nel regno della pratica, del mestiere del 'attività che generalmente tu eserciti questo svolga un ruolo minore poiché in tali ambiti che ti sono propri hai sviluppato una conoscenza specifica che ti mette al riparo da condizionamenti legati a pure idee. L'acquisizione di abilità e padronanza in una particolare materia restringe l'influenza del condizionamento generale di una persona e aiuta persino a compensare un complesso di inferiorità, se presente. Qualsiasi buon specialista ha un'elevata comprensione in termini di competenze e lavoro nell'ambito in cui esercita la propria "pratica" ma comprensione sotto forma di giudizi nella maggior parte delle altre aree. Ma l'apprendimento nella professione dipende comunque anche da come guardi il mondo in modo ristretto cioè da i tuoi condizionamenti.

L'esperienza di percorrere il Sentiero spirituale è in qualche modo simile all'esperienza delle persone che acquisiscono abilità nei mestieri. Anche qui, prima di tutto, si acquisiscono le capacità di eseguire pratiche, la consapevolezza e la disidentificazione, e l'esperienza viene con esse. Tuttavia, la comprensione dei mestieri è diretta alle cose esterne e la comprensione che sorge sul Sentiero si riferisce più a stati e situazioni interiori. I professionisti affinano la comprensione delle cose di questo mondo e i mistici affinano la

comprensione dell'altro mondo. Alcuni si radicano nel terreno, altri nell'Altissimo.

Lavorare con le idee e i giudizi della mente diventa uno dei compiti principali del ricercatore nei primi stadi del Sentiero. La sua precedente comprensione è almeno per metà sbagliata e deve essere scartata. La sua opinione di sé è sempre falsa, e i suoi giudizi sul mondo sono un ostacolo al progresso. La nuova comprensione nasce non dall'allargamento e dall'affinamento di quella vecchia, creata sulla base di libri letti, lezioni ascoltate e proprie fantasie, ma da una nuova esperienza, che nasce dagli sforzi nel lavorare su sé stessi e dai cambiamenti che porta.

La capacità di apprendere sul Sentiero, proprio come nella vita ordinaria, dipende direttamente da quanto il campo di percezione di una persona sia ristretto dal suo condizionamento. Pertanto, più velocemente inizia a liberarsene, meno si attacca alla sua mente e ai suoi giudizi, principi, punti di vista e "comprensione" di se stesso e del mondo, più facile è per lui iniziare a vedere la realtà di vita senza i paraocchi del pregiudizio. Poiché i giudizi vanno di pari passo con la condanna, liberandosi di essi, il ricercatore si libera dell'arroganza e del senso della loro importanza, che sono progettati per dare a sé stesso l'illusione dell'importanza. Questo è il motivo per cui, nell'addestramento sufi classico, si consiglia ai principianti, tra le altre restrizioni, di parlare meno.

Oltre a sbarazzarsi dei limiti del condizionamento, diventa possibile vedere non una sola, ma diverse opzioni per capire cosa sta succedendo, e la comprensione diventa più profonda e non così univoca e limitata come prima. Agisci vendo a disposizione più di una versione di ciò che sta accadendo e più di un livello di realtà, e quindi la tua azione diventa naturalmente multiuso. Tutti i mistici arrivano a questo prima o poi. Pertanto, per coloro che vivono in una comprensione unidimensionale della realtà, è quasi impossibile comprendere i motivi delle azioni del mistico e sembrano essi stessi eccessivi, scorretti o non necessari.

Tutto ha un limite e anche la comprensione ha un limite. Il limite arriva quando non puoi più fare nuove esperienze e per te tutto diventa una ripeti-

zione di ciò che è già successo. Capisci tutto, anche se vivi solo nell'illusione della comprensione, e ciò che ti sta accadendo non aggiunge nulla alla tua precedente esperienza. Quasi tutti gli anziani si trovano in questa situazione a causa della rigidità delle loro menti e delle loro convinzioni. Il saggio continua a studiare fino alla sua morte, mentre gli altri si fermano a un certo punto della loro vita e non imparano nulla di nuovo, preferendo vivere con le capacità e la comprensione che hanno acquisito in precedenza. A volte questo accade abbastanza presto, e qui c'è da dire che ognuno ha il proprio limite di comprensione. Questa è una caratteristica soggettiva, e diventa oggettiva solo negli stadi successivi del Sentiero Sufi.

La comprensione può crescere solo finché esisti come un'unità separata e consapevole di sé. Avendo raggiunto un alto grado di consapevolezza, sei ancora presente in te stesso, ma non appena la consapevolezza diventa completa, la fissazione sull'io scompare. Rimangono processi che hanno luogo in corpi diversi, che la mente può valutare per abitudine, ma tutto questo non è altro che i suoi giochi, che non influenzano in alcun modo tutti gli altri livelli dell'essere del mistico. Se il mistico accetta la Volontà di Dio, allora la comprensione di sé viene gradualmente sostituita dalla comprensione della Volontà di Dio, sebbene la possibilità di comprendere Dio sia molto limitata e dipenda da quanto gli viene rivelata. Qui l'abitudine alla comprensione può giocare uno scherzo crudele al mistico - quando cerca di capire quelle cose che, in linea di principio, sono al di là delle possibilità della comprensione umana, e trae grandi conclusioni generali dalla sua esperienza. Ogni mistico che ha raggiunto il massimo livello di interazione con Dio, si trasforma immediatamente in un caso speciale, sulla base del quale è impossibile fare generalizzazioni. Nelle fasi successive del Sentiero non ci sono regole generali, e più un sufi va avanti, più unica diventa la sua situazione.

Puoi capire te stesso finché sei ancora umano. Non appena diventi un conduttore della Volontà di Dio, questa comprensione può essere tranquillamente lasciata nel passato, altrimenti diventerà l'ancora che ostacolerà il tuo progresso. È necessario comprendere la Volontà e avrai bisogno di questa

comprensione nell'intero stadio del seguire la Volontà. Successivamente, nella fase della scomparsa in Dio, l'abitudine alla comprensione deve essere completamente abbandonata.

Nessuno può capire Dio - e tutte le Sue descrizioni e definizioni non sono altro che surrogati per la comprensione. La comprensione di Dio, anche tra i più grandi mistici, è sempre limitata dalla loro esperienza, che, tra l'altro, è impossibile esprimere adeguatamente. Scomparendo in Dio, sparisce nell'inesprimibile e arrivi a uno stato in cui la stessa formulazione della comprensione, la stessa valutazione di ciò che sta accadendo sembra uno sforzo extra e non necessario. Vedi i limiti di tutte le possibili descrizioni di ciò che sta accadendo, capisci l'incommensurabilità e l'infinità delle interazioni, vedi quanto insignificantemente grande e inestimabilmente piccolo, vivi nell'aldilà, rimanendo nel mondo e nel corpo. Nessuna comprensione può contenere questo, per non parlare della possibilità di poterlo esprimere. Allora rinunci alla comprensione e vivi nell'accettazione. Così facendo, diventi innocente - non accumulando esperienza momentanea, non vincolandola con le parole, ma essendo nello stesso tempo nella corrente della vita e in Dio. Si vive con ciò che si ha, senza valutarlo in alcun modo e agendo sulla base delle opportunità. Rifiutare la comprensione e la continuità di causa ed effetto che essa richiede. Vivi il momento per il momento, senza trascinarti dietro il passato e senza cercare di guardare al futuro. E poi la vita diventa molto facile.

La comprensione è necessaria per una persona per vivere, e questo è normale. Naturalmente è necessaria per il passaggio del Sentiero, e qui, man mano che il livello di comprensione cresce, si aprono nuove opportunità. Ma quando va oltre sé stesso e il mondo, il mistico va anche oltre tutti i possibili limiti di comprensione - in ciò che a volte viene chiamato puro essere, pura esistenza, sebbene queste parole riflettano parzialmente tali concetti. Nell'avvicinarsi a Dio arriva sempre un momento in cui è impossibile capire cosa sta succedendo, perché è impossibile scomporre l'Infinito in atomi, ma è possibile viverci. Non si può fare una descrizione adeguata dell'essere in Dio, ma si possono almeno indicare alcuni punti, e questa indicazione aiuterà

coloro che percorrono il Cammino, con l'intenzione di percorrerlo fino in fondo. Non attaccarti alla tua comprensione, non importa quanto duramente hai acquisito tale comprensione, e allora il tuo Sentiero diventerà molto più semplice e facile e Dio diventa più vicino.

PERDITA DI SIGNIFICATO

La domanda sul senso della propria vita e sul senso della vita in generale interessa a ogni persona, e ad essa ognuno trova delle risposte proprie. A un bambino queste risposte possono essere fornite dai genitori durante la sua crescita, in età adulta, ad esempio, da libri intelligenti scritti da persone autorevoli nel loro campo di conoscenza. Una persona vuole capire e cerca un significato della propria sofferenza, cerca di capire perché sono inevitabili (perlomeno così gli appaiono tali sofferenze) e perché sono accadute proprio a lui. Cerca un significato nelle sue attività, cerca di capire cosa, alla fine, potrà portargli una sensazione di pace, la sensazione e la soddisfazione di essere nel "posto giusto". In realtà poche persone vivono con un solo significato, perché sarebbe troppo semplice per la mente umana. Il senso generale della vita di una persona è determinato dalla somma dei significati che scopre o si crea in tutto ciò che fa. Per qualcuno il significato può essere nel vivere in famiglia e produrre figli, per altri nell'avere un o una amante, per altri ancora nel modo di guadagnare tanti soldi, e così via... La vita senza significato, o attività senza senso è una delle peggiori prove per la maggior parte delle persone. Senza comprendere il significato delle proprie azioni, una persona perde la motivazione per compierle, e senza comprendere il senso della vita, la motivazione per vivere. Per agire efficacemente, la mente

ha bisogno di capire perché lo fa, e l'ego cresce e si gonfia tanto più, quanto più "alti" significati della vita una persona trova per sé stessa.

Qualsiasi significato è una conseguenza della comprensione, anche se tale comprensione può essere errata. Un'idea, piantata nella mente, porta una comprensione del mondo e determina i significati. Di conseguenza, più idee muovono una persona, e più significati questa persona avrà per descrivere la vita in generale e la sua in particolare. Le idee dentro la mente di una persona possono anche contraddirsi a vicenda, ma qui come avviene per i desideri, l'idea meno dominate soccombe all'idea più dominate, questo fa sì che sembra che non ci sia un evidente conflitto interno tra le varie idee. Inoltre, la maggior parte delle persone non è incline a formulare in modo chiaro e accurato i significati della propria vita; piuttosto, li sentono intuitivamente, senza formularli o esprimerli se non in caso di assoluta necessità. Il significato che le persone attribuiscono alla loro vita ne determina il contesto, lo sfondo, abituale ed inconscio, costruito, di regola, molto tempo fa, e che da allora non è stato più rivisto. Questo è lo sfondo del loro "sonno metafisico", in cui stati e azioni si alternano, ripetendosi meccanicamente più e più volte.

Significati diversi danno "sogni" di contenuto diverso, ma l'ego può nutrirsi allo stesso modo con qualsiasi significato. E se il significato abituale sostiene lo stato di "sonno", allora la sua perdita diventa spesso uno slancio per risvegliarsi da esso. Se scompare lo sfondo di significato, scompare anche il sostegno, che serve all'ego, e inizia così la sofferenza, accompagnata da una sensazione di confusione, vuoto e difficoltà nell'autoidentificazione connessa proprio a questa mancanza di significato cui l'ego è abituato e che adesso non trova più. Innanzitutto, certamente, soffre la mente, ma quasi subito seguono i sentimenti e il corpo. Molte persone affrontano la crisi della perdita di significato, perché chiunque si sviluppi almeno un po' nel processo della vita, prima o poi giunge alla conclusione che i vecchi significati hanno esaurito la loro rilevanza. Se i significati di base, fondamentali crollano, allora una persona può intraprendere il sentiero della ricerca della Verità. Se i significati principali rimangono intatti - cioè non viene toccata la condizionalità di base - allora accade semplicemente un rinnovamento dei significati, cambierà una credenza all'altra, senza capovolgere le idee princi-

pali - per esempio idea della giustizia, o il modo e l'ordine di vita corretti. Così puoi trasformarti da cristiano in ateo e viceversa, cambiare le tue convinzioni politiche o smettere di onorare i tuoi vecchi idoli, trovandone nuovi per sostituirli. Qualsiasi perdita di un significato, anche piccolo, scuote una persona, ma solo una perdita totale dei significati porta a una revisione totale di tutti i significati della sua vita in generale. Buddha perse immediatamente tutti i significati con cui viveva, e in seguito infatti si rivolse alla ricerca, cambiò il suo modo di vivere e alla fine trovò la Verità. Storie simili sono successe ad altre persone illuminate e non illuminate. La perdita dei significati fondamentali della vita porta sempre a seri cambiamenti in essa.

Ci sono stati tempi in cui il significato principale della vita delle persone era la sopravvivenza. Ciò includeva sia la sopravvivenza personale, che la sopravvivenza della famiglia. Questo era un problema più urgente e dava alla vita un significato molto tangibile, anche se non molto elevato. In tempi successivi, i significati sono diventati molto più effimeri, e direi molto più insensati. Quando i bisogni vitali urgenti sono più o meno soddisfatti, allora la mente inventa tutti i nuovi significati per servire l'ego umano. Ora è quasi impossibile immaginare un tempo in cui la maggior parte dei significati che alimentavano le menti dell'umanità non si riferiva alla giustificazione e al rafforzamento della propria esistenza. La sopravvivenza, come senso principale della vita, è diventata attuale solo per i malati (se non si tiene conto di coloro che vivono in condizioni vicine a quelle primitive). Ma anche ai malati gravi viene dato un certo significato più elevato, nella forma della comprensione, che la sofferenza è data a loro per purificazione e prova dall'alto. Quando la distruzione e la morte del corpo hanno almeno un significato, potrebbe essere o non essere più facile per la persona stessa, ma almeno i parenti a volte trovano qualche consolazione in questo.

Le persone vengono alla ricerca spirituale per vari motivi, ma possono comunque essere divise in due categorie principali. Il primo sarà connesso con la ricerca di nuovi significati e risposte a domande difficili "perché...", e il secondo - con la ricerca di un altro stato dell'essere, cioè di *un altro tipo vita*. Quindi coloro che hanno trovato nuovi significati per sé stessi e ne sono soddisfatti, di solito si fermano, e invece coloro che non hanno ricevuto

risposte soddisfacenti continuano la loro ricerca, sforzandosi di trovare la Verità. La Verità diventa il significato principale del loro Sentiero e della loro ricerca. Coloro che cercano un altro stato di essere, ne fanno il significato della ricerca per raggiungerla, non importa se è illuminazione o Amore Divino. Senza comprendere il significato generale delle azioni, è impossibile o molto difficile muoversi.

Il significato non può esistere al di fuori del processo, di per sé. È sempre associato a un'attività o a un processo di vari tipi di cambiamenti, che, ad esempio, chiamiamo vita. Una persona che è impegnata solo a soddisfare i propri desideri e bisogni, non ha bisogno di creare e spiegare il senso della sua vita. Dato che i nostri significati sono progettati per nutrire il nostro ego, allora siamo impegnati a formulare il significato della nostra esistenza piuttosto per gli altri che per noi stessi o per Dio, quando gli spieghiamo l'essenza delle nostre richieste nelle preghiere.

Un'azione specifica, che persegue un obiettivo specifico, ha il suo significato nel raggiungerlo. Ma ci sono significati che possono includere un gran numero di azioni molto diverse - per esempio, servire la Patria, seguire la Volontà di Dio o servire Dio. Quindi azioni specifiche perseguiranno vari obiettivi, uniti da un significato, che rimarranno rilevanti per tutta la vita di una persona.

Anche sul Sentiero spirituale la creazione di significati è inevitabile, altrimenti sarà semplicemente impossibile sforzarsi per eseguire le pratiche. C'è una difficoltà che incontrano quasi tutti i ricercatori che hanno intrapreso un particolare Sentiero: è espressa nel fatto, che i significati con i quali sono giunti i ricercatori alla loro partenza nel Sentiero, devono essere rivisti o scartati del tutto. Il cammino verso Dio è un concetto così generale, che ognuno può riempirlo delle proprie idee, e quindi del proprio significato. Lo stesso può essere fatto con il concetto di servire Dio, è talvolta inteso in modo così diverso, che alcuni servitori sono pronti a distruggere altri solo perché le loro opinioni sul servizio differiscono radicalmente. Tuttavia, la storia delle religioni conosce molte discrepanze simili, ad esempio quando dalla lettura di uno stesso testo si tolgono significati completamente diversi. La differenza di comprensione porta ad azioni diverse, e molte persone

riescono a leggere qualsiasi istruzione o messaggio, traendone un significato che non corrisponde a quello originariamente stabilito. Creando i significati della nostra vita, dimostriamo il livello della nostra comprensione di essa; quando leggiamo dei testi, facciamo quasi la stessa cosa. Il livello di comprensione dipende direttamente dall'esperienza che abbiamo acquisito nella vita, dallo sviluppo della nostra mente ed essenza, ma anche dal livello di consapevolezza, che ci dà una diversa percezione di noi stessi e di ciò che stiamo cercando di capire. La percezione sviluppata consente a una persona di vedere tali livelli di significati incorporati nei testi mistici che sono inaccessibili agli altri. E il mistico stesso può introdurre nei suoi testi diversi strati sottili di significati, che potrebbero passare inosservati da un lettore impreparato. Qualsiasi mistico, avendo avuto un tipo di esperienza particolare e un alto sviluppo della percezione, può vedere e creare significati di altissimo livello. Pertanto, se agisce, la sua azione non persegue quasi mai un unico obiettivo: ha sempre diversi significati e diversi obiettivi. Sebbene se consideriamo che l'azione di un mistico non parte da lui (dalla sua volontà) e non serve a lui, allora capiamo che questi significati sono creati da lui per coloro che ancora ne hanno bisogno.

Il cercatore ha due tipi di perdita di significato sul Sentiero. Il primo tipo può portare a un risveglio, quando i significati precedenti, con cui il cercatore è venuto sul Sentiero, diventano palesemente falsi. Questo accade insieme all'acquisizione di esperienza e di per sé contribuisce alla crescita della comprensione. Una tale perdita di significato si verifica sempre se una persona avanza e cresce davvero. La perdita dei significati precedenti, che il ricercatore ha creato sulla base delle proprie idee sul Sentiero e sui modi per superarlo, porta a una crisi, che viene vissuta abbastanza dolorosamente e per continuare ad andare avanti, deve riconoscere l'inesattezza delle proprie aspettative e accettare ciò che sta accadendo. Da questa accettazione, crescerà una nuova comprensione, che di solito prenderà forma in nuovi significati, che andranno persi o cambiati anche queste, man mano che ti muovi lungo il Sentiero. Ogni fase del Sentiero offre sempre una nuova esperienza e una nuova comprensione di cosa è successo prima e cosa sta succedendo ora: e così che una persona impara, e così che i significati di un ordine

diverso diventano disponibili per lui, anche se, nelle fasi successive del Sentiero, il ricercatore già può fare anche a meno di qualsiasi significato, almeno per quanto riguarda il contenuto della sua vita. I significati smettono di essere necessari come contesto che modella l'esistenza di una persona, e anche i significati più alti e più elevati non saranno più necessari come supporto per continuare il Sentiero. Questo alto stato di essere ispira molti ricercatori, ma le idee e i significati che associano ad esso, andranno perduti, perché la mente umana non è in grado di immaginarlo nemmeno vicino a ciò che è veramente. Chi è attaccato alle proprie idee non potrà mai raggiungere uno stato diverso di essere, perché l'attaccamento alle idee gli farà cercare esattamente ciò che corrisponde ad esse, e così cadrà nella trappola, quando ciò che si desidera può essere raggiunto solo attraverso la mente, attraverso la creazione di un'illusione. È del tutto possibile creare una illusione dell'illuminazione, e molti fanno proprio questo, creano per sé stessi una illusione e vivono felici in essa. C'è però una alternativa, puoi attraversare una crisi, dovuta al rifiuto delle idee, ma non sprofondare per sempre nella depressione e non rinunciare a ulteriori ricerche - e poi ci sarà la possibilità di arrivare a ciò che sta al di là di ogni idea e significato.

Il secondo tipo di perdita di significato sul Cammino è connesso all'attività che si sta svolgendo - con l'attuazione di pratiche e di lavoro su sé stessi. E questo non porterà più a un risveglio, ma piuttosto frenerà e fermerà una persona. Il motivo di perdita di significato sarà legato al nutrire delle aspettative su ciò che dovrebbe accadere facendo le pratiche secondo il mio modo di pensare, tali aspettative vanno ad indebolire il desiderio di cambiare qualcosa in sé stessi in modo oggettivo. Quando una persona si sforza di migliorare la propria situazione e vede proprio in questo il significato del lavoro, diventa difficile accettare stati emotivi che invece sembrano "peggiore" "la propria situazione e rende molto difficile passare attraverso inevitabili deterioramenti e crisi, senza le quali però non è possibile né la trasformazione né la purificazione dello spazio interiore. Il desiderio del ricercatore è subordinato al fatto che tutto deve piacevolmente migliorare, non del tutto senza sforzo, ma sicuramente senza shock e seri cambiamenti interni. Scegliendo il significato per lavorare sulla Via nell'auto-migliora-

mento, stai sprecando il tuo tempo, perché la stessa cosa è disponibile nelle pratiche psicologiche o sulla strada della religione, dove il miglioramento di solito avviene seguendo i comandamenti e le istruzioni della fede. Quando un ricercatore vede che le sue idee non coincidono con ciò che sta accadendo nelle pratiche spirituali - anche se ha letto prima, che tutto accadrà in questo modo - allora comincia a crescere in lui una resistenza, che prima o poi si formerà nella mente nel comprendere che ulteriori sforzi in questo lavoro non hanno senso. Quindi una persona lascia questo particolare Sentiero e non ritornerà più, continuando la sua ricerca dove le sue idee e i suoi significati saranno più sicuri.

Le persone hanno bisogno del condizionamento e delle idee per avere un'immagine chiara del mondo, determinare il loro posto in esso e costruire il loro comportamento. I significati sono necessari per non sentirsi una nullità e per giustificare le proprie azioni. Ma è possibile liberarsi dai condizionamenti, pur continuando a ricordare l'intero elenco di idee di base che risiedono nella mente delle persone. Conosci e vedi l'idea, è nella tua mente, ma non fa più parte del programma che influenza il tuo comportamento, ecco come succede. Smetti di obbedirle, di considerarla l'unica vera. Non ti identifichi con essa, smetti di essere il suo veicolo. Sul Sentiero succede la stessa cosa anche con i significati: puoi non identificarti più con nessuno dei significati che conosci, rimanendo libero riguardo alla loro influenza. Conosci il significato dell'azione, ma *non vivi* di esso (non ti identifichi), lo prendi per tutto il tempo che ne hai bisogno, ma poi non ti affezioni e lo lasci alle spalle. Entrambi gli esempi, ovviamente, si riferiscono a coloro che hanno già raggiunto le fasi superiori del Sentiero, ma questa conoscenza può essere comunque utile per il futuro. Ma se stai ancora cercando Dio, hai bisogno di significati e dei significati veramente elevati: vivere al servizio del Signore, cercare la Sua Misericordia, lottare per Lui. E poi il Signore stesso ti condurrà in un luogo dove i significati diventeranno superflui, dove l'azione non richiederà alcuna giustificazione e la vita non richiederà la creazione di un contesto semantico. In uno stato di essere in cui i significati scompaiono, e con essi tutta l'insensatezza della vita e dell'essere, di cui soffrono tante persone intelligenti.

LABORATORIO SPIRITUALE

La vera conoscenza è sempre basata sull'esperienza e la conoscenza spirituale non fa eccezione alla regola. Sul Sentiero spirituale, l'esperienza può essere duplice: una è legata alle rivelazioni che provengono dall'alto, e l'altra è legata agli sforzi nelle varie pratiche e ai risultati ottenuti in esse. L'esperienza che deriva dall'attuazione delle pratiche non è molto diversa da quella che si ottiene nei laboratori scientifici nel corso degli esperimenti. L'esecuzione di qualsiasi pratica spirituale o mistica è in sostanza un esperimento che il ricercatore fa su sé stesso. E l'atteggiamento più corretto per lavorare su sé stessi sarà l'atteggiamento di un ricercatore che si sforza di scoprire la verità: la verità sull'impatto della pratica e sui cambiamenti nella percezione, nell'autocoscienza e, in generale, nel suo intero essere, che ne deriva. Proprio come in ogni esperimento, devono essere soddisfatte le condizioni per la sua esecuzione, al fine di ottenere esattamente quel risultato, che è stato ottenuto dai ricercatori precedenti. Pertanto, anche piccole modifiche apportate alla pratica in studio, violeranno la purezza dell'esperimento.

Ho già scritto anche prima, che il seguace spirituale semplicemente segue, il ricercatore - esplora. Il seguace deve credere nei postulati dell'insegnamento ed eseguire i rituali ad esempio un credente religioso; la verità è già stata trovata e lui deve solo attenersi ad essa. Il ricercatore ha una situa-

zione completamente diversa: riceve anche lui una certa verità, ma come un obbiettivo della ricerca, questa verità deve essere sperimentata di nuovo da lui e la conoscenza verbale deve essere sostituita dall'esperienza viva. Il percorso del ricercatore inizia con il presupposto che ci siano alcuni stati che vanno oltre ciò che conosceva in precedenza. Che esiste un altro livello di essere, in cui può vivere una persona, e che ci sono modi per raggiungerlo. Con questo presupposto, inizia il lavoro su te stesso.

Rimanere un puro esploratore all'inizio è molto difficile. La mente per abitudine vuole fede e convinzione a proposito della correttezza del sentiero scelto. La mente genera dubbi e conflitti interni che sorgono perché una persona ha desideri contrastanti: raggiungere, ad esempio, l'illuminazione e diventare ricco allo stesso tempo. Anche tra i cosiddetti "sufi" moderni ci sono "maestri" che affermano di non aver mai visto sufi poveri. Tutti i sufi, dicono loro, devano essere materialmente ricchi. E poi in conseguenza, questi "insegnanti", riducono il loro insegnamento nel "sufismo" per rafforzare la salute e ottenere ricchezza e felicità. Tale schizofrenia, che sostituisce il vero cammino verso Dio, con la ricerca dei beni terreni, si incontra ora continuamente. E sul desiderio di combinare la ricerca di una vita mondana ben nutrita e confortevole, con la ricerca dell'Altissimo, molte persone finiscono in un vicolo cieco. È impossibile andare verso la vita mondana e verso Dio allo stesso tempo. O vai *dal mondo* verso Dio, oppure vai *dal Dio* nel mondo. Tutti i tentativi di combinare entrambi questi percorsi portano al fatto che nasce una nuova bugia nella tua mente, perché normalmente il mondo vince su le "aspirazioni elevate".

È raro che qualcuno arrivi immediatamente alla posizione di essere un vero ricercatore: primo bisogna imparare come si fa. Devi imparare come esplorare le radici dei tuoi dubbi e convinzioni, come scoprire i tuoi veri desideri e paure e molte altre cose. Tutto questo si ottiene attraverso la pratica della consapevolezza, che non richiede alcuna credenza in sé stessi, è una pura abilità di dividere l'attenzione. Senza un buon livello di consapevolezza non sarà possibile esplorare l'effetto di altre pratiche, perché i pensieri oscureranno le *sensazioni*, e la mente con le sue aspettative sostituisce facilmente il reale con il fittizio, dando vita a molte esperienze "spirituali" non

esistenti. I sottili cambiamenti nelle energie rimarranno inosservati, o non verrà data a loro la debita importanza, perché la mente umana vuole esperienze vivide ed emozioni forti.

La posizione del ricercatore è neutrale. Ciò che si osserva non si divide in buono o cattivo, è semplicemente osservato, e basta. Questo approccio, tra l'altro, è più efficace se sei seriamente intenzionato a diventare consapevole. Finché ci sono cose che non vuoi vedere in te stesso, considerandole "cattive" e "indegne", rimarranno nascoste alla tua attenzione e la consapevolezza sarà parziale, avendo punti ciechi nel tuo spazio interiore. Finché rimani non imparziale, finché vorrai adattare la soluzione del problema a un'opzione pre-pensata e inventata da te, la tua consapevolezza non sarà completa e l'esperimento non sarà puro.

Un esperimento può essere considerato puro solo quando si rispettano rigorosamente tutte le condizioni per il suo svolgimento. In questo senso, la corretta attuazione delle pratiche è spesso difficile perché il ricercatore non ha ancora imparato a controllare bene la sua attenzione e si sposta continuamente verso la mente. Quindi deve prima imparare a eseguire l'esercizio in modo tecnicamente corretto e quindi, solo quando risulterà come dovrebbe, esaminare il risultato. Spesso le persone provano una pratica, ma non la portano al punto in cui iniziano ad avere successo, non vedono alcun risultato e provano una certa delusione - a volte in sé stessi, ma più spesso - nella pratica stessa o nel percorso in generale che hanno scelto. In questo caso, il fallimento è immediatamente predeterminato dal fatto che le condizioni dell'esperimento non sono state eseguite correttamente.

Certo, ci sono esercizi che, non importa quanto ci provi, non danno alcun risultato, perché sono creati su premesse inizialmente errate - da idee e delusioni della mente. Ma anche qui - se fai tutto esattamente come descritto (cioè conduci un esperimento *puro*) - allora ottieni esperienza, negativa, ma utile. Ora sai che questo esercizio non funziona e la comprensione del perché non funziona, di solito, arriva più tardi man mano che cresci nell'esperienza di altre pratiche più affidabili. Se non sei in grado di ottenere l'effetto da una pratica che è stata già esiguita da molte persone e dimostrata essere efficace, allora semplicemente non ti stai sforzando abbastanza o non

la fai il modo corretto. Per essere più precisi, non è molto importante per te che funzioni, e quindi non creerai in te stesso il potere di intenzione necessario. E finché non imparerai questa semplice verità, avrai sempre pratiche che "non funzionano".

Le pratiche spirituali - sono un lavoro con le energie del tuo spazio interiore. Prima di tutto, ovviamente, riguardano la gestione dell'energia della Coscienza individuale, e poi le energie degli altri corpi. Lo spazio interiore diventa il laboratorio in cui avvengono processi mirati e gestiti consapevolmente di interazione di energie. Lo spazio interiore dell'uomo - è il laboratorio, in cui si compie il Lavoro sia spirituale che mistico. È solo che nelle pratiche mistiche lavoriamo non solo con le nostre stesse energie, ma anche con le energie Superiori, interagendo con la Presenza Divina, sentendo l'effetto della grazia su noi stessi o ricevendo l'impulsi della Grazia di Dio. Nello spazio interiore, impostiamo esperimenti, eseguendo questa o quella pratica, e di conseguenza otteniamo *esperienza* e conoscenza. Da una esperienza all'altra il livello delle nostre capacità e il livello di comprensione cambiano; quindi le nostre possibilità crescono.

Un gruppo di ricercatori ben funzionante diventa anche un laboratorio in cui sono possibili esperimenti che non possono essere fatti da soli. L'essenza è la stessa: l'interazione delle energie, e poiché l'energia del gruppo è più alta e più complessa, gli esperimenti diventano più complessi e i loro risultati più seri e impressionanti. Lavorare in gruppo offre molte più opportunità per esplorare l'interazione con energie superiori, ciò accelera il progresso spirituale di tutti i suoi membri. L'esecuzione di qualsiasi pratica, in un gruppo ben coordinato, porta a un effetto più forte e profondo.

Se la tua mente è piena di idee e aspettative, può essere abbastanza difficile assumere la posizione di un ricercatore neutro in relazione al lavoro spirituale. Qualsiasi fanatismo - religioso o ateo - è un ostacolo allo studio della Verità, e l'attaccamento a un'idea particolare genera molte delusioni. Il ricercatore deve essere libero da pregiudizi, quindi non deve introdurre nella sua esperienza interpretazioni che provengono da condizionamenti. Tutte le idee sbagliate che esistono nel campo della ricerca spirituale, tutte le teorie assurde e le false descrizioni della natura umana e delle sue capacità

sorgono a causa di un'interpretazione errata o molto unilaterale delle esperienze spirituali e pseudo-spirituali. Alcune idee danno vita ad altre idee, e qui non c'è più neanche modo di parlare di alcuna percezione della Realtà più alta.

Molti iniziano come seguaci, ma possano diventare gradualmente ricercatori, giustamente se c'è il processo e volontà di evidenziare il vero bisogno in sé stessi e capire l'insensatezza di esecuzione di azioni rituali immutabili. Ogni persona che ha un forte bisogno interiore di ricerca della Verità, alla fine diventa un vero ricercatore, poiché si libera da dogmi, pregiudizi e delusioni. La purificazione stessa da essi è impossibile senza un esame preliminare della propria mente. Perciò chi percorre il Sentiero, diventa sempre un ricercatore, perché il Cammino stesso richiede anche la propria ricerca.

Il laboratorio dei mistici, per esempio, di quelli che seguono la Volontà di Dio - diventa la realtà circostante. Invece dei mistici, che sono saliti al livello di sperimentare realtà superiore e hanno raggiunto lo stadio finale del Sentiero Sufi, a volte possono usare il mondo intero come il loro laboratorio. Ma questo, come ha scritto Idries Shah, è "un segreto che nasconde sé stesso". E per questo non ne parliamo.

RESTRINGIMENTO DEL SENTIERO

Immaginate una strada larga, dove centinaia di persone possono camminare contemporaneamente. Questo è l'inizio del Sentiero che conduce al Dio, e l'avanzamento qui non richiede molto sforzo. Molti ricercatori intraprendono un Sentiero, e all'inizio la loro condizione è praticamente uguale. Avanzando lentamente, dopo un po' di tempo raggiungono il primo cancello, attraverso il quale devono passare per continuare il loro percorso. Diciamo così, che non possono attraversare questo cancello, se nel frattempo non si sono liberati di alcuni desideri e attaccamenti. Così alcune persone, che sono riuscite a lavorare su sé stesse, si spostano, e alcune rimangono davanti al primo cancello, finché non sono pronte a passarci attraverso o fino a quando non abbandonano affatto questo Sentiero. Passando dal primo cancello, la strada si restringe, e solo decine di persone possono continuare il percorso. Raggiungono il prossimo cancello, attraverso il quale possono passare solo se sono riusciti a sviluppare in sé stessi il livello di percezione necessario. Quindi, una parte rimane di nuovo davanti all'ingresso della fase successiva del Sentiero, e una parte continua a muoversi. E la strada si restringe di nuovo e ora solo pochi, solo piccoli gruppi di cercatori possono percorrerla. Di conseguenza, raggiungono la porta successiva, e di nuovo c'è una divisione e un altro restringimento del Sentiero. Alla fine, la strada diventa uno stretto sentiero e l'ultimo cancello lascerà passare solo chi

è pronto. Nella fase finale del Sentiero non c'è affatto la strada, solo un vasto campo, terra vergine, lungo il quale colui che è arrivato spiana la propria strada del cammino.

Per qualcuno che sta cercando di percorrere il Sentiero da solo, l'immagine descritta non ha molto senso. Il suo sentiero è *già stretto* e questa suo "essere solitario" non gli permette di capire a che punto del percorso si trova. C'è un'opinione secondo cui la ricerca di un "solitario" lo aiuta a realizzare la sua unicità, che con un approccio creativo apra esattamente quella Strada che è *adatta a lui*. Ma in realtà, di regola, i solitari cercano di inventare qualcosa che già comunque esiste, tuttavia si illudono di potere apportare delle originalità al percorso già esistente che molto spesso se non sempre è qualcosa che li frena nel progresso invece che aiutarli.

Le leggi attraverso le quali una persona può arrivare a una trasformazione spirituale sono comuni a tutti e chi cerca di ignorarle non arriva a nulla. Inoltre, muovendosi da solo, una persona accumula molte delusioni, semplicemente a causa del fatto che non ha le conoscenze necessarie per interpretare e comprendere correttamente le esperienze vissute. È difficile acquisire le conoscenze necessarie nei libri per due motivi: in primo luogo, non è facile trovare un libro in cui tale esperienza venga descritta e interpretata correttamente; e in secondo luogo, si deve essere in grado di comprendere correttamente ciò che è scritto senza cadere in nuovi errori. Quindi, è meglio fare prima una esperienza e poi cercare la sua interpretazione. Ma di solito è il contrario: il ricercatore prima legge la descrizione dell'esperienza di qualcuno e poi cerca di ripeterla. Ci sono molti pericoli in questo approccio, principalmente associati alla creazione di idee inizialmente errate sull'esperienza desiderata e ai successivi noiosi tentativi di ottenere qualcosa che non esiste in natura.

Quando i ricercatori lavorano in gruppo, il processo *di restringimento del Sentiero* appare a loro molto più chiaramente. Ogni gruppo ha il suo schema energetico, periodi di alti e bassi nel lavoro, e in ogni gruppo che si muove davvero, arrivano momenti in cui si verifica una diversificazione dei suoi membri. Laddove i ricercatori formano qualcosa come un club di interesse, discutendo testi o leggendoli ad alta voce e vari tipi di imitazioni del lavoro

spirituale, si verifica anche la diversificazione, ma si basa su motivi di ego: simpatie, antipatie e altre sciocchezze. Se il gruppo funziona davvero, allora l'aumento dell'intensità dell'energia al suo interno sarà inevitabile e allo stesso tempo ci saranno quelli che rimarranno indietro nella loro crescita.

Immagina un fiume che entra in un canale che si restringe. Quando si entra in un canale stretto, la velocità e la forza del flusso al suo interno aumenteranno. Allo stesso modo, ogni restringimento del Sentiero richiede un aumento dell'intensità degli sforzi interni e allo stesso momento questa l'intensità porterà al fatto che il passaggio a nuovi stadi del Sentiero viene raggiunto più velocemente. Puoi dedicare un'ora o due al giorno a praticare la consapevolezza, oppure puoi sforzarti di essere costantemente consapevole di te stesso. Puoi leggere una preghiera una o anche cinque volte al giorno, oppure puoi tornare ad essa in ogni minuto libero. Il dhikr che vivi ricordando costantemente Dio è molto più intenso del dhikr che fai come esercizio. La vera devozione a Dio e la disponibilità a servirlo non si sviluppano in un ricercatore se lui non ha acceso in sé il fuoco della aspirazione verso l'Altissimo.

Lavorare in gruppo aumenta le tue possibilità di successo e accelera il cambiamento interno. La partecipazione a un gruppo consente di beneficiare l'esperienza, che hanno fatto altri membri, senza ripetere i loro errori e utilizzare le chiavi per la svolta interiore che hanno scoperto nel loro lavoro. In un gruppo sono possibili pratiche molto difficili o addirittura impossibili da fare da soli - e questo, probabilmente, è uno dei principali vantaggi di lavorare in un gruppo. Ma ci sono anche degli svantaggi: in un gruppo ben funzionante diventa subito chiaro chi è pronto per il restringimento del Sentiero e chi vorrebbe impegnarsi poco o anche addirittura restare lì, dove è già riuscito ad arrivare, soddisfatto di ciò che già possiede, e non desiderando fare ulteriori sforzi.

La diversificazione non avviene istantaneamente: è un processo lento e graduale. Un gruppo può lavorare un lungo periodo senza che nessuno dei suoi membri "rallenti e cada". Qualcuno si muove più velocemente, qualcuno più lentamente, e non c'è niente di strano in questo: il modo in cui siamo fatti è che alcuni iniziano rapidamente e poi rallentano, mentre altri

accelerano piano, piano e poi fanno uno scatto improvviso. Nessuno vola costantemente come una freccia, tutti hanno momenti di accelerazione e di fermate lungo la strada. Il lavoro si basa sul fatto che gli sforzi devono cambiare la loro intensità e ciò che era sufficiente all'inizio, smette di dare frutti dopo. Di norma, l'intensità necessaria si ottiene complicando le pratiche, la cui attuazione accresce nel lavoro interiore del ricercatore. Ma ogni transizione del gruppo verso pratiche più complesse rivela coloro che le affrontano peggio di altri e iniziano a rimanere indietro.

L'efficacia del lavoro in gruppo dipende direttamente dal livello di tutti i suoi membri, quindi i principianti non possono studiare e stare nello stesso cerchio di coloro che sono già avanzati lungo il Sentiero. Non avrà senso né per l'uno né per l'altro. I principianti risolvono i loro problemi e quelli più avanti risolvono i loro e non funzionerà combinare il loro lavoro insieme. La ragione di ciò non sarà solo la differenza di abilità, ma anche la differenza nel livello di intensità delle energie interne. Tutto, alla fine, dipende dall'intensità delle energie interne. Se il tuo spazio interiore è ripulito e la tua mente è sottomessa alla consapevolezza, i tuoi centri energetici funzionano a pieno regime e tu puoi interagire con le energie dell'Altissimo: la Presenza Divina e la Grazia di Dio. Un gruppo di ricercatori con lo stesso livello di sviluppo è in grado di creare in un cerchio un'energia quantitativamente e qualitativamente superiore a quella che hanno individualmente. Questo vale per qualsiasi gruppo normalmente funzionante, sia esso composto da novizi o mistici di alto livello. Ma ogni volta che il gruppo avanza e arriva al punto di aumentare l'intensità del lavoro, arriva un momento in cui diventa possibile la diversificazione e la separazione tra i suoi partecipanti.

Naturalmente, ci sono gruppi che attraversano il restringimento del Sentiero senza perdere nessuno. Ci sono anche gruppi che praticano a lungo, ma non raggiungono mai nemmeno il primo restringimento del Sentiero, perché inizialmente non si impegnano adeguatamente. Tutto può succedere: a volte una o due persone sopravanzano il loro gruppo così tanto da entrare nel cancello stretto senza il resto dei suoi membri e così devono lasciare il gruppo, perché se rimangono non potranno più lavorarci e smetteranno di crescere.

Quando il lavoro viene svolto sotto supervisione, problemi di questo tipo vengono generalmente risolti spostando e assegnando le persone a gruppi adeguati al loro livello. Quello che ha superato i suoi compagni si unisce al gruppo che è

avanti e chi sta dietro può unirsi a gruppo successivo. Ma questo è possibile solo nei casi in cui si sta svolgendo un' lavoro sufficientemente grande e tali gruppi esistono. Se una persona non è solo rimasta indietro, ma si è fermata del tutto, dovrebbe andarsene per non soffrire essa stessa e non interferire con il lavoro degli altri. Questo è uno sviluppo naturale della situazione, all'inizio le persone scelgono il Sentiero, poi il Sentiero seleziona coloro chi è in grado di superarlo. Così è sempre stato, e così è ora, perché tali sono le leggi di ogni Sentiero che conduce a Dio.

PERCHÉ LE PERSONE ABBANDONANO IL SENTIERO

Qualcuno arriva sul Sentiero e rimane per sempre, ma qualcuno sta per un po' di tempo e poi va via, a volte rivolgendosi alla ricerca di un Sentiero diverso o altri modi per raggiungere i propri obiettivi, e talvolta abbandonando completamente i tentativi di trovare qualcosa al di fuori di questo mondo. Le persone vanno e vengono sempre, tale è la legge che riguarda ogni attività e la vita stessa e grazie a questo ciclo si rinnova. Per quanto riguarda il Lavoro spirituale, l'arrivo di nuove persone, rinnova questo Lavoro e l'abbandono di quelli vecchi, nella maggior parte dei casi, aiuta a purificare e preservare la sua qualità. Questa regola vale anche per i gruppi che non svolgono un vero Lavoro spirituale, perché i nuovi arrivati portano, nella attività pseudo-spirituale, l'entusiasmo dei neofiti, e coloro che si sono accorti che qui non hanno nulla da trovare, con il loro abbandono, aiutano ad assicurare che in questi gruppi tutto rimanga così com'è.

Nei gruppi pseudo-spirituali c'è poco o nessun sviluppo, e per questo lì, il mantenimento di un ordine stabilito, è una necessità assoluta. Nel Lavoro vero, lo sviluppo è necessariamente presente, quindi le ragioni per abbandonarlo sono alquanto diverse. Il problema non è sempre che le persone non trovano ciò che cercano; a volte il motivo del loro abbandono è una domanda a cui non trovano una risposta accettabile, e suona così: "Cosa devo fare con quello che ho trovato?" Questo accade sempre, quando una persona

inizia a perdere le illusioni su sé stessa, i suoi obiettivi e i veri desideri. Dal nulla appare la paura di perdere ciò che hai senza ottenere nulla in cambio. E la paura, come sai, ha gli occhi grandi. Immagina che una persona abbia lavorato tutta la vita per compensare il proprio complesso di inferiorità, e in una certa misura ci è riuscita, ma poiché non è avvenuta la piena compensazione, intraprende una ricerca spirituale, in cui si aspetta di trovare guarigione. E all'inizio tutto sembra andare bene, ma solo fino al momento in cui ha bisogno di guardare dentro di sé davvero - a ciò che è stato represso a lungo, negato e nascosto agli occhi di sé stesso e degli altri. Qui, in questo momento una persona deve come "sorpassare" sé stessa, lasciando indietro tutto ciò che ha costruito e rafforzato negli anni. È necessario immergersi nel dolore, che è stato accuratamente evitato tutto il tempo. E molti si fermano proprio in questo momento, perché prima di tutto non riescono a superare la paura del dolore e secondariamente provano il desiderio di non porsi più davanti alla paura del dolore. Molte persone, che giungono in modo solo formale alla ricerca di un sentiero, sperano in uno strumento magico, che permetterà loro di cambiare senza andare dentro di sé, senza diventare consapevoli di tutto ciò che è accuratamente represso dentro di loro. Questo tipo di persone contano su un miracolo, sull'effetto magico dei mantra o dhikr, sul potere della preghiera o sulla presenza di un Maestro, ma quando il Sentiero le porta alla necessità di fare un passo dentro di sé, è più facile per loro uscire fuori che essere lasciate sole con le loro ferite.

Ogni atto di abbandono inizia con una resistenza interna a ciò che sta accadendo. E qui devi capire, che la resistenza può esistere solo in condizioni di contrapposizione, perché è una reazione della mente a ciò che non le piace. Ad esempio, ti vengono offerte le pratiche che non corrispondono alle tue idee sul Sentiero e su cosa è giusto fare su di esso. Quindi, hai due opzioni per agire: nella prima opzione, ti rendi conto, che le tue idee che hai preso dai libri, non sono necessariamente la verità ultima e procedi alla piena attuazione degli esercizi, nella seconda, ci sarà un rapido rifiuto di partecipare al lavoro giudicato "sbagliato", o comunque ci sarà un'azione "forzata" nel fare gli esercizi, che apparentemente determinerà il supera-

mento della tua resistenza, ma internamente continuerai a sentire e pensare che stai facendo un sacco di cavolate inutili. In un momento del genere, una parte della tua energia viene spesa per superare la riluttanza a fare l'esercizio, e quindi viene tolta energia al raggiungimento dell'effetto desiderato proposto dalla pratica, che ulteriormente ti toglierà motivazione in quanto genererà uno svolgimento dell'esercizio comunque non sufficientemente supportato a livello energetico. E nel caso del rifiuto ad entrare dentro, alle tue paure represses, la mancanza di effetto è addirittura desiderabile, perché così diventa un alibi grazie al quale puoi lasciare tutto com'è, prendendo come scusa il fatto che "non ce la faccio, non mi riesce".

L'esperienza mostra, che ogni partecipante al lavoro nel gruppo, attraversa momenti di resistenza alla sua attuazione. È solo che per alcuni si presenta come un fenomeno temporaneo, che è facile da superare con la consapevolezza delle sue cause e la loro eliminazione. La resistenza scompare quando vedi un'idea o un desiderio che si oppone a ciò che stai facendo attualmente. Una volta che ne diventi consapevole, puoi allontanarti o liberarti dall'influenza che hanno su di te. Di solito si tratta di desideri o idee inconsci, che non portano alcun beneficio pratico - a meno che, non si consideri come una cosa utile il mantenimento della compensazione interna e la conservazione dello status quo. Ma se la compensazione è il tuo obiettivo, allora in linea di principio non hai nulla da fare sul Sentiero e nel Lavoro presente.

Mentre ti identifichi con le tue reazioni, può essere abbastanza difficile vedere la tua stessa resistenza, anche se tutti i segni possono già essere presenti. Non vuoi fare le pratiche, le rimandi sempre a più tardi o smetti completamente di farle. Inizi a essere infastidito dagli altri membri del gruppo che, secondo te, si comportano in modo inappropriato e le loro esperienze, che condividono, sembrano insignificanti o inverosimili. La resistenza diventa un velo davanti ai tuoi occhi, e questo porta alla negazione delle cose ovvie. Inizi a sviluppare la convinzione che gli esercizi e la partecipazione al gruppo in generale non ti stiano facendo bene. Man mano che questa convinzione prende slancio, diventi pronto per ritirarti dal Lavoro.

Se ti hanno fatto notare la tua resistenza, ma tu ancora non riesci a

vederla e a capire le ragioni per cui è sorta, allora *non vuoi* affrontarla. Significa, che il tuo desiderio per qualcos'altro, ha già guadagnato forza e ora hai bisogno solo di un motivo formale per andartene. Così succede anche nella vita: quando qualcuno vuole lasciare la famiglia o il lavoro, non ci sarà nessun ragionamento logico e valido che possa convincerlo del contrario forse sarà possibile ritardare il momento della partenza definitiva, tutto qui.

Colui il quale non vuole andare dentro di sé stesso, per non provare dolore inutile, può rimanere per molto tempo nella posizione di "Voglio esercitarmi, ma non posso o non riesco a farlo". Gira intorno al problema, qualche volta investendo in pratiche e puoi nuovamente raffreddandosi nei loro confronti. Per ogni passo avanti, ha esattamente lo stesso passo indietro, e quindi praticamente non avanza nel suo lavoro. Le persone, che praticano individualmente, possono fare questo balletto ridicolo per diversi anni di seguito. In un gruppo, un tale numero non funziona, perché chi non si muove da nessuna parte inizia inevitabilmente a rallentare tutti gli altri e in conseguenza deve scegliere tra dover iniziare a fare dei veri sforzi nelle pratiche o lasciare il gruppo. E devo dire, che persone del genere, il più delle volte se ne vanno via, non trovando in sé stessi la forza per superare la paura del dolore e la riluttanza ad entrarci.

La scelta interiore, che fai consciamente o inconsciamente, influenza sempre sia la tua percezione di ciò che sta accadendo, che le azioni in una o in un'altra situazione. Se hai scelto la compensazione, non serve a niente percorrere il sentiero, perché comunque il "sentiero" prevede l'abbandono di qualsiasi tipo di compensazione. Se vuoi arrivare verso L'Altissimo, allora ogni resistenza, creata dalla mente, viene superata comprendendone le cause e lavorando con esse. Devi solo voler essere libero da resistenze, e se questo desiderio è più forte di quelli che bloccano la tua possibilità di crescita interiore, allora tutto funzionerà.

La resistenza all'apprendimento può avere anche altre cause. Ci sono, per esempio, persone che portano dentro di sé un senso di essere speciali. Questa è una falsa sensazione, a causa della quale il loro ego cresce e si gonfia, ma può essere molto difficile spiegare e fare vedere la natura di essa. Persone di questo tipo vogliono realizzarsi in modo speciale, e il

Cammino sembra a loro un mezzo adatto per realizzare ciò che vogliono. Cercano un maggiore potere e un maggiore sensazione di “essere speciale”, e quindi sono inclini fortemente all'attività “fai da te” e “so tutto io”, a cui come pensano, la loro “esclusività” dà il diritto. Pochi di loro, però, sono pronti a dichiarare direttamente la loro “esclusività”, di solito truccano e nascondono accuratamente, facendo discorsi “corretti”. Ma hanno caratteristiche comuni, che non possono essere nascoste. Ad esempio, trattano le pratiche, e il Lavoro nel suo insieme, in modo molto opportunistico, cercando principalmente benefici, che possono usufruire per sé stessi. In generale amano ricevere più che dare, ma nel Lavoro un simile approccio diventa estremamente improduttivo. Inoltre, gli “eletti” preferiscono “vivere secondo la propria mente”, filtrando le informazioni che ricevono secondo il principio utilitaristico sopra descritto. Si affidano piuttosto imprudentemente alla propria visione, a cui tengono molto, e alla conoscenza che sembra loro indiscutibile. Le indicazioni sul fatto, che le loro fonti di questa presunta conoscenza sono di dubbia provenienza, vengono generalmente ignorate. Inoltre, sono acriticamente legati alla propria esperienza e visioni, che a volte accadono a loro ma che interpretano appunto in modo assolutamente acritico.

La sensazione di essere speciali o prescelti, mette rapidamente la persona fuori da qualsiasi gruppo. Cioè, può frequentare le lezioni, ma il suo atteggiamento nei confronti della maggior parte dei partecipanti sarà di superiorità, perché può comunicare su un piano di parità solo con le persone come lui. E nel gruppo è inaccettabile qualsiasi arroganza, così come la sensazione di essere prescelti tra membri. O tutti sono uguali, o il gruppo, come organismo che lavora armoniosamente, semplicemente non esiste. In questo caso, non ci sarà alcun beneficio di lavorare in gruppo, per nessuno dei suoi partecipanti. E qui è necessario ricordare, che pratiche mistiche di ordine elevato, possono essere svolte solo lavorando in gruppo.

I “prescelti” di solito non rimangono a lungo in gruppo. O se ne vanno da soli, o vengono allontanati dal Maestro, che può dare a tutti la possibilità di provare propri forze nel Lavoro, ma non è obbligato a sostenere i giochi dell'ego di coloro che non vogliono metterli fine a questi giochi. L “eletti” se

ne vanno via da sé quando e perché, a loro avviso, hanno già ricevuto tutto ciò di cui hanno bisogno. Molti di loro iniziano poi ad insegnare agli altri, applicando le competenze acquisite, secondo la propria comprensione, e insaprendo le conoscenze acquisite nel Lavoro con le proprie congetture e fantasie.

I "prescelti" raramente si oppongono apertamente: sono troppo intelligenti per questo. Preferiscono una politica di sottile sabotaggio del Lavoro in corso, operando in modo molto sottile. Così, ad esempio, amano dare la propria interpretazione alle parole e alle affermazioni del Maestro, sostituendo però il loro vero significato. Usano trucchi diversi per elevarsi al di sopra degli altri, ma in un gruppo che lavora bene, tutto questo viene fuori rapidamente e quindi loro devono iniziare a lavorare sul serio su proprio ego o andarsene. Di norma, scelgono il secondo opzione.

In un modo o nell'altro, tutti i problemi per arrivare a un cambiamento nel proprio stato di essere e alla trasformazione spirituale, sono derivati della mente: Le idee che assorbe e in cui crede i desideri generati sullo sfondo di queste idee, l'ego stesso, che di fatto è una struttura della mente e fa parte integrante di essa. Chi pratica la consapevolezza - è in grado di vedere i propri ostacoli, ma chi cerca di fare a meno della consapevolezza, rimarrà prigioniero delle proprie illusioni e idee. Per questa ragione, qualsiasi lavoro di gruppo dovrebbe basarsi su esercizi di consapevolezza per tutti i suoi partecipanti, altrimenti gli attacchi di resistenza dell'uno o dell'altro ostacoleranno in modo significativo il suo sviluppo.

Le persone vengono al Lavoro per desiderio, e lo lasciano anche per desiderio, che, tuttavia, può essere espresso come una *resistenza a continuare*. Coloro che vi rimangono, vanno oltre la mente e i loro desideri, andando verso il servizio di Dio e accettando la sua Volontà come propria. Il Sentiero Sufi conduce a questo, ed è a questo che è dedicato il Lavoro. Ci si può entrare nel Lavoro con obbiettivi falsi, ma da essi crescere, scoprendo nuovi grandi orizzonti del possibile. Colui che li ha visti, non lascerà mai il Sentiero.

INSODDISFAZIONE ATTUALE

Come sapete, qualsiasi ricerca di cambiamento in meglio inizia da l'insoddisfazione per lo stato o le circostanze in cui si trova una persona in questo momento. È l'insoddisfazione che diventa lo stimolo da cui nasce l'azione. Se non ti piace il tuo lavoro, allora inizi a cercarne un altro. Se il partner ha smesso di soddisfarti sessualmente, allora inizi a pensare se è il momento di cambiarlo. E infine, se sei insoddisfatto di te stesso, allora devi cambiare sé stesso o vivere nella sofferenza costante. L'insoddisfazione per la propria situazione è la motivazione principale per tutti gli esseri umani senza eccezioni. Tutto questo sta in superficie, ma non è molto ben compreso dalle persone che sono abituate a negare i propri bisogni, a reprimere i sentimenti di insoddisfazione e a vivere nella speranza di cambiamenti in meglio, che prima o poi accadranno da soli. Puoi abituarti a tutto, compresa la vita in tutta sua complessità, in cui l'insoddisfazione per sé stessi, occupa un posto significativo, i rapporti con i parenti e tutto il mondo. Ma ognuno, in un modo o nell'altro, cerca di rendere più soddisfacente la propria situazione, anche se tali tentativi non sempre portano il risultato sperato.

Ci sono livelli di insoddisfazione in ogni corpo di una persona (corpo fisico, mentale, eterico). Possiamo dire che ognuno di loro ha un certo limite

del disagio che può sopportare, che è in qualche modo associato a un'insoddisfazione ben specifica. La fame, ad esempio, è una manifestazione di una vivida insoddisfazione del corpo fisico, e quindi la sua soddisfazione porta una sensazione di soddisfazione e conforto. Questo è ciò che viene chiamato insoddisfazione abituale, che si manifesta regolarmente e di solito rapidamente soddisfatta. Se invece sei denutrito ogni giorno, l'insoddisfazione diventerà cronica e non sarà più limitata solo al corpo fisico, ma si diffonderà ad altri corpi. Ad esempio, con l'insoddisfazione sessuale cronica, una persona diventa, come si dice, *sessualmente disturbata*. C'è un interesse costante per il sesso nella mente, nel corpo eterico c'è l'energia di attrazione e lussuria, e nel corpo fisico ci sono impulsi regolari di eccitazione sessuale. L'insoddisfazione cronica di uno qualsiasi dei corpi si estende sempre ai restanti due. E qualunque sia la sua natura - sia essa un bisogno vitale o un desiderio irrazionale della mente - l'influenza dell'insoddisfazione sarà la stessa, intensificandosi man mano che si rinforza.

Seguendo idee e condizioni "brillanti" di qualsiasi tipo, le persone spesso iniziano a ignorare le insoddisfazioni in quanto i desideri che stanno alla loro base contrastano con le idee di cui una persona è convinta ad esempio sento il desiderio di fare l'amore con la mia fidanzata ma siccome sono convinto che i rapporti prematrimoniali siano sbagliati allora mi astengo e mi reprimo da fare ciò che desidero. Idealizzando la vita, vivendo attraverso concetti idealistici si rischia di iniziare a negare i tuoi bisogni o desideri, e quindi la tua situazione diventerà lentamente, ma inesorabilmente sempre più precaria. Puoi allenarti e smettere di notare i tuoi bisogni e desideri, ma questo non significa che loro scompariranno, saranno *costretti ad andarsene* nella zona "grigia" del tuo essere, in una zona cioè nascosta, e la tua mente cercherà di dimenticarli. Nella restante zona "bianca", la mente comincerà a costruire una sorta di esistenza ideale, che sarà basata sulle idee, su come tutto dovrebbe essere. Santità, persone per bene, pietà, amore per il prossimo, pace: tutto ciò si trasforma facilmente in un insieme di idee, da cui la mente trae un programma d'azione per sé stessa e fa anche un elenco di qualità richieste e stati attesi. Quindi inizia la "costruzione" di un sé bravo, santo, dignitoso - e così via per tutto l'elenco. E più è alto l'obiettivo (idea),

più i bisogni contingenti saranno rifiutati, ignorati e nascosti. E meno male se l'insoddisfazione di questo o quel corpo sarà risolta attraverso o la realizzazione o la dissipazione del desiderio e chiusa per sempre, ma il più delle volte i desideri vengono semplicemente e stupidamente spinti nella zona "grigia", dove rimangono per qualche tempo, ma talvolta anche per il resto della vita. Ma tutto ha un prezzo e una tale decisione comporterà conseguenze tangibili. La metà non può mai essere una cosa intera, negando parte dei tuoi bisogni, ti dividi in due parti. È possibile diventare semi-illuminati? È possibile venire a Dio solo con quella parte di te che lo "merita"? La risposta è ovvia, questo è il motivo perché così spesso vediamo persone in parte "illuminate" o per due terzi "sante". Ma sicuramente puoi diventare una persona "per bene" al cento per cento - dopotutto, l'asticella da superare per diventare una cosiddetta persona "per bene" è molto più bassa rispetto a quella per diventare un "santo", anche se malinconia e tristezza ti assaliranno molto spesso. (questo ultimo paragrafo dove si fa riferimento a "persona per bene" e "santo" ha una connotazione ironica data dall'autore)

Non importa quanto in profondità spingi la tua insoddisfazione, si manifesterà comunque. Se la sopprimi il più profondamente possibile, perderai una parte significativa della tua sensibilità e il tuo spazio interiore sarà semi bloccato - e nessuna pratica sarà in grado di cancellarlo, se non rinunci alla soppressione. Di conseguenza, lo spettro di percezione delle energie si restringerà e quindi dovrà essere ampliato con l'aiuto dell'immaginazione, cioè a spese della mente e delle sue fantasie. Vedo situazioni come questa abbastanza spesso.

Il raggiungimento di un grande obiettivo di solito richiede auto controllo e disciplina interna. Tutto questo esiste anche sul Sentiero, ma l'approccio dovrebbe essere un po' diverso. Affinché i tuoi progressi siano il più veloci possibile, dovresti prestare attenzione alle esigenze che sono attuali in momento presente. Se inizi a ignorarli, la tua zona "grigia" (che ogni persona moderna ha) crescerà e non scomparirà.

Diciamo che sei guidato da un obiettivo molto alto - per esempio, l'unione con Dio o l'accettazione e esecuzione della Sua Volontà. In questo momento stai facendo tutto bene, cioè, stai lavorando con le pratiche di

pulizia dello spazio interiore, sei consapevole dei tuoi desideri, paure e di ciò che è qui e ora. Ma anche con questo approccio sorgono quasi sempre insoddisfazioni, che normalmente non vengono riconosciute direttamente o il loro significato viene sottovalutato. Uno dei grandi problemi per i principianti e per i ricercatori che praticano tanto tempo - è il loro desiderio di provare sensazioni piacevoli. Vogliono stati elevati, esperienze di felicità ed estasi, nonché una sensazione di pienezza e beatitudine interiori. Non puoi biasimarli per questo: sono venuti per sbarazzarsi dalla loro insoddisfazione, e quindi la loro ricerca di piacere e soddisfazione interiore è abbastanza comprensibile. *Tuttavia*, il desiderio di *stati piacevoli* dopo un certo punto diventa per loro un ostacolo per poter vedere la loro *attuale insoddisfazione*. Nella lotta per gli stati piacevoli, si allontanano da ciò, con cui dovrebbero lavorare in questo momento.

Supponiamo che tu sia entrato nel Lavoro spirituale perché la vita ordinaria non ti dà soddisfazione e ciò che questo mondo offre non ti soddisfa. Cioè, sei un vero ricercatore. Inizi a esercitarti e a fare nuove esperienze. L'insoddisfazione per la quale sei entrato nel Lavoro diminuisce, perché è in qualche misura soddisfatta dall'esperienza maturata e dai cambiamenti del tuo stato. In questo momento, "emergono" sempre le insoddisfazioni di un "calibro" più piccolo, ma tu (a causa della concentrazione sul tuo obiettivo più alto) non presti a loro attenzione. I desideri irrealizzati alzano la testa, vecchie paure escono fuori e le idee assorbite dal latte materno si manifestano, per loro la tua nuova esperienza sembra pura sciocchezza e autoinganno. Dovrai fare qualcosa con tutta questa "bontà", perché ogni idea che non viene neutralizzata, il desiderio o la paura, possono diventare l'ostacolo che ti impedirà di raggiungere il tuo obiettivo.

Naturalmente, alcune delle pratiche mirano proprio a liberare te dai desideri, paure e dal potere delle idee che controllano le tue reazioni. Ma l'esperienza mostra, che anche usando queste pratiche alcuni lavorano non con ciò che li tormenta in quel momento, ma con alcuni stati vecchi e non rilevanti attualmente. La mente è un grande inventore e ingannatore, se tu dimentichi questo allora inizierai a "lavorare a vuoto", ad esempio cercando di elaborare una certa paura infantile, che al momento non ti influenza in

alcun modo. A volte è stupefacente osservare come alcune persone pregano per qualcosa di “generico” tipo la pace nel mondo, ma al tempo stesso non chiedono aiuto per risolvere quei problemi che non consentono loro di muovere un solo passo dentro di sé.

Il desiderio di raggiungere l'obiettivo più alto di per sé crea nuovi tipi di insoddisfazione che la maggior parte dei veri ricercatori deve affrontare. Si può generare insoddisfazione per la scarsa velocità del proprio avanzamento, per la mancanza di successi, il Maestro che non ti soddisfa o le pratiche o il Lavoro in generale. A un certo punto la maggior parte dei ricercatori affronta tutto questo. L'insoddisfazione generata dalla partecipazione al Lavoro deve essere affrontata – e trattata con molta attenzione, perché è un tipo speciale di insoddisfazione, che a volte diventa causa per cui le persone abbandonano il Sentiero. L'insoddisfazione per i propri progressi e per il modo in cui viene dato l'insegnamento ha le sue radici nell'ego del ricercatore, ma ogni attacco di tale insoddisfazione può diventare un'opportunità per vedere le proprie ambizioni, idee sbagliate e reazioni egoistiche. E nel momento in cui riusciamo a vedere questo possiamo iniziare ad eliminarlo.

C'è una strategia e c'è una tattica. Scegliere un percorso è una strategia e i metodi per lavorarci sono tattiche. Spesso gli errori tattici predeterminano il fallimento della strategia scelta. Durante il percorso devi risolvere molti problemi e succede che non sei in grado di fare tutto. Sei costretto a dare la priorità non solo in relazione alla vita esterna, ma anche a ciò che è più importante fare in questo momento nell'ambito del percorso. E bisogna prestare attenzione alla questione del bisogno attuale. Direi anche che dovresti sempre partire dal determinare le priorità del momento. Immagina che il desiderio di raggiungere l'obiettivo crea in te “preoccupazione di divenire” cioè genera come detto altrove una forza che ti spinge ad aumentare gli sforzi nella pratica. Allo stesso tempo, hai già comunque accumulato fatica pregressa a livello del corpo fisico e c'è un urgente bisogno di un banale riposo. Se metti l'insoddisfazione della mente (preoccupazione di divenire) al di sopra dell'insoddisfazione del corpo, allora ti condurrà in un vicolo cieco e ti esaurirai completamente. In questa situazione, la principale insoddisfazione attuale sarà l'affaticamento fisico e il riposo per il

recupero sarà la scelta giusta. E l'ansia del divenire può essere affrontata in seguito.

Percorrere la Via è talvolta paragonato a camminare su filo del rasoio, ma io direi che il cercatore è più come un funambolo, che ha bisogno di mantenere costantemente l'equilibrio, evitando di cadere. Una forte insoddisfazione sconvolge sempre l'equilibrio interno, quindi è necessario tenere traccia del proprio stato psico-emotivo di fondo. Più alta è la consapevolezza, più facile è farlo, ma anche all'inizio del Sentiero, devi prestare particolare attenzione allo sfondo in cui esisti. Se questo è uno sfondo di insoddisfazione, allora devi cercarne la causa e lavorare con esso in primo luogo. Il lavoro costante con l'attuale insoddisfazione è la chiave per conoscere te stesso e liberare rapidamente lo spazio interiore.

Succede che provi un'insoddisfazione generale, come sfondo, ma non riesci a individuare l'origine in alcun modo. Di norma, ciò significa che ti sei già spinto nella zona "grigia" e ci vuole uno sforzo per tirarlo fuori alla luce. La "malattia" sta resistendo al trattamento, ma deve resistere al desiderio della mente di rimandare questo compito a più tardi. Siediti e concentrati sul sentimento di insoddisfazione, entra in uno stato di contemplazione. Non importa quanto tempo ci vuole, non dispiacerti per questo, altrimenti il problema irrisolto ti perseguiterà comunque e renderà il tuo lavoro più difficile. E non appena vedrai la fonte dell'insoddisfazione, ti sarà chiaro cosa farne. E se non è possibile ottenere la piena chiarezza, allora puoi consultare il Maestro.

L'insoddisfazione dà origine alla necessità e la necessità muove i mondi. Tienilo a mente e affronta i bisogni attuali man mano che si presentano, senza aspettare il momento in cui ti soffocano. Se hai un vero bisogno di Dio, non andrà via e non deve aver paura di sprecare te stesso in sciocchezze. Il diavolo, come sapete, è nascosto nei dettagli, e per quanto riguarda l'avanzamento sulla Via, le "piccole cose" a volte sono decisive. Elaborando i bisogni attuali, crei le condizioni affinché il tuo bisogno principale - il bisogno di Dio - possa essere soddisfatto nel modo più rapido, accurato e completo. Inoltre, quando ti abituerai a lavorare con la tua attuale insoddisfazione senza esitare o aver paura di guardarli direttamente, sarà molto più

facile per te seguire la Volontà di Dio. Dopotutto, ogni suo nuovo impulso di Volontà è una nuova insoddisfazione Divina che ha bisogno di essere risolta. Impara ad agire in accordo con la tua insoddisfazione, così dopo sarà più facile seguire la Volontà. E allora la scomparsa in Dio, che significa, tra l'altro, la scomparsa di ogni precedente insoddisfazione, si farà più vicina. E non c'è niente da aggiungere a questo.

CONOSCENZA NON NECESSARIA

C'è un punto di vista, secondo il quale, più conoscenza ha l'umanità - meglio è. Tutti i progressi attuali sono forniti dalle scoperte nella conoscenza della natura, della materia e delle leggi in base alle quali esiste, e quindi diventa abbastanza ovvio che una maggiore conoscenza ci porterà a un progresso maggiore, anche se gli scienziati di volta in volta dichiarano il pericolo che alcune scoperte rappresentano. L'opinione sull'utilità della conoscenza si estende anche all'individuo, che in teoria, più conosce, più può avere successo - se, ovviamente, trova un'applicazione pratica ben pagata per la sua conoscenza. Ecco come appare, ed è così che effettivamente è. Ma la conoscenza del mondo esterno e la conoscenza del mondo interiore differiscono l'una dall'altra e hanno vettori diversi e benefici diversi per una persona.

Dal punto di vista del Sentiero, tutta la conoscenza dell'esterno - che si tratti di descrizione di eventi, nuove scoperte, contenuto delle scienze che insegnano al liceo e persino le storie di mistici sugli stati che hanno vissuto - non è altro che semplici *informazioni*... Tutta la conoscenza che ricevi dall'esterno è solo un'informazione che puoi ricordare, o che puoi dimenticare, niente altro. L'unica vera conoscenza che hai, e che può essere chiamata solo vera conoscenza, è quella che hai sperimentato, sentito e compreso per te stesso. Tutto il resto sono informazioni che puoi utilizzare per abbellire il tuo

ego e aumentare il tuo senso di valore. La mente si nutre di informazioni ed è sempre alla ricerca di nuove porzioni di esse, perché le permette: in primo luogo, di avere i pensieri, cioè di essere impegnata; in secondo luogo, creare una "conoscenza artificiale" per capire che cosa sta succedendo nel mondo, dopo aver tratto "informazioni affidabili" da un post su Internet o da una conversazione con un vicino. Perché senza capire cosa sta succedendo, la mente si confonde, si perde e si spaventa. Ecco perché, ad esempio, più forte è la paura di una persona di ammalarsi di cancro, più sarà interessata alle questioni relative al trattamento, a nuove scoperte e anche alle statistiche delle malattie oncologiche. Alcune persone invece risolvono i problemi della paura attraverso la loro soppressione, queste persone evitano le informazioni pericolose, escludendole dal loro campo di attenzione. Tutti e due le situazioni - sono *sintomi* grazie ai quali puoi capire cosa vuoi o cosa temi.

L'interesse che questo o quell'argomento suscita in te mostra in modo chiaro e definitivo la tua situazione. Ad esempio, un uomo vive con una donna e sembra che la ami, ma continua ad avere interesse anche verso altre donne, valutando mentalmente le sue possibilità di successo se le incontrerà e conoscerà. Oppure il cercatore ha trovato un Sentiero che sembra essere vicino a lui, ma allo stesso tempo è ancora vivido in lui il suo interesse per le meraviglie e le possibilità che altri Sentieri propongono. Entrambi questi esempi parlano della stessa cosa: dell'insoddisfazione che ancora permane in te e che, ovviamente, è associata a desideri insoddisfatti. I tuoi interessi a volte dicono di te più di quanto tu possa dire di te stesso. Ed è proprio per gli interessi che le persone si raggruppano insieme, per scambiarsi informazioni e opinioni al riguardo e per fare qualcosa insieme, ovviamente.

Tutto questo è piuttosto banale, ma per coloro che vogliono avanzare sulla Via, è meglio usare tutte le possibilità e rendersi conto subito di cosa ancora vi interessa del mondo esterno, questo può ridurre notevolmente il tempo che userete per sbarazzarvi dei vostri attaccamenti. Ci sono due modi di proseguire sul Sentiero, il primo è passivo: man mano che ti muovi verso l'interno, il bisogno di conoscenza esterna diventa sempre meno rilevante, e questo accade naturalmente, a causa della perdita di attaccamento a desideri e paure. E puoi seguire questo modo naturale di osservare, semplicemente

osservando ciò che è, ciò che è visibile in termini di sensazioni fisiche, pensieri, emozioni senza riuscire a vedere però cosa c'è dietro tali pensieri ed emozioni che in realtà è quello che ti tiene più "incatenato". Non servirebbero istruzioni e indicazioni se avessimo solo questa scelta: essere consapevoli di ciò che è qui e ora. Osserva, e prima o poi diverrai consapevole. Ma c'è un altro approccio: essere consapevoli attivamente, praticare la consapevolezza propositiva, e quindi un suggerimento su dove prestare attenzione diventa molto utile, cosa osservare e dove guardare. Quale conoscenza esterna ti sta interessando? Cosa non è soddisfatto in te, quale parte del tuo essere cerca notizie o altre informazioni? È solo nella mente o hai dei bisogni essenziali più profondi? Finché non scoprirai le ragioni del tuo interesse per questa o quella conoscenza, essa attirerà la tua attenzione su di sé. Inoltre, spesso un vivo e appassionato interesse per le notizie e la raccolta di informazioni di vario genere è supportato da una preoccupazione della mente, che ha anche le sue ragioni. Poiché ci sono idee e condizionamenti dietro le preoccupazioni, alla fine ci arriverai ad esse se inizi a osservare quali informazioni ti attraggono. Se capirai la motivazione che sta dietro al tipo di conoscenza a cui sei interessato ti sarà chiaro se la spinta viene o dalla paura per cosa potrà succedere in futuro e quindi ti informi per proteggerti o dal desiderio di raccogliere i frutti che tali informazioni e interessi possono generare, allora diventerà abbastanza ovvio ciò che ti lega al Flusso discendente della Creazione.

Una persona che ha intrapreso il Sentiero si allontana gradualmente dalla raccolta di conoscenze non necessarie. Si limita al necessario e smette di raccogliere notizie dalla vita degli abitanti dei social network, nonché su come e cosa vivono le persone in altri paesi. Per chi rivolge lo sguardo a Dio, la confusione e trambusto terrene cessano di essere eccitante e dolce. Diventa non meno inutile raccogliere informazioni su altri Sentieri e leggere testi di altre tradizioni - cosa che all'inizio viene fatta da qualsiasi ricercatore che non ha ancora deciso quale dei Sentieri gli piace più di altri. Ciò non significa che una persona che ha intrapreso fermamente il Sentiero smetta di interessarsi a ciò che sta accadendo intorno a lui. È solo che il suo interesse non è più dettato dalla moda, dai media e dalle opinioni degli altri. Ad un

certo punto, potrebbe aver bisogno di leggere un certo libro o di rileggere ciò che aveva letto prima. Questa è una scelta intuitiva dettata dalla necessità, non da una mente surriscaldata che ha bisogno di nuove dosi di informazioni per continuare la sua rotazione apparentemente significativa. E meglio una persona sente il suo stato attuale, meglio si sente se ora ha bisogno o meno di ricevere alcune conoscenze aggiuntive dall'esterno. Non dimentichiamo che leggere romanzi significa anche ottenere impressioni e informazioni che possono essere utili per vivere e osservare certi stati. Coloro che sono avanzati sul Sentiero giungono a vivere attraverso le sensazioni e attraverso la loro consapevolezza. Inoltre, la percezione che nel progredire sul sentiero si è molto sviluppata, serve loro come guida molto più affidabile nella realtà fisica e metafisica, rispetto alla qualsiasi mente più sofisticata.

Sul Sentiero stesso c'è una conoscenza non necessaria e persino dannosa. Nel Libro "Lavoro spirituale" ho scritto che il Maestro stesso non racconta *mai tutto*. Nella maggior parte dei casi, questa è la verità. Il maestro vede sempre di più e più lontano di qualsiasi discepolo, per quanto avanzato possa egli essere. Ad esempio, non si può sempre dire a una persona della sua condizione e del principale problema interno, finché essa non è abbastanza matura per accettare queste parole e vedere la sua situazione reale. In realtà, si può anche dire qualcosa, ma il danno che ne deriva sarà molto più grande del vantaggio, perché lo studente non sarà in grado di vedere ciò che gli viene indicato e potrà andare in resistenza o rimarrà nello smarrimento e nella confusione. Il maestro deve aspettare sempre il momento giusto per mostrare al discepolo la conoscenza su sé stesso. E finché non arriva questo momento, questa è una conoscenza non necessaria, che non solo non aiuta, ma molto spesso danneggia.

A ogni tappa del Sentiero appartiene una propria conoscenza, che viene acquisita da una persona attraverso l'esperienza. Può essere non solo un'esperienza diretta di trasformazione personale, ma anche rivelazioni e conoscenze acquisite con esperienze trascendentali di alcuni aspetti della Verità. In passato, le conoscenze relative alle fasi avanzate del Sentiero, erano fornite in molto limitato ed erano generalmente nascoste ai non iniziati. Ora, nell'era del diluvio di informazioni, tutti i tipi di conoscenza vengono pubbli-

cati e diffusi alle masse. Grazie a ciò, molte persone hanno una nuova illusione, che le porta a pensare di sapere e capire tutto sia sul Sentiero Spirituale che su Sentiero Mistico o sull'illuminazione e sugli stati superiori dell'essere. Le loro menti sono avvelenate da una conoscenza non necessaria, che non dà loro né comprensione, né la capacità di muoversi verso nuove scoperte con piena fiducia. Quando vuoi una mappa del Sentiero chiaramente definita, allora tu stesso guidi te stesso in un vicolo cieco di certezza immaginaria. Se il discepolo si fida del Maestro ed è pronto a fare sforzi senza garanzie, allora così facendo si prepara a seguire la Volontà di Dio, che conduce una persona verso l'ignoto senza alcuna descrizione di ciò che vi accadrà. In questo senso, il Signore non dà mai a una persona una conoscenza non necessaria del futuro. Ogni "derviscio" (discepolo) sa esattamente quanto deve sapere ora, per vivere una nuova esperienza nella misura più ampia possibile, dopo aver attraversato il dolore o l'estasi senza alcuna aspettativa, che produce la mente multi-conoscente. Prosegui verso l'ignoto, scoprendo nuove conoscenze o un'altra porzione della Verità, e solo allora, con il senno di poi, scopri tutta la bellezza del Piano Divino e la bellezza del disegno di vita che hai vissuto. E così proverai gratitudine per tutto ciò, che a prima vista potrebbe sembrarti inaccettabile, intollerabile o eccessivo. È così che i dervisci diventano sufi e i cercatori diventano mistici.

I saggi dicono che è impossibile sapere tutto, e infatti è così. Inoltre, non è necessario sapere tutto, né a te, né a nessun altro. Solo un ego gonfiato può avere il desiderio di diventare uguale all'Onnisciente. Chi segue il Cammino riceve sempre le conoscenze necessarie per sé stesso, esattamente corrispondenti al tempo, al luogo e ai suoi bisogni attuali. La prossima volta che avvanzerai, si aprirà un'altra conoscenza che soddisferà le tue esigenze in quel momento. L'esperienza mostra, che non c'è bisogno di cercare di più, perché mentre avanzi verso Dio, sperimenterai la Verità e, con essa, serenità e relax.

Parlando di conoscenza non necessaria, non si può non dire niente su una conoscenza "falsa" ... La Conoscenza falsa proprio per definizione, non è necessaria ma il problema, è che molte persone si trovano completamente incapaci di distinguere la verità dalle bugie. Supponiamo che ti venga offerto da qualcuno un messaggio a proposito degli alieni, che racconta la nostra origine extraterrestre e dà consigli su come vivere correttamente. Tutte queste informazioni sono assolutamente fantastiche e fondamentalmente non verificabili, e i consigli sono molto banali. Hai una scelta: credere alla conoscenza che ti viene offerta o non prenderla sul serio. La conoscenza, che non può essere considerata attendibile dall'esperienza, non ha alcun significato pratico, sebbene ti dia un insieme di idee adatte per raccontarle agli altri e persino provare a vivere in accordo con esse. Con la mancanza di buon senso e il desiderio che gli alieni esistano, prenderai i loro messaggi con fede, diventando fan di una storia fantasy molto mediocre. Falsa conoscenza - sotto forma di pettegolezzi di vari tipi, di propaganda e anche vere menzogne sono tanti in tutto mondo. Credi in quello in che sei disposto a credere, in una cosa che *ti sembra* vera. I motivi per credere in una bugia, sono le nostre paure o i desideri - ricordiamo come esempio le madri di Beslan, che hanno pagato un sacco di soldi per l'evidentemente falsa promessa della resurrezione dei loro figli morti. Per quanto riguarda la falsa

conoscenza diffusa nel mondo, dovresti affidarti alla tua ragione e capire se le informazioni che ti vengono offerte sono soggette a qualche verifica pratica ossia soggette ad una prova che si basi sull'esperienza.

La conoscenza del Sentiero *deve* essere confermata dall'esperienza, e questo è il significato principale del perché generalmente viene diffusa e data. La Via è per questo chiamata La Via per poter essere percorsa non da un solo mistico, ma da molti, molti ricercatori dell'Altissimo. La loro esperienza comune costituisce la conoscenza che descrive il Sentiero, e nel sufismo, ad esempio, questo è particolarmente pronunciato.

Oltre alle bugie esterne, c'è la cosiddetta falsa conoscenza *interna*. Conosci la sensazione interiore, che tutto andrà al finire in un certo modo e non diversamente? Una sorta di irrazionale convinzione nella veridicità delle parole di qualcuno e nella correttezza della propria scelta? Se sì, allora sai anche quante volte tale fiducia può essere falsa. La mente è il grande ingannatore di sé stessa. Può creare qualsiasi tipo di conoscenza per te, soprattutto se vuoi davvero ottenerla. E qui può essere molto difficile distinguere un'esperienza vera da una falsa, soprattutto quando l'esperienza è molto buona e piacevole. Ad esempio, ti viene rivelato il tuo destino e che sei prescelto, o arriva qualche informazione speciale che siamo venuti tutti sulla Terra da altri pianeti, e quindi dobbiamo ascoltare le istruzioni delle razze cosmiche superiori. Potresti sentire di aver raggiunto l'illuminazione o che sei scomparso in Dio. In realtà te puoi immaginare o ti si può "aprire" tutto ciò che ti piace; tutto ciò che tu stesso volevi, anche se non lo ammettevi a te stesso o agli altri. La gamma delle "scoperte" può essere la più ampia - fino alla comunicazione diretta con Dio - ma la loro essenza di solito si riduce alla propria importanza e particolarità, cioè alla danza dell'ego. Ricevo spesso lettere che descrivono esperienze come questa, e vedo, che le persone di solito sono completamente impreparate a guardarle in modo critico. L'autoinganno è una cosa piacevole e sorprendente. Le persone cercano di eseguire pratiche e incontrano fenomeni straordinari, che in parte si verificano come effetto dall'impatto di alcuni esercizi spirituali, ma gran parte di questa straordinarietà è creata dalla mente umana, che come Dio, crea da sé esperienze sorprendenti.

È noto che, qualsiasi persona può portare sé stessa alla psicosi attraverso un sistema di autoconvincimenti costituito da paranoie. Inoltre, ci sono gli allucinogeni, con i quali tutti possono vedere qualcosa che non c'è nella realtà. Tuttavia, tutto ciò è possibile solo perché la persona ha una mente, che potenzialmente ha tutte queste capacità: dalla creazione di sensazioni diverse nel corpo fisico alla creazione illusoria, e indistinguibile dal mondo reale. E se per quanto riguarda la falsa conoscenza esterna, la ragione e il buon senso possono aiutarti, allora con le bugie interne, può aiutare solo la consapevolezza. Finché non inizierai a vedere come funziona la tua mente, sarà quasi impossibile distinguere i sogni dalla realtà. La vigilanza è necessaria per non essere ingannati; devi coltivare la consapevolezza al punto in cui i tuoi desideri nascosti ti diventano noti e la mente non potrà soddisfarli, senza che tu ti accorga. A proposito, è assolutamente necessario lavorare con i desideri, altrimenti non li conoscerai e ti rallegrerai sinceramente per l'illusione, che le forze superiori ti mostrino un favore speciale. O viceversa: le forze oscure ti nutrono e ti supportano, c'è anche un gioco di immaginazione del genere.

Le persone mentalmente instabili spesso creano la propria falsa conoscenza. Finché riguarda solo loro, non è un grosso problema. Quando iniziano a diffonderla tra gli altri, può diventare un problema comune, perché vai a spiegarli a chi è interessato, perché questa o quella descrizione della "realtà", data dal nuovo "veggente", è finzione con elementi di delirio e rari pezzi della verità, presa in prestito da fonti vere. Così, la falsa conoscenza dall'interno diventa esterna in quanto passata a qualcun altro.

Ci sono due modi per sbarazzarsi dell'eccessiva attività produttiva della mente. Il primo è chiudere completamente questa porta, smettere di praticare e sopprimere tutte le inclinazioni della mente per soddisfare i desideri di natura spirituale e mistica. Il secondo è appoggiarsi alle pratiche della consapevolezza, essere critici nei confronti di tutti i movimenti della mente e di ciò che di volta in volta vi presenta. Nella liberazione dalla falsa conoscenza interiore, la consapevolezza gioca un ruolo di primo piano e non se ne può farne a meno. È chiaro che, in ogni caso, una bugia rimane una bugia e nessuna autoipnosi può sostituire i veri successi. L'ego può giocare con sé

stesso per molto tempo, sebbene in rari momenti di intuizione una persona può capire la sua vera situazione. Ma se la sua psiche rimane instabile, allora i barlumi di tale comprensione potrebbero non presentarsi affatto e la persona continua felicemente a ricevere la conoscenza da "altri" mondi, annotare i dettati del Signore e dei Suoi angeli e generalmente sentirti un partecipante importante e utile nella Creazione. A ciascuno il suo.

Sia la conoscenza non necessaria, che quella falsa, portano problemi al ricercatore nelle prime fasi della ricerca e del Sentiero. In seguito, o il ricercatore smette di raccoglierla e di produrla, o rimane nel mondo, o in caso di falsa conoscenza interiore, sul "suo proprio speciale Sentiero". Anche qui, a ciascuno il suo.

VOGLIA DI ACCELERARE

1

La mente umana è impaziente e ha bisogno di ottenere immediatamente ciò che vuole, perché aspettare per lei è peggio della morte. La pazienza non appartiene alle proprietà della mente, il massimo di cui è capace, in una situazione che a suo avviso richiede una risoluzione immediata, è accettare, che deve aspettare un po'. Cioè, aspettare che si presentino nuove opportunità e la situazione cambi in una direzione favorevole. La pazienza è sempre legata al fattore tempo: quando devi sopportare un dolore fisico o mentale, dando il tempo di rimarginare la ferita, o quando devi completare l'esercizio fino alla fine, facendolo per il tempo prescritto dalle regole. Se la mente avesse potere sul mondo, la prima cosa che farebbe sarebbe annullare *il tempo per raggiungere*, realizzando tutti i desideri non appena sorgono. Voi mangiare un gelato - e subito, senza indugio è nelle tue mani. Voi padroneggiare l'inglese e prima ancora che il desiderio prendesse forma, puoi già parlarci e pensarci. Non sono richiesti né sforzi, né tempo per acquistare un gelato o imparare una lingua straniera. In poche parole, la vita come un sogno, che tra l'altro ti porta ad avere la gioia costante dei desideri che si realizzano istantaneamente. La mente in questa situazione non ha assolutamente niente da fare, perché non ha più nessun problema, e dovrà solo formulare dei desideri, tutto qui.

Il desiderio di raggiungere l'illuminazione, la scomparsa in Dio o la

conoscenza della Verità provoca la stessa reazione della mente: il desiderio di ottenere ciò che si desidera il prima possibile. Ecco perché la mente è così attratta da percorsi veloci, pratiche segrete o promesse di illuminazione immediata e senza sforzo. Per questo, le persone frequentano seminari dove viene offerto a loro di aprire il “terzo occhio” in tre giorni, e in generale “cascano” su promesse di questo tipo. Inoltre, il tempo di realizzazione sul Sentiero spirituale è sempre individuale ed è quasi impossibile sapere in anticipo quanti anni ci vorranno per raggiungere il tuo obiettivo. E la risposta che, una volta intrapreso il Cammino, lo percorrerai per tutta la vita, appare alla mente come una condanna all'ergastolo, nientemeno. Questo diventa un altro problema per la mente, che deve essere risolto il prima possibile.

È noto che quando l'obiettivo è difficile da raggiungere o il tempo per raggiungerlo è incerto, si dovrebbe riorientare la mente dall'obiettivo finale al processo per raggiungerlo, una specie di suddivisione del un processo in piccoli step definiti e iniziare a fare quelli. Qualcuno ci riesce, ma qualcuno no, e allora la mente finisce in un vicolo cieco, precipitando nell'apatia o nella negazione della possibilità di raggiungere l'obiettivo prefissato. L'apatia è accompagnata da depressione, che può essere espressa in misura maggiore o minore e durare molto individualmente, a seconda di quanto fosse forte il desiderio di realizzazione e di quanto velocemente il ricercatore arriva a realizzare la causa della sua condizione. Se il desiderio di realizzazione è pienamente compreso da lui, allora ha l'opportunità di cambiare la posizione della sua mente, dirigendo l'energia del desiderio verso obiettivi più specifici, con un tempo più o meno certo di realizzazione. Quindi il problema non diventa così acuto e puoi continuare a lavorare. La persona che decide che la meta è irraggiungibile o abbandona del tutto la ricerca, o va da insegnanti che negano sia la Via che la meta - come fanno, ad esempio, i maestri di neo-Advaita.

Nelle prime fasi del lavoro su sé stessi, si può tranquillamente mettere un segno di uguale tra la mente di una persona e sé stesso - perché quest'ultimo non ha ancora un livello di consapevolezza sufficiente per non identificarsi con i suoi pensieri e non seguire le reazioni della mente. Più tardi, quando si

acquisisce esperienza e si avanza lungo il Sentiero, la mente cessa di essere la padrona di una persona e la situazione cambia. Ma il desiderio di accelerare può presentarsi periodicamente al ricercatore ma allora questo accadrà sullo sfondo di esperienze spirituali e mistiche già ricevute e quindi avrà un impatto minore perché queste esperienze costituiscono una base per poter evitare di cadere in depressioni lunghe ma al contrario permetteranno una ripartenza più veloce. Qualsiasi desiderio insoddisfatto fa rivivere l'insoddisfazione, che una persona prova in modo abbastanza chiaro e forte in quei momenti in cui questo desiderio viene riattivato per ragioni esterne o interne. In una situazione normale, c'è sempre una competizione di desideri all'interno di una persona, in quanto uno di loro (quello potenzialmente più forte) cerca di mettere gli altri in secondo piano. E quando emergerà ciò che era temporaneamente oscurato da altri desideri, allora si manifesterà anche l'insoddisfazione ad esso associata. E con essa arriva la tristezza per quelli insoddisfatti.

L'insoddisfazione porta le sue conseguenze. Uno di questi si esprime nella riflessione regolare che le cose avrebbero potuto essere diverse. Potresti dire parole diverse, comportarti diversamente, prendere una decisione diversa o svolgere meglio il tuo lavoro. Ti sembra che se ti comportassi diversamente, tutto andrebbe diversamente e allora proveresti soddisfazione. Questa è un'illusione che la mente crea per sé stessa nel tentativo di determinare le cause dell'insoddisfazione. La mente riproduce nuovamente la situazione per capire cosa è andato storto e considerando le opzioni per un diverso sviluppo della situazione. Come si suol dire, col senno di poi tutti sono forti. Di norma, non ha molto senso tale pensiero, perché contiene un errore: l'idea che potresti comportarti diversamente. E non è così.

In ogni momento, una persona è limitata da sé stessa. Il tuo umore, il tuo benessere, la tua comprensione di ciò che sta accadendo. Quando sei stanco, sei incapace di compiere azioni che richiedono concentrazione e uno sforzo serio. Quando i tuoi occhi sono offuscati dalla rabbia, è difficile per te prendere una decisione ragionevole. Puoi fornire molti di questi esempi e la loro essenza sarà ridotta a una cosa: in qualsiasi momento hai un *limite a ciò che è possibile*, che è determinato dallo stato attuale dei tuoi tre corpi. E tutte le tue reazioni, decisioni e azioni sono determinate da questo stato. È impossibile superare il limite del possibile, ma può essere cambiato. Ad esempio, diventi consapevole della rabbia e si dissipa. Quindi puoi agire in modo più adeguato e il tuo limite è cambiato, ma non è scomparso. Il limite del possibile esiste per ogni persona, è solo che per qualcuno è più alto, e per qualcuno è molto basso. Quindi l'insieme delle reazioni e delle azioni sarà piuttosto limitato e piuttosto monotono. In altre parole, il limite del possibile è direttamente correlato al livello generale dell'essere umano. E va detto che il contenuto dei desideri di cui una persona vive predetermina anche il livello dell'essere e il limite del possibile. Allo stesso tempo, i desideri entrano sempre in conflitto con il limite del possibile, e più forte è il conflitto e più basso sarà il livello dell'essere.

Coloro che pensano che avrebbero potuto agire diversamente in una

determinata situazione si illudono delle proprie capacità. Se tu avessi potuto fare qualcosa di diverso in quel momento, l'avresti fatto. Ma la totalità della tua comprensione e del tuo stato psicofisico si rifletteva nella decisione che hai preso. Puoi pensarci o pentirti o esserne orgoglioso, ma, qualunque cosa si possa dire, non avevi altra scelta. Finché non capirai questo, la mente ti tormenterà con variazioni sul tema "come avrebbero potuto essere diverse le cose" e ti tormenterà senza alcun beneficio per te. Se ti sembra che in questo modo puoi imparare e comportarti in modo diverso nella prossima situazione simile, molto spesso anche questa è un'illusione, perché se il tuo stato rimane lo stesso, le tue reazioni non cambieranno affatto. Solo attraverso l'autocoscienza, attraverso un lavoro mirato con te stesso puoi cambiare, tutto il resto sarà solo una manifestazione di una somma degli stati e basta.

Per molti desideri, il limite del possibile è associato a condizioni esterne che ne impediscono la realizzazione. Una situazione simile a volte si verifica nelle pratiche mistiche, dove qualcosa dipende dall'equilibrio delle energie nei flussi di creazione verso il basso e verso l'alto, o tutto dipende dalla Volontà e dalla Grazia di Dio. Nelle pratiche spirituali tutto dipende solo da te, e quindi, se la tua pratica oggi non è andata molto bene e non sei riuscito a dare tutto, allora è inutile pentirsene. Devi capire il motivo per cui non ha funzionato davvero per te, ovvero il tuo vero stato. Sia che la causa fosse la stanchezza fisica o uno stato mentale in cui c'era un altro desiderio, e quindi l'energia non è entrata nell'attuazione della pratica. Se non affronti i motivi per cui smetti di fare la pratica o non riesci a rimetterti in sesto e farla bene ostacolo è solo dentro di te e non c'è bisogno di cercare altrove.

La velocità dei tuoi progressi lungo il Sentiero dipende anche dalla somma dei tuoi stati, e non funzionerà per aumentarla semplicemente volendolo. Puoi solo fare ciò che puoi ora e non immaginare di essere capace di più. Il tuo potenziale spirituale può essere molto più grande del tuo limite attuale, ma qui e ora non cambia nulla. Qualsiasi tentativo di aggirare il proprio limite, sia con l'aiuto di pratiche speciali sia attraverso la grazia ricevuta dal Maestro, non cambierà radicalmente nulla. Il fattore tempo in questo caso funziona in modo tale che i cambiamenti debbano avvenire in sequenza e richiedono tempo. Cambiare il proprio essere - e con esso il

limite del possibile - richiede tempo, e questa regola non può essere aggirata se non c'è una grazia speciale di Dio.

Sulla Via, il raggiungimento del proprio limite si manifesta come incapacità di andare avanti, accompagnata da un aggravamento del problema principale che in quel momento ti ostacola. Le paure e i desideri repressi possono manifestarsi, la caratteristica principale dell'ego può emergere - in generale, viene fuori qualcosa che deve essere elaborato per aumentare il limite di ciò che è possibile per sé stessi. Tuttavia, finché una persona non vede lei stessa cosa gli sta succedendo e non lo accetta, è difficile, se non impossibile, aiutarla. Solo lui stesso è in grado di risolvere il problema che si è aperto, ma, di regola, all'inizio non gli è facile nemmeno ammetterne l'esistenza. E qui non si tratta di accelerare il progresso, ma di come non rimanere a lungo in questo vicolo cieco. Ma quando si raggiunge uno stato di "limite", un atteggiamento critico nei confronti della propria condizione può essere difficoltoso da mettere in pratica. Non c'è niente che il Maestro possa fare al riguardo. perché le sue parole non sono più adeguatamente percepite dallo studente in quel preciso momento "critico". Il lavoro interiore accelera e acquista intensità in modo naturale, con l'applicazione corretta e tempestiva degli sforzi spesi nei confronti di questo. Il percorso viene abbreviato (e quindi percorso più velocemente) con l'ausilio di pratiche mistiche, il cui utilizzo è limitato anche da una serie di condizioni. Potresti avere il desiderio di ricevere più grazia, ma non puoi ancora ricevere più di ciò che la tua condizione ora consente. Spesso la tua condizione non ti permette di ricevere almeno qualcosa, e quindi devi dare. Mettere il massimo del tuo impegno nella pratica, partecipare al Lavoro del percorso, aspirando a Dio. Donati a Dio, non ai desideri. Allora diventerai in grado di ricevere e il tuo limite di ciò che è possibile aumenterà, insieme al tuo livello di essere che comunque cesserà di avere importanza - quando, scomparirai in Dio. Dopotutto sei tu la misura stessa del tuo limite e l'ostacolo principale sulla Via.

IL FENOMENO DELL'INTENZIONE

Con la mano leggera di Carlos Castaneda, il concetto di *intenzione* è entrato saldamente nella vita quotidiana dei moderni ricercatori di vario genere, e per coloro che sono impegnati in pratiche magiche e semi-magiche, la giusta intenzione è diventata quasi la condizione principale per raggiungere il loro obiettivo. Allo stesso tempo, l'intenzione è solitamente descritta come una sorta di "vera forza che sta dietro il desiderio". Si aggiunge subito che «è un desiderio in cui non c'è attaccamento al risultato», e altri testi esplicativi, ad esempio, dicono che l'intenzione è «un desiderio chiaramente formulato per ciò che vogliamo ricevere». È ovvio che gli autori vedono la connessione tra desiderio e intenzione, ma essi stessi non sono in grado di spiegare chiaramente cosa sia l'intenzione e perché le venga data così tanta importanza. Scrivono anche che "l'intenzione - è la determinazione ad avere e la volontà di agire". Qui l'intenzione è già associata all'azione, ma da dove proviene questa *forza*, quale natura ha, rimane ancora incomprensibile. Inoltre, non viene chiarita la questione del perché l'intenzione dovrebbe essere distinta in una forza speciale, in un concetto speciale, se tutto ciò si riduce a determinazione, prontezza e un desiderio chiaramente formulato.

Castaneda ha descritto l'intenzione come una forza che muove i mondi, come energia tra quelle "più potenti". Vadim Zelam ha preso in prestito da lui l'idea dell'intenzione, che, correttamente applicata, dovrebbe servire a

soddisfare i desideri di coloro che praticano il transurfing. E anche qui non è chiaro da dove provenga questa energia e come nasca in una persona, ma allo stesso tempo è proprio questa energia che deve essere utilizzata per raggiungere i propri obiettivi con mezzi magici.

Allora cos'è l'intenzione e qual è il suo potere? L'intenzione sorge come un ponte tra il desiderio e l'azione, che dovrebbe portare a compimento il desiderio. L'intenzione si forma nella mente e la cosa principale che accade in questo momento, può essere chiamata *mobilizzazione interna* - quando tutta l'energia di una persona è subordinata all'attuazione dell'azione prevista. Quella che viene chiamata energia dell'intenzione è tutta l'energia a disposizione di una persona (fisica, eterea e mentale), finalizzata all'attuazione dell'azione prevista. La mente è raccolta e concentrata su cosa e come dovrebbe essere fatto; tutti gli altri desideri, motivazioni e sentimenti cessano di avere importanza, e quindi la chiarezza arriva nella mente. La mente è seguita dai corpi fisico ed eterico, e l'intera persona entra in uno stato di molla compressa, che scatta al momento dell'azione. Lo stato d'intenzione si manifesta più chiaramente in situazioni estreme, che, a causa della loro "difficoltà", lo "risvegliano". Immagina una situazione in cui stai camminando per strada e sei coinvolto in una rissa per la quale eri completamente impreparato. Avrai bisogno di tempo per portarti in uno stato appropriato, se hai tempo per farlo. Ora immagina di avere intenzione di combattere - non importa per quali ragioni - e con questa intenzione esci di casa. La tua condizione sarà completamente diversa. Sarai "al limite" e tutti i tuoi corpi saranno pronti per quello che farai. Avrai un ordine di grandezza in più di energia, anche di resistenza e la tua sensibilità al dolore diminuirà. Tale è il potere dell'intenzione e tali sono le nostre riserve interiori, che usiamo raramente. E' con l'obiettivo di creare l'intenzione di vincere che i generali si rivolgono ai loro guerrieri subito prima della battaglia. Il cosiddetto spirito combattivo è direttamente correlato all'intenzione dei soldati di combattere fino alla completa vittoria sul nemico. La stessa situazione si trova negli sport e in tutte le professioni dove ci sono carichi e situazioni estreme. In queste situazioni "l'intenzione" gioca un ruolo fondamentale.

I tentativi di trasferire lo stato di giusta intenzione nella vita di tutti i

giorni sono generalmente destinati al fallimento. Il fatto è che i desideri ripetitivi e, di conseguenza, le azioni ripetitive diventano meccanicistiche e non è necessaria alcuna mobilitazione (=capacità di creare l'intenzione) interna per soddisfarli. Inoltre, questa stessa mobilitazione è un'abilità che deve ancora essere acquisita è uno stato nel quale deve essere appreso il modo per entrare. Gli affari quotidiani sono così ordinari che non è semplicemente necessaria alcuna intenzione speciale per la loro attuazione, perché vengono eseguiti quasi "automaticamente". Il desiderio si trasforma automaticamente in azione, accompagnata da reazioni altrettanto automatiche, in cui anche l'intenzione è inclusa in questa catena, senza portare né a una concentrazione speciale né a un completo assoggettamento di tutte le altre energie. Anche l'intenzione in questa catena è formata secondo uno schema non molto forte.

Nelle pratiche magiche, l'intenzione gioca lo stesso ruolo: la subordinazione di tutte le energie disponibili all'azione che viene eseguita. Un'azione può essere una visualizzazione, un rituale o qualcos'altro, ma qui il risultato dipende davvero molto dalla forza dell'intenzione. Tuttavia, altrettanto fortemente il risultato dipende dal livello di essere di colui che compie azioni magiche e da quelle abilità speciali che possiede. L'intenzione non esiste senza l'azione, quindi non esiste come una forza indipendente. L'intenzione crea un contesto interno in cui si realizza l'azione e porta una persona in uno stato in cui può investire pienamente in essa.

Le azioni spontanee possono essere causate da desideri repressi a lungo e anche da intenzioni di lunga data, esse stesse represses. Le azioni spontanee di un mistico, che è già libero dai propri desideri e segue la Volontà Superiore, non richiedono una formazione speciale di intenzioni, poiché può comunque investire pienamente nell'azione, perché le sue energie non sono bloccate da altri desideri e idee su cosa è possibile e cosa no... Nella fase del Sentiero Sufi, dove seguire la Volontà di Dio è il lavoro principale del Sufi, l'intenzione gioca lo stesso ruolo che gioca nel seguire i desideri - per il miglior adempimento del compito davanti a lui, forma un'intenzione, mobilitando internamente tutti le sue forze. Man mano che la percezione e le capacità dei loro corpi si sviluppano, i sufi ottengono l'accesso a più energia

di quella disponibile alla gente comune, il che significa che la sua forza d'intenzione diventa molto più forte.

È impossibile vivere in uno stato di intenzione costante, perché è contrario alla sua stessa natura. Nessuno ha la forza di vivere in una situazione di continua mobilitazione interna. Pertanto, anche in guerra, ci sono pause regolari tra le battaglie, quando i combattenti sopravvissuti tornano in sé e ripristinano le loro forze.

È utile per ogni ricercatore padroneggiare l'abilità della mobilitazione interna. Diciamo che non riesci a svolgere bene qualche pratica. Cioè, stai cercando di farlo, ma non raggiungi il risultato che dovrebbe essere raggiunto in essa. Le emozioni non vengono espresse, la visualizzazione non si ottiene o è difficile mantenere l'attenzione divisa. È qui che l'intenzione con cui inizi la pratica gioca un ruolo molto importante. Se, ad esempio, la tua intenzione è quella di fare una pratica proprio perché ti è stata prescritta e ti sei impegnato ad essa, questa è una storia dal risultato imprevedibile. Forse la pratica sarà interessante per te, e poi darai il massimo e i risultati lo saranno. Oppure causerà resistenza nella tua mente e quindi invece di fare uno sforzo serio, semplicemente sarà solo un "numero", come se facessi tutto secondo le istruzioni, ma senza investire e cercare di avere successo in quelle parti in cui non sei bravo. L'intenzione di fare una pratica e l'intenzione di fare una pratica in modo che funzioni sono due cose diverse. La maggior parte dei ricercatori che hanno difficoltà a fare certe pratiche non ci riescono proprio perché non hanno intenzione di raggiungerle. Formate l'intenzione di esercitarti *nel modo giusto*, e avrete la forza di superare le resistenze della mente o la fatica del corpo. E poi i risultati non tarderanno ad arrivare. L'intenzione di superare ogni difficoltà facendo ciò che deve essere fatto è condizione per fare uno sforzo in più nel lavorare su sé stessi o nel seguire la Volontà di Dio. Apre alla persona nuovi limiti di resistenza, pazienza e capacità di fare.

Per intraprendere la Via e percorrerla, c'è bisogno di qualcosa di più alto, da cui nasca la tensione verso Dio. Per attraversare le sue fasi difficili, che ogni ricercatore senza eccezioni deve affrontare, devi essere in grado di mobilitare tutte le tue forze, cioè avere l'intenzione di percorrere la Via fino

alla fine, superando ogni difficoltà e confidando in Dio. Questa intenzione crea il necessario contesto interno in cui tutto il resto sarà in qualche modo subordinato a un obiettivo. Non potrai vivere in uno stato di costante mobilitazione interna - e questo non è necessario - ma svilupperai la volontà di entrarvi se necessario. Non posso essere d'accordo con Castaneda sul fatto che l'intenzione muove il mondo (secondo me, il mondo è guidato dalla necessità), ma è un fatto che un'intenzione ben formata aiuta molto sul Sentiero. Non trascurarlo guardare di tanto in tanto alla tua vera intenzione nelle azioni relative al Sentiero e lavorare su te stesso. E se è formato in modo tale che le tue azioni non portino i risultati attesi, puoi o formarlo di nuovo o capire cosa vuoi veramente.

L'EGREGORE

La parola egregore, tradotta dal greco antico, significa "vigile, custode". Nei testi antichi erano descritti in modi diversi e qui non entreremo in significati obsoleti. Al giorno d'oggi, tutti gli autori concordano all'unanimità sul fatto che gli egregori sono entità (o strutture) costituite sull'energia che le persone creano da sole quando iniziano a pensare e desiderare la stessa cosa per molto tempo e in modo concorde ad esempio i tifosi di una stessa squadra di calcio. Gli egregori sono generati dalla nostra attività mentale e di altro tipo, dopo che sono stati generati, per qualche motivo acquisiscono la propria entità e iniziano a influenzare in modo specifico coloro che sono collegati a loro. Misteriosamente, gli egregori risultano essere legati a determinati luoghi, entrando nei quali cambiamo improvvisamente il nostro comportamento, perché siamo già caduti sotto l'influenza di uno specifico egregore di questo luogo. Ad esempio, di solito viene citata la chiesa o, un ospedale, in cui i pazienti creano un egregore di malati "sofferenti e bisognosi". In effetti, secondo quanto scrivono di loro gli autori moderni, quasi subito dopo la loro creazione da parte delle persone, gli egregori iniziano a vivere una vita indipendente. Allo stesso tempo, è ovunque affermato che l'egregore richiede sempre più energia a coloro che ne fanno parte di quanta ne ridia ai componenti stessi- comunque questo argomento legato al ritorno dell'energia non è chiarito bene da nessuna parte. Non è ancora chiaro il perché, l'egregore che

è già stato creato e riceve energia dalle persone in modo gratuito ridia poi indietro ai componenti stessi dell'energia. Non meno strana è l'affermazione che l'egregore in realtà rende schiavi i suoi appartenenti ma questa è a mio avviso una affermazione fantasiosa ed oscura.

Se tieni presente che il concetto di egregore è stato introdotto nel linguaggio moderno dagli occultisti (Papus, Levi e altri), allora il tema della creazione della "dipendenza" come male inevitabile dell'egregore diventa più comprensibile. Gli occultisti erano ossessionati dai riti magici, dal potere influenzare la realtà e attirare forze sottili per compiere i loro scopi. Pertanto, il concetto di egregore porta l'impronta delle loro opinioni specifiche. E poi questo concetto si è sviluppato attraverso "l'arte popolare", attraverso la quale ognuno ha dato agli egregori il significato che gli sembrava più vero. In generale, è così che è apparsa la mitologia, considerando gli egregori come un male inevitabile, a cui ci si deve adattare, per poi utilizzarlo per il proprio bene.

La descrizione di cui sopra dell'emergere degli egregori in realtà non spiega nulla. Perché solo pensieri o azioni comuni danno origine a egregori? In teoria, perché qualsiasi persona anche singolarmente ossessionata da una certa idea non potrebbe dar vita a una forma-pensiero, che inevitabilmente potrebbe diventare, seppur piccola, ma un egregore. Perché un'attività che non è finalizzata alla creazione specifica di una certa entità, con un obiettivo completamente diverso, alla fine dà origine ad essa? È questa una "legge" o questo è un effetto collaterale? Ebbene, tutte le qualità degli egregori nella descrizione moderna danno origine a più domande che a risposte. E a proposito, che posto occupa il Creatore in questo sistema dell'universo?

Sappiamo che non c'è fumo senza fuoco. È chiaro che l'idea dell'esistenza degli egregori non è apparsa dal nulla, ma è nata come espressione dell'esperienza maturata dai mistici. E i mistici hanno raccontato qualcosa su come funziona il mondo. Ma o l'esperienza del narratore era incompleta o non ha raccontato tutto. Pertanto, nella storia con l'egregore, solo la parte iniziale riflette la Verità e tutto il resto è pura finzione e nozioni.

Nel 1995 ho avuto un'esperienza trascendentale, una grande svolta

percettiva. È successo sullo sfondo delle mie riflessioni sul perché, in effetti, gli illuminati si sforzano di trasmettere la Verità alle persone? Che beneficio hanno loro stessi in questo, o quale motivo si può trovare nelle loro azioni? La spiegazione standard sulla compassione e l'amore non mi andava bene in quel momento. Questa domanda è sorta all'improvviso, nel corso di una disputa, e mi ha toccato profondamente. Era sera, e con questo problema irrisolto sono andato a letto e mi sono svegliato la mattina. La domanda era urgente, e a quanto pareva il bisogno di una risposta era così forte che al mattino ho avuto una svolta. Stavo camminando per strada e all'improvviso ho visto che tutto il nostro spazio era permeato di canali invisibili agli occhi, che "raccolgono" l'energia delle persone. Che tutte le persone "pompano" in questi canali, ed è così che funziona lo scambio di energia tra i mondi. Mi sono reso conto che anche gli illuminati dovrebbero pompare, perché questo, in parte, è il loro scopo. E il servizio a cui aspirano i sufi è la condotta consapevole e la generazione di vari tipi di energie, volte a sostenere il processo della Creazione.

L'esperienza è stata molto forte, e poiché non ero pronto per una tale rivelazione, all'inizio questa esperienza è stata percepita da me piuttosto negativamente. Il mio ego non voleva credere che il mondo fosse costruito in questo modo... disumano. Il livello della mia comprensione in quel momento era molto basso, e quindi l'accettazione di questa situazione ha richiesto del tempo. Alla fine ho accettato tutto così come ho capito in quel momento, e ho continuato a vivere serenamente. Una piccola parte della Verità, che mi è stata rivelata, non mi ha permesso di trarre conclusioni più o meno serie, anche se una piccola tentazione di dare una interpretazione a ciò che avevo visto era presente... Ma ho acquisito una conoscenza più completa del ruolo degli egregori nella nostra vita molto più tardi, quasi vent'anni dopo la prima rivelazione, grazie alla quale ho appreso per la prima volta della loro esistenza.

Ci sono alcuni momenti che dovrebbero essere appresi per capire il perché sono necessari gli egregori. Una persona non ha solo un corpo fisico, ma anche diversi corpi energetici sottili. Essi – nel tutto il loro insieme – rappresentano l'intera esistenza dell'uomo. Esiste un corpo eterico che spri-

giona, in particolare, energie emotive. C'è il corpo della mente, grazie al quale si realizza il pensiero e il controllo dei corpi eterico e fisico. Il corpo mentale o il corpo del destino (è un altro corpo, diverso da corpo della mente) - nello stato normale dell'esistenza umana non si manifesta praticamente in alcun modo e richiede uno sviluppo prima di poter essere usato. E, infine, c'è una Coscienza individuale, che, di fatto, è anche un altro corpo. I corpi sottili non possono esistere nel vuoto, e proprio come ad un corpo fisico corrisponde un piano della realtà fisica, così anche ogni altro corpo ha il proprio piano dell'essere ad esempio il corpo eterico ha un proprio piano dell'essere e così via. Tutti questi cinque piani dell'essere (piano fisico, mentale, eterico, piano del destino e piano della coscienza) creano ciò che chiamiamo il piano dell'essere umano, che è una sfera chiusa. Ne ho parlato in dettaglio nel capitolo "Come funziona tutto" nel libro "In presenza di Dio".

Ogni corpo crea e libera le proprie energie, ma ha anche i propri limiti di attività. Quando molte persone contemporaneamente "pompano" gli stessi sentimenti, desideri, pensieri o emozioni, diventa necessario deviare la loro energia in eccesso fuori dalla sfera dell'Esistenza, altrimenti comincerà a collassare e creare disequilibri. E qui gli egregori svolgono il ruolo di una sorta di tubi di "uscita del gas", che consentono di evitare un eccessivo aumento della pressione delle energie nel sistema energetico chiuso della sfera della nostra Esistenza. Inoltre, nessun sistema chiuso può esistere a lungo a causa della legge della crescita dell'entropia. È questo problema che viene risolto nella Creazione attraverso i canali degli egregori. Non appena compaiono delle persone, che pensano e agiscono in una direzione, appare anche un canale, attraverso il quale la loro energia verrà deviata verso altri piani della Realtà, e in cambio riceveranno energia di qualità leggermente diversa, che permetterà a loro di continuare la loro attività. È così che si realizza l'armonia delle energie nella nostra sfera di Esistenza, perché non si può solo prelevare energia, per lo sviluppo del sistema ma l'energia deve anche entrare in essa. Ecco a cosa servono gli egregori.

Tutto il resto, infatti, è già dettaglio. Gli egregori appaiono in risposta a qualsiasi rilascio sufficientemente lungo di energia omogenea da parte di un gruppo di persone. Un numero maggiore di partecipanti dà una maggiore

potenza del flusso di energia, quindi, più partecipanti sono coinvolti in un particolare movimento, più velocemente avrà il proprio egregore. Il significato e il contenuto delle loro attività, di regola, non hanno importanza. Un'eccezione a questa regola possono essere alcuni gruppi di mistici, le cui attività contribuiscono al rilascio (o alla ricezione) di certe energie di qualità speciale, in tutti altri casi completa libertà di azioni e stessa legge per tutti. I fanatici presi singolarmente, ossessionati da idee o da qualche attività che nessuno altro supporta, pompano energia nel nulla, perché la sua quantità non sconvolge l'equilibrio del sistema e semplicemente si dissipa.

Gli egregori non hanno volontà propria, appaiono e scompaiono, seguendo la legge di necessità. Questi sono semplicemente canali attraverso i quali l'energia rilasciata dalle persone va ad altri livelli o sfere della Realtà. Credo, che questa energia viene usata per sostenere i bisogni della Creazione in questi altri livelli, poiché tutto è interconnesso. Anche l'energia che le persone ricevono in risposta ai loro sforzi proviene dai livelli di cui non ci è dato sapere. Tutto nella Creazione è interconnesso in un modo o nell'altro e la connessione tra i diversi livelli di Realtà si realizza proprio attraverso gli egregori.

La funzione di egregore, come canale di conduzione dell'energia - in entrambe le direzioni - talvolta è percepita modo errato, come prova dell'esistenza della propria volontà, come se forse prendesse e restituisse l'energia quando e quanto vuole. Non è così, tutto avviene secondo la legge "quanto hai dato, tanto hai ricevuto", e la volontà dell'egregore (che non esiste) non c'entra nulla. Piuttosto, possiamo parlare della Volontà del Creatore e delle sue leggi, secondo le quali il mondo esiste. Normalmente tu stesso scegli di cosa occuparti e cosa fare. Ma questo fa parte del piano del Creatore e le influenze a cui sei soggetto comunque in parte rimangono a tua discrezione. Tutte le persone pompano da sé stesse e attraverso sé stesse una varietà di energie e non possono esistere in un altro modo. Anche gli eremiti, seduti nei deserti e nelle grotte, partecipano a questo processo, sebbene esteriormente, sembra che non facciano niente. Loro comunque producono un certo tipo di energia, che poi va negli egregori o meno: tutto dipende dall'idea che hanno seguito per allontanarsi dal mondo.

Dando la tua energia a un particolare egregore, ricevi in cambio un'altra energia, che ti dà l'opportunità di continuare le tue azioni con interesse e entusiasmo. Spesso questa energia che ricevi sembra ispirazione, una specie di eccitazione piacevole o beatitudine speciale. In ogni caso, porta una soddisfazione che non si ottiene in nessun altro modo. Inoltre, questa energia è diversa dalla gioia o dalla soddisfazione che di solito deriva dalla soddisfazione di un desiderio o dal completamento di un lavoro importante. Ha una qualità diversa. In effetti, l'energia che riceviamo da un egregore è una forma di pagamento per ciò che abbiamo dato in precedenza. E se non ti succede niente del genere, significa che dai poco.

Inoltre, a causa dell'appartenenza a un particolare egregore, cioè a un particolare tipo di attività, il disegno del tuo destino potrebbe cambiare. Ma qui non c'è un misticismo speciale, perché se ti fissi un obiettivo e inizi a muoverti verso di esso, allora fai sempre una scelta a favore di una maggiore possibilità di raggiungere il tuo obiettivo. E qui l'energia dei livelli superiori della Realtà può fornire un aiuto molto tangibile. Ho già scritto in altri libri del collegamento degli egregori con il piano mentale e il piano di Creazione del nostro mondo, e quindi non mi ripeterò qui, dirò solo che grazie a questo possono sorgere nuove opportunità nel destino di persona appartenente a un potente egregore, legato alle sue attività.

L'egregore non trattiene nessuno - non è in grado di farlo in virtù della sua stessa natura. Non appena hai smesso di pompare energia in quello che stavi facendo, non appena ti sei fatto da parte, ti sei anche allontanati dall'egregore. Non ha potere su di te e tu puoi scegliere dove andare. Tutte le storie su quanto sia difficile, ad esempio, cambiare un egregore cristiano in uno islamico, non sono altro che le esperienze di persone che si trovano ad affrontare il condizionamento della loro mente. E la paura di cambiare la propria vita.

Di norma, gli egregori vengono creati da persone involontariamente, senza uno scopo speciale. Ad esempio, i fans di un fan club della loro rock band preferita, che vanno ai concerti, si scrivono nelle chat-room e quant'altro. Quando ci sono abbastanza ammiratori di questo tipo, sorge un egregore, che prende in sé l'energia della loro passione. Esisterà esattamente

finché la musica di questa rock band avrà dei fan, e poi il canale si prosciugherà e scomparirà. È chiaro, che più persone pompano energia nel canale di un egregore, più ampio e più forte sarà questo. In questo caso, la forza dell'egregore si esprimerà nel numero di opportunità offerte attraverso di esso. Ottenere energia attraverso l'egregore dipenderà comunque da quanto ci immetti tu stesso.

I mistici, seguendo la Volontà di Dio, possono creare consapevolmente l'egregore, per uno scopo specifico. Inoltre, ai mistici possono essere forniti canali di comunicazione dall'alto, per svolgere il loro Lavoro. In questo caso, per mantenere un egregore, non è necessario un gran numero di membri di un gruppo o cerchio mistico, la cosa principale qui è la qualità dell'energia che possono fornire. Tali egregori sono ricevuti da tutti i gruppi di mistici, che sono impegnati in un vero Lavoro esoterico. E questo è comprensibile: persone comuni non hanno nulla a che fare in un tale lavoro, e quindi la qualità diventa più importante della quantità.

Il mondo non è né cattivo né buono: è quello che è. La sua perfezione e imperfezione si manifestano solo nelle nostre valutazioni, che sono dettate dal nostro stesso stato d'animo in questo momento. Chi è andato oltre il giudizio non si preoccupa del mondo. Vive con l'accettazione di tutto ciò che è, e in questo stato gli viene rivelata la Verità. Ciò che di solito chiamiamo l'egregore, connette il nostro mondo con altri mondi, dei quali non ci interessa neanche sapere più di tanto, perché la verità solo sotto forma di una sorta di conoscenza, memorizzata e scomposta in celle di memoria, non aiuta e non serve. La verità deve essere vissuta, ma ciò diventa possibile solo quando si raggiunge un livello elevato dell'essere personale, attraverso la trasformazione spirituale per grazia di Dio. Che, però, ci giunge anche attraverso il canale dell'egregore della Via a cui ci siamo dedicati per raggiungere la nostra meta più alta.

CAMPO DI LAVORO

Qualsiasi attività umana richiede il consumo di energia. Indipendentemente dal fatto, che una persona pensi o cammini senza pensare lungo la strada, l'energia, sebbene di qualità diversa, viene comunque prodotta e consumata. A seconda di cosa e come una persona fa una determinata cosa, la sua energia viene dissipata nel piano corrispondente alla qualità della energia stessa (energia di forza mentale, fisica emotiva ecc.), oppure viene raccolta da un egregore associato a questo tipo di attività. L'energia del corpo eterico viene dissipata sul piano eterico, l'energia del corpo fisico viene dissipata su quello fisico e così via. Pertanto, l'energia di ciascuno dei corpi deve essere costantemente reintegrata e rinnovata. Fa eccezione la Coscienza individuale, che irradia la sua luce, misteriosamente senza esaurirsi in alcun modo.

Nelle attività mondane, le persone, anche lavorando per un obiettivo comune, svolgono tipi di lavoro differenti. Qualcuno crea un progetto e lo pianifica, qualcuno lavora davanti ad un macchinario o alla saldatrice, e qualcuno è incaricato della gestione complessiva del processo. Ognuno ha il proprio compito e l'energia che rilascia non è la stessa, semplicemente per il fatto che ognuno fa cose diverse con un obiettivo comune. Nel Lavoro mistico le cose accadono in modo un po' diverso. In un gruppo che funziona correttamente, i ricercatori si muovono lungo il Sentiero in sincronia,

passando da una pratica all'altra insieme, rilasciando simultaneamente energie della stessa qualità. Così, tra di loro sorgono sintonia e armonia, sconosciute a coloro che scelgono la strada di fare singolarmente. Avendo un obiettivo comune, le persone in un gruppo fanno la stessa cosa, ottenendo effetti che non si verificano quasi mai nelle attività mondane.

Se un gruppo si riunisce per eseguire le pratiche due volte a settimana, e il resto del tempo i suoi membri sono impegnati in altre cose, allora dal lavoro del genere non sarà e non può essere ottenuto niente. Il lavoro spirituale è uno sforzo quotidiano, orario e persino minuzioso. L'esecuzione quotidiana delle pratiche da parte di tutti i membri del gruppo (o dei gruppi) è un prerequisito per l'emergere di ciò che chiamiamo il *campo di lavoro*.

Quando un gruppo di persone svolge un Lavoro spirituale intenzionale e quando, come risultato della sua attuazione, appare un egregore ad esso associato, allora il campo del Lavoro inizia a essere creato. Senza un egregore, la creazione del campo di Lavoro è impossibile, perché grazie a lui che si *delineano* e definiscono i suoi confini. Il sistema generale delle pratiche e delle energie con cui lavorano i membri del gruppo, determina la qualità, forza e densità del campo e delle sue vibrazioni. Se il gruppo lavora con energie di alto livello, interagendo facilmente con la Presenza Divina, ricevendo regolarmente impulsi della Grazia di Dio; se il livello di essere dei suoi partecipanti è tale da non produrre più emozioni negative e sentimenti di vario genere, se i loro centri energetici sono attivati e ben sviluppati, e il livello di consapevolezza è alto, allora il campo del loro Lavoro sarà molto elevato in termini di qualità delle vibrazioni che lo riempiono. Tutti i partecipanti del Lavoro daranno il loro contributo e questo campo e questo a sua volta, faciliterà il loro progresso verso l'obiettivo prefissato. Se la forza di gravità per noi fosse diminuita, allora con gli stessi sforzi ci muoveremmo più lontano e più facilmente. Lo stesso sta accadendo nel campo del Lavoro - è più facile per tutti coloro che sono in esso progredire sul Sentiero, che per altri, al di fuori di esso.

Il Campo di Lavoro ha il suo spazio, anche se questo spazio non è fisico. Esso è come la Presenza Divina, è un'energia a cui si può accedere ovunque sulla Terra, entrando nel Lavoro che la crea. Cioè, rispettando le

condizioni molto specifiche e concrete che danno origine a questo campo. Come la Presenza Divina, l'energia del Campo di Lavoro è al di *sopra di tutte le altre energie*, poiché non fa riferimento alle energie del piano fisico, eterico, mentale o di altro tipo della nostra Esistenza' energia del Campo di lavoro è un derivato dell'interazione delle energie del Superiore e dell'umano. Qualcosa di intermedio tra la Presenza Divina e le energie che le persone generano, anche se di qualità diversa, ovviamente.

La facilitazione del progresso lungo il Cammino, che dà ai partecipanti il campo del Lavoro, aumenta automaticamente *il campo delle possibilità*, così, ciò che richiede a un ricercatore ordinario due o tre anni di sforzi, qui viene completato in un anno o anche più velocemente. L'accelerazione della crescita interna apre anche più opportunità, ma qui, come nell'interazione con un egregore, tutto dipende da quanto una persona stessa investe nel Lavoro, in tutti i suoi aspetti e manifestazioni. Ed è chiaro che chi entra nel Lavoro, entra nel suo campo, e chi ne esce perde il contatto con lui. Quando al Lavoro partecipano più gruppi, i cui partecipanti sono a differenti livelli di essere e differenti stadi del Sentiero, il livello di vibrazioni del campo del Lavoro è determinato dal gruppo più avanzato, sebbene anche gli altri partecipanti contribuiscano a mantenerlo. Le persone che lavorano a distanza e in una certa misura in modo indipendente, possono entrare nel campo del Lavoro svolto in gruppo se fanno la stessa cosa che fanno le persone in gruppo e con la stessa intensità. Se un ricercatore che studia in modo indipendente, ma mantiene il contatto con la Scuola mistica e ne riceve le pratiche, ma tratta la loro attuazione con pigrizia e freddezza, allora non entrerà nel campo del Lavoro. Invece a coloro che cercano di lavorare seriamente, vengono rivelati vari miracoli e arriveranno gli impulsi della grazia di Dio.

Sospetto che quando i fratelli Shahi parlavano di Tradizione, intendessero il campo del Lavoro, che era stato creato dai precedenti Sufi. In ogni caso, quanto scrisse Omar Ali Shah sulla Tradizione assomiglia molto a una descrizione del funzionamento del campo del Lavoro, sia pure in forma fortemente distorta. Il problema è che insieme alla cessazione del Lavoro, scompare anche il suo campo, ma anche se all'epoca degli Scià esisteva un Lavoro del genere, e i sopracitati fratelli erano coinvolti in esso, comunque i

loro seguaci non potevano entrare in alcun modo nel campo del Lavoro - perché nessuno dei fratelli, ha permesso che qualcun altro entrasse in questo lavoro. E se Idries Shah capiva di cosa stava parlando, allora Omar, a quanto pare, conosceva la Tradizione - o il campo del Lavoro - solo dai racconti degli altri, non avendo sufficiente esperienza nella vera attività sufi-ca. Altrimenti, non avrebbe creato ciò che ha creato.

Dove si svolge il vero Lavoro, sorge sempre un campo ad esso corrispondente. Se il Lavoro rimane in vita per diverse generazioni, allora il suo campo esisterà altrettanto a lungo. Quindi l'ingresso di nuovi partecipanti a questo Lavoro sarà accompagnato dagli effetti di una chiara accelerazione dello sviluppo interno, e quindi potrebbe sorgere l'idea dell'effetto miracoloso della Tradizione. Questi, infatti, sono solo i frutti del lavoro di coloro che vi partecipano qui e ora, continuando a camminare lungo la Via che conduce a Dio. Coloro che sanno, che anche i miracoli a volte hanno le loro ragioni molto specifiche.

IMPORTANZA DEL LAVORO

Per le persone immature, il cui bambino interiore non solo non è cresciuto, ma resiste in ogni modo possibile al bisogno di crescere, qualsiasi lavoro sembra essere qualcosa di difficile, inutile e insopportabilmente noioso. Non vogliono assumersi obblighi, cercano di evitare la responsabilità e sono pieni di riluttanza a sforzarsi. Simili sintomi in vari gradi di gravità possono essere osservati in molte persone. Trattano il lavoro come una necessità imposta dall'esterno, come un male inevitabile, senza il quale è difficile sopravvivere nel mondo. Di norma, lavorano solo per motivi di denaro, senza alcun piacere nell'adempimento dei loro doveri ufficiali. È chiaro, che in queste persone, il concetto stesso di lavoro provoca automaticamente resistenza e rifiuto. In un certo senso, sono come schiavi costretti a lavorare sotto costrizione e contro la propria volontà. Pertanto, la frase "servo di Dio" provoca in loro rifiuto e disgusto. E, naturalmente, se sentono parlare di lavoro su sé stessi o di lavoro spirituale in generale, non provano alcun entusiasmo; vogliono solo prendere le distanze da tutto ciò che è connesso e non sapere più niente del genere.

Gli ammiratori della vita facile sono sempre esistiti. Forse è nel desiderio di un'esistenza senza sforzo, in opposizione alla necessità di sforzi costanti per mantenerla, che risiede una delle principali contraddizioni della vita umana e una delle principali fonti di insoddisfazione interna per molte

persone. Non è un segreto, che la maggior parte di coloro che cercano l'illuminazione, in realtà vogliono arrivare a uno stato in cui non devono più sforzarsi. Lo stato di illuminazione sembra a loro l'apice dell'assenza di sforzo, ed è proprio per questo che non sono in grado di raggiungerlo. Mancano gravemente della pazienza e della capacità di affrontare tutti i tipi di disagi interni, senza i quali la trasformazione spirituale è irraggiungibile. La moda recente, per il successo senza sforzo, che viene fornito solo rivolgendo l'attenzione su sé stessi, non è altro che una risposta alla richiesta di alcuni ricercatori "pigri" che non vogliono impegnarsi su sé stessi, anzi, non possono proprio impegnarsi per lungo tempo. Quando il tuo obiettivo è liberarti dello sforzo, sembra piuttosto sciocco raggiungerlo con uno sforzo maggiore.

Le idee convenzionali sullo stato di illuminazione spesso ignorano il Sentiero attraverso il quale viene raggiunto. Percorrere il Sentiero, e alcuni dei suoi stadi, richiede qualche sforzo, e se dopo tutto ciò non riescono ad acquisire dei "superpoteri", allora questo percorso diventa poco attrattivo. Le persone immature sono attratte dai miracoli, proprio come i bambini, e il loro ego può essere attirato dalla promessa di tutti i tipi di superpoteri e dalla dimostrazione di miracoli, come quelli mostrati da Sathya Sai Baba. Quindi una persona del genere, forse anche proverà a fare qualcosa con sé stessa, ma è improbabile che ci riesca a lungo, perché anche sperando di acquisire superpoteri, non è pronto a sopportare disagi, aspettare a lungo e dare il proprio meglio. Quindi, diventano popolari tutti i tipi di "guru", i cui satsang (seminari) possono portarti l'illuminazione senza alcun problema, semplicemente grazie al loro potere della coscienza, della santità e della grazia. Queste cose attirano persone spiritualmente pigre.

Puoi anche cercare gruppi e insegnanti che non richiedono nulla di speciale da te, se non l'esecuzione di alcune azioni rituali o esercizi progettati per una attuazione "eterna", e quindi non richiedono un controllo speciale né su come le esegui né per risultati. È così che molte persone soddisfano il loro bisogno di comunicazione "spirituale", senza sforzarsi troppo, senza svilupparsi e senza esserne tristi per mancanza di veri risultati.

Il movimento verso Dio - è la Via, e coloro che negano la esistenza della Via, negano anche Dio, il che significa che non sanno nulla di Lui. Negando

il Sentiero, neghi anche gli sforzi, perché uno è direttamente connesso con l'altro. Non esiste una tale magia che possa fare il lavoro per te, che dovrebbe darti esperienza, abilità e tutto ciò che alla fine ti porterà a un profondo cambiamento dell'essere e ad un aumento della comprensione. E sperare nella grazia di Dio, che ti farà immediatamente avanzare - certo che si può, ma vorresti tu stesso aiutare qualcuno che non è pronto a compiere anche i più semplici sforzi necessari per ottenere ciò che desidera?

Quando una persona decide comunque di investire nel lavoro su sé stessa, affronta sempre la questione delle priorità. Quanto tempo al giorno da dedicare a pratiche e sforzi nella consapevolezza di sé, e quanto al resto della vita, in cui, francamente, ci sono ancora cose e stati che attraggono? Ognuno risolve questa domanda in modo diverso e la sua soluzione dipende direttamente da quanto importante consideri l'obiettivo del tuo lavoro. L'eterna problema umano sulla scelta: su cosa dedicare tempo ed energie e come trovare almeno un equilibrio tra bisogni del tutto reali e desideri altrettanto reali, ma a volte folli? In una situazione normale, non estrema, i desideri spesso vincono. Banale, ma proprio i desideri determinano il successo o il fallimento nel lavorare su sé stessi. Per comprendere la situazione in modo più olistico (ampio), bisogna ricordare che con un eccesso di paure i desideri si indeboliscono, e poi diventa difficile per una persona ottenere qualsiasi cosa, non solo sul Sentiero, ma anche nella vita. Devo tornare così spesso sull'argomento dei desideri e delle paure, poiché la stragrande maggioranza delle persone che intraprendono il Sentiero hanno l'incomprensione dei propri desideri e l'ignoranza delle proprie vere paure, che diventano i principali ostacoli al raggiungimento del proprio obiettivo. Ed è con loro che devi lavorare prima di tutto, per comprendere e diventare consapevole della loro presenza, contenuto e grado di influenza su di te. Non succede mai diversamente, e non dovresti farti illusioni su questo.

Il successo nel lavoro interiore dipende direttamente dal tuo atteggiamento verso di esso. Se occupa un posto comune tra i tuoi altri interessi, i tuoi progressi saranno molto limitati e i risultati del tuo lavoro saranno instabili e superficiali. Non sarà più, infatti, un lavoro, ma una sorta di hobby, divertimento e svago. Questo è il significato principale del termine "lavoro"

in relazione al Cammino: attività costante finalizzata al raggiungimento di un obiettivo ben definito. Il risultato arriva come risultato di sforzi costanti, qualsiasi altro approccio non porta risultati tangibili. Immagina di aver deciso di costruire una casa. E così hai cominciato a scavare per le fondamenta, e poi hai interrotto il lavoro per un po' di tempo. Le piogge sono passate e le fondamenta sono piene di argilla e devi rifare parte del lavoro già fatto. Qualcosa di simile accade quando inizi a esercitarti nella pratica e poi lascia per qualche tempo e fai altre cose. Solo che qui l'"argilla" cancella quasi istantaneamente le tracce dei tuoi sforzi, o comunque molto rapidamente. Quindi anche le fondamenta non saranno fatte nella casa del tuo lavoro, e cosa possiamo dire del tetto e del raggiungimento dell'obiettivo almeno in un prossimo futuro...

Se il lavoro su te stesso diventa la parte più importante della tua vita, i risultati non tarderanno ad arrivare. Ma anche qui ci sono possibili trappole, che ogni vero cercatore deve conoscere e ricordare. Se l'obiettivo del tuo lavoro è acquisire la forza, sviluppare la percezione extrasensoriale e i superpoteri in generale, allora ti muoverai sicuramente verso il raggiungimento di tuoi obiettivi, ma altrettanto stimolerai il tuo stesso ego. Ecco come appaiono i maghi e le persone che hanno sviluppato proprie capacità, ma non hanno conosciuto Dio. Possono fare molte cose in confronto con i "cercatori" che non vogliono sforzarsi. Ma se tu stesso diventi l'obiettivo del tuo lavoro, allora può ottenere i risultati desiderati, ma la trasformazione spirituale non avverrà mai. Puoi curare i disturbi psichici con l'aiuto di pratiche spirituali, puoi diventare un sensitivo o un negromante, puoi imparare a influenzare le persone e le circostanze, ma non avverrà nessun tipo di trasformazione. Ci saranno cambiamenti quantitativi, ma non qualitativi. Avevi molta paura, ora ne hai di meno. Potevi sentire solo le tue stesse energie, ora senti gli stati delle persone intorno a te. Puoi influenzare altri con un effetto magico, ma questo non ti cambia in alcun modo, a meno che, ovviamente, non consideri come cambiamenti l'accresciuto senso di sicurezza in te stesso e di soddisfazione, derivante dalla sensazione di potere. Non è poi così raro che il lavoro su sé stessi allontani le persone da Dio piuttosto che condurle a Lui, e i desideri e le paure ne diventano la causa. Non cercherai mai il potere se non hai

paura degli altri o della vita in generale. Questa paura, unita all'illusione della separazione dalle persone e da Dio, ti fa cercare protezione per rafforzarti e acquisire potere sulle circostanze. Ma se capisci la fonte delle tue paure e aspirazioni, puoi sfuggire alla trappola della paura, lavorando per liberartene e non per compensarla con mezzi magici.

Ogni lavoro ha un fine e i mezzi che corrispondano al raggiungimento di tale fine. Quando una persona lavora da sola, questa resta una la sua storia "personale". Anche se ha già raggiunto lo stadio di seguire la Volontà di Dio nel suo lavoro, questo è pur sempre una storia tra lui e Dio. Nel momento in cui un uomo entra nel Lavoro Sufi, la sua situazione cambia. Il suo lavoro personale diventa una parte del Lavoro generale, che, come dovrebbe essere, ha i suoi obiettivi molto più alti di quelli che una persona può porsi, anche se ha raggiunto il livello spirituale più alto. Una persona - pur avendo il sostegno e la guida del Signore - è ancora limitata sia nelle sue forze, e nelle sue capacità. Il Lavoro dei sufi va al di là dei compiti individuali dei suoi partecipanti ed è diretto a beneficio di molte persone che non sono nemmeno consapevoli della sua esistenza. E, naturalmente, non c'è nessuna attività tipo "fai da te", che caratterizza di solito gran parte dell'attività umana, perché tutto nel lavoro dei sufi è subordinato alla Volontà di Dio e mantenimento dell'armonia della Creazione.

Insegnare alle persone e aiutarle a trovare la Via è una parte importante del Lavoro Sufi, ma non esaurisce in alcun modo tutte le sue direzioni. Alla maggior parte dei nuovi arrivati nei gruppi sufi all'inizio semplicemente non viene detto il contenuto di altri aspetti del Lavoro. Questo accade perché il loro livello di formazione non consentirà loro di parteciparvi comunque. Inoltre, non tutti i nuovi arrivati rimangono nel Lavoro per molto tempo, e hanno solo bisogno di sapere esattamente quanto richiede il loro stato attuale e non oltre. Ottengono quello che possono prendere, o quello per cui sono venuti, e poi vanno per la loro strada. Coloro che rimangono sul Sentiero e vogliono continuare a percorrerlo, hanno bisogno, volenti o nolenti, di entrare nel Lavoro sempre più pienamente. Non c'è scelta: il Sentiero si manifesta qui e ora solo grazie all'attuazione del Lavoro, e coloro che vogliono percorrerlo, devono fare il più possibile la loro parte. Inoltre,

colui che sta maturando per la partecipazione cosciente in esso più velocemente di altri, si muoverà anche più velocemente lungo il Sentiero.

La condizione delle persone che sono appena arrivate e iniziano a lavorare su sé stesse è di solito molto lontana dallo stato accettabile per Lavoro. Non hanno nulla da dare, possono solo ricevere: pratiche, baraka («baraka» è un termine sufi, che significa grazia, benedizione divina) e conoscenza. Questo stato di cose dura per qualche tempo, ma non dura per sempre. E qui c'è una sorta di divisione interna che divide le persone in coloro che sono pronti a servire Dio o pronti a servire solo se stessi - e come eccezione alle regole, servire gli altri. E servire sé stessi e servire Dio sono cose così diverse che è assolutamente impossibile combinarle in una sola persona. La situazione è piena di ironia: perché proprio nel servire Dio, una persona raggiunge effettivamente i suoi obiettivi più alti e tutto ciò che non può essere raggiunto né dai propri sforzi né dalle pratiche magiche.

I sufi dicono che prima lo sceicco serve i suoi discepoli, e poi i discepoli iniziano a servire il loro sceicco. Le menti egoistiche vedono in queste parole un accenno che lo sceicco si arricchisce a spese dei suoi studenti e li usa per i propri scopi. Tutto può succedere in ordini e gruppi degenerati. Ma dove viene compiuto il Lavoro, servire lo sceicco significa aiutare a lui nell'attuazione del Lavoro, aiutare a servire l'Altissimo. Inoltre, la partecipazione al Lavoro non può avvenire per forzatura, contro la volontà di colui che è invitato a partecipare ad alcune azioni ad essa connesse. Invitato a lavorare, ma mai forzato. E vengono invitati solo coloro che sono già pronti, coloro che ne hanno bisogno per ulteriore crescita e sviluppo. Il tuo rifiuto o consenso mostra il grado della tua maturità e quanto comprendi l'importanza del Lavoro, a cui hai precedentemente partecipato come semplice fruitore.

Qualsiasi lavoro richiede energia e tempo per essere completato. E qui ognuno decide da solo, quanto impegno e tempo può dedicare al Lavoro che non è direttamente correlato ai propri problemi. Nella maggior parte dei casi, la decisione presa predetermina la sua ulteriore permanenza nel Lavoro. Potrebbe non andarsene subito, ma dopo un po' i requisiti per i membri del gruppo diventeranno troppo scomodi per lui e lo lascerà comunque. I sufi non vivono per sé stessi e nessuno dei veri mistici vive così. Preoc-

cuparsi solo di risolvere i propri problemi, significa inchiodare lo sguardo sulla terra e non poter vedere mai l'altezza indescrivibile bellezza del cielo.

Come in molti altri ambiti della vita umana, nel Lavoro tutto è determinato dall'atteggiamento verso di esso, e l'atteggiamento è determinato dal livello di comprensione. Se capisci l'importanza di lavorare su te stesso, sarai in grado di cambiare te stesso. Se capisci l'importanza del Lavoro a cui partecipi, hai tutte le possibilità di percorrere il Sentiero e scoprire che cose l'unione con Dio.

LUCE DI COSCIENZA

La coscienza dell'uomo gli conferisce un grande potere, pur rimanendo, allo stesso tempo, un grande mistero. Oggi giorno c'è un punto di vista secondo il quale una persona non ha alcuna coscienza individuale, ma c'è una Coscienza comune, e siamo tutti collegati ad essa in qualche modo misterioso. Quando ti impegni a considerare questa meravigliosa teoria, sorge immediatamente la domanda, in che modo, attraverso quale organo o canale ogni persona si collega alla Coscienza universale infinita e indivisibile? La risposta che ti propongono è semplice ed esauriente: tutto ciò che una persona è, insieme alla mente, al corpo e ai sentimenti, è una proiezione di questa Coscienza, e anche il mondo intero è una tale proiezione. In altre parole, la Coscienza, in un modo noto solo a lei, crea da sé stessa l'intera varietà delle cose e dei livelli dell'Esistenza, e tutte nella loro natura profonda rimangono di essere la stessa Coscienza, sebbene adottando una forma reale o illusoria. Una bella idea, che non può essere né confermata né confutata finché non si arriva all'esperienza della Verità. Ma anche dal punto di vista della logica ordinaria, diventa chiaro, che in questo caso la Coscienza si sostituisce a Dio Creatore e c'è una chiara semplificazione in rappresentazione della Creazione. Risulta essere una risposta semplice, che di fatto, non spiega nulla, che soddisfa sola chi cerca risposte semplici e non è pronto per una seria ricerca della Verità.

Nel sufismo, la Coscienza è uno dei tanti attributi delle qualità di Dio, che svolgono la sua funzione specifica nella Creazione. In particolare, senza l'attributo della Coscienza, è impossibile creare e mantenere la vita degli esseri viventi. È grazie proprio a questo attributo che tutto prenda la *vita*. Non troverai in una persona un'altra scintilla di Dio se non la Coscienza individuale, che ci viene data come uno dei Suoi attributi e grazie al quale possiamo realizzare la connessione con Lui e scoprire la Via verso di Lui. Né il talento, né il genio di una persona, che sono anch'essi considerati manifestazioni del dono di Dio, non valgono nulla in confronto al ruolo che la Coscienza svolge nell'esistenza di una persona. La coscienza è alla base di ogni vita e tutte le sue altre manifestazioni sono secondarie ad essa.

Nel linguaggio quotidiano, la coscienza è spesso intesa come la mente e il suo contenuto. Espansione della coscienza, stati alterati di coscienza: questi termini, ad esempio, si riferiscono alla percezione e al cambiamento dello stato mentale e la coscienza in quanto tale non ha nulla a che fare con esso. La famosa frase di Marx: "l'essere determina la coscienza" si riferisce anche alla mente e ai suoi condizionamenti. Nella vita di tutti i giorni, la parola "coscienza" non ha quasi mai il significato in cui la usano i mistici. È comprensibile, perché solo coloro, che sono giunti a un alto grado di consapevolezza e non si identificano più con la mente, possono individuare l'energia della Coscienza come una forza separata. Altrimenti, è quasi impossibile distinguere gli stati mentali e l'energia della Coscienza.

I corpi umani possono essere in uno stato passivo o attivo. La coscienza è sempre passiva. Nessuna azione procede da esso, e quindi il suo stato non cambia mai. Il segreto principale della Coscienza è che la sua energia non si esaurisce ed è sempre presente nella stessa misura. Il corpo fisico può essere in uno stato di piena energia o cadere per la fatica - questo non intacca in alcun modo lo stato della Coscienza, rimane immutata. La sua energia non diventa più forte o più debole, è sempre uniforme. Nel nostro spazio interiore lo si sente come *una presenza*, e inizialmente, avendone sentito il rafforzamento nelle pratiche di consapevolezza, lo consideriamo come la *nostra presenza*. Nello stato di piena consapevolezza, quando la Coscienza si manifesta in noi completamente, non possiamo più considerarla *nostra*... E

il punto qui non è nemmeno che da questo momento cessiamo di identificarci con il corpo e la mente e perdiamo il centro, che potrebbe essere chiamato "io". Il concetto di "io" rimane quindi un termine utilitaristico necessario per comunicare con gli altri. La coscienza avvolge i nostri corpi, riempendoli di sé, ma per la sua passività e immutabilità comincia a essere percepita come un dato, come *qualcos'altro*. È come se prima vivessimo nel buio più completo, e poi ci trovassimo improvvisamente in un cerchio di luce, ma la luce non è stata generata da noi e la sua fonte non è dentro di noi.

A molte persone piace pensare al Sentiero spirituale come a qualcosa che porta a una gioia infinita, all'amore per il prossimo e a tutti i tipi di beatitudine. C'è chi vede il risveglio dal sonno metafisico umano come un modo per diventare più efficienti ed efficienti. Le menti delle persone sono piene di un involucro di speranze per migliorare le loro *vite ordinarie*. attraverso l'uso di pratiche spirituali. Ma alzarsi dal sonno significa uscire dalla realtà che è comune alle persone, e non migliorarla in alcun modo. La vita umana, che scorre sotto la pressione dei desideri e guidata da essi, è un sogno pieno di illusioni. Il risveglio non è un mezzo di miglioramento, e nemmeno la fine del Sentiero. Piuttosto, questo è l'inizio di una nuova fase, in cui il mistico si sta allontanando sempre più dal solito umano, scoprendo dimensioni completamente diverse della Realtà e dell'Essere. La precedente percezione di sé scompare e quella presenza, che era data dalla manifestazione sempre crescente della Coscienza nello spazio interiore del ricercatore, non può più essere percepita come propria, ma è veramente percepita come un dono di Dio, come Il suo attributo, che non appartiene a nessuno tranne che a Lui, non appartiene. Ma anche questa descrizione contiene una sottile bugia, perché chi percepisce non c'è più, non c'è centro, in cui questa distinzione avverrebbe, e l'espressione verbale è costretta a crearla. Muovendosi verso l'interno, coltivando la consapevolezza, una persona prima si ritrova, e poi si perde, acquisendo altre fonti di esistenza che sostituiscono i desideri e le passioni che viveva prima. Apre dentro di sé le porte a nuovi livelli di Realtà e conosce Dio, e tutto questo avviene con l'aiuto e la partecipazione del potere della Coscienza, anche se a un certo punto una persona va persino oltre, per quanto strana possa sembrare questa affermazione.

Comunque sia, la nostra Coscienza è ancora individuale, e non una per tutte. Viene dato a tutti nella stessa misura, ognuno porta una connessione con la propria "goccia" dell'Oceano Divino della Coscienza e tutte le gocce sono esattamente le stesse. Ciò che si riflette in queste gocce non è lo stesso. In questo senso, la Coscienza come attributo di Dio è completamente neutra, e la sua potenza nutre i pensieri e i sentimenti delle persone, senza dividerli in buoni e cattivi. E se confrontiamo la Coscienza con altri attributi di Dio che i Sufi ricevono nell'ultimo stadio del loro Sentiero, allora, in effetti, non è "colorata" in alcun modo. Altri attributi di Dio, ricevuti dai mistici, hanno sicuramente delle qualità manifestate, ma la qualità della Coscienza si può chiamare luce, nutrendo tutto ciò su cui si riversa, indiscriminatamente. E mentre una persona "dorme", non distingue l'azione della Coscienza dai processi che avvengono nei suoi corpi.

L'attenzione può essere definita come una funzione della Coscienza, manifestata nell'interazione con il corpo fisico e la mente. La Coscienza stessa non ha attenzione, appare solo in connessione e in interazione con i corpi "inferiori" di una persona. In effetti, l'attenzione è un canale che collega la nostra mente e il nostro corpo con la Coscienza. L'attenzione è una manifestazione della Coscienza in una situazione in cui la coscienza non è ancora apparsa in una persona nella sua interezza. A livello del corpo fisico, l'attenzione è legata alle funzioni della percezione: vista, olfatto, udito e altre. Qui si sposta automaticamente nella direzione dello stimolo più forte. L'attenzione generalmente si rivolge agli impulsi più potenti - siano essi stimoli interni come pensieri o emozioni, o esterni come un suono forte, un odore o un'immagine interessante. La mente ha la capacità di controllare l'attenzione, restringendola nella concentrazione o espandendola nelle pratiche di consapevolezza. La mente può dividere l'attenzione in due flussi: uno diretto alle azioni esterne e il secondo, in cui parte dell'attenzione rimane libera nello spazio interiore di una persona. E, rimanendo libero, tale flusso inizia automaticamente anche a tracciare tutte le reazioni che compaiono all'interno, ovvero gli stimoli interni più forti.

Il canale dell'attenzione che collega la Coscienza con i corpi inferiori può essere ampliato grazie allo sforzo nella divisione dell'attenzione, che viene

effettuata con la partecipazione della mente. È attraverso la pratica di dividere l'attenzione che il livello di consapevolezza umana cresce. Inoltre, con questa separazione, una parte dell'attenzione dovrebbe rimanere sempre *all'interno* di una persona - non importa se va al corpo fisico, alle sue sensazioni, o allo spazio interiore della mente o del corpo eterico. La crescita della consapevolezza avviene solo quando l'attenzione è divisa in parti "esterne" e "interne". Chi pratica dividere l'attenzione verso l'esterno, mantenendola su più oggetti contemporaneamente, aumenta la propria capacità di concentrazione, ma non coltiva in alcun modo la consapevolezza. Coloro che osservano il respiro o attirano la loro attenzione verso l'interno durante le meditazioni da seduti imparano a controllarlo, ma non si muovono verso la consapevolezza. Se l'osservazione del respiro viene effettuata durante la vita quotidiana, questa è la corretta divisione dell'attenzione. Se nelle meditazioni da seduti non si cerca di dirigere tutta la propria attenzione verso l'interno con un flusso generale, e parte di essa rimane all'esterno, sulla percezione dello spazio circostante, questo è lo sforzo giusto.

Nelle pratiche di consapevolezza, espandiamo il canale dell'attenzione e una quantità molto maggiore dell'energia della Coscienza diventa disponibile per noi. Di conseguenza, *il potere dell'attenzione* cresce e, con esso, aumentano le capacità interiori del ricercatore. Ora il ricercatore può elaborare le energie represses molto più velocemente, liberandosi di esse e liberando così il suo spazio interiore; inoltre, diventa molto più facile spostarsi nei suoi strati più profondi, dove si nascondono le porte dell'Onnipotente. E, naturalmente, un maggiore potere di attenzione accelera il lavoro di coltivazione della consapevolezza.

Quando il canale dell'attenzione è completamente espanso, l'intera energia della Coscienza individuale entra nel corpo umano. Se prima possedeva un sottile raggio di luce, ora è tutto - insieme alla mente, ai corpi eterici e fisici - immerso nella luce della Coscienza, in una situazione di totale immersione nella consapevolezza una persona si trova in una situazione interessante: fuori non cambia nulla di particolare, ma dentro diventa molto difficile gestire l'attenzione in quanto sei immerso in una luce totale. Con tutti i cambiamenti generati dall'accresciuta consapevolezza nella perce-

zione del mondo esterno, l'attenzione può essere diretta a uno qualsiasi dei suoi oggetti e, se necessario, concentrata nella giusta misura. Dentro, tutto ciò che accade è già nel campo della Coscienza, e lì non è più possibile dirigere il flusso concentrato di energia della Coscienza attraverso il canale dell'attenzione, come si faceva prima. Tutti i processi sembrano verificarsi da soli e osserviamo solo la loro comparsa ed estinzione. Le cose vanno un po' meglio con il corpo fisico: è ancora possibile prestare attenzione a una parte di esso, poiché da un certo momento inizia anche esso a essere percepito come un oggetto esterno. Dentro, diventa molto difficile focalizzare l'attenzione su alcune emozioni o sentimenti - se ne appaiono - perché diventa difficile restringere il campo della Coscienza in un canale di attenzione. Con l'acquisizione della Coscienza dentro di sé, il canale interiore dell'attenzione (con tutta la sua forza) non solo scompare, ma cessa di avere il suo vecchio significato.

È chiaro, che la persona che è giunta alla piena consapevolezza, non ha più nulla da elaborare dentro, e la funzione dell'attenzione interna non è più necessaria. E tutto questo sarebbe molto noioso se, oltre all'entrare dentro e prendere coscienza di noi stessi, non si aprissero davanti a noi nuove, fino ad allora sconosciute, dimensioni dell'Esistenza, in cui cominciamo a vivere. Grazie ai centri energetici, attraverso i quali principalmente si aprono le porte ad altre dimensioni della Realtà, la nostra attenzione riceve nuovi *oggetti esterni*, e qui la sua funzione rimane ancora importante. La Luce della nostra Coscienza ci permette di esplorare e acquisire conoscenza ed esperienza della Verità. Diventando i conduttori di energie superiori, possiamo controllarle loro reindirizzandole o assimilandole, in questo caso anche l'attenzione partecipa a questi processi.

Parlando della luce della Coscienza, non intendo dire che sia una specie di luce superiore. Agisce solo come una luce dentro di noi, permettendoci di vedere ciò che prima era nascosto. La natura di questa visione non è facile da spiegare. Per primo - non c'è nessuno che guardi. La mente assume il ruolo di colui che vede, accade semplicemente questo. Alla luce della Coscienza, le nostre energie e stati interiori *si manifestano* proprio come un'immagine appare su carta fotografica bianca dopo che è stata elaborata in una solu-

zione di sviluppo. Maggiore è il potere dell'attenzione, più luminosa e evidente diventa l'idea o l'emozione che osserviamo. In secondo luogo - l'energia della Coscienza influenza le energie esterne ed interne in proporzione diretta a come viene applicata ad esse. Se la nostra attenzione viene assorbita dai pensieri o dalle emozioni, cioè identificata con essi, allora diventano più forti. L'Energia della Coscienza li riempie di sé, conferendo loro un grande potere di manifestazione e presenza. Se non c'è identificazione, cioè l'energia della Coscienza rimane libera, allora nella sua luce, i pensieri e le emozioni, al contrario, perdono la loro forza e esaurendo si dissipano. Le energie, che non sono supportate dall'identificazione e cadono nella luce della Coscienza, scompaiono. Ecco come avviene la pulizia interiore.

Per quanto, quello che riguarda le energie superiori - la Grazia di Dio o la Sua beatitudine - la Coscienza, interagisce con esse in modo diverso che con le energie inferiori. Non le dissipa in alcun modo, ma ne favorisce l'assimilazione, se, ricevuto un impulso di energia superiore, rimaniamo consapevoli delle proprie sensazioni e di guardare dentro. Più a lungo dura il tuo stato alterato dopo aver ricevuto un impulso di Grazia o una trasmissione di beatitudine, più a lungo dovresti mantenere la tua attenzione all'interno, per ricevere il massimo impatto e trasformazione possibile. Altrimenti, parte di questa energia potrebbe semplicemente dissiparsi mentre la tua attenzione vaga in altri canali, fondendosi con la mente o le reazioni emotive. Puoi essere portato via dalle chiacchiere eccitate o dall'attività eccessiva, che, da un lato, protegge la tua psiche e, dall'altro, ti mette in situazione di poter perdere l'opportunità che si è presentata.

Riguardando gli altri attributi di Dio, che ricevono i sufi sulla Via, la Coscienza svolge lo stesso ruolo "amichevole": l'impulso proveniente dall'alto, con l'assistenza dell'attenzione (Coscienza) rivolta verso di esso, si incorpora nelle strutture energetiche di una persona e le modifica. Il momento dell'ingresso dell'attributo Divino nello spazio interiore di una persona è molto importante, ed è in questo momento che l'energia della Coscienza fornisce un aiuto essenziale per assicurare che tutto vada come dovrebbe. Esattamente lo stesso si può dire della ricezione del trasferimento

di energia e del mistero del trasferimento della Conoscenza spirituale dal Maestro al discepolo.

La coscienza non ha un centro in sé, è la stessa in ogni punto. Muovendosi lungo il Sentiero, una persona generalmente perde il concetto di centro, che era il suo ego e il concetto di "Io". La fissazione dell'io, associata alla necessità di continuare a comunicare con le persone, rimane solo nella mente, ma a quel punto la mente stessa non è più il centro dell'essere di una persona. La mente continua ad influenzare i corpi eterico e fisico, ma svolge un ruolo esclusivamente di servizio, cessando di determinare tutti i comportamenti e le reazioni di una persona. La coscienza non è l'"io" superiore, piuttosto, la sua piena manifestazione rimuove finalmente questo problema.

Per quanto riguarda la Coscienza individuale, siamo tutti uguali. Le sue proprietà e qualità sono identiche per tutti noi. Pertanto, tutti possono sfruttare le sue opportunità, raggiungendo tutti, con la dovuta diligenza, lo stesso risultato: il risveglio. Ma poiché la maggior parte delle persone ha una vaga idea di cosa sia la Coscienza e perché sia necessaria, allora la usa nel senso più utilitaristico e primitivo, riempiendola con il potere delle proprie passioni e desideri. Ma il Signore, dopo aver premiato tutti con l'attributo della Coscienza, allo stesso tempo ha dato alle persone il libero arbitrio e possono scegliere da sole come trascorrere la loro vita. Inoltre, non importa alla Coscienza dove sarà diretta la sua luce e su cosa verrà applicata la sua forza. E questo rivela un'altra grazia di Dio, che, come molti altri suoi doni, non ci accorgiamo affatto, preferendo rivolgere la nostra attenzione a ogni sorta di sciocchezze.

IL POTERE DELLA CONTEMPLAZIONE

Senza la pratica della contemplazione è quasi impossibile riuscire a conoscere sé stessi e Dio. La contemplazione ci offre una tale opportunità di comprensione profonda, che non è disponibile in nessun'altra pratica usata sul Sentiero spirituale. Qualsiasi persona che sia seriamente impegnata nell'autocoscienza e nell'esplorazione di sé, prima o poi arriva a eseguire la contemplazione, anche senza sapere e capire che al momento è impegnata in essa e non nella semplice osservazione di sé.

Ad esempio, hai deciso di esplorare il tuo mondo interiore, hai iniziato ad essere consapevole e ad esprimere emozioni represses, e durante l'esercizio la tua mente si è riempita di immagini di ricordi del passato di cui ti eri quasi dimenticato. Queste immagini, di regola, volano rapidamente e può essere abbastanza difficile concentrarsi su di esse subito e durante l'esercizio. Ma non sarebbe saggio non prestare a loro attenzione, perché sono la risposta al tuo tentativo di liberarti dalle energie represses, il che significa, che ad esse sono associate emozioni e sentimenti che "chiedono" di essere liberati. Pertanto, dovresti tornare su questi ricordi in un secondo momento e lavorare con loro separatamente. E così ti siedi e raccogli dalla memoria una di quelle immagini che ti si sono apparse nella pratica dell'espressione. Come capire cosa porta in sé tale ricordo e perché proprio questo ti è venuto in mente? Devi espanderlo, cioè *entrare* nella memoria ad esso associata. Per-

metti semplicemente alla memoria di fluttuare e dispiegarsi, osservandola con l'intento di *vedere l'intera immagine*. L'intenzione gioca un ruolo importante nella contemplazione, perché stabilisce *la direzione e la forza dell'attenzione* e la mente diventa pronta a trattenerla per tutto il tempo necessario. Mantenere l'attenzione sull'oggetto in studio è un elemento importante nella pratica della contemplazione.

E ora mantieni un episodio della memoria nel campo della tua attenzione: il primo passo è completato. Il secondo passo è collegare la memoria visiva con i tuoi sentimenti e sensazioni di allora. Guardi un evento del passato, cosa hai provato? Il collegamento di ciò che stai contemplando con le sensazioni che hai è la chiave principale per praticare la contemplazione in relazione all'affrontare i tuoi problemi. Il solo guardare la memoria non è sufficiente: devi essere consapevole delle sensazioni che ne derivano. I sentimenti sono la tua chiave per comprendere il problema, per conoscere la verità su ciò che ti è realmente successo e non su ciò che pensavi di te stesso in quel momento. Presupponiamo che quando entri in un ricordo, provi tensione e nient'altro non riesci da associare la sensazione di allora. Può essere sottile, ma se la guardi, si aprirà e vedrai quale sensazione stavi reprimendo in quella situazione ormai lontana. Quindi, da un lato, capirai meglio le ragioni delle tue azioni in passato e come ti influenzano nel presente. D'altra parte, sarai in grado di dissipare le energie represses, sia attraverso il solo potere della consapevolezza, che attraverso la pratica dell'espressione. La tua mente diventerà meno tesa, perché non avrà bisogno di continuare a controllare le emozioni represses in passato e il tuo spazio interiore diventerà più libero.

La pratica della contemplazione ci permette di usare la luce della Coscienza per conoscere la verità su una situazione particolare o su un altro oggetto. Il principio è lo stesso: mantenere l'immagine nel campo dell'attenzione e tracciare parallelamente i propri sentimenti. Ad esempio, provi una certa insoddisfazione dopo aver parlato con qualcuno che conosci. Al momento della comunicazione, non sei stato in grado di rintracciare il motivo per cui è sorta tale insoddisfazione e per capire cosa ti ha ferito, devi sederti e guardare con calma la situazione. Qui è meglio passare da un senti-

mento di insoddisfazione, prima prestando attenzione ad esso e poi sollevando la situazione della comunicazione nel campo dell'attenzione. Quindi la sensazione di insoddisfazione che stai guardando ti porterà al momento, che ti sei perso, e ti diventerà chiaro, cosa hai espresso non interamente, cosa represso o cosa ti ha "toccato".

Fino a qui viene descritta la pratica della contemplazione sia per evidenziare emozioni legate a qualcosa avvenuto nel passato remoto e sia per mettere a fuoco sensazioni non ben definite legate ad avvenimenti più recenti, "odierni".

La contemplazione ha la stessa natura della consapevolezza, la differenza tra loro sta nel fatto, che quando sei consapevole, osservi i processi attuali: cambiamento di pensieri, emozioni, cambiamenti nel tuo stato, nella contemplazione - una singola situazione, sentimento o oggetto esterno. Sia nella consapevolezza, che nella contemplazione, la visione e conoscenza, sono svolte dalla Coscienza. Ma la consapevolezza ci dà la conoscenza delle reazioni e degli stati dei nostri corpi, e la contemplazione serve per risolvere problemi specifici, di scoprire la verità che sfugge alla nostra attenzione o non rientra nemmeno nella sua sfera. La pratica della contemplazione ci aiuta a scoprire quelle cose, che sono state nascoste alla nostra autocoscienza nel flusso delle attività quotidiane.

La coscienza ha il potere di vedere ciò che nella maggior parte delle persone viene estinto dall'identificazione con la mente. La mente si appropria del potere della Coscienza e rafforza con essa le sue illusioni, e quindi, la comprensione di ciò che sta accadendo di solito dipende direttamente dai condizionamenti e dai paraocchi che esse mettono alla percezione umana. Nella contemplazione, correttamente eseguita, l'intero potere della Coscienza è diretto all'oggetto contemplato, e quindi la verità ad esso associata viene rivelata in pieno.

Supponiamo, che ci sia una situazione, per la quale non vedi una soluzione accettabile per te stesso. Siediti, porta la situazione difficile davanti al tuo sguardo interiore e inizia a guardarla con l'intenzione di capire cosa fare. Non dimenticare di tenere traccia di come ti senti. Non devi pensare, devi *guardare*, sebbene alla mente viene lasciata la capacità di formulare

periodicamente o tutto in una volta ciò che ti viene rivelato dal semplice “guardare”. L'abilità di rimuovere la mente dall'osservazione si sviluppa nella pratica della consapevolezza, e più è alta (la consapevolezza), più efficace sarà la contemplazione di qualsiasi problema. Quindi, guardi al problema, realizzando costantemente tutti i suoi aspetti e allo stesso tempo il tuo atteggiamento nei loro confronti. Dopo un po', ti si apriranno due cose: possibili soluzioni, che non hai visto a causa del lavoro confusionario della mente, e quelle opzioni di azione, che potrebbero essere per te accettabili e forse le uniche giuste in questa situazione. Inoltre, potrai capire i motivi per cui questa situazione è diventata un problema per te, e i tuoi desideri o paure, che non ti permettono di prenderla con la serenità.

I saggi dell'antichità usavano la contemplazione per conoscere le cose e le leggi della realtà fisica, ma ora questo tipo di conoscenza ha perso ogni significato. Tuttavia, la contemplazione ci permette di conoscere la realtà metafisica, scoprendone le leggi e le manifestazioni nella nostra esistenza umana. Contemplare i nomi di Dio, mentre si esegue il dhikr, migliora l'effetto di questa tecnica e approfondisce la nostra comprensione della Sua Realtà. La contemplazione, come pratica in cui vengono considerati gli aspetti della Verità, aiuta notevolmente l'avanzamento in determinati stadi del Sentiero. Quindi, la contemplazione della Realtà Suprema, rivela il potenziale della sua percezione in una persona e la prepara alla trasformazione più rapida. Ma la regola rimane la stessa: guardi qualche Verità che non è ancora diventata la tua esperienza e non lasci che i tuoi sentimenti escano dal tuo campo visivo. Allora la Verità diventa conosciuta non solo dalla tua Coscienza, ma anche *rifletterà* nella tua realtà individuale. Ricorda, che la percezione della Coscienza è conoscenza diretta, che viene sempre prima *sentita*, e poi tradotta in parole con l'aiuto della mente. A volte la conoscenza si manifesta sotto forma di insight (l'intuizione netta e immediata), che è insieme sentimento e conoscenza allo stesso tempo. Ma la sua espressione verbale, completamente formulata, è compiuta solo dalla mente.

La forza della tua contemplazione dipenderà direttamente dal tuo livello generale di consapevolezza. Più energia di Coscienza è presente nel tuo essere, più cose sottili ti verranno rivelate nella contemplazione e più

questioni complesse potrai considerare. Che la divisione dell'attenzione in consapevolezza, che mantenere il problema nel campo dell'attenzione mentre si contempla - queste sono abilità, che una volta padroneggiate, puoi sempre usarle. Coltivando la consapevolezza, coltivi contemporaneamente la possibilità della contemplazione. E dopo aver padroneggiato l'abilità della contemplazione, conoscerai non solo te stesso, ma accorcerai notevolmente il tuo percorso per conoscere la Verità di Dio. Ciò a cui, infatti aspira ogni vero cercatore, perché solo la sua scoperta ed esperienza lo trasforma da cercatore in un mistico.

NECESSITÀ DEL MAESTRO

Ci sono persone che vogliono, che ciò che desiderano accada da sé, senza alcun sforzo da parte loro. Diciamo, un ragazzo è innamorato di una ragazza, ma ha paura di mostrare i suoi sentimenti e le gira intorno nella speranza che lei stessa lo noti e lo apprezzi. Oppure, capita che una persona non preghi Dio, perché crede che il Signore conosca già tutti i suoi bisogni, e quindi non c'è bisogno di disturbare l'Onnipotente con i propri piccoli problemi. Stanno bene coloro che non vogliono nulla - non hanno nulla di cui soffrire. Ma per coloro che non vogliono agire, ma sono nella sottile aspettativa di essere notati e di ricevere ciò che vogliono, la sofferenza è assicurata. La ragazza sceglie colui che la corteggia e il Signore rivolge la sua attenzione a coloro che lo invocano. Se sei uno di queste persone, puoi auto-commiserarti e pensare che il mondo sia ingiusto, ma hai fatto una scelta che, in quasi per il 100% dei casi, finisce così.

Ci sono persone, che vengono per studiare presso la nostra scuola e credono, che soltanto per il fatto di essere arrivate lì sono già pronte per studiare. Quindi, semplicemente arrivando, hanno espresso il loro bisogno di studiare - e poi, come si suol dire, tocca all'insegnante. Siamo pronti per imparare, quindi vai, insegna... Questo approccio funziona solo nel sistema di apprendimento intellettuale, e anche allora non sempre. L'insegnante espone le conoscenze sul programma e il tuo compito è scrivere e memoriz-

zare. Cioè, l'insegnante dà e tu assimili. Nell'insegnamento spirituale, questo principio funziona solo all'inizio e per un tempo molto limitato. Il problema è che l'insegnamento spirituale consiste nell'interazione *diretta tra* l'insegnante e lo studente e avviene non solo a livello verbale, ma anche energetico. Inoltre, nella formazione spirituale, lo studente deve *crescere*; certo, c'è sempre spazio di tempo per fare con calma, ma è comunque limitato. Se lo studente non avanza, significa che non investe abbastanza nel lavorare su sé stesso, oppure non è ancora pronto e non può studiare adesso.

La prontezza ad ascoltare e memorizzare, che di per sé è essenziale per l'apprendimento a livello della mente, si rivela del tutto insufficiente quando si parla di imparare sul Sentiero. Qui è importante avere non solo la disponibilità a riempire la mente, ma anche il bisogno di cambiare sé stessi. Una cosa è raccogliere conoscenze, un'altra è andare verso l'interno, superando le resistenze dei condizionamenti e delle reazioni psico-emotive meccanicistiche. E per poter fare questo è necessario un alto bisogno, di elevarsi al di sopra di sé stessi e arrivare all'Altissimo. Non è bene, quando la disponibilità di una persona ad entrare nella scuola, non corrisponde al livello del suo reale bisogno. Nelle persone moderne, la cui mente è sempre surriscaldata e tutto accade in essa, il divario tra la prontezza immaginaria e reale può essere molto grande. La prontezza immaginaria - viene dalla mente, è il frutto del desiderio superficiale, che spesso causato dalla lettura di un libro o da un post su social network. La vera prontezza ha radici più profonde, ad esempio nell'insoddisfazione per la propria vita, per il proprio stato interiore. Confronta due stati: uno in cui vorresti imparare qualcosa di nuovo e utile per te stesso, per il tuo sviluppo; e un altro - in cui non puoi più vivere come vivevi prima. Quando vuoi cambiare con tutto il tuo essere. Quando un mondo, in cui non hai l'esperienza della Presenza Divina, non solo non ti accontenta, ma semplicemente non ti serve. Questa è la differenza tra il desiderio di migliorarsi e il bisogno dell'Altissimo. Il percorso non è necessario per il primo (cioè a colui che vuole migliorarsi) ma è vitale per il secondo (per chi desidera nella propria vita la presenza divina), perché al di fuori di esso la loro ricerca può non portare al nulla.

Ho visto molte persone, che facevano il "percorso" da sole, scegliendo

intuitivamente le pratiche, ottenendo esperienze trascendentali e inventando i propri modi di interagire con il mondo e Dio. Molto spesso anche riescono a sviluppare la loro percezione e subiscono persino una serie di trasformazioni spirituali. Tuttavia, hanno sempre zone "cieche" nel loro spazio interiore e la loro comprensione di ciò che sta accadendo a loro è distorta o incompleta. *Non esiste un sistema* nella loro ricerca, che solo il Sentiero può dare. Su qualcosa hanno lavorato, ma altre cose sono rimaste intatte, e quindi c'è sempre distorsione nello sviluppo. Rimangono bloccati in fasi, che con il giusto atteggiamento e lavoro potrebbero essere superate velocemente. Raccogliendo informazioni da una varietà di fonti, i solitari hanno molte idee contrastanti, e non sempre sono in grado di distinguere la verità dalle "bugie spirituali", che sono state molte in tutti i tempi, ma ora come mai ce ne sono tantissime. E molto spesso i ricercatori solitari sembrano cacciatori di tesori, che scavano il terreno con piena dedizione lì, dove non c'è nessun tesoro.

Ogni vero Sentiero è un sistema di conoscenza e di pratiche. La conoscenza fornisce la comprensione di ciò che sta accadendo, indica possibili obiettivi, fornisce una mappa del Sentiero. La pratica è il mezzo principale per percorrerlo. Naturalmente è molto difficile, o quasi impossibile, percorrere il Sentiero attraverso i libri. Per fare questo, hai bisogno di una guida: un Maestro vivente, la Volontà di Dio o un mentore-Uwaysi (è una forma di trasmissione spirituale della conoscenza tra due individui senza la necessità di un'interazione fisica tra di loro in questo mondo), come ad esempio Khidr di sufi (ossia un servitore di Dio dotato di grande saggezza o conoscenza mistica, un messaggero, profeta, che insegna la conoscenza segreta e aiuta a chi ha bisogno). Ci sono cose che non possono essere scritte nei libri, e nessun libro può tenere conto della tua situazione e condizione attuale. Inoltre, è molto difficile vedere le proprie idee, attaccamenti e illusioni, sebbene ciò diventi possibile con un buon livello di consapevolezza. La pratica della consapevolezza può essere eseguita da soli, senza alcun aiuto dall'esterno e senza guida, se ne cogliete il principio principale e lo fate correttamente. Ma sotto la guida, anche l'acquisizione di abilità di consapevolezza è in qualche modo più veloce. Va detto, che il significato di qualsiasi guida sul Sentiero in

generale - sia che si tratti di lavorare con il Maestro o di seguire la Volontà - deve raggiungere due obiettivi. Uno di questi è accelerare il più possibile l'avanzamento lungo il Sentiero, riducendo il tempo necessario per passare attraverso le sue varie fasi. Il sentiero dura una vita, è un dato di fatto, ma una cosa è dimorare in Dio, e un'altra è essere nella terza nafs ispirata, gioendo all'infinito di aver finalmente trovato il vero Sentiero. Sei d'accordo sul fatto, che la differenza è enorme?

Il secondo obiettivo del Maestro è dare allo studente l'opportunità di arrivare all'Altissimo. Osho una volta disse: "Io sono la porta!", il che significa che il Maestro può diventare la porta dell'esperienza del Divino e della trasformazione. Lo studente è un'opportunità per il Maestro, e il Maestro è un'opportunità per lo studente, e spesso l'unica possibilità. Entrambi si realizzano a determinate condizioni, una delle quali è la corretta interazione tra lo studente e il Maestro. Immagina una persona i cui bisogni non hanno nulla a che fare con te. Questa è la situazione del Maestro. E se prendi la posizione di attesa (la posizione di un ragazzo che aspetta che la ragazza inizia da sola a corteggiare lui), allora crei una situazione in cui un lavoro efficace diventa impossibile. Solo il tuo bisogno crea opportunità di interazione, più forte il desiderio che provi, più è facile per il Maestro lavorare con te, perché è allora che diventi veramente pronto. Naturalmente non parlo qui di bisogni di ordine inferiore, come ad esempio il bisogno di attenzione o di correzione della psiche. Sto parlando del bisogno di Dio, della Verità e della trasformazione spirituale. Se ce l'hai, quindi procedendo da esso, il Maestro può iniziare a lavorare con te. In qualsiasi altra situazione, un'interazione efficace semplicemente non sarà possibile. Un proverbio sufi dice che "Allah non ha mani se non le tue". Così, il Maestro non ha altro bisogno che il tuo. Fin che sei timido, ti consideri indegno, ti chiudi in sé stesso e hai paura, le sue opzioni sono limitate e il Maestro è costretto ad aspettare il momento giusto, quando finalmente mostri il tuo bisogno. Se il tuo bisogno è basso, il lavoro sarà lo stesso. Poi, se non riuscirai a coltivare e accrescere il tuo bisogno, allora il lavoro si fermerà del tutto e la tua formazione sarà finita. Quando non c'è energia o richiesta - non c'è nessuna azione.

Nell'interazione con Dio, ci sono esattamente le stesse regole. La risposta

arriva al tuo bisogno, e nient'altro. «Chiedete e vi sarà dato, cercate e troverete, bussate e vi sarà aperto», dice Gesù, e parla del bisogno dell'uomo, al quale il Signore risponde sempre. Parla del più alto bisogno umano. Se hai solo i bisogni di un ordine inferiore e terreno, allora il Sentiero non è ancora per te. Devi soddisfarli e trovare più equilibrio interiore. Questo vale per la falsa modestia, la paura di mettersi in mostra, il giudizio su sé stessi che pervade tutte le tue azioni e molti altri tratti di un complesso di inferiorità. Allora hai bisogno di pratiche che ti aiutino a liberartene, o almeno a ridurlo a limiti accettabili. Se il tuo ego è tale, che non ti piace la parola Maestro, allora non ne hai bisogno.

Se senti il bisogno di Dio, della conoscenza della sua Verità e dell'unità con Lui, allora non esitare a manifestarlo - nella preghiera, nella ricerca della Via e nel volgerti al Maestro. Allora il tuo bisogno ti condurrà al Sentiero e, in definitiva, a Dio. Più precisamente, Egli stesso vi porterà a Sé, riempiendovi della sua grazia e del suo amore. Il tuo più alto bisogno è la chiave delle porte segrete dell'Essere, ricordalo e non perdere l'occasione, che come sai, non esisterà per sempre.

CONDIZIONE D'AMORE

È difficile raggiungere uno stato che conosci solo dalle parole di altre persone. Puoi volerlo, puoi accendere l'aspettativa di qualcosa di straordinario, ma quando si tratta di raggiungere stati dell'essere più elevati, tutti i tentativi di stimolare te stesso con il desiderio, di regola, si ritorcono contro. Se vuoi sperimentare lo stato di ebbrezza, allora puoi andare a ubriacarti. Allora conoscerai l'effetto del vino sulla mente e sul corpo. Ma la cosa principale che puoi portare via da questa esperienza, sarà il semplice fatto che le tue aspettative, costruite sulle storie degli altri, non coincideranno con le tue sensazioni durante l'ebbrezza. La nostra mente, tuttavia, può eliminare questo problema. Puoi, dopo aver bevuto, iniziare a comportarti nel modo in cui dovresti comportarti secondo le idee che ti sei creato. Allora bere alcolici sarà solo un modo per entrare in uno stato tanto atteso, e la mente "aggiusterà" questo stato, spingendoti in un'espressione o comportamento della tua ebbrezza. Gli adolescenti spesso si comportano in questo modo, soprattutto quelli che hanno assaggiato il vino per la prima volta. A loro piace scherzare facendo scemenze, barcollare e perdere il controllo di sé stessi. Questo è un modo affidabile per far corrispondere le aspettative con la realtà, e per la mente creare tali falsificazioni non è insolito. Devi solo sopprimere quelle sensazioni che non coincidono con quelle previste, sviluppare e rafforzare le sensazioni necessarie e quindi comportarti di conseguenza.

Ora immagina lo stato di amore per Dio, in cui, in teoria, dovrebbe vivere un vero sufi. Ti verranno in mente le poesie d'amore e i detti estatici degli antichi sufi. Da loro capirete, che lo stato di amore per Dio porta in sé l'angoscia della separazione dell'amante dall'Amato e il desiderio appassionato di unirsi a Lui. Allora, probabilmente, capirete che l'estasi è una manifestazione dell'amore dell'uomo per Dio e anche, forse, del Dio per l'uomo. Capirete che quell'amore per Dio è lo stato normale di un vero sufi, e penserete che ognuno dovrebbe sforzarsi di aumentare le sue manifestazioni nel suo cuore. Saprai anche, che l'amore inebria, e rimane solo una domanda: come arrivare allo stato di questo meraviglioso amore per Dio sotto tutti gli aspetti?

Ci sono un paio di semplici verità, che possono essere facilmente verificate nella pratica. Primo, non puoi desiderare ciò che non conosci. Per volere qualcosa, devi sapere che esiste - questo è ovvio. In secondo luogo, per innamorarsi, devi almeno vedere l'oggetto del tuo amore e, ancora meglio, conoscerlo più vicino. E qui si tratta dell'amore normale, umano, del tutto terreno, che può essere diverso per qualità e profondità. Che dire allora dell'amore per Dio, che è impossibile vedere ed è ancora più difficile conoscere Lui?

Nel sufismo coranico si distinguono due tipi di amore: primo -l'amore fisico ordinario, in cui predominano l'attrazione sessuale, la passione e le emozioni, e secondo - l'amore della mente, l'amore razionale, che viene creato e mantenuto a livello della mente. Il primo sorge spontaneamente e una persona non può controllarlo. Il secondo - razionale - è creata e alimentata dall'uomo stesso, e secondo questa logica, dovrebbe contribuire alla nascita della più alta forma di amore possibile, che è rivolta a Dio. L'amore razionale appare ed è sostenuta dalla lettura di testi sacri e dal pensiero, dalla contemplazione delle qualità di Dio e dall'aspirazione per Lui. In altre parole, si basa sulla mente con i suoi desideri, che vengono alimentati attraverso la lettura, il pensiero e la contemplazione. E la mente può amare o *un'immagine* (cioè un'immagine raffigurante Dio, ad esempio Gesù nel cristianesimo), o *un'idea* che descrive Dio. Nient'altro è dato alla mente da amare. Quindi, si scopre che sulla strada per la bella meta, il che implica che

i sufi amano l'Onnipotente, l'amore si rivela piuttosto speculativo e solo a livello mentale - a meno che, ovviamente, non includi esercizi pratici che ti portino all'estasi o a uno stato alterato. Ad esempio, leggendo dhikr in un modo piuttosto specifico, sarà possibile entrare nel famigerato stato di "ebbrezza" di amore e pensare che in esso ti avvicini a Dio. La mente può a lungo stimolare sé stessa, e altrettanto facilmente può ipnotizzare sé stessa ed entrare in stati alterati. Può produrre un sentimento di amore per Dio, che come ogni altro sentimento, unirà idee, desideri ed emozioni. Ti porterà ispirazione, sostituita qualche volta dalla sofferenza e dal desiderio per l'Amato, di cui tanto è stato scritto nell'antichità. In una certa misura, tutto ciò aiuta ad avanzare sulla Via e certamente contribuisce a cercare esperienze di interazione sempre più stretta con l'Altissimo. Ma la domanda è: questo sentimento è il vero amore per Dio, sperimentato dai mistici?

Estasi, eccitazione, desiderio e passione (espressi, ad esempio, nella preghiera) - tutto ciò si riferisce all'amore terreno e agli stati "terreni". Il vero amore per Dio appare nel Cuore di un sufi quando il Signore si è già rivelato a lui, quando il sufi arriva allo stadio di essere in Lui. E, come sempre accade, il cercatore non può capire la differenza tra un amore sincero, anche se semi-speculativo, per Dio, e l'amore che arriva negli stadi successivi del Sentiero Sufi, finché non li raggiunge lui stesso. Quando una persona intraprende il Sentiero, può amare solo le proprie idee su Dio, anche se derivano da un senso mistico della Sua realtà e Suo sostegno. Queste idee saranno ancora immaginazioni e niente di più. Nel momento in cui, il Cuore del Cercatore si apre e in esso appare la Luce, anche allora il vero amore rimane inaccessibile, perché allora una persona conosce il Creatore, che è la Fonte di tutte le cose, ma che ancora è solamente una connessione con Lui, e nient'altro. Nella fase di seguire la Volontà di Dio, una persona può già amare il Creatore, ma sarà l'amore di un servo per il suo padrone, che si prende cura di lui e lo guida. Questo amore non è ancora permanente e può mostrare malcontento per le richieste che fa il Signore al Suo servo. Direi, che questo stadio del Sentiero è necessario perché, tra le altre cose, il sufi impara ad accettare *tutto ciò* che gli è dato. E ciò che a parole suona facile, nella vita si rivela molto più difficile. Ti liberi dei rimanenti desideri e attaccamenti,

acquisisci la prontezza per la morte, apprendi piena fiducia per qualsiasi contenuto della Volontà di Dio; sei levigato, levigato e levigato finché, finalmente diventi maturo per il passaggio allo stadio successivo del Sentiero. Poi la fase successiva è la scomparsa in Dio. In genere è difficile parlare di amore qui, perché la trasformazione che ti sta accadendo è così radicale che l'esperienza precedente, e con essa i vecchi concetti, diventano inadatti a descriverla.

E così si scopre, che una persona arriva per sperimentare puro, incondizionato e non oscurato da tutti i tipi di stati alterati, amore per Dio, solo allo stadio di essere in Lui.

Ho già scritto dell'amore, sia terreno che divino, e ho sempre trovato in esso una qualità, che, a mio modo di vedere, è la sua principale conseguenza. In amore, ho trovato l'accettazione verso la persona che ami, oltre all'attrazione per lei a livello fisiologico. L'amore tra le persone nasce sullo sfondo di una serie di bisogni che richiedono la loro soddisfazione, e il desiderio sessuale gioca il ruolo principale, e altri seguono - come il bisogno di intimità, prendersi cura, il bisogno di essere necessari per qualcuno e persino il fatto che anche tu servi a qualcuno che ti ama. Ogni amante vuole la reciprocità, perché senza di essa l'amore diventa un tormento che non ha senso. Nessun desiderio porta a una persona così tanta sofferenza, quanto un amore non corrisposto. E sebbene, ci siano sempre molti desideri nel sentimento dell'amore, ma il principale è il desiderio di essere vicino alla persona amata, e allora tutto il resto può essere in conseguenza tollerato e accettato. E lì, dove non sorge l'accettazione, il desiderio principale, su cui si basa il sentimento d'amore in questa particolare persona, non sarà completamente soddisfatto. Se capisci questi momenti, puoi sempre capire quale desiderio specifico di uno dei partner lo rende infelice in una relazione. Certo, potrebbero esserci molti di questi desideri, e non per un partner, ma per entrambi, ma l'essenza della questione non cambia da questo. Se l'amore è forte, allora la soddisfazione del desiderio principale - stare insieme - implica mettere in

secondo piano i desideri che lo accompagnano e accettare ciò che è. Se l'amore è debole, allora ci saranno sempre condizioni, in cui una persona è pronta a stare con te, e queste condizioni saranno dettate da suoi "altri" desideri. Quindi, ti accetterà solo finché soddisfi i suoi requisiti - e solo allora ti sembrerà di essere amato. In altre parole, quando si considera l'amore, che si verifica tra le persone, l'accettazione di un partner è un indicatore della presenza di amore - e se il partner trova difetti nell'altro all'infinito, significa che l'amore quasi non c'è. Da ciò ho concluso, che l'accettazione è una conseguenza di ciò che chiamiamo amore. Ma per quanto riguarda l'amore per Dio, le cose sono un po' diverse.

Anche la ricerca di Dio e il rivolgersi a Lui iniziano con i bisogni: qui la legge è la stessa. Ma questi bisogni sono in qualche modo diversi da quelli che suscitano un sentimento di amore nelle persone in relazione tra loro. Sono conosciuti: il bisogno di aiuto, guida, misericordia (nel senso più ampio della parola), grazia, ma anche Verità e anche Amore. Le persone del mondo chiedono aiuto e sostegno per risolvere i loro problemi terreni; le persone del Cammino chiedono la stessa cosa, ma questa volta riguardo al raggiungimento della loro più alta meta spirituale. L'essenza è la stessa, ma le esigenze sono diverse. E sebbene l'amore per Dio sia generalmente accolto da tutte le confessioni, ma in realtà, ciò non accade quasi mai. La stessa situazione di una sorta di dipendenza da Dio è mal accettata dall'io umano, e quindi coloro che sperimentano il vero amore per Dio, infatti, non sono affatto molti. È facile amare Cristo che è salito sulla croce, perché c'è un'immagine e una bella storia che puoi comprendere. Cercate di sperimentare l'amore per Colui che non ha immagine e supera tutte le qualità a Lui attribuite, rimanendo fondamentalmente incomprensibile nella sua interezza. Pertanto, il vero amore - non supportato dall'autoipnosi e dalle pratiche estatiche - non può apparire in una persona negli stadi iniziali del Sentiero, sebbene a volte si verificano scorci episodici di esso.

Nell'emergere dell'amore terreno, un ruolo molto importante è svolto dall'attrazione sessuale, che normalmente non si verifica nell'amore per Dio. Il ricercatore è guidato dall'attrazione verso l'aldilà, che sul Sentiero svolge una funzione simile all'attrazione sessuale: crea un bisogno che

richiede una soddisfazione obbligatoria. È l'attrazione per il più alto, per ciò che non è in questo mondo, che fa di una persona un cercatore e, alla fine, la conduce a Dio. Qualcuno è già nato con esso, qualcuno lo acquisisce nel processo della vita, ma è quasi impossibile passare il Sentiero senza di esso. Sebbene l'attrazione non diventi una fonte di amore, aiuta a fare un'esperienza di interazione con Dio e ad acquisire la conoscenza della sua *verità*. È qui che inizia la conoscenza dell'Onnipotente, il che significa che appare la prima condizione per l'emergere del vero amore per Lui.

La storia dell'amore di Dio contiene un paradosso noto solo ai mistici di prim'ordine. Gli altri si limitano a ripetere le loro affermazioni, come quella "Dio è Amore", riempiendoli con i propri significati a seconda del livello della loro comprensione. Colui che dimora in Dio scopre per sé una Verità inaspettata: più ti avvicini a Lui, più forte diventa l'amore in te, incondizionato e che non richiede nulla; Amore che riempie tutto il tuo essere, e non c'è niente con cui confrontare questa esperienza, perché ancora una volta non c'è niente di simile nella tua esperienza precedente. E qui si conosce un'altra Verità, che vi rivela che la condizione principale per questo Amore supremo è *l'accettazione di tutto ciò* che esiste in tutti i livelli della Realtà e in tutti i livelli della Creazione.

I desideri ti mettono in una situazione in cui non puoi accettare le cose più semplici che impediscono la loro realizzazione. Anche seguendo la Volontà di Dio, ti trovi in una posizione in cui realizzare il desiderio di Dio (in fondo, la Sua Volontà è, infatti, il Suo desiderio) è più importante di qualsiasi cosa al mondo, e tutto ciò che si oppone a questo deve essere superato e trasformato. Certo, seguendo la Volontà si impara l'umiltà e l'accettazione delle sue esigenze, ma è molto difficile accettare le difficoltà legate alla situazione esterna, perché è quello che bisogna cambiare. Devi agire, ed è praticamente impossibile che il portatore della Volontà pervenga ad una piena accettazione di tutto ciò che accade, altrimenti verrà meno all'Opera che gli è stata affidata e non svolgerà il ruolo che gli è stato assegnato nella Creazione.

Quindi, la piena accettazione viene dopo, e nel modo più misterioso apre le porte dell'Amore. Non ti aspetti niente, non cerchi niente e non conti su niente, puoi agire o non agire e, in effetti, per te non c'è differenza in

questo. Sembrerebbe che non succeda nulla. E poi da qualche parte nel profondo (sebbene, forse, in una dimensione completamente diversa) si apre una fonte d'Amore, non diretta a nessuno in particolare, ma che si riversa proprio così - dentro di te e attraverso di te. E all'inizio sembra un flusso debole, ma gradualmente guadagna forza. E puoi semplicemente osservarne il flusso, oppure puoi dirigere questa energia verso qualcuno, rendendoti conto che né tu stesso, né colui a cui la trasferisci, hai mai provato qualcosa di simile. Allora la gratitudine a Dio diventa il tuo stato naturale, Senza il quale non ti succedrebbe mai niente. E ad un certo punto, l'Amore che senti si rivolge a Dio, e poi accade un altro miracolo. Esprimi il tuo amore a Lui, e nello stesso momento acquisisce tale forza e cambia la sua qualità che inizi a capire chiaramente e sentire cos'è: l'Amore Divino. E che tutti gli altri attributi e ipostasi di Dio svaniscono davanti a questo amore. E che, forse, l'esperienza dell'Amore Divino è la più alta di tutto ciò che è a disposizione dell'uomo. Ma qui, certo, si può sbagliare, perché il Cammino continua ancora e la Grazia del Signore è infinita.

Desiderio e passione creano l'amore mondano. La loro assenza rivela all'uomo un Amore diverso, superiore e un'esperienza di tale intensità, alla luce della quale tutti i piaceri terreni appaiono patetici. Accettate il mondo così com'è, accettate le persone così come sono, accettate Dio così com'è - e conoscerete l'Amore.

FUOCO DI ASPIRAZIONE

Una persona che non vuole nulla, che non ha desideri è come una pietra. Può essere sdraiato tutto il giorno, fissando il muro e muovendosi malapena. La sua energia è come l'acqua morta e idea della morte non solo non lo spaventa, ma sembra essere il modo migliore per uscire dalla situazione.

Una persona che ha molti desideri è come un albero sotto un forte vento. È scosso qua e là e la sua energia è costantemente usata per la resistenza, sia alla forza dei desideri, sia alle circostanze che impediscono a questi desideri di essere realizzati. Se il vento diventa un uragano, l'albero può rompersi, quindi una persona il cui forte desiderio rimane insoddisfatto, cade in depressione, perdendo i desideri e trasformandosi in una pietra.

Una persona piena di aspirazione verso Dio è come un fuoco. La forza dell'aspirazione nutre la sua energia con un'intensità mai vista prima e tira una persona verso l'alto, verso l'Aldilà. Allora diventa molto più facile muoversi lungo il Sentiero.

Nel discorso colloquiale, l'aspirazione è solitamente identificata con il desiderio, essendo il suo sinonimo. Ma qui userò questa parola con un significato diverso, che semplicemente non esiste al di fuori della ricerca spirituale o del Sentiero. E quindi, ovviamente, non si riflette nel linguaggio ordinario.

Il desiderio ti attira nel mondo e anche se è finalizzato al raggiungimento di obiettivi spirituali, il desiderio ha comunque come obbiettivo il tuo beneficio ed è esplicitamente o implicitamente correlato al tuo ego. Non può essere altrimenti, perché ogni desiderio è formato dalla mente e da essa formulato. Quindi la mente è presente in ogni desiderio e dovresti liberarti completamente dall'ego, in modo che, il suo contenuto non influisca in alcun modo sulla formazione dei tuoi desideri. Ma in realtà non importa quanto ci provi, non puoi eliminare te stesso dal contenuto dei tuoi desideri e non cambierai nemmeno la loro natura – che è alimentata dalla forza vitale del Flusso discendente della Creazione –. Cioè, anche se vuoi raggiungere l'unità con Dio, rimani nella potenza del Flusso discendente e hai tutte le conseguenze necessarie associate a desideri "di lunga realizzazione", che sono anche abbastanza difficili da soddisfare. Avrai rabbia, poi tristezza, poi paura, che niente funzionerà per te, e attacchi di disperazione associati a tutto questo. Agendo attraverso il desiderio, rimarrete intrappolati in voi stessi e nelle condizioni di esistenza a valle della creazione. Ed è così che, tra l'altro, agisce la maggior parte delle persone che si classificano come ricercatori o in generale come personalità "spirituali".

La situazione non diventa assolutamente disperata solo per il fatto che oltre al "flusso discendente" c'è anche un Flusso Ascendente. E ha anche una sua forza, che aiuta chi cerca una via d'uscita dall'ordinario. E se la forza del Flusso Discendente si manifesta in una persona come pressione, allora la forza del Flusso Ascendente viene percepita da lui come *un'attrazione*. I desideri tengono una persona in una gabbia invisibile, che considera la sua casa. Vivere attraverso i desideri è talmente naturale che è quasi impossibile anche solo pensare diversamente. I desideri insoddisfatti comprimono la persona, chiedendo la loro rapida realizzazione e promettendo notevoli sofferenze se ciò non accade. Tale è il potere del Flusso discendente della Creazione sulla vita umana. Il Flusso Ascendente colpisce ugualmente le persone, ma in generale le sue influenze sono ridotte al minimo perché il velo dei desideri umani è troppo denso per farlo percepire. Tuttavia, usando il desiderio di trascendere, si può diventare molto più disponibili alle energie del flusso ascendente.

Se il tuo desiderio viene dalla mente, non ci sarà alcun approccio alle influenze del Flusso Ascendente. Tutto rimarrà come prima e la tua spiritualità si manifesterà come conseguenza del tuo stesso ego. Le influenze del flusso ascendente diventeranno disponibili se sei guidato dal bisogno di trascendere, e il desiderio è solo una sua formulazione verbale a livello della mente. Attraverso il bisogno dell'Altissimo, si arriva a ciò che viene chiamato "aspirazione", a ciò che non è più collegato alle forze del Flusso discendente della Creazione. E qui la necessità è la condizione principale per acquisire un vero desiderio di Dio.

Proprio come l'acqua scorre sempre verso il basso, così i desideri conducono sempre nel mondo e ti legano ad esso. Proprio come il fuoco tende sempre verso l'alto, così l'aspirazione ti eleva al di sopra delle cose mondane. L'aspirazione non è altro che la manifestazione delle energie del Flusso Ascendente nel vostro spazio interiore; nel tuo corpo eterico e nel tuo corpo mentale. Questa è una forza che crea dentro di te un nuovo vettore di possibile applicazione degli sforzi, che non è più focalizzato sulla mente e sui giochi dell'ego.

L'ego umano ama l'indipendenza. In tutti, probabilmente, i paesi del mondo celebrano il proprio giorno dell'indipendenza e ne sono molto felici. Alla mente piace sentirsi indipendente da qualsiasi cosa e fare affidamento sulle proprie forze. La sensazione della propria forza rafforza e mantiene l'ego umano. La realtà, tuttavia, è che una persona non ha alcuna forza speciale. Vive in costante interazione con le forze esterne, diventandone sia il conduttore che il trasformatore, o semplicemente rimanendo l'oggetto della loro influenza, che influisce in modo significativo sul suo stato. Una persona ha pochissime proprie forze: non c'è nessun paragone con le forze esterne. La luna piena, un cambiamento della pressione atmosferica, un forte raffreddamento o riscaldamento fanno sì che un gran numero di persone cambi il proprio stato di salute, e di solito non in meglio. Per quanto riguarda i disastri naturali, tutti capiscono che una persona è praticamente impotente di fronte a loro. Pertanto, ciò che l'ego umano considera come forza si riferisce solo alla capacità degli umani di sopravvivere tra i loro simili. Ma anche qui la forza ha un'importanza molto

relativa, perché il fattore delle influenze esterne, a cui è soggetta tutta l'umanità, annulla se necessario ogni forza, sia degli individui che dei loro vari gruppi. E l'unica forza che aiuta davvero a sopravvivere, ottenere ciò che vuoi e avanzare lungo il Sentiero, è stata e rimane la pazienza.

L'aspirazione non può sorgere in una persona da sola – ha sempre inizio dall'esterno. Dentro la persona c'è una richiesta di *qualcos'altro*, un'insoddisfazione che richiede soddisfazione, che comunque resta sempre un “desiderio”. Non possiamo parlare di aspirazione in quanto questa come abbiamo detta non può che arrivare dall'esterno, da Dio. Aspirazione è una risposta alla chiamata, all'attrazione della Luce, che è la parte mistica delle energie del Flusso Ascendente. Proprio come il ferro è attratto da una calamita, così l'essenza umana, in determinate condizioni, si apre all'influenza dell'attrazione della Luce, che è uno degli attributi di Dio. Queste condizioni sono abbastanza semplici: che tu abbia bisogno di ciò che questo mondo non può darti e l'indebolimento della pressione dei desideri poiché i desideri sono un ostacolo diretto all'aspirazione a Dio.

Più una persona è giovane, più forte è il suo corpo e più vitalità può contenere. È pieno di desideri e la sua connessione con il flusso discendente della Creazione è molto forte. Ad un'età più matura, una persona si avvicina naturalmente alle energie del Flusso Ascendente, perché al momento della morte, la Coscienza individuale entra in esso. Inoltre, con l'età, la pressione dei desideri si indebolisce e se una persona non li ha repressi molto durante la sua vita, anche un'influenza debole può portarla alla ricerca della Luce. Pertanto, un desiderio vero, e non immaginario, nasce più spesso nelle persone mature che nei giovani, che percorrono il Cammino con più sicurezza e facilità. Anche se, ovviamente, ci sono delle eccezioni.

Gurdjieff ha chiamato le influenze del Flusso Ascendente, influenze di secondo ordine, esse si diffondono consapevolmente, in contrasto con altre influenze, che agiscono in modo casuale e meccanico. In precedenza tali influenze venivano distribuite dai mistici attraverso la scrittura di libri che esponevano la conoscenza spirituale o mistica e che in questo modo appunto distribuivano tali influenze. Ora sono state aggiunte lezioni video e

audio, nonché audiolibri. Il principio rimane lo stesso; le modalità di distribuzione sono leggermente cambiate. Un testo scritto da una persona consapevole avrà un certo impatto, soprattutto se è stato creato proprio per questo scopo. Quindi agirà su qualcuno che è già maturo per il risveglio, facendo nascere in lui, seppur piccolo, ma pur sempre un impulso di aspirazione. È chiaro che la forza dell'impulso che è sorto per la prima volta dipenderà dalla prontezza della persona e dalla forza del testo che sta leggendo. E non esiste una regola generale perché lo stesso testo agirà in modo diverso su persone diverse, a parità di tutte le altre cose. Ma comunque funzionerà. I materiali video e audio possono avere un effetto più forte o addirittura opposto, perché se un testo forte non è molto ben doppiato, e anche un video viene sovrapposto su cui si alternano tramonti con albe e altri tipi di natura, allora il potere della sua l'influenza sarà estinta da loro.

Gurdjieff chiamava la comunicazione o apprendimento sotto la guida di una persona cosciente "influenza di un tipo *speciale*", e tale tipo di comunicazione non è da ritenersi casuale. In questo senso, i video con conferenze di mistici illuminati risultano essere ancora influenze del secondo tipo, sebbene agiscano in modo abbastanza forte. Tuttavia, è impossibile confrontare l'impatto di libri e materiali audio o video, perché utilizzano diversi canali di percezione delle informazioni. Con la comunicazione con una persona cosciente, puoi sentire l'impatto diretto dell'energia della Luce, ma le regole qui sono le stesse: devi essere pronto per questo e avere il bisogno dell'Altissimo.

C'è un punto che non può essere ignorato. Spesso le persone vengono agli incontri con coloro che si posizionano come illuminati per verificare il grado della loro illuminazione. Questo obiettivo stesso molto spesso chiude una persona da una possibile ricezione delle energie. Il desiderio di verifica nasce dall'ego, dalla sua certezza di poter percepire qualcosa di più alto o speciale negli altri. L'impatto della Luce non è così robusto da poter essere percepito direttamente, ed è importante sintonizzarsi non per controllare, sedersi e scansionare le proprie sensazioni, ma per ricevere tale energia e aprirsi, cercando di ricevere il messaggio con cui questo o quell'insegnante

viene da te. Non metterti nella posizione di un "esperto" che può valutare qualcosa, perché il tuo ego proietterà esattamente ciò che vuoi su ciò che vedi. Allora vedrai tutti i segni dell'illuminazione in un imitatore ben addestrato, e la tua mente sarà ispirata e sarà in dolce eccitazione, pensando che la grazia sia scesa su di te. E il vero maestro, che non si adatta alle tue idee sul sublime, lo scarcerai senza pensarci su. Tuttavia, questo significherà che non sei ancora pronto a ricevere seriamente le influenze dal Flusso Ascendente della Creazione.

Lavorare sotto la guida di un Maestro ti assicura di essere costantemente esposto alle influenze superiori di cui lui è il veicolo. La pratica ti apre anche a queste influenze e alcune di esse mirano ad aumentare la tua aspirazione attraverso l'interazione diretta con le energie del Supremo. Meno desideri hai, più sei esposto alle forze del Flusso Ascendente. Questo, in particolare, spiega il fatto paradossale che più ti avvicini a Dio, più forte diventa il tuo desiderio per Lui. Pertanto, i sufi di alto livello potrebbero scrivere testi sul loro desiderio per l'Amato, pieni di passione, che è completamente incomprendibile per i ricercatori alle prime armi, perché il loro desiderio non è ancora più forte della fiamma di una candela.

L'aspirazione è un fuoco che può liberarti da tanti problemi interiori irrisolti. I desideri insoddisfatti possono benissimo essere distrutti dal fuoco della aspirazione. Il fuoco dell'aspirazione, come è normale che sia, purifica il vostro spazio interiore, ma è praticamente impossibile aspirare in sé stessi una tale forza nelle prime fasi del Sentiero. Tuttavia, anche i singoli impulsi di aspirazione, avviati dalle pratiche o dall'influenza del Maestro, possono aiutarti a muoverti verso il tuo obiettivo.

Se comprendi l'importanza di sforzarti di raggiungere stati più elevati dell'essere, allora cercherai di proposito le influenze della Luce. Leggere libri che li hanno aiutati. Se leggi tutto indiscriminatamente, le influenze del secondo tipo si estingueranno leggendo, per così dire, libri spirituali o mistici che in realtà non lo sono. Devi essere attento a ciò che leggi o ascolti, specialmente quando il desiderio è appena sorto in te. È meglio rileggere più volte lo stesso libro se suscita in te il fuoco dell'aspirazione che seguire i

capricci della mente, seguendo la sua inquietudine e il desiderio di qualcosa di nuovo.

Non desiderare un aumento del potere personale, perché questa è un'illusione che sarà comunque distrutta, dalla vita o dalla morte. Sforzati per la Luce Divina, diventane il conduttore e non avrai bisogno di alcun potere. Conosci il fuoco dell'aspirazione e attraverso di esso arriverai alla conoscenza più alta: la conoscenza di Dio e della Sua Verità.

VERITÀ DI DIO

Tra i novantanove nomi di Allah c'è il nome "Al-Haqq" - il Vero. Degli altri significati che vengono rivelati al ricercatore durante la pratica di ripetere questo nome, uno dei principali è il significato di "vero", che significa - realmente esistente. L'affermazione della *realtà dell'esistenza di Dio* sta al cuore alla maggior parte delle religioni, ma senza che la propria esperienza (esperienza del ricercatore) confermi la *sua realtà*, i dogmi religiosi valgono poco.

I nomi di Dio, come sapete, riflettono i Suoi attributi, cioè le qualità che Egli possiede. È chiaro che un numero limitato di nomi non copre tutte le Sue qualità, ma una persona per propria natura non è mai in grado di abbracciare completamente tali qualità - né a livello del suo essere, né a livello della sua mente limitata. I nomi "Testimone" e in parte "Luce", riflettono l'attributo di Dio, concesso a ogni essere vivente: la Coscienza. La coscienza è testimone di tutto ciò che accade a una persona, e se lei segue la Via, allora è la Coscienza che testimonia la verità dell'esistenza del Supremo.

Quando pratici dhikr con il nome "Il Vero", dopo un po' inizi a notare che la qualità della tua auto-percezione sta gradualmente cambiando. Nello spazio interiore c'è una certa nuova "*densità*", una nuova energia che rende più manifesta la tua realtà. Come se l'affermazione "Io sono, io esisto" cominciasse a risuonare dentro di te e tu riferisci inizialmente tale attributo a Dio

ma in parte tale affermazione inizia a lavorare dentro di te definendo e rafforzando anche il tuo essere e la tua presenza. La qualità *della verità* comincia a manifestarsi in te stesso, e tu diventi capace meglio di prima a distinguere la verità dalla falsità - nelle parole e nei testi che pretendono di possederla. Lavorando con gli attributi di Dio, il ricercatore non li acquisisce nella loro interezza, ma ciascuno di essi influenza il suo stato, trasformandolo in una certa misura. Gli attributi divini possano essere ottenuti dal sufi solo allo stadio del Sentiero, chiamato "lo stadio dell'essere in Dio", e primo di ciò può conoscere solo le loro qualità *attraverso* la pratica del dhikr. Ogni attributo ha le proprie qualità e concentrandosi sulla ripetizione di un nome particolare, una persona inizia a sentire le manifestazioni delle sue qualità nel proprio essere. Pertanto, la pratica del dhikr è inestimabile per coloro che vogliono toccare, anche se in misura molto piccola, la realtà dell'esistenza di Dio.

Naturalmente, ci saranno sempre degli scettici che vedono la pratica del dhikr solo come un'altra forma di autoipnosi, dicendo che la ripetizione di una parola che abbia un certo significato influenza la mente, creando l'illusione di cambiamenti interni. Ci sono sempre scettici e alcuni non si fidano della religione, mentre altri non si fidano della scienza. La sfiducia basata sul pregiudizio - cioè sul condizionamento - è una cosa naturale e non richiede alcun sforzo ai suoi proprietari, quindi ci sono sempre molti scettici. L'esperienza è molto più "impegnativa", ma mostra che l'effetto del dhikr non può essere in alcun modo spiegato dai giochi della mente con sé stessa. La mente influenza il corpo eterico e fisico, il che è ben illustrato dall'effetto, ad esempio, di affermazioni curativi di Georgy Sytin (il metodo si basa sull'influenza della parola sullo stato somatico e psico-emotivo durante l'ascolto di espressioni speciali). Ma l'energia qualitativa degli attributi di Dio ha una natura diversa, non correlata alla capacità della mente di indurre allucinazioni su sé stessa. Qualsiasi cercatore che è riuscito a prendere coscienza dei movimenti della sua mente può facilmente vederlo. Nell'autoipnosi, la mente stessa, il suo stato, cambia prima di tutto. Quando la qualità di un nome si manifesta nell'essere di una persona, questa avverte la presenza di una nuova energia, una nuova forza dentro di sé, ed essa non è in alcun modo connessa con l'at-

tività della sua mente. È una forza che è entrata dall'esterno e non sorta dall'interno; non viene dalle risorse interne di una persona e non si genera dalla sua mente.

Lo scopo, per il quale l'azione viene eseguita, crea un'intenzione direttamente correlata ad essa (=motivazione). Quando il ricercatore inizia a ripetere il nome di Dio, intende entrare in interazione con Lui. Quando una persona si siede a meditare per calmare la sua mente, allora la sua intenzione è quella di ottenere un effetto terapeutico e per questo si limiterà ad esso. La mente, ovviamente, partecipa alla formazione dell'intenzione - e non c'è modo di farne a meno. Dopotutto, è la mente che funge da motore dell'attenzione. Attraverso la mente, possiamo dirigere la nostra attenzione verso l'interno, verso l'esterno o verso un punto specifico del corpo. Ebbene, l'attenzione è una funzione della Coscienza, e l'effetto dell'esercizio non si ottiene grazie alla mente, ma grazie all'interazione dell'energia della Coscienza con l'oggetto a cui è diretta. Nel caso del dhikr e della preghiera, questo è un appello alla Presenza Divina, che risponde all'intenzione e alla necessità di una persona in tale interazione. In esso si ottiene una risposta alle preghiere e la pratica del dhikr porta un effetto che non dipende né dalla mente, né da altri corpi ed energie di un essere umano.

Non ci è dato trovare Dio nel mondo fisico esterno che ci circonda. In ogni caso, Egli non può essere trovato qui sotto forma di qualche entità superiore. Allo stesso tempo, però, si può scoprire personalmente la Sua Presenza, che si sente come un'energia speciale che permea l'intero spazio del mondo. Ma anche qui sorgono alcune difficoltà, che sono legate all'abitudine dell'uomo di fare di Dio un oggetto. Possiamo facilmente immaginare la Presenza Divina sotto forma di una specie di immagine: come una nebbia che penetra tutto, o energia di un certo colore, o qualcos'altro. Il problema di una persona in relazione alla percezione di Dio e della Realtà più alta, sta nel fatto, che la sua mente è molto frettolosa e crea quasi immediatamente un'immagine di ciò, che ha appena appreso, superando l'esperienza. L'esperienza più elevata è *un'esperienza*, e nessuna immagine creata dalla mente aiuterà a ottenerla. Più probabile è il contrario, dopo che l'immagine è stata creata, la mente si sforzerà di creare la giusta *esperienza*, che non si discosti da ciò, che è già dentro la mente. Pertanto, per coloro, che hanno l'immagine di Cristo nella loro mente, verranno esperienze associate a Lui e ai suoi insegnamenti, e per coloro che credono nella Mente universale, arrivano le rivelazioni corrispondenti. Per arrivare a sperimentare la vera Realtà, sono necessarie due condizioni. Primo: sbarazzarsi del potere della mente su te stesso. Cioè, raggiungere un tale grado di consapevolezza, che la mente

non corre avanti, in modo da non produrre immagini nuove di ciò che dovrebbe essere sperimentato, e non inventato. È necessario distogliere l'attenzione dall'identificazione con i movimenti della mente, e qui bisogna cominciare a prestare attenzione al corpo, così che poi, quando la consapevolezza prende forza, si interrompono i tentativi della mente di creare immagini dal nulla. Secondo: si dovrebbe sviluppare la propria percezione in modo tale, da poter sentire la Presenza Divina direttamente, al di fuori dei pensieri e delle fantasie su di essa.

Non si può sostenere che tutte le esperienze associate alle idee e immaginazioni su Dio, siano del tutto false, sebbene ce ne siano comunque molte. L'impulso della Conoscenza, ricevuto dall'alto, prenderà forma in accordo con le idee che una persona ha coltivato in sé stesso, e in esse può rivelarsi una parte della Verità, sebbene distorta. Tuttavia, finché rimarrai fedele alle tue idee - sulla Verità e su Dio - essi saranno per te veli, che nascondono entrambi. Qualsiasi idea -ti oscura la Realtà, e alcune di esse diventano dei veri e seri ostacoli sul Sentiero. Questo concetto riguarda anche stesse idee su come dovrebbe essere il Sentiero, come dovrebbe essere l'illuminazione e a cosa conduce. A causa loro, non puoi accettare ciò che è, ciò che sta realmente accadendo e quei aspetti dell'essere un mistico, che non possono essere descritti da nessuna parte, perché sono molto individuali. A causa della discrepanza tra le tue idee sul Sentiero e ciò che sta effettivamente accadendo su di esso, affonderai nella resistenza e perderai l'opportunità di sperimentare la Verità. Devi capire chiaramente, che più idee porti su Dio, il mondo e la Via, più lontano ti ritrovi dalla percezione della Realtà. Il risultato sarà una rabbia, diretta contro tutto ciò che non rientra nella struttura delle tue idee e immagini inventate, accompagnata dalla negazione del tutto ciò che è vero e dalla difesa delle tue illusioni.

Il ricercatore ha bisogno di coraggio per mettere in discussione tutte le sue idee e iniziare a esplorare ciò che è. Sfortunatamente, molto spesso accade esattamente il contrario. Tutto ciò, che non va d'accordo con le sue idee e aspettative, viene messo in discussione, e quindi un'indagine serena sulla questione diventa praticamente impossibile, perché insieme ai dubbi entra una sottile negazione e resistenza. Le pratiche vengono eseguite per

mantenere le apparenze di un lavoro svolto, ma in conseguenze, anche i loro risultati vengono messi in discussione o non raggiunti affatto e una persona lascia il Sentiero. Così la mente protegge le proprie illusioni, e quindi la ricerca si riduce solo a trovare sempre più prove, che le proprie illusioni sono la Verità, e la Verità è una finzione di coloro che non hanno capito nulla e non hanno padroneggiato le idee giuste. La via per mantenere le illusioni è ampia, ed è sempre piena di coloro che vogliono nutrire le loro menti e il senso della propria giustizia, non sapendo nulla del Cuore.

Occorre passare dalle idee all'esperienza, dal pensiero alle sensazioni, dalla mente al Cuore. Attraverso la consapevolezza delle sensazioni, arriviamo a sperimentare la Presenza Divina, e attraverso il Cuore, all'esperienza della connessione con Dio. Non una connessione immaginata da noi, ma piuttosto reale, sentita ed esistente.

La percezione della Presenza Divina può avvenire spontaneamente, come una sorta di esperienza trascendentale, oppure può essere uno sfondo costante in cui una persona vive. Essa, infatti, è lo sfondo del nostro essere, di cui però siamo del tutto ignari. Considerando che, molte persone non sono realmente consapevoli nemmeno delle loro emozioni e stati attuali, la loro mancanza di consapevolezza della Presenza Divina non dovrebbe sorprendere nessuno. La maggior parte semplicemente non sa nulla della esistenza della presenza divina, e coloro che sanno qualcosa, di solito sono limitati dalle loro stesse idee, interpretando la Presenza in un modo o in altro. C'è nel cristianesimo, ad esempio, il concetto di Spirito Santo, che viene da Dio-Padre, e in alcune versioni anche da Dio-Figlio. Lo Spirito Santo si manifesta durante la celebrazione dei sacramenti, ma le opinioni sul suo significato e ruolo nella Santissima Trinità tra i cristiani differiscono notevolmente, alcuni addirittura lo considerano una Persona Divina a tutti gli effetti. Cioè, può in linea di principio, svolgere la funzione della Presenza, ma in questa materia restano troppe ambiguità, che non si chiariscono affatto leggendo la Bibbia. E così quasi ovunque puoi trovare in diverse religioni e correnti mistiche riferimenti alla Presenza Divina o qualcosa di simile come significato, ma c'è sempre una mancanza di chiarezza e tanta ambiguità e incoerenza di significati. E così, che si manifesta il

problema dei veli della mente, immersa o nei dogmi o nelle sue stesse congetture.

Osho ha detto, che viviamo in Dio come i pesci nell'acqua. In relazione alla Presenza Divina, questo è vicino alla Verità. Ci circonda, è sempre lì, ma raramente interagiamo con essa. Per coloro che sviluppano la percezione del proprio corpo eterico, l'esperienza della Presenza Divina si apre come un'energia, la cui frequenza vibrazionale è superiore alle altre energie che abbiamo in disposizione dei nostri sensi. Ha un grande potere, ma si comporta indifferentemente, senza interagire con altre energie. Sembra essere al di *sopra* di loro. Se una persona non entra in interazione cosciente con essa, allora la Presenza viene sentita come uno sfondo, uniforme e immutabile. Ma se una persona si sintonizza in modo speciale con l'aiuto del dhikr o di pratiche speciali, allora la Presenza sembra *addensarsi*, diventando abbastanza percettibile anche per coloro la cui percezione non è molto ben sviluppata. Cioè, nell'interazione consapevole con la Presenza Divina, possiamo rafforzarla proprio come manifestazione della *presenza*.

Quando la Presenza Divina si rivela attraverso un'esperienza trascendente a sé stante, senza un "lavoro" esplicito del ricercatore come ogni esperienza di questo tipo è accompagnata da uno stato alterato e talvolta da visioni. Dopo un po' tutto questo stato alterato passa e rimane solo un ricordo, e anche la percezione della Presenza divina stessa smette di essere percepita costantemente. Invece nel caso di un aumento della percezione della Presenza da parte di un ricercatore, attraverso pratiche, preghiere, dhikr, ecc....la sensazione della Presenza Divina arriva senza stati alterati e senza "immagini", anche se all'inizio possono apparire, qualora la mente sia ancora eccessivamente attiva. Tali stati alterati poi passano, e rimane solo una sensazione, in cui, tra l'altro, non c'è nulla di particolarmente elevato. Una persona si abitua a tutto, si abitua anche alla sensazione della Presenza Divina, e quando ci si abitua smette di percepirla come qualcosa di speciale. Inoltre, questo è solo il primo passo nella percezione della Realtà di Dio.

Interagiamo con la Presenza Divina attraverso la preghiera o la pratica del dhikr. Ci sono altri modi per interagire con essa, ma sono così specifici

che non li menzionerò qui. Nella preghiera, la Presenza Divina risponde al vero *bisogno* della persona, e più è alto il bisogno, più velocemente arriverà la risposta. Questo è ciò che viene chiamata un'opportunità diretta e aperta per tutti, per poter interagire con il Creatore. Un'altra cosa, è che le persone non sanno come usare tale Presenza, sia per mancanza di fede, sia per eccessiva fiducia in sé stessi. A volte anche coloro che pregano non pregano per necessità, ma per seguire un rituale abituale, oppure non riescono ad articolare con precisione il loro bisogno, pregando per qualcosa di diverso da ciò che può essere risposto. Per coloro che sentono la Presenza Divina, è sempre più facile interagire con essa e la risposta arriva più velocemente. La presenza è come una membrana ipersensibile che risponde al vero bisogno di una persona. E la necessità più alta (dal punto di vista del mistico) è la necessità di un'interazione costante con Dio - nella guida ricevuta da Lui, nel servirlo, nella conoscenza della sua verità. Allora una persona può pregare costantemente, perché avrà sempre qualcosa da chiedere e ringrazierà il Signore. Se preghi per le necessità quotidiane, tali necessità non possono essere così tante e forti per pregare sinceramente ogni giorno. E quindi, l'adempimento delle preghiere quotidiane rituali prima o poi diventa meccanistico, senza investirvi l'energia della necessità, perché semplicemente ora non c'è più. E una preghiera senza necessità non provoca una risposta dalla Presenza, sebbene l'energia spesa per essa, ovviamente, sarà raccolta dall'egregore corrispondente. Ma il senso di una tale preghiera, anche per egregore stesso, sarà relativo.

Dio non è nascosto alle persone, anzi - è aperto a loro, ma poche persone hanno davvero bisogno di Lui. Anche in una ricerca spirituale, le persone cercano più soddisfazione personale che qualcosa di più elevato. Alcuni ricercatori mirano a nutrire il loro ego e, in linea di principio, a nient'altro. Alcuni di loro si nutrono del sentimento di essere stati scelti, scegliendo uno stile di vita speciale per sé stessi, e non importa a quale tipo di "setta" decidano di appartenere. Per loro ciò che importa non è la forma esteriore, ma il modo di pensare, in cui la fede nella verità del proprio cammino si coniuga con la condanna di tutti gli altri modi di essere. Da questo punto di vista, il vegetarianismo e la dieta crudista hanno da tempo acquisito tutte le caratteristiche del settarismo, e alla stessa categoria possono essere attribuiti anche numerosi gruppi "spirituali" di vario genere. Gli appartenenti ad una setta hanno la "vera conoscenza", e tutti gli altri non l'hanno, pertanto vagano nell'oscurità della loro ignoranza, e in essa, alla fine, periranno. Un senso di superiorità sugli altri accompagna sempre quei ricercatori che cercano di soddisfare il proprio ego. Tra loro ci sono anche dei solitari che non sono entrati a far parte di nessun gruppo (per l'inferiorità di tutti i gruppi che hanno incontrato nel loro percorso di vita), ma che scoprono la propria "verità".

Va detto che la Verità di Dio è multidimensionale e viene rivelata alle

persone in modi diversi in diversi stadi del loro sviluppo. Le leggi secondo le quali le persone arrivano a sperimentare la Verità sono generali, ma i particolari e i dettagli del Sentiero di ogni persona possono differire in modo significativo l'uno dall'altro. Tuttavia, le persone che si concentrano sull'autoaffermazione, sull'invenzione dei propri metodi e modi, perdono di vista una cosa importante: tutto è già stato inventato e testato prima di loro. E, per la precisione, tutto è già stato rivelato e donato ai mistici che hanno percorso la Via prima di noi. Sì, è necessario aggiornare pratiche superate e che hanno perso rilevanza dal punto di vista dello stato dell'uomo moderno. Sì, a volte è inutile e semplicemente dannoso prendere in prestito ciecamente pratiche da culture antiche ed estranee. Ma con tutto questo bisogna capire che in tutte le pratiche di consapevolezza c'è un unico principio, e le sfumature possono essere diverse; che anche le pratiche di interazione con Dio operano secondo una legge comune a tutti, e lo stesso si può dire in generale *su tutte le pratiche* utilizzate dalle persone in qualsiasi momento, in qualsiasi luogo. Tutti gli esercizi possono essere suddivisi in diversi gruppi, a seconda del principio o della legge che utilizzano. Ci sono esercizi che usano il principio di entrare in uno stato mentale alterato e di ottenere alcune esperienze in esso. Ce ne sono altri, la cui essenza è purificare il corpo eterico o la mente: penitenza, latihan o pratica dell'espressione. E quando una persona conosce le leggi con cui funzionano determinate pratiche, può immediatamente dire quale massimo effetto può essere ottenuto da ciascuna di esse. Naturalmente, questo livello di comprensione è disponibile solo per i veri Maestri, che, di norma, vengono coinvolti nella creazione di nuovi esercizi per i propri studenti. Ma nel nostro tempo saturo di informazioni, molte persone escogitano nuove pratiche senza comprendere le leggi in base alle quali operano. Non solo, "scoprono l'acqua calda", spesso escogitano tecniche che non servono. Molto peggio è che creano falsi sentieri lungo i quali è impossibile arrivare a qualsiasi destinazione, screditando il concetto di Sentiero e la possibilità di acquisire esperienze superiori.

Anche persone con spiccate capacità spirituali, di regola, inventano cose già inventate. Sono attratti dai giochi della mente, non può essere altrimenti, perché in tali giochi l'ego si rafforza e si soddisfa. La loro ricerca non è una

ricerca di Dio, ma una ricerca della propria realizzazione nell'ambito del mondo, nell'ambito dell'acquisizione di un maggiore potere sulle circostanze e sulle persone. E, naturalmente, attraverso queste loro "nuove invenzioni" affermano e confermano il valore della propria unicità, supportata dal desiderio di sviluppare vari tipi di abilità e "superpoteri". Ogni persona è unica e così, ma la fioritura della sua unicità avviene nell'interazione con l'Altissimo. Nel tentativo di manifestare e realizzare la sua unicità nel mondo e davanti agli altri, una persona cade nella trappola dell'ego e nelle illusioni della mente, da cui non può uscire finché non rinuncia al desiderio di essere "unico". Fino a quando non si rende conto che, indipendentemente dalla forza che ha e dalle capacità che sviluppa in sé stesso, tutto ciò e ben poca cosa a confronto della possibilità di conoscere Dio e la Verità.

Ci sono anche ricercatori che hanno bisogno di tutto ciò che loro stessi imparano e pensano solo per insegnare agli altri. Anche qui è presente l'autoaffermazione dell'ego, che si esprime in modo ossessivo e provocatorio. Spesso, le persone che sono inclini a insegnare agli altri non hanno quasi nessuna esperienza pratica propria, anche se, ovviamente, hanno frequentato alcuni corsi di formazione e seminari. Gli amanti *del dare consigli* sono diversi dagli amanti *dell'insegnamento* per il fatto che i primi si sforzano di ragionare con tutto e tutti, alla prima occasione, entrando in un ragionamento e dando opinioni che, in genere, nessuno gli ha chiesto. Comunicano molto nei social network, ovunque dimostrando una comprensione più profonda delle questioni spirituali rispetto ad altri, sono pronti a dare consigli in ogni occasione e possono sempre spendere le loro energie per qualcuno che vuole ascoltarli. La loro ricerca si riduce alla ricerca di orecchie libere in cui riversare la loro sublime "sapienza". E tutto questo è un gioco continuo e infinito dell'ego.

Gli amanti *dell'insegnamento* non sono così diretti e agiscono in modo più sottile. Possono organizzare gruppi di autosviluppo o tenere seminari sullo stesso argomento. Credono che questo tipo di attività offra un'opportunità per lo sviluppo di sé stessi, e c'è del vero in questo. Ma c'è un'altra verità: tutto ciò in cui è coinvolto l'ego sarà avvelenato dall'ego stesso. La ricerca della Verità inizia con una profonda insoddisfazione per noi stessi e per il

mondo, e grazie ad essa possiamo andare oltre. Se vuoi interpretare il ruolo di un capogruppo, sei ancora nel gioco chiamato "Voglio sentirmi importante", e questo è anche un gioco dell'ego che ti allontanerà dal conoscere la Verità proporzionalmente a quanto più a lungo ci giochi. Dovresti insegnare quando hai ricevuto un'indicazione chiara e ben definita della Volontà di Dio che richiede esattamente questo, o quando ricevi tale indicazione dal tuo Maestro. Se agisci per tuo desiderio, allora ti muovi in una trappola, dalla quale è molto difficile uscire, e ci sono molti esempi.

Un uomo trova ciò che cerca, e finché hai bisogno di soddisfazione personale, Dio non ti è di alcuna utilità. Ma le persone spesso si sbagliano, prendendo la loro brama di autoaffermazione come una ricerca dell'Altissimo, e quindi c'è così tanta torbidità pseudo-spirituale nel mondo, che tali persone producono e consumano, considerandosi a torto dei ricercatori. O, peggio ancora, coloro che pensano di aver già trovato la Verità completa e definitiva, ma che invece in realtà possiedono solo un insieme di luoghi comuni e fantastiche sciocchezze. Per arrivare alla ricerca di Dio, e non di te stesso in una versione migliorata, ci vuole una certa maturità, che si raggiunge nel momento in cui si comprende che non c'è vera soddisfazione né nel mondo né nel soddisfare i propri desideri. Tutti ne hanno sentito parlare, e più di una volta, ma fino a quando non diventa la tua esperienza e comprensione, l'illusione che una vita nuova, più completa e appagante inizierà "appena girato l'angolo", ti accecherà ancora. Dietro ogni svolta c'è l'attesa di una nuova svolta e la stessa illusione, e poi si scopre che la vita è passata, le occasioni sono state perse e non è più possibile fare nulla. Resta solo da morire, sperando segretamente che la morte si riveli la svolta tanto attesa, dietro la quale, finalmente, inizierà una nuova vita celeste.

Se consideriamo le vite di vari mistici e santi, allora possiamo giungere a una conclusione assolutamente inequivocabile che la ricerca di Dio e la Via per Lui non sono destinate ai deboli. Il loro stato interiore, così come le loro capacità e abilità, sono così diversi da quello che le persone normalmente vivono, che non è difficile ammettere che una cosa del genere è completamente irraggiungibile per molti di noi. Pertanto, è più facile adorare e creare idoli per te stesso, che seguire il loro percorso, perché adorare e persino seguire alcuni loro insegnamenti, non richiede che tu vada oltre i tuoi limiti e il processo può sempre essere controllato da te. Da qualche parte e in qualche modo provi a seguire una via, ma solo parzialmente e comunque non succede niente di terribile in generale. Ad esempio, studiare a distanza è sempre più facile, che lavorare direttamente in gruppo, sotto la guida di un Maestro, perché poi tu stesso determini l'intensità dei tuoi sforzi. Perciò è meglio sempre stare a distanza con Dio, perché non sai mai cosa Lui vuole farti fare, e poi - oh orrore! - addio alla zona di comfort, in cui speri di vivere tranquillamente le tue giornate. Dio, che è direttamente coinvolto nella tua vita, in realtà attrae non poi così tanti ricercatori, molti vorrebbero soltanto controllare le Sue manifestazioni e influenze. Questo è uno dei motivi principali per cui pochi arrivano a una stretta interazione con

il Supremo. Non si aprono, vogliono stare in un rifugio, dal quale, attraverso una piccola fessura, sarà comodo ad osservare Dio. Allo stesso tempo, vorrebbero vedere enormi flussi di grazia, che scendono su di loro attraverso questa piccola fessura. Le persone amano stabilire condizioni impossibili e cercare di soddisfare diversi desideri opposti: la loro mente è così, che vive in una scissione eterna.

Chi cerca Dio, chi segue la vera Via, riceve sempre il Suo sostegno. Ci sono tre tipi di aiuto che i ricercatori e i mistici ricevono. Il primo e l'unico di cui parleremo - è il più comune, noto a tutti coloro che pregano sinceramente, è la risposta alla preghiera, che può essere veloce, quasi istantanea o può arrivare dopo un po', ma arriva comunque. La preghiera, che non rispecchia il vero bisogno di una persona, o non avrà una risposta, o avrà un'indicazione del vero bisogno, con quale si deve lavorare e per la quale soddisfazione si dovrebbe pregare.

Può succedere, che non accetti la risposta ad una preghiera e addirittura non pensi nemmeno che sia una risposta, perché semplicemente non soddisfa le tue aspettative. Ad esempio, volevi un miracolo, ma ottieni una indicazione, una direzione in cui puoi agire, invece di una guarigione diretta, impari un nuovo metodo di trattamento che devi seguire per vedere se potrà aiutarti. E così non accetti tale risposta, perché volevi essere guarito immediatamente, ed avevi già seguito tutti i trattamenti possibile. Vuoi che il Signore scenda dal cielo e faccia su di te un miracolo, perché sei già esausto e hai davvero bisogno essere miracolato. A proposito, se è così, e credi davvero nella possibilità di un tale miracolo, allora la guarigione potrebbe avvenire. Ma nella maggior parte dei casi, le persone o non hanno un urgente bisogno di guarigione o non ci credono totalmente, sebbene questa incredulità sia spesso nascosta nel profondo delle loro menti. E' proprio tale incredulità che priva la tua preghiera di potere. "Secondo la vostra fede vi sarà dato", non sono parole vuote, riflettono la Verità più alta, che molti semplicemente non riescono a comprendere, considerandola una sorta di sublime metafora. Ho un altro esempio: stai chiedendo una risposta a una domanda, ma non la stai ricevendo esplicitamente. Di norma, questo significa solo che

tu stesso conosci la risposta, ma non puoi accettarla, perché è in contrasto con i tuoi desideri. Se ti siedi in silenzio e guardi ciò che già sai della tua situazione, vedrai il motivo della tua resistenza a prendere una decisione già ovvia. E naturalmente scoprirai, che, o hai paura di ciò che potrebbe accadere, o desideri qualcos'altro. Tutto è sempre molto semplice, ma è difficile per noi accettarlo.

Non arriverà una risposta anche a quelle preghiere in cui la persona stessa non capisce davvero cosa sta chiedendo. La sua indecisione, la sua riluttanza a guardare direttamente alle cause della sua insoddisfazione, si traduce in una formulazione vaga o contraddittoria della preghiera. Nel primo caso (formulazione vaga), la preghiera non trova l'obiettivo, non ha oggetto, perché non è chiaramente indicato. Nel secondo caso, le contraddizioni escludono la possibilità di una risposta. Decidi cosa vuoi, perché preghiere come "Signore, aiutami a cambiare" non possono funzionare. Cosa cambiare? Perché pensi che il Signore dovrebbe formulare il tuo bisogno per te? Qui la solita scusa, che Lui sa già tutto, non funziona. *Devi chiedere* - hai il libero arbitrio per questo, e Lui non dovrebbe cambiarti la vita a sua discrezione, trasformandoti in burattino indifeso. E se ti senti imbarazzato e persino ti vergogni di chiedere, allora stai ancora giocando ai giochi dell'ego, che si crogiola nella sua modestia, pietà o persino peccaminosità.

C'è anche un appello a Dio abbastanza noto, inventato da Saint-Exupéry, in cui chiedeva: "*Dio, dammi non quello che io desidero*

ma solo ciò di cui ho davvero bisogno". Si può interpretare questa preghiera come un'espressione di accettazione di tutto ciò che il Signore ti dà, ma così formulata ogni preghiera in generale perde il suo significato, resta solo gratitudine. Perciò, una preghiera del genere sposta la responsabilità su Dio, che deve avere la conoscenza del tuo bisogno, e scarica anche su di Lui la cura di te. Esteriormente l'apparenza di questo tipo di preghiera è bella in quanto trasmette una rinuncia ai propri desideri, ma in realtà questa richiesta di per sé è molto sciocca. "Dammi ciò di cui ho bisogno" - che cos'è? Tutto ciò che è necessario per la tua vita ti è già stato dato, altrimenti non saresti sopravvissuto. Il resto è nelle tue mani e sei libero di fare della tua vita come preferi-

sci. E perché, infatti, il Signore dovrebbe darti alcune altre cose necessarie – fosse Lui ha dei piani speciali per te, per continuare a fornirti il tutto necessario, oltre a ciò che ti è già stato dato in abbondanza? E questo argomento dovrebbe essere approfondito in modo più dettagliato.

La questione della Grazia di Dio può essere considerata in due livelli di significato. Nel primo di essi, Grazia - significa un impulso di energia divina, che conduce una persona alla trasformazione spirituale. Ne ho scritto e parlato parecchio, e non vedo alcun motivo di ripetere qui, ciò che è stato detto molte volte prima. Tale Grazia è la sorte degli eletti, il premio per dei veri ricercatori. Oltre a questo, c'è una *Grazia (misericordia)* per tutti, che viene ricevuta da quasi tutte le persone che hanno raggiunto l'età adulta. I bambini non hanno libertà di scelta a causa del fatto che dipendono troppo dai genitori. E questo tipo di Grazia si manifesta nel fatto, che ognuno ottiene ciò che vuole veramente. *E le parole "ciò che vuole"* giocano un ruolo importante qui. Gli Strugatsky (scrittori-fratelli russi) nel loro "Picnic lungo la strada" hanno descritto una palla d'oro che soddisfaceva i desideri più forti delle persone. Si poteva chiedere qualsiasi cosa a questa palla, ma solo il desiderio principale e più forte sarebbe stato soddisfatto. Era scoperta l'essenza del tuo profondo essere. La stessa cosa accade nelle nostre vite: otteniamo esattamente ciò, che vogliamo veramente; ciò, che tende ad essere la nostra natura, essenza. Un senzatetto diventa un senzatetto non per le circostanze, ma perché è proprio questo modo di esistere che ha voluto. Le circostanze gli danno solo una ragione per arrivare a ciò che voleva. Chi desidera essere attivo, trova, o per essere più precisi, *riceve* possibilità di essere atti-

vo. E incontrario, se una persona cerca di non fare niente, si troverà in circostanze in cui il suo desiderio segreto diventa realtà. Tutti abbiamo esattamente ciò, che in fondo volevamo, e solo la confusione della mente e alcune idee, che condannano questo stile di vita, ci impediscono di vedere chiaramente la situazione. A noi solo ci sembra, che vorremmo altre circostanze, ma in realtà, volevamo esattamente quello, che abbiamo ottenuto. Deve capire, che non sto parlando di dettagli ora, non parlo di appartamenti, automobili o quantità di denaro - sto parlando dello stile di vita e di cosa ci facciamo.

È chiaro, che esistano circostanze esterne, che non sono le nostre scelte, quando la Grazia diventa estremamente implicita (non chiara). Ad esempio, guerre o disastri naturali, in cui molte persone muoiono. Ma se prendiamo le condizioni normali dell'esistenza umana, allora Grazia si manifesta in modo del tutto definitivo, rispondendo alla richiesta più intima e profonda dell'uomo. E la Grazia di Dio verso le persone è assolutamente ovvia per i mistici, per coloro che vedono. Gli altri hanno l'opportunità di sfidare questa verità, mostrando il loro libero arbitrio di accettarla o meno. In ogni caso - guarda con sincerità la tua situazione e risponditi - quanto contraddice ciò che volevi veramente? Anche se di solito è difficile ammettere di essere senza lavoro perché non hai mai voluto lavorare: essere condizionati dalle idee "giuste" non te lo permetteranno.

Ci sono persone che sentono meglio di altre l'effetto di questo tipo di Grazia. Si *sentono* il suo potere e vedono come i loro desideri più intimi soddisfano. Allo stesso tempo ci sono persone che traggono le conclusioni sbagliate dalla loro esperienza, iniziando a insegnare agli altri come cambiare la propria vita con l'aiuto del "giusto desiderio". Vengono creati libri come "Il Segreto" e insegnamenti su come pensare correttamente, in modo che i tuoi desideri diventino realtà. Per coloro, i cui desideri più intimi non differiscono molto dallo sfondo generale dei desideri, questi suggerimenti e sistemi funzionano. È diverso per chi ha una cosa nel cuore e un'altra nella mente, non ci sono risultati seri e la storia con la palla d'oro di "Picnic lungo la strada" si ripete. E naturalmente, dopo aver colto una certa regolarità, la maggior parte dei fondatori di tali insegnamenti sull'adempi-

mento dei desideri, perdono completamente di vista la grazia di Dio, che sta alla base del fatto, che le persone ottengono ciò che vogliono. È impossibile conoscere l'essenza delle cose senza vedere la Verità.

La Grazia per tutti si estende ai ricercatori, fornendo loro il progresso lungo il Sentiero, se questo è ciò che diventa il loro desiderio più intimo. E poi ricevono la Grazia che li trasforma in mistici, ma nella maggior parte dei casi arriva anche come risposta al loro desiderio di conoscere la Verità di Dio.

La Grazia per tutti non si riferisce a un'altra forma di sostegno di Dio verso le persone. È una manifestazione del Suo Amore, anche se può essere abbastanza difficile per una mente piena delle proprie idee sull'Amore Divino, capirlo e accettarlo. Ma il fatto rimane, ciò che non puoi capire ora, può esserti rivelato in seguito, insieme alla crescita del tuo livello di essere e di percezione. La Grazia per gli eletti è anche una manifestazione dell'Amore Divino, sebbene abbia una fonte leggermente diversa. La Grazia per tutti viene dalla Presenza Divina, e la Grazia per gli eletti viene dall'Infinito del Dio non manifestato, e questo determina la differenza nel loro effetto sulle persone.

Il sostegno, che una persona riceve da Dio, non si limita alla semplice risposta alle preghiere. Ci sono altre manifestazioni di aiuto, anche se spesso sono percepite soggettivamente e non sono affatto ovvie per maggior parte delle persone. La questione della percezione soggettiva va sempre considerata nei casi in cui qualcuno, ad esempio, afferma che il Signore lo aiuta. E noto che ogni nazione vuole “appropriarsi di Dio” per sé stessa. Durante la seconda guerra mondiale, i tedeschi combatterono sotto lo slogan: “Dio è con noi!”. E hanno fatto, tra l'altro, cose molto terribili. Ora possiamo vedere slogan simili in Russia e anche in molti altri paesi. Ed ecco la domanda: fino a che punto Dio era con i tedeschi, e quanto era pronto a sostenere varie imprese di altre nazioni che pretendono di essere una sorta di nazioni elette? Quanto sono reali le affermazioni, di avere il sostegno dall'alto, di alcune persone? Per quanto riguarda le affermazioni che “Dio è con noi”, ovviamente questo o una fede sincera, o una propaganda ordinaria, cioè una bugia. La fede, come sappiamo, inoltre, non riflette sempre il reale stato delle cose, infatti, ciò di cui erano convinti i tedeschi ai loro tempi è sicuramente una cosa non reale. Ecco la risposta alle domande di fede o di dubbio: il tempo mette ogni cosa al suo posto, separando la menzogna dalla verità e la fantasia dalla realtà. Questo vale sia per le nazioni, che per gli individui: non c'è differenza. Sebbene la nazione, ovviamente, esista più a

lungo, e quindi i periodi in cui Dio ne sostiene davvero una, o, più precisamente, quando una certa nazione diventa strumento della Creazione, sono comunque sostituiti da periodi di decadenza. Allo stesso tempo, non dobbiamo dimenticare, che l'idea stessa di appartenere a una nazionalità eletta da Dio, sostiene e nutre l'ego delle persone che ci credono.

Chi sente il sostegno di Dio, fa più fatica del solito nella propria vita, perché nessuno può condividere le sue esperienze insieme con lui e può essere anche difficile semplicemente raccontarle agli altri le proprie esperienze, soprattutto se si tratta di esperienze che vanno oltre l'ordinario. Di regola, il sostegno del Superiore si manifesta in due forme. In uno di essi una persona viene *condotta*, nell'altro riceve assistenza diretta nelle sue attività. Quando sei *Guidato*, ottieni alcuni indizi che dirigono la tua attenzione in una certa direzione, spingendoti all'azione e facendo una scelta destinata. Molte persone hanno vissuto qualcosa di simile nelle loro vite. Ascoltando le loro storie, a volte non sai cosa dire. Sono semplicemente incredibili. E c'è un solo criterio con il quale si può giudicare quanta *Guida* e sostegno reale siano stati forniti.

Partiamo dal fatto che la Guida è diversa dalla Grazia per tutti, che opera lentamente, ma costantemente. In sostanza, il processo è simile, ma come un intervento nella tua vita è molto più attivo di quanto potresti aspettarti. La Grazia ti dà ciò che tu stesso volevi, anche se inconsciamente. La Guida sono le istruzioni che ricevi in varie forme, che ti guidano verso un nuovo destino o ti preparano ad esso. Questa è la differenza: le fantasie di essere guidati da Dio alimentano il tuo ego ma nella tua vita reale non cambia nulla, mentre la vera azione di Dio nella tua vita, in un modo o in un altro la cambia. Ho sentito molte storie sulle cose strane, sui segni, sulle indicazioni e sulle informazioni ricevute di qualità superiori, ma la vita di coloro, che me ne hanno parlato, non è cambiata in modo significativo, anzi, a volte è persino peggiorato in termini di qualità, perché una persona, immaginandosi speciale, ha iniziato a comportarsi in modo strano e inadeguato, il che ha influenzato l'atteggiamento degli altri nei suoi confronti.

La Grazia per tutti è una specie di legge dell'Amore Divino. Il sostegno sotto forma di spinta a prendere determinate decisioni e a fare le nuove

scelte, è una manifestazione della potenza attiva del Creatore, cioè della Sua Volontà. In altre parole, se senti che una certa confluenza di eventi nella tua vita non sta accadendo per caso e che stai ricevendo certi messaggi che indicano qualcosa di importante per te, allora non c'è qualche mitica mano del destino, ma la chiarissima Volontà di Dio, che ti guida verso alcune nuove decisioni e azioni per te. Ad esempio, inizi ad avere lo stesso sogno, in cui guarisci qualcuno che conosci, imponendo le mani. Il sogno si ripete più volte, e tu inizi a chiederti cosa significhi, soprattutto perché il tuo amico è davvero malato e ha bisogno di aiuto. Non hai mai praticato la medicina o la guarigione prima, e non ci hai mai pensato, ma il sogno si ripete ancora e ancora, e inizi a pensare che non è casuale, e non è ispirato dai tuoi pensieri diurni. Forse il sogno è un messaggio, un'indicazione all'azione? E così decidi di metterti alla prova come guaritore, e anche se non al primo tentativo, ma piuttosto rapidamente si scopre che hai un dono curativo, che non sospettavi nemmeno di avere. Questa storia è successa a uno degli studenti della nostra Scuola. E questo è un meraviglioso esempio di come il Signore conduce una persona a cambiamenti nella vita, a una nuova svolta in essa.

La domanda, su cosa sia predeterminato nella nostra vita e cosa sia accidentale, non ha quasi mai una risposta chiara, e ne ho parlato in dettaglio nel libro "Pratica di consapevolezza". Ma nell'esempio che ho citato - come in tutti i casi relativi a istruzioni dall'alto - c'era libertà di scelta. Era possibile ignorare questi sogni e col tempo avrebbero smesso di manifestarsi e l'opportunità di cambiare il destino sarebbe scomparsa. Conosco anche casi del genere.

C'è sempre una scelta: seguire la Volontà che ti è stata rivelata, o resistere ad essa. Nei sogni possono arrivare istruzioni molto specifiche per l'azione, e questo canale di "comunicazione" viene utilizzato soprattutto nei casi in cui la tua percezione non ha raggiunto il livello per ricever la Volontà direttamente. Un'altra cosa, è che le persone che sono abituate a trattare i sogni come un'espulsione di spazzatura mentale, a volte non sono in grado di prendere sul serio i messaggi che ci giungono. Gli psicologi hanno riempito i sogni di un simbolismo complesso e allo stesso tempo falso, che confonde completamente la comprensione dei messaggi dall'alto, quando e se arriva-

no. Va detto che l'atteggiamento verso i vari tipi di istruzioni e suggerimenti, ricevuti quando una persona viene guidata, è generalmente guardingo, non definito. Cioè, all'inizio non puoi capire che cos'è: un'istruzione dall'alto o un'idea delirante della tua mente? Perché inizi a ricevere informazioni sullo stesso argomento da fonti diverse, accendendo accidentalmente la TV o durante una conversazione con una persona sconosciuta? Hai forse un bisogno interiore e una richiesta per esso, e solo per questo la tua attenzione lo distingue dal flusso generale di informazioni? E c'è per caso un certo sistema, una logica interna di situazioni che ti indicano qualcosa, che però sempre possano apparire come una serie di coincidenze senza senso?

Se non hai un livello di consapevolezza sufficiente, allora sarà abbastanza difficile distinguere il delirio della mente dalle istruzioni reali. Qui (come, del resto, in tutte le altre situazioni legate alla *Guida*), il criterio diventa *l'esperienza del sequire*. Fai quello che pensi di dover fare e guarda il risultato. Se la tua vita è rimasta praticamente la stessa, non è apparso nulla di nuovo in essa: significa che queste erano spunti della mente e niente di più. Ciò significa che tendi ad attribuire un'importanza eccessiva alle parole casuali e ad estrarre significati da esse che non sono stati messi lì. Stai proiettando sulla realtà il contenuto che non c'è in essa. Se qualcosa è cambiato, qualcosa di nuovo è entrato, o la tua vita è generalmente entrata in una direzione diversa, allora sei arrivato esattamente dove il Signore voleva condurti. Ma se non provi a sperimentarlo, non lo saprai mai.

Anche i ricercatori possano essere *guidati*, ma nel loro caso c'è una risposta a una richiesta interiore, a un desiderio di andare verso Dio. Questo tipo di guida ha più a che fare con la risposta alle loro preghiere, e inoltre, i ricercatori sanno più o meno dove vogliono andare. Se invece non hai cercato Dio, ma improvvisamente hai iniziato a ricevere alcune istruzioni e suggerimenti, allora non ti sarà dato sapere dove ti condurranno e se porteranno a qualcosa. Ma sarai in grado di giudicarlo solo dopo che sarà trascorso del tempo, quando sarà già chiaro a cosa sei stato condotto, come si è sviluppato il tuo Disegno di vita e cosa ti è successo alla fine. Succede anche che una comprensione chiara e precisa arriva anni dopo.

La Guida attiva non è mai infinita, come anche lo stadio di seguire la

Volontà di Dio sul Sentiero, ha il suo inizio e la sua fine. E così la fase in cui la Volontà ti spinge a questa o quella scelta o azione, risulta essere molto più breve. O lo segui o non lo segui, ed è qui che finisce la guida. O sei arrivato dove sei stato condotto, o sei rimasto nella stessa posizione, avendo perso la tua occasione. Di solito non viene data una seconda possibilità, perché il ruolo che è stato preparato inizialmente per te nella Creazione, sarà interpretato da qualcun altro. L'opportunità esiste per un tempo limitato e una volta persa, non si ripresenta.

La seguente storia è accaduta a uno dei miei studenti alcuni anni fa. Una sera, tornando a casa dopo il lavoro, vide all'ingresso del palazzo una ragazza, che era in piedi e sembrava in attesa di qualcosa. Essendo una persona socievole, le chiese se avesse bisogno di aiuto. Lei ha risposto di no. Dopodiché, il giovane è tornato a casa, senza preoccuparsi di nulla e non ricordando la ragazza. Fece le sue pratiche, guardato la TV e andato a letto verso le undici di sera. Tuttavia, qualcosa lo tenne sveglio. Dopo un po' di tormento, sentì improvvisamente un chiaro bisogno di uscire fuori in strada. L'impulso era molto irrazionale, ma così forte, che era impossibile rimanere a letto ulteriormente. Allora si alzò, si vestì e scese in cortile. Con sua grande sorpresa, trovò la stessa ragazza lì, che ora stava vicino al suo ingresso e aveva un aspetto estremamente infelice. Dal momento in cui l'uomo l'ha vista per la prima volta, erano trascorse circa cinque ore, e a quanto pare, era rimasta in cortile per tutto questo tempo. La ragazza era disperata. Si è scoperto che veniva da un'altra città per trovare il suo ragazzo, che avrebbe dovuto aspettare lei, ma per qualche motivo non ha potuto farlo. Di conseguenza, lei lo ha aspettato tutta la sera, ma non si è mai fatto vivo. Non conosceva la città e non aveva un posto dove andare. Ora aveva davvero bisogno di aiuto. Alla fine il mio studente l'ha invitata a casa sua e le ha offerto il tè. E poi ha chiamato un taxi e l'ha aiutata a trovare un posto dove dormire.

Questa storia serve come una buona illustrazione di come opera la Volontà, e del principio, in base al quale il Signore inizia improvvisamente a guidare una persona. Abbiamo - una ragazza con un urgente bisogno di aiuto e un uomo la cui percezione è superiore a quella di tutti altri intorno. Di conseguenza, è lui che ha ricevuto il segnale di aiuto. E in questo caso

non importa se è stato il suo personale sfondamento della percezione, o se è stato spinto dalla Volontà di Dio; l'importante è che la difficile situazione sia stata risolta. A proposito, a lui non è mai più successo niente del genere. Conosco molti casi in cui le persone hanno ricevuto un invito all'azione molto chiaro, che era una risposta al bisogno di aiuto di qualcuno. E questo aiuto è stato fornito a persone estranee, che ne avevano bisogno, ma non lo hanno chiesto apertamente a nessuno, almeno ad alta voce. Non sappiamo, se questa ragazza abbia chiesto aiuto pregando, ma questo non è escluso. Ed ecco per te la Verità: una persona comincia ad essere *guidata* o dal proprio bisogno, o dal bisogno di Dio, o da qualcuno che prega Dio per essere aiutato, e così il Signore chiama una persona che può aiutare.

I sufi aspirano al servizio consapevole a Dio e giungono ad esso allo stadio del Sentiero, chiamato come "stadio dell'accettazione della Volontà di Dio". I sufi servono Dio, ma direttamente o indirettamente il loro Lavoro sempre aiuta le persone. Vivere nella Volontà di Dio è uno degli obiettivi principali del Sentiero Sufi. Seguire coscientemente la Volontà del Signore è il più alto sviluppo di quel tipo di sostegno dall'alto, che io chiamo *Guida*, e che la maggior parte dei ricercatori incontra in una forma o nell'altra. Dopo aver liberato lo spazio interiore, sviluppato la tua percezione e sostituito i desideri con l'aspirazione per l'Altissimo, puoi ricevere supporto di un livello diverso - sotto forma di impulsi della Volontà di Dio, che ti portano al mistero della scomparsa e dimora in Dio.

I cercatori ricevono supporto dall'alto a causa del loro stesso bisogno, ma ci sono ancora persone che si rivelano scelte dalla Volontà inaspettatamente per sé stesse. E proprio scelta del genere è fatta per necessità di Dio. I livelli della necessità divina possano essere diversi e anche le azioni richieste sono diverse. Ecco perché qualcuno decide improvvisamente di costruire una chiesa nel proprio villaggio, qualcuno inizia a fare opere di beneficenza, qualcuno viene a conoscenza dell'esistenza del Cammino e sviluppa sete spirituale. La scelta avviene secondo il principio della persona più idonea (ricettivo e capace) in un dato luogo, in un dato momento. E comunque,

come ho scritto sopra, puoi sempre ignorare la chiamata di Dio, senza cambiare nulla nella tua vita. Poi la scelta ricadrà su un'altra persona, anche essa adatta, anche se probabilmente meno ideale. Se non ci sono persone adatte, allora il bisogno sarà chiuso in un altro modo. In luoghi dove ci sono mistici che seguono la Volontà di Dio, il coinvolgimento di "estranei", nell'interesse dei bisogni di Dio, è meno comune. E viceversa: lì, dove non si compie nessun Lavoro spirituale, più spesso compaiono le persone su di quale scendano le intuizioni, che in conseguenza cambiano radicalmente la loro vita. Così, ad esempio, nella sovietica e atea Russia è apparso Porfirij Ivanov dal nulla, diventando un mistico solo per il bisogno dell'Altissimo.

Ci sono due tipi di necessità di Dio, sebbene la divisione del genere sia in una certa misura arbitraria. Il primo è legata ai bisogni delle persone che lo pregano per ricevere aiuto. Il secondo è legato alla necessità della Creazione, che continua qui e ora. Nel soddisfare la seconda necessità, di volta in volta, partecipa tutta l'umanità. E il primo è il più delle volte chiuso senza una specifica partecipazione umana - dalla risposta diretta del Signore all'uomo. Ma a volte ci sono situazioni in cui la partecipazione delle persone è indispensabile, e allora iniziano ad agire i mistici e coloro che sono abbastanza ricettivi da ricevere una guida.

A causa della confusione che esiste nella mente delle persone, il fenomeno della *Guida* va spiegato spesso in tanti modi diversi o completamente lasciato senza alcuna spiegazione intelligibile. Ad esempio, un improvviso cambiamento nella vita di una persona, si presta bene alla spiegazione attraverso gli insegnamenti del karma, dove una persona ha elaborato il suo precedente karma e la sua vita è cambiata. Detto tra noi, con il karma buono o cattivo, così come con le incarnazioni di vite passate, può essere spiegato tutto ciò che accade a una persona, il problema è che tutte queste spiegazioni risultano sempre senza basi. Se invece prendi e ammetti di ricevere certe istruzioni e segni non da qualche parte sconosciuta, ma dalla Volontà di nostro Signore, allora sarà molto più difficile resistere. Pertanto, è più facile lasciare tutto questo al destino, alla provvidenza, a forze sconosciute, perché allora puoi tranquillamente ignorarle. Evitare le responsabilità è sempre più facile che assumersene. Sebbene, per i veri credenti, riconoscere le manife-

stazioni della Volontà di Dio, è molto più facile. Ma hanno ovviamente anche loro dei dubbi.

La questione della soggettività, nel valutare ciò che sta accadendo, è ancora più alta in un'altra forma di sostegno, che il Signore fornisce alle persone. Ad esempio, hai svolto un lavoro davvero difficile. Era necessario tenere conto di molti fattori, la maggior parte dei quali non dipendeva da te, ma da essi dipendeva il risultato desiderato. E ora ti guardi indietro, realizzando il percorso che hai percorso, e capisci, che tu stesso non saresti mai stato in grado di farcela. Hai la sensazione, che sia successo una specie di miracolo e che le circostanze si siano rivelate esattamente come era necessario, non a caso, ma con l'intervento dall'alto. La tua sensazione non è spiegata razionalmente e non ha prove oggettive. Dopotutto, tutto sarebbe potuto andare per il verso giusto e per caso. Così, per esempio, gli atei spiegano l'origine della vita. Ma tu *vedi* che è successo qualcosa di miracoloso, che ti ha aiutato, ma non puoi provarlo. E così ti rimane una conoscenza, che non ha conferma e molto spesso non ha alcuna spiegazione del perché l'aiuto è arrivato proprio ora.

Se solo tu sai qualcosa, non significa che la tua conoscenza sia falsa. I mistici di alto livello si trovano continuamente in situazioni come questa. Ma loro sono mistici apposto, per vedere la Verità nascosta agli altri. E, naturalmente, hanno esperienza di come distinguere tra cose soggettive e oggettive, e come non confondere l'attività produttiva della mente con quella che viene da Dio. L'esperienza, come dovrebbe essere, nasce da un numero sufficiente di osservazioni e la conoscenza è verificata dalla pratica. Gli scienziati possono elaborare una teoria e poi per molti anni confermarla, conducendo nuove e nuove serie di esperimenti. La conoscenza, che viene rivelata al mistico, può anche essere verificata sperimentalmente nella maggior parte dei casi. Se una conoscenza non ha applicazione pratica, allora non è una conoscenza, ma una finzione. Anche la Verità più alta, non è mai così trascendente in modo che, non possa essere applicata alla vita di tutti i giorni. Anche se a volte è utile solo per i mistici e non di grande importanza dal punto di vista degli altri.

Se le intuizioni diventano realtà, allora sono vere. Se l'indicazione ti

porta a una nuova esperienza che cambia il tuo stato di essere o ti porta alla meta desiderata, allora è corretta. Se ti viene promessa un'alta missione, ma non la ottieni, allora hai ricevuto un messaggio falso, che molto probabilmente, la tua mente ha composto per il tuo conforto personale. E se sai di aver ricevuto aiuto dall'alto, non c'è bisogno di provare o dimostrare a qualcuno che è stato così. Non hanno bisogno di conoscerti o crederti. Chi riceve sostegno dal Signore, non se ne deve vantare, altrimenti lo perderà presto. Sentire la gratitudine ed esprimerla è utile e corretto, ma pompare l'ego con il fatto di essere prescelto è un modo sicuro per entrare in una situazione difficile, in cui nessuno verrà in tuo aiuto.

Nella fase di sviluppo, che nel sufismo è chiamata "la fase del nafs ispirato", il ricercatore ama parlare delle proprie esperienze e convertire tutti alla sua fede. Il suo ego è ispirato da esperienze di livello piuttosto primitivo e ne gonfia il significato. La stessa eccessiva importanza è data ai testi spirituali e ai racconti della vita di santi, profeti e illuminati. Sfortunatamente, molte persone rimangono bloccate in questa fase. Se lo superano, più avanzano nel loro sviluppo, meno vogliono parlare della loro esperienza. Il Signore non ama chi parla, ma i chiacchieroni adorano sé stessi. Per questo, puoi comunicare per lungo tempo con un vero mistico e non sapere che è un mistico. Lui non cerca di provare nulla a nessuno, per non parlare di convertire nessuno alla sua fede. Così fanno tutti che *sanno* e hanno buone ragioni per questo.

La comunicazione ordinaria avviene a livello dell'ego, non esiste altro modo. Il silenzio in una compagnia diventa presto pesante, perché introduce incertezza nella mente dei presenti e crea una certa tensione generale. Per questo devi parlare, per non creare tensione in altri e dimostrare a tutti che non hai cattivi pensieri su di loro. La comunicazione si trasforma in un rilascio di tensione della mente e una dimostrazione dell'ego, con tutti i suoi trucchi compensatori. Ora immagina una persona che non ha motivo di parlare, perché non ha né tensione nella sua mente, né un bisogno egoistico di autoespressione. E non ha praticamente nulla da riferire su sé stesso, perché non è preoccupato per i problemi sociali e mondiali, che preoccupano gli altri, e la sua vita esterna è piuttosto ordinaria, e la sua visione della situazione del suo stato interiore non può essere adeguatamente accolta dagli altri, anche se lui cercasse di spiegarlo.

Parla al bambino del sesso e sarà scioccato e forse subirà uno psicotrauma. Di a una persona piena di desideri che è possibile vivere senza di loro; parla a una madre preoccupata per i suoi figli, della vita senza attaccamenti e relazioni - e vedrai che la loro reazione sarà piuttosto dura. E considereranno le tue parole come vuoto vanto o presa in giro. Parla a un ateo dei miracoli e sarai tu preso in giro. Spiega a un ricercatore, cosa e perché gli impedisce di raggiungere il suo obiettivo, e nel migliore dei casi, non ti

capirà, e nel peggiore dei casi, non ti crederà o si arrabbierà. Puoi parlare, solo quando una persona è pronta ad *ascoltare* e *percepire* ciò che hai da dire, e anche allora non è certo, che sarai in grado di trasmettere alla persona l'essenza di ciò che vuoi trasmettergli.

Le persone in sé stesse non vedono le cose più semplici, non conoscono le ragioni delle loro reazioni e vivono nella realtà di false idee su ciò che sono. Portano dentro di sé molti veli che li separano dalla Verità e Realtà di Dio. Ci sono veli di emozioni, desideri, idee e reazioni della mente inconscia. Ci sono veli di percezione non sviluppata, veli di stati alterati e veli di identificazione. E il problema principale non è nemmeno che questi veli esistano, ma che la gente non sa nulla su di essi, considerando questo una vita normale e l'unica possibilità è che un velo ne sostituisce un altro. Inoltre, il progresso tecnologico e l'orientamento dell'uomo verso la crescita dei consumi, contribuiscono all'apparire dei veli, che nemmeno esistevano cento anni fa. Un forte esempio sono i giochi per computer e altre realtà virtuali, in cui una persona può staccarsi anche dalla realtà quotidiana ordinaria e dimenticare completamente sé stessa. Questo non è più nemmeno un velo, che crea un'illusione, ma un intero mondo illusorio.

Dal punto di vista della piena consapevolezza, ogni stato con quale ti identifichi è un'illusione, un offuscamento. Sei arrabbiato: la tua mente è entrata in uno stato alterato in cui percepisci la realtà circostante in un modo "speciale" in quel modo e non in un altro". Sei felice - e succede la stessa cosa, ma con il segno opposto. L'essenza della situazione non cambia, perché sia la rabbia, che la felicità, diventano veli che chiudono la tua percezione della realtà. Ti sei identificato con il desiderio: la tua mente è offuscata. E poiché è la mente che elabora, filtra e valuta le informazioni provenienti dall'esterno, esse saranno distorte. Finché non hai raggiunto un alto livello di consapevolezza, vivi in un cambiamento costante da un'illusione della mente all'altra. Osserva te stesso, i tuoi sbalzi d'umore, e come a seconda di essi percepisci il mondo e le persone intorno a te, e capirai. Per far giungere qualcosa alla tua mente in una forma non distorta, devi prima portarti in uno stato più o meno ricettivo, il che è quasi impossibile se tu stesso non lo desideri. Pertanto, è necessaria una formazione, in cui il Maestro lavora con i veli

dell'allievo e la sua percezione, e lo stesso fa anche lo studente su sé stesso, eseguendo pratiche e sforzandosi di prendere coscienza di sé.

Con coloro, che non lavorano su sé stessi, puoi parlare in diversi modi. Ad esempio, puoi affrontare la loro insoddisfazione, indicandone le cause. Cioè, spiegare loro le cause della loro sofferenza e i modi per sbarazzarsene, incoraggiando così le persone a voltarsi verso l'interno e iniziare a lavorare con attenzione. La maggior parte dei Maestri usa questo metodo, perché può essere usato per trovare coloro che sono veramente pronti per iniziare il percorso di liberazione dalla sofferenza. È così bello immaginare e proporre il Sentiero spirituale, sul quale la pratica della consapevolezza in linea generale è sufficiente.

Puoi anche parlare con le persone dalla posizione di soddisfare i loro desideri, descrivendo come posano trovare la felicità e la beatitudine eterna. Questo è il solito approccio di tutti i tipi di falsi maestri, venditori di sogni e manipolatori di spiritualità. Colui che sa, non giocherà mai sui desideri umani, perché allora da lui verranno le persone che *vogliono la felicità*, e di regola persone del genere, non sono pronte a lavorare seriamente su sé stesse. Perché la loro idea di felicità è sottilmente associata a una mancanza di sforzo, a una vita facile.

Puoi dare alle persone una certa conoscenza in una forma che è più facile per loro percepire, come fanno, ad esempio, nelle loro storie, i sufi. È possibile anche scrivere libri, che presentino materiale didattico direttamente, senza trasformarlo in una forma sofisticata come le storie Sufi. Sia le storie, che i testi didattici, possono suscitare nelle persone un desiderio di qualcosa di superiore, spingendole alla ricerca. Ma questo metodo agisce principalmente su coloro, che sono già internamente maturi per questo. E non dimentichiamo, che l'effetto di presenza dei veli nelle persone, funziona in modo tale che a volte loro traggono conclusioni dalle storie e da testi didattici opposti all'essenza e al contenuto di ciò che si legge. Il che, di conseguenza, alimenta le fantasie e porta all'emergere di nuovi veli.

Puoi anche provare a dare la Verità direttamente alle persone. Questo di solito si può fare in due forme: o scrivendo i testi mistici, o esprimendo la Verità nei termini più semplici possibili. Ogni approccio ha i suoi pro e

contro. I testi mistici ci permettono di dare un'immagine più profonda della Genesi, delle leggi della Creazione, della percezione del Divino e persino della natura di Dio. Più alto è il livello del mistico che ha creato il testo, più forte è il suo impatto sul lettore in termini di influenza dell'energia della Luce. Cioè, tali libri risvegliano l'aspirazione e il desiderio e spesso trasformano le persone in veri ricercatori. Ma naturalmente, ci possano essere effetti collaterali anche in questo modo di trasmissione, quando ad esempio, sulla base di un testo mistico, si costruisce una filosofia, una speculazione mentale che nasce dal testo mistico ma che evira il suo messaggio originario, introducendo molti falsi significati e creando un altro velo nella mente delle persone.

È noto, che la comprensione corrisponde sempre al livello dell'essere di una persona, cioè al grado della sua maturità e alla qualità della sua esperienza. Naturalmente, una comprensione più sottile e accurata di qualsiasi testo, dipende direttamente dalla conoscenza del contesto culturale in cui è stato creato. Ma nel comprendere le verità superiori, formulate in una forma molto semplice, tutto ciò non aiuta affatto. Ad esempio, ti viene detto: Dio è Amore. Questa è l'espressione di una specifica esperienza mistica che solo il mistico può comprendere, e che non ha alcun legame con alcun contesto culturale. Ma la tua mente può collegarla con i vangeli e con molte altre fonti che dicono qualcosa di simile, quindi con qualcosa connesso con la tua cultura. La tua mente costruisce un'immagine che diventa per lei, per così dire, più comprensibile e persino piacevole ma con la frase "Dio è amore" la mente non ha nulla a che fare perché questa espressione nasce da una osservazione, da una esperienza mistica e non da una affermazione mentale connessa con l'ambito culturale e di conoscenze di chi la dice e di chi lo ascolta. Puoi prenderne atto, annuire pensieroso e continuare a vivere come prima, perché di per sé questa frase non ti dà nulla. Affinché quella frase riceva un contenuto comprensibile, è necessario avvolgerla con interpretazioni e conclusioni filosofiche serie, ma che dal punto di vista della Verità, non avranno senso. Per comprendere veramente un'esperienza mistica, devi attraversarla con la tua stessa identica esperienza. Qualsiasi speculazione mentale sulle espressioni delle intuizioni mistiche, non è altro che una

distorsione e l'introduzione di nuovi significati in esse, che originariamente non esistevano. Si può, per esempio, cominciare ad esaltare l'amore terreno, legandolo in qualche modo alla natura di Dio. Puoi cercare le manifestazioni dell'Amore Divino nella vita delle persone, ma se non sei un mistico, le inventerai invece di trovarle. Ecco un'altra frase che riflette la visione della Verità: "Tutto ciò che viene fatto e accade nella tua vita è sempre per il tuo meglio". Un mistico, che ha raggiunto un livello elevato, direttamente *vede* in questa frase la verità. Vede come la linea "del Disegno di vita" del destino di una persona si stia srotolando in modo stravagante e come gli eventi tristi preparino il terreno per un nuovo sviluppo e avanzamento lungo il Sentiero. Per un mistico questa è una realtà, per la gente comune è un modo di autoconsolazione. Dire a te stesso: "Tutto ciò che viene fatto e accade nella tua vita è sempre per il tuo meglio" significa perpetrare una forma di speranza per te stesso in una situazione in cui in realtà non puoi più fare nulla. Questo è un uso utilitaristico della Verità, che trasforma la religione in "oppio del popolo". D'altra parte, devi o rimanere in silenzio o essere preparato al fatto, che qualsiasi espressione della tua esperienza, *della tua realtà*, sarà fraintesa e non compresa. Per questo, la maggior parte dei mistici propone alle persone di fare la propria esperienza della Verità, senza fare chiacchiere a vuoto, ma poche persone sono davvero pronte per questo. Pensare alla Verità, assaporando il piacere intellettuale di "scoprire" i suoi nuovi significati, è molto più facile che percorrere il Sentiero per sperimentarla. Il divario, tra l'esperienza dei mistici e la riflessione mentale sulle parole che la esprimono, è insuperabile.

Si racconta che quando il Buddha raggiunse l'illuminazione, gli Dei scesero dal cielo e iniziarono a chiedergli di presentare la sua esperienza alla gente. Allora il Buddha rispose a loro: "Per coloro, che vivono nell'oscurità dell'ignoranza, la mia esperienza è inutile, perché non la capiranno e non potranno usarla. Per coloro che si sono risvegliati, la mia esperienza è altrettanto inutile, perché sono giunti esattamente alla mia stessa esperienza del risveglio." Allora gli Dei gli ricordarono coloro che sono nel "mezzo", coloro che hanno già realizzato la loro ignoranza, ma non sono ancora giunti alla Verità. Qui il Buddha non aveva nulla da contraddire, e concordò, che per

questa piccola percentuale di persone, probabilmente qualcosa doveva essere raccontato. Sono passati migliaia di anni, ma i mistici continuano a parlare della Verità esattamente per lo stesso motivo: per coloro che hanno già perso la falsa pace dell'incoscienza, ma non sono giunti alla pace, che porta la Luce della Verità. Ce ne sono pochi in un dato momento, ma ci sono sempre persone del genere.

La conoscenza intellettuale della Verità non serve. La lettura di testi mistici, non supportata dal desiderio della Verità di Dio, non supportata da pratiche spirituali, ricorda la situazione di una persona che ha imparato tutti i percorsi turistici del Nuovo Mondo dalle mappe, ma non ne ha attraversato nessuno. Tale conoscenza non ha potere e non ti dà nulla di reale, tranne che per la soddisfazione dell'ego. E così non diventi più vicino alla Verità, ma più lontano da essa.

Conoscere la Verità di Dio è conoscere la Sua realtà, il Suo ruolo e significato nella tua vita. Più precisamente ha un significato oggettivo, e non quello che inventi per te stesso e quello in cui credi. Tale significato consiste nel vedere come la grande Potenza, che di solito è chiamata Dio, sostiene e rinnova costantemente la Creazione. Tale visione, tale percezione, deve sostituire la fede.

Lo sviluppo della Creazione è un processo costante e mutevole. Per essere in armonia con esso, devi avere una certa flessibilità in te stesso, che si ottiene quando sei in grado di vivere non attraverso la mente, ma attraverso le sensazioni, *le percezioni che qui non assumono più valore soggettiva ma diventano "oggettive"*. La mente usa la logica e l'esperienza passata, ma la Creazione e anche il progresso lungo il Sentiero, presentano continuamente nuove situazioni, così come nuove opportunità e linee per l'ulteriore sviluppo degli

eventi. Nuove tendenze, nuovi bisogni e sfide sorgono costantemente, e se rimani fisso e attaccato a una modalità di azione e stile di vita, allora gradualmente cadi in disarmonia con l'Altissimo. Sì, puoi riempire una nicchia che è stata creata in precedenza; puoi essere un aderente a qualsiasi religione o sentiero, avere una connessione con i loro egregori e ricevere la tua parte di misericordia e grazia (qui si intende quel tipo di "grazia" per tutti). Ma tutto questo sarà cibo scarso che soddisferà a malapena i tuoi bisogni - o dovrai ridurli in modo significativo. È quanto accade in molte correnti spirituali e mistiche: prima o poi, la loro parte rituale perde del tutto il contatto con le urgenze, con i bisogni della Creazione, e devono essere aggiornati o scomparire. Il rinnovamento è una parte indispensabile dello sviluppo della Creazione, e questo, ad esempio, è compreso da tutti i creatori di programmi per computer, ma i seguaci dei culti religiosi no.

Qualsiasi azione eseguita come regola, come compito per lungo tempo diventerà meccanica. Non importa quanto tu cerchi di forzare la tua natura, tutti i tuoi tentativi di farlo si rivolteranno contro di te. Pregare per necessità è una cosa, pregare su richiesta, quando è prescritto per te dai dogmi della tua religione - a volte risulta un atto sincero, ma a volte no. Si rischia di perdere la motivazione, la mente è distratta da problemi pressanti e l'intera azione è compiuta solo per poter dire "fatto", per non cadere nell'inferno o sotto la condanna dei compagni di fede. La forma fissa del culto religioso ha i suoi vantaggi e svantaggi, ma per coloro che cercano la Verità di Dio, prima o poi diventa un ostacolo. L'interazione viva con Dio va al di là delle prescrizioni, che essendo state create migliaia di anni fa, non possono in alcun modo tener conto dell'attuale necessità della Creazione, i mistici vivono in tale necessità.

Il sufismo distingue sette fasi dello sviluppo spirituale di una persona, ognuna delle quali è caratterizzata da un cambiamento nella nafs umana. Nafs significa la totalità delle qualità essenziali, personali e spirituali di una persona. Dalla più bassa alla più alta, si distingue: 1) la nafs comandante, 2) la nafs condannante, 3) la nafs ispirata, 4) la nafs soddisfatta, 5) la nafs contenta di sé, 6) la nafs in cui gli altri sono contenti di te, 7) la nafs perfetta. Tra le fasi che ho elencato, ce ne sono diverse in cui una persona

interagisce già direttamente con Dio. Ad esempio, la fase della nafs contenta di sé (5), quando il mistico segue la Volontà di Dio, non ha resistenza a ciò che sta accadendo e, in generale, accetta tutto, e quindi è contento. Questo è il quinto passo delle nafs.

Dal punto di vista delle persone che si trovano a stadi precedenti di sviluppo, seguire la Volontà di Dio coincide con l'approcciare nella vita quotidiana le cose che hanno letto nei testi sacri e non può essere diversamente che così dal loro punto di vista, quindi se leggo che Dio è amore la mia comprensione sarà che io devo essere amorevole questo attiene alla comprensione umana. C'è un'opinione tra le persone che si trovano alla seconda nafs, "condannante", e che seguono al meglio delle loro capacità ciò che viene suggerito ad esempio dalla religione, cercando di essere gentili, onesti, timorosi di Dio e seguire i comandamenti, tale opinione è che quando saranno alla quinta nafs seguiranno senza sforzo tali precetti che invece adesso gli richiedono impegno. Questa in realtà è una interpretazione sbagliata. A loro sembra, che se stanno combattendo ad esempio la lussuria ad un livello di nafs inferiore, quando saranno ad un livello di nafs superiore, sarà più o meno la stessa azione, solo in modo migliore. Ma da un certo momento, il passaggio a una nuova fase della nafs, significa un movimento in verticale, poiché ognuna di esse non ha solo una diversa qualità dell'essere, ma ha anche una diversa *qualità dell'azione*.

Se ti sei seduto in una grotta e hai deciso che ti dedicherai alla meditazione e all'auto-miglioramento, allora sei caduto in una trappola. Ammettiamo, che le tue meditazioni riesce fare bene e che tu ti cambierai in una certa misura. Ma nessuno miglioramento avverrà in una grotta. La perfezione si manifesta nell'azione, come Dio si manifesta nella Creazione. Nell' stato di inerzia, sei come un Dio che ha abbandonato la Creazione, il che significa, che la tua solitudine non ha significato né per te, né per il mondo, né per Dio. Sei scappato: sono affari tuoi, ma non aspettarti che una tale fuga ti permetta di raggiungere una sorta di perfezione. Esempi di cristiani e di altri saggi, sono eccezioni alla regola, che esistono sempre, soprattutto perché non possiamo sapere cosa accadrebbe a loro se lasciassero il loro monastero. Ma anche il monastero stesso, non è una grotta solitaria, è ancora

in contatto con il mondo, e ha una sua vita, a volte abbastanza mondana, e c'è da fere le scelte.

Se cerchi di evitare l'azione, ti privi dell'opportunità di avvicinarti al Creatore. Tutti gli esempi istruttivi e con buon fine tratti dalla vita di profeti, santi o illuminati, sono esempi di azione e non di sua assenza. Al contrario esempi di non azione possono generare danni. Ad esempio, i tre anni di inattività di Osho, durante la costruzione di Rajneeshpuram in America, portarono al completo crollo del suo Lavoro. E non importa quali fossero le ragioni di questa inazione, il risultato fu esattamente lo stesso, come se lui fosse semplicemente andato in isolamento dissolvendo l'ashram (comunità che si raccoglie intorno ad un mistico). Facendo così, almeno nessuno sarebbe morto a causa degli intrighi attorno al potere in esso contenuto...

Ciascuno dei sette gradini delle nafs denota la fonte dell'azione e le sue motivazioni. La nafs comandante agisce attraverso l'ego e attraverso i suoi desideri, che di fatto controllano la persona. Spesso le azioni della prima nafs causano dolore agli altri, ma una persona è così assorbita dai suoi desideri e passioni, da essere indifferente alla sofferenza degli altri. Anche nella fase della nafs giudicante, una persona agisce attraverso l'ego, ma

in questa nafs, può andare contro i suoi desideri e le sue passioni, avendo dentro di sé un certo ideale di comportamento, che è diverso da quello a cui aspirano le persone della prima nafs. Da un punto di vista metafisico, le persone che si trovano sulle prime due nafs, sono nel potere del Flusso discendente della Creazione, e le influenze della Luce qui sono transitorie e non abbastanza forti. Chi sente in sé il bisogno di qualcos'altro, comincia a cercare queste influenze, e poi, leggendo la letteratura spirituale, eseguendo pratiche e comunicando con ricercatori o insegnanti, una persona passa gradualmente allo stadio di nafs ispirata. Si entra nella ricerca della Verità di Dio, anche se la persona stessa non ne è ancora realmente consapevole. Se è fortunata, acquisisce il Sentiero che dirige le sue azioni in una certa direzione, e quindi si apre l'opportunità di arrivare allo stato di una "tranquilla" (4) nafs. In tutte queste quattro fasi, la causa delle azioni di una persona sono i suoi desideri, sebbene dallo stadio della terza nafs si può già agire attraverso l'aspirazione, che sorge come risultato dell'influenza dell'energia della

Luce Divina. Quando la nafs arriva allo step “tranquilla” (4), la quota delle *azioni determinate dall’aspirazione* aumenta notevolmente. Poiché l’aspirazione è l’attrazione del Flusso Ascendente della Creazione, e in effetti è l’attrazione del Divino, lo stato di una persona diventa livellato (spianato, non c’è più sbalzi di umore), perché i desideri e le emozioni ad essi associati cessano di scuoterlo. Certo, una parte dei desideri rimane ancora, ma la situazione già sta cambiando molto.

Nei primi quattro stadi di sviluppo e cambiamento della nafs, l’azione diventa sempre meno basata sull’ego e sempre più *armoniosa* dal punto di vista della creazione. Passioni, desideri ed emozioni negative servono anche esse alla Creazione, ma forniscono materiale molto più grossolano per il suo mantenimento. L’energia di tristezza e rabbia di migliaia di persone può essere facilmente e con più utilità sostituita dalla sofferenza cosciente di pochi ricercatori avanzati. Per sofferenza cosciente, intendo lavorare (osservare, prendere consapevolezza, esprimere) le stesse energie: paura, rabbia, tristezza o desideri repressi. Quando la rabbia viene rilasciata inconsciamente, come reazione e una persona si identifica con essa, questa è l’energia di una qualità molto bassa. Se la rabbia è osservata in modo consapevole e l’identificazione con essa non accade, allora l’energia della Coscienza, rimanendo libera, conferisce al processo un “colore” diverso. Allora la qualità delle vibrazioni emesse in quel momento da una persona diventa molto più alta.

L’intero processo di sviluppo spirituale porta al raffinamento delle energie ricevute e rilasciate da una persona. Vivendo con i desideri esci continuamente dal ritmo generale della Creazione, iniziando allo stesso tempo a soffrire. Muovendoti lungo il Sentiero, al contrario, arrivi ad una sempre più maggiore armonia con i ritmi dell’Esistenza, anche solo perché inizi a sentirli. Essendo sotto la pressione delle energie del Flusso discendente della Creazione, ne sei stordito e accecato, ma non appena la loro pressione diminuisce, inizi a percepire la realtà in modo diverso, molto più oggettivamente di prima. E il passaggio da un livello della nafs all’altro è anche un passaggio nella percezione della realtà.

Tutto il mondo interiore dell'uomo è interamente creazione propria. Possiamo dire, che in questo, l'uomo è pienamente paragonato a Dio. La vita interiore di un uomo si basa sulle idee *in cui lui crede* e la fede è un prerequisito perché qualsiasi idea, anche la più ridicola, acquisisca una realtà tangibile nel suo mondo interiore. I bambini credono a tutto, perché la loro mente non è ancora condizionata, e quindi non hanno alcuna critica in relazione alle informazioni che ricevono. La correzione di ciò, che dovrebbe essere creduto e ciò che non dovrebbe essere creduto, viene effettuata da genitori ed educatori. Così si costituisce la base di idee, di cui la persona non è consapevole, ma che stanno programmando completamente la sua valutazione di tutto ciò che accade. Ciò in cui una persona crede diventa certezza, che inconsciamente è equiparata alla conoscenza. A livello di condizionamento delle idee, una persona non vede la differenza tra il "suo credo" e la conoscenza, perché gli sembra che le sue idee siano pura conoscenza. Così si gettano le fondamenta del suo mondo interiore, che poi acquista dettagli e si riempie di una varietà di significati. Tu crei il senso della tua vita, basato sulle idee in cui credi e che ti sembrano estremamente importanti. Dalla comprensione di questi significati, inizi a costruire la tua vita, a reagire a ciò che sta accadendo e a fare azioni. Sulla base *delle idee*

giuste, ossia quelle idee che tu hai assunto come vere si creano desideri che danno vita a *reazioni* sotto forma di emozioni, sentimenti e reazioni della mente stessa. Di conseguenza, l'intera vita interiore di una persona è (1) un insieme di reazioni a stimoli esterni o interni, (2) riflessioni su queste reazioni, (3) sogni e fantasie come fuga dalla realtà, (4) riflessioni su nuove idee o informazioni che di mano in mano arrivano, ma sempre filtrate dalla valutazione condizionata dalle idee di base preesistenti. In pratica, una persona può acquisire anche nuove idee e credere che siano vere, ma in questo caso, l'idea nuova deve essere innestata sul terreno preparato dai condizionamenti di base preesistenti, altrimenti tra loro sorgerà un conflitto, un conflitto tra ciò che è la nuova idea e ciò che invece è l'idea di base già esistente, conflitto che esaurirà la persona, suscitando in essa desideri e reazioni contrastanti. Tali situazioni non sono rare, e quindi puoi incontrare abbastanza spesso persone con la mente divisa, con sentimenti interiori pesanti e dolorosi, accompagnati da attacchi di stupore, quando due desideri opposti si inibiscono a vicenda, bloccando i processi di pensiero. In effetti, potremmo dire che l'intero mondo interiore di ogni persona è solamente un vuoto da riempire attraverso i propri condizionamenti e attraverso le proprie idee. Puoi anche essere portatore di idee brillanti e corrette, esse creeranno comunque una serie di illusioni in te, da cui si genereranno sempre le stesse reazioni: rabbia, tristezza, paura e vari tipi di ossessioni. Tutti i veli e le oscurazioni mentali, sono derivati della vita interiore di una persona, che prima sono stati creati e poi rafforzati e sostenuti dalla persona stessa. E la gioia dalla vincita della tua squadra di hockey preferita non è diversa dalla gioia che provano i veri credenti nelle grandi feste religiose. Oggi quasi tutti sanno che le cose stanno esattamente così, e molto è già stato detto sulla soggettività del mondo interiore di ogni persona, ma poche persone sanno che tale situazione non sia la nostra unica sorte possibile. Che puoi in realtà sbarazzarti di quello che viene chiamato il nostro mondo interiore, e smettere di pompare energia psico-emotiva per ragioni che non hanno alcun significato oggettivo.

La fede in Dio è fede nell'idea dell'esistenza di Dio, sostenuta da "prove" soggettive. Qualsiasi fede richiede almeno un qualche tipo di argomenta-

zione, a meno che, ovviamente, tu non sia un bambino. Ma la fede nella Verità di Dio non ha nulla a che fare con la conoscenza di quella Verità. Tutto sembra così ovvio, ma mi imbatto costantemente in persone, che non riescono a capire la differenza tra fede ed esperienza, considerando le loro reazioni emotive e sensoriali, proprio come quella conferma della realtà, che è l'unica possibile e vera.

La fede nelle idee e il loro rigido condizionamento è caratteristica delle prime tre nafs. Già alla quarta nafs, il ricercatore ha un livello di consapevolezza sufficiente per non identificarsi con le idee della mente, sebbene alcune idee di base rimangano ancora nascoste alla sua attenzione. Tuttavia, la pressione dei desideri si attenua, lo spazio interiore viene già ripulito abbastanza bene e c'è una chiara e forte aspirazione, che consente al ricercatore di lavorare su sé stesso senza esaltazione, depressione e autocommisurazione. Insieme alla liberazione da una parte del condizionamento, si verifica il *restringimento* del suo mondo interiore e si apre l'opportunità di vedere la realtà in modo diverso, senza formattarla con la mente. Ciò riduce il divario tra la realtà oggettiva della Creazione e la realtà soggettiva dell'uomo.

La liberazione da una parte dei condizionamenti e dei desideri ad essi associati, porta ad un indebolimento delle influenze del Flusso discendente della Creazione. Trovare l'aspirazione verso Dio, apre invece una persona alle influenze del Flusso Ascendente. E ad un certo punto, una persona può trovare armonia tra le influenze di entrambi questi Flussi - che è il punto più alto di sviluppo per un ricercatore, che non ha ancora subito una seria trasformazione spirituale e non è ancora diventato un vero mistico, è ancora *un uomo*, ma che si sta già muovendo bene lungo il Sentiero.

La quarta nafs è chiamata *soddisfatta* proprio perché trova armonia in sé e si armonizza parzialmente anche con il mondo esterno. In questa fase, per la prima volta, viene rilevato l'effetto *della influenza* da parte del cercatore, sulla realtà circostante. Quando il cercatore entra in uno stato di armonia con sé stesso e con il mondo, all'improvviso scopre, che anche la realtà, che lo circonda, inizia ad armonizzarsi intorno a lui. La vita e le persone intorno a lui diventano calme, non si verificano problemi seri e il flusso dell'essere

esterno diventa uniforme. Tali periodi di solito non sono troppo lunghi, perché il Sentiero continua e lo stato del ricercatore deve ancora cambiare. Si muove verso la Luce, e per questo prima o poi l'equilibrio viene disturbato. Ma in periodi di completa armonia, una persona della nafs soddisfatta, diventa il conduttore - per le persone e per il mondo.

A proposito, anche nella fase di nafs ispirata (3), accadono i propri miracoli. Così, per esempio, quando cambia la direzione del Disegno di vita personale, attraverso il quale il ricercatore passa necessariamente, intraprendendo il Sentiero, il ricercatore può sperimentare sfondamenti di percezione, che non si ripeteranno più dopo, in altri stadi. Così, il ricercatore entra in uno stato, in cui basta solo pensare a qualcosa e subito può accadere questa cosa. Allo stesso tempo, lui stesso è solitamente un puro testimone delle situazioni in atto, poiché queste situazioni lo toccano solo indirettamente. Di solito, la persona che ha sperimentato una tale svolta nella percezione, non può dire con certezza se prevede eventi pochi secondi prima che si verifichino o semplicemente li provoca con i propri pensieri. Questa incertezza è molto tipica in questo caso. Inoltre, può sentire persone in un bar o su un autobus, che non conosce, parlare di argomenti a cui ora sta pensando. Tutto questo spaventa ed eccita allo stesso tempo, perché a un certo punto una persona ha la sensazione che potrebbe impazzire. Ma no, è solo che per un breve periodo gli viene rivelato il lato nascosto della nostra realtà, e quella che gli appare come una sorta di influenza sulla realtà circostante, è in realtà un fenomeno completamente diverso. Al momento dell'apertura alle influenze del flusso ascendente (tali sfondamenti della percezione di solito accadono proprio in questo momento), una persona si apre ai flussi di informazioni e una parte delle informazioni scorre attraverso di lui. Per questo diventa difficile distinguere il proprio da quello di un altro, e il ricercatore non riesce a capire come i propri pensieri possano modellare la realtà così rapidamente. Questo stato passa abbastanza rapidamente, di solito in uno o due giorni, può ripetersi una o due volte, oppure può accadere una volta sola. Ci sono anche casi, quando una persona rimane bloccata nella posizione di un conduttore involontario di informazioni, che non lo aiuta però e non serve affatto. Ciò accade molto raramente e il più delle volte

questo stato è avviato dalla persona stessa, il cui ego è alla ricerca di caratteristiche insolite, si nutre di esse ed è sempre pronto a dispiacersi per sé stesso a causa del suo sfortunato destino: che una persona è caduta nella crepa della realtà ed è rimasta bloccata in essa. Con il giusto sforzo è possibile lasciarsi alle spalle questa condizione, ma per la maggior parte dei cercatori va via da sola senza complicazioni.

Sul Sentiero, il lato “umano” inizia a perdersi dopo essere entrato nella quinta nafs. Per “umano”, ovviamente, intendo il modo standard di vivere, dove i principali motivatori sono la paura e il desiderio. Alla quarta nafs, il Cuore del ricercatore si apre e la quinta definita “contenta *di sé* (5)” arriva dopo aver accettato la Volontà di Dio. E qui i motivi delle azioni compiute da una persona cambiano radicalmente. A questo punto il motivo sta in Dio, nella sua Volontà, che guida il mistico appena sformato nelle sue azioni e decisioni. Ciò significa, che le azioni stesse diventano ancora più adeguate alle esigenze della Creazione e nello stesso tempo armoniche con essa. In questa fase, il mistico diventa partecipe all'eterna lotta tra l'Oscurità e la Luce, mantenendo l'equilibrio in essa dal lato di quest'ultima. E più puro conduttore della Volontà di Dio diventa una persona, più Luce porta nel mondo.

Di solito la descrizione dei passaggi delle nafs si riduce alla descrizione degli stati di una persona. La caratteristica principale di una nafs “*contenta di sé*”, ad esempio, è la completa contentezza e accettazione dell'operato di Dio e della Sua Volontà, qualunque essa sia e completa accettazione di ciò che sta accadendo. Ma devi capire che se una persona lavora su sé stessa, si evolve continuamente anche dentro una stessa nafs, lo stato cambia continuamente con l'avanzare del ricercatore e persino nello stato di una nafs

condannante (2) possono convivere allo stesso tempo persone che esercitano la condanna fanatica di sé stessi e degli altri e persone che invece esercitano una condanna molto più mite e una ragionevole accettazione dei principi morali e dei precetti religiosi. In ogni nafs c'è un passaggio graduale dagli estremi all'armonia ad esempio nella terza nafs potremmo individuare un momento "estremo" nella ricerca caotica della propria strada e potremmo indicare come "armonia" il giungere ad identificare la propria strada e iniziare a seguire il metodo proposto e di conseguenza l'uscita a un nuovo livello di stato di essere personale. Più velocemente si verifica questo spostamento, più veloce risulta il passaggio tra le nafs e più velocemente una persona si muove lungo il Sentiero. Così, ad esempio, prima il mistico arriva alla piena accettazione di tutte le esigenze della Volontà di Dio, prima raggiunge la scomparsa in Dio, che appartiene alla fase successiva della sesta nafs. Prima una persona con una nafs *ispirata* (3) smette di aggrapparsi alla sua ispirazione e ad altri stimoli emotivi, più facile sarà per lei scoprire il vero Sentiero e iniziare a lavorare su di esso, il che accelererà la transizione verso una nafs *soddisfatta* (4). Il movimento da una nafs all'altra è progressivo, ma il processo non si ferma nemmeno all'interno degli stadi stessi, sebbene, naturalmente, di tanto in tanto si verifichino alcune pause di sviluppo. Ma questo è a condizione che una persona lavori seriamente e correttamente su sé stessa. Altrimenti può succedere anche che una persona possa fermarsi e trascorrere il resto della sua vita su una qualsiasi della nafs. Nella quarta e quinta nafs il ricercatore segue la volontà di Dio, ha il cuore aperto e connessione con Dio molto forte, all'inizio della sesta nafs accade che si chiude il cuore, scompare la connessione con il creatore, il ricercatore smette di seguire la Volontà e inizia il misterioso processo della scomparsa in Dio e successivamente dimorare in Lui, la sesta nafs si chiama "di cui gli altri sono contenti".

Qui c'è un altro cambiamento qualitativo nelle energie del mistico, e lo stato della sesta nafs può essere descritto solo approssimativamente, perché va così oltre i limiti dell'esperienza ordinaria umana, che questa descrizione

non ha alcun uso pratico. Se parliamo di un cambiamento nella *qualità dell'azione*, allora si può dire molto di più.

La settima nafs è *perfetta*. Da un punto di vista teologico, lo stato di una persona della nafs *perfetta* è descritto come la fioritura di virtù e saggezza basata sull'esperienza della Verità. Questo è il problema di descrizione dei livelli delle nafs in termini di stati di essere: essi, infatti, normalmente descrivono cambiamenti quantitativi basati sull'aumento delle qualità, aggiungendo nuove virtù a ciascuno di essi e moltiplicando quelli vecchi, questa però è una visione parziale. Solo una descrizione delle cause e delle qualità dell'azione aiuta a comprendere meglio lo stesso processo di cambiamento che si verifica in una persona sulla Via verso Dio.

In breve, nelle prime tre nafs, la fonte dell'azione è la persona stessa, e nelle ultime due è il Signore. E l'intera pratica della Via Sufi mira ad *aprire* una persona a Dio, alla Sua Volontà e Grazia. Le azioni di una persona, da una nafs all'altra, cambiano nella direzione di raggiungere la più alta armonia con i processi della Creazione, perché il servizio dei Sufi a Dio consiste nel sostenere il Disegno della Creazione, e quindi, una partecipazione ad esso.

Quanto meno rimane presenza della propria personalità in una persona, tanto più la presenza di Dio può manifestarsi in lui. Per questo è così necessario andare oltre i limiti della soggettività della vita interiore di una persona, che è impossibile se non si lavora per comprendere sé stessi e le proprie illusioni. Agendo in base ai desideri e valutando la realtà dal punto di vista del proprio mondo interiore, ogni persona prima o poi finisce in un vicolo cieco, perdendo l'armonia con i processi della Creazione e cadendo in sofferenze di maggiore o minore intensità. E sebbene riceva ancora la sua parte di "grazia per tutti", essa può dare ben poco, perché i suoi desideri non sono armoniosi con la creazione. Per questa ragione, le persone ricevono spesso come loro unica l'opportunità quella di fuggire, di dimenticare o di calmarsi un'po', perché il loro obiettivo principale è ridurre la sofferenza interna. Riducono le azioni al minimo possibile, cercando di proteggere la loro "zona di comfort", che non è altro che il ritiro di sé stessi dalla partecipazione alla vita.

Quando una persona viene liberata dall'influenza delle idee e cessa di creare falsi significati per sé stessa per giustificare la propria esistenza, la persona diventa pronta per il vero servizio a Dio. Tale prontezza sorge alla quarta nafs e in seguito si realizza in una quinta nafs nell'atto mistico di consegna della propria volontà a Dio e di accettazione della sua Volontà come propria. Il Signore diventa la fonte dell'azione e l'uomo diventa l'esecutore della sua volontà pur scegliendo ancora come adempiere alla volontà divina. Questa è la differenza fondamentale tra la nafs *contenta di sé* (5) e le due nafs successive (6 e 7), dove la persona perde sempre di più la propria personalità e di pari passo aumenta l'ispirazione divina anche nelle azioni e non solo più nell'obbiettivo. E, naturalmente bisogna precisare, che anche nel seguire la Volontà di Dio, il lavoro si sviluppa in modo progressivo, perché poche persone arrivano a queste nafs del Sentiero già sbarazzati di tutti i loro desideri. È proprio durante tutta questa fase, seguendo la Volontà, si verifica una profonda pulizia dei restanti condizionamenti e desideri ad essi associati. E quando una persona raggiunge uno stato in cui non vuole più nulla *per sé stesso*, subito dopo finisce il suo servizio, nella forma di seguire la Volontà, e inizia una nuova tappa del cammino verso Dio.

L'ingresso nelle nafs, di seguire la Volontà, è percepito come un cambia-

mento radicale nella propria esistenza, ma l'entrata nella sesta nafs è accompagnata da cambiamenti ancora più radicali. Sei privato della abituale fonte di azione e motivazione e all'inizio nulla arriva in sostituzione. Ricevi molti impulsi di Grazia, che lentamente cancella tutti quei desideri ed impulsi che non sei stato in grado di eliminare da solo, ma non ricevi energia per compiere alcun Lavoro spirituale o mistico. In linea di principio è possibile vivere e lavorare a livello fisico, ma il corpo eterico e il corpo della mente stanno attraversando una seria trasformazione. Perdi la connessione con Dio, che hai vissuto per diversi anni, e ti ritrovi sull'orlo di un dirupo con la sensazione che stai per cadere nell'abisso. Sei stordito dal vuoto in cui ti ritrovi all'improvviso e non capisci cosa fare da ora in poi - senza Volontà e senza connessione con il Creatore. E non ti accorgi che il Signore, che prima era molto lontano da te (nelle nafs precedenti), ora è accanto a te, o sei tu che sei accanto a Lui - non importa, perché queste parole riflettono molto male l'essenza di ciò, che sta accadendo.

L'errore principale, che un mistico può commettere in un nuovo stato, può essere il desiderio di continuare le azioni precedenti, come se su di esse fosse ancora manifestata la Volontà. Un tentativo di pompare energia allo stesso modo è destinato al fallimento, inoltre, azioni che prima venivano eseguite in modo relativamente semplice e senza difficoltà, ora richiedono uno sforzo aggiuntivo e portano a un rapido esaurimento energetico, mentale e fisico. So di cosa sto scrivendo: al momento di entrata nella sesta nafs, insegnavo alle persone e consideravo impossibile interrompere il processo di insegnamento. Nella fase della scomparsa in Dio, i sufi raccomandano di allentarsi dalle persone, e questo è l'unico modo per passare attraverso la necessaria trasformazione in modo rapido e abbastanza indolore. Se inizi a resistere, puoi arrivare a un punto in cui diventa davvero possibile scomparire dal piano fisico dell'esistenza, morire nel modo più banale. Resistere a ciò, che accade in questa fase, ti priva dell'armonia con la Creazione.

L'assenza degli impulsi della Volontà di Dio, dopo un po' viene sostituita da una guida diretta all'azione. All'inizio agisci seguendo l'aspirazione, che diventa la forza che ti permette di fare ciò, che è necessario e che ti dà una

nuova leggerezza interiore, perché l'aspirazione è la forza del Flusso Ascendente della Creazione. E dopo il Creatore stesso si manifesta all'improvviso nel tuo essere, tornando ad essere fonte di azioni, solo che ora le azioni sono compiute attraverso di te, ma non da te. Non c'è più "te", ma c'è il Creatore. Allo stesso tempo, è come se esistessi normalmente anche tu, perché fuori dall'azione, il Creatore non è che è separato da te e tu da Lui, ma Lui in questi momenti non si manifesta. La Sua Presenza è ben sentita nelle azioni richieste per l'attuazione del Lavoro o della Creazione, ma tu stesso al tempo stesso, esegui perfettamente semplici azioni quotidiane. E questa descrizione, purtroppo, non può minimamente trasmettere l'intero mistero di ciò che sta accadendo. Alla sesta nafs, i Sufi del passato, inclini a cadere in stati estatici, cominciarono a parlare nel nome di Dio o della Sua Verità. Non erano loro a parlare, ma il Creatore si manifestò attraverso di loro, ma gli ortodossi non potevano capirlo. In questa fase, Dio viene per la prima volta precipito come un Amico, e così che alcuni dei Sufi del passato Lo hanno chiamato. Nella stessa fase, oltre al percepire semplicemente la Presenza Divina, il Sufi inizia a vivere alla Presenza di Dio.

Il Creatore, manifestandosi in azione attraverso il mistico, porta grazia, misericordia e altro aiuto alle persone sul Sentiero e nella vita. Pertanto, la sesta nafs è chiamata la nafs *di cui gli altri sono contenti*. In questa nafs accade che in certi momenti Dio agisca attraverso il mistico, usandolo come strumento, ma succede anche il contrario, cioè che l'azione provenga dal mistico, e che lui usa la Potenza di Dio per trasmettere, ad esempio, la Grazia alla gente. E così un mistico può diventare un conduttore quando la situazione lo richiede e c'è bisogno di attrarre la Potenza di Dio.

La necessità, diventa il principale fattore motivante per quanto riguarda le azioni esterne nella quinta e sesta nafs. Nella quinta, la necessità esterna è la Volontà di Dio, e nella sesta, la necessità delle persone o Creazione. Più il mistico avanza verso la nafs perfetta, meno si sente partecipe di qualsiasi azione. Vive in Dio, vedendo manifestazioni della sua Volontà in tutto ciò che accade, e facendo ciò che è necessario, senza identificarsi con ciò che sta accadendo. Lui è presente e assente allo stesso tempo, perché i suoi tre corpi inferiori si trovano in un punto locale dello spazio che esiste secondo le sue

stesse leggi, e la Coscienza è aperta all'Infinito di Dio. Nel misticismo della nafs perfetta, il finito e l'Infinito sono uniti l'uno all'altro. E così si ottiene la più alta armonia possibile - in cui non c'è posto per la stagnazione e l'arresto, si preserva quindi la possibilità dell'azione, della continuazione del Sentiero e della conoscenza della Verità, che continua ad aprirsi al mistico con ogni nuova sfida e nuova necessità della Creazione.

La ricerca della Verità è sempre la ricerca di una causa. Se vuoi conoscere la verità della tua rabbia, allora nel processo di esplorazione scoprirai che la tua rabbia è solo una reazione a circostanze esterne o interne, che non sorge da sola. Allora vedrai che la causa della rabbia risiede nel desiderio insoddisfatto, e questo, a sua volta, è un prodotto dell'attività della mente. Esplorando l'energia del desiderio, scoprirai che la sua energia non è prodotta dalla mente, il desiderio sì ma l'energia del desiderio no, ci appare come dal nulla e la mente semplicemente modella questa energia in desiderio, trasformandola in qualcosa di concreto, orientato verso un obiettivo specifico. Man mano che ti sposti più in profondità, ti renderai conto che l'energia che conosciamo come desiderio è pura energia vitale che ci arriva dall'esterno durante il sonno ed entra nel centro del cuore. Ti assicuro che se vai fino in fondo nell'investigare le cause della tua rabbia, allora arriverai alla ragione dell'esistenza di te stesso. E quando inizierai ad approfondirlo, scoprirai che la causa è un certo Potere Superiore, che di solito è chiamato Dio. Cioè, questa non è la ragione della tua apparizione nel corpo fisico, ma la ragione della tua vita e del suo mantenimento risiede nella Creazione, costantemente sostenuta da Dio. Qualsiasi autoesame imparziale portato fino in fondo ti porterà alla realizzazione della presenza di un Potere Supe-

riore, grazie al quale sei nato in primo luogo. La forza che è la causa di tutte le altre cause ed effetti.

La verità di Dio è semplice: esiste e crea il mondo in cui viviamo. La sua Potenza ci sostiene, ma se non vogliamo accorgercene o resisterle, allora anche questo è accettato dal Signore. Puoi negare l'esistenza di Dio, puoi creare un dio per il tuo uso personale e pomparlo con l'egregore, attraverso il quale riceverai comunque la tua porzione di grazia dall'alto, dall'unico Dio che esiste. Tutte le forme di fede, tutti i culti mistici si nutrono della stessa Fonte, e ogni dio successivo è solo un velo che le persone che non hanno raggiunto una visione reale creano per sé stesse. La grazia di Dio è tale che puoi dargli qualsiasi nome e ottenere una risposta, anche se sarà limitata ai tuoi veri bisogni, cioè a ciò per cui ti sei rivolto alla fede. Un'altra cosa è che non potrai vederlo, fino a quando non ti liberai dell'identificazione con le idee della mente e dai veli dei desideri. La realtà di Dio è conosciuta per esperienza, ma questi non sono il tipo di esperimenti che fanno le persone stolte, chiedendo che Egli si manifesti immediatamente davanti a loro, colpendoli per blasfemia con fulmini o qualcosa del genere. Vedi l'ingiustizia dell'ordine mondiale finché hai idee su come dovrebbe essere. Non appena vai oltre la mente e il suo condizionamento, inizi a vedere la Realtà, ed è perfetta. I limiti della mente e il sottosviluppo della percezione danno sempre ragioni di insoddisfazione per il mondo e Dio, ma questa è solo una reazione ai tuoi desideri insoddisfatti, e niente di più. L'ascesa a Dio avviene attraverso l'accettazione della Sua Creazione, e anche il nome degli stadi di sviluppo della nafs - soddisfatta, contenta di sé o perfetta - ce lo dice direttamente. L'uomo perfetto è in perfetta accettazione e, per questo, in armonia con la Creazione e Dio. Questo Cammino è aperto a tutti coloro che sono pronti a percorrerlo. Puoi iniziare il Sentiero dai desideri egoistici, ma diventandone consapevole, troverai una vera aspirazione per Dio. Quindi, in effetti, tutti i mistici hanno superato questo Sentiero - dai primi passi delle nafs - al più alto. Così sono venuti a conoscenza della Verità di Dio e, dopo averla conosciuta, la portarono alla gente, affinché coloro che non sono ancora pronti potessero almeno sapere che il Signore è amorevole, misericordioso, eterno e si rivela a coloro che hanno veramente bisogno di Lui.