SAMAEL AUN WEOR

Introduzione alla Gnosi

PRIMO GRADO DI INTRODUZIONE ALLA GNOSI

Questo è il grado di introduzione agli studi filosofici gnostici o gradi esterni della Gnosi.

È naturale che tutti gli studenti comincino con questo grado e poi continuino, successivamente, con i gradi primo, secondo, terzo, ecc.

Si deve tenere ben presente che questi non sono i gradi esoterici gnostici. I gradi esoterici gnostici li riceve lo studente quando è preparato a riceverli. I gradi esoterici, che sono gli autentici gradi gnostici, non possono essere divulgati da nessuno che li abbia ricevuti. E' proibito. Colui che dice: "io ho tanti gradi, tante iniziazioni", è un disonesto.

Se una persona vuole essere ingegnere, avvocato o medico, ecc., deve prepararsi per questo. Quella persona andrà a scuola, studierà molto e dopo aver acquisito una buona conoscenza teorica del settore che studia, allora comincerà la pratica di ciò che ha imparato. La pratica porta alla perfezione.

I grandi saggi, i grandi professionisti, i grandi scienziati, ecc. non solo sono arrivati a possedere una buona conoscenza teorica nei loro rispettivi settori, ma sono riusciti a porre questa conoscenza in pratica. La teoria da sola non può portare a niente (eccetto ad un piacere intellettuale da parte di coloro che la capiscono). È necessaria la pratica.

Studiate questa serie di lezioni e studiatele con vero interesse, con il desiderio di imparare, con il desiderio di conoscere la sapienza superiore. Ricordate però che dovete mettere in pratica ciò che avete imparato, se volete arrivare alla perfezione dell'Opera.

SAMAEL AUN WEOR

CAPITOLO I – PER TRIONFARE NELLA VITA

È necessario trionfare nella vita. Se volete veramente trionfare dovete cominciare ad essere sinceri con voi stessi: riconoscere i propri errori. Quando riconosciamo i nostri errori siamo sulla buona strada per correggerli. Colui che corregge i suoi errori inevitabilmente trionfa.

L'uomo d'affari che tutti i giorni incolpa gli altri dei suoi fallimenti e mai riconosce i propri errori, non potrà trionfare. Ricordate che i grandi criminali considerano se stessi dei santi. Se visitiamo una prigione comproveremo che nessun ladro o criminale si considera colpevole. Quasi tutti dicono a se stessi: "lo sono innocente." Non cadete nello stesso errore; abbiate il coraggio di riconoscere i vostri errori. Così evitererete mali peggiori.

Chi riconosce i propri errori può formare un focolare felice. Il politico, lo scienziato, il filosofo, il religioso, ecc. che arriva a riconoscere i propri errori, può correggerli e trionfare nella vita.

Se Lei vuole trionfare nella vita non critichi nessuno. Chi critica gli altri è un debole, mentre chi si autocritica, di momento in momento, è un colosso. La critica è inutile perché ferisce l'orgoglio altrui e provoca la resistenza della vittima che allora cerca di giustificare sé stessa. La critica provoca una reazione inevitabile contro il proprio autore.

Se Lei vuole davvero trionfare, ascolti questo consiglio: non critichi nessuno.

L'uomo o la donna che sa vivere senza criticare nessuno, non provoca resistenze né reazioni da parte del prossimo e, di conseguenza, si forma un ambiente di successo e progresso. D'altra parte, chi critica gli altri si riempie di nemici.

Dobbiamo ricordare che gli esseri umani sono pieni di orgoglio; questa vanità intrinseca produce in loro una reazione (risentimento, odio, ecc.) che viene diretta contro colui che li critica. Concludiamo allora che chi critica gli altri inevitabilmente fallisce. Colui che vuole correggere gli altri, è meglio che cominci a correggere sé stesso. Questo atteggiamento risulta migliore e meno pericoloso.

Il mondo è pieno di persone nevrasteniche. Il tipo nevrastenico è critico, irritabile ed anche intollerante. Sono molte le cause della nevrastenia: l'impazienza, la collera, l'egoismo, la superbia, l'orgoglio, ecc.

Tra lo spirito ed il corpo esiste un mediatore: il sistema nervoso. Curate il vostro sistema nervoso. Quando il sistema nervoso viene irritato da qualcosa che lo stanca, è meglio fuggire da quella situazione. Lavorate intensamente ma con moderazione. Ricordate che il lavoro eccessivo produce fatica.

Se non fate caso alla fatica, se continuate con il lavoro eccessivo, allora la fatica viene sostituita dall'eccitazione. Quando l'eccitazione si fa morbosa, si trasforma in nevrastenia. È necessario alternare il lavoro con il riposo gradevole: così evitiamo il pericolo di cadere nella nevrastenia.

Ogni padrone che vuole trionfare deve fare attenzione al pericolo della nevrastenia. Il padrone nevrastenico critica tutto e diventa insopportabile. Il nevrastenico aborre la pazienza e, come padrone, si

trasforma nell'aguzzino dei suoi dipendenti. Gli operai che devono lavorare agli ordini di un padrone nevrastenico e critico6, finiranno per odiare il lavoro ed il padrone. Nessun operaio scontento lavora con gusto. Molte volte, le ditte falliscono perché gli operai non sono contenti e così non lavorano efficacemente.

Il nevrastenico, come operaio o impiegato, diventa ribelle e finisce per essere licenziato. Ogni lavoratore nevrastenico cerca l'occasione per criticare il padrone. Ogni padrone ha orgoglio e vanità ed è chiaro che si sente offeso quando i suoi dipendenti lo criticano. Il lavoratore che vive criticando il padrone finisce per perdere il lavoro.

Curate il vostro sistema nervoso. Lavorate con moderazione. Divertitevi in modo sano. Non criticate nessuno. Cercate di vedere il meglio in ogni essere umano.

ESERCIZIO PER DOMINARE L'IRA

Vi sentite irritati o pieni d'ira? Siete nervosi? Riflettete un po': ricordate che l'ira può provocare ulcere gastriche. Controllate l'ira attraverso la respirazione: inspirate molto lentamente (non inspirate dalla bocca; inspirate dal naso, mantenendo la bocca ben chiusa) l'aria vitale contando mentalmente, 1-2-3-4-5-6. Esalate ora il respiro, molto lentamente, dalla bocca contando mentalmente, 1-2-3-4-5-6. Ripetete l'esercizio fino a quando l'ira passa.

Se volete trionfare nella vita non criticate nessuno. Chi critica gli altri è un debole, mentre chi si autocritica, di momento in momento, è un colosso.

CAPITOLO II – IL POTERE DELLA MENTE

Un grande autore ha dedotto che l'essere umano ha bisogno di otto cose importanti nella vita: la salute e la conservazione della vita, il cibo, il sonno, il denaro e le cose che il denaro compra, la vita nell'aldilà, la soddisfazione sessuale, il benessere dei figli, un sentimento di auto-importanza. Noi sintetizziamo queste otto cose in tre:
1. – Salute
2. – Denaro
3. – Amore

Se volete realmente acquisire queste tre cose, dovete studiare e praticare tutto quello che questo corso vi insegna. Noi vi mostreremo la via del successo.

LA FORZA DEL PENSIERO

È necessario che sappiate che esiste una forza immensamente superiore all'elettricità ed alla dinamite: è la forza del pensiero. Quando pensate ad un amico o ad un membro della vostra famiglia, ecc., dal vostro cervello escono onde mentali. Queste onde viaggiano attraverso lo spazio e arrivano alla mente della persona a cui state pensando. Gli scienziati cominciano già a fare esperimenti con la forza del pensiero.

Presto inventeranno il "tele-mentometro" (strumento con cui si potrà misurare la forza mentale di ogni persona). In futuro l'ottica avanzerà un po' ed allora si inventerà il "foto-mentometro" (strumento che ci permetterà di vedere e misurare la forza mentale che irradia il cervello umano).

Dovete sapere che, come l'uomo ha una mente, così anche tutto l'universo ha una mente. Esistono la mente umana e la mente cosmica. La terra è mente condensata. L'universo intero è mente condensata. Le onde della mente universale saturano lo spazio infinito.
L'ingegnere che deve costruire una casa, la prima cosa che fa è realizzare il progetto mentale. La costruisce nella mente, la proietta sul piano ed infine, la cristallizza materialmente. Così ogni cosa, ogni costruzione, è esistita prima nella mente. Non può esistere niente nel mondo fisico o materiale in cui viviamo, senza che prima sia esistito nel mondo della mente.
È necessario imparare a concentrare e proiettare la mente con precisione e grande forza. È necessario che sappiate concentrare la mente, che significa fissare la vostra attenzione su una sola cosa. Quando fissate l'attenzione mentale su un amico lontano, quando vi concentrate su quell'amico, potete essere sicuri che il vostro cervello emette potenti onde mentali che arriveranno inevitabilmente al cervello del vostro amico.
L'importante è che vi concentriate veramente. È necessario che nessun altro pensiero sia capace di distrarvi. Dovete imparare a concentrare la mente. State studiando questo corso e crediamo che vogliate trionfare nella vita ed avere salute, denaro ed amore. Riflettete un pò, imparate ad utilizzare la forza del pensiero.
Chi impara a manipolare la forza del pensiero procede con assoluta sicurezza verso il trionfo, come la freccia che arriva al bersaglio guidata dalla mano dell'arciere esperto.
Ricordate che il mondo è un prodotto della mente. Voi siete ciò che siete a causa della mente. Potete cambiare completamente facendo uso della forza del pensiero.
Il povero ed il miserabile sono così perché vogliono essere così, con la mente si mantengono poveri e miserabili. Il ricco e potente è così perché con la mente si è reso tale.

Ognuno proietta nel mondo della Mente Cosmica quello che è e ciò che vuole essere. I progetti della mente cristallizzano fisicamente e allora abbiamo, in pratica, la nostra vita ricca o miserabile, felice o disgraziata. Tutto dipende dal tipo di proiezioni mentali che si sono cristallizzate. Come la nube si condensa in acqua e l'acqua si condensa in gelo, lo stesso succede con la forza mentale.
Per prime le nubi (progetti), poi l'acqua (le circostanze, lo sviluppo del progetto) ed infine, il duro gelo (il progetto trasformato in fatti concreti). Se il progetto è stato ben fatto e con forza sufficiente, se i fatti o lo sviluppo degli stessi e le circostanze sono state meravigliosi, il risultato sarà la vittoria. La condensazione perfetta del progetto è: la vittoria.

FATTORI BASILARI PER IL TRIONFO

I fattori basilari per il trionfo di un progetto sono tre:
a) Forza mentale.
b) Circostanze favorevoli.
c) Intelligenza.

FORZA MENTALE

Senza la forza mentale è impossibile ottenere la cristallizzazionedi un progetto (commerciale, ecc.).
È necessario che i nostri studenti imparino ad utilizzare la forza mentale. Però, prima è necessario che lo studente impari a rilassare il suo corpo fisico.
È indispensabile saper rilassare il corpo per raggiungere la perfetta concentrazione del pensiero: possiamo rilassare il corpo rimanendo seduti su di una comoda poltrona, o sdraiati nella posizione di "uomo morto" (con i talloni che si toccano, le braccia lungo i fianchi, ecc.). Delle due posizioni, la seconda (posizione dell'uomo morto) è la migliore.

Immaginate che i vostri piedi siano sottili, che da essi esca un gruppo di nanetti. Immaginate che i polpacci siano pieni di piccoli nani giocherelloni che stanno uscendo uno per uno e, a mano a mano che escono, i muscoli diventano flessibili ed elastici.
Continuate con le ginocchia facendo lo stesso esercizio. Proseguite con i femori, gli organi sessuali, il ventre, il cuore, la gola, i muscoli del viso e la testa in ordine successivo, immaginando che quei piccoli nani escano da ognuna di queste parti del corpo lasciando i muscoli completamente rilassati.

CONCENTRAZIONE DEL PENSIERO

Quando il corpo è perfettamente rilassato, la concentrazione del pensiero diventa facile e semplice. Concentratevi sull'affare che avete in progetto di fare. Immaginate in modo vivo tutto l'affare, le persone che sono in relazione all'affare.
Identificatevi con quelle persone. Parlate come se foste ognuno di loro; dite mentalmente ciò che vorreste che tali persone dicessero. Dimenticatevi di voi stessi e cambiate la vostra personalità umana nella personalità umana di quelle persone, agendo come vorreste che le suddette persone agissero.
Così determinerete potenti onde di pensiero che attraverseranno lo spazio per arrivare al cervello delle persone in relazione con l'affare. Se la concentrazione è perfetta, allora il trionfo sarà inevitabile.

LA LEGGE DEL KARMA

Questa legge è conosciuta in Oriente. Milioni di persone nel mondo intero la conoscono perché tale legge è universale. Questa legge opera in tutto l'universo.
Se fate un cattivo uso della forza del pensiero, la legge del Karma ricadrà su di voi e sarete orribilmente castigati.
L'energia mentale è un regalo di Dio e si deve utilizzare solo con

buoni propositi e con buone intenzioni. È giusto che il povero migliori la sua situazione economica. Però non è giusto utilizzare la forza mentale per arrecare danno ad altre persone.
Prima di fare un lavoro mentale per ottenere la cristallizzazione di un progetto, riflettete e meditate se andrete ad utilizzare la forza mentale per danneggiare gli altri, in questo caso è meglio che non lo facciate perché il fulmine terribile della Giustizia Cosmica cadrà inevitabilmente su di voi come un raggio di vendetta.

CIRCOSTANZE FAVOREVOLI

Il pensiero e l'azione devono procedere totalmente uniti. La cristallizzazione di un progetto è possibile solo quando le circostanze sono favorevoli. Imparate a determinare circostanze favorevoli per i vostri affari. Freud, il grande psicologo, disse che tutto quello che l'uomo fa nella vita ha due cause fondamentali:
1) l'impulso sessuale;
2) il desiderio di essere grande.
Ogni essere umano si muove sotto l'impulso sessuale. Tutti vogliono essere apprezzati.
A nessuno piace vedersi disprezzato. Se volete circondarvi di buone circostanze per la cristallizzazione dei vostri affari, allora riconoscete le buone qualità degli altri.
Stimolate le buone qualità del prossimo, non ferite la dignità di nessuno, non disprezzate nessuno. È necessario dare coraggio ad ognuno nel suo lavoro, carica o professione. Attraverso l'apprezzamento e la stima potremo risvegliare l'entusiasmo in tutte quelle persone che si mettono in relazione con noi. Imparate ad elogiare saggiamente i vostri simili senza cadere nell'adulazione. Le persone si sentono riconfortate con l'alimento dello stimolo. Siate cavalieri: non criticate nessuno.
Si formerà così un ambiente favorevole per la cristallizzazione dei

vostri affari. L'apprezzamento sincero dei meriti del prossimo è uno dei grandi segreti del successo.
È necessario abbandonare la brutta abitudine di parlare di noi stessi in ogni momento. È urgente adoperare la parola per rinforzare ed incoraggiare tutte le buone qualità del prossimo. Lo studente gnostico deve smetterla con la pessima abitudine di nominare sé stesso e di raccontare in ogni momento la sua vita. L'uomo o la donna che parlano solo di sé stessi, diventano insopportabili. Persone così cadono nella miseria perché la gente si stanca di loro.
Non dite mai "io". Dite sempre "noi". Il termine "noi" ha più forza cosmica. Il termine "io" è egoista e dà fastidio a tutti coloro che si mettono in contatto con voi. L'io è egoista. L'io deve essere dissolto. L'io crea conflitti e problemi. Ripetete sempre: noi, noi, noi...
Tutte le mattine, prima di alzarvi, dite con forza ed energia: "Noi siamo forti. Noi siamo ricchi. Noi siamo pieni di buona sorte ed armonia. OM, OM, OM". Recitate questa preghiera semplice e vedrete che avrete successo in tutto. Mettete in questa preghiera una grande devozione e fede.

ESERCIZIO

Appendete un filo di seta sul soffitto della vostra camera. Nell'estremità di questo filo deve esserci un ago.
Concentratevi su quell'ago e cercate di muoverlo con la forza del pensiero.
Le onde mentali, quando si sviluppano, possono muovere l'ago. Lavorate 10 minuti al giorno con questa pratica.
All'inizio l'ago che pende dal filo di seta non si muoverà.
Col tempo potrete vedere che l'ago oscilla ed arriva a muoversi con forza.
Questo esercizio serve per sviluppare la forza mentale. Ricordate

che le onde mentali viaggiano attraverso lo spazio e passano da un cervello all'altro.

CAPITOLO III – LE VIBRAZIONI DELL'ETERE

Il grande avvocato José M.Seseras disse: "*Non c'è fortuna né sfortuna, successo o fallimento; tutto è vibrazione dell'etere*". "*Apprendendo ad utilizzare i Tattwa si possono risolvere favorevolmente tutte le faccende della vita*".

Avete bisogno di un sistema preciso ed esatto per avere denaro; un sistema scientifico che non sbagli mai. Dovete approfittare delle circostanze favorevoli per ottenere la materializzazione di tutti i vostri progetti (commerciali, ecc.). Ricordate: Tattwa è vibrazione dell'etere. In questa epoca della radio, della televisione e degli oggetti telecomandati, risulterebbe assurdo negare la vibrazione dell'etere. Un grande saggio disse: "La vita è nata dalla vibrazione, sussiste grazie alla radiazione e si sopprime a causa di qualsiasi squilibrio oscillatorio".

Avete diritto a trionfare. Lo Spirito deve vincere la materia. Non possiamo accettare la miseria. Ricordate che la miseria è propria degli spiriti falliti. Quando lo Spirito vince la materia ciò che scaturisce è Luce, splendore, trionfo completo nell'economico, nel sociale e nello spirituale.

È necessario che conosciate la Legge della vibrazione universale. Lo studio dei Tattwa è importantissimo. Tattwa (questo termine è indostano) è vibrazione dell'etere. Ora gli scienziati dicono che non esiste l'etere e che l'unica cosa reale è l'energia. Il campo magnetico è l'etere. "Tutto viene dall'etere; tutto ritorna all'etere". Sir Oliver Lod-

ge, il grande scienziato britannico, disse: "È l'etere che dà luogo, attraverso le diverse modificazioni del suo equilibrio, a tutti i fenomeni dell'universo, dalla luce impalpabile fino alle masse formidabili dei mondi".

Prana è l'energia cosmica. Il Prana è vibrazione, movimento elettrico, luce e calore, magnetismo universale, vita. Il Prana è la vita che palpita in ogni atomo ed in ogni sole. Il Prana è la vita dell'etere. La Grande Vita, cioè il Prana, si trasforma in una sostanza blu intensa, molto divina. Il nome di quella sostanza è l'Akash. L'Akash è una sostanza meravigliosa che riempie tutto lo spazio infinito e che quando si modifica, si trasforma in etere. Risulta interessante sapere che l'etere, modificandosi, si tramuta, a sua volta, in ciò che chiamiamo Tattwa.

Lo studio delle vibrazioni dell'etere (Tattwa) è indispensabile. Ricordate che gli affari, l'amore, la salute, ecc., sono controllati dalle vibrazioni cosmiche. Se conoscete le leggi vibratorie della vita, se conoscete i Tattwa, potrete ottenere molto denaro. Ricordi che il denaro in sé stesso non è buono né cattivo; tutto dipende dall'uso che ne fate. Se lo adoperate per fare del bene, è buono e se lo adoperate per realizzare il male, è cattivo. Ottenete molto denaro e adoperatelo per il bene dell'umanità.

Esistono sette Tattwa principali che dovete imparare ad utilizzare per trionfare nella vita. Avete la necessità di essere un trionfatore. Nessuno gnostico deve vivere nella miseria. È necessario che conosciate i nomi dei sette Tattwa. Questi nomi sono termini sanscriti, può darsi che vi costi un po' di fatica ad imparare tali nomi, ma ricordate che vale ben la pena studiare per trionfare nella vita.

NOMI DEI TATTWA

AKASH è il principio dell'etere. VAYÙ è il principio eterico dell'aria. TEJAS è il principio eterico del fuoco. PRITHVI è il principio eterico dell' elemento terra. APAS è il principio eterico dell' elemento acqua. Esistono due Tattwa segreti chiamati ADI e SAMADHI che vibrano durante l'aurora e che sono eccellenti per la meditazione interiore, (con essi si raggiunge l'estasi o samadhi). Su questi Tattwa non ci soffermeremo ora perché sono utili solo agli studenti avanzati.

ORARIO TATTWICO

Le vibrazioni dei Tattwa cominciano con l'uscita del sole. Ogni Tattwa vibra per 24 minuti in un periodo di due ore. Il primo Tattwa che vibra è l'Akash, poi seguono in ordine successivo: Vayu, Tejas, Prithvi, Apas.

Dopo due ore torna a vibrare l'Akash e si ripete la successione dei Tattwa nello stesso ordine. I Tattwa vibrano di giorno e di notte. È necessario sapere l'ora esatta in cui sorge il sole. L'annuario astrologico di Bucheli è uno dei calendari che segna l'ora dell'alba per ogni luogo dell'America Latina.

Alcuni annuari (specialmente negli Stati Uniti) e riviste indicano l'ora dell'alba. È anche utile a questo proposito il Calendario di Galvani. Coloro che vogliono l'Annuario Americano di Bucheli possono chiederlo a questo indirizzo: Sig.ra Elly de Bucheli, Casilla 1880, Santiago de Chile, S.A. (Editoriale Kier, S.A., Ave. Santa Fe, n. 1260, Buenos Aires – Argentina).

PROPRIETÀ DEI TATTWA

AKASH

È buono esclusivamente per la meditazione. A quest'ora vi consigliamo di pregare molto. Non organizzate appuntamenti d'affari né d'amore in questo periodo, perché si concluderebbero in un inevitabile fallimento. Questo Tattwa ci fa commettere errori gravissimi. Se lavorate durante questo periodo di tempo, dovete avere molta cura. (Gli artisti devono astenersi dal lavoro in Akash). Tutto ciò che comincia nell'Akash non avrà successo. L'Akash è il Tattwa della morte.

VAYÙ

Tutto ciò che è velocità e movimento corrisponde a Vayù, il principio dell'aria. I venti, l'aria, la navigazione aerea, ecc., sono in relazione a Vayù. Durante questo periodo, la gente si diletta parlando male del prossimo, ingannando, rubando, ecc. Di solito gli incidenti aerei avvengono durante questo spazio di tempo. I suicidi sono stimolati da questo Tattwa.

Vi consigliamo di non sposarvi durante questo periodo perché il vostro matrimonio sarebbe di breve durata. Ogni tipo di affare semplice e rapido risulta molto buono in Vayù, ma gli affari complicati e di lunga durata risultano un insuccesso. Durante questo lasso di tempo è bene fare lavori intellettuali. I grandi Yogi manipolano mentalmente questo Tattwa e lo utilizzano intelligentemente quando vogliano fluttuare nell'aria.

TEJAS

È caldo perché è il principio eterico del fuoco. Durante l'orario in cui questo Tattwa è attivo sentiamo più calore. In Tejas potete lavar-

vi con acqua fredda e non vi raffredderete mai. Non discutete con nessuno in Tejas perché le conseguenze potrebbero essere gravi. Dovete usare l'ora di Tejas per lavorare intensamente. Non sposatevi durante Tejas perché avrà risentimenti costanti con il coniuge. Le esplosioni e gli incidenti più terribili avvengono in questo periodo di vibrazione del Tattwa Tejas.

PRITHVI

È il Tattwa del successo nella vita. Se volete trionfare negli affari, fatelo durante Prithvi. Se volete godere di buona salute, mangiate e bevete durante Prithvi. I matrimoni che si compiono in Prithvi sono felici per tutta la vita. Ogni festa, ogni conferenza, ogni affare, ogni appuntamento realizzato in Prithvi sarà un successo completo. Prithvi è amore, carità, benevolenza.

APAS

È il principio dell'acqua contrario a Tejas (fuoco). Questo Tattwa è meraviglioso per comprare mercanzie. È anche meraviglioso per gli affari e potete ottenere molto denaro se sapete approfittare di questo Tattwa. Comprate i biglietti della lotteria durante Apas. I viaggi per acqua risultano positivi in Apas. Le piogge che cominciano in Apas solitamente sono molto lunghe e forti. Il Tattwa Apas opera concentrando ed attraendo.

Ricordatevi che avete bisogno di sapere l'ora esatta dell'alba per potervi regolare con i Tattwa. Tenete sempre con voi un buon orologio da polso o da tasca e approfittate dei Tattwa nella vita pratica.

PRATICA

Sedetevi davanti ad un tavolo con il viso rivolto ad Oriente, appoggiate i gomiti sul tavolo e procedete nel modo seguente: introducete

i pollici della mano destra e sinistra nelle orecchie. Con gli indici coprite gli occhi, con i medi tappate le narici e con gli anulari ed i mignoli sigillate le labbra. Inalate lentamente contando fino a 20. Trattenete il respiro e contate da uno a 20.

Esalate lentamente contando da 1 a 20. È necessario togliere le dita medie dalle fosse nasali per inalare ed esalare. Ma durante la ritenzione del respiro le dita medie devono chiudere ermeticamente le narici.

È necessario che, durante la ritenzione del respiro, tentiate di vedere i Tattwa con il terzo occhio. Il terzo occhio si trova tra le due sopracciglia.

All'inizio non vedrete niente, ma dopo un po' di tempo potrete vederli e riconoscerli dai loro colori. Akash è nero e il pianeta corrispondente è Saturno. Vayu è verdeazzurro ed il suo pianeta è Mercurio. Tejas è rosso come il fuoco e il suo pianeta è Marte. Prithvi è giallo oro ed il suo pianeta è il Sole, viene anche influenzato da Giove. Apas è bianco ed i suoi pianeti sono Venere e la Luna.

CAPITOLO IV – L'IO PSICOLOGICO

Per trionfare nella vita bisogna tramutarsi in pescatori di uomini. Gesù scelse i suoi discepoli tra i poveri pescatori. Essi smisero di pescare pesci per trasformarsi in pescatori di uomini.

Volete avere successo, potere, gloria? Ascoltate questo consiglio: "Mettete sull'amo l'esca che piace al pesce".

Non parlate con gli altri delle cose che vi interessano. Il vostro è unicamente vostro. L'essere umano, disgraziatamente, è egoista e vuole sapere solo ciò che gli interessa. Se parlate al prossimo delle cose che egli desidera e vuole, influirà su di lui positivamente ed otterrà tutto ciò di cui ha bisogno.

È necessario imparare a vedere il punto di vista del prossimo ed aiutarlo a risolvere i suoi conflitti. Così risolveremo anche i nostri problemi. Trasformatevi in una persona altruista e generosa.

Aiutate gli altri con i vostri consigli, sforzatevi di comprendere il punto di vista degli altri e riuscirete a pescare abbondantemente. Quando cominciamo a comprendere il prossimo, iniziamo anche a dare i primi passi sulla via della felicità e del successo.

Bisogna studiare e comprendere le funzioni della mente. Colui che conosce il meccanismo mentale ha la capacità di controllarlo.

Si è parlato molto della forza mentale e sono molte le scuole che insegnano come concentrare la mente. Nessuno può negare intelligentemente la forza del pensiero. Questa forza si compone di onde e forme radioattive che si spostano da un cervello ad un altro. Biso-

gna sviluppare quella forza meravigliosa: ma dobbiamo avvertirvi che il pensiero e l'azione devono combinarsi saggiamente se vogliamo trionfare nella vita.

La concentrazione del pensiero è miracolosa quando si combina intelligentemente con l'azione.

La forza mentale realizza prodigi e meraviglie quando si basa sulla sincerità e sulla verità. Non cercate di ingannare il prossimo. Non usate la concentrazione mentale per ingannare il prossimo perché il fallimento sarà inevitabile. La forza mentale realizza prodigi quando si utilizza per aiutare gli altri. Aiutando gli altri portiamo beneficio a noi stessi. Questa è la Legge.

Dovete trionfare in qualcosa di importante? Sedetevi su di una comoda poltrona, rilassate i muscoli, concentratevi sull'affare che vi interessa; immaginate l'affare in pieno successo. Identificatevi con il prossimo; cercate di capire il punto di vista dell'altro; consigliatelo mentalmente mostrandogli i vantaggi che avrà nel realizzare l'affare con voi. Così le onde mentali penetreranno molto profondamente nella mente altrui e realizzeranno meraviglie. Un'ora di perfetta concentrazione è sufficiente per determinare il successo di un affare.

Ogni commerciante ha il diritto di ottenere denaro, però, ciò che vende deve essere buono, utile e necessario agli altri. Non cercate di ingannare gli altri perché vi ingannerete da soli. Moltitudini di venditori ambulanti girano per le strade offrendo inutilmente le loro merci. A nessuno interessano quelle mercanzie. Addirittura le persone si infastidiscono quando incontrano quei venditori. Il loro errore è che pensano solamente a sé stessi e parlano delle loro cose. Se imparassero a vedere il punto di vista altrui, avrebbero inevitabilmente successo.

È necessario comprendere che ogni essere umano ha un io che vuole risaltare, farsi sentire, salire in cima alla scala, ecc., questo è precisamente il lato debole dell'uomo. Anche voi avete questo lato debole. Non cadete negli stessi errori altrui. Non dite mai io. Dite sempre "noi". Chi si domina può anche dominare gli altri.

Insinuate intelligentemente quello che volete, ma non dite: "io voglio". Ricordate che agli altri non interessa quello che volete voi. Lasciate che gli altri coltivino la propria idea come se fosse loro. Disponete gli elementi per questa preparazione, poneteli molto intelligentemente. Lasciate che gli altri elaborino la loro idea. Alle persone piace sentirsi importanti; quella è la debolezza dell'io. Sfruttate tale debolezza. Non consideratevi mai importante e sarete importanti. Cercate di dissolvere l'io e sarete veramente felici.

Ogni successo nella vita dipende dall'abilità che avete di trattare con le altre persone. È necessario lasciare l'egoismo e coltivare il Cristo-centrismo. È urgente lavorare per il bene comune. È indispensabile dissolvere l'io e pensare sempre come "noi". Il termine "noi" ha più forza che l'egoista "io".

Tutti i grandi insuccessi della vita dipendono dall'io. Quando questo cerca di farsi sentire, risaltare, salire in cima alla scala, arrivano le reazioni delle altre persone, il risultato di simili reazioni mentali è l'insuccesso. Ricordate che l'io è energetico. L'io è desiderio. L'io è ricordo. L'io è paura, violenza, odio, appetiti, fanatismi, gelosie, sfiducia, ecc.

Avete bisogno di esplorare profondamente tutti gli abissi della mente perché avete dentro di voi ciò che si chiama io, il me stesso, l'ego, ecc.

Se volete trionfare nella vita dovete dissolvere l'io. Se volete dissolvere l'io, dovete disintegrare tutti i vostri difetti. Se volete disinte-

grare tutti i vostri difetti, non li condannate né giustificate, comprendeteli. Quando condanniamo un difetto, lo nascondiamo nei profondi meandri della mente. Quando giustifichiamo un difetto, lo irrobustiamo orribilmente. Però quando comprendiamo un determinato difetto allora lo disintegriamo completamente.

Quando l'io si dissolve ci riempiamo di pienezza e felicità. Quando l'io si dissolve si esprime dentro di noi l'Essere, lo Spirito, l'amore.

Ricordate che Dio, lo Spirito, l'Essere interno di ogni uomo, di ogni donna e di ogni creatura, non é mai l'io. L'Essere è divino, eterno e perfetto. L'io è il Satana della leggenda biblica. L'io non è il corpo. L'io è energetico e diabolico. Nell'io si trova la radice della miseria, della povertà, gli insuccessi, le disillusioni, i desideri insoddisfatti, i desideri violenti, l'odio, l'invidia, le gelosie, ecc. Cambiate la vostra vita adesso.

È urgente che comprendiate la necessità di porre fine a tutti i difetti per dissolvere l'io, il Satana, la causa di tutti i fallimenti. Quando l'io si dissolve rimane dentro di noi solamente l'Essere, Dio, la felicità. Dio è pace, abbondanza, felicità e perfezione.

PRATICA

Un grande uomo, dopo aver studiato sé stesso, scoprì di avere dodici difetti che lo stavano danneggiando. Quest'uomo disse: "Così come è im2p6ossibile cacciare dieci lepri contemporaneamente, giacché il cacciatore che provasse a farlo non ne caccerebbe nessuna, allo stesso modo è impossibile eliminare i miei dodici difetti contemporaneamente".

Quest'uomo arrivò alla conclusione che sarebbe stato meglio cacciare una lepre e poi un'altra; terminare prima con un difetto e poi con un altro. Decise di dedicare due mesi ad ogni difetto. Quando

l'uomo arrivò a ventiquattro mesi non aveva più difetti. Aveva posto fine ai dodici difetti che gli impedivano di giungere al trionfo. Il risultato fu meraviglioso.

Tale uomo diventò il primo cittadino degli Stati Uniti. Il suo nome è Benjamin Franklin.

Imitate questo personaggio, esaminate e vedete quanti difetti avete; contateli, enumerateli e poi dedicate due mesi ad ogni difetto, in ordine successivo, fino ad eliminarli tutti.

Sedetevi in una comoda poltrona e pregate il vostro Dio interno in questo modo:

"Tu che sei il mio reale Essere,
Tu che sei il mio Dio interno, illuminami, aiutami,
fammi vedere i miei stessi difetti. AMEN."

Concentratevi su questa preghiera fino al sopraggiungere del sonno profondo. Cercate di scoprire tutti i vostri difetti. Vi consigliamo di leggere la Bibbia. Nei Quattro Vangeli si trova la parola del Divino Maestro, qui vedrete le virtù di cui avete bisogno; scoprirete le virtù che vi mancano. Dove manca una virtù esiste un difetto.

È necessario comprendere che ogni essere umano ha un io che vuole risaltare, farsi sentire, salire in cima alla scala, ecc., questo è precisamente il lato debole dell 'uomo.

CAPITOLO V – LA NECESSITÀ E LA CUPIDIGIA

IL DENARO. Perché il denaro ha assunto un'immensa importanza nella nostra vita? Per caso dipendiamo esclusivamente da esso per la nostra stessa felicità psicologica? Ogni essere umano ha bisogno di cibo, di indumenti e di un riparo; questo si sa.

Allora perché ciò che è tanto naturale e semplice per gli uccelli del cielo, ha assunto un'importanza ed un significato così tremendo e spaventoso per l'uomo? Il denaro ha acquistato un valore esagerato e sproporzionato perché psicologicamente dipendiamo da lui per il nostro benessere.

Il denaro alimenta la nostra vanità personale, ci dà prestigio sociale, ci procura i mezzi per raggiungere il potere. Il denaro è stato usato dalla mente con fini e propositi totalmente differenti da quelli che ha in sé stesso, tra i quali si trova la funzione di sopperire alle nostre necessità fisiche immediate. Il denaro è solitamente utilizzato con propositi psicologici; questa è la causa per cui ha assunto un'importanza esagerata e sproporzionata.

Abbiamo bisogno di denaro per avere cibo, indumenti e un riparo; questo è ovvio. Ma quando il denaro si trasforma in una necessità psicologica? Quando lo utilizziamo con fini diversi da quelli che ha in sé stesso, quando dipendiamo da lui per ottenere fama, prestigio, posizione sociale, ecc.; allora, il denaro assume nella mente un'importanza esagerata e sproporzionata; da qui hanno origine la lotta ed il conflitto per possederlo.

È logico che abbiamo bisogno di ottenere denaro per soddisfare le nostre necessità fisiche (per avere cibo, indumenti e un tetto). Però se dipendiamo esclusivamente dal denaro per la nostra stessa felicità e soddisfazione personali, allora siamo gli esseri più disgraziati della terra. Quando comprendiamo profondamente che il denaro ha l'unica funzione di procurarci cibo, indumenti e riparo, allora spontaneamente gli poniamo un limite intelligente; il risultato di ciò è che il denaro non assume per noi quest'importanza così esagerata, che ha quando diventa una necessità psicologica.

Il denaro in sé non è buono né cattivo. Tutto dipende dall'uso che ne facciamo. Se lo utilizziamo per il bene è buono. Se lo utilizziamo per il male è cattivo.

Abbiamo bisogno di comprendere a fondo la vera natura della sensazione e della soddisfazione. La mente che vuole arrivare a comprendere la verità deve essere libera da questi legami. Se vogliamo veramente liberare il pensiero dai legami della sensazione e della soddisfazione, dobbiamo cominciare con quelle sensazioni che sono per noi più familiari e stabilire lì l'adeguato fondamento per la comprensione.

Le sensazioni hanno un posto specifico e, quando le comprendiamo profondamente in tutti i livelli della mente, non assumono la stupida deformazione che ora hanno.

Molte persone pensano che se ogni ordine di cose andasse in accordo al partito politico a cui appartengono e per il quale lottano, allora avremmo un mondo felice, pieno di abbondanza, pace e perfezione.

Quello è un concetto falso, perché realmente niente di tutto ciò può esistere se prima non abbiamo compreso individualmente il vero significato delle cose. L'essere umano è abbastanza povero interna-

mente, perciò ha bisogno del denaro e dei beni materiali per le proprie sensazioni e soddisfazioni personali. Quando qualcuno è povero internamente cerca esternamente denaro ed oggetti per completarsi e ricercare soddisfazione.

È per questo che il denaro e le cose materiali hanno assunto un valore sproporzionato e l'essere umano è disposto, in ogni momento, a rubare, sfruttare e mentire. A questo si deve la lotta tra il capitale ed il lavoro, tra padroni ed operai, tra sfruttatori e sfruttati, ecc.

Tutti i cambiamenti politici sono inutili se non si è compresa prima la nostra povertà interiore. Possono cambiare più volte i sistemi economici, possono alterarsi i sistemi sociali, però se non abbiamo compreso profondamente l'intima natura della nostra povertà interiore, l'individuo creerà sempre nuovi mezzi e metodi per ottenere soddisfazione personale a costo della pace altrui.

È urgente comprendere profondamente la natura intima di questo "me stesso", se vogliamo veramente essere ricchi internamente. Chi è ricco internamente è incapace di sfruttare il prossimo, è incapace di rubare e di mentire. Chi è ricco internamente è libero dalle trappole della sensazione e soddisfazione personali. Chi è ricco internamente ha trovato la felicità.

Abbiamo bisogno di denaro, questo è sicuro. Però è necessario comprendere profondamente la nostra corretta relazione con quest'ultimo. Né l'asceta, né l'avaro pieno di cupidigia hanno mai compreso qual è la corretta relazione con il denaro.

Non è rinunciando al denaro, né desiderandolo avidamente, come possiamo arrivare a capire la corretta relazione con esso.

Abbiamo bisogno di comprensione per renderci conto intelligentemente, delle nostre stesse necessità materiali senza dipendere in modo spropositato dal denaro.

Quando comprendiamo la corretta relazione con il denaro, terminano, di fatto, il dolore del distacco e la sofferenza spaventosa che ci produce la competizione. Dobbiamo imparare a differenziare tra le nostre necessità fisiche immediate e la dipendenza psicologica dalle cose. La dipendenza psicologica dalle cose crea lo sfruttamento e la schiavitù.

Abbiamo bisogno di denaro per far fronte alle nostre necessità fisiche immediate. Disgraziatamente la necessità si trasforma in cupidigia. L'io psicologico, percependo il proprio vuoto e la propria miseria, è solito dare al denaro e alle cose un valore diverso da quello che effettivamente hanno, un valore esagerato ed assurdo.

Così è come l'io vuole arricchirsi esternamente visto che internamente è povero e miserabile. L'io vuole farsi sentire, affascinare il prossimo con i beni materiali ed il denaro. Oggigiorno la nostra relazione con il denaro si basa sulla cupidigia.

Aggiungiamo sempre nuove necessità, per giustificare la cupidigia. La cupidigia è la causa segreta dell'odio e delle brutalità del mondo. Queste ultime, spesso usano assumere aspetti legali. La cupidigia è la causa della guerra e di tutte le miserie di questo mondo. Se vogliamo terminare con la cupidigia del mondo, dobbiamo comprendere profondamente che questo mondo è dentro di noi. Noi siamo il mondo. La cupidigia degli altri individui è dentro noi stessi.

Realmente tutti gli individui vivono nella nostra stessa coscienza. La cupidigia del mondo si trova dentro all'individuo.

Solo terminando con la cupidigia che portiamo dentro, terminerà la cupidigia nel mondo. Solo comprendendo il processo complesso della cupidigia in tutti i livelli della mente, possiamo arrivare a sperimentare la Grande Realtà.

PRATICA

1. Sdraiati, distesi a forma di stella aprendo gambe e braccia a destra e a sinistra.
2. Concentratevi ora sulle vostre necessità fisiche immediate.
3. Meditate e riflettete su ognuna di queste necessità.
4. Addormentatevi cercando di scoprire da voi stessi dove termina la necessità e dove comincia la cupidigia.
5. Se la vostra pratica di concentrazione e meditazione interna è corretta, in una visione interiore scoprirete quali sono le vostre legittime necessità e qual'è la cupidigia. Ricordatevi che solo comprendendo profondamente la necessità e la cupidigia potrete stabilire le reali fondamenta per il corretto processo del pensiero.

CAPITOLO VI – LA SINCERITÀ DELL' ANIMA

È necessario che abbiate tre cose nella vita: pane, vestiario e un tetto sulla testa. Non dobbiamo rimanere con la fame, abbiamo bisogno di mangiare. Non dobbiamo girare vestiti male, è necessario vestirsi molto bene.

Non è giusto vivere tutta la vita pagando l'affitto di casa; abbiamo bisogno di avere una bella casa di nostra proprietà. Riflettete su tutto questo. È urgente che comprendiate la necessità di vivere in modo migliore senza bisogno di cadere nel peccato della cupidigia.

Nella scorsa lezione abbiamo detto che è necessario distinguere tra la necessità e la cupidigia. Bisogna sapere dove termina la necessità e dove comincia la cupidigia.

Avete bisogno d'imparare ad impressionare molto bene le altre persone. Questa è un'arte molto delicata. Molte signore si vestono benissimo, a volte con lusso eccessivo e nelle loro mani luccicano preziosissimi anelli, però nonostante tutto, non riescono ad impressionare bene gli altri. Molti uomini eleganti indossano abiti costosissimi, usano auto dell'ultimo modello e nonostante questo falliscono molte volte perché non sanno dare una buona impressione alle persone.

Il presidente della Colombia Dr. Olaya Herrera, dominava il popolo con il suo eterno sorriso; ogni sorriso del signor Presidente rappresentava di fatto milioni di dollari. Noi uomini sappiamo che il sorri-

so di una donna vale, per noi, più di tutte le pellicce e di tutti i diamanti che indossa.

Una donna con un sorriso accattivante causa grande impressione tra gli uomini. Il sorriso della sincerità e il profumo della cortesia realizzano veri miracoli nel mondo degli affari. È urgente distinguere tra il sorriso della sincerità e il sorriso meccanico. Il sorriso della sincerità esce dallo stesso fondo dell'anima. Il sorriso meccanico è ipocrita e tenebroso: è una smorfia del diavolo.

Nell'uomo esistono due fattori in discordia: l'anima ed il diavolo. L'anima è divina. Il diavolo è maligno. Ogni buona azione è dell'anima. Ogni cattiva azione è del diavolo. Quando bussate ad una porta perché vi aprano, il padrone di casa spesso può chiedervi: "Chi è?" Allora voi rispondete: "io". Questo io, questo me stesso, è precisamente il diavolo in noi.

I chiaroveggenti vedono questo io come un'entità fluida orribile che vive nel corpo umano. Questa entità esce anche dal corpo durante il sonno e viaggia molto lontano, dove lo portano i suoi desideri e le sue passioni.

L'anima non è l'io. L'anima è l'Essere. Distinguete tra l'Essere e l'io. L'Essere è l'anima. L'io è Satana in noi.

Il vostro corpo non pensa, non desidera. Il corpo è solo un abito, un vestito. Voi pensate con la mente. La mente è il veicolo dell'anima. Però, quando siamo cattivi, la mente si trasforma in un veicolo del diavolo. La mente diabolica vuole guerre, forma conflitti, problemi, vuole vizi, liquori, adulteri, fornicazione, cupidigia, ipocrisia, ecc.

L'ape gode lavorando. La formica è felice lavorando. Imparate a provare piacere e a gioire del lavoro. L'impiegato di un magazzino quando è felice lavorando irradia onde mentali di esito e progresso. Allora le vendite aumentano e il padrone si siede felice con il suo

impiegato e non vuole che se ne vada. Preoccupatevi per l'esito degli affari nel posto in cui lavorate. È necessario guadagnarsi il favore del proprio datore di lavoro.

Se volete che la gente sia felice con voi, è necessario che vi sentiate felice con gli altri. Se non siete felici al lavoro, se non volete sorridere, vi consigliamo di ascoltare buona musica.

Ricordate che la musica compie miracoli. In questo modo potrà cambiare il vostro carattere. Quando ascoltiamo buona musica, quando passiamo lunghi momenti assorti nell'ascoltare buona musica, eleviamo la nostra mente a livelli più alti di coscienza.

La mente irradia onde che viaggiano attraverso lo spazio. Quelle onde passano da un cervello ad un altro. Una prova della realtà di queste onde l'abbiamo nella telepatia.

Quante volte camminiamo per strada ed improvvisamente ci assale il ricordo di qualcuno; allora succede che ci incontriamo con la persona che ricordiamo, questa è telepatia. Le onde mentali di quella persona sono arrivate a noi e noi, a nostra volta, le abbiamo captate.

Nel nostro organismo abbiamo un vero sistema senza fili. La ghiandola pineale, situata nella parte posteriore del cervello, è il centro emittente del pensiero e il plesso solare, situato nella regione dell'ombelico, è l'antenna ricevente. La ghiandola pineale è la sede dell'anima, la finestra di Brahama. Attraverso questa finestra, l'anima entra nel corpo e ne esce.

La ghiandola pineale è un piccolo tessuto rosso grigio. Questa ghiandola secerne un ormone che regola lo sviluppo degli organi sessuali. Dopo la maturità questa ghiandola degenera in un tessuto fibroso e non secerne più.

La ghiandola pineale è il rompicapo su cui si scervellano i sapienti, il centro emittente del pensiero. Questa ghiandola è sviluppata nei grandi geni della scienza, dell' arte, della filosofia, ecc.

È totalmente atrofizzata negli idioti. I grandi commercianti e gli individui che solitamente hanno ampio successo negli affari hanno, generalmente, questa ghiandola molto sviluppata. La ghiandola pineale è intimamente collegata agli organi sessuali. Dalla potenza sessuale dipende la potenza della ghiandola pineale.

L'uomo o la donna che disperdono malamente le loro energie sessuali falliscono negli affari, perché la ghiandola pineale si atrofizza. Una ghiandola pineale debilitata non può irradiare con forza le onde mentali. Il risultato è l'insuccesso.

Siate prudenti. Non disperdete ignobilmente le vostre energie sessuali. La Bibbia dice: "Non fornicare". Mettete in pratica il Sesto Comandamento; conservate le vostre energie sessuali.

Così si fortificherà la ghiandola pineale e inevitabilmente trionferete. Così potrete irradiare le vostre onde mentali con forza, potere e gloria.

Quelle onde mentali, dopo essere arrivate al centro ricettore (il plesso solare) delle altre persone che si pongono in contatto con voi, vi daranno l'esito che cercate. Siate trionfatori.

Sorridete sempre pieni di sincerità. Vivete allegramente. Lavorate con gusto ed allegria ed il mondo sarà vostro; la sorte vi sorriderà dovunque.

PRATICA

Di fronte allo specchio, contemplate attentamente il vostro volto. Poi pregate:
"Anima mia, tu devi trionfare. Anima mia, tu devi vincere Satana."

“Anima mia, impossessati della mia mente, dei miei sentimenti, della mia vita.”
“Tu devi allontanare da me il Guardiano della Soglia. Tu devi vincerlo.”
“Tu devi impossessarti totalmente di me.”
“Amen, Amen, Amen. “

Recitate questa preghiera per sette volte e poi osservate nello specchio i vostri occhi, le vostre pupille, il centro delle pupille, il centro dell’iride ed immaginatevi pieni di luce, forza e potere. È necessario che cerchiate di penetrare con la mente all’interno dei vostri occhi riflessi nello specchio.

È necessario che cerchiate di vedere, con l’immaginazione, nel centro di quegli occhi riflessi, la bellezza della vostra Anima. È necessario che esclamiate: “Anima mia, voglio vederti, voglio vederti, voglio vederti.”

Perseverate con intensità giornaliera in questo esercizio. Fate la vostra pratica tutte le notti prima di consegnarsi al sonno. Con questo esercizio svilupperete la chiaroveggenza. Praticate dieci minuti ogni giorno. Questo è tutto.

LA CHIAROVEGGENZA

È necessario che sappiate che esiste un sesto senso. Questo è la chiaroveggenza. Tale facoltà risiede nella ghiandola pineale.

Quando svilupperete la chiaroveggenza potrete leggere il pensiero altrui come un libro aperto. Quando sarete chiaroveggenti potrete vedere l’anima delle persone. Quando sarete chiaroveggenti potrete vedere l’io delle persone.

Allora comprenderete che l’anima non è l’io. L’io è il Satana in noi. La chiaroveggenza ci permette di vedere ciò che si trova oltre la

morte.

Con gli esercizi che noi vi daremo, svilupperete completamente la chiaroveggenza. Dovete praticare questi esercizi. Vogliamo che ci scriviate comunicandoci tutte le vostre impressioni.

CAPITOLO VII – IMPARARE A RISOLVERE I PROBLEMI

Nella vita, l'uomo affronta innumerevoli problemi. Ogni persona ha bisogno di sapere come risolvere intelligentemente ognuno di questi problemi. È necessario comprendere ogni problema. La soluzione a qualsiasi problema si trova nel problema stesso.

È arrivata l'ora di imparare a risolvere i problemi. Esistono molti problemi: economici, sociali, politici, religiosi, familiari, ecc. Noi dobbiamo imparare a risolverli intelligentemente. La cosa più importante per la soluzione di ogni problema è non identificarsi con il medesimo. Ognuno ha una certa tendenza ad identificarsi con il problema ed è tanta l'identificazione, che di fatto, ci trasformiamo nel problema stesso. Il risultato di una simile identificazione è che non riusciamo a trovare la soluzione perché un problema non può mai risolvere un altro problema.

Per risolvere un problema si ha bisogno di moltissima pace e di quiete mentale. Una mente inquieta, in conflitto, confusa, non può risolvere alcun problema. Se avete un problema molto grave non identificatevi con il problema, non dovete trasformarvi in un altro problema, ritiratevi in un luogo di sano svago: un bosco o un parco, o la casa di un amico molto intimo, ecc. Distraetevi con qualcosa di diverso, ascoltate buona musica e poi, con la mente tranquilla e quieta, rimanendo in perfetta pace, cercate di comprendere profondamente la questione che vi si presenta, ricordando che la soluzione di ogni problema si trova nel problema stesso.

Ricordatevi che senza pace non si può fare niente di nuovo. Avete bisogno di quiete e pace per risolvere il problema che vi si presenta nella vita.

È necessario che pensare in un modo completamente nuovo riguardo al problema che volete risolvere; questo è possibile solo se avete la tranquillità e la pace.

Nella vita moderna abbiamo moltissimi problemi e disgraziatamente, non godiamo di pace. Questo è un vero rompicapo perché senza pace non possiamo risolvere i problemi.

Abbiamo bisogno di pace e dobbiamo studiare a fondo questa questione. Abbiamo bisogno di scoprire qual è il fattore principale che pone termine alla pace dentro e fuori di noi, abbiamo bisogno di scoprire qual è la causa del conflitto.

È arrivata l'ora di comprendere a fondo, in tutti i livelli della mente, le infinite contraddizioni che abbiamo dentro, perché quello è il principale fattore di discordia e di conflitto.

Comprendendo a fondo la causa di una malattia, curiamo il malato. Conoscendo a fondo la causa del conflitto poniamo fine al conflitto: il risultato è la pace.

Dentro di noi e intorno a noi esistono migliaia di contraddizioni che formano i conflitti. Quello che realmente esiste dentro di noi, esiste anche nella società perché questa è, come abbiamo già detto tante volte, un'estensione dell'individuo.

Se dentro di noi ci sono contraddizione e conflitto, ci sono anche nella società. Se l'individuo non ha pace, nemmeno la società l'avrà e, in queste condizioni, tutta la propaganda per la pace risulta, di fatto, totalmente inutile.

Se ci analizziamo con cura, scopriamo che dentro noi stessi esiste uno stato costante di affermazione e negazione. Quello che vogliamo essere e ciò che siamo realmente. Siamo poveri e vogliamo essere milionari, siamo soldati e vogliamo essere generali, siamo soli e vogliamo essere sposati, siamo impiegati e vogliamo essere dirigenti, ecc.

Lo stato di contraddizione genera conflitto, dolore, miseria morale, atti assurdi, violenze, maldicenze, calunnie, ecc. Lo stato di contraddizione nella vita non potrà mai portarci la pace. Un uomo senza pace non potrà mai risolvere i suoi problemi.

Avete bisogno di risolvere i vostri problemi intelligentemente e pertanto, è urgente che abbiate una pace costante. Lo stato di contraddizione impedisce la soluzione dei problemi; ogni problema implica migliaia di contraddizioni. Farò questo? Quello? Come? Quando? ecc. La contraddizione mentale crea conflitti e frustra la soluzione dei problemi.

Prima abbiamo bisogno di risolvere le cause della contraddizione per poi porre termine al conflitto. Solo in questo modo viene la pace e con questa, la soluzione dei problemi. È importante scoprire la causa delle contraddizioni; è necessario analizzare dettagliatamente questa causa. Solo così è possibile porre fine al conflitto mentale.

Non è corretto incolpare gli altri delle nostre contraddizioni interne. Le cause di queste contraddizioni sono dentro di noi: esiste un conflitto mentale tra quello che siamo e quello che vogliamo essere, tra ciò che è un problema e ciò che noi vogliamo che sia. Quando abbiamo un problema di qualsiasi tipo, sia morale, economico, religioso, familiare, coniugale, ecc., la nostra prima reazione è pensarci, resistergli, negarlo, accettarlo, spiegarlo, ecc.

È necessario comprendere che con l'angoscia mentale, con la contraddizione, con la preoccupazione, con il conflitto, non si può risolvere alcun problema. Il modo migliore di reagire di fronte ad un problema è il silenzio. Mi riferisco al silenzio della mente. Questo silenzio giunge quando non si pensa al problema. Questo silenzio arriva quando comprendiamo che con il conflitto e le contraddizioni non si risolve niente. Questo silenzio non è un dono speciale di nessuno, né una capacità di un certo tipo.

Nessuno può coltivare questo silenzio; sopraggiunge da solo. Si verifica quando comprendiamo che nessun problema si risolve resistendogli, accettandolo, negandolo, affermandolo o spiegandolo, ecc.

Dal silenzio mentale nasce l'azione intelligente, l'azione intuitiva e saggia che risolverà il problema, per difficile che sia; questa azione intelligente non è il risultato di nessuna reazione. Quando percepiamo il fatto, il problema; quando ci rendiamo conto del fatto senza affermarlo, negarlo o spiegarlo; quando non accettiamo il fatto né lo rifiutiamo, allora arriva il silenzio della mente. Nel silenzio fiorisce l'intuizione. Dal silenzio affiora l'azione intelligente che risolve totalmente il problema. Solo nella quiete e nel silenzio mentale ci sono libertà e saggezza. Il conflitto mentale è distruttivo e rovinoso. Il conflitto mentale è il risultato dei desideri opposti: vogliamo e non vogliamo, desideriamo questo e quello. Siamo in contraddizione costante e ciò, di fatto, è un conflitto. La contraddizione costante che esiste dentro di noi si deve alla lotta dei desideri opposti: c'è un'incessante negazione di un desiderio per un altro desiderio, un impegno si sovrappone ad un altro impegno.

Non esiste un desiderio permanente nell'essere umano; ogni desiderio è passeggero, vogliamo un lavoro e quando si ottiene si desidera un altro lavoro. L'impiegato vuole essere dirigente, il curato vuole

essere vescovo. Nessuno è soddisfatto di quello che ha. Tutti sono pieni di desideri insoddisfatti e vogliono soddisfazione.

La vita è una successione assurda di desideri fugaci e vani. Quando comprendiamo profondamente che tutti i desideri della vita sono fugaci e vani, quando capiamo che il corpo fisico è generato nel peccato e che il suo destino è la putredine del sepolcro, allora, da questa profonda comprensione nasce la vera pace della mente; spariscono la contraddizione ed il conflitto. Solo la mente che è in pace può risolvere i problemi. La pace si trova nel silenzio della mente.

La contraddizione sorge dalla caparbietà, quando la mente si afferra ad un solo desiderio; quando vuole che a tutti i costi, a prezzo di qualsiasi cosa, si realizzi il suo desiderio, è logico che deve esserci un conflitto. Se osserviamo con cura due persone che stanno discutendo di un problema, potremo confermare che ogni persona si afferra al suo desiderio, ogni persona vuole vedere soddisfatto il suo desiderio e questo, come è naturale, forma un conflitto mentale. Quando risolutamente vediamo la vanità dei desideri, quando comprendiamo che il desiderio è la causa dei nostri conflitti e amarezze allora avremo la vera pace.

PRATICA

Seduto su una comoda poltrona, o sdraiato sul letto, chiudete gli occhi. Poi concentratevi dentro di voi studiando noi stessi, studiando i nostri desideri, le nostre contraddizioni.

È necessario che comprendiate quali sono i vostri desideri contraddittori affinché conosciate, in questo modo, le cause dei vostri conflitti interni.

Con la conoscenza delle cause del conflitto mentale arriva la pace della mente. Praticate quotidianamente questo semplice esercizio.

È necessario che conosciate voi stessi.

CAPITOLO VIII – L'ALCOLISMO

Questo vizio ha tre aspetti perfettamente definiti:
a) Inizio
b) Intossicazione
c) Morte

INIZIO

Alcune persone iniziano questo orribile vizio nell'età dell'adolescenza, altre nella gioventù, altre ancora nella maturità e, la minor parte, nella vecchiaia. Le cause che portano le persone al vizio dell'alcolismo sono molte.

L'adolescente che inizia questo orribile cammino lo fa con il proposito di diventare un "uomo completo"; ha un falso concetto della virilità; crede che essere uomo significhi essere ubriacone, fumatore, fornicatore, adultero, ecc. Il giovane arriva al barbaro vizio dell'alcol, sedotto dai suoi amici o amareggiato dalle sofferenze.

Molte volte una delusione amorosa o una situazione economica difficile possono essere il motivo basilare per cominciare nel cammino fatale dell'alcolismo. L'uomo maturo che entra in questo orribile sentiero dell'alcol lo fa, come sempre, mosso dalla molla delle proprie amarezze; forse la morte di un essere caro, una delusione amorosa, un divorzio, la perdita del lavoro e della fortuna economica, ecc.

Con i primi bicchieri l'organismo umano si ribella. All'inizio l'organismo non è ancora intossicato ed è chiaro che rifiuta energicamen-

te l'ingrediente dannoso dell'alcol, al quale non è abituato.

Il vomito, i malesseri dello stomaco dopo le grandi ubriacature, ecc., sono sintomi che utilizza l'organismo per eliminare l'ingrediente nocivo.

La lotta dell' organismo suole essere molto forte, però la volontà maligna si propone di violentarlo e ci riesce. Non c'è ubriacone che non abbia la sua tragedia morale.

L'ubriacone già intossicato sa custodire molto in segreto questa tragedia. L'ubriacone che sta iniziando questo vizio esteriorizza sempre la sua tragedia, però quando comprende che la gente non lo capisce, preferisce stare zitto.

INTOSSICAZIONE

Vinte le difese dell'organismo umano, sopraggiunge l'intossicazione da alcol. Arrivando a questa seconda fase l'organismo non riesce più a sentirsi bene senza l' alcol.

Il medico intossicato dall'alcol non può fare un'operazione chirurgica senza la sua bevanda prediletta; il polso gli trema e se la esegue, gli riesce molto male. Il commerciante non può dedicarsi agli affari senza l'alcol, si sente timido e nervoso e fallisce. L'operaio è incapace di lavorare senza la bevanda, si sente senza forze.

L' alcol si trasforma in una necessità per l'organismo intossicato. L'intossicato beve e beve, stimolato dalla molla segreta della sua tragedia morale. Alcuni ubriachi mangiano e bevono; questi durano di più. Altri non mangiano per "non perdere l'ubriacatura" (loro dicono); questi muoiono presto.

Il cibo favorisce la digestione nel suo insieme, ma la mancanza di cibo lascia di fatto l'organismo totalmente indifeso; il risultato è la morte rapida.

MORTE

Ogni intossicazione da alcol si conclude con la morte. Il decesso può avvenire per ulcera, per epatite, per cirrosi epatica o, in generale, per qualsiasi cattivo funzionamento del fegato, dello stomaco, ecc.

Clinicamente si è potuto provare che gli ubriachi che vivono di più sono quelli che mangiano mentre bevono; quelli che vivono meno sono coloro che bevono e non mangiano mentre stanno bevendo. La morte dell'ubriacone è molto brutta. Nelle cliniche e negli ospedali diventano molto nervosi per mancanza dell'alcol. Reclamano, gridano, esigono la bottiglia; la loro disperazione è spaventosa. Alcuni muoiono vomitando sangue, altri con terribili diarree sanguinolente, ecc.

LA PSICOLOGIA DELL'UBRIACO

L'ubriaco pienamente intossicato sciupa tutto nel vizio; quando l'intossicato non può sciupare più nulla, allora diventa mendicante, ladro, truffatore, o nel migliore dei casi, niente più che un semplice questuante di alcol, un "mendicante di alcol".

L'intossicato perde ogni concetto dell'onore, della dignità, della responsabilità, ecc.; gli interessa solamente un'unica cosa nella vita: bere. L'alcol si trasforma, per l'intossicato, in una necessità vitale, fondamentale; questo è tutto.

Le cose serie della vita non hanno nessun valore per l'intossicato da alcol; lui è completamente irresponsabile. L'intossicato è immorale nel senso più completo della parola. La dignità, l'onore, l'onestà specchiata, la responsabilità morale, la promessa, la virtù, ecc. non hanno assolutamente nessuna importanza per l'intossicato da alcol. L'ubriacone incallito ride di tutte queste qualità umane e si sente perfino infinitamente superiore a tutti i suoi simili.

CAMPAGNA CONTRO L'ALCOL

La vera campagna efficace contro l'alcol si realizza spiegando con tutti i dettagli i tre aspetti definiti di questo vizio orribile. Questi tre aspetti del cammino dell'alcol: inizio, intossicazione e morte, devono essere segnalati a casa, a scuola, all'università, nelle accademie, nelle chiese, nelle logge, negli ashram, nei santuari, ecc.

Questa è la maniera migliore di fare una campagna efficiente contro l'alcolismo. Le leggi che proibiscono duramente la vendita dell'alcol risultano inutili perché gli ubriaconi, allora, si inventano astutamente un modo di fabbricare clandestinamente bevande che producono ebrezza.

Questo arreca più danno che beneficio alla società. Solo la comprensione creatrice può salvare le persone dal cadere in questo orribile e spaventoso vizio. Il sistema d'insegnamento audiovisivo è meraviglioso per combattere il vizio dell'alcol.

IL FOCOLARE

La vera educazione comincia nel focolare. I padri di famiglia che bevono danno il cattivo esempio ai loro figli, conducono i figli sul cammino fatale dell'abisso. Nelle case bisogna insegnare ai figli ciò che rappresenta questo orribile vizio, i tre aspetti di tale orrendo cammino.

Questo tipo di insegnamento, accompagnato dal buon esempio, è fondamentale per prevenire le nuove generazioni contro il vizio dell' alcol. Quello che si impara bene a casa, non si dimentica mai.

MEDITAZIONE ED UBRIACHEZZA

La meditazione e l'ubriachezza sono i due poli opposti di una stessa forza. La meditazione è positiva. L'ubriachezza da alcol è negativa.

Lo Gnostico Rosacroce deve bere il vino della meditazione nella coppa sacra della concentrazione. È necessario mantenerci lontani dall'aspetto negativo. È necessario non cadere nell'aspetto negativo della mente. Il vizio dell'alcol appartiene all'aspetto negativo della mente. L'ubriaco si sommerge negli inferni atomici della Natura e si perde nell'abisso.

È meglio bere il vino della meditazione nella coppa sacra della concentrazione del pensiero. Concentriamo il pensiero sul nostro Dio interno. Meditiamo profondamente su di Lui per ore intere. Così arriveremo al Samadhi, all'estasi ineffabile. Allora potremo conversare con gli dei ed entrare nei Grandi Misteri della Natura. Questo è meglio del "delirium tremens" (che permette all'ubriaco di penetrare negli inferni atomici della Natura per convivere con i demoni dell'abisso).

Le visioni del "delirium tremens" degli ubriachi sono veramente reali; quello che vedono nelle loro visioni esiste realmente. Vedono larve, demoni e mostri orribili che realmente esistono negli inferni atomici della Natura universale. Loro penetrano nell'abisso e vedono gli esseri dell'abisso; esseri perversi che vivono negli inferni atomici della Natura.

LARVE DELL'ALCOL

Ogni essere umano possiede un'atmosfera atomica percettibile dai chiaroveggenti. Queste larve vivono nella quarta dimensione.

Tra parentesi, dobbiamo dire che la fisica moderna già comincia ad ammettere le quattro coordinate, la quarta dimensione, la quarta verticale. L'ubriaco porta nella sua atmosfera ultrasensibile, larve da alcol che lo stimolano nel vizio che gli diede vita, spingendolo a bere. Queste larve si disintegrano solamente con il fumo dello zolfo.

OSMOTERAPIA

I profumi, combinati con la forza mentale, costituiscono un sistema meraviglioso di cura. Si possono curare gli ubriachi combinando saggiamente questi due elementi.

Indicazioni: avete qualche essere caro vittima del vizio dell'alcol? Quando questo è addormentato, stringete la mano destra con quella del vostro caro. Fategli annusare un profumo delizioso, un estratto di rosa ed in seguito, con voce molto soave, parlategli come se fosse sveglio. Consigliatelo, spiegategli in modo dettagliato ciò che è il vizio orribile dell'alcol.

Ricordatevi che quando il corpo dorme, l'ego esce dal corpo e va verso la quarta dimensione. Le parole che si dicono al dormiente arrivano al timpano dell'orecchio, passano al centro sensoriale del cervello e poi si trasmettono all'ego anche quando questo si trova molto lontano dal corpo fisico. Al risveglio, l'ego torna al corpo fisico e, se non ricorda quello che gli avete detto, potete star sicuri che tutto ciò che gli avete suggerito è rimasto nel subconscio del vostro essere amato.

Quelle parole produrranno, a poco a poco, il loro effetto ed infine, arriverà il giorno in cui il paziente guarisce dal vizio orribile dell'alcol.

PRATICA

Sdraiatevi e rimanete tranquillamente nel vostro letto. Aprite le braccia e le gambe a destra e sinistra per formare la stella fiammeggiante a cinque punte. Rilassate bene i muscoli. Il processo di rilassamento è facile se si combina con l'immaginazione. (Praticate l'esercizio di rilassamento come si è indicato nel Capitolo II).

RILASSAMENTO MENTALE

Dopo aver ottenuto il rilassamento del corpo fisico, è necessario rilassare la mente. Il rilassamento mentale si ottiene anche con l'aiuto dell'immaginazione. Osservate tutti i pensieri che vi vengano in mente, tutti i ricordi che vi assalgono, tutte le inquietudini, ecc.

Studiateli per conoscere la loro origine. Lo studio di tutto questo vi rivelerà molte cose; vi farà conoscere i vostri difetti, i vostri errori, ecc. Così conoscerete come lavora il vostro io, il vostro ego. Analizzate ogni difetto. Cercate di comprendere ogni difetto in tutti i livelli della mente. Studiate ogni pensiero, ricordo o emozione che sopraggiunge. Comprendete ogni pensiero, poi immaginate un abisso profondo. Gettate ogni pensiero studiato, ogni ricordo, inquietudine, ecc. in questo abisso. Così la vostra mente rimarrà quieta e in silenzio. Nella quiete e nel silenzio della mente potrete vedere ed udire l'Intimo. Lui è il Maestro interno. Lui è il vostro Dio interno.

CONCENTRAZIONE

Quando la mente ha raggiunto l'assoluta quiete e silenzio può concentrarsi sull'Intimo. Questa concentrazione si fa con l'aiuto della preghiera. Pregate l'Intimo. Cercate di conversare con l'Intimo.

Ricordate che pregare è conversare con Dio. Potete pregare senza formule, cioè dialogando con Dio; dirgli con infinito amore quello che il vostro cuore sente.

MEDITAZIONE

Chi raggiunge la perfetta concentrazione può meditare sul suo Dio interno. Riflettete sul vostro Dio intimo, identificatevi con Lui, vivete in Lui.

CONTEMPLAZIONE

Chi impara ad acquietare la mente, a concentrare la mente e a pregare, può praticare la meditazione perfetta e raggiungere le vette della contemplazione interna. Arrivando a queste cime siamo in estasi.

Possiamo conversare faccia a faccia con gli dei ineffabili, studiare le meraviglie del cosmo immenso e viaggiare attraverso l'infinito nello Spirito e nell'Anima. In tale stato di estasi, il corpo fisico rimane addormentato e abbandonato.

Ora comprenderete perché conviene praticare questi esercizi negli istanti in cui abbiamo sonno. La sonnolenza è un potere di cui bisogna approfittare per raggiungere coscientemente l'estasi.

CAPITOLO IX – LA MENTE UNIVERSALE

La convivenza sociale si basa necessariamente sui funzionalismi della mente. È necessario esplorare profondamente i diversi livelli della mente.

La sfera del pensiero in cui l'uomo vive non è mai chiusa nella limitata circonferenza del cranio, come generalmente suppongono gli ignoranti, e perfino gli ignoranti dotti del mondo.

Se esistesse un uomo così, come credono queste persone, sarebbe certamente l'uomo più disgraziato del mondo. Un uomo con il pensiero chiuso nel cranio non potrebbe vedere né percepire niente, sarebbe un completo idiota che vive nelle tenebre più profonde.

Questa disgraziata creatura non potrebbe vedere il Sole, né la Luna, né le stelle, né la terra sulla quale viviamo, né le persone, né le cose, né la luce. Niente di ciò che è, esisterebbe nella mente di un simile uomo; questo si spiega per il fatto che l'uomo non può percepire niente che non esista prima nella sua mente.

Emmanuel Kant disse nella sua "Critica della Ragione Pura": "L'esterno è l'interno". Tutto l'universo esiste nella Mente Cosmica. La sfera mentale di ogni persona si estende per tutto il cosmo e arriva fino alle stelle più lontane.

Questa è la causa per cui vediamo, ascoltiamo e percepiamo tutto il creato. Questo è il motivo per cui possiamo vedere le stelle più lontane. Il nostro pensiero si estende per tutto il cosmo. Il nostro pen-

siero penetra dovunque: mondi, soli, persone e cose, tutto si trova nel pensiero di ogni uomo.

La mente è energia universale. La mente vibra e scintilla in tutto il creato. Il cervello non è la mente. Il cervello è unicamente un centro ricettore, un ufficio radio-telegrafico che riceve i messaggi della mente. Il cervello non pensa. Chi pensa è la mente, e questa non è il cervello. Le religioni dicono che l'anima umana ha un corpo di carne ed ossa. I teosofi sostengono che l'anima, oltre al corpo di carne ed ossa, ha un corpo mentale. Tutte le scuole d'Oriente ed Occidente che si dedicano allo studio dell'occultismo, insegnano ai loro studenti ad utilizzare il corpo mentale. L'anima avvolta nel corpo mentale può trasportarsi a volontà in altri pianeti e vedere quello che lì accade.

Tutto l'universo si trova nella mente umana. Tutte le menti stanno dentro a tutte le menti. Viviamo mutuamente nella sfera del pensiero altrui. I problemi economici e sociali di ogni persona vivono in tutte le persone; nessuno risulta estraneo a nessuno. Tutti siamo dentro la mente di tutti. Il mendicante vive nella mente del ricco e quest'ultimo nella mente del mendicante. Tutti siamo sommersi nell'oceano della Mente Universale.

IMMAGINAZIONE E VOLONTÀ

I due poli della mente sono l'immaginazione e la volontà. L'immaginazione è femminile. La volontà è maschile.

La chiave del successo si trova nell'immaginazione e nella volontà unite in vibrante armonia.

AZIONE MENTALE

L'inventore concepisce con la sua immaginazione: il telefono, la radio, l'automobile, ecc., e poi con la volontà li plasma, li trasforma in

fatti, in realtà concrete.

Gli stilisti di Parigi dettano la moda così come la concepiscono nella loro immaginazione.

EPIDEMIE MENTALI

Se un uomo pensa, tanto in senso buono come cattivo, le onde che emanano dalla sua mente arriveranno al corpo mentale di ogni individuo. Le onde mentali si propagano da tutte le parti. Quando le onde sono di saggezza ed amore, beneficiano tutti quelli che le ricevono. Quando le onde sono permeate dalla devozione e venerazione verso Dio, portano pace e consolazione a tutti quelli che stanno soffrendo.

Le onde mentali velenose danneggiano la mente altrui. Le onde mentali di odio, invidia, cupidigia, lussuria, orgoglio, pigrizia, gola, ecc., producono epidemie mentali. Le onde mentali perverse avvelenano con la loro radioattività, molte menti deboli. Il caso dei "ribelli senza motivo" è un buon esempio di quelle che sono le epidemie mentali.

La causa di questa epidemia mentale dobbiamo cercarla nell'immaginazione usata male. I cinematografi esibiscono pellicole di banditi e pistoleri che poi si registrano nella mente dei più giovani. I genitori regalano ai propri figli: pistole, carri armati, cannoni, soldatini di piombo, mitragliatrici giocattolo, ecc.

Tutto questo si riflette con forza nell'immaginazione dei bambini e degli adolescenti. Poi arrivano le riviste ed i racconti di ladri e polizia, le riviste pornografiche, ecc.

Il risultato di tutto questo non si fa aspettare: in poco tempo, il bambino, l'adolescente si trasforma di fatto in un ribelle senza motivo e, più tardi, nel ladro, nel bandito professionista, nel truffatore, ecc.

È necessario praticare l'igiene mentale. È urgente una medicina preventiva. Coltivate la sapienza e l'amore. Fate molta preghiera ogni giorno.

Selezionate le opere d'arte, vi consigliamo la buona musica, la musica classica, la buona pittura, le opere di un Michelangelo, le grandi opere, ecc. Evitate gli spettacoli dannosi per la mente: gli spettacoli sanguinari come la boxe, la lotta libera, i tori, ecc. Questi tipi di spettacoli producono epidemie mentali. Curate la vostra mente; non permettete che nel tempio della mente penetrino i cattivi pensieri. Siate puri nel pensiero, nella parola e nell'opera. Insegnate ai vostri figli tutto il buono, la verità e il bello.

ORIGINE DELLA MENTE UNIVERSALE

La Grande Realtà Divina sorse dal proprio seno nell'aurora di questo universo solare nel quale viviamo, ci muoviamo ed abbiamo il nostro Essere.

La Grande Realtà non conosce se stessa, però nel contemplarsi nello specchio vivente della Grande Immaginazione della Natura arriva infine a conoscersi. In questo modo si crea un' attività mentale, vibratoria, attraverso la quale, la Grande Realtà conosce le sue immagini infinite che brillano meravigliose nello scenario cosmico. Tale attività, che uscendo dalla periferia si dirige verso il centro, è ciò che si chiama Mente Universale.

Tutti gli esseri vivono sommersi nell'oceano infinito della Mente Universale. Così tutti viviamo in tutti. Nessuno può separarsi mentalmente. "L'eresia della separazione è la peggiore delle eresie".

L'attività intellettuale della Mente Universale proviene da una forza centripeta; siccome ad ogni azione segue sempre una reazione, la forza centripeta, trovando una resistenza nel centro, reagisce e crea un'attività centrifuga chiamata Anima Cosmica. Questa Anima Co-

smica, vibratoria, è un mediatore tra il centro e la periferia; tra lo Spirito Universale di Vita e la Materia; tra la Grande Realtà e le sue Immagini Viventi.

Un Grande Maestro disse: "L'anima è il prodotto dell'azione centrifuga dell'attività universale spinta dall'azione centripeta dell'immaginazione universale".

TERMINI:

Centrifuga: è la forza che cerca di allontanarsi dal centro. La forza che va dal centro alla periferia.

Centripeta: è la forza che è attratta dal centro. La forza che fluisce dalla periferia al centro.

Ogni individuo può fabbricare l'anima. Quando conosciamo la tecnica della meditazione interna, quando dirigiamo il potere mentale all'interno del nostro stesso centro, la resistenza che troveremo internamente causerà la sua reazione e quanto più vigorosa sia la forza centripeta che applichiamo, tanto più vigorosa sarà anche la forza centrifuga che si forma. Così fabbrichiamo l'anima. Così l'anima cresce e si espande.

L'anima forte e robusta incarna e trasforma il corpo fisico: lo trasforma in materia più sottile ed elevata fino a convertire anch'esso in anima.

PRATICA

Imparate ad usare la vostra immaginazione e la vostra volontà, unite in vibrante armonia. Sdraiati sul letto o seduti su di una comoda poltrona, immaginate un luogo lontano ben conosciuto (una casa, un parco, qualche viale, una città, ecc.). Addormentatevi con questa immagine nella mente. Quando state per addormentarvi, con l'im-

magine, nella mente, visualizzate questi luoghi; dimenticatevi del luogo dove si trova il vostro corpo, mettete in gioco la vostra forza di volontà e, pieno di grande fiducia in voi stessi, camminate nel luogo immaginato.

Camminate come se foste in carne ed ossa nel luogo visualizzato. Se la pratica si realizza correttamente, vi sdoppierete e allora, la vostra anima si trasferirà in quel luogo dove potrà vedere ed ascoltare tutto ciò che vi succede.

Se un uomo pensa, tanto in senso buono come cattivo, le onde che emanano dalla sua mente arriveranno al corpo mentale di ogni individuo.

APPENDICE – IL CORPO E L'ALIMENTAZIONE

Il corpo fisico è uno dei meravigliosi strumenti che l'uomo possiede per esprimersi. Considerando questo corpo dal punto di vista strettamente fisico, è ciò che potremmo chiamare una macchina, della quale l'alimento è il combustibile. A seconda del tipo di combustibile usato, questa macchina lavorerà e servirà da strumento.

Molte volte incontriamo persone che irradiano un atteggiamento di gioia, felicità, salute, ottimismo, simpatia, amore, ecc. Queste persone si guadagnano l'amicizia di tutti; possiedono una forza di attrazione, un "magnete" irresistibile...

Altri sono deboli e carenti di questo magnetismo così meraviglioso, falliscono e quando cercano di ricevere aiuto da altre persone, quando gestiscono qualche affare, i loro clienti gradualmente se ne vanno.

La psicologia ha scoperto che il carattere di una persona dipende dal suo stato interno. Il carattere non si sviluppa nel corpo fisico però si manifesta in esso e, se il corpo fisico non è in buono stato, allora il nostro lato interno non può esprimersi efficacemente.

È indispensabile che ogni persona si nutra in modo sufficiente. Quando la nutrizione è imperfetta, il sangue si debilita e si impoverisce, debilitando anche le cellule. Uno dei migliori mezzi per ottenere la completa nutrizione con l'alimento abituale, consiste nel masticare perfettamente il cibo.

Gli alimenti ingeriti a metà perdono gran parte del loro valore nutritivo. Altro punto di grande importanza è l'idratazione del corpo: l'uso appropriato dell'acqua in beneficio dell'organismo. La minima quantità di acqua richiesta giornalmente è di due litri e mezzo. Se l'acqua scarseggia, alcune ghiandole non possono lavorare efficientemente, il corpo non elimina bene i rifiuti dell'organismo, il fegato non funziona bene, ecc.

DIETA VEGETARIANA

La maggior parte delle persone credono che un pranzo senza carne sia incompleto. Niente è più errato, perché la scienza ha dimostrato che il nutrimento ottenuto dai vegetali ha un potere di sostentamento maggiore.

Tutti gli animali portano in sé i veleni della putrefazione. Il sangue venoso è pieno di acido carbonico e di altre sostanze nocive. Queste sostanze dannose e ripugnanti si trovano in ogni parte della carne, e quando mangiamo tali alimenti riempiamo il nostro corpo con quelle tossine.

Esistono prove abbondanti che dimostrano che la dieta carnivora stimola la ferocia. Osserviamo la ferocia delle bestie da preda e la crudeltà dei cannibali e facciamo un confronto con la forza e la prodigiosa docilità del bovino, dell'elefante, del cavallo...

Però, non dobbiamo saltare alla conclusione che tutti devono smettere di mangiare la carne improvvisamente e dedicarsi a mangiare i vegetali. Sarebbe una pazzia se una persona cambiasse la sua dieta ordinaria che ha usato per anni e che la sta nutrendo adeguatamente.

Eliminare la carne dalla dieta ordinaria delle persone abituate ad essa, minerebbe completamente la loro salute.

L'unica maniera sicura di procedere è prima di tutto, sperimentare e studiare le cose.

Dovete avere molta cura della vostra alimentazione. Non vi chiediamo di lasciare la carne di colpo però vi avvertiamo che la carne, quando si consuma in grandi quantità (per esempio: tutti i giorni) è come un veleno per il corpo. Il Dott. Arnold Krumm Heller, Professore di Medicina dell'Università di Berlino e grande medico Gnostico, sosteneva che tra tutti gli alimenti, l'uomo dovrebbe consumare solamente un 20% di carne.

Noi abbiamo comprovato che alcuni alimenti come il grano, l'uovo, l'avocado, ecc. possono sostituire la carne. I cereali in generale sono di grande valore nutritivo. La proteina del latte di mucca è meravigliosa. Il latte del fagiolo di soia è molto nutriente e la sua composizione chimica è simile a quella del latte di mucca.

Gli alimenti si devono usare in modo bilanciato per procurarsi il nutrimento migliore. Evitate di mangiare pane bianco.

La farina bianca è dannosa e non ha nessun valore nutrizionale. Mangiate pane integrale, banane, farina di mais, invece del pane bianco e della farina bianca.

Mangiate molti vegetali. Ricordate che i vegetali sono fonte di grande alimento. Le vitamine si trovano nei vegetali.