



# Lex Aurea

Libera Rivista Digitale di Formazione Esoterica

## Rubriche:

Tantra

Libera  
Muratoria

Pratica  
Integrale

Gnosticismo

Misticismo

## Articoli:

La Mente e la  
Pratica

Riduzionismo e  
Metafisica

Mister G. e la  
Mente

Melanchoia

Mente ed Arti  
Marziali

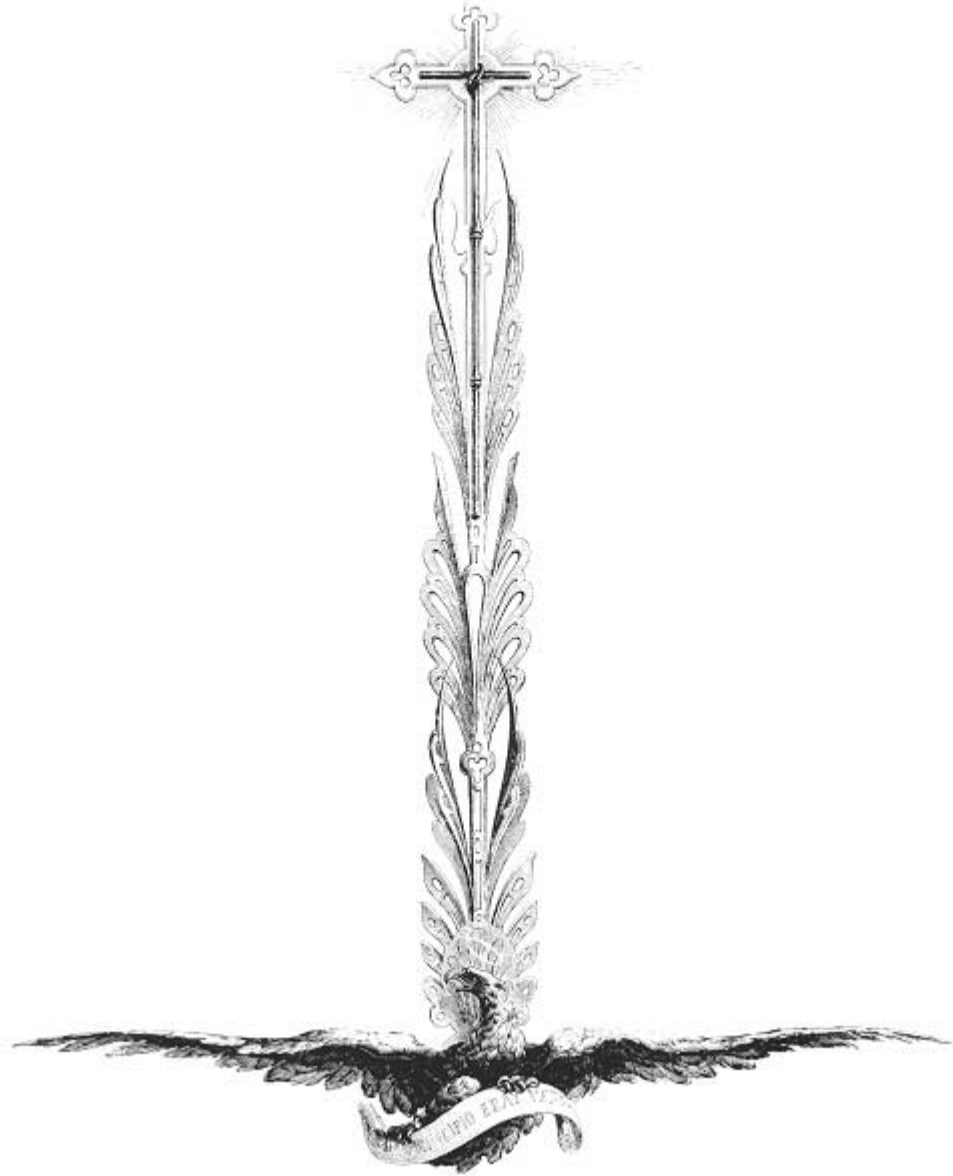
Evola e la Menta

La Mente e i  
Buddha

Pratica Integrale

Mente e Mistici

Mente e Samael  
Aun Weor



## 12 Aprile – Numero 34

Registrazione presso il Tribunale di Prato 2/2006

Editore Filippo Goti

[www.fuocosacro.com](http://www.fuocosacro.com)

per informazioni e collaborazioni: [lexaurea@fuocosacro.com](mailto:lexaurea@fuocosacro.com)

# INDICE



Rubriche:	Autore	Pag.
Tantra	David Barra	3
Libera Muratoria	Jhaoben	4
Pratica Integrata	Pino Landi	5
Gnosticismo Arte Perduta	Filippo Goti	8
Misticismo	Lux Increata	9
Articoli:		
La Mente e la Pratica	Filippo Goti	11
Riduzionismo e Metafisica: Neuroteologia	la Luigi Corvaglia	14
Il sig. Gurdjieff e la Mente	Marco Biffi	17
Melancholia I e Psicoanalisi	E.M. Fairendelli	20
La Mente nelle Arti Marziali	Carlo Caprino	23
Evola e la Mente	Mosche Bianche	33
La Mente Secondo i Buddha	Manjusri	34
La Mente nel Lavoro Spirituale	Pino Landi	35
Il Tesoro dei Mistici	Lux Increata	41
La Mente nella Scuola Samaeliana	Luigi Païoro	46

È fatto divieto di riprodurre la rivista nella sua interezza o in singole parti, senza richiedere consenso alla redazione della stessa.

Per contributi e collaborazioni: [lexaurea@fuocosacro.com](mailto:lexaurea@fuocosacro.com)

## Tantra

David Barra



Le tecniche tantriche più avanzate per il risveglio della Kundalini necessitano di un'adeguata preparazione e di una purificazione propedeutica che è possibile ottenere mediante una seria, costante e diligente pratica dell' Hata Yoga. Nello Yoga-Upanishad, l' Hata-yoga è infatti descritto come un metodo per ottenere purezza e bilanciamento fisico e mentale. Il termine "hata" è la combinazione di "ham" e "tham" che corrispondono a Ida e Pingala, (le nadi del corpo sottile di cui abbiamo più volte parlato); dunque Hata Yoga è la forma di yoga attraverso la quale tali forze vengono bilanciate. Ida nadi rappresenta l'aspetto passivo del Prana che si manifesta come forza mentale (chit shakti). Pingala nadi rappresenta l'energia solare, vitale e la forza dinamica che si manifesta nella dimensione fisica come prana-shakti. L'Hata Yoga è fondamentalmente una scienza di purificazione e bilanciamento delle nadi. Tale purificazione parte dal piano fisico, infatti nell'Hata Yoga Pradipika (testo principale dell'Hata Yoga) si dà molta importanza alle pratiche purificatorie chiamate Shatkarma. Mentre nel Raja-Yoga si parte da principi morali come Yama e Niyama, nell'Hata Yoga si parte dagli Shatkarma per poi passare ad Asana e Pranayama e poi a Mudra e Bandha. Gli Shatkarma (shat-sei, karma-azione) sono sei gruppi di pratiche purificatorie del corpo:

**Neti** (pratica di pulizia e purificazione dei passaggi nasali)

**Dhauti** (serie di tecniche di pulizia tra cui Shankaprakshalana, Agnisar Kriya, Kunjal Kriya, Vatsara dhauti)

**Nauli** (metodo per massaggiare e rinforzare gli organi addominali)

**Basti** (tecniche per lavare l'intestino largo)

**Kapalbhati** (tecnica di respirazione per purificare la parte frontale del cervello)

**Trataka** (tecnica che sviluppa il potere della concentrazione).

Le Asana sono posizioni del corpo. Nel Raja-Yoga si utilizza l'Asana come posizione confortevole da poter assumere per lungo periodo di tempo. L'Asana serve come base per poter andare avanti con Pranayama, Pratyahara e così via. Nell'Hata yoga le Asana hanno come scopo quello di stimolare e aprire canali energetici. Sviluppando il

controllo-consapevolezza del corpo è possibile passare al controllo-consapevolezza della mente. Si dice che esistono 8.400.000 Asana pari a 8.400.000 incarnazioni che ogni individuo deve subire prima di ottenere la Liberazione dal ciclo morte-rinascita. La pratica regolare di Asana oltre a mantenere il corpo in uno stato fisico ottimale ci aiuta a prendere consapevolezza di ogni singola parte del corpo e ci aiuta a rilasciare i blocchi e le tensioni muscolari, andando ad influire sul rilascio di blocchi mentali, essendoci una stretta relazione tra mente e corpo.

Il termine Pranayama significa "controllo del Prana" (Energia vitale) e consiste in una serie di tecniche respiratorie che ci permettono di portare l' Energia vitale sotto controllo cosciente. Lo scopo del Pranayama è quindi quello di portare attività subconscie sotto il controllo cosciente. La respirazione infatti è l'unica funzione del Prana su cui abbiamo un certo grado di controllo, su altre funzioni come la digestione, la circolazione, il metabolismo invece non abbiamo alcun controllo cosciente. Per questo motivo le tecniche del Pranayama si basano sull' utilizzo del respiro. Bandha significa blocco e i Bandha sono movimenti in cui varie parti del corpo vengono serrate, come effetto si ha il massaggio di organi, la rimozione di sangue stagnante e la regolazione dei nervi connessi con quell'organo. Lo scopo dei Bandha è di bloccare il Prana in alcune aree e ridirigerlo verso il Sushumna. I Mudra sono gesti simbolici delle dita o posizioni del corpo che quando praticati stimolano profondi centri del cervello e risvegliano profondi strati della mente. Con i Mudra si possono portare sotto controllo molti processi fisiologici automatici del corpo. Tali Mudra sono considerati molto più potenti di Asana e Pranayama.

Dunque l'enfasi nell'Hata Yoga sta nella purificazione del corpo, dei suoi canali energetici, nell' armonizzare le forze "solari" e "lunari" all'interno del proprio corpo. Tali pratiche sono la base di forme più avanzate di yoga come il Raja-Yoga o il Kundalini-Yoga. Infatti una volta che il corpo è purificato la mente diventa più sattwica (equilibrata) e le pratiche di Yama e Niyama diventano naturali, inoltre solo dopo aver armonizzato Ida e Pingala è possibile aprire Sushumna e provocare l'ascesa di Kundalini shakti. La scienza dell'Hata Yoga è molto conosciuta ed apprezzata in Occidente per i suoi effetti terapeutici, infatti più volte l'utilizzo di tali tecniche si è dimostrato utile nel trattamento di casi patologici quali l'asma, il diabete, pressione sanguigna, epilessia, isteria, reumatismi e molte altre condizioni di malessere, inoltre è ormai pienamente accertato il fatto che tali pratiche apportino uno stato di benessere psicofisico generale.

## Squadra e Compasso

di Jhaoben



### Una Controistoria della Fondazione della Gran Loggia di Londra del 1717

La Massoneria europea dei primi anni del XVIII secolo è sostanzialmente divisa in due gruppi ben precisi, la Massoneria Hannoveriana di pura derivazione inglese caratterizzata da un maggior deismo, se non proprio ateismo, che si rifà alla casa Hannover salita sul trono inglese nel 1714 con Giorgio I, e la Massoneria Stuardista, di origine prevalentemente scozzese che si svilupperà prevalentemente in Francia e che portava avanti le istanze della spodestata famiglia Stuart, con connotati decisamente cattolici.

Secondo la politica Stuardista le Logge sarebbero dovuto diventare un feudo del loro partito al fine di infiltrare elementi fedeli al pretendente al trono d'Inghilterra in tutti i paesi europei, in realtà avvenne l'incontrario, gli hannoveriani, come in una partita a scacchi, piano piano riuscirono a conquistare tutte le Logge europee, mettendo in seria difficoltà la Massoneria Stuardista.

Dare un data precisa per la nascita della Massoneria Stuardista, è impossibile. Certamente essa ha radici estremamente lontane, nella Scozia medioevale e potrebbe, addirittura derivare da un presunto contingente di Cavalieri Templari che a fianco di Robert Bruce (quello di Breaveheart) avrebbero combattuto nella battaglia di Bannockburn nel 1314. Affrontare un simile problema ci porterebbe sicuramente troppo lontano, è comunque certo che Logge Massoniche Militari a forte influenza Templare fossero presenti nella Scozia del XVII secolo e che prestassero aiuto agli allora regnanti Stuart. Sembra addirittura che sia lo stesso re cattolico Giacomo IV di Scozia a portare la Massoneria Templare in Inghilterra quando nel 1603 divenne Giacomo I D'Inghilterra. Carlo II, restaurato dopo Cromwell, era sicuramente Massone, ed a lui si deve la fondazione della Royal Society che rappresenterà la culla della Massoneria hannoveriana. Ma il legame tra Massoneria e Stuart è dimostrata anche dal fatto che i

generali di Giacomo II combattevano con le insegne templari, come ad esempio nel caso di John Claverhouse, visconte Dundee che quando cadde a Killiecrankie il 27 luglio 1689 fu ritrovata sul suo corpo la Gran Croce dell'Ordine.

Quello che è certo, come si evince da numerosi documenti, è che la Massoneria di stampo stuardista-templare è sicuramente preesistente alla Massoneria hannoveriana. Anzi non è del tutto campato in aria affermare che la Gran Loggia d'Inghilterra sorta nel 1717 fu creata per contrastare la Massoneria Giacobita che aveva già invaso gran parte dell'Europa, compito che era egregiamente stato svolto dalle numerosissime Logge Militari inglesi. Un sottile gioco politico svolto dalle diplomazie inglesi; e forse saranno più gli interessi per le importanti influenze che la Famiglia era in grado di assicurare che gli interessi esoterici a far fiorire la Massoneria hannoveriana se è vero che in soli 6 anni le Logge hannoveriane passano da 4 a 52. Questa estrema proliferazione, ma soprattutto lo spirito di accentramento che caratterizzò i primi anni della Massoneria hannoveriana è senza dubbio sospetto; J.R. Clarke, uno storico massone scrive *«Ritengo che nel 1717 vi fosse una ragione molto più seria per la collaborazione: essa fu resa necessaria dalle condizioni politiche del paese»*, un paese diviso fra il partito vincente hannoveriano e quello perdente stuardista. Lo sfoggio esagerato del fervore patriottico e dei canti durante il brindisi inaugurale dell'agape, altro non sarebbe che l'ostentazione della loro fede politica. Sospetta è anche la data di fondazione della Gran Loggia, solo due anni separano tale evento dalla grande ribellione stuardista del 1715 e solo un anno dall'esecuzione dei capipopolo (lord Kenmuir e James Derwenwater) avvenuta nel febbraio del 1716. Se inoltre si considera che la nascita della Gran Loggia è stata preceduta da almeno di un anno di trattative, i due eventi possono essere considerati separati da solo pochi mesi ed un nesso di causalità non è da escludere.

Certamente per gli hannoveriani lasciare la Massoneria, con il suo forte potere latomistico, nelle mani del partito stuardista, sarebbe stato un grave errore; la stretta collaborazione e le connivenze che le varie Logge avevano con il tessuto sociale europeo era certamente rischiosa

per la nuova dinastia inglese orangista ancora priva di una solida base. Il fatto stesso che lo stesso Anderson si sia premunito di scrivere le "sue" costituzioni in tutta fretta e soprattutto distruggendo tutto il materiale in suo possesso precedente al 1717 per "eliminare possibili incongruenze", può essere visto come un tentativo di fare terra bruciata intorno alla Massoneria Scozzese delegittimizzando le loro pretese di derivazione templare.

Ma il partito stuardista non avrà vita facile, per ben tre volte tenterà di riprendere il potere in Inghilterra, e per tre volte sarà sconfitto; dopo ogni sconfitta anche i suoi alleati europei si comportano in maniera più fredda subodorando la sconfitta finale che inesorabilmente arriverà nel 1745. Dopo tale data non si parlerà più di stuardismo, ed il pretendente al trono Carlo III vedrà definitivamente eclissare la sua luce. Con la scomparsa del partito stuardista scomparirà anche la Massoneria Stuardista Templare.

*«Nel periodo immediatamente successivo alle ribellioni del 1745, la Massoneria giacobita come tale, con il suo specifico orientamento politico e la sua devozione alla stirpe degli Stuart, praticamente scomparve. Tuttavia, variazioni purgate del contenuto politico e temperate dalla moderazione della Gran Loggia d'Inghilterra sopravvissero in parte attraverso i cosiddetti "gradi superiori" offerti da istituzioni come la Grande Loggia Irlandese. Ma soprattutto sopravvissero entro la Stretta Osservanza promulgata da Hund, che aveva come grado più alto quello di cavaliere Templare e si sarebbe diffusa in tutta Europa. Ma, quel che più conta, avrebbe trovato terreno fertile fra i colonizzatori - molti dei quali erano profughi o deportati giacobiti - dei futuri Stati Uniti d'America».*

## Pratica Integrata

Pino Landi



Si sono scritte migliaia di pagine e costruite molte teorie sulla essenza della mente, ma a poco servono, perché, comunque sia, finché si resta nel campo dello studio, delle parole e dei ragionamenti logici, è sempre la mente che cerca di spiegare sé stessa. L'unico modo per cogliere una qualche valida verità sulla mente, è quello di sperimentarla, nella sua dinamica, nei suoi ampi movimenti, esplorare le sue grandi possibilità, ma anche i suoi limiti; non accogliere tutto in lei, comprimendo la totalità in una parte, ma uscire dai confini della mente, per coglierla nell'insieme di cui fa parte.

Occorre come prima cosa imparare a rendere la MENTE SILENZIOSA. Non per escluderla in un qualche modo, ma perché la sperimentazione sia veramente libera, priva di presupposti che la dirigono verso i risultati previsti o sperati. Silenziare la mente significa innanzitutto interrompere quella serie ininterrotta di pensieri che costantemente affolla la nostra mente. Occorre posizionarsi in un tranquillo angolino silenzioso ed iniziare ad osservare cosa effettivamente accade ad ogni istante. Ci accorgeremo ben presto del chiasso che i pensieri producono in noi costantemente. A nulla vale un atto di volontà che tenti di eliminarli con un'azione di forza; i pensieri acquisteranno invece energia proprio dalla forza che impieghiamo per cercare di scacciarli direttamente, perché in questo modo diamo loro attenzione e l'attenzione è energia e forza.

Occorre invece innanzitutto prendere atto dei pensieri e delle catene ininterrotte di associazioni con immagini, fantasie ed altri pensieri che ciascuno di loro induce. Prendere atto significa però semplicemente osservarli e non concedere a nessuno di questi movimenti né il nostro assenso, né il nostro dissenso. Osservarli senza accettarli, ma neppure rifiutarli, senza cioè concedere a nessuno di loro, né un giudizio, né un movimento affettivo, il che li priva dell'energia che ricevono dal vitale, un vero e proprio serbatoio energetico.

Qualcuno suggerisce di immaginare la nostra mente come un cielo limpido in cui passano come nubi i pensieri. Immaginiamo di stare distesi nell'erba ed osservare quelle

nubi viaggiare in un cielo terso: non sono nostre e neppure del cielo, ma passano, mutando continuamente posizione e forma. Così i nostri pensieri, se li osserviamo come testimoni imperturbabili, pian piano si diraderanno sempre di più, fino a lasciare la MENTE VUOTA E SILENZIOSA.

Occorre imparare a NON IDENTIFICARSI con la propria mente. Noi non siamo quei pensieri e quella mente. Mente e pensieri ci servono per vivere nel quotidiano e normale piano della materia e delle relazioni, possiamo e dobbiamo utilizzarli al meglio a questo fine, ma dobbiamo anche non lasciarci usare da loro e liberamente "lasciarli andare" quando pretendono una totale identificazione. Durante la osservazione dei pensieri cominciamo ad individuare da dove essi giungano. Tutti giungono in modo del tutto autonomo dalla nostra volontà cosciente. Alcuni sembrano giungere "dal di fuori", altri dalle parti buie e profonde del nostro essere. Se non ci identifichiamo con essi, potremo essere liberi di lasciarli andare, senza concedere loro l'energia della nostra volontà.

Per rendere la mente silenziosa, oltre all'osservazione dei pensieri è utile concentrarsi sul respiro, oppure sul battito cardiaco senza forzarli in alcun modo, solo osservandone i ritmi. Questa attenzione serve a centrarsi sul momento presente, attraverso due fenomeni che assumiamo come parametri vitali essenziali. La mente non è mai sul presente, ma oscilla tra il ricordo del passato e le aspettative per il futuro, secondo una sua propria specificità del fattore tempo. Ciò che invece realmente esiste è solo il momento presente e lo possiamo cogliere solamente bypassando le imposizioni mentali. E' il medesimo "tempo" non mentale, e perciò "non spiegabile" che può essere colto nel silenzio che intercorre tra due pensieri successivi.

Se la mente è uno dei modi per interpretare la realtà, una lente attraverso cui "vediamo" la realtà, allora una MENTE VUOTA ci mostrerà la realtà nel modo più limpido e meno deformato possibile. Se non abbiamo altro modo di percepire la mente se non attraverso la mente stessa, allora la possiamo immaginare come uno specchio in cui si riflette e si osserva: più questo specchio è pulito, privo di polvere e di residui e più l'immagine sarà attendibile. Ecco allora la necessità, propedeutica ad ogni sperimentazione, ad ogni ricerca, ad

ogni pratica, di mantenere la mente limpida, sincera e pulita dai pensieri e dalle attività sue proprie, oltreché dai movimenti separativi ed egoici del vitale.

Le parole e con il mentale possono essere utilizzati dai vari ego, in quanto strumenti per la loro azione e manifestazione, ma il silenzio non può essere utilizzato dall'ego in nessun modo.

Non sto enunciando una ulteriore teoria, ma sto parlando di qualcosa di estremamente pratico e verificabile da chiunque. Chiedo quindi non giudizi mentali ed opinioni, ma di procedere ad una sperimentazione personale. Poco conta ciò che si legge ma l'effettiva sperimentazione, ed inoltre sulle proprie personali esperienze di pratica è consigliabile pensarci poco e parlarne ancora meno. Quando ci si pensa su o se ne parla, interviene la mente, che le traduce attraverso i suoi schemi logico-mentali. Ecco allora che l'esperienza si svilisce, perde energia e valore, perché è portata su un piano che non è il suo proprio. La mente inoltre induce ogni possibile dubbio in merito ed attiva tutta la resistenza che può contro ogni allargamento di coscienza e trasformazione.

La pratica fa parte di quei fenomeni che, spesso in modo del tutto inconsapevole, viviamo pur tuttavia ogni giorno: a volte ci illuminano piccole o grandi intuizioni, dopo le quali muta la nostra visione delle cose, altre volte veniamo "riempiti" totalmente di ampie esperienze integrali, di fronte ad un paesaggio maestoso, alla nascita di un cucciolo, ecc...; quando la mente cede il suo ferreo controllo, e compaiono immagini ipnogoniche, o veri e propri sogni. Trasformare e purificare la nostra mente consente di partecipare con maggiore consapevolezza a questi fenomeni e saperne cogliere la ricchezza e le possibilità.

Pian piano con l'esercizio e la pratica sarà possibile mantenere il silenzio della mente non solo nell'angolino riservato e tranquillo, ma in ogni momento della nostra giornata. Mantenere la MENTE SILENZIOSA E VUOTA significa che essa potrà essere riempita da tutto ciò che proviene dai piani superiori al mentale e che vi sarà legittimità e spazio per le intuizioni, per le rivelazioni, per la creatività artistica ed intellettuale, per l'ispirazione. Una MENTE PURIFICATA saprà accogliere questi contenuti, senza svilirli o rifiutarli, ma traducendoli in modo

che il loro contenuto possa essere manifestato ed utilizzato anche da altri.

E' solamente nella condizione di silenzio mentale che la preghiera o il mantra hanno reale effetto, che i simboli riescono a comunicare direttamente, a trasmettere la forza di cui sono carichi. La mente può poi avere un importante ruolo nel ricomporre un quadro che possa essere utile nella nostra comune vita quotidiana di uomini, perché si possa essere umani migliori o per condividere con altri le nostre realizzazioni...ma l'intervento della mente è sempre a posteriori.

Vorrei indicare un altro esercizio che utilizza la nostra stessa mente per superarne la logica dei contrari di cui di solito si serve, e serve a non affezionarsi troppo alle nostre idee ed elaborazioni mentali.

Quando ci troviamo di fronte ad una tesi, in luogo di accettarla o respingerla in base alle nostre preferenze, prendiamo in considerazione ed esponiamo all'attenzione della mente anche la tesi opposta. Poi cerchiamo una sintesi, che sempre è possibile, che contenga entrambi gli assunti su un livello più complessivo ed unitario. Anche se restiamo sempre sul piano mentale, attiviamo comunque il senso di discriminazione, tendiamo al superamento di ottusi meccanismi automatici, ci avviciniamo alla parte più elevata del piano mentale medesimo, là dove inizia a manifestarsi qualche riflesso dai piani superiori.

In una pratica integrale occorre lavorare non solamente sulla mente intellettuale, ma in modo esteso su tutti i diversi livelli in cui la mente opera, utilizzandola per quanto possibile, superandone i limiti, trasformandola e purificandola. Nella condizione di quiete e silenzio dei pensieri, si può percepire il lavoro che svolge la mente del vitale e la mente dei diversi organi fisici. Le stesse cellule hanno una loro coscienza ed una loro mente, seppur ovviamente diverse da quella umana. Questi strati della mente, nella normale condizione di coscienza mentale di veglia non riescono mai ad esprimersi, coperte e monopolizzate dalla mente raziocinante.

Ricorderò solamente di sfuggita, che anche recenti teorie di biologi moderni cominciano ad "ipotizzare" una mente nelle cellule, e che Mère ha lavorato per gli ultimi quindici anni della sua permanenza nel corpo fisico,

proprio sulla mente delle cellule per la trasformazione della materia medesima. La mia pur modestissima esperienza mi porta a dire che non è impossibile lavorare sulla mente del nostro corpo. Mi farò meglio comprendere con un esempio pratico: molto spesso gli stati di malattia sono procurati proprio dall'opera della mente, sia di quella intellettuale che di quella del vitale; lo stato di salute può essere recuperato "ascoltando" il proprio corpo e lasciando a lui l'operatività.

Se è possibile attivare un "contatto" con la mente delle piante e dei cristalli, a maggior ragione è possibile "colloquiare" con la mente dei nostri organi e cellule.

La mente è un meraviglioso strumento, così come il nostro corpo: non dobbiamo disprezzare né l'una né l'altro, così come occorre riconoscere la forza e l'energia di cui sono portatori gli istinti animali e vitali che ancora sono in noi. Occorre però che mente, vita, corpo, sentimenti siano al servizio della nostra libertà e non si impossessino della nostra entità e il viaggio della nostra vita sia da essi determinato. Se riesce a trasformare il proprio mondo interiore, eliminare l'asservimento all'ego, l'uomo può utilizzare tutto ciò di cui è dotato per realizzare appieno la propria "umanità", senza pur tuttavia rimanerne prigioniero. La mente può portare a un certo tipo di conoscenza, non certamente da rifiutare o disprezzabile, ma è questa l'unica e più elevata conoscenza a cui l'uomo può giungere? C'è qualcosa oltre?

Non sta nei libri la risposta a questa domanda, ma nella pratica, perché solo con la pratica è possibile rendere la mente un docile strumento, capace anche di tacere e mettersi momentaneamente da parte.

## Gnosticismo Arte Perduta

Filippo Goti



Le strutture iniziatiche occidentali hanno individuato nella trasmissione del potere tramite il rito, il fulcro centrale della loro ragion d'essere. Tramite il rituale di iniziazione, operato da uomo ad uomo, viene aggiunto un nuovo anello alla catena, perpetuando a questo modo il passaggio docetico ed operativo. Ovviamente vi sono poi delle differenze in questo meccanismo, esistendo strutture dove il Maestro inizia in nome non di un proprio potere, ma bensì della struttura, altre in virtù di un potere a lui riconducibile.

Rituali in genere di derivazione ottocentesca, oppure che hanno preso a modello il messale cattolico, e che tendono a riproporre un passaggio dell'uomo da una condizione di profanità, ad una condizione di disvelamento della luce. Non voglio qui attardarmi attorno al simbolismo iniziatico, oppure alla sua realtà o virtualità, non è mio interesse, ma solamente rispondere alla domanda su qual'è il rapporto fra il rito e lo gnostico antico.

Il convincimento che questo mondo non conosce la presenza del vero Dio, che ogni manifestazione lo allontana dalla radice e dall'essenzialità delle cose, il conoscere che è in se che deve ricercare la liberazione salvifica e non nelle cose del mondo, portano lo gnostico a fuggire dai riti e dalle iniziazioni tra uomo ed uomo. Considerandole, nell'aspetto più benevolo, come pallide testimonianze di ciò che fu, nell'aspetto più negativo, come illusioni ed inganni attraverso cui il potere arcontico si perpetua.

Ecco quindi lo gnostico affermare:

" .... questa, quindi, è la vera testimonianza: quando l'uomo conosce se stesso, e Dio che è oltre la verità, sarà salvo....."

ad indicare che l'unica vera iniziazione, l'unica forma di alta magia, non è quella che passa attraverso l'intercessione di fenomeni, o potenze esterne all'uomo, ma bensì attraverso la conoscenza interiore di se stesso, che a sua volta è necessario viatico per la conoscenza del vero Dio.

Ancora è scritto:

" .... il battesimo di verità è altra cosa; lo si trova tramite al rinuncia al mondo..."

vi è qui una chiara polemica verso il battesimo cattolico, e la sua funzione di ammissione all'interno della cristianità tramite un semplice atto, che universalmente non riconosce differenze fra uomini. I quali per semplice atto di volontà, a prescindere dalle loro qualità spirituali, tramite questo rito si ritrovano ad essere fratelli in Cristo.

Per lo gnostico il vero battesimo che è simbolo di trionfo sull'ignoranza, e che permette di essere ammessi in seno alla dimora del Padre, è il Battesimo di Verità e cioè la comprensione della propria condizione di esiliato, di anima fusa in un corpo. Colui che giunge a tale consapevolezza rinuncia al mondo, in altre parole ne comprende i reali meccanismi e la sua funzione alienante.

Ecco quindi come lo gnostico si pone innanzi ai rituali, alle cerimonie, all'iniziazione che passa da uomo ad uomo, in una posizione fortemente critica, in quanto egli non riconosce altro potere che quello di una verità interiore. Conquistata non attraverso il passaggio di un potere a lui esterno, ma alla verità riconquista attraverso un'epica ricerca, analisi, e comprensione di ciò che alberga nelle proprie profondità.



## II Misticismo: Terminologia, Caratteristiche, Testimonianze

Lux Increata



E' stato provato scientificamente che la sperimentazione degli stati mistici è preceduta da un calo di attenzione, una riduzione dell'attività fisica e da uno stato mentale passivo, di quiete.

Le onde cerebrali emesse dai soggetti esaminati in stato di trance sono quelle Alfa, simili a quelle sperimentate durante il sonno. Non tutti i mistici, però, sperimentano lo stato di trance: Ildegarda von Bingen disse di non avere mai perso lucidità e di essere sempre rimasta consapevole del luogo ove, in questo piano dimensionale, si trovava. Inoltre, poteva udire rumori e commenti intorno a lei. Quel che si sa di certo, è che in questo tipo di esperienze è la corteccia cerebrale, i lobi occipitali e temporali, a dare segni di grande attività.

Secondo recenti studi, un assaggio di quella che potrebbe essere un'esperienza mistica è stato vissuto da quasi il 40% delle persone, che dichiararono di avere perduto il senso della realtà, di avere vissuto esperienze fuori del corpo, di avere sperimentato un senso di Unione con il Tutto o con la Natura. ( il misticismo, infatti, può anche non essere religioso: Walt Whitman, Henry Vaughn, Carl Gustav Jung e altri ne sono una prova)

Gli stati mistici arriverebbero, persino, a modificare il funzionamento neurochimico del cervello, alterare il metabolismo, causare malattie o provocare guarigioni. Si dovrebbe leggere lo strabiliante caso di Teresa Neumann, che pare visse solo di ostie senza perdere peso, per rendersene pienamente conto.

Non indagheremo, qui, su quanto vi sia di umano e quanto di soprannaturale nell'esperienza mistica e non relazioneremo sulla complessità dell'induzione di questi stati alterati dell'essere: sapere quali aree del cervello sono coinvolte, non aiuta infatti a scoprire quale può essere la causa scatenante dell'evento trascendentale.

IL CAMMINO MISTICO OCCIDENTALE

Il fulcro del cammino mistico dell'Occidente, come si accennava, è l'Unione Divina, non

la vacuità.

Molti, prima di sperimentare la Mistica Unione, asseriscono di averla cercata a lungo, svuotandosi di sé stessi, osservandosi ed autocontrollandosi, imponendosi rigide regole di vita; altri non l'hanno cercata, ma ne sono stati rapiti, quasi incidentalmente. Ognuno ha percorso la sua strada e ha proposto mappe diverse, Il sufi Ibn Arabi raccomandava l'uso dell'immaginazione attiva per divenire nutrimento spirituale della Divinità, facendo in modo che egli stesso potesse nutrirsi di Essa: in pratica, un'offerta di sé stessi e una meditazione aiutata dall'immaginazione.

Altri hanno suggerito complessi rituali cabalistici, per poi rifiutarli, dedicandosi solo alla preghiera, come Swedenborg; Agrippa di Nettesheim ha prediletto la magia e le evocazioni angeliche.

Su alcuni punti, tuttavia, tutti i mistici concordano: perseveranza, distacco e preghiera sono i mezzi ideali per conseguire la Via, e alcuni propongono in special modo pratiche ripetitive, come possono essere quelle esicaste, centrate sul cuore e sulla frase-seme : "Gesù Cristo, figlio di Dio, abbi pietà di me peccatore".

Non meno importanti sono la respirazione e uno stato di quiete mentale, come insegnano i mistici più avveduti.

Santa Teresa d'Avila, ne "Il Castello interiore", individua quattro stadi di preghiera (da Wikipedia):

- Il primo, detto "devozione del cuore", è quello della devota contemplazione o concentrazione, il ritiro dell'anima dall'esterno e specialmente la devota osservanza della passione di Cristo e la penitenza.

- Il secondo stadio è la "devozione della pace" nella quale la volontà umana è rimessa in quella di Dio, mentre le altre facoltà, quali la memoria, l'immaginazione e la ragione, non sono ancora sicure a causa della distrazione mondana. Nonostante una piccola distrazione possa essere provocata dalla ripetizione di preghiere o dalla composizione di scritti, lo stato prevalente è ancora quello della quiete.

- Il terzo stadio, ovvero la "devozione dell'unione" non è solo uno stato soprannaturale, ma soprattutto uno stato d'estasi mistica. Anche la ragione viene assorbita da Dio, e rimangono "libere" solo l'immaginazione e la memoria. Questo stadio è caratterizzato da una pace beata,

una sorte di dolce sonno, un consapevole trasporto nell'amore di Dio.

· Il quarto stadio è la "devozione dell'estasi", è uno stato "passivo", nel quale la consapevolezza dello spirito di risiedere in un corpo viene completamente perduta. Le attività sensoriali cessano, e anche la memoria e l'immaginazione vengano assorbite da Dio o cancellate del tutto. Corpo e spirito sono immersi in spasmi di un dolce e felice dolore, alternato a vampate di pauroso dolore, in preda ad una completa inconsapevolezza ed impotenza, un sentimento di strangolamento, alternati in momenti di leggerezza interiore fa letteralmente sollevare il corpo nello spazio. Mezz'ora dopo subentra un rilassamento di poche ore in cui tutte le facoltà vengono negate dall'unione con Dio. Da questo il soggetto si risveglia in lacrime; questo è il punto più alto dell'esperienza mistica prodotta dallo stato di trance.


Teresa distingueva più tappe nell'ascensione dell'anima a Dio, l'ultima delle quali è l'abbandono totale. Ella sperimentò estasi, levitazioni, rapimenti estatici (improvvisi, non come i fenomeni estatici) e "voli dello spirito", recandosi in altre dimensioni, fuori del corpo.

Se la magia è una scienza dell'Io, quella del misticismo è una scienza del Sè: della propria particola divina, infatti, il mistico va alla ricerca, come nel celebre Inno della Perla gnostico.

Non importa come la chiama, se anima, spirito, o altro: essa è l'unico strumento che ci riporterà nella Casa del Padre.

## La Mente e la Pratica

12 Aprile 2009, questo lavoro rettifica, integra, e ammenda ogni mio scritto precedente.  
Filippo Goti



Non mi voglio attardare nel descrivere la mente, non voglio scivolare nel gioco delle mille definizioni, mi basterà dire che questo superbo strumento necessita di adeguata cura, impegno, e precisione di utilizzo affinché non si deteriori, o addirittura non divenga pernicioso.

La mente indaga, scruta, osserva, elabora, riduce a modelli interpretativi, crea categorie, analizza, e suggerisce soluzioni; nel mondo dei fenomeni, delle cause e degli effetti, di tutto ciò che è materiale, in poche parole nel mondo a noi esterno ci permette di relazionarci; fino a giungere a punte di eccellenza per efficacia ed efficienza in coloro che sono riusciti ad affinarla.

Una mente troppo analitica però corre il rischio di rimuovere ogni empatia animale ed umana, riducendo l'uomo ad una sorta di calcolatore incapace di esperire il proprio essere, come del resto i meccanismi della mente, così utili nel mondo esterno, possono rappresentare un reale impedimento nella pratica spirituale.

La mente umana è sostanzialmente strutturata come strumento di analisi relazionale. Uno strumento individuale deduttivo ed induttivo, che crea "relazioni di analisi" fra la mente stessa ogni elemento che essa oggettivizza. In tale processo essa tende ad escludere tutto ciò che non ricade in un utile computo, tutto ciò che non assume per essa valore, e che infine avverte come pernicioso o aliene ai propri algoritmi valutativi.

Dubbio, noia, mancanza di attenzione, svalutazione, e ironia, sono le risposte suggerite dalla mente verso oggetti, procedure, e pensieri che non rientrano nel proprio campo di interesse ed utilità. La semplice e sincera riflessione, che nasce dalla constatazione, non potrà non condurci verso la verità sulla mente, che da utile strumento può diventare terribile ostacolo.

Il Guardiano della Soglia (1) assume diverse forme. Non solo è rappresentato dalle acque emotive, dall'ego e dalla

concezione erronea dell'Io, ma anche, e forse soprattutto, dagli impedimenti alla pratica che provengono dalla mente. Forse più insidiosi in quanto "occulti", silenziosi, ma che a poco a poco deprivano di significato la pratica stessa, svuotando il simbolo del proprio contenuto, ponendo dubbi inamovibili verso il conseguimento di ogni risultato.

Nei fatti incontriamo sia coloro che rifuggono dalla pratica spirituale, adducendo uno scetticismo prevenuto nei suoi confronti; sia coloro che riducono la pratica spirituale ad un'intellettualizzazione della stessa, in entrambi i casi è la mente che interviene, creando un serio impedimento di progressione verso la conoscenza.

Tali constatazioni ci devono far comprendere che non esiste ostacolo alla pratica, che non sia espressione dell'operatore stesso. Non esiste altro impedimento che l'operatore stesso, non esiste altro carceriere che lo stesso uomo nei confronti dell'uomo. Anche nelle situazioni più tormentate, più disagiate, l'uomo di volontà è in grado di costruire uno spazio psichico ove operare, ma anche nelle situazioni più propizie colui che difetta in volontà troverà modo di praticare.

Quando udiamo i molti sostenere che nella loro vita non hanno mai trovato il maestro, oppure che non hanno avuto l'occasione o il luogo, siamo innanzi alla cantilena della mente, che suggerisce mille e mille motive per cui l'Opera neppure è stata intrapresa.

La mente tende a cogliere le qualità e la quantità di un oggetto o un accadimento, ancora prima che i nostri sensi abbiano avuto la possibilità di entrare in contatto con lo stesso. Ciò in se non è negativo, lo diventa nel momento in cui queste costruzioni e congetture, impediscono di esperire, ecco quindi che l'informazione impedisce la formazione: si presume di sapere perchè siamo informati.

Spesso mi capita di incontrare uomini e donne che hanno abbandonato in cerca di altro la propria struttura iniziatica, che sono alla ricerca sempre di maggiori pratiche, di nuovi orizzonti. Nella maggior parte dei casi non siamo innanzi ad argonauti dello spirito che eccellono nell'arte appresa, ma

solamente a persone che sono state sconfitte dalla propria mente, che annoiati sono alla ricerca di altro con cui impegnarla per un poco, illusi di stare sperando, ma in realtà si stanno solamente informando.

Osservando i rituali, qualsiasi rituale, sappiamo che un elemento necessario alla sua efficacia è la costante riproposizione inalterata nel tempo. Questa monotonia è un utile strumento per saggiare lo stato del rapporto con la nostra mente. Qualora la meccanicità del rito prevale, altro non significa che

siamo in preda al flusso estraniante della nostra mente, che la nostra attenzione è dispersa, che la nostra volontà è ridotta ad inerzia, che la nostra capacità di vivificare tramite il gesto, il simbolo e la parola, è un arido canale. Qualora invece i vari aspetti del rito sembrano fluire come l'acqua sorgiva, vi è armonia, al segno è associato il simbolo, al gesto la possanza, e alla parola la vita, la mente è ridotta ad utile strumento, a docile esecutore dei nostri voleri.

E' infatti la presenza a noi stessi, il desiderio sorretto da volontà di creare, è il secondo necessario elemento affinché il rito sia efficace, e non ridotto a tragicommedia. Purtroppo possiamo amaramente asserire che se è essa è merce rara da trovare individualmente, è oggi qualità impossibile da riscontrare nelle pratiche di gruppo, nei rituali di loggia, in quanto basta un unico elemento della comunità coinvolta a inquinare l'etere che si va formando. Del resto in questo ideale necessario di purezza e potenza non siamo certamente agevolati dal modo in cui procedono le associazioni, frutto spesso di un malinteso dovere di dare la luce, di meccanico progredire umano, anch'esse espressione di una degenerazione delle cose che passa necessariamente

attraverso menti che non sanno distinguere l'idea dall'ideale.

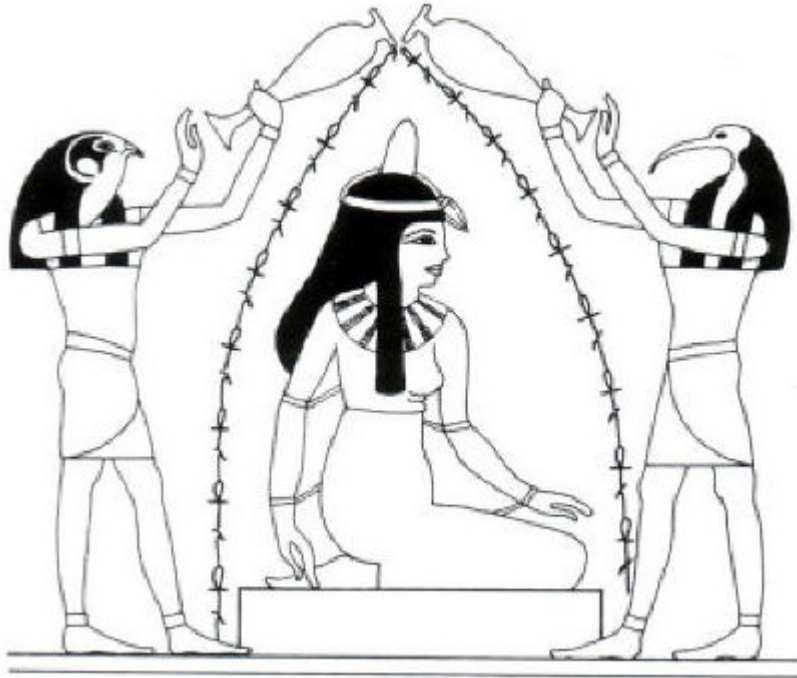
Alcuni sostengono che il corpo è più vecchio della mente, e che quindi ogni azione della

mente che tende a limitare i desideri del corpo è nocivo per lo sviluppo dell'uomo. Per quanto affascinante tale posizione, dobbiamo riconoscerne che neppure in natura un animale superiore è talmente stupido da lasciarsi condizionare integralmente dal proprio istinto,

lasciando tale condizioni di stato agli animali di rango inferiore il cui comportamento prevedibile li pone agli infimi scalini della catena alimentare. In ambito spirituale ed iniziatico tali asserzioni procedono lungo il percorso opposto di quello auspicato, rendendo l'uomo altro che alimento per la Luna. Cioè un semplice anello del ciclo naturale, teso ad elaborare alimenti ed elementi in altro, e come tale destinato a perire alla consunzione della forma che lo accoglie.

Non è certo sostituendo il Dio Corpo con i suoi istinti ed atavismi alla Dea Mente, che troveremo la strada di progredire lungo la via della Conoscenza, della Coscienza e della Comprensione.

Il corpo risponde a quella logica integralmente meccanica sottoposta a Ferree Leggi Naturali, il corpo non si estende oltre lo spazio che occupa, non vive oltre il tempo che lo scandisce. Nella fusione con il corpo l'anima trova la sua capacità di esistenza su questo piano, ma niente ci è dato di sapere se deve essere grata, indifferente, od ostile a tale constatazione. Del resto noi siamo qui non



perchè siamo liberi, ma proprio perchè non lo siamo.

Il corpo, i suoi muscoli, ossa e fluidi, rappresenta l'insieme di forze ed elementi che l'iniziato deve rettificare, trasformare e trasmutare per il compimento dell'Opera Alchemica, e non un altare su cui offrire sacrifici.

La nostra mente e i suoi processi, che in un prossimo lavoro andremo ad evincere, è il pallido ricordo di una nostra maestà perduta, come il muscolo atrofizzato non

può che compire movimenti e sforzi limitati, così la nostra mente non educata, regredita, imbarbarita, compie il minimo di quanto è in suo potere, e spesso questo minimo è di intralcio ad altro.

Sbaglia chi ritiene che certi argomenti siano frutto di una moderna predisposizione alle teorie psicanalitiche, che in quanto tali sono frutto di un degenerato modo di vedere l'uomo: in quanto alla ricerca di un equilibrio fra esso e il mondo circostante. Già il Filosofo Incognito Louis Cloude de Saint Martin ebbe a ricordarci che solamente quando la mente tace, il pensiero passivo viene sostituito da un nuovo tipo di pensiero espressione delle sfere celesti, della nostra perduta integralità con il divino.

Il flusso di immagini, le parole che irrompono, le sensazioni che avvolgono, frutto dell'emersione nel nostro Luogo Psicico, nel nostro Tempio Sacro nel momento in cui la mente e il suo pensiero passivo hanno interrotto la loro corona di ferro; altro non rappresentano che il reale esperito che il ricercatore deve senza posa conseguire. Utilissimi indizi di ciò che era, di ciò che è e di ciò che sarà. Pegasi da afferrare per lasciarsi condurre laddove i venti hanno origine. Non è questa fantasia, in quanto la fantasia è quel nano deforme che interviene proprio qualora la mente non è stata assopita. La fantasia, la critica, e la

noia, seppur con modalità diverse, sono gli agenti di disturbo della mente.

Eppure per l'uomo di desiderio sorretto da volontà la perenne guerra con la mente può

essere vinta per mezzo della conoscenza della debolezza intrinseca ad essa. La mente viene ridotta al silenzio, grazie all'esaurimento della sua capacità di generare pensieri

meccanici e fantasie. La mente per quanto madre prolifica, non ha risorse illimitate, e come tutto ciò che non è illimitato è soggetto ad esaurimento.

I mistici sono perfettamente consapevoli di questa verità, costringendo la mente a ripetere costantemente le loro preghiere, cantilene, ed invocazioni, la riducono progressivamente, ma inesorabilmente al silenzio. Favorendo così la manifestazione dell'Altro, del Sacro, del Divino, con cui il mistico cerca l'integrazione o la percezione.

L'esperienza ci suggerisce che analoghi risultati possono essere ottenuti attraverso il segno, costringendo la mente a riprodurre, come un mulo legato alla ruota della macina, un segno. Fino a quando il recesso della mente coinciderà con l'emersione del simbolo, del suo significato, che assumerà un solo ed unico valore per l'iniziato che diviene così adepto.

Il corpo assopito nei suoi desideri e stimoli, la mente dialettica e critica emarginata nel cortile del Tempio Interiore, sono le condizioni necessarie affinché si produca un'esperienza iniziaticamente reale e rilevante, in assenza di cui siamo innanzi solamente ad illusione ed inganno: al prevalere dell'informazione sulla formazione, della dialettica sulla comunicazione, dell'accadimento



sull'esperito, della cerimonia sul rito, del segno sul simbolo, del suono sul verbo, della forma sul contenuto, della meccanica sull'arte, dell'inferiore sul superiore.

## Riduzionismo e Metafisica: la Neuroteologia

Luigi Corvaglia



*Un nuovo corso di ricerche che ambisce a diventare nuova disciplina, la neuroteologia, afferma che il sentimento religioso è talmente diffuso che ciò deve avere delle spiegazioni obiettive. Si deve a **Michael Persinger** (1987), psicologo della Neuroscience Research Group della Laurentian University di Sudbury, Ontario, l'inaugurazione di questo filone di ricerca. Egli parla delle "esperienze di Dio", cioè delle percezioni di relazioni significative e profonde con la divinità o anche con il "Grande Tutto Cosmico" come del "nucleo dinamico di un movimento religioso"[i]. L'autore aveva già teorizzato che tali manifestazioni fossero il prodotto di scariche transienti del lobo temporale (TLT, Temporal Lobe Transients), cioè non sufficientemente intense da scatenare dei veri attacchi epilettici[ii]. Tali scariche influirebbero sulla normale attività delle strutture limbiche, sul nostro "cervello emozionale", in particolare su amigdala ed ippocampo, creando delle maree emotive e percezioni di unità con tutto. La correlazione fra epilessia ("morbo sacro") e sensazioni mistiche non era certo nuova ed è stata confermata dagli studi di **Vilayanur Ramachandran** alla University of California[iii]. L'originalità del lavoro di Persinger sta, piuttosto, nell' "ipotesi del continuo" secondo cui tutti hanno un grado variabile di potenziale labilità verso questa anomalie transienti e nel tentativo di mettere in relazione tali fenomeni anche con i campi elettromagnetici. Nel 1990, Persinger e collaboratori realizzarono un questionario (PPI, Personal Philosophy Inventory)[iv] contenente affermazioni come "a volte percepisco cose che mi sembrano irreali" oppure "ho sognato di fluttuare nell'aria", perfino "sono stato a bordo di un'astronave". L'obiettivo dell'inventario era quello di individuare nella popolazione "normale" la presenza di deboli fenomeni analoghi agli attacchi parziali. Tale questionario ha mostrato una elevatissima correlazione fra percezioni insolite e anomalie dei lobi temporali rilevabili tramite EEG. Il passo successivo è stato la realizzazione di un elmetto in grado di stimolare parti circoscritte del lobo temporale con piccoli campi*

elettromagnetici. L'apparato, che gode del suggestivo nome di "God helmet", ha prodotto nelle persone che vi si sottoponevano per circa tre minuti sensazioni che esse traducevano nel linguaggio della propria religione. Alcuni parlano della presenza di Dio o di Buddha, altri della percezione di unità con l'universo o di beatitudine cosmica[v]. Persinger ne conclude che tutta l'esperienza religiosa si riduce a queste anomalie elettriche. In realtà, però, i dati prodotti dal gruppo dell'Ontario non ci permettono di concludere più di quanto i dati stessi mostrano, ossia che anomalie cerebrali causano percezioni mistiche. Del resto, anche una lesione ipotalamica causa fame intensa. Ciò non vuol dire che la fame sia prodotta da una alterazione ipotalamica. Se esiste un discrimine fra fisiologia e patologia anche nell'ambito spirituale è, appunto, il fine che questo libro si pone di capire.

Ad ogni modo, nel 2005, un gruppo di ricercatori svedesi ha approntato un rigoroso test di verifica[vi] che sembra non confermare i risultati del team canadese.



**James Austin** (1998), neurologo della Missouri University, [vii] prosegue il lavoro di Persinger. Egli, partendo dalla propria epifania, avvenuta in una stazione della metropolitana londinese nel 1982, ed avviato alla meditazione Zen in Giappone, ha studiato le modificazioni dell'attività cerebrale che avvengono nelle cosiddette "esperienze di picco" del mediatore buddhista. Queste sono occasionali momenti di chiarezza intuitiva che sono detti nello Zen "kensho" o "satori" ma che sono tipici di tutte le forme di illuminazione ed estasi mistica. La teoria basilare di Austin è che corrispondano a una sorta di 'riavvio' (re-boot) del cervello che dissolve strutture mentali abituali (centrate sul senso dell'io, del mio, della separatezza fra sé e non-sé) e ne ricostruisce altre più elastiche, più ricettive, inter-individuali, fino a raggiungere quello stato ("samadhi") di perfetta trascendenza estatica, non duale, di non separatezza dall'universo. Ciò sarebbe il frutto di cambiamenti nelle connessioni nervose cerebrali, dato peraltro noto e più volte confermato[viii], di cui l'autore parla diffusamente in un voluminoso tomo

divulgativo di successo. Egli parla di desincronizzazione dei bio-ritmi, di alterazioni dei recettori dell'acetilcolina nella regione dorso-laterale del cervello, di sovraeccitazione del sistema paralimbico. Lo studio rigoroso più noto ed interessante rimane comunque quello di **Andrew Newberg** e **Eugene D'Aquili** (1999)[ix], un neurologo ed un radiologo della Pennsylvania University. Essi hanno condotto una scansione cerebrale su persone aventi un'esperienza religiosa. L'innovativa trovata dei due ricercatori per procedere alla fotografia dell'attività cerebrale di meditatori buddisti e suore francescane in preghiera, che difficilmente avrebbero potuto produrre a piacimento la loro estasi mentre erano nello scanner della PET, fu quella di iniettare del tracciante radioattivo nel circolo ematico nel momento culminante segnalato dai fedeli assorti mediante lo stratonamento di una cordicella. Qualche momento più tardi, il soggetto veniva inviato al Nuclear Medicine Department e fotografato mediante la SPECT (Single Photon Emission Computed Thomography). I risultati hanno dimostrato che nei soggetti preganti si ha un'accresciuta attività dell'area dell'attenzione (AAA, Attention Association Area), invero piuttosto prevedibile, congiunta ad una sorprendente riduzione delle informazioni dirette verso la Orientation Association Area (OAA), l'area dell'orientamento. E' un'area posteriore e superiore nel lobo temporale. Quest'ultima area è responsabile dell'orientamento del corpo nello spazio e, per far questo, necessita di definire nettamente i confini fra il corpo fisico e il resto dell'ambiente, fra sé e non-sé. La sospensione di questa attività di delimitazione comporta un senso di unità cosmica. Gli autori propongono anche una classificazione dei vari stati mistici che ha come criterio ordinatore il livello di stimolazione del SNA. Si distinguono:

1. Pura quiescenza (predominanza parasimpatica): in meditazione o in rituali molto lenti;
2. Puro risveglio (predominanza simpatica): nei rituali rapidi come le danze sufi o la trance sciamanica;
3. Repentina comparsa della quiescenza dopo una lunga permanenza in "risveglio": ad esempio, il crollo dopo una lunga trance;
4. Repentina comparsa del risveglio dopo una lunga quiescenza: ad esempio, la spinta di energia durante una meditazione;

5. *Simultanei risveglio e quiescenza. Condizione paradossale corrispondente alla samadhi. D'Aquili chiama questa esperienza superiore l'esperienza dell' Essere Unitario Assoluto.*

*Sulla falsariga degli studi fin qui descritti, si pongono i successivi lavori The Transmitter to God (2000) di **Rhawan Joseph**[x] e The God Part of the Brain (2004) di **Matthew Alper**[xi]. Vi si conferma l'ipotesi limbica della percezione della divinità.*

*Interessante che, criticando l'approccio riduzionista, Newberg e D'Aquili fanno affermazioni assolutamente contrarie a quelle espresse da Persinger. Essi, ad esempio, dicono : "Quando vedete degli alberi o dei fiumi, c'è una serie di reazioni chimiche nel vostro cervello, il che non significa che gli alberi e i fiumi siano prodotti del vostro cervello"[xii]. In definitiva, gli autori, affermano che le esperienze mistiche sono, o possono essere, diverse dalle allucinazioni e dagli stati indotti dalla droga. In altre parole, ciò che per alcuni, Persinger fra questi, potrebbe essere solo un malfunzionamento del cervello dovuto ad una inusuale deprivazione sensoriale, per Newberg e D'Aquili è un normale processo neurologico che si sarebbe evoluto per consentire agli uomini di trascendere la loro realtà materiale. Qui valutazioni personali non deducibili dai dati inquinano la scientificità dell'affermazione. La metafisica invade la fisica.*

*Ma, allora, come si fa a distinguere un'esperienza mistica "reale" da una indotta da epilessia o dalla schizofrenia? Forse che i fenomeni allucinatori delle psicosi non sono "reali" nella stessa accezione del termine, cioè non hanno forse una controparte neurale, biochimica? Ogni evento psicologico è reale, in tal senso.*

*A tal proposito, **Massimo Pigliucci** (Departments of Ecology & Evolution and of Philosophy at Stony Brook University, NY), ha scritto:*

*Il metodo Bayesiano fornisce una tale serie di potenti strumenti statistici ed inferenziali, che molti filosofi della scienza lo considerano un buon modello di come la scienza progredisca nella realtà. Per un Bayesiano, si formulano ipotesi alternative e si assegnano dei valori probabilistici basati sulla conoscenza dei problemi*



*sollevati sinora (...) Si raccolgono poi i dati e ci si chiede quale verosimiglianza abbiano le varie ipotesi con i dati disponibili. Se questa verosimiglianza (chiamata "probabilità a posteriori") per una data ipotesi è cresciuta rispetto a quella fornita all'inizio, i dati erano ricchi di informazione e favorivano questa ipotesi. (...). Si prosegue con una serie di altre iterazioni (esperimenti, osservazioni), ed ogni volta i risultati di un'iterazione vengono utilizzati come probabilità iniziale per il passo successivo. La cosa interessante è che per un Bayesiano un'ipotesi non può mai essere completamente confermata (ovvero dare un risultato finale di uno) o esclusa (un risultato di zero), e questo è ciò che il filosofo della scienza afferma essere tipico dell'investigazione scientifica: la scienza ha a che fare con la verosimiglianza relativa di ipotesi diverse, non con la verità assoluta. Ora, nessuno ha ancora applicato quantitativamente uno schema Bayesiano alla neuroteologia, ma possiamo tracciare uno scenario qualitativo. Prima di tutto, le due ipotesi contendenti sono che i dati neurologici siano indicativi di una realtà alternativa oppure che ci dicano soltanto che il cervello funziona male in risposta a stimoli sensoriali anomali. Se consideriamo tutto quel che sappiamo del cervello e le (quasi nulle) evidenze che abbiamo dell'esistenza di una realtà alternativa, mi sembra saggio attribuire un valore iniziale maggiore alla seconda ipotesi piuttosto che alla prima. I dati nuovi, ad esempio quelli di Newberg e D'Aquili, mi sembrano aumentare la verosimiglianza dell'ipotesi della deprivazione sensoriale, mentre lasciano del tutto invariata la probabilità che l'ipotesi della realtà alternativa sia corretta (perché i dati verrebbero osservati indipendentemente dall'esistenza o meno di una realtà alternativa). Questo aumenta le probabilità finali della spiegazione naturalistica, e lasciano inalterate le probabilità finali (già basse) della spiegazione trascendentale. Ergo, alla fine di questo round, sono giustificato a scommettere che la spiegazione naturalistica è il cavallo vincente. Ma come tutti i buoni Bayesiani, lascio aperta una porta ad ipotesi alternative e aspetto dati ulteriori per pensarci su.[xiii]*

[i] PERSINGER, M.A., *Neuropsychological Bases of God Beliefs*, New York, Praeger, 1987



[ii] PERSINGER, M.A., *Religious and Mystical Experiences as artefacts of temporal lobe function. A General Hypothesis*, in "Perceptual and Motor Skills", 58, 1983, pp. 827-30

[iii] RAMACHANDRAN, V., BLAKESLEE, S., *Phantoms in the Brain. Probing the Mysteries of the Human Mind*, New York, William Morrow, 1998

[iv] PERSINGER, M.A., FISHER, S.D., *Elevated, Specific Temporal Lobe Signs in a Population engaged in Psychic Studies*, in "Perceptual and Motor Skills", 71, 1990, 817-18

[v] PERSINGER, M. A., *Experimental Simulation of the God Experience: implications for religious beliefs and the future of human species*, In R. JOSEPH (a cura di) *Neurotheology: Brain, Science, Spirituality, Religious Experience*, San Jose, University Press, pp. 267-284

[vi]

[vii] AUSTIN, J. L., *Zen and the Brain, Toward an Understanding of Meditation and Consciousness*, Boston, MIT Press, 1998

[viii] Ad esempio, [http://psyphz.psych.wisc.edu/web/News/Meditation Alters Brain WSJ 11-04.htm](http://psyphz.psych.wisc.edu/web/News/Meditation%20Alters%20Brain%20WSJ%2011-04.htm)

[ix] NEWBERG, A. B., D'AQUILI, E., *Mystical Mind*, 1999

[x]

[xi]

[xii]

[xiii]

[www.enricobaccarini.com/neuroteologia.htm](http://www.enricobaccarini.com/neuroteologia.htm)

## Il sig. Gurdjieff e la Mente

Marco Biffi



... "Per ora vorrei chiarire come l'attività della macchina umana, cioè del corpo fisico, sia retta non da uno, ma da più cervelli indipendenti gli uni dagli altri, aventi funzioni distinte e distinti campi di manifestazione. Questa è la prima cosa da comprendere, poiché da essa dipende ogni ulteriore comprensione".(1)

Secondo l'insegnamento della Quarta Via ogni individuo è formato da tre cervelli, da tre menti (2) che operano in maniera distinta (anche se interconnessa) che dovrebbero lavorare insieme in modo armonico ...

Questa anticipazione è più che doverosa in un contesto come quello attuale nel quale l'essere umano ama sacrificare anima e corpo sull'altare della mente, ama pensare di essere unitario e gettarsi volentieri nelle braccia di quella che qualcuno ha chiamato ... l'intelligenza fine a se stessa, auto esaltata ed esaltante, che gode del pensare e quindi pensa di godere.

Insomma l'uomo pensa di essere Uno e il più delle volte si identifica al 100% con la sua mente, la parte conscia del suo intelletto ... per il sig. Gurdjieff la mente è solo una parte degli esseri che lui chiamava, tri-cerebrali, allo scopo d'accentuare questo aspetto.

Un film molto significativo a riguardo (3) è quello che si svolge in un campo di concentramento nazista dove viene creata una sezione speciale, dotata di ogni confort, composta da un team di ebrei selezionato fra il fior fiore della "mala" sulla piazza, per stampare dollari e sterline false e mettere in crisi il sistema finanziario degli Alleati.

Il protagonista, il team manager della squadra, il capo dei falsari ebrei, colui il quale condurrà al successo il progetto, rappresenta a nostro avviso quell'individuo che, secondo il sig. Gurdjieff, sa coniugare in modo equilibrato il lavoro delle sue tre menti ...

... altri attori, non a caso dei comprimari, incarnano il lavoro del centro intellettuale,

del centro emozionale e del centro istintivo/motore nella loro rispettive squilibrate egoistiche ossessive manifestazioni.

Se fosse stato per l'intellettuale di idee socialiste, quello che remava contro per non far vincere la guerra ai tedeschi e i sentimentalismi o i "perdimenti di testa" di qualcun altro, tutti sarebbero finiti morti ammazzati.

L'insieme dei falsari ebrei simboleggia il corpo umano che, alla fine ... "la sfanga" sopravvivendo, è proprio il caso di dirlo, grazie alla supervisione che il loro capo attua nei confronti del lavoro sia interno che Interno con l'ausilio della sua lucida volontà.

Crediamo non sia irrilevante dire che questa vicenda è realmente avvenuta e che il protagonista non solo salva la pelle, che non è poco, ma raccoglie anche i frutti del suo Lavoro perché lascia il lager con in tasca le matrici per stampare tanti bei bigliettoni.

La situazione è un caso limite, particolare, un'eccezione ... senza valore alcuno! ... qualcuno potrebbe obiettare.

Il sig. Gurdjieff, data l'urgenza e l'importanza del Lavoro da fare, "predicava" il Qui ed Ora ... insegnava proprio a vivere ogni giorno della nostra vita come fosse l'ultimo, come fossimo i reclusi in quel campo di concentramento (4), con tutte le emergenze che il protagonista- falsario- capo dovette risolvere sia per se che per tutti gli altri.

Nella Quarta Via i tre centri inferiori vengono paragonati a motori meccanici alimentati con carburanti differenti

(idrogeni) il cui grado di densità, di leggerezza o di raffinatezza, indurrebbero i valori delle rispettive velocità :  
 $v_m = v_e > v_i$  dove :

$v_m$  = velocità centro motore/istintivo  
carburante H24

$v_e$  = velocità centro emozionale  
carburante H24

$v_i$  = velocità centro intellettuale  
carburante H48

in quanto H48 è più pesante di H24



Il posto che il centro intellettuale, fanalino di coda della disequazione, è associabile alla "considerazione" che esso stesso occupa nel Sistema del maestro caucasico; la velocità del centro emozionale è stata scritta in rosso perché ...

Il centro pensante o intellettuale è il più lento dei centri che abbiamo esaminato fino ad ora. Lavora con l'idrogeno 48 ...

Il centro motore lavora con l'idrogeno 24. L'idrogeno 24 è molto più rapido e mobile che l'idrogeno 48. Il centro intellettuale non è mai capace di seguire il lavoro del centro motore.

...

Il centro emozionale può lavorare con l'idrogeno 12. Tuttavia, in realtà, lavora molto raramente con questo idrogeno fine. E, nella maggioranza dei casi, il suo lavoro differisce poco in velocità ed intensità, da quello del centro motore o del centro istintivo.

Il centro emozionale è un apparecchio molto più sottile del centro intellettuale, particolarmente se prendiamo in consi-

derazione che, di tutte le parti del centro intellettuale, la sola che lavora è l'apparecchio formatore, e che molte cose restano per lui assolutamente impossibili.

Se un uomo vuol sapere e comprendere più di quello che sa e comprende oggi, deve ricordarsi che questo nuovo sapere e questa nuova comprensione gli verranno per mezzo del centro emozionale, e non per mezzo del centro intellettuale".(5)

Con la mente possiamo solo constatare, non possiamo provare emozioni. Sono seduto, provo un dolore, sento del calore, qui sono freddo. Osservo questo con la mia mente, e sento questo attraverso il plesso solare. Sento che in una parte sono caldo e da un'altra sono freddo. Questo lo constato con la mia mente. Se uso una particolare concentrazione, posso constatare. Ma se penso di fare più di questo mi identifico.

Non notate mai nulla con la mente, essa è capace di constatare solo se la vostra attenzione è indirizzata su qualcosa. E' solo con una attenzione speciale che la mente è capace di constatare, è come un apparato, interpreta il ruolo del poliziotto. Ma il centro di gravità della vostra presenza è nel plesso solare, che è il centro delle emozioni, lì è dove le cose accadono [l'evidenziazione in rosso è nostra]. La mente è come una macchina da scrivere.

Dovete lavorare con le sensazioni e le emozioni (6) [l'evidenziazione in rosso è nostra] e con la mente potete vedere se esse sono separate o insieme. La testa non è una parte dell'organismo, è separata da esso, il corpo può morire e la mente anche, ma in un altro caso la mente può morire ma il corpo continua a vivere. La mente non è nulla, è una funzione, una macchina da scrivere, un apparato. Quando centrate la vostra attenzione sulla vostra mente, potete constatare cosa sta accadendo in voi. Ma la mente non è nulla, è uno straniero nell'organismo, un alieno nel corpo, può recitare il ruolo del poliziotto. Che controlla quello che sta accadendo, come un osservatore. (7)

Se il centro emozionale lavorasse con l'idrogeno 12, il suo lavoro si collegherebbe a quello del centro emozionale superiore. Nei casi in cui il lavoro del centro emozionale raggiunge l'intensità di vita e la rapidità data dall'idrogeno 12, si produce un contatto momentaneo con il centro emozionale superiore e l'uomo prova nuove emozioni, nuove impressioni mai conosciute

prima per la descrizione delle quali non ha né parole né espressioni.

Ma nelle condizioni ordinarie, la differenza tra la velocità delle nostre emozioni abituali e la velocità del centro emozionale superiore è così grande che non vi è possibilità di contatto e che non arriviamo a sentire in noi le voci che parlano, e che ci chiamano, del centro emozionale superiore. (8)

I due stati di coscienza superiori, la "coscienza di sé" e la "coscienza obiettiva", sono legati al funzionamento dei centri superiori dell'uomo. (9)

Ciao a tutti e grazie  
Corto Monzese

#### Bibliografia

(1) da "Frammenti di un Insegnamento Sconosciuto" di P.D.Ouspensky, ed. ASTROLABIO, pag. 63

(2) i 3 centri inferiori : centro intellettuale, centro emozionale e centro istintivo/motore

(3) Trattasi del film "Il falsario – Operazione Bernhard" (2007) di Stefan RUZOWITZKY

(4) Nella docenza gurdjieffiana si parla molto di gabbia : carcere : prigionie ... il campo di concentramento del nostro caso

(5) da "Frammenti di un Insegnamento Sconosciuto" di P.D.Ouspensky, ed. ASTROLABIO, pag. 262

(6) Non a caso Gurdjieff amava definirsi prima di tutto maestro di danza ... i Movimenti come venivano chiamati sono Lavoro sul centro istintivo/motore ed sul centro emozionale

(7) Estratto di un meeting tenuto da G.I.Gurdjieff a Parigi durante l'occupazione tedesca ... dall'originale in inglese tratto dal libro "Voices in the Dark" di William Patric Patterson

(8) da "Frammenti di un Insegnamento Sconosciuto" di P.D.Ouspensky, ed. ASTROLABIO, pag. 216



umana, la gerarchia stessa tra i vari livelli che la compongono.

La psicoanalisi ha perso la rigidità tipica di ogni teoria o scienza appena istituita e ha elaborato se stessa; critiche rivolte a una struttura e a statuti puramente freudiani non sono già più applicabili, p. e., a Adler o Jung o a percorsi successivi come il Sistema delle Costellazioni di Bert Hellinger: non solo il mondo è cambiato, ma anche la psicoanalisi.

Quando Evola scrive "...la concezione freudiana dell'uomo è il disconoscimento, nell'uomo, della presenza e del potere di qualsiasi centro spirituale, sovrano, insomma dell'Io in quanto tale." , scrive qualcosa di ingeneroso, perché il problema denunciato è in verità molto semplice ed è quello della determinazione di un campo di libertà da dove ogni conquista individuale, e il cammino dell'uomo verso il Regno dello Spirito, possano avere un inizio reale.

L'Io di Evola è l'Io di volontà e potenza, un Io superomista, egli stesso argomenta "...la psicoanalisi è un pericolo (solo?) quando non premetta a se stessa una disciplina volta a formare una unità spirituale, una personalità vera al luogo di quella esteriore e inconsistente creata dalle convenzioni sociali, dai mediocri frammenti di un desiderio assunto e addomesticato, dagli sfoghi isteroidi".

Tale disciplina, che permette la non pericolosità, e quindi una possibile utilità della psicoanalisi, esiste; non è forse identificabile, aldilà di ogni giudizio, nella visione dell'ebraismo, la sua matrice antropologica?

Il determinismo della scienza freudiana viene accusato di essere assoluto? Si potrebbe chiedere estrema flessibilità a una scienza (della mente e dei suoi livelli) all'inizio del suo stabilirsi? Quando deve infrangere i muri di granito dei modi del sapere precedente? La teoria newtoniana della gravitazione universale ha reso possibile le teorie di Einstein e quelle quantiche, ma non contiene ovviamente in sé alcuna capacità di comprendere quella successiva visione del mondo. Non è per questo meno vera, e, senza di lei, il niente a seguire.

Non si tratta di avventurarsi nelle cantine buie e maleodoranti dell'essere per credere che su quel solo livello tutto debba essere agito e per negare che tutto debba essere trasformato da una Luce superiore di ordine spirituale, ma proprio per vedere quanto

non era visibile, riconoscerne i meccanismi di azione, nominare le cose, dire, infine, la Verità.

E salire con qualcosa in mano. Perché la Luce possa così scendere in quello spazio guadagnato, prima occupato ed ora vuoto.

Non temere l'atroce, l'oramai irreparabile, ma guardarlo in viso, ascoltarlo.

L'analista, anche quello delle origini, agisce come chi apre in un uomo ferite dove stavano da sempre schegge di vetro dalle forme orrende, come stelle distorte, le estrae lacerando le vene ed i tessuti in cui sono immerse per poi illuminarle al di fuori del corpo, come prima giustizia.

Questa illuminazione è, di per sé sola, una grande ragione per dire sì al principio base del lavoro psicoanalitico.

La luce (intendo qui il termine nella sua accezione materiale, la semplice luce solare) ha il potere di attivare processi biologici, di legare e di dissolvere, come per esempio avviene per una patina opaca sul velo superficiale di uno specchio di acqua limpida.

E' una legge fisica, che simboleggia una profonda realtà nell'ordine spirituale.

Di questo solo si tratta: illuminare.

La luce che circola nel mentale e nel vitale, nell'infracosciente dove la psicoanalisi opera, non è la Luce suprema, e tuttavia una luce degna e sufficiente.

Il lavoro di affinamento metodologico nella ricerca psicoanalitica è stato negli ultimi decenni enorme, in alcune ricerche recenti (tra le altre il già citato Sistema delle Costellazioni di Bert Hellinger) si è già giunti all'ipotesi di un continuum impersonale che agisce ancora per categorie ma non per spazi consueti ed è altro anche rispetto ai sistemi degli archetipi e dell'inconscio collettivo: una visione integrale, vedantina, del mondo non è lontana; presto realtà dichiarate come inconciliabili si uniranno all'interno di un unico processo di comprensione dell'uomo, dei livelli del suo essere e della Manifestazione in cui è immerso.

## Il Melancholia I

Questa notte mi è apparsa in sogno, indicatami senza parole, da un uomo dalla tonaca scura e incappucciato, l'incisione Melancholia I di Durer.

Tradizionalmente, l'immagine è intesa come illustrazione di simboli del mondo ermetico-alchemico mentre la figura alata

rappresenterebbe l'artista vinto ed impotente di fronte al compito cui è chiamato: raggiungere il più alto livello dell'espressione artistica, la Pietra dell'Arte. E' curioso che questo tema sia trattato da Durer proprio al culmine delle sue capacità: la qualità dell'incisione, dei grigi e delle ombre è tale da dare profondo smarrimento a uno sguardo ravvicinato. Alcuni degli elementi presenti nella composizione, su cui sono stati spesi fiumi di inchiostro circa corrispondenze simboliche, ermetiche, geometriche, numerologiche, si prestano anche a essere letti usando un linguaggio psicoanalitico. Sostituiamo al compito di trovare la Pietra o di elevare il proprio linguaggio al massimo livello dell'Arte il compimento di sé, la consapevolezza del proprio agire qualunque esso sia, il centrarsi della propria individualità, le difficoltà che si frappongono, il Male che lascia i suoi segni come detriti:

il compasso, simbolo del comprendere e dell'agire spirituale è al petto o quasi, ma impugnato impropriamente non per il fulcro ma per un'asta; in questo modo lo strumento non potrà che operare in modo imperfetto e deviato, non potrà tracciare da un centro, inscrivere segni e parole che troverebbero in questa iscrizione il loro ordine, il loro senso;

il macigno, il romboedro imperfetto è la controparte formale della figura alata; il suo peso nella composizione dell'incisione è visivamente quasi insopportabile, minaccia il fragile costato del nudo agnello a terra, avvolto ed inerte, che non può così rappresentare più alcuna innocenza e la cui vita appare al termine, sbarra la strada verso la scala che sale a un luogo non visibile, verso l'orizzonte aperto; un teschio umano, evanescente, è inciso da Durer con una qualità quasi metafisica che supera ogni limite dello strumento, il bulino, del supporto materico e delle dimensioni ridottissime dell'incisione, su un piano del romboedro che diviene così specchio per il viso della figura principale; la figura solida non rappresenta come sempre è stato argomentato la perfezione del cristallo di sale alchemico (diversamente il personaggio alato, che non ha il coraggio di guardare e dunque "vedere" nulla - neanche l'immagine della propria morte - lo contemplerebbe e la posizione stessa del

romboedro sarebbe differente) ma la versione rotta e incompleta, opprimente, del poliedro perfetto, trasparente e sospeso, un rombocubottaedro, che appare nel ritratto di Luca Pacioli, religioso e matematico con cui probabilmente Durer entrò in contatto diretto e attribuito a Jacopo de' Barbari: un blocco pesante, senza risoluzione, per ora imm modificabile;

gli strumenti dell'operare e una sfera perfetta, sono a terra, più importanti di quanto è alle pareti, ricchezza umile e incomparabile ad un tempo - ne conosciamo infatti la funzione ma non gli esiti - caduta, tralasciata, senza cura; occorrerebbe chinarsi, ricomporre, lavorare con resti e frammenti dopo che qualcosa di innominabile è accaduto, riordinare, rinunciare alla perfezione e tuttavia agire; un piccolo essere, un genio, a sua volta alato siede mestamente su una ruota di pietra priva di asse, impossibilitata a muovere;

aldisotto dell'arcobaleno, certamente serotino e più definitivo di qualunque tramonto perché tutto lo spettro della luce vi è convocato, la coda di una cometa è tracciata denunciando l'allontanamento della Luce dalla scena; resta così un cielo destinato all'oscurità e in quello la scritta ostesa dal demone, il nostro nome, un nome che è anche colpa, il nostro vero nome di oggi, ancora irretito, prigioniero;

Federico Zeri ha sostenuto che la prova assoluta della qualità di un dipinto è nella sua capacità di sopportare ingrandimenti anche di venti, cinquanta volte, lo si proiettasse su enormi muri; questo è certamente vero anche per le minime (24 x 19 cm) dimensioni di *Melancholia I*; ingrandita su una parete l'incisione non solo non denuncia alcuna perdita di qualità ma mostra, per quanto qui interessa, qualcosa di sorprendente; la figura alata, che in una visione per così dire letteraria dell'incisione viene percepita come mesta e corrucciata, è invece sorridente; tale sorriso, che vive in pochi millimetri, è ambiguo, nascosto da Durer dietro la mano su cui appoggia un lato del viso, ma chiarissimo; come già detto la figura non osa guardare alcun elemento della composizione, né il cielo in alto a sinistra; il suo sguardo è rivolto nella direzione del piede nascosto dell'arcobaleno, verso

qualcosa che non sappiamo, al di fuori della composizione; qualunque cosa la figura guardi con luminosità interiore è altro rispetto ai crolli e alle devastazioni, alle incompiutezze della scena: un approdo ulteriore della coscienza, un "sì" ad un proprio destino di cui nulla è detto se non la necessità del suo costruirsi.

## La Mente nelle Arti Marziali

Carlo Caprino



*E' la stessa mente  
che guida la mente fuori strada;  
della mente  
non essere dimentico.<sup>1</sup>*

*Munen-musho* (senza scopo - senza idea) è il concetto buddista della "mente vuota", uno stato in cui sono assenti pregiudizi e catene di pensieri logici ed in cui si è pienamente presenti nel "qui e ora" in uno stato di totale attenzione a ciò che ci circonda ed al gesto che stiamo compiendo. Questo stato ci permette di superare anche le nostre peggiori paure, spesso frutto proprio del lavoro della mente, sino a raggiungere il traguardo prefissato. Così nella condizione di "*mu-ga mu-shin*" (non-io non-mente) non vi è neppure "*lo spessore di un capello tra volontà e azione*" e la disciplina della concentrazione della mente mira ad una cosa sola: al superamento dell' "io che osserva", giudica e condiziona con le sue paure, i suoi attaccamenti e le sue avversioni.<sup>2</sup>

*Un uomo di nome Liu Yangshan chiese a Shiyu: "Mi spieghi il principio di raggiungimento della mente?".*

*Yangshan disse: "Se desideri raggiungere la mente, allora non c'è mente che possa essere raggiunta. È questa mente irraggiungibile ad essere conosciuta come la verità".  
("Eredità cinese dello zen")*

Le tecniche marziali, con le infinite ripetizioni che caratterizzano l'addestramento, diventano un *unicuum* con il praticante che le fa sue tanto da non doverle più richiamare alla mente con un procedimento cosciente in caso di necessità. E' il "cuore", al di là di ogni formulazione logica, che istantaneamente

---

<sup>1</sup> Tratto da "*La testimonianza segreta della saggezza immutabile*" - cap. 13: "*La pioggia arde il cielo, il fuoco purifica le nuvole*" in "*Lo Zen e l'Arte della Spada*" di Takuan Soho - Oscar Mondadori, traduzione di Paola Gonella

<sup>2</sup> Si veda in proposito "*L'etica del Bushido*" di Mario Polia, edizioni Il Cerchio.

applica la tecnica giusta al momento giusto. Compiere delle scelte in altro modo significa esporsi al rischio della sconfitta, perché si verifica una dispersione di "tempo" e "intenzione" che può essere fatale.

L'azione deve essere compiuta senza pensiero logico, senza una attenzione cosciente, deve scaturire spontanea ed adeguata alla situazione contingente in modo che il praticante risulti efficace ed efficiente come lo spaventapasseri di una poesia del monaco Bukkoku Kokushi che, senza l'ausilio di una mente cosciente, esegue al meglio il suo compito allontanando corvi e altri uccelli:

*Sebbene non ponga intenzione  
nel suo compito,  
nei piccoli campi di montagna,  
lo spaventapasseri  
non è posto invano.*

in ciò confermando che, come ricorda Lao Tzu:

*"Non facendo, non c'è nulla che non  
sia fatto"*

Tutto ciò lo ritroviamo anche nel *Hannya Shingyo* (Sutra del Cuore) buddista, che recita:

*Dal vuoto deriva la forma osservabile,  
dalla forma osservabile deriva il  
vuoto.*

All'inizio del suo addestramento il Guerriero è "vuoto": un vuoto che non contiene nulla: non ha risposte alle sue domande, non ha difese contro gli attacchi più elementari. Inizia il suo percorso fatto di innumerevoli ripetizioni di esercizi codificati, che a poco a poco lo portano a rispondere in maniera standardizzata alle varie situazioni che gli si presentano. Al pari di un computer, ad un determinato "input" genera un ben definito "output"; questo punto è a metà dell'opera, dal "vuoto" è passato alla "forma".

Molti si fermano qui, credendo di aver raggiunto la vetta della montagna, ma le difficoltà arrivano quando dalla "forma" bisogna generare il "vuoto". Altri anni, altro sudore e altro impegno sono necessari perché a qualunque attacco ci sia una risposta fluida e spontanea, viva e vitale,

originata non da pensieri né da calcoli ma da un "vuoto" che - a differenza dell'iniziale - contiene tutto.

*Non bisogna dimenticare lo spirito del  
principiante.  
(Deshimaru Taisen)*

Praticare un Arte marziale è molto difficile, specialmente dopo alcuni anni di attività. Questa non perché sia difficile imparare tecniche nuove, ma perché è estremamente arduo mantenere quello che si definisce lo "spirito del principiante". Uchiyama Roshi, un famoso maestro *zen* del nostro tempo diceva:

*Nella mente del principiante ci sono  
molte possibilità, in quella dell'esperto  
poche.*

Questo perché il principiante ha la predisposizione mentale ad imparare, sapendo di non sapere (Socrate *docet*); l'esperto invece è convinto ormai di conoscere tutto, si ritiene arrivato e quindi mal disposto a dover ancora imparare qualcosa. Un atteggiamento del genere, oltre ad essere sbagliato, è soprattutto improduttivo, in quanto impedisce di progredire nello studio della Via che è senza fine. Nell'*Hagakure*, famoso libro di Yamamoto Tsunetomo, monaco buddista ed ex-samurai vissuto fra il XVII ed il XVIII secolo, è scritto:

*Un anziano maestro di arti marziali  
insegnava che nell'arte della scherma  
ci sono diversi gradi. Nel primo grado,  
essendo ancora agli inizi, uno pensava  
che sia lui, che gli altri, non siano  
ancora bravi. A questo livello non si è  
ancora abili. Arrivato a metà strada  
uno non è ancora del tutto abile, ma  
può capire i suoi difetti e quelli degli  
altri. Salito a un grado più alto, si  
sente orgoglioso di aver raggiunto lo  
scopo, si rallegra di essere  
complimentato e si lamenta per i  
difetti degli altri. Costui è diventato  
una persona veramente abile. Ma  
asceso ancora più in alto, capisce di  
non essere bravo per niente,  
nonostante che gli altri lo considerino  
veramente capace. In genere, buona  
parte degli uomini appartengono a  
questi quattro gradi. Ma c'è ancora un  
grado, indescrivibile, che sta al di*



*sopra di tutti. Entrando sempre più profondamente nella Via si comincia a comprendere di trovarsi in un mondo infinito e che non si può mai dire di essere arrivati. Allora si capiscono bene i propri limiti e non si pensa più ad essere perfetti: senza orgoglio e senza scoraggiamento si avanza nella Via.*

Questa libertà che non è anarchia ma rappresenta le infinite possibilità di azione offerte a chi sia in grado di svilupparle è ben espressa nell'Arte marziale ideata da O'Sensei Ueshiba Morihei: *Takemusu Aiki* si può tradurre come "l'infinita creazione marziale dell'Aiki" ed è infatti la "Valorosa e Feconda Forza dell'Armonia" irresistibilmente creativa, totalmente libera e capace di illimitate trasformazioni.<sup>3</sup>

*L'uomo liberato è uguale di fronte all'amico, al nemico e a sé stesso; al piacere come al dolore; al cielo come all'inferno; al bene come al male; al disprezzo come alla lode; al giorno come alla notte; ad una prostituta come alla madre, alla moglie o alla figlia; alla realtà come al sogno; a ciò che ha salda esistenza come a ciò che è effimero.<sup>4</sup>*

Mente imperturbabile non significa essere ciechi o insensibili, tutt'altro: è richiesta una grande capacità di discriminazione da impiegare in ogni momento del quotidiano per essere sempre "qui ed ora", per immergersi nel fiume della vita ed essere nella corrente senza farsi trascinare dalla corrente. Solo così si poteva accettare serenamente tanto la sconfitta quanto la vittoria, godere dello spettacolo della natura, dare prova di coraggio e di pietà, di fermezza e sensibilità, essere – in poche parole – "forte come una montagna e lieve come una brezza".

*Per goderti veramente il tè, devi essere completamente calato nel*

<sup>3</sup> Come è facile immaginare, è questo un concetto che meriterebbe ben più dettagliate spiegazioni. Per un interessante approfondimento si può consultare "L'essenza dell'Aikido – Gli insegnamenti spirituali del Maestro" a cura di John Stevens – Edizioni Mediterranee

<sup>4</sup> Tratto dal *Pancakrama* indiano (VI, 30), citato in "L'etica del Bushido" di Mario Polia, edizioni Il Cerchio.

*presente. Solo nella consapevolezza del presente le tue mani possono sentire il piacevole calore della tazza, solo nel presente puoi assaporarne l'aroma, sentire la dolcezza, apprezzare la delicatezza. Se stai rimuginando cose passate o preoccupandoti del futuro, perderai completamente l'esperienza di goderti la tazza di tè. Anzi, guarderai nella tazza, ed il tè non ci sarà neppure più. Con la vita è la stessa cosa. Se non sarai calato nel presente, ti guarderai intorno smarrito, e lei se ne sarà già andata. Perderai così il sentimento, l'aroma, la delicatezza e la bellezza della vita, sarà come se la vita ti passasse veloce davanti.*  
(Tich Nhat Hanh)

Questo concetto è reso in Giappone con l'espressione "mono no aware" che può essere tradotta come "la commozione delle cose" ed esprime quel particolare stato d'animo per cui un soldato poteva fermarsi ad ammirare un fiore di ciliegio o a comporre una poesia finanche nel furore di una battaglia.

Dicono le Upanishad:<sup>5</sup>

*"Più alti dei sensi sono gli oggetti dei sensi;  
più alta degli oggetti dei sensi è la mente;  
più alto della mente è l'intelletto;  
più alto dell'intelletto è il Grande Sé;  
più alto del Grande Sé è il Non Manifesto;  
più alto del non manifesto è la Persona;  
più alto della Persona non c'è nulla.*

*Questa è la Meta, questa è la Via Suprema.*

*Nascosto in tutte le cose questo Sé non riluce,*

*ma lo vedono i veggenti sottili, il cui intelletto è acuto.*

*Il saggio controlla le proprie parole e la propria mente.*

*Queste egli riassorbe nel sé della saggezza;  
il sé della saggezza egli riassorbe nel Grande Sé;*

*il Grande Sé egli riassorbe nel Sé della Pace.*

*Sorgi! Risvegliati!*

*Ricevi i tuoi doni e comprendili!*

Nella visione hindu la mente ha quattro funzioni: *Manas*, la mente propriamente detta; *Buddhi*, l'intelletto; *Citta*, la

<sup>5</sup> Insieme ai Veda, le Upanishad sono i più importanti Testi Sacri della millenaria religione hindù

coscienza, ricettacolo di tutti i ricordi ed impressioni; *Ahamkâra*, l'ego. Insieme queste formano l'*Antahkarana*, "l'organo interno", ossia il complesso psichico dell'individuo. Il corpo agisce, la mente pensa, l'*Atma* è, ma tutti e tre sono permeati dalla stessa Essenza Divina.

La mente è costituita dal puro e semplice processo del pensare; l'intelletto è la facoltà di intendere e volere, di valutare le cose, di distinguere il bene dal male ed è la qualità peculiare della mente; la coscienza invece porta l'individuo a riflettere e a meditare mentre l'*Atma* o Principio Divino (l'Anima o Spirito) illumina queste tre funzioni mentali e dà origine all'Io che determina la nascita sulla terra. In definitiva, tutte queste componenti della natura umana, non sono altro che espressioni di *Brahman*, forme di Dio.

Nel complesso delle sue quattro funzioni (*Manas*, *Buddhi*, *Citta* e *Ahamkâra*) la mente non è autonoma, ma è governata da un padrone, *Prajñâ*, a cui sono attribuite varie interpretazioni: intelligenza, chiarezza di vedute, facoltà di giudizio, intuito, ecc., ma non sono interpretazioni esatte, in quanto hanno solo un valore temporaneo. Invece, la *Prajñâ* di cui parla il Vedanta è una consapevolezza costante, incondizionata, comune a tutti gli aspetti della natura umana, cioè al corpo fisico, alla mente, all'intelletto, ecc. ed è dotata di un potere straordinario.

*"L'uomo è dotato di due organi importanti: la testa ed il cuore.*

*La testa è sempre impegnata nella ricerca di oggetti esterni: non fa che desiderare cose effimere, mondane ed appartenenti al mondo materiale; il mondo esterno è la sua caratteristica principale; ogni pensiero ha origine dal contatto con le cose esteriori. Dal cuore invece sorgono le nobili qualità, come la Verità, l'Amore, la Gentilezza, la Pazienza e la Compassione. L'uomo che si prende cura di un cuore così puro e santo, a sua volta si santifica.*

Per questo motivo tanti testi e tanti Maestri prescrivono di coltivare la visione interiore; ecco perché la filosofia e la spiritualità hanno insegnato ad introvertire la mente, che deve essere controllata e usata come

un utile strumento e non lasciata libera di comportarsi come una bisbetica padrona.

*Tutte le differenze che trovate nel mondo sono solo riflessi della vostra mente: se amate qualcuno, se lo odiate o lo ridicolizzate, sono solo vostri riflessi. Se abbandonate queste reazioni, riflessi, risuoni dalla vostra mente, ciò che vi apparirà sarà la realtà, dove tutte le differenze di pensiero, azione e sentimenti, spariscono.*

Si ritorna alla analogia del vetro da finestra che, se pulito, permette di osservare la realtà così come è, senza inquinamenti, orpelli, pregiudizi e false idee, considerando che:

Le convinzioni sono nemiche della

verità più pericolose delle menzogne.<sup>6</sup>

e tenendo però sempre presente che questa è una condizione a cui, in questo piano esistenziale, si tenderà sempre per difetto poiché impossibile da raggiungere.

*Non c'è null'altro che il Sé nell'universo: tutte le cose che vedete esistono nel mondo dei fenomeni, ma non sono che riflessi del Sé.*

*L'immagine del sole è presente nel recipiente pieno d'acqua, ma il sole c'è sempre, anche se manca il recipiente; allo stesso modo, il corpo che è il recipiente, la mente che è l'acqua, anche quando non ci sono, il Sé è comunque presente. Ciò che va sottolineato in tale contesto è che l'immagine dello Spirito che avete attraverso il corpo e la mente, non è verità: è come il riflesso del vostro viso nell'acqua, dove il vostro occhio destro appare come sinistro e viceversa; oppure, così come, viaggiando in treno, la vostra vista vi inganna, dandovi l'impressione che alberi e montagne si stiano muovendo.*

<sup>6</sup> Da "Volume primo, l'uomo solo con se stesso, 483, Nemiche della verità" in "Umano troppo umano", Op. cit.

*Ciò vuol dire che tutte le differenze che vedete nel mondo dei fenomeni sono dovute solamente alla distorsione della vostra mente.*

*Dovete andare al di là della mente per realizzare l'Eterna Verità.*

*La gente crede che l'uomo abbia la libera volontà: essi immaginano che il successo si possa ottenere solo con la disciplina spirituale, la propria volontà e la propria discriminazione; queste però, sono solo aberrazioni dell'ego e del riflesso del falso sentimento di essere colui che agisce.*

*Per ottenere il successo nella vita spirituale è necessaria la grazia, il supporto e l'aiuto divino.*

Come è stato detto in tanti altri momenti, questa condizione di impossibilità – lungi dallo scoraggiarci – deve essere comunque una occasione di stimolo al lavoro. Tirando con l'arco non faremo un centro perfetto, ma continueremo ad allenarci per arrivarci il più vicino possibile e magari, un giorno, chissà...

*L'unica differenza fra un illuminato e un uomo comune è che il primo sa di essere un illuminato e il secondo non lo sa.*

*(Hui-neng)*

*Un giorno al maestro Seng-ts'an si presentò un giovane che dichiarò: "Vengo da te perché cerco la liberazione".*

*"Chi ti ha incatenato?" gli domandò il maestro.*

*"Nessuno."*

*"Allora, sei già libero."*

Ricordando quanto evidenziato parlando del percorso marziale, a questa consapevolezza di *status* originario, si può arrivare solo tramite un lungo e costante lavoro supportato, è il caso di ricordarlo ancora una volta, da una intenzione chiara e da una mente lucida.

*E' difficile raggiungere l'unità interiore anche praticando una disciplina per tutta la vita. Finché la tua mente non è pura, non può dire di aver conseguito la Via. Perciò persevera nella pratica con grande coraggio. (Hagakure)*

Intenzione chiara e mente lucida sono causa ed effetto di una azione consapevole e volitiva, agli antipodi da una cieca e passiva ripetizione di rituali vuoti e fini a sé stessi.

*Un giorno Chao-chou trovò un discepolo inchinato davanti ad una statua del Buddha e lo colpì con un bastone. Il monaco protestò: "Non è un atto meritorio adorare il Buddha?"*

*"Sì," rispose il maestro "ma è ancora più meritorio lasciar perdere gli atti meritori."*

Riprendendo allora un paragone già fatto, Corpo, Mente e Anima sono i tre piedi su cui si deve basare la pratica; se uno di questi predomina sugli altri il risultato sarà un equilibrio instabile e provvisorio, se viceversa ciascuno "collabora" integrandosi con gli altri due, il risultato sarà ottimale.

*Anche se il corpo è tranquillo non rilasciare l'attenzione, e quando il corpo si muove veloce non permettere alla mente di rallentarne il ritmo; non lasciare che il corpo venga influenzato dalla mente, o viceversa. Controlla la mente e lascia libero il corpo. Fornisci ogni dato alla mente e non distrarti con particolari superflui.<sup>7</sup>*

Questa interrelazione tra corpo e mente è spesso presente in molte opere di Maestri marziali: la troviamo in Musashi, in Munedori e Takuan Soho, giusto per citare i più famosi:

*Se non si pensa che si è in procinto di colpire, se non si permette che nascano pregiudizi o riflessioni, se, nell'istante preciso in cui si vede la spada che oscilla, questa visione non invaderà totalmente la mente, si potrà intervenire nell'azione dell'avversario strappandogli la spada.<sup>8</sup>*

Nel caso dei citati Maestri marziali, il binomio in esame è – come si è visto – quello di Corpo e Mente mentre nel nostro

<sup>7</sup> Da "Il libro dell'acqua" da "Il libro dei cinque anelli" di M. Musashi

<sup>8</sup> Tratto da "La testimonianza segreta della saggezza immutabile" - cap. 1: "L'infermità nel permanere nell'ignoranza" in "Lo Zen e l'Arte della Spada" di Takuan Soho

caso si aggiunge, stante la particolarità dell'avversario da affrontare, anche l'Anima. Ecco allora che se illuminiamo con questa luce l'ultimo passaggio del brano sopra citato, "intervenire nell'azione dell'avversario strappandogli la spada" può essere letto come un prendere consapevolezza dei nostri Ego/limiti/paure e circoscrivere o annullare la loro azione privandoli dei modi e dei mezzi e delle occasioni in cui questa si manifesta.

Questo impiegare i principi marziali per un lavoro più intimo è particolarmente proficuo quando si ha a che fare con Maestri orientali, non fosse altro che per la mancanza di dicotomia tra Corpo e Spirito/Anima rispetto alla visione dell'uomo che si è affermata in Occidente dopo il fenomeno dell'Illuminismo. Giusto ad esempio seguono alcuni passi del già citato Takuan Soho, che credo possano essere tenuti in considerazione anche se ci si dedica ad una pratica meditativa o di auto-osservazione:<sup>9</sup>

*La mente è immutabile quando vede senza guardare. Per guardare si dovrebbe fermare. Quando la mente si ferma su qualcosa, poiché il cuore si riempie di ogni genere di preconcetti, trattiene diversi movimenti in sé. Quando i movimenti nella mente cessano, la mente che si era fermata si muove, senza però muoversi affatto.*

*Quando si sono raggiunti il luogo costante e la saggezza immutabile, braccia, gambe e corpo ricordano cosa fare, senza che la mente ne sia coinvolta.*

*Se si pensa di porre la mente sotto l'ombelico per non farla vagare, la mente sarà soggiogata dal fatto di pensare a questo stratagemma. In tal modo non si avrà alcuna abilità nel movimento e si sarà eccezionalmente vincolati.*

*Non ha importanza quale sia il luogo in cui la poni, se metterai la mente in un luogo, il resto del tuo corpo perderà la sua abilità.*

*Tenere la mente in scacco dentro di sé, impedendole di vagare, è come legare un gatto. Se la costringerai dentro il tuo corpo, non andrà in nessuna sua parte.*

*Disciplina significa sforzarsi per non fermare la mente in un solo posto. Non fermare la mente è scopo ed essenza. La mente sarà ovunque purché non venga fermata in qualche luogo. Anche quando si sposta la mente fuori dal corpo, se la si rivolge in un'unica direzione, sarà assente in altre nove. Se la mente non sarà vincolata in una sola direzione, sarà in tutte e dieci.*

*La Mente Corretta è quella che non si ferma in un luogo. E' la mente che si estende per tutto il corpo e il sé.*

*La Mente Confusa è quella che, ripensando a qualcosa, si congela in un luogo.*

*La mente che pensa al fatto di dover rimuovere ciò che ha dentro, sarà assorbita da questa stessa azione. Se non si pensa, la mente si libererà da sola e, sempre da sola, diventerà Non-Mente.*

*Una antica poesia recita:*

*Pensare: "Non penserò".*

*Questo è già qualcosa nei propri pensieri.*

*Semplicemente, non si pensi che non si deve pensare.*

*Quando si è di fronte ad un albero, se si guarda una sola delle tante foglie rosse, non si vedranno tutte le altre. Quando l'occhio non si concentra sulla singola foglia, e si sta davanti all'albero con la mente vuota, si vedrà un numero infinito di foglie. Ma se l'occhio si fermerà su una sola foglia, sarà come se le altre non fossero lì.*

Quest'ultimo concetto si riverbera nel "Enzan no metzuke", uno degli ammonimenti che più frequentemente vengono impartiti nei Dojo marziali e che in giapponese significa "guardare una montagna lontana". Si invita così il praticante ad avere una visione di insieme dell'avversario e piuttosto che guardare solamente i suoi occhi, le sue braccia o i suoi piedi bisogna essere capaci di osservarne ogni suo singolo aspetto, dalla

<sup>9</sup> Op. cit.

contrazione involontaria del viso al ritmo della sua respirazione, arrivare a comprenderne le intenzioni prima ancora che queste vengano manifestate.<sup>10</sup>

L'unità tra Corpo, Mente e Spirito consente di affrontare in maniera singolare anche il fattore "tempo", come espresso nel termine "*Hishiryō*", ovvero "pensare al di là del pensiero".

*L'intuizione e l'azione devono sgorgare nel medesimo istante: non ci può essere pensiero nella pratica del budo. Questa è la coscienza hishiryō.*  
(*Deshimaru Taisen*)

A differenza degli sport, nei quali il fattore tempo riveste un'importanza particolare, nel *Budo* e nelle Arti marziali il tempo non esiste, o meglio, ha delle connotazioni del tutto particolari. Facendo un discorso pseudo-scientifico, si potrebbe dire che il tempo che impieghiamo a compiere un'azione è dato dall'intervallo più o meno lungo che intercorre dal momento che il cervello decide di fare qualcosa (per esempio: prendere un bicchiere) a quando questa decisione viene trasmessa al corpo (il braccio che si allunga verso il bicchiere). Naturalmente, il movimento può essere più o meno veloce, per cui parleremo di tempo più o meno lungo. Nel *Budo* le cose non stanno in questo modo. Eseguendo una tecnica, infatti, non deve esserci alcun intervallo di tempo dal momento in cui si decide di eseguirla ed il momento in cui la si fa.

Prendiamo ad esempio le tecniche di spazzata (*ashi barai*): se la tecnica viene eseguita prima che *uke* poggi il piede, la spazzata risulterà inefficace, in quanto il peso del corpo di *uke* è ancora su quell'altro piede; ugualmente, la spazzata risulterà inefficace anche se si esegue dopo che *uke* abbia poggato il piede, perché il peso del suo corpo sarà tutto sul piede da spazzare. Esiste un solo momento in cui la spazzata potrà essere efficace, e cioè quando *uke* sta per poggiare il piede; ora, se *tori* cerca di vedere qual è il momento giusto non farà mai in tempo a spazzare, in quanto dal momento in cui "vede" al momento in cui

spazza sarà passato del tempo, ancorché minimo, ce ha fatto perdere a *tori* l'attimo giusto. Il momento preciso va intuito, va sentito con il corpo: questa è la coscienza *hishiryō*. Naturalmente, questo vale non solo per le tecniche di spazzata ma anche per tutte le altre: esse devono partire direttamente dal corpo, senza la mediazione del pensiero razionale.

Anche questo concetto, a mio avviso, può essere utilmente trasfuso dalla pratica marziale a quella più indirizzata al lavoro intimo; "pensare senza pensare" consente di tentare di uscire dal paradosso dell'osservatore che è contemporaneamente osservato, con la conseguente influenza sui risultati dell'osservazione che sono ben noti a chi si occupa di fisica quantistica.

Un lavoro simile non può che essere condotto unendo – come detto – la capacità speculativa della mente e la sensibilità empatica del cuore, ciascuno al meglio delle sue capacità, in modo che le passioni del cuore vengano temperate dalla analisi della mente e la razionalità di questa venga "vivificata" dai sentimenti del cuore.

*Indipendentemente dal credo professato, la cosa più importante è possedere una mente fredda e un cuore caldo.*  
(*Tenzin Gyatso, XIV Dalai Lama*)

Alla mente, alle sue possibilità ed ai suoi rischi, sono stati dedicati fiumi di parole; valgano per tanti i diversi passaggi del già citato *Dhammapada*, uno dei più conosciuti canoni buddisti.<sup>11</sup>

[1] *La mente precede tutte le cose, la mente le governa, sono fatte di mente. la sofferenza, perciò, segue chi parla o agisce con mente impura, come la ruota segue l'incedere del bue che traina il carro.*

[2] *La mente precede tutte le cose, la mente le governa, sono fatte di mente. la felicità, perciò, segue chi parla o agisce con mente pura come un'ombra che non si diparte mai.*

<sup>10</sup> Si veda in proposito il concetto di "*Enzan no metzuke*" in "*Kendo - I Kata*" di Paul Buden - Edizioni Mediterranee.

<sup>11</sup> Per queste ed altre citazioni tratte da testi buddisti e vedici il mio ringraziamento va al sito internet [www.risveglio.net](http://www.risveglio.net) e – soprattutto a Flavio Pelliconi, suo curatore.

[13] *Come la pioggia penetra attraverso un tetto sconnesso, così la passione penetra nella mente non esercitata.*

[35] *È meraviglioso addestrare la mente, così rapida nel movimento, che afferra quel che le garba. È bene avere una mente ben addestrata, perché una mente ben addestrata arreca felicità.*

[43] *Nessuna madre e nessun padre né alcun altro congiunto possono far più bene di una mente ben diretta.*

Come si fa a (tentare di) tenere sotto controllo la mente? Beh, si comincia con l'esercizio della attenzione, qualità tanto importante quanto spesso misconosciuta.

*Un giorno un uomo andò da Ikkyu e gli chiese: «Maestro, scriveresti per me qualche massima della più alta saggezza?. Ikkyu prese il pennello e scrisse: «Attenzione». «Tutto qui?» chiese l'uomo. Ikkyu allora scrisse: «Attenzione. Attenzione». «Bene» disse l'uomo. «Ma non vedo una gran profondità in quel che avete scritto». Allora Ikkyu scrisse la stessa parola tre volte: «Attenzione. Attenzione. Attenzione». Un po' irritato, l'uomo chiese: «Cosa significa quella parola "Attenzione"?». Ikkyu gentilmente rispose: «Attenzione significa attenzione».<sup>12</sup>*

*Così ho udito: "Riguardo ai fattori interni, non vedo nessun altro singolo fattore come la giusta attenzione che sia così importante nell'addestramento di un praticante che non abbia ancora raggiunto la meta del cuore, ma sia intento al suo conseguimento. Il praticante lascia perdere ciò che non è utile e sviluppa ciò che è utile. La giusta attenzione è la qualità del praticante in addestramento: nient'altro è così importante per il raggiungimento*

<sup>12</sup> Ikkyu Sojun, detto "Nuvola Pazza" (1394-1481) è una delle figure più eccentriche nella storia dello Zen Rinzaï ed è divenuto una specie di eroe popolare nel Giappone moderno, una sorta di omologo del Nasreddin islamico

*dell'obiettivo supremo. Il praticante, con il giusto sforzo, raggiunge la fine dello sforzo.*  
*(Itivuttaka, I, 16)*

La maggior parte della "sofferenza esistenziale" che proviamo ha origine nella mente, ma è difficile ammettere che siamo noi stessi i creatori di tutto questo malessere. La mia esperienza mi porta a credere che questa considerazione venga spesso istintivamente rifiutata non tanto per scaricarsi la coscienza del passato quanto per non assumersi la responsabilità del da farsi nel presente/futuro per ovviare alla situazione. Così capita che ascoltare (o di pronunciare...) giustificazioni e doglianze che di volta in volta eleggono a capro espiatorio il *Karma*, il Fato, Dio, gli Altri e chi più ne ha più ne metta.

*La mente è il precursore di tutti i modi d'essere. La mente è il loro capo; sono fatti di mente. Se una persona parla o agisce con malizia, a causa di questo la sofferenza lo segue, proprio come la ruota segue lo zoccolo del bue da traino.<sup>13</sup>*

In un perverso gioco di specchi proiettiamo all'esterno cause e responsabilità che ci sono proprie e la nostra mente, causa prima dello "status quo", non vuole ammettere che questa situazione è creata dalla nostra intenzione, conscia o inconscia che sia, arrivando infine a determinare un percorso di vita a cui è sempre più difficile sottrarsi.

*Semina un pensiero e nascerà un'azione.  
Semina un'azione e nascerà un'abitudine.  
Semina un'abitudine e nascerà un carattere.  
Semina un carattere e nascerà un destino.  
Poiché la mente precede i modi d'essere, originati dalla mente, creati dalla mente.  
Nella mente ha origine la sofferenza; nella mente ha origine la cessazione della sofferenza.*  
*(Anguttara Nikaya)*

<sup>13</sup> *Dhammapada, I*

Come un pesce catturato da una nassa, siamo noi stessi la causa della nostra insoddisfazione ma tutto quello che riusciamo (o vogliamo...) fare è invocare un dio qualsiasi, perché ce ne liberi, perché ci pensi lui. Il fatto è che siamo in una prigione di cui noi soli abbiamo la chiave, noi abbiamo scavato la fossa in cui siamo caduti, noi abbiamo caricato il fucile di chi ci spara, noi abbiamo consegnato il timone in mani altrui e finché non ci assumiamo la completa responsabilità di questo atto, continueremo ad essere spaventati dalle ombre a cui noi stessi diamo vita muovendoci davanti ad una lampada, continueremo ad piangerci addosso credendo di essere più piccoli di quel che noi stessi abbiamo creato.

*A Ch'eng-t'ien fu chiesto: "In che modo devo applicare la mente ventiquattr'ore al giorno?".*

*Rispose: "Quando i polli hanno freddo, si appollaiano sugli alberi; quando le anatre hanno freddo, s'immergono nell'acqua".*

*L'interrogante disse: "Allora non ho bisogno di coltivare la realizzazione e non perseguirò la padronanza dello Zen o della buddità".*

*Ch'eng-t'ien rispose: "Mi hai risparmiato metà dello sforzo".*

*(Da "The pocket Zen reader")*

Se, invece, prendiamo atto che è la nostra mente a condizionarci con le sue creazioni, allora ci renderemo conto, nello stesso tempo, di avere un potere che nemmeno sospettavamo. Un potere che risiede nell'intenzione e nell'attenzione. Anche per questo il Buddha disse che il suo Dharma va controcorrente e restituisce all'uomo la piena signoria sul proprio destino non alimentando il fatalismo ne', tantomeno, la rassegnazione.

*L'ego è la mente che pensa. La mente che pensa, l'ego, l'io, me, sono tutti la stessa cosa. Sono nomi diversi per la medesima cosa, che è un'illusione.*

*(Ramesh Balsekar)*

Naturalmente questo non significa che, come si usa dire quando si riceve un regalo tanto gradito quanto di modesto valore economico, "è il pensiero che conta"; la mente può tanto; ma guai a pensare che

basti alzarsi la mattina convinti di sapere come funziona il giochetto per poterlo comandare invece di esserne comandati: il rischio è quello di farsi male sul serio, come ci racconta questa storia indù:

*Un giorno un discepolo che andò dal suo maestro per chiedergli che cosa fosse il Brahman. Il maestro rispose: «È ogni cosa». «Anche l'elefante del Maharaja?» insistette il discepolo. «Sì - rispose il maestro - tu sei il Brahman e lo è anche l'elefante del Maharaja». Al che il discepolo se ne andò molto soddisfatto. Per strada si imbatté nell'elefante del Maharaja, ma non si scostò al suo passaggio perché, pensò, se lui e l'elefante erano entrambi il Brahman, l'elefante l'avrebbe riconosciuto. Non si mosse neppure quando il conducente dell'elefante gli gridò di spostarsi, e così l'elefante lo afferrò con la proboscide e lo scaraventò sul ciglio della strada. Il giorno dopo, il discepolo, tutto ammaccato, tornò dal maestro e gli disse: «Mi avevate detto che io e l'elefante eravamo entrambi il Brahman e invece guardate come mi ha conciato». Il maestro, imperturbabile, domandò al discepolo che cosa gli avesse detto il conducente dell'elefante. «Di togliermi di mezzo» rispose il discepolo. «Avresti dovuto obbedirgli,» disse il maestro, «perché anche il conducente dell'elefante è il Brahman».*

Occorre insomma saper discernere non tanto il vero dal falso, ma piuttosto il vero da quello che vorremmo fosse tale, cercando per quanto possibile di essere sempre presenti a sé stessi sottraendosi agli inganni della mente, risvegliando la nostra Coscienza e sforzandosi di porre come centro di gravità coscientivo il proprio sé qui e ora.

*La mente è come una cipolla ed ogni giorno e mese di pratica pelano via a uno a uno gli strati di illusione.*

*(Geshe Ngawang Dhargyey, "Consigli di un amico spirituale")*

Laddove la nostra illusione e fantasticherie mentale ci proietta, là è la nostra coscienza; quindi se viviamo proiettando il nostro pensiero al passato o fantasticando

sul futuro, immaginandoci alle Maldive o costruendoci mentalmente ipotetiche situazioni di vita quotidiana, lì è la nostra coscienza, imbrigliata in un turbinio di vani pensieri.

*Il maestro Tanzan era in viaggio con il suo allievo Ekido lungo una strada fangosa.*

*Ad un certo punto incontrarono una bella ragazza in kimono e sciarpa di seta, che non poteva attraversare quella melma, senza rovinare il suo bel vestito. Senza problemi, Tanzan la prese in braccio e la trasportò sull'altro lato della strada.*

*Ekido rimase pensieroso per tutto il giorno. Alla sera, non resistendo più, chiese apertamente al maestro: "Noi monaci non avviciniamo le donne, è pericoloso. Perché l'hai fatto?"*

*Tanzan rispose: "Io quella ragazza l'ho lasciata laggiù. Tu la stai ancora portando con te"*

Quando si è più presenti a sé stessi, si è ciò che si è, e la nostra Coscienza è dove noi siamo. Per essere più presenti occorre domandarsi "Chi sono? Che faccio? Dove sono?" cercando di rendersi conto veramente di tutto questo e senza dare per scontata la risposta apparentemente banale. Ma questo argomento merita ben più che un cenno, e ci introduce quindi al capitolo successivo, dedicato agli "strumenti", non senza concludere ricordando quanto importante sia la "manutenzione" degli strumenti stessi...

*"Noi possiamo percepire chiaramente le cose, e ragionare correttamente in base a tali percezioni, solo se i nostri apparecchi funzionano bene. E quali sono questi apparecchi? L'intelletto, il cuore e la volontà. Purtroppo, si è costretti a riconoscere che nella maggioranza degli esseri umani, quegli apparecchi sono sfasati: troppi colpi, troppo nervosismo, troppe emozioni, troppe influenze negative... Ecco allora che l'intelletto si oscura, il cuore si raffredda e la volontà s'indebolisce. Come fidarsi di simili apparecchi? È chiaro, dunque: bisogna occuparsi della loro revisione. Che cosa accadrebbe con le automobili, i treni o gli aerei, se non si facesse mai una verifica dei freni, del*

*motore o del pannello di bordo? Gli esseri umani, invece, pensano che dentro di loro non ci sia mai nulla da verificare: essi sono al di sopra di tutto questo! Ecco perché ci sono così tanti incidenti; tutte le loro difficoltà e tutte le loro disgrazie derivano dal fatto che il loro intelletto, il loro cuore o la loro volontà sono sfasati. Occorre quindi che, di tanto in tanto, si facciano delle domande sullo stato di quegli apparecchi, che sono stati dati loro per pensare, per amare e per lavorare."*

*(Omraam Mikhaël Aïvanhov)*



## Evola e la Mente Le Mosche Bianche



Evola ha scritto: "Si può chiamare falso, illusorio, non esistente l'insieme dell'esperienza, ma colui che sperimenta e afferma cotesta falsità, illusione, non esistenza, non può essere, lui, falso, illusorio, non esistente...vi è dunque una sola certezza: l'io" ("L'individuo e il divenire del mondo", Arktos, Carmagnola 1976). Aggiungendo poi; "io solo sono, il resto è mia rappresentazione" (ibidem).

E' l'Evola giovanile, ancora legato alla fase titanica, magica, incentrata sulla "potenza" (shakti), in cui per dimostrare l'esistenza di Dio, bisogna "farsi Dio", in quanto "l'io è il centro, ciò che comprende tutto e che, lui, da nulla è compreso" (ibid.); e di più ancora: "l'essere è ciò che vuole" prendendo possesso dei "tre regni", e divenendo non solo Dio, ma "il Signore e il superatore di Dio" (ibid.).

Resta il dubbio che questo io sia ancora legato all'hybris, all'orgoglio della propria potenza, ma anche nel suddetto periodo titanico e filosofico, Evola aveva tracciato una strada: "Si tratta di immergersi nelle potenze dei sensi e signoreggiarle sino al punto che disciolte, disidentificate da ciò in cui prima si precipitavano e identificavano (la violenza delle impressioni sensibili non avendo più su esse potere alcuno) si possa ripiegarle su se stesse e fissarle, sospenderle a volontà in uno stato *intiero* e non alterato – puro: *udito senza suono, vista senza oggetto*".



Questo è corretto, tuttavia parlare come fa J. Evola di un "io che è il centro, ciò che comprende tutto e che, lui, da nulla è compreso", può indurre il lettore a pensare che intenda dire che sia l'ego individuale ad essere l'agente che

opera ed è testimone nell'interiorità più profonda di ogni essere. In realtà, questo ruolo è invece, ovviamente, quello di Atma, che, proprio quando cade l' ego individuale, ha la possibilità di manifestarsi come unica, vera, immutabile natura dell'Essere. In tal modo si è passati dal tempo individuale al non-tempo, o tempo senza tempo del

Principio. L'io individuale è, al contrario, esattamente ciò che fa da ostacolo a tale palesarsi.

Quando la caratteristica mentale dell'uomo individuale, la ragione, viene superata (va da sé che ciò deve avvenire verso l'alto ed il sovrarazionale e non verso l'infrarazionale o il subconscio), e l'Ego è abbandonato, anche se solo temporaneamente, allora ad osservare la realtà, sia interiore che esteriore, sarà l'autentico testimone: Atma. Secondo la teoria dell'Identità Suprema esposta magistralmente da René Guénon, io e Atma sono la stessa realtà, ma solo a condizione che l'io illusorio si dissolva e l'uomo prenda coscienza della sua vera natura. Se ciò non avviene, egli continuerà a ritenere che essa sia costituita dal suo proprio io. Allora, tale "io", identificandosi col corpo, colla psiche e la mente razionale, potrà concepire Atma solo come una realtà separata da sé.

Per tornare alle idee di Evola, i limiti dell'individualità, dell'io, sono chiari solo a chi sa vedere oltre le proprie limitazioni "ego-centrate": "Come punto di partenza, va fatto presente che *l'individualità* della gran parte degli uomini è una finzione, la loro stessa unità essendo quella fittizia e precaria di un semplice aggregato di forze e di influenze che in nessun modo essi possono considerare come loro proprie..." (J. Evola, con pseudonimo Ea, "Sulla Dottrina del corpo Immortale", Ur 1927).

Dunque, non l'uomo comune ama, odia, ha paura o sente pietà, ma l'amore ama in lui, l'odio odia in lui, la paura teme in lui, la pietà nasce in lui, e tali entità o daimones esisterebbero anche in una nazione, una religione, un'istituzione.

Aderisce e in seguito aderirà sempre più alla visione del buddhismo, chiarendo, nella sua "Dottrina del risveglio" (Cap. V) che ciò che gli esseri percepiscono come "Io", anziché esser arso dalla brama di esistere, "è" questa stessa brama, né può venire sperimentato al di fuori del processo di combustione: "dove si producesse davvero un arresto, anche l' Io, l' illusione di esser Io, crollerebbe".

In un altro testo evoliano sulla visione tantrica della vita, "Lo yoga della potenza", la visuale non è molto diversa: "Qui non si tratta di potenziare fino all'estremo la natura umana bensì di 'bruciarla', dunque di bruciare anche l'Io individualistico e ogni sua hybris per andare oltre." (Cap. 5).

Che significa andare oltre l'io? In un testo

mahayana di Nagarjuna, è detto: "La vacuità, han detto i Vittoriosi, è eliminazione di tutte le opinioni. Quanto a coloro per i quali anche la vacuità è un'opinione, costoro li han detti inguaribili". Secondo Evola questa dottrina del "vuoto", e vedute tipo: "Le cose non esistono se non come creazioni della mente..... Fuori della mente nulla ha esistenza reale, e così via", aiutano a distaccarsi da quanto in terra sembra oggettivo, dall'azione bramosa, dal basso interesse, dall'odio, dall'ira".

Naturalmente non è che con la comprensione della vacuità vengano cancellati i sentimenti, le sensazioni o le percezioni. Ciò che viene eliminato è l'attaccamento ad esse, la fiamma cessa di creare sofferenza, di bruciare, diviene "flamma non urens" ("La Dottrina del Risveglio" cit. cap. IX).

Ancora, Evola, riprendendo le sue idee, ancora giovanili ma già consapevoli, conferma che l'identificazione con lo stato divino non è ancora sufficiente: "Il Dio personale, quello dell'ebraico *Io sono colui che sono*, il Dio dell'essere, quegli, la cui essenza è la sua esistenza, come tale non può non essere: è cioè legato all'essere, è passivo rispetto al (proprio) essere. Egli non ha il potere di andare oltre l'essere. E' qui che si pone la prova. Chi può scomparire? Vale a dire, chi è signore sia dell'essere che del non-essere, perché né all'uno, né all'altro si appoggia? Il Brahma non sa scomparire, invece il Buddha scompare ("La Dottrina del risveglio" cit.)".

Di fronte al mondo dei fenomeni, una natura realmente nobile dice: questo non sono io, non è mio; io sono altro. Relativamente al "non agire", si tratta di "liberarsi della volontà per mezzo della volontà stessa", grazie ad un atteggiamento eroico della coscienza, tipico di chi sia signore di se stesso, non esistendo più alta signoria, quale risultato d'ogni "fatica erculea". Questa natura nobile distingueva il *vir* dall'*homo*, per i Latini.

Senza timore e senza speranza, si farà quindi fronte ai processi mentali senza mescolarsi ad essi; quel che anche nell'ermetismo era definito estrazione e fissazione del mercurio, sostanza che, insieme a zolfo e sale, metafore dello spirituale e del corporeo, ben indicava, con la sua volatilità incessante, la mente ed i pensieri, simili a nubi che trascorrono in un cielo puro.

## La Mente Secondo i Buddha Manjusri



L'esame della vera natura della mente sta alla base delle pratiche di tutte le scuole buddhiste, in particolare quelle che si riferiscono al cosiddetto grande veicolo o al veicolo di diamante, ad esempio gli insegnamenti Cittamatra (mente sola), Madyamika (il cammino di mezzo), Mahamudra e Dzogchen.

Dall'analisi approfondita ed imparziale della mente non emergerebbe l'esperienza di un io avente natura propria, indipendente da altri fattori, ma di un io che si manifesta solo in presenza dei cinque aggregati: forma, sensazioni, percezioni, volizioni e coscienza.

Quanto all'esperienza che l'essere ordinario ha della mente, essa è un susseguirsi ininterrotto di pensieri che nascono dal vuoto e nel vuoto ritornano; questa esperienza è detta "ignoranza incosciente" il che significa che, malgrado noi si pensi di esser svegli ed attivi, in realtà siamo mossi da impulsi impersonali e quanto chiamiamo realtà non è più reale di un sogno.

Da questo punto di vista relativo e condizionato, nasce l'idea dualistica di un io separato dai fenomeni esterni, di un soggetto diverso dagli oggetti che osserva: tutto ciò sta all'origine della sofferenza.

Nulla si può dire esistente al di fuori della mente poiché solo attraverso di essa prende vita ogni nostro conoscere.

E' scritto che "...la vita degli esseri ha solo la durata di un pensiero: l'essere del momento passato ha vissuto, ma non vive e non vivrà; l'essere del momento futuro vivrà, ma non ha vissuto e non vive; l'essere del momento presente vive, ma non visse e non vivrà".

Da qui la necessità, per liberarci, dell'insegnamento dei Buddha sulla natura della mente che conduce alla realizzazione della presenza continua di una mente non concettuale, vagante. Come dice Tulku Urgyen: "chi non ha mai ricevuto questo insegnamento non si accorge nemmeno di essere continuamente distratto".

Su questo pensare semi-consapevole si fonda il samsara: esso e' all'origine di ogni sofferenza. Peraltra tutte le teorie, teologie e

filosofie che l'uomo ha elaborato nel corso della storia sono fondate senza eccezioni sul ragionamento concettuale e distratto.

Per questo il sistema di Nagarjuna evidenzia la necessità di andar oltre ogni teoria: ogni opinare sulle questioni dell'esistenza, ogni fede nella realtà intrinseca e perenne di qualcuno o qualcosa ha natura irreali, di fantasia; lo stesso può dirsi della negazione di questa realtà intrinseca, anch'essa opinione mentale, ancora più dannosa dell'eternalismo, che conduce al nichilismo. La mente ordinaria, e l'attaccamento che il pensare ordinario comporta, sono così trascesi. Quanto rimane possiede natura di vacuità: conoscenza diretta delle cose così come realmente sono.

Secondo scuole come quelle Dzogchen è possibile sollevare il velo costituito dal pensare concettuale, infettato dai tre veleni (attaccamento, avversione, ignoranza) ove ci venga mostrata la vera natura della nostra mente da un Maestro in grado di farlo. Avutone in questo modo l'esperienza momentanea tocca poi al praticante riprenderla e renderla stabile nel tempo. Il permanere costante nello stato naturale, nella sveglia presenza continua di vacuità e chiarezza, significa realizzare la buddhità, il superamento della dualità io-non io.

Ci viene anche insegnato come questa "vera natura della mente" non sia conoscibile che attraverso le forme, come non vi sia una mente separata dal flusso ininterrotto del pensare.

"Qui, Sariputra, la vacuità è forma, la forma è vacuità; la vacuità non è distinta dalla forma, la forma non è distinta dalla vacuità; ciò che è forma è vacuità, ciò che è vacuità è forma. Analogamente, vacuità sono la sensazione, la percezione, le volizioni, la coscienza."

"Liberazione" quindi dagli attaccamenti, non dai pensieri. Nulla può condurre gli esseri fuori dal samsara se non la conoscenza della mente.

Quindi cerca in te la tua Saggezza,  
Questa è la vasta profondità!

*Om gate gate paragate parasamgate  
bodhi svaha.*

## "La mente nel lavoro spirituale" Risorsa ed ostacolo

Pino Landi



Quando passeremo oltre la comprensione,  
avremo la Conoscenza.

La ragione fu l'aiuto, la ragione è  
l'ostacolo.

Trasforma la ragione in un'intuizione  
ordinata; che tutto in te sia luce.

Questa è la tua meta.

Sri Aurobindo – Aforismi

"La mente non è uno strumento di  
conoscenza;

le è impossibile trovare la conoscenza, ma  
deve essere messa in moto da essa.

La conoscenza appartiene ad un piano  
molto più elevato

di quello della mente umana, molto al di  
sopra della regione delle idee pure.

La mente deve essere silenziosa e attenta  
per ricevere la conoscenza dall'alto

e manifestarla; essa è uno strumento di  
formazione,

di organizzazione e di azione; è in queste  
funzioni

che essa assume il suo pieno valore e la  
sua reale utilità".

Mère - Conversazione del 22  
gennaio 1951



La mente è nel contempo strumento e finalità evolutiva nel passaggio tra l'animale e l'uomo. Meglio dire, per non ingenerare troppi equivoci, che nell'evoluzione dalla materia allo spirito, dalla coscienza involuta nella materia alla Coscienza di Verità, l'uomo è ponte di passaggio, teso sull'abisso esteso dalle voragini dell'inconscio agli alti cieli del superconscio. Nell'uomo sono presenti e si manifestano tutti i vari passaggi evolutivi, quelli passati e quelli futuri: l'uomo è ancora materia, e partecipa in gran parte della natura della materia; l'uomo partecipa

però anche della vita e delle sue energie, che si presentano colorate di sensazioni, istinti, sentimenti; l'uomo è anche mente, e con la mente compare la coscienza di essere e di individualità. E' solo con l'uomo che la materia comincia ad avere coscienza di sé; la coscienza che iniziava ad essere un po' meno involuta già nei cristalli e continuava la sua avventura nelle piante e negli animali, nell'uomo si stabilizza sul piano dell'esistenza come individualità, per partire da lì per ulteriori ascese e conquiste, per un ampliamento, per una purificazione che consentano di procedere verso la piena realizzazione della sua reale natura divina.

La mente si manifesta compiutamente sul piano della materia e dei fenomeni solamente con la comparsa dell'uomo e quindi la mente è qualità distintiva dell'essere umano e definisce l'uomo in quanto "animale mentale". La materia partecipa dell'esistenza ma non della mente, il vegetale partecipa alla vita ma non alla mente, l'animale partecipa della vita, dell'istinto, del movimento, ma non della mente, tutto al più si può dire che alcuni animali colgono riflessi nebulosi di un "qualcosa" che li trascende, in analogo modo con cui gli uomini colgono barlumi e riflessi intuitivi di ciò che sta sopra ed oltre la stessa mente.

La mente è dunque uno dei parametri che definiscono l'uomo, ma cos'è che definisce la mente? Non penso ovviamente ad una semplice definizione lessicale e neppure ad una proposizione logica, ma ad una risposta esaustiva e credibile alla domanda: "cos'è la mente?". In modo del tutto analogo alla "vita", se ne può descrivere il funzionamento, se ne possono definire le funzioni, se ne sperimentiamo ogni giorno capacità e limiti, ma nulla ci può dire cos'è veramente la mente. Strumento complesso quanto sconosciuto nella sua essenza, la scienza moderna si limita ad analizzare i fenomeni ad essa connessa, le sue caratteristiche e le sue disfunzioni. Ma nel merito le idee e le congetture, le teorie a poco servono, perché tentano di spiegare la mente utilizzando gli strumenti della mente stessa. Ogni spiegazione e teorema non può prescindere da assiomi e presupposti del tutto arbitrari, l'unica via per cogliere l'essenza della mente è di sperimentarla pienamente e consapevolmente, senza pregiudizio né giudizio. Anche in questo

caso solo il punto di vista esperienziale può consentire di trovare la via di uscita dal labirinto mentale per trovare verità che trascendono la mente stessa, o meglio raggiungere una sintesi che colga mente ed oltre mente.

L'esperienza ci insegna per prima cosa che la mente è un utile strumento che consente di avere coscienza di una realtà, di un mondo che appare a lei esterno. Questa coscienza, che ci deriva dalla mente e che perciò possiamo legittimamente chiamare mentale, ci consente, utilizzando il pensiero e la logica, di vivere sul piano della materia, comprenderne le leggi, mantenere interrelazioni con tutto ciò che partecipa della materia, in primo luogo con gli altri viventi e con l'ambiente. La coscienza mentale va sviluppata pienamente, fino ad esplorarne ed utilizzarne ogni possibilità e risorsa, per essere pienamente realizzati come esseri umani.

La mente è di per sé utile e positivo strumento, ma tende a diventare ipertrofica e a ridurre ogni cosa entro i propri parametri cognitivi ed interpretativi. Il problema nasce quando il piano della materia appare troppo fisso e rigido o diventa l'unico esistente e reale; quando si concede legittimità di esistenza solamente a tutto ciò che nella mente e dalla mente è compreso e tutto il resto è considerato illusione e fantasia; quando inconscio, superconscio, intuizioni, rivelazioni, movimenti creativi, sogni, visioni sono "accantonati" come evanescenti sottoprodotti irreali...In questo caso ci si chiude in una gabbia le cui sbarre sono le medesime fondamenta da cui la mente stessa non può prescindere. In effetti quella che a noi pare solida realtà altro non è che una interpretazione degli impulsi inviati dagli organi di senso al cervello e da questo elaborato, in altri termini un prodotto del nostro hardware (insieme degli organi materiali e della loro fisiologia) e del software (insieme delle abitudini e delle sedimentazioni psichiche, una sorta di programmazione più o meno naturale).

La conoscenza mentale non può prescindere dal rapporto causa effetto e dalla concezione dello spazio e del tempo; dagli "operatori" e dalle leggi della logica aristotelica, dal concetto di ripetibilità dei fenomeni e dell'oggettività del conoscere. Ma una ricerca della conoscenza deve essere innanzitutto libera, l'esplorazione del

nuovo non può avere direzioni prefigurate, né vietate, altrimenti si raggiunge una meta già conosciuta. Occorre allora liberarsi dal giogo degli assunti della logica aristotelica, e riconoscere ad essi un mero valore relativo. Occorre nel contempo superare il pregiudizio della universalizzazione ab eterno degli esperimenti o delle azioni. Per fare due esempi esplicativi, la mente necessita di certezze, ma inganna con una falsa certezza a pretendere che sempre e comunque  $A=A$ , oppure che, data la medesima situazione logistica, sempre un grave lasciato cadere non resti a levitare mezz'aria. Potremo incontrare il medesimo accadimento un numero illimitato di volte, ma non esiste certezza reale che accadrà veramente ogni volta. Occorre liberarsi da una necessità indotta dalla natura mentale e cogliere ogni fenomeno, ogni momento come unico ed irripetibile.

Analogamente la ricerca deve essere libera dai costrittivi concetti mentali di spazio e tempo; questa libertà si può trovare se la direzione della ricerca si estende all'"interno" di noi stessi, o meglio se viene superata ogni falsa impressione di opposizione tra "esterno" ed "interno". La conoscenza mentale è infatti per sua propria natura dualistica: presuppone sé stessa come soggetto conoscente ed ogni altra cosa come oggetto conosciuto. La conoscenza mentale non può quindi che essere "esterna", il conosciuto e l'azione di conoscere sono "cosa altra" dal conoscente. La conoscenza mentale è analitica e descrittiva e procede per antitesi ed opposti, ma da sempre l'uomo ha potuto accedere anche ad un altro tipo di conoscenza, che sintetizza trovando l'essenza unificante, una conoscenza non per "accostamento" ma per identificazione. Un processo in cui conoscente, conosciuto ed atto del conoscere fluiscono come increspature della stessa onda, sono un movimento unico di una unica energia.

Appare evidente che se ci identifica esclusivamente con la mente la nostra coscienza sarà limitata dai suoi medesimi limiti, tra cui la visione duale. Essendo l'uomo "animale mentale", lo stato "naturale" dell'uomo sta proprio in una identificazione con il mentale, oltrechè con il vitale e il fisico. Mentre gli altri viventi sono naturalmente identificati con la vita e la fisicità, l'uomo ha la specificità dell'identificazione anche con la mente. Se l'uomo seguisse nel suo progresso i tempi

ed i modi della natura, potrebbe esaurire il suo ciclo e sparire come specie, prima che il progresso fosse manifestato e consolidato, ma l'uomo ha le capacità di andare oltre sé stesso, di determinare con la propria volontà i tempi della trasformazione evolutiva, lavorando su sé stesso e la sua propria coscienza. Non è quindi seguendo la natura che si può progredire, ma solamente forzandone la cristallizzazione in cui si è venuta a bloccare la forza evolutiva. A ben vedere la vera scelta dell'uomo sta proprio nell'accettare la sua specifica condizione naturale, oppure nell'operare per andare oltre. La libertà si gioca nella consapevolezza, la libertà e conoscenza sono inscindibili, conoscenza come gnosi, come rivelazione e disvelamento della propria vera natura Divina, della Esistenza, Coscienza ed Amore di cui pure l'uomo partecipa oltre che del fisico, del vitale e del mentale.

L'esistenza dell'uomo su questo pianeta non è avvenuta per caso, il senso della sua esistenza non sta nella ricerca di un qualche paradiso o nirvana in cui abbandonarsi, ma nella capacità di raggiungere la luce e riportarla sul medesimo piano della materia, affinché la trasformazione sia totale, reale e stabile. Non si tratta quindi di attendere grazia e beatitudine, con la malcelata sicurezza di esserne predestinati da una grazia meritata magari in altre vite, ma di attraversare questa vita operando affinché si possa ora e qui realizzare una coscienza ed una vita divine.

In altri termini occorre operare una frattura nel nostro mondo percettivo e psichico per produrre una modifica nella comune modalità di coscienza. Occorre quindi imparare a disidentificarsi dalla propria mente. Tutti lo facciamo, spesso in modo del tutto inconsapevole, quando ci illuminano piccole o grandi intuizioni, quando accogliamo visioni, ampi sentimenti integrali (di fronte ad un bellissimo paesaggio, un cucciolo ecc...), quando la mente inizia a cedere per stanchezza al sonno ed appaiono immagini ipnagoniche, nei sogni. Occorre acquisire sempre maggiore consapevolezza relativamente a questi fenomeni e saperne cogliere la ricchezza e le possibilità.

Ad una disamina approfondita dei meccanismi interiori, non è difficile rendersi conto che la mente tende ad imporre in modo "esclusivista" la propria dinamica

funzionale, fornendo la specifica immagine del reale che a lei è funzionale e congeniale. Tutto il resto viene scartato come inquietante e pericoloso, ma effettivamente tutto ciò è inquietante e pericoloso solo per lei, la mente, finché teme che ne diminuisca il ruolo e l'importanza.

La mente cerca di farci svalutare quello che proviene alla coscienza dai "luoghi" che la mente considera "inferiore", per esempio dall'istintualità o dall'affettività, così come tende a considerare inattendibile e non affidabile quanto proviene alla coscienza da ciò che è oltre la mente medesima, e che ci giunge sotto forma di intuizione, di immaginazione creativa, di ispirazione e di rivelazione. La mente tutto ricopre delle vesti da lei scelte, tutto traduce nel suo esclusivo linguaggio, tutto colora con le proprie tinte. La mente quindi, strumento principale del nostro essere uomini, diviene contestualmente il maggior ostacolo per coloro che aspirano e operano per una trasformazione della loro coscienza e per superare e trascendere la specifica condizione umana. La mente tende mille trappole, con la superbia del suo proprio meccanismo logico, induce a mille dubbi delegittimando ogni fonte di conoscenza al di fuori di lei, si allea con il vitale per indurre tutto l'ente umano verso il buio della depressione e della negatività.

Vorrei evidenziare questa caratteristica della mente, particolarmente nociva per il ricercatore di verità: quella di instillare continuamente dubbi ed incertezze. Basta ricordare un'esperienza banale che sicuramente ciascuno di noi ha fatto, magari in forme diverse ma identica nella sostanza. Quante volte, nel momento di andare a dormire vi chiedete se avete serrato la porta d'ingresso (o chiuso il rubinetto del gas) ? Vi rispondete che certamente l'avete fatto, che lo fate tutte le sere ecc... Però, fino a che non vi siete alzati e siete andati a controllare, la mente continua a martellarvi con quel dubbio. In certi casi, si instaura una dinamica che vi porta a controllare anche più volte. Su un terreno più importante, quante volte lasciamo cadere una intuizione per i dubbi sollevati dalla mente razionale? Questo meccanismo non è altro che uno strumento della mente per impedire il suo superamento, una resistenza alla trasformazione della coscienza mentale,

un'altra manifestazione dell'inerzia, della resistenza al cambiamento ed alla crescita. Occorre "vedere" ciò che dà i dubbi per trovare ciò che li toglie. Come sempre il lavoro, non facile, è principalmente quello di capire ed osservare il gioco perverso e di contrapporgli uno speculare meccanismo positivo e di luce. I dubbi infatti sono uno dei caratteristici strumenti di invasività e suggestione della mente, ma ciò non significa che i dubbi non siano utili. Il dubbio è anche esercizio per la discriminazione: occorre trovare un centro interiore di riferimento che colga le potenzialità mentali e che sappia nel contempo coglierne i limiti e limitarne lo strapotere. Per esempio il dubbio deve sempre essere presente quando pensiamo di aver raggiunto chissà quale verità e certezza, in modo da poterla superare e procedere oltre, ma va fugato il dubbio che ci prende spesso sull'inutilità di tutto ciò che facciamo. Avere coscienza di sapere di non sapere, eliminare coraggiosamente tutte le stampelle sono le basi indispensabili su cui fondare le proprie sperimentazioni, ma si piomba in una inerzia buia se si cede al dubbio sulle capacità e possibilità di poter "sapere". Occorre dunque imparare a distinguere l'"inflessione" o il "colore" del movimento energetico che sta dietro al dubbio. In altre parole occorre avere consapevolezza della direzione da cui provengono i pensieri, consapevolezza delle dinamiche che collegano i pensieri tra di loro, in modo da non divenire "servi" di ogni suggestione e pulsione, ma poter scegliere in piena libertà interiore ed esteriore tra i pensieri, le congetture, le idee, le teorie, i dubbi.

Nello stato ordinario di coscienza la mente è la maggior causa di separatezza, da strumento necessario per la consapevolezza dell'individualità ha esaltato e reso ipertrofica questa sua funzione. Perciò può facilmente essere controllata da parti psichiche scisse del nostro stesso essere, in altri termini diventa in ogni momento strumento di un qualche ego che la occupa e la possiede per alimentare sé stesso ed i propri specifici "interessi". Se, come si argomentava prima, il funzionamento della mente procede in modo duale e per separazione tra soggetto ed oggetto, ciò accade anche per la funzione volitiva collegata alla mente: la mente si identifica con le parti separate che si impongono di volta in volta come

soggetto separato che VUOLE, separato dall'oggetto e dall'azione di volere. Agli ego, la mente fornisce legittimità con le più plausibili motivazioni e i travestimenti più astuti. Se gli ego possono controllare la mente, in modo speculare, la mente è utile strumento mediatore che li sostiene ed alimenta. E' l'indefesso lavoro di identificazione del mentale l'ostacolo da superare. Ai pensieri, alle idee, alle opinioni viene fornita l'energia dal serbatoio energetico del vitale, ecco allora che ci affezioniamo alle immagini ed alle costruzioni mentali, soprattutto a quelle che appaiono le più accattivanti e positive. Per esempio è il mentale che subdolamente induce la parte vitale (affettiva ed emotiva) ad affezionarsi alle pratiche, al maestro, alla scuola oppure a coltivare aspettative strabilianti, oppure ad alternare depressione ( non è per me, non ci riuscirò mai) ad euforia (sono un realizzato, faccio esperienze super ecc...).

E' il mentale che alimenta ed è alimentato a sua volta dagli ego in una spirale che ci trascina nella falsità e nell'inganno.

Occorre qui chiarire, a costo di essere noioso e ripetitivo, un equivoco che grandi danni produce se si consente ad esso di allignare nella nostra mente e nel nostro cuore. Tutti limiti relativi alla mente che sono stati o saranno evidenziati non giustificano in nessun modo il trascurare di utilizzare appieno la propria mente. In altri termini, prima di studiare o sperimentare modi per superare la dimensione umana, occorre innanzitutto esperirla pienamente. Purtroppo sono diffusi il vezzo e la tendenza a confondere la dimensione prementale o submentale con quella sovramentale. Prima di tentare un qualunque tipo di operatività intesa al superamento della mente e dell'ego occorre avere pienamente sviluppato le potenzialità della mente ed avere un io pienamente sviluppato.

Senza piena consapevolezza dell'individualità siamo ad un livello preumano e non si può rinunciare o superare ciò che non si è raggiunto. Per quanto riguarda la mente, non occorre affatto annichirla, ma bensì purificarla, in modo da trasformarla in uno strumento utile e funzionale a ciò che vogliamo diventare, liberarla dalla presa degli ego perché sia mezzo di riunificazione e di crescita. Il lavoro di purificazione deve procedere contestualmente ed armonicamente anche sui piani fisico e

vitale, con la precisa consapevolezza che ad ogni piccola o grande realizzazione, intervengono continuamente forze contrarie: è la reazione al cambiamento prodotta dall'inerzia della materia e dell'ignoranza che nella mente si manifesta nei pensieri negativi e nei dubbi. La mente purificata consente di attivare una discriminazione oltre le preferenze e le convinzioni preconcepite quindi oltre le coazioni egoiche. Senza tale discriminazione, che nasce dal silenzio, dalla quiete e dall'imperturbabilità, non è facile sfuggire alle trappole del vitale, più permeabile all'opera dell'ego e del fisico in cui l'inerzia e l'ignoranza sono più intense e forti.

La mente non è qualcosa di omogeneo, un qualcosa dato e delimitato, a cui si contrappongono da un lato gli istinti submentali, e dall'altro le luci e le energie del sovramentale. Se così fosse non ci sarebbe speranza di cambiamento e trasformazione: ciascun umano sarebbe inscatolato, chiuso in una stanza inaccessibile dall'esterno e, soprattutto ermeticamente sigillata senza possibilità d'uscita. Le cose sono più complesse. La mente permea ogni aspetto dell'esistenza umana, si manifesta ed opera a tutti i livelli, più o meno velata, più o meno illuminata dalla Luce superiore, a seconda se si trova più o meno lontana dai piani superiori.

Esiste una mente del vitale, legata agli istinti, all'affettività, piena di energia fornita dalle pulsioni vitali e quindi da queste gestita, che a queste risponde ed a queste trova giustificazione e motivazioni esistenziali e razionali. Esiste anche, ad un livello ancora inferiore, una mente del corpo, degli organi e delle cellule, che funziona secondo la loro logica, legata all'inerzia della materia, all'abitudine. Dall'altro lato l'uomo può avere accesso a livelli più elevati della mente, che, pur con tutti i suoi limiti, consente capacità di astrazione e di comprensione: quell'intelletto che definisce l'uomo in quanto tale, ma che non tutti gli uomini sono in grado di attivare ed esercitare in tutta la sua potenza e capacità. Poi ci sono i livelli più elevati della mente, quei livelli che sono vicini alle zone alte di confine e quindi beneficiano dei riflessi di Luce dei piani superiori: la mente creativa degli artisti, che riesce a cogliere e trarre su questo piano l'armonia dei piani superiori, la mente intuitiva che coglie più di un bagliore di

conoscenza, dal piano della Conoscenza Supermentale, la mente mistica e realizzativa, che riesce ad abbeverarsi di Verità ed Amore, seppure ancora in modo ancora limitato ed imperfetto. E' su questi livelli elevati che possiamo poggiare i piedi per l'ultimo balzo. Superare la mente ed i suoi procedimenti non significa, come sempre, rifiutare, gettare via, disprezzare, ma tutto utilizzare per trascendere e trasformare. Persino la mente fisica del corpo e delle cellule può essere utilizzata per il lavoro di trasformazione e spiritualizzazione.

Il vitale più basso e, spesso, anche il fisico tendono a controbilanciare la mente, tirandola verso i piani che sono a loro più congeniali. Quindi le fantasie più incredibili che disperdono energie, i pensieri più cupi, intrisi di timori e di dubbi di ogni genere. Quando si parla di "purificare la mente" altro non si intende che volgerla verso la parte superiore, in cui le fantasticherie divengono invece immaginazioni positive e creative, i dubbi distruttivi e negativi si trasformano in pensieri consapevoli e positivi. L'energia del vitale viene liberata dai movimenti più bassi ed inconsapevoli e viene invece utilizzata per portare la mente verso i piani più elevati che si possano raggiungere nella condizione coscienziale umana. E' una condicio sine qua non per poter aspirare a raggiungere poi, con il lavoro interiore, piani di coscienza e di esistenza più elevati, obiettivo per realizzare il quale occorre ben di più della semplice volontà.

Occorre insegnare alla mente a starsene quieta. Realizzare una situazione di silenzio mentale, in cui cessa l'ininterrotto flusso di pensieri. Non per escludere in un qualche modo la mente, ma perché solo in un recipiente vuoto può entrare qualcosa, e la mente potrà essere colmata da ciò che proviene dai piani superiori. La mente dev'essere forzata, come un somarello riottoso, affinché perda un poco della propria superbia, riconosca i propri limiti, si ritiri per lasciar spazio all'intuizione, all'immaginazione creativa, strumenti più consoni alla discesa di ciò che è oltre e sopra la mente. Occorre convincerla, come un bambino riottoso ed un po' testardo, che la sua funzione non viene svilita, né diminuita, ma anzi è esaltata in un contesto di crescita coscienziale. Se qualcosa giunge dal piano superiore alla mente, essa non ne verrà

oscurata o abbagliata, ma potrà tradurre ciò che viene ricevuto così che sia un dono per altri. Sarebbe importante ritrovare nella propria mente quella di un bambino, al di là dell'età anagrafica, una mente flessibile ed aperta, non ancora sclerotizzata dalla rigidità delle abitudini e dei pregiudizi, non ancora inquinata da una cultura ed una educazione che vogliono solo regolarizzare, normalizzare e rendere "conformi". Una mente da bambino può essere ritrovata in chiunque.



Avere il controllo della propria mente e non lasciarla al dominio ed alle lotte delle parti scisse è di fondamentale importanza anche alla luce del fatto che il pensare è una vera e propria funzione creativa dell'uomo. Nella mente vengono prodotte e create le forme pensiero. Spesso i pensieri sono ricorrenti e vanno a rafforzare e far crescere le forme pensiero già create. Queste entità spesso sono alimentate ed energizzate dalla forza dei sentimenti a cui sono associate, specialmente quando esprimono desideri. Queste forme pensiero sono vere e proprie entità che vivono sul loro piano una vita che diventa autonoma dal loro creatore e spesso provocano i loro effetti anche a distanza di tempo, quando volontà e desideri di chi le ha fatte nascere, sono cambiati. In questo quadro i nostri pensieri sono da un lato calamite per pensieri simili e dall'altro alimento per forme pensiero; risulta evidente quanta importanza rivesta la consapevolezza nella nostra opera di creazione di queste entità e nella determinazione degli accadimenti, che falsamente appaiono completamente svincolati dalla nostra volontà e dai nostri desideri. Nella produzione delle forme pensiero l'uomo esercita un'attività creatrice nella maggioranza dei casi assolutamente inconsapevole. In modo del tutto analogo la maggioranza degli umani non è consapevole tra le forme pensiero create e quelle che riceve "dall'esterno", al proposito occorre rilevare che il piano mentale è abitato da entità che, seppur create anche dall'attività mentale degli umani, acquistano una propria vita ed attività autonome, per cui occorre quindi porre molta attenzione alla positività del pensiero ed agli errori della mente.



Anche nella scienza moderna è apparsa una teoria che considera la mente non "allocata", ma diffusa ovunque nell'universo, quindi non funzione posta nel cervello, che risulta come un "apparecchio ricevente", in modo del tutto analogo a quello dell'apparecchio radio. Se la mente non è allocata nel cervello e non è funzione del medesimo, non è quindi epifenomeno della materia, come da sempre sostengono coloro che hanno sperimentato la realtà sovra materiale.

In una visione integrale si può andare oltre e dire che la mente e la materia possono essere considerate diverse manifestazioni dell'energia, diverse vibrazioni, così come diverse vibrazioni e diversa "densità" acquisisce l'energia nei sentimenti e nelle sensazioni rispetto alla mente.

In una visione integrale anche la mente trova il suo giusto posto, la sua importanza, inserita in modo armonico nel Tutto di cui fa parte. In un Tutto in cui nessuna rappresentazione è esclusiva, ma tutte servono, in cui nulla è contrapposto ma in cui ciascun strumento serve a comporre la sinfonia universale.

## **Il Tesoro dei Mistici. Saint-Martin E S.Teresa Di Lisieux, un Confronto**

### **Lux Increata**



Il presente lavoro si propone di indagare, con spirito critico ma non polemico, le eventuali similitudini tra il percorso mistico del noto esoterista e filosofo Louis Claude de Saint Martin e della santa carmelitana Teresa di Lisieux, al secolo Thèrese Martin. Il contributo non si prefigge di essere esaustivo, dato lo spazio consentito.

Finalità dichiarata dell'intervento è dimostrare come il fenomeno mistico sia un filo rosso che percorre più trame, dalla filosofia alla religione: un esperito trasversale e comune, ricco di assonanze, foriero di numerosi insegnamenti, vero testimone del Divino.

Laico l'uno, religiosa l'altra, parrebbero avere in comune solo la nazionalità francese e l'ascesi... ma è davvero così? Solo questi fattori li accomunano, o c'è ben altro?

#### **SAINT-MARTIN, FILOSOFO ILLUMINISTA E ILLUMINATO**

L.C. de Saint Martin visse nel secolo dei Lumi ( 1743-1803) .Come Lavater illuminista e «illuminato», la figura di Saint-Martin riveste un'importanza assai particolare nella linguistica e nella storia della letteratura francese. La sua estesa opera filosofica si è esercitata soprattutto su Balzac ("Les lys dans la vallée"), su Hugo e prima ancora su Joseph de Maistre. Secondo uno dei suoi massimi studiosi, Robert Amadou, il "filosofo sconosciuto" era noto tramite l'opera di Sainte Beuve in modo incompleto fino a tempi piuttosto recenti.

Nella prima parte della sua vita, Saint Martin aveva seguito gli insegnamenti teurgici di Martinez de Pasqually, fondatore dell'Ordine degli Eletti Cohen, di cui era diventato anche segretario personale. Dopo avere conosciuto Jane Lead, si avvicinò all'opera di Jacob Bohme, "il ciabattino mistico", contribuendo a far rifiorire gli studi sul noto mistico nella Germania che gli aveva dato i natali e che tanto lo aveva perseguitato.

Riguardo al misticismo quale era stato presentato e praticato da Swedemborg o dai quietisti, Saint-Martin aveva sempre opposto una certa diffidenza: rigettava la *noluntas* del misticismo tradizionale in seguito adottata da Schopenhauer e rifiutata da Nietzsche. Cristo è per Saint-Martin un celebratore della *voluntas*: l'agire, nel filosofo francese, assume una dimensione importante, contraria alla passività predicata in quel periodo.



Il linguaggio spirituale di Saint-Martin assomiglia di più a quello degli antichi che a quello dei contemporanei, troppo razionalisti o troppo sentimentali: egli è vicino allo pseudo-Dionigi l'Areopagita, a Ildegarda di Bingen, a Giovanni Scoto

Eriugena, a Ugolino di Orvieto, senza naturalmente dimenticare i prediletti Böhme e Swedemborg. Tutte figure, costantemente ai limiti dell'ortodossia, e per questo incomprese a lungo.

Rispetto a molti esoteristi passati e a lui contemporanei, il pensiero del Philosophe Inconnu si connota per il forte richiamo alla preghiera in una dimensione mistica, la cui progressione graduale è scandita da diverse trasformazioni animiche. Il tempio eletto per operazioni di profonda purificazione interiore è il cuore dell'iniziato, dell'uomo di desiderio che anela alla comunione con il Divino, fino a ridivenire egli stesso il perduto Adamo. Egli propone la via del cuore, l'insegnamento del Portico, a carattere mistico, l'aspetto divulgabile della conoscenza esoterica un tempo custodita dagli ordini cavallereschi, dai primi Padri della Chiesa, da cerchie ristrette di monaci al limite dell'ortodossia, come gli Spirituali Francescani ..

#### L'UOMO DI DESIDERIO

Per Saint Martin, è necessario che colui che vuole penetrare il Mistero avverta un profondo desiderio di luce. Solo tale condizione spingerebbe l'adepto in questa direzione, sì da fargli superare tutti gli ostacoli che incontrerà durante l'ascesi, non ultime le lusinghe diaboliche del meraviglioso, del delirio di onnipotenza, che potrebbero portargli via il senno.

Saint-Martin propugna, dunque, una via iniziatica secondo la tradizione classica, da maestro ad allievo, in cui quest'ultimo è

destinato ad appropriarsi del vero Maestro, quello Interiore: il proprio Sé, identificabile nel Cristo interiore.

Le opere capitali che descrivono la dottrina martinista sono "l'Homme de désir" (1790), "Ecce Homo" e "Le Nouvel Homme" (entrambi, 1792).

Nell'"Homme de désir", Saint-Martin esorta a lasciarsi animare dal desiderio di Dio, ad abbandonare la condizione di «uomo di dolore» o, per lo meno, a tentare di mettersi in cammino verso il recupero di un'umanità edenica, di una condizione creaturale quale quella pensata dal Divino come erede delle sue virtù e potenze e posta al centro della Natura con poteri su di essa. Le Philosophe Inconnue ritiene che lo Spirito sia diffuso e che farne esperienza sia possibile anche in questa vita terrena, se lo si desidera fortemente: di questo Spirito egli dice che si trova in un mondo superiore, "fluido semplice e fisso, principio e sorgente di tutti i movimenti e portante ovunque la pienezza della vita"..

Infatti, nonostante la caduta dell'uomo una scintilla divina si sarebbe conservata all'interno dell'essere umano: si tratta della "sinderesi", la particola di sostanza divina in cui credevano Dionigi Aeropagita, San Massimo il Confessore, e i Padri neoplatonici in generale. Questa scintilla, che poi Eckart chiamò "il fondo dell'anima" e Teresa d'Avila "il centro dell'anima", è il viatico della vita eterna, che splende in segreto: è qui che nasce il pensiero delle cose di Dio, la possibilità di concepirlo e contemplarlo. Per l'esoterista francese è indispensabile un iter di conoscenza del Sé che riconosca la sacralità della Vita, principio di tutte le cose..

Il ripristino della propria integrità antropologica è l'unica fonte di salvezza, non solo per l'individuo ma per la collettività. In questo primo scritto Saint Martin invita il lettore a volgere uno sguardo nuovo sul cosmo e contemporaneamente a rianimare la propria scintilla divina: "l'intero sforzo della Natura è, infatti, volto a colmare l'abisso e a sotterrare l'iniquità sotto le acque" L'anima umana, in analogia con l'anima del mondo, "può elevarsi come i vulcani al di sopra di questi abissi e navigare nelle regioni pure dell'atmosfera"..

#### L'IMITAZIONE DI CRISTO

Ciò può avvenire solo attraverso l'imitazione del Figlio di Dio e, cioè, attraverso l'accettazione della sofferenza, di avvicinamento a Dio stesso, alla sua carità e misericordia.

Dunque, "due le parole scritte sull'albero della vita: spada e amore"

La vita contemplativa è pensata in sintonia con la natura, unita all'intervento caritatevole e solidaristico nel mondo, con l'impegno costante di pregare incessantemente, implorando l'aiuto del Signore e dello Spirito Santo.

In "Ecce Homo", Saint-Martin si persuase che la reintegrazione nel Divino fosse auspicabile soltanto per la via «interna» e mette in guardia l'adepto da illusioni, allucinazioni, fenomeni particolari: l'unico Mediatore è il Cristo.

L'uomo, come "pensiero di Dio" e non come "pensée Dieu", soltanto in Lui può conoscersi e riconoscersi: questo secondo scritto, una sorta di secondo grado iniziatico mistico, avverte l'adepto entusiasta delle possibili degenerazioni verso cui potrebbe essere indotto.

Come nella mistica tradizionale, l'insegnamento mira a stemperare l'avidità di manifestazioni soprannaturali, che possono essere anche ingannevoli; l'autore invita alla semplicità e all'umiltà, e propugna una forte contemplazione del mondo naturale.

Nel "Le Nouvelle Homme", di cui temeva gli esiti, Saint Martin completa la sua docetica: secondo R. Amadou, si tratta del più grande testo dell'esoterismo cristiano. L'autore auspica una radicale conversione, tale che conduca l'uomo di desiderio alla reintegrazione della sua primigenia natura umana. L'uomo di desiderio, una volta riscoperto l'Uomo per eccellenza, dovrebbe semplicemente applicarsi alla contemplazione e alla preghiera, lasciando che la Sapienza divina provochi in lui la trasformazione in uomo dello spirito, in "cristificato" o "deificato". Egli dovrebbe cioè acconsentire a lasciarsi essere o divenire Cristo, come coraggiosamente gli antichi Padri greci insegnavano nei loro monasteri.

Le Philosophe Inconnu, dopo aver indicato la strada maestra esorta ora il novizio a liberare il Verbo divino che è vita e attività e lasciare che si impossessi di tutta la sua

esistenza. Egli sostiene che ciò avviene aprendosi all'azione vivificante dello Spirito Santo, attraverso un processo di morte e rinascita molto doloroso.

L'anima visitata da Dio – sostiene Saint-Martin - si contraddistingue per la gioia e l'allegria e per la compassione esercitata verso il prossimo. Ma per arrivare a questo punto, dovranno essere vinte la paura, la pigrizia, l'ira, l'impazienza.

Maestro sapiente, Saint-Martin prospetta una strada ardua di purificazione alla ricerca delle proprie potenzialità: Saint-Martin fu dunque considerato, e lo è ancora, come un mistico puro che trasmette attraverso il verbo l'iniziazione, non essendo il rito che un modo accessorio di trasmissione. Pregare, è «Verbare», «Verbare» è iniziarsi. Iniziarsi è sia far entrare Dio nel proprio Cuore, che entrare nel cuore di Dio..

THERESE MARTIN, POI SANTA TERESA DI LISIEUX



Non è morta che da un mese, che già la acclamano santa. Il 30 settembre 1898, cioè a un anno esatto dalla morte di Teresa, compare la "Storia di un'anima", il testo per cui sarà dichiarata Dottore della Chiesa, che andrà

letteralmente a ruba. L'autobiografia spirituale della piccola suora viene tradotta velocemente in tutto il mondo e in quattro anni le sue immagini e i suoi scritti si diffondono in tutte e cinque i continenti.

In piena epoca positivista, molti anni dopo la scomparsa del Philosophe Inconnu, che certamente non conosceva, la Chiesa cattolica è costretta, in tutta fretta, ad aprire un processo per beatificazione e canonizzazione.

Si tratta di una monaca carmelitana semplice che, secondo una prima versione, pur amando molto leggere, non voleva aprire altri libri oltre le Scritture: eppure, la sua sapienza è stata tale da meritare le più alte vette della spiritualità moderna, da stupire generazioni di teologi e conquistare brillanti menti filosofiche o personalità di alta caratura intellettuale e diversa confessione religiosa.

Nata il 2 gennaio 1873 ad Alençon, muore di tubercolosi a Lisieux il 30 settembre

1897, all'età di ventiquattro anni. E' l'ultimo Dottore della Chiesa designato dalla Chiesa moderna: il dottorato più vicino a noi contemporanei è il suo.

Nota ai più come mistica dalla spiritualità ingenua o quasi infantile, in realtà "la santa delle rose" rappresenta uno dei vertici massimi del misticismo e della riflessione teologica. Una volta epurati dalle manipolazioni fatte dalla sorella, priora del convento di Lisieux, gli scritti autobiografici di Teresa rivelano una profondità e una modernità eccezionali. Teresa di Lisieux, ben lungi dall'essere una ragazzetta smielata e infantile, si ribellò al soffocante clima giansenista che avvolgeva la Francia con la sua vivacità intellettuale: lesse molto di più di quanto inizialmente fu detto di lei, si interessò di arte, teatro, pittura; non lesinò critiche al Magistero, desiderò il sacerdozio, l'emancipazione femminile, la missionarietà; dubitò della fede, ebbe tentazioni atee e materialistiche.

Patrona dei missionari dal 1927, dal 1944 assieme a Giovanna d'Arco, è considerata anche patrona di Francia.

Dal 19 ottobre 1997 è il 32° Dottore della Chiesa e la terza donna a ricevere questo riconoscimento dopo Teresa d'Avila e Santa Caterina da Siena, entrambe dichiarate dottore della Chiesa da Paolo VI nel 1970.

#### LA MISSIONE E LA DOTTRINA DI TERESA: LA PICCOLA VIA

Scrivo un sito cattolico: "Per l'asceta la perfezione consiste nel "fare la volontà di Dio", secondo Teresa invece è "Essere ciò che Lui vuole che noi siamo" e afferma: «voglio impegnarmi a fare con il più grande abbandono la volontà di Dio» e ancora "Teresa ha fatto una scoperta sconvolgente: «perché l'Amore sia soddisfatto occorre che si abbassi fino al niente e che trasformi questo niente in fuoco». Per questo vuole abbassarsi fino al nulla ossia ridursi a niente per dare spazio alla Misericordia, per farle compiere tutto il cammino"...

Abbandono attivo e volenteroso, l'azione come gloria di Dio amorevole e misericordioso: fortemente chiamata e vocata alla santità che desiderava ardentemente, Teresa s'immerse nelle più dure contemplazioni fin da piccola.

Negli scritti di Teresa si coglie prima di tutto un carisma sapienziale, frutto dello Spirito Santo, quella "scienza dell'amore" che Teresa ha imparato dal "Dottore dei Dottori", Gesù, e che essa è riuscita a comunicare anche con la precocità della sua giovane età; una dottrina che, come ella ha intuito, sarebbe diventata un messaggio universale.

Per Teresa di Lisieux l'Amore con la "A" maiuscola, l'Amore divino, è lo scopo dell'esistenza capace di portare alla compassione, effetto dell'Amore divino.

Non è vero amore se non quello che nasce dal cuore stesso di Dio e che da Lui

promana, tanto che ogni amore umano può solo trasferire e protrarre in terra ciò che ha attinto dall'alto: Teresa ne è sicura.

La "piccola via" consiste nello sprigionare il dinamismo della speranza attraverso la dinamica di una fiducia totale, per poter giungere al termine del cammino per così dire a mani vuote: nonostante la creatura si sia impegnata a eseguire e coltivare tutte le opere dell'Amore, che è Dio stesso, le mani devono essere colmate solo dalle opere e dai meriti di Dio.

Teresa intraprende un cammino di spoliatura interiore in linea con tutti gli insegnamenti dei più grandi mistici, ma lo declina in un modo estremamente personale e moderno, un'assoluta novità: propone il ritorno ad un'infanzia spirituale, piena di fiducia verso Dio Padre e, soprattutto, verso Gesù Cristo, cui si uniforma nella sopportazione della sofferenza ma anche nell'estrema carità.

Facendosi bambina, Teresa lascia agire in lei la fonte santificante della Grazia: la "via breve" consiste nell'essere presa tra le braccia di Gesù Cristo. Parrebbe una banale mistica sponsale come tante, ma non lo è: una volta con Cristo, si è in Cristo, si è Cristo. All'umano spetta muovere il primo passo, in totale fiducia; la Misericordia farà il resto, in un movimento discendente verso colui che è affamato d'Amore.

La piccola monaca va oltre: svuotata di tutto, riceve se stessa in dono dal Padre. Si sente un nulla e in Dio diventa tutto.

La creatura, bambina in umiltà e purezza, deve ricercare continuamente il luogo appropriato alla Misericordia e collocarsi là dove la Misericordia possa esprimere tutta

la sua pienezza. Per Teresa il Divino è qui e ora: non ci sono lunghi tempi da attendere, terribili mortificazioni e privazioni da autoimporsi, se non l'accettazione della propria sofferenza umana di essere bisognoso e ansioso di dare e ricevere amore.

Dio è qui ed ora, ed è naturale chinarsi verso i piccoli e i bisognosi, per Lui. Dio non è un Altro inarrivabile, inattingibile.

La creatura è tanto più se stessa quanto più comprende il proprio "nulla" ossia la propria povertà, la propria piccolezza e sente nel cuore infinito desiderio di Dio.

Tuttavia, solo Cristo ci può purificare: solo Lui è il Mediatore, ma l'Amore cui è predisposto per natura fa sì che la Grazia non sia una sorgente inaccessibile.

Le ultime parole che Teresa pronunciò sulla terra, guardando il suo Crocifisso pochi istanti prima di spirare, furono: «Oh, io l'amo! Mio Dio... io vi amo...». Parole d'amore in una morte d'amore.

In un periodo in cui il giansenismo in Francia terrorizzava la popolazione con le sue minacce sull'Inferno incombente, una giovane monaca si ribellò gridando che il peccato non doveva essere un'ossessione.

La fortuna critica e la popolarità della "Santa delle rose" non è quantificabile; su di lei sono stati scritti saggi di vario tipo, teologici come psicoanalitici, filosofici e storico-sociali. La sua figura è stata inizialmente mistificata, ma ora i suoi testi sono integri e ciò che emerge è una donna combattiva che con modernità desiderò la santità, e l'ottenne, perché la presentava.

Una intuizione che poteva sembrare una pretesa o un sogno, ma che la diffusione della sua dottrina nel mondo intero ha confermato ed autenticato.

## CONFRONTO E CONCLUSIONI

Saint Martin e Teresa di Lisieux hanno certamente dei punti di contatto, sebbene le premesse sembrano incredibilmente diverse, tanto quanto la loro formazione spirituale ed intellettuale. (anche se quella della santa non è ancora del tutto chiara)

Si evidenzia, innanzitutto, in entrambi come il desiderio di Dio e la purificazione siano assolutamente necessari per intraprendere il sentiero ascetico: il punto di partenza è la *voluntas*.

Questa ardente volontà ha un destino diverso nei due mistici: per il primo è finalizzata alla riscoperta della scintilla divina, per la seconda è propedeutica all'annichilimento nell'infanzia spirituale. Al contrario, per Saint Martin la riscoperta dell'origine divina dovrebbe condurre ad una novella consapevolezza antropologica.

Mentre il filosofo si interroga sul mistero del mondo naturale, la mistica che ama meditare sul tramonto e nei prati si pone maggiormente domande sull'essere umano, arrivando a conclusioni apparentemente sentimentaleggianti ma di una certa logica: poiché Dio è Amore e per amore ci ha creati, l'essere umano deve dare e ricevere amore.

Saint Martin non avrebbe fatto la medesima affermazione, occupandosi di categorie eminentemente metafisiche e ontologiche, ma asserisce che la Natura colmerà l'abisso: in un modo più sofisticato, il grande esoterista arriva a formulare l'idea di un uomo-dio decaduto salvato dall'amore del Cristo, vero Uomo, unico Mediatore, modello cui tendere. Poiché in Dio riconosce le qualità della misericordia, Saint Martin si affida allo Spirito Santo e alla Sapienza-Grazia per completare il percorso spirituale dell'uomo ricordatosi della sua vera origine.

Entrambi pensano ad una discesa del Divino nel mistico, che però, in un certo senso, è già potenzialmente presente nella propria anima. In Saint Martin, tuttavia, bisogna sottolineare che si avverte una maggiore attenzione al percorso di spoliamento: se per Teresa all'umano spettano i primi incerti e bambini passi, per il letterato e linguista esoterista una buona metà dell'ascesi dipende dall'iniziato..

Per Saint Martin insomma, il sentiero mistico è un incedere verso il Divino; Teresa al contrario fa un passo indietro, in cui la discesa del Divino riveste una parte importantissima.

Teresa di Lisieux indica nell'infanzia spirituale il modo più immediato di attirare il Cristo salvifico, con cui si fonde: da quel momento diviene come Dio, si potrebbe dire che fluisce in Lui. In teologia si direbbe che ella aspiri ad una "deificazione" secondo natura, e ciò che pensa di diventare è chiaro: Amore infinito. Non mira alla primigenia sapienza adamitica, ma al Dio-Padre nella sua massima accezione: la

Misericordia pensata come l'infinito e sommo Bene.

Entrambi i mistici agiscono caritatevolmente, intuendo nella carità un veicolo di compressione dell'ego. L'Uomo Nuovo di Saint Martin, che forse ha faticato più della "bambina" Therese in cerca della Grazia da conquistare, si aspetta di essere abitato dal Divino, fino a divenirne strumento e a irradiare compassione.

La compassione, l'Amore infinito: il percorso è certamente diverso, ma partenza ed arrivo sono più o meno gli stessi.

Il misticismo è un mistero che travalica religioni, filosofie, orientamenti politici, genere e censo: è il fattore umano a renderlo esperibile, o la divina Sapienza? O forse, entrambi?

Colui che si avvicina allo studio del misticismo sappia dunque che troverà piccole perle ovunque, nascoste nelle cose più ordinarie e in quelle più straordinarie; e, per campanilismo o cecità, non trascuri di guardarsi bene in fondo alle tasche o meglio, nel centro dell'anima.

Ecco svelato il vero tesoro dei mistici: la coscienza dell'anima e delle sue facoltà soprannaturali.

## La Mente nella Scuola Samaeliana Luigi Paoro



Elementi della dottrina del Maestro Samael Aun Weor sulla mente.

### INTRODUZIONE



«[...] La mente imbottigliata nel conosciuto mai potrà sperimentare lo sconosciuto, il reale, il vero. Solamente rompendo la bottiglia del tempo mediante la

corretta meditazione potremo sperimentare l'eterno, l'atemporale, il reale» (Samael Aun Weor).

Nel contesto della dottrina samaeliana, il termine *mente* viene a volte utilizzato con un significato generico e convenzionale, altre volte viene utilizzato attribuendogli un significato più specifico, maggiormente contestualizzato in una struttura di significati che ci proporremo di precisare in questo scritto.

Presenteremo quindi una serie di definizioni semantiche per meglio tracciare quei contorni dottrinali all'interno dei quali collocare in seguito una pratica esoterica indirizzata al lavoro sulla *mente*.

### LA DIMENSIONE MENTALE

Secondo l'insegnamento gnostico samaeliano, tutto l'universo e quanto di esso fa parte è immerso in uno spazio multidimensionale che ha componenti nelle tre dimensioni fisiche, in quella temporale e anche in altre dimensioni più sottili, di cui abbiamo difficoltà a intuirne natura, ma che tuttavia sono presenti anche in noi esseri umani. Cambiando il punto di vista possiamo dire che noi esseri umani abbiamo una componente sul piano fisico che costituisce il nostro corpo fisico, ma abbiamo anche altre componenti su piani più sottili, che analogamente costituiscono i nostri corpi sottili.

Sotto il profilo matematico, ogni dimensione definisce uno spazio (o piano dimensionale) e possiamo dire che ogni dimensione è un mondo a sé. Una delle molteplici dimensioni dell'universo è quella che definisce proprio

lo spazio della *mente*, detto anche mondo mentale.

La *mente* dell'uomo è esattamente la sezione dell'uomo che risiede nel piano dimensionale mentale. Tale piano dimensionale corrisponde, nella *kabbalah* ebraica, al *sephiroth* Netzach: «*Netzach* è il mondo mentale, la *mente cosmica*, la *mente dell'essere umano*»<sup>[1]</sup>.

### IL CORPO MENTALE

Abbiamo detto che la *mente* dell'uomo è la sua componente nel mondo mentale, o, in altre parole, la *mente* è il veicolo di interazione dell'uomo con il piano dimensionale mentale, vale a dire - in analogia con il corpo fisico per la dimensione fisica - il suo corpo mentale.

Specifichiamo che nell'uomo comune il corpo mentale è di tipo basilare, grossolano, protoplasmatico, posseduto dagli uomini come dagli animali, pertanto definito come corpo mentale animale o *lunare*.

Il corpo mentale animale possiede diverse facoltà di cognizione. Una delle facoltà prerogativa del corpo mentale animale degli uomini e che manca in quello degli animali, è l'*intelletto*. L'*intelletto* è la facoltà della *mente* di ricevere informazioni dai sensi, elaborarle e restituire un risultato. Il processo di elaborazione dell'*intelletto* è basato sul *ragionamento* che si costruisce sull'opinione, sul confronto, sulla lotta dei concetti antitetici e sulla scelta concettuale.

Quando, nel duellare dei concetti antitetici, la *mente* si trasforma in un campo di battaglia e l'intendimento viene frazionato, allora essa non è più utilizzabile dall'Essere, ossia la monade divina in noi, e pertanto viene usata e strumentalizzata dall'*io*, ossia i nostri aggregati psicologici. Il corpo mentale animale strumentalizzato dall'*io* è quindi reso deforme dal *ragionamento* che ne lacera le delicate membra trasformandolo in un mostro incatenato alle passioni e alle percezioni sensoriali del mondo esteriore.

Questo corpo grossolano e deforme è di fatto la *mente* egoica, ed è proprio questa *mente* che diviene la tana dell'*io*.



### LE TRE MENTI

A seconda della modalità di funzionamento della *mente*, nella dottrina samaeliana vengono definite tre categorie di *mente*: la *mente sensoriale*, la *mente intermedia* e la *mente interiore*.

La *mente sensoriale* elabora i concetti di base con i dati apportati dai cinque sensi e con questi concetti forma i suoi ragionamenti. In altre parole, la *mente sensoriale* è la *mente* nella sola funzionalità intellettuale di base. Dato che essa ha come uniche molle delle sue attività i dati apportati esclusivamente dai cinque sensi, tale *mente* non ha accesso a ciò che sfugge al circolo vizioso delle percezioni sensoriali esterne. La *mente sensoriale*, quindi, essendo basata su dati limitati nella loro varietà risulta essa stessa limitata.

La *mente intermedia* è la *mente* nella sua funzionalità intellettuale capace di basare i suoi ragionamenti anche su concetti astratti precedentemente formati quali, in particolare, le credenze, le ideologie e le opinioni. In particolare le credenze politiche e religiose tipicamente nascono dalla *mente intermedia* e *sensoriale* e attengono ad esse. I limiti della *mente intermedia* sono quindi molto simili a quelli della *mente sensoriale* in quanto essa, nella sua attività, elabora solo i dati provenienti dalle credenze e ideologie politiche e religiose, non attingendo quindi a risorse che non siano auto-referenti.

La *mente interiore* è la *mente* nella sua facoltà cognitiva che riceve ed elabora i dati provenienti dall'Essere. I dati che l'Essere porta alla *mente interiore*, li acquisisce attraverso il cosiddetto *senso istintivo della percezione delle verità cosmiche*, che è una facoltà cognitiva propria dell'Essere stesso che consente di attingere liberamente alle informazioni sulle verità trascendentali. Un'altra facoltà dell'Essere che porta i dati alla *mente interiore* è l'*intuizione*, la quale estende il *senso istintivo della percezione delle verità cosmiche* consentendo di ottenere anche informazioni più generali o legate a fattori contingenti, come, ad esempio, l'esito futuro di un evento in essere o le sue cause. La *mente interiore* è dunque il veicolo attraverso il quale l'*intuizione* riesce a manifestarsi sul piano mentale. Ricevendo i dati dall'Essere che di per sé non ha limiti di percezione, la *mente interiore* accede a risorse illimitate e non auto-referenti.

<sup>1</sup> Samael Aun Weor, *Tarocchi e Cabala*.

## IMMAGINAZIONE, ISPIRAZIONE E INTUIZIONE

Purtroppo, nell'uomo comune, la *mente interiore* è quasi completamente atrofizzata, incapace, quindi, di attingere alle informazioni intuitive dell'Essere. Pertanto, il risveglio di questa facoltà diviene una delle tappe fondamentali del percorso iniziatico. Tale risveglio può essere compiuto solo attraverso un percorso didattico basato su delle tecniche che cerchino di stimolare il processo intuitivo.

Il processo che porta all'*intuizione* poggia su tre gradini successivi: *immaginazione*, *ispirazione* ed infine *intuizione*.

L'*immaginazione* è la facoltà di cognizione capace di percepire le immagini che si formano nel *centro percettivo delle sensazioni*.

Quando l'*immaginazione* diventa percezione delle immagini proiettate dalle sensazioni dell'*io*, allora parliamo di *immaginazione meccanica*, altrimenti detta *fantasia*. Queste proiezioni fantastiche sono la rappresentazione del nostro paese psicologico.

Per poter essere in grado di percepire sotto forma di immagini le sensazioni dell'Essere, ed essere quindi in grado di discriminare tra la *fantasia* e la vera *immaginazione*, risulta indispensabile esercitare l'*immaginazione intenzionale* o *cosciente*. Lo sviluppo dell'*immaginazione cosciente* raffina la capacità percettiva delle immagini che vengono alla *mente* e di distinguerne la natura; questa capacità prende il nome di *discernimento*. Grazie al *discernimento* si sviluppa nel tempo l'attitudine a captare le immagini trascendentali provenienti dai sensi dell'Essere. Questa facoltà cognitiva è chiamata *chiaroveggenza*.

Nel percorso intuitivo, l'*ispirazione* è il gradino successivo all'*immaginazione* e consiste nella facoltà di trascendere l'immagine percepita in sé per catturarne il significato interiore. L'*ispirazione* si esprime come una emozione che valorizza l'esperienza cognitiva.

Dall'*immaginazione*, passando per l'*ispirazione*, si giunge quindi all'*intuizione*,

ossia la ricezione nella *mente interiore* della realtà ultima spirituale propria dell'oggetto dell'esperienza cognitiva.

## IL CORPO MENTALE SOLARE

Finora abbiamo circoscritto il discorso intorno al corpo mentale *lunare*, ossia della *mente* grossolana, animale, che possiede diverse facoltà, alcune abusate e altre atrofizzate. Pur considerando la *mente* al massimo delle sue potenzialità, sempre rimarrà relegata alla sua natura grossolana di base, o, ponendo la questione da un altro punto di vista, essa potrà agire sempre e solo su di un piano mentale inferiore.

Attuando quello che nella scuola samaeliana è chiamato il *fattore della nascita*, è possibile costruire, attraverso un consapevole lavoro di trasformazione delle energie sottili, un veicolo mentale più raffinato, che soppianti quello lunare. Tale veicolo è denominato corpo mentale *solare* e consente di agire coscientemente su un piano mentale superiore. Tale corpo raffina le facoltà grossolane del corpo mentale lunare e le amplia, consentendo un pieno dominio della *mente* stessa e permettendo all'Essere di potersi manifestare nella sua completa pienezza.

La costruzione del corpo mentale *solare* è un'altra delle tappe fondamentali del lungo e complesso cammino iniziatico e può essere attuata solo dedicandosi con impegno al lavoro gnostico. Questo lavoro viene compiuto grazie agli strumenti dati dalla dottrina stessa ed insegnati in un contesto didattico.

## LA PRATICA DELLA ROSA

Come abbiamo precedentemente detto, nell'ambito del cammino iniziatico risulta essere particolarmente importante risvegliare la *mente interiore*, e questo può essere stimolato esercitando l'*immaginazione cosciente*.

Qui di seguito riportiamo le parole del V.M. Samael Aun Weor in merito alla cosiddetta "pratica della rosa", che è una delle





pratiche più note ed efficaci indirizzate allo sviluppo dell'*immaginazione*.

*«Seduti su una comoda sedia, il corpo ben rilassato, o sdraiati sul letto e con la testa verso nord dovete immaginare qualcosa, il seme di una pianta di rose, per esempio. Immaginiamo che questo sia stato seminato accuratamente in una terra nera e fertile. Immaginiamo poi di innaffiarlo con l'acqua pura di vita, e continuando questo processo immaginativo, trascendentale e trascendente al tempo stesso, visualizziamone il processo di crescita: come spuntano i germogli sul gambo, come si sviluppano meravigliosamente, come da quel gambo nascono i germogli e come quei rami a loro volta si coprano completamente di foglie, come appaia un bocciolo che poi si apre completamente: è la rosa.*

*In stato di manteia [2], come direbbero gli iniziati di Eleusi e parlando "alla greca", cerchiamo di percepire addirittura il profumo che i petali rossi o bianchi della bellissima rosa emanano.*

*La seconda parte del lavoro immaginativo consisterà nel visualizzare il processo della morte di tutte le cose. Possiamo immaginare come quei petali odorosi cadano a poco a poco appassiti, come quei rami, che un tempo erano forti, si trasformino dopo un certo tempo in un mucchio di legna e alla fine arrivi la tempesta e il vento che trascinano via tutte le foglie e tutti i pezzi di legno».*

Questo esercizio, che richiede pochi minuti di impegno, va praticato tutti i giorni, assiduamente. Sceglietevi un momento della giornata in cui farlo e prendetelo come appuntamento fisso. Col tempo le immagini appariranno sempre più concrete nella vostra *mente* e piano piano esse vi permetteranno di andare oltre la *mente sensoriale* ed aprire quella *interiore*.

#### **BIBLIOGRAFIA**

Samael Aun Weor, *Tarocchi e cabala*, edizione privata.

Samael Aun Weor, *L'educazione fondamentale*, edizione privata.

Samael Aun Weor, materiale didattico tratto dalle conferenze pubbliche.

---

<sup>2</sup>In greco μαντεία (mantéia) significa "divinazione".