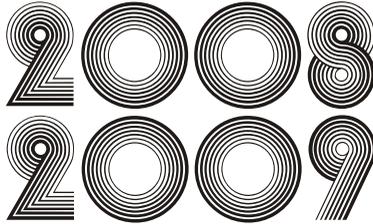


Cerchio Ifior

# **Annali del Cerchio**



*edizione privata*



# Indice

---

## **5 gennaio 2008**

*Incontro con le Guide* . . . . . 5

*Sommario: Le emozioni* . . . . . 5

## **19 maggio 2008**

*Essere vittima di se stessi* . . . . . 21

## **23 maggio 2008**

*Domande alle Guide* . . . . . 25

*Sommario: Emozione e comprensione - La meditazione* . . . . . 25

## **20 giugno 2008**

*Vivere la vita senza subirla* . . . . . 29

## **giugno 2008**

*Domande alle Guide* . . . . . 35

*Sommario: Le ultime teorie psicologiche - L'illusione e ciò che si crede di volere - L'intenzione della coscienza e quella dell'io - L'io e la Realtà* . . . . . 35

## **2 luglio 2008**

*Perdonare se stessi* . . . . . 39

## **22 luglio 2008**

*Essere sinceri con se stessi* . . . . . 43

## **agosto 2008**

*Domande alle Guide* . . . . . 49

*Sommario: La cristallizzazione - Le razze - Lo psicosomatismo - L'identificarsi con i problemi degli altri - Le vite precedenti - L'ambiente - Affrontare le paure - Il Dna e le razze - I traumi infantili* . . . . . 49

## **novembre 2008**

*Domande alle Guide* . . . . . 67

*Sommario: Il neonato - Il carattere - Gli Extraterrestri - La "via di mezzo" - I sensi di colpa del bambino e i genitori* . . . . . 67

## **gennaio 2009**

*Sarà un anno buono se...* . . . . . 75

## **marzo 2009**

*Domande alle Guide* . . . . . 79

*Sommario: Cercare di far capire agli altri i loro possibili errori -  
Il sarcasmo* - . . . . . 79

## **21 marzo 2009**

*Comprendere davvero l'insegnamento* . . . . . 85

## **9 maggio 2009**

*Incontro con le Guide* . . . . . 89

*Sommario: Carattere e personalità* . . . . . 89

## **6 giugno 2009**

*Incontro con le Guide* . . . . . 111

*Sommario: Ancora su personalità e carattere* . . . . . 111

## **4 luglio 2009**

*Incontro con le Guide* . . . . . 135

*Sommario: Nuovamente su carattere e personalità* . . . . . 135

## **26 settembre 2009**

*Incontro con le Guide* . . . . . 159

*Sommario: primo incontro sulla rabbia* . . . . . 159

## **5 dicembre 2009**

*Incontro con le Guide* . . . . . 187

*Sommario: secondo incontro sulla rabbia* . . . . . 187

**5 gennaio 2008**

---

## **Incontro con le Guide**

*Sommario: Le emozioni*

Buonasera a tutti, benvenuti, buon anno a tutti, perché è iniziato da poco il nuovo anno e, purtroppo, l'ultimo dell'attività pubblica del Cerchio; però cercate di essere comunque contenti, allegri, di esservi ritrovati qua, oggi.

Benissimo; detto questo, direi che posso allontanarmi; tanto, ho da dire delle cose ma le dirò dopo, e vi lascio alla seduta vera e propria. Ciao a tutti, ciao. (Gneus)

La pace sia con tutti voi, figli nostri. (Moti)

Siamo qui, in questo nuovo vostro anno, per rendere nuovo ancora una volta l'incontro tra visibile e invisibile, per renderlo in qualche maniera tangibile, palpabile, per ritrovare la realtà di questo rapporto che si è creato negli anni tra noi che veniamo a parlare e voi che venite ad ascoltare, talvolta interagendo, talvolta unendo semplicemente le nostre vibrazioni, le nostre energie, in un'atmosfera che circonda questo gruppo e che costituisce una sorta di faro per coloro che hanno bisogno di trovare un attimo di serenità in quello che interiormente stanno vivendo.

Questo deve essere il vostro compito, figli nostri, trovare dentro di voi la serenità per quello che state a mano a mano vivendo, senza avere paura di quello che l'esperienza, la vita vi propone di volta in volta.

Vedete, per l'Io – come avete sottolineato questa sera – la paura è uno stato quasi costante; tutto ciò che si trova ad affrontare nel corso dell'esistenza sul piano fisico è ignoto e, come tale, fa paura e spaventa l'Io, che vorrebbe invece essere sempre simile a se stesso in quanto ritiene di essere il centro, il perno della realtà.

Ora voi sapete, dopo tutti questi anni, che questo è un limite e un pregio contemporaneamente da parte dell'Io e dovrete anche aver imparato che, comunque sia, le giornate che vivete vi mettono in continuazione alla prova di fronte a voi stessi, pungolando e costringendo il vo-

stro Io a reagire alle situazioni inaspettate che vi si parano davanti. Cercate di vivere con serenità queste situazioni, ve lo ripeto; cercate di rendervi conto che qualsiasi situazione, anche la più difficile che vi si può presentare nel corso delle vostre vite, se osservata con accettazione di se stessi e con tranquillità, ha in sé comunque una parte positiva che voi potete trovare e scoprire; e scoprire questa parte positiva vi aiuterà ad essere più sicuri di voi stessi, vi porterà a non aver più paura della vita, vi porterà ad andare incontro alle situazioni certi che, comunque, per quanto possano essere situazioni di sofferenza, alla fine tutto si risolverà in un vantaggio per la vostra coscienza e, quindi, per tutto il vostro più intimo essere. So che queste parole possono risultare difficili da accettare per chi, magari, sta vivendo situazioni di gravi malattie o di perdite di persone care; eppure, figli nostri, se voi ricordaste che anche queste malattie e anche questa perdita di persone care hanno in realtà una loro utilità nel Grande Disegno, hanno in realtà un loro scopo ben preciso proprio per voi che le state vivendo e state affrontando quei momenti così tristi, forse riuscireste a viverli, ad accettarli con maggiore tranquillità e maggior serenità, riuscendo a far comprendere al vostro Io che ciò che apparentemente state per perdere o avete perso, in realtà non è una vera perdita, perché nulla va perso nell'economia dell'Assoluto, tutto esiste sempre e sempre esisterà, così come è accaduto; ed ogni rapporto che voi vivete, ogni esperienza che voi fate, ogni piccolo o grande legame che stringete nel corso delle vostre esistenze non durerà quel piccolo attimo che a voi può magari sembrare, ma resterà per sempre indelebilmente scritto nel Grande Disegno che tutto reca in sé.

In questo nuovo anno io vi auguro, figli nostri, da parte mia e di tutti gli altri Fratelli, di trovare serenità e accettazione di voi stessi e, quindi, di imparare ad andare incontro alla vita invece di voltarvi dall'altra parte cercando di evitare ciò che la vita vi suggerisce.

La pace sia con tutti voi, figli. (Moti)  
*(Intervento di Scifo)*

Creature, serenità a voi!

Oh, vi siete spaventati? Cos'è questa paura che avete in continuazione? Pensate un attimo al percorso dell'individuo: l'individuo viene alla luce (è c'è uno scoperto, diciamo), nasce con già il suo piccolo abbozzo di Io, con il suo Io fisico che è già in subbuglio, e gli prende la paura, immediatamente! È forse la prima sensazione, la prima emozione che l'Io avverte nel suo esistere nel mondo fisico: la paura; la paura di aver abbandonato un posto protetto e sicuro per ritrovarsi in qualche cosa di completamente e oscenamente diverso. Allora, cosa fa? Si guarda in giro (ma il più delle volte non vede) non riesce a capire cosa sta succedendo, perché il suo corpo mentale non è ancora in grado di fargli comprendere

la realtà; le sue sensazioni sono ovattate, un po' come se fosse ancora nel ventre della madre, però contemporaneamente è anche tormentato da questi stimoli di luci, di parole, che sente ripercuotere sul proprio fisico; quel fisico che, contemporaneamente, si agita in maniera un po' convulsa e ha all'interno una serie di meccanismi che lo disturbano enormemente; e tutto questo cosa fa? Lo spaventa!

E allora cosa fa? Piange e urla.

Come vedete, quindi, la paura è l'elemento di partenza di tutta la vostra esistenza; ma, chissà, forse è l'elemento costante, uno dei pochi elementi costanti della vostra vita? Ci avete mai pensato a questo, creature? Quanta importanza ha avuto nel corso della vostra vita la sensazione della «paura di vivere»? Voi andate a scuola e avete paura di essere interrogati ... Perché dovete aver paura? Cosa vi può succedere?

*D - Di avere un brutto voto.*

Ma se avete fatto quello che dovevate fare, il voto non sarà mai brutto; quindi la paura è soltanto un senso di colpa, è soltanto un modo per mascherare la propria inefficienza, la propria incapacità di assolvere a ciò che è stato chiesto di fare all'individuo?

Potrebbe essere; potrebbe essere un'ipotesi; cosa dite, creature? (R.: Sì.) Però, non può essere così semplice ... Il neonato si mette a urlare perché ha paura di non ricevere più niente da mangiare (gli hanno tagliato i tubi ... Per forza!) e continuerà a piangere, a urlare, ad aver paura fino a quando non riceverà il suo latte. Non può essere la stessa situazione del ragazzino che ha paura dell'interrogazione. Non può ancora avere sensi di colpa, il bambino appena nato, eppure la paura c'è e continua a esserci.

La persona si innamora, si innamora di un'altra persona e viene il momento in cui, nella maggior parte dei casi, si incomincia a pensare se non sia il caso di unire due destini, e anche qua arriva la paura. Come la giustificate questa paura?

*D - Paura di mostrarsi.*

*D - Di mettersi in gioco.*

*D - L'impegno che uno ha verso l'altro anche, che può essere ...*

Paura dell'Io di essere inadeguato alla situazione che si presenterà.

*D - Di essere abbandonato?*

Paura dell'Io di perdere quello che pensa di avere.

*D - Paura di dover cambiare qualche cosa?*

Paura dell'Io di dover cambiare la propria immagine; e via e via e

via, direbbe Scifo!

Andando ancora più avanti, si arriva al culmine dell'esistenza dell'individuo, al momento agli antipodi di quello della nascita, ed ecco che s'avvicina il momento dell'abbandono del piano fisico e, ancora una volta, ecco che qua arriva la paura ... per tutti; non credete a chi dice «non ho paura di morire» perché non è vero! Certo, uno può anche convincersi che sia così; però, solitamente, ne è convinto fino a quando sa che non sta morendo! Nel momento in cui comincia a sentire, a subodorare che forse il momento è più vicino di quanto pensasse, ecco il groppo nello stomaco, la tensione e la paura! La paura di cosa, creature?

*D - Del dolore fisico.*

*D - Che forse di là non c'è niente.*

*D - La paura di affrontare l'ignoto.*

*D - Di lasciare ciò che si conosce.*

Vedete, tutte queste risposte che avete dato sono tutte vere. Questo, se ci pensate bene – in base a questo breve excursus che abbiamo fatto, che poteva essere molto più complicato ma non mi sembrava il caso – vi mostra come la paura, in realtà, nel corso dell'arco della vita dell'individuo sia andata sempre più frazionandosi e diventando sempre più complessa con l'aggiunta di nuovi elementi, al punto tale che – come avete dimostrato voi stessi un attimo fa – quando, arrivati alla fine della vita, la paura non è più un elemento o due elementi, ma un insieme enorme di elementi che porta a condizionare l'io ad avere queste paure. Voi non avete messo i sensi di colpa, il senso di inadeguatezza rispetto alla nuova esperienza che si sta per vivere, non avete messo la paura di non aver portato a termine quelli che erano i propri compiti nel corso della vita, la paura di lasciare indietro tutto quello che con fatica si è accumulato negli anni, e via e via e via e via. Allora, quale può essere l'elemento più comune della paura?

*D - Soffrire.*

*D - Morire.*

*D - Il cambiamento.*

La cosa più comune della paura è data dal fatto che essa si fonda principalmente sul desiderio. Le vostre paure, in tutte le vostre fasi della vita, nascono tutte dall'impressione di non riuscire ad accontentare, ad esaudire i desideri che di volta in volta vi si presentano nel corso della vostra vita. Il neonato desidera il cibo e ha paura di non riceverlo, il ragazzo desidera essere in grado di dimostrare se stesso all'ambiente che frequenta e ha paura di non riuscirci; l'innamorato desidera raggiungere un

vero rapporto d'amore con l'altro individuo, ma si rende conto che sarà una cosa difficile, faticosa e certamente non sicura di arrivare a buon fine; e l'individuo in punto di morte desidererebbe poter rimediare a tutti gli errori che si è reso conto nel tempo di aver commesso e per i quali non ha più tempo – crede lui – di poter rimediare.

Come vedete, quindi, la base comune della paura è proprio questo suo fondamento sul desiderio; d'altra parte, il desiderio, voi lo sapete, è stato additato anche dal Buddha quale uno degli elementi, se non addirittura il principale, per il quale bisognerebbe lavorare per riuscire ad arrivare a quella benedetta «illuminazione» che tutti vorreste, anche se non sapete cos'è. E voi, creature, desiderate? Quanta parte delle vostre vite, del vostro vivere la vita, è governato dai vostri desideri?

*D - Tutto.*

*D - Tanto.*

*D - Un buon 50%.*

Pessimista! Quanta parte del vostro agire è sincera e quanta invece, in realtà, è soltanto un tentativo di appagare un desiderio, lecito o illecito che esso sia? Quanto desiderate essere sinceri con voi stessi?

*D - In percentuale? Eh, sarebbe bello il 100%!*

E chi vi impedisce di esserlo? Se voleste essere sinceri con voi stessi, è un po' come se voleste cambiare la vostra vita: se volete essere sinceri con voi stessi, siate sinceri con voi stessi! Se non siete sinceri con voi stessi è perché, in realtà, non desiderate esserlo! Perché non desiderate esserlo? ... Sto facendo quello che invece dovrete fare voi, creature; a volte bisogna darvi anche un attimo un percorso, per farvi arrivare all'interno di voi stessi.

*D - Perché abbiamo paura di cambiare.*

*D - Cambiare la nostra immagine.*

*D - Perché siamo abituati a metterci delle maschere, magari.*

*D - Quelle le abbiamo sempre!*

Perché non riuscite ad accettare voi stessi! Se voi, creature, riuscite ad accettare voi stessi, la vostra vita sarebbe diversa, i vostri desideri sarebbero diversi, le vostre paure sarebbero diverse, perché non avreste più bisogno e spinta di dimostrare qualche cosa a voi stessi o agli altri; sapreste già quello che potete o non potete fare. Avete mai pensato a questo, creature?

*D - Sì.*

Ma a volte non basta pensarlo!

*D - Ma non si è mai sicuri di noi stessi, di capirci, di avere coscienza di chi siamo veramente.*

E, allora, quando non si ha sicurezza di se stessi o coscienza di capire chi si è veramente, l'unica possibilità che resta per questo povero individuo incarnato sul piano fisico non è altra che quella di vivere, è corre incontro alla vita, senza aver paura di prendere magari una facciata perché la vita si è fermata improvvisamente per qualche motivo; e, vivendo, si «capisce», si diventa «consapevoli» e, come coronamento, si «comprende»; cosicché alla coscienza di ogni individuo arrivano un po' alla volta tutti quei piccoli dati che la rendono sempre più organica, più complessa, al punto da far creare all'interno dell'individuo la piena comprensione di quello che l'individuo stesso è nel corso di quella vita. Arrivare a comprendere ciò che si è significa arrivare ad accettarsi, e arrivare ad accettarsi non significa però semplicemente dire: «io sono egoista» o «io sono una brava persona»; troppo facile!

Anche l'Io può fare questo giochetto; anzi, lo fa molto facilmente, basta sentirvi quando parlate (no?): «Ah, io questo l'ho fatto per ... (che so?) ... per lasciare posto agli altri, io questa volta non vengo!». Ah, come vi sentite grandi in quel momento, come siete importanti, come siete altruisti! Ma è veramente così o, magari, c'era qualche altro motivo, meno importante, meno altruistico che era nascosto dietro questo finto altruismo? Quello che dovete fare è stare attenti a voi stessi; e ritorniamo, ahimè, alla solita osservazione di voi stessi, in cui voi dovete osservarvi senza usare la mente, guardarvi senza sapere cosa guardate e, più che altro, non fare assolutamente nulla!

Lo so che vi sto chiedendo qualcosa che vi sembra impossibile; eppure, creature, vedete: quando noi vi diamo questo insegnamento così difficile e fumoso per tutti voi, non vi rendete conto che il solo fatto di pensare a questa tecnica – chiamiamola tecnica, anche se il termine è improprio – provoca in voi, al vostro interno, nelle vostre vibrazioni, delle risonanze tali che predispongono le vostre vibrazioni a permettere che questa cosa avvenga sempre più facilmente, sempre con maggiore fluidità; quindi, anche se voi razionalmente non capite quello che dovete fare, state tranquilli che c'è qualcosa di voi stessi che capisce e che, comunque sia, agisce.

*D - Scusa, Scifo, abbiamo accennato prima alle «occasioni perdute». A me è sembrata una cosa un po' strana, nel senso che sappiamo che ciò che deve accadere accadrà ... Veramente noi abbiamo ... (eh beh, è la solita storia, però, del libero arbitrio!) abbiamo la possibilità di dire: «io oggi non esco» quindi mi impedisco di vivere delle esperienze ...*

Certamente.

*D - E, quindi, bisognerebbe uscire tutte le sere?!*

Non è detto. Bisognerebbe fare ciò che si sente.

*D - Eh, ma si sente la paura di perdere delle occasioni!*

Quello non è «sentire», quello è Io.

*D - Allora ciò che si sente potrebbe essere: «starei volentieri a casa»?*

È quello che si sente o è l'Io? È qua che ritorniamo a quello che dicevo prima: non potete fare altro che cercare di comprenderlo; e cercare di comprendere questo, non con la vostra mente ma con la vostra coscienza. E per comprendere con la vostra coscienza non dovete elucubrare teorie su teorie (anche se questo può chiaramente aiutare, ovviamente; perché se il corpo mentale l'avete, è giusto che lo usiate) però serve, più che altro, che il vostro corpo fisico possa osservare le vostre reazioni e, quindi, comprendere.

*D - Scusa, Scifo, ma il nostro corpo akasico dov'è situato? Cioè la mente lo sappiamo che è nel cervello, e lì elabora, ma il nostro akasico fisicamente dov'è? È al petto?*

Mah..., intanto, sul dire che la mente è nel cervello non è che sia poi «tanto» d'accordo ...

Diciamo che il cervello è il terminale fisico attraverso il quale una parte del corpo mentale interviene per interagire con l'ambiente. Mettere assieme la mente e il cervello, ... dopo 30 anni non le dovrete dire queste cose! Per quello che riguarda il corpo akasico, se vuoi che ti dica dove è situato, è situato sull'unghia del dito sinistro del piede destro, ma è situato anche sull'unghia del dito destro del piede sinistro! È situato in tutta quella porzione di materia akasica alla quale tu sei collegato; e tu sei collegato a quella porzione con tutto il tuo essere, quindi è situato in tutto il tuo essere, dal fisico, all'astrale, al mentale, e via e via e via e via.

*D - Sì, però, dov'è che noi dobbiamo ascoltare? A me sembra di ascoltare qui fisicamente.*

Ma non potete ascoltarlo!

*D - Ah no?*

Non potete ascoltarlo! È troppo rarefatta la vibrazione che manda il corpo akasico perché voi, col cervello e con la vostra mente, riusciate veramente a comprendere; potete comprendere che c'è qualche cosa che vi attraversa che esula dai vostri corpi transitori, questo sì; però riuscire a precisare quello che arriva dal corpo akasico è molto, molto difficile; è qualcosa che accade spontaneamente, è qualcosa che vi fa agire in ma-

niera tale che voi non vi accorgete neanche di aver agito, perché è una cosa «sentita».

*D - Cioè ti viene fuori dall'istinto?*

Diciamo che è una sorta di istinto; con la differenza che, essendo veramente spontanea, interiorizzata e parte di te, consapevole e compresa dal tuo corpo akasico, tu lo farai senza neanche accorgertene.

*D - Sì, però, quando è completo allora lo fai senza accorgerti, ma quando è ancora inquinato dalla mente, c'è pure; io penso che ci sia qualche scintillina che si muove ... Sei tu che non ascolti; siamo noi ... cioè, ... non so come spiegarmi ... C'è qualcosa ... se ci puoi dare qualche consiglio.*

Eh eh. Ma non c'è nulla che possiate fare!

*D - Allora perché dici «ascoltatevi»?*

Perché se voi vi ascoltate, certamente permetterete ai dati che state vivendo di arrivare alla vostra coscienza in maniera migliore.

*D - Sì, ma tu hai appena detto adesso che facciamo fatica, perché la nostra mente comincia a elaborare e fa un gran caos.*

Certamente; ma non è la vostra mente che ascolta, è il vostro corpo akasico. Quando noi vi diciamo «osservate», creiamo un canale tra il vostro corpo akasico e i vostri corpi inferiori – un «canale preferenziale», come dicevo prima – e, in realtà, l'osservazione vera la fa il corpo akasico, non la fate voi.

*D - Come faccio a farlo fluire? Mettendomi tranquillo, calmo, ...*

Lasciando fluire il più possibile quello che attraverso voi fluisce, quindi cercando di essere ...

*D - Cioè tramite i chakra?*

... cercando di accettare voi stessi, non andando a cercare elementi complicati; basta che cerchiate di essere voi stessi il più possibile; quello che voi pensate, credete, ritenete, sentite di essere voi stessi. Nel momento in cui vi comportate da altruisti mentre sapete di essere egoisti, in quel momento non aiutate il corpo akasico! Lo aiutereste molto di più se vi comportaste da egoisti rendendovi conto di essere egoisti!

*D - Ah! Allora, alla fine, è sempre creando il conosci te stesso?*

Certamente.

*D - Scifo, scusa, volevo tornare all'esempio che hai fatto prima: «non vado a Genova, così lascio il posto a qualcun altro; come sono brava» mentre in verità non ne ho proprio per niente voglia. Nel momento in*

*cui io vedo questa roba qua, e riconosco che questo mio «altruismo» in realtà è una pigrizia, o duemila altre motivazioni, ... e bon, fine lì?*

«Fine lì», che cosa?

*D - Cioè, la storia della canna vuota, del filo d'erba, delle volte scorse, ... fine! Chiuso! Non do giudizi, non mi dico «ma guarda che str...», poi in verità me la conto, bla bla, bla, che invece sono tutti i di più che aggiungo io, ...*

Prendi atto della tua realtà.

*D - Bon. Va be'. Basta, chiuso. E non vuol dire affossare la testa, quello, però?*

No, direi proprio di no.

*D - Scifo, ci sono quei momenti che avvengono quelle improvvise risoluzioni in noi di alcune cose che magari non sospettavamo neanche in quel momento, a cui è associato un senso di integrità, di un benessere totale, di appagamento totale, ecco, quella si potrebbe dire che è un'ondata del corpo akasico?*

Potrebbe essere una conseguenza di una comprensione sul corpo akasico, certo.

*D - E, quindi, un modo per avvertirlo potrebbe essere appunto in quei momenti lì, in cui l'avvertiamo.*

Potrebbe essere così; però – ripeto – «potrebbe»; potrebbe anche esserci una causa più terra-terra di un Io soddisfatto per qualche cosa che è riuscito ad ottenere, ad esempio.

*D - Noi osserviamo noi stessi in movimento, quindi è già difficile di per sé avere un'immagine fissa di un qualcosa che tra 5 secondi sarà già diversa?*

Senza dubbio.

*D - Questa mi sembra sia un'esigenza dell'Io di avere il controllo su questa cosa, quindi siamo ancora nell'ambito del desiderio e via discorrendo; in realtà sappiamo che è l'akasico che deve lavorare e deve completare tutti i pezzi, ma quando avrà completato, cosa risulterà? Perché è chiaro che in questa vita non può essere.*

Eh eh, verrà la scritta «Game over»!

*D - Sì, però, nell'ambito di una vita l'akasico raduna un po' di pezzi e fa un'immagine frazionata per quel momento lì?*

Sì.

*D - Cioè, per noi – che continuate giustamente a ripeterci «cercate di vedere chi siete» – in realtà è un'impresa impossibile, perché noi non potremo mai sapere chi siamo, se non alla fine della fine.*

Non è vero.

*D - Ma, in questa vita, una persona cosa può scoprire di sé? Che è una persona fatta in quel modo, con quelle caratteristiche, in quale momento poi ...?*

No, qua forse non ci capiamo sulla terminologia. Il «chi siamo» può essere riferito alla persona incarnata, quindi ai corpi transitori, che cambiano di volta in volta, quindi puoi sapere per quella vita quali sono le reazioni di questi corpi transitori, ma alla vita successiva non saprai certamente se saranno gli stessi, anzi: non saranno di sicuro gli stessi; e poi c'è invece il «chi sei» riferito al tuo corpo akasico, che invece è costante per tutte le vite. È da lì che parte il «ciò che veramente sei» è dalle comprensioni che sono sul tuo akasico. Capisci la differenza?

*D - In questo momento no.*

Eh, mi dispiace!

*D - Anche a me.*

Va be'; pensaci con calma, la prossima volta magari ne ripareremo.

*D - Ma la consapevolezza di chi siamo però nell'akasico noi qua non l'abbiamo, da incarnati. Non è possibile. Possiamo solo sapere delle nostre incomprensioni, però, di chi siamo veramente non è possibile.*

Non è possibile non è vero. Diciamo che è possibile riconoscere – o per lo meno pensare di aver riconosciuto – dal proprio comportamento e dall'analisi di ciò che si fa nel corso della vita o dall'elaborazione di quelle che sono state le reazioni nel corso delle esperienze, si può arrivare a pensare di aver compreso quello che si è veramente capito o quello che non si è veramente capito. Se tu ti trovassi davanti a una situazione in cui sei nel dubbio se uccidere o meno una persona, in quel momento puoi capire se il tuo corpo akasico ha compreso che non si deve uccidere.

*D - Ah, sì; diciamo che però ho l'idea di quella comprensione lì, ma non di tutte tutte.*

Certamente. Puoi avere un barlume di alcune parti della tua comprensione; quel barlume che d'altra parte ti è possibile recuperare attraverso i corpi che hai a disposizione attualmente; perché ricordate, lo abbiamo sempre detto: non esprimete mai tutta l'evoluzione che avete. Questo ve lo abbiamo detto – se ricordate – come stimolo per ricordarvi

che siete meglio di quello che sembrate nel corso di queste vite; no? Quindi, non vi abbattete troppo perché siete un pochino meglio comunque. In questa vita, coi corpi fisici che avete, potete esprimere, lasciar fluire soltanto una certa parte di quello che già avete compreso, non «tutto» quello che avete compreso.

*D - SNell'esempio che hai fatto tu – forse con l'esempio pratico mi viene meglio – mi capita di trovarmi di fronte alla possibilità di uccidere e vedo che non uccido, però questo non mi dà la certezza che io ho capito che non bisogna uccidere, perché è una piccola reazione; magari, in un altro ambiente, in un'altra condizione, io avrei ucciso.*

Certo. È lì che entra in gioco l'attenzione e l'osservazione; perché, a quel punto, dovresti cercare di capire perché non hai ucciso.

*D - Sono d'accordo, però non posso nemmeno stabilire di conoscermi al punto da poter dire «io sono una persona che comunque non ucciderebbe», perché è un'osservazione molto parziale; e sono «tutte» osservazioni parziali. Per questo io dico ...*

Senza dubbio.

*D - Sembra quasi che, in una vita, non c'è proprio permesso di conoscere realmente chi siamo, ma semplicemente di vedere il movimento, osservare le reazioni e trasmettere i dati all'akasico, e poi farà lui. Tutto qua. Questa era l'idea che mi ero fatto del ...*

Secondo me, non è che non sia permesso; è che le possibilità che avete di comprendere le parti più intime già sistemate di voi stessi sono tali per cui, quando vengono alla luce attraverso i corpi inferiori, si ammantano delle spinte dell'Io e quindi diventa difficile riconoscerle.

*D - Quando dici «già sistemate» intendi comprensioni complete di tutte le sfumature?*

Di buona parte delle sfumature. Il «sentire» è costituito quando tutte le sfumature si uniscono e diventa un'unica materia; quindi, in realtà, non c'è mai un elemento che possa essere capito da solo in tutte le sue sfumature. Per essere capito veramente, un elemento deve essere capita tutta la coscienza.

*D - Ma secondo me c'è una cosa: uno non uccide anche per il fatto che può aver compreso che uccidere un altro individuo è come uccidere una parte di se stesso, perché tutti facciamo parte di un tutt'uno. Questo è giusto?*

Sì... potrebbe essere.

*D - Ma se per esempio uno, in una vita, non uccide e pensa di non essere*

*in grado di farlo, poi magari invece non lo sa, perché per quella vita lì non era previsto ma magari si trova a farlo in un'altra vita successiva ...*

Potrebbe essere anche questo, certamente; d'altra parte, potrebbe anche essere che uno non uccide perché gli manca il coraggio di farlo, per esempio.

*D - Oppure perché ha paura della punizione.*

Oppure perché ci sono i vari archetipi sociali, che gli impediscono di arrivare fino in fondo per paura di compiere un atto che tutta la società giustamente condanna.

*D - Ma se però gli manca il coraggio, vuol dire che ha cominciato a comprendere qualcosa che magari non ce la fa a fare ...*

Potrebbe essere, ripeto.

*D - Scifo, prima hai parlato dei desideri in termini quasi negativi, come qualcosa che comunque ci condiziona, anche rispetto alla paura, ma, tutto sommato, se non ci concedessimo di desiderare e di avere paura, sia che la paura ci spinga a rintanarci o a muoverci, non ci muoveremo; no? In fondo, sia i desideri che, dall'altra parte, la paura, sono funzionali.*

Ah, ma senza ombra di dubbio! Anzi, dirò di più: non potete eliminare i desideri e la paura fino a quando non avete compreso! Cioè, non c'è una strada, una tecnica per eliminare il desiderio, o una strada e una tecnica per eliminare la paura; il desiderio e la paura saranno eliminati nel momento in cui la coscienza, la comprensione sarà totale e, quindi, non vi sarà più nulla da desiderare e nulla di cui aver paura.

*D - Allora, in base a questo tipo di evoluzione che abbiamo, i desideri e le paure servono come stimolo?*

Senza dubbio, ma non c'è nulla di quello che vi è stato donato che non vi serva!

*D - Basta usarli bene, insomma.*

E anche questo è un concetto che è abbastanza relativo.

*D - Scifo, io volevo dire che forse uno non lo può sapere se è in grado di uccidere oppure no, in base al discorso che facevi prima ... Quand'è che può dire con sicurezza «io non ucciderò più»?*

Nel momento in cui non si incarna più; perché in quel momento, non incarnandosi più, non avrà più la possibilità di uccidere un altro essere incarnato; e perché non avrà la possibilità di uccidere un altro essere incarnato? Perché ha finito di comprendere e non ha più bisogno di

uccidere nessuno!

*D - Ecco; quindi, allora, uno non può saperlo.*

*D - Scusa, Scifo, adesso parlavi dell'individuo che comprende che non deve uccidere, quindi si confronta con che cosa? Si confronta con un Archetipo Permanente? Ha un parametro, con cui lui deve confrontarsi per cogliere la sua comprensione?*

Ma ne ha più di uno, parametri.

*D - Appunto; allora, da dove gli viene questa consapevolezza che ... Risuona dentro di lui, quindi, qualche cosa?*

Ma certamente! Intanto deve andare contro gli archetipi transitori, che – nella maggior parte dei casi – lo stato attuale della società ha codificato il fatto che non bisogna uccidere le altre persone; e questo è già un paletto non da poco per l'individuo.

*D - Ma non è sicuro di quali siano gli Archetipi Permanenti, però!*

Oltre a questi archetipi transitori, vi è poi lo scampanio degli Archetipi Permanenti, che indica la strada maestra – l'autostrada, anzi – per arrivare direttamente a raggiungere l'Assoluto.

*D - Ecco, e lì è più difficile però ... questo scampanio!*

Lo scampanio – ancora una volta – lì sarà completamente udibile e comprensibile nel momento in cui la coscienza sarà totalmente formata e, quindi, si troverà a fianco al percorso segnato dagli Archetipi Permanenti.

*D - Ma i Dieci Comandamenti, per esempio, si possono considerare degli Archetipi Permanenti universali?*

Ma i Dieci Comandamenti, ... su 10 ne butterei via 8; perché sono in gran parte – e mi sembra anche di averne parlato parecchi anni fa – in gran parte chiaramente in balia dell'Io, in gran parte chiaramente improponibili come dictat di un essere supremo (vedi la spocchia «Io sono il Signore Dio tuo, non avrai altro Dio all'infuori di me»! Sembra più un'affermazione di Io, che di Dio!); e in gran parte sono evidentemente nati da esigenze sociali e culturali dell'epoca.

*D - Quindi son transitori?*

Son transitori o, per lo meno, sono delle pallide imitazioni delle vibrazioni provenienti dagli Archetipi Permanenti. Questo non significa che in realtà non provengano da una fonte più elevata, ma significa che questa fonte elevata, che all'epoca li ha fatti pervenire all'umanità, li ha dovuti per forza di cose rivestire di un abito tale per cui potessero essere

compresi e accettati dall'umanità che li riceveva; e, quindi, li ha rivestiti di questa parte più terra-terra che ho stigmatizzato questa sera.

*D - Scifo, ma perché abbiamo così paura di conoscere noi stessi? Qual è il vero motivo?*

Perché conoscere voi stessi significa cambiare.

*D - Però il desiderio di finire, appunto, con questa sofferenza, questa incarnazione, non dovrebbe spingerci ... È più forte la paura?*

È più forte la paura di cambiare. Ricordati che l'Io (lo abbiamo sempre detto) l'Io vorrebbe che le cose restassero sempre come sono. Ogni piccola cosa che cambia è fonte di paura e di incertezza per l'Io.

*D - Scifo, volevo dirti: ma perciò il desiderio è come se fosse la paura, molto spesso?*

Diciamo che desiderio e paura sono accomunati, vanno di pari passo, il più delle volte.

*D - Però la paura viene anche dal fatto che, siccome prima di conoscerci, ci facciamo una data immagine e poi, quando vediamo che alcuni aspetti di noi non corrispondono perfettamente a questa, allora prendiamo paura, spavento.*

E dopo questa massima saggezza della nostra carissima amica, che manifesta sempre poco le sue emozioni ma sappiamo che è molto sotto-sopra per il fatto che quest'anno finisce l'attività del Cerchio, ... e non solo lei, ovviamente ... io direi che vi posso salutare, vi ringrazio della vostra pazienza, spero di avervi confuso abbastanza le idee. Voi ridete, ma io, invece, volevo proprio dire quello che ho detto: perché, se vi ho confuso le idee, significa che, se avete buona volontà, dalla confusione riuscirete a trarre delle certezze. Creature, serenità a voi. (Scifo)

È passato molto tempo dall'ultima volta che vi venni a parlare, ma questa sera son qua perché vi voglio salutare tutti quanti e vorrei potermi unire a voi in un unico abbraccio per il cammino che avete fatto e che mi auguro continuerete a fare anche senza le parole dei Maestri. Anch'io, ai miei tempi, ebbi dei Maestri che mi seguivano e che molto spesso mi procuravano delle grandi paure: paura di non essere all'altezza di quello che ero chiamato a fare; paura quando mi coricavo la sera di fare cose di cui non ero cosciente, paura di dover riconoscere che quanto veniva prospettato da quelle meravigliose fonti fosse distante chilometri da quella che era invece la mia realtà; perciò questa sera, in cui ho voluto deliberatamente dare delle indicazioni di chi è stato Florian, voglio augurare a tutti voi, uno per uno, di riuscire a far veramente proprio l'insegnamento di queste o di quell'altre Guide e di riuscire a muovere quei passi nella

certezza che tanto amore non è andato sprecato. Io vi saluto definitivamente, carissimi amici, e vi porto i saluti di quei Maestri che mi seguirono. (Florian)

E, come al solito, tocca a me chiudere!

Devo fare un bel discorso ... Allora, l'altra volta, nell'ultimo incontro, c'è stata la celebrazione di un matrimonio, poi qualcuno è intervenuto dicendo che potevate (agli altri componenti del Cerchio, chiaramente; non quelli che sono stati sposati) che potevano cercare di capire, di vedere che cosa avevano provato, di descrivere queste emozioni, queste cose qua. Bene, tutto ciò non è stato fatto, tranne l'amico Luciano, che molto sinceramente ha detto quello che pensava, e il bel tenebroso Luca (che non ci dimentichiamo mai di lui) che ha espresso la sua opinione. Ora, io credo che quando è intervenuto l'amico Vito, Fratello Vito, a dire quelle cose: che non si era creato niente a livello emotivo nel gruppo del Cerchio, ecc. ecc., io credo che questa sia la dimostrazione. Pensateci un po', eh! Giusto? ... Uhm, che silenzio! Vi ho messo tutti a tacere!

Un'altra cosa m'han detto di dirvi: quando c'è stata la seduta con la relazione della nostra carissima Elena, che è intervenuto il presunto (diciamo «presunto», eh) fratello, che ha avuto difficoltà nell'esprimersi, nel parlare, perché avete dato tutti una connotazione negativa a questa cosa? Non poteva essere semplicemente una forte commozione data dalla gioia di poter parlare? Pensate anche su questo. Quanti compitini che vi ho dato questa sera! Bene, ... (Gneus)

Il problema è «pensate»! (Zifed)

Ciao ciao ciao. (Gneus)

*Padre mio,  
com'è difficile questa vita che tu mi hai donato, com'è difficile percorrere la strada che Tu hai tracciato, che con tanta facilità io perdo di vista nel mio affannoso, faticoso andare avanti. Molte sono le cose che mi distolgono dal sentiero, tante sono le paure che rendono incerto il mio camminare; tanti, tantissimi sono i desideri che mi fanno perdere di vista per un attimo, o per intere vite, qual è la direzione giusta che stavo percorrendo; eppure, alla fine, Padre mio, so che la strada è sempre lì, sono certo che non la perderò mai veramente perché la Tua voce mi chiama comunque in continuazione, senza sosta, con amoroso e sollecito affetto, ed è a questo amoroso e sollecito affetto che io affido la mia vita, la mia esistenza, i miei dubbi, le mie paure, i miei desideri, le mie fatiche, le mie ore, i miei giorni, il mio essere qui, in Te e con Te.*

Pace a tutti voi, figli. (Rodolfo)



## Essere vittima di se stessi

Creature, serenità a voi.

Poniamoci per un momento la domanda più logica che sia possibile porsi nell'affrontare quest'argomento:

*«Chi è che è vittima di se stesso?».*

Vi sento esclamare tutti in coro come tanti bravi scolaretti che hanno capito che  $2+1+1$  fa 4 perché così gli ha insegnato chi è preposto al loro «imparare», non per una vera comprensione della logica dei fatti:

*«Non c'è dubbio: è l'Io!».*

Ah, l'Io, croce e delizia di questo trentennale insegnamento, indispensabile deus ex machina al quale si può tranquillamente ricorrere allorché c'è il bisogno di addebitare a qualcuno la responsabilità di qualsiasi cosa, specialmente se si tratta di qualche cosa che ha anche soltanto la minima possibilità di essere disdicevole o indicativa di poca evoluzione o di difettosa comprensione!

D'accordo, diciamo che è l'Io...

Quindi questo significa che la risposta, in realtà, potrebbe venire enunciata nel seguente modo:

*«L'Io è vittima di se stesso».*

Questa enunciazione, considerato che l'Io è un'illusione, ci porta alla strabiliante constatazione che stiamo parlando di aria fritta... il che sembrerebbe mascherare la nostra incapacità non solo di definire veramente il problema, ma addirittura di focalizzare il problema stesso.

E' chiaro che affermare che l'Io è vittima di se stesso equivale ad esprimere un dato di fatto così reale da accomunare ogni individuo incarnato e, nel contempo, così banalmente vero da non fornire un'adeguata contromisura da adottare per non essere più delle vittime, specialmente di se stessi.

Questo, dunque, non può che stare a significare che non stiamo osservando il problema dal giusto punto di vista e che, probabilmente, le premesse sono sbagliate o, quanto meno, falsate nella loro prospettiva («Da chi e da cosa?» chiederete voi... «ma dall'Io, ovviamente!» non posso che rispondervi con una certa soddisfazione nel sapere che la mia affermazione non può essere contraddetta o contestata alla luce dell'insegnamento stesso, pur finendo col non spiegare, in realtà, nulla!).

Vediamo allora, sulla scorta dell'insegnamento portato in questi molti lustri (per chi non lo sapesse «un lustro» significa cinque anni del vostro tempo), di trovare qualche elemento che, in pratica, permetta al meno di arrivare a mitigare la vittimizzazione di se stesso da parte dell'Io.

In realtà è abbastanza facile ottenere ciò che andiamo cercando.

Infatti basta applicare la base dell'insegnamento, quella che recita che l' «evoluzione dell'individuo passa attraverso tre fasi successive dell'evoluzione della coscienza individuale: la conoscenza, la consapevolezza e l'esperienza».

Per mettere in atto il primo stadio, ovvero la conoscenza, è necessario e indispensabile che l'Io abbia acquisito la capacità di avere trovato almeno un minimo di sincerità verso se stesso: se l'Io non si vuole accorgere di avere un problema continua a convincersi che va tutto bene, che è il resto del mondo ad avercela con lui e che sono le persone con cui è a contatto che se ne approfittano della sua bontà, della sua disponibilità o, nella più coraggiosa delle ammissioni, della sua dabbenaggine.

Siete passati tutti da questo stadio.

Anzi, molte volte ci provate ancora a fermarvi a questo punto, almeno finché l'esterno o la vostra coscienza vi costringono a prendere atto che le cose non stanno proprio così come vi farebbe comodo credere che stessero.

A forza di scontrarvi con la realtà e con gli elementi della vita quotidiana che continuano a «tramare» per farvi cadere quelle ben pasciute fette di prosciutto con cui cercate di coprire i vostri occhi per nascondervi la realtà, finisce che il vostro Io, forse per pigrizia o per stanchezza, arriva ad accettare l'esistenza di un problema.

Naturalmente continua a provarci a rendere il problema «non suo» non perdendo occasioni per sottolineare il problema quando si manifesta - o almeno «sembra» manifestarsi - nella vita degli altri.

Come ha insegnato il Cristo «è più facile vedere la pagliuzza negli occhi di un altro che la trave nel proprio»... più facile e più utile per l'Io, aggiungerei a mia volta!

Purtroppo (o per fortuna, dipende dai punti di vista) questo comportamento accomuna tutti gli incarnati.

Ecco così che gli altri, al fine di non vedere le proprie travi, fanno esattamente quello che fate voi: colpiscono d'anticipo sottolineando e stigmatizzando quei vostri comportamenti che si rivelano essere palesemente poco adeguati rispetto a come affermate di essere.

Questa, bisogna proprio dirlo, è una cosa veramente seccane per l'Io!

La sua prima e quasi automatica reazione è quella di difendersi attaccando a sua volta, magari manifestando nella maniera più eclatante possibile la propria infelicità per essere vittima innocente di una cattiva

comprensione da parte dell'altro che «non ha avuto la sensibilità di accorgersi che quello che lui aveva cercato di esprimere era solo amore, affetto, partecipazione, condivisione senza assolutamente nessun secondo fine»!

E per un po' il giochetto gli riesce anche... almeno fino a quando le voci esterne che concordano nell'affermare la stessa cosa riguardo al suo comportamento non diventano così tante e così insistenti che l'Io si rende conto di non poter proprio più reggere il ruolo che si era scelto a meno di non accettare di passare per stupido e l'Io, per fortuna, è sempre poco ben disposto ad accettare qualche cosa che lo etichetti come inferiore per qualche motivo agli altri Io.

Ecco così che è costretto a passare alla seconda fase ovvero alla consapevolezza che quel problema che sembrava affliggere gli altri non gli è del tutto estraneo ma in qualche misura - «leggera, ovviamente, questo sia ben chiaro!», afferma con tutti mentre manifesta con soddisfatto orgoglio la sua indiscutibile capacità di essere sincero con se stesso - gli appartiene.

Anche a questo livello, è evidente, in realtà l'Io è ancora fortemente vittima di se stesso.

Per avere un'attenuazione di questa condizione bisogna arrivare alla comprensione, cioè bisogna che l'individuo raggiunga un punto evolutivo in cui nuovi e più importanti elementi di comprensione si inscrivono all'interno del suo corpo della coscienza, creando nuovi collegamenti tra le molteplici piccole comprensioni che erano magari già state raggiunte in precedenza ma che erano ancora poco collegate tra di loro, situazione cui le nuove comprensioni finiscono col porre parziale rimedio, cominciando a unificare tra di loro le varie briciole di comprensione che, fino a quel punto risultavano solo relativamente utili perché troppo scollegate tra loro all'interno del corpo della coscienza.

Come dire: potete comprendere anche mille piccole verità, ma se vi manca la capacità o la possibilità di vederle nel loro insieme e nelle loro interazioni la vostra evoluzione resta una possibilità in avvenire e non una realtà costituita ed efficace.

E' solo quando arrivate a questo punto che il vostro Io ha la possibilità di essere meno vittima di se stesso.

Purtroppo - come per tutto ciò che attiene il raggiungimento del sentire all'interno del corpo akasico - non vi è il premio sperato col raggiungimento di questo risultato: il corpo akasico non opera per ottenere un premio o un posto in paradiso, ma ciò che compie (ovvero l'allargamento del proprio sentire) è un fluire spontaneo delle sue intrinseche qualità che lo fanno tendere a ritornare nella sede da cui era stato «riflesso» per ritrovare l'unità con Colui che E'.

Potrebbe il vostro Io, in condizioni normali, impedire ai vostri sensi

fisici di percepire?

Potrebbe impedire al vostro corpo astrale di reagire emotivamente alle emozioni che lo attraversano?

Potrebbe veramente fermare i pensieri del vostro corpo mentale?

Io direi proprio di no, al di là degli eventuali deliri di onnipotenza del vostro Io!

Allo stesso modo certamente non potrebbe impedire alla vostra coscienza di «sentire».

Voi ricorderete senza dubbi che abbiamo definito l'Io come la risultante, nel corso dell'incarnazione, di quelle che sono sia le comprensioni che le incomprensioni del corpo della coscienza di ognuno di voi.

Questo ci dà modo di ampliare il concetto di «essere vittima di se stessi»: l'Io diventa vittima di se stesso nel preciso momento in cui tiene conto solo delle sue incomprensioni per gestire le reazioni messe in atto nel corso della vita fisica e cerca di coprirle, di nasconderle, di abbellirle mascherandole quando, se volesse, avrebbe altrettante comprensioni che gli appartengono che lo renderebbero bello, dolce e più accettabile a se stesso e agli altri, impedendosi, nel contempo, col suo rifiuto della propria realtà, di usare proprio il riconoscimento delle proprie incomprensioni per operare al fine di andare oltre. (Scifo)

*Mi sono visto appallottolare la mia vita  
come una lettera squalcita e indesiderata  
senza neppure cercare di leggere e comprendere  
quello che c'era scritto.*

*Io ho sempre guardato ma non ho mai visto,  
pensavo di fare e non facevo,  
cercavo di agire e restavo immobile  
volevo abbracciare ma le mie braccia  
sapevano soltanto stringere l'angoscia della mia incapacità.*

*Ora, dopo lettere e lettere appallottolate e mai lette  
riconosco i miei errori:*

*innumerevoli volte potevo dire e non ho detto  
potevo tramutare in lacrime ciò che vivevo  
ma ho preferito nasconderle dentro di me  
potevo manifestare l'intensità delle mie emozioni  
e invece le ho tenute chiuse così in profondità  
che io stesso non riuscivo a riconoscerne la forza.*

*Più di questo non sono riuscito a fare:*

*la paura della mia verità è stata così forte  
da indurmi a chiudere gli occhi su me stesso  
avvelenando a poco a poco i miei rapporti  
con me stesso e con gli altri... (Il Poeta)*

## Domande alle Guide

*Sommario: Emozione e comprensione - La meditazione*

*D. - Non so se ho capito bene: l'emozione che proviene dall'astrale si può manifestare sul piano fisico sia come reazione emotiva (emotività) manipolata dall'Io, sia come emozione vera e propria che si esprime fluidamente senza manipolazioni da parte dell'Io. E' così? E se fosse così, la differenza la fa se un'emozione è associata ad una comprensione (emozione fluida) o ad una incomprensione (reazione emotiva)?*

Allora: l'emozione che si manifesta sull'astrale si manifesta SEMPRE nel piano fisico come reazione emotiva, qualunque sia la sua provenienza (teniamo presente che, comunque, l'emozione che percepisce l'astrale è qualcosa che fa parte dell'Io in ogni caso, in quanto il corpo astrale è, a sua volta, una parte dell'Io). La differenza nei due casi è che se ad essa è associata un'incomprensione provoca delle reazioni a catena con il comportamento che viene messo in atto dall'individuo la cui conseguenza è quella di fornire ulteriori dati al corpo akasico in base ai vari comportamenti che ne conseguono, mentre nel secondo caso l'associazione con una comprensione permette all'emozione di fluire spontaneamente, senza smuovere niente di particolarmente reattivo e non il sollievo, magari, per aver lasciato manifestare una vibrazione che, non dimentichiamolo, comunque provocava un disequilibrio, anche se leggero e temporaneo. Tutte le considerazioni che, in questo caso, nascono nell'individuo nell'osservare le proprie reazioni (soddisfazione, orgoglio, indifferenza e così via) sono dovute a tentativi dell'Io di avere sotto controllo qualche cosa che è avvenuto al di là della sua volontà. (Georgei)

*D. - Non capisco quando dici: "Non riconoscendo le proprie incomprensioni come tali non riesce ad andare oltre nella chiarificazione di se stesso perché parte da presupposti falsati dalla sua visione delle cose." Se parto dal disagio che mi si scatena poniamo per una discussione con mio fratello, all'inizio sarà una incomprensione, ma se mi ci metto e cerco di individuare le ragioni che mi fanno stare male, non diventa un*

*poco anche una comprensione?*

Per diventare una comprensione bisogna che il corpo akasico, non il tuo corpo mentale, comprenda. Molto spesso le vostre autoanalisi sono viziate dall'Io che analizza quello che gli fa comodo e usa la sua logica (di parte) principalmente per autogiustificarsi o per trovarsi delle attenuanti. (Georgei)

*D. - Trovo strano dire che le nostre incomprensioni l'Io le considera verità, perché se c'è un segnale in me che mi obbliga a star su una situazione ,per analizzare le emozioni, i sentimenti ecco,un po' me la racconterò ,ma credo anche che a qualche risultato ci arrivo. O è sempre e solo bugiardo, l'io e a che scopo?*

Ripeto: l'analisi che fai è, comunque, gestita dall'Io (ecco perché la necessità, per il corpo akasico, di un'osservazione neutra). Certo che i ragionamenti che l'Io fa a volte portano a qualche risultato, e non potrebbe essere altrimenti visto che nell'Io c'è comunque sempre l'influenza anche delle comprensioni dell'akasico. Alla consapevolezza dell'individuo, però, l'Io lascia arrivare solo quello che più gli fa comodo, gestendo in maniera utile per se stesso anche quei risultati che in realtà sono preziosi per il corpo della coscienza

Non è che l'Io sia bugiardo (non dimentichiamoci che è un meccanismo, cerchiamo di non antropomorfizzarlo), semplicemente questo meccanismo, nel funzionare, mette in atto quelli che potrebbero essere definiti meccanismo di difesa o di gratificazione. So che questo è un punto che avete difficoltà a comprendere e ad accettare perché non riuscite a eliminare veramente la vostra identificazione con il vostro Io. (Georgei)

*D. - Se ogni tanto raggiungo una comprensione (la coscienza), ed io non lo so , può essere che per un attimo senta una gioia improvvisa senza un perché, poi però subito dopo sono avvolta per via delle nuove comprensioni, (all'Io sconosciute), da una nuova depistante sensazione interiore...se ho capito bene. In questo nuovo circolo come posso continuare a conoscere meglio me stessa: rivedendo le cose per me vere di ieri e rivalutandole ,osservandole alla luce della nuova me di oggi?*

Il fatto è che se raggiungete una nuova comprensione questo ha la conseguenza importante (anche se per voi non percepita) di mutare una parte del vostro Io. Ne segue che cambiate la vostra prospettiva di osservazione o una parte dei parametri con cui vi osservate. Quindi, che voi ve ne rendiate conto o meno, modificate in continuazione - in parallelo con le piccole o grandi comprensioni che raggiungete - il vostro modo di osservarvi che è sempre relativo a come siete veramente nel momento in cui vi osservate. E questo accade comunque, qualsiasi metodo possiate adottare per cercare di analizzarvi. Questo potrebbe indurvi a dire: «Allo-

ra non faccio più niente perché tanto accade tutto comunque». In fondo è vero. Però se mettete a disposizione del vostro corpo akasico una maggiore quantità di dati agendo e interagendo con l'esperienza ne facilitate, arricchite e velocizzate la possibilità di comprensione. (Georgei)

*D. - Quando manifestiamo una reazione emotiva, non in relazione ad altre persone (quando siamo da soli), qual è l'indicazione che ci fa capire la vera natura di quello che stiamo manifestando?*

Mi fa piacere che tu abbia sottolineato un punto importante che, di solito, fate fatica a comprendere e ad accettare: «Quando manifestiamo una reazione emotiva, non in relazione ad altre persone...»

Infatti, di fronte ad una vostra reazione emotiva cosa fate? Cercate di trovarne la causa osservando l'esterno di voi stessi e finendo con l'attribuire agli avvenimenti o alle persone che vi circondano la causa scatenante della vostra reazione

Non è affatto così: le vostre reazioni sono scatenate da voi stessi, gli altri hanno la sola funzione di mettervi nella situazione d'esperienza che vi porta a reagire e che, perciò, vi può permettere di arrivare a vedere la comprensione che dovete completare. Senza l'emozione che si muove in voi, nel vostro corpo astrale, potrebbe succedervi qualunque cosa che voi non reagireste

La vera natura della vostra emozione e delle vostre reazioni è proprio questa: smuovere in voi una reazione interiore agli avvenimenti al fine di portare maggiore dati alla coscienza. La vera natura di quello che vi capita potete scorderla soltanto allorché «comprendete». Purtroppo per il vostro Io - come diciamo spesso - quasi sempre si ottiene una comprensione ed essa incomincia a fluire in maniera così spontanea (modificando di conseguenza le reazioni e, perciò, l'Io) che sfugge all'attenzione dell'individuo che la vorrebbe percepire. Se volete un esempio pensate alla vostra vista: quanto spesso vi rendete conto o ponete l'attenzione sul fatto che, appena aprite gli occhi al mattino, incominciate a vedere? A meno che non ci siano problemi di vista direi che non vi accade quasi mai perché la vostra vista, senso del corpo fisico, viene messa in atto spontaneamente e fluidamente dal vostro corpo. Lo stesso accade per la comprensione, il sentire, che è un senso del corpo akasico. (Georgei)

*D - Quanto il ragionare sull'evento scatenante la reazione può farci capire qualcosa di più su noi stessi senza portarci invece fuori strada, agguinzando un ulteriore velo su ciò che crediamo di essere?*

Tanto quanto riuscite ad essere sinceri con voi stessi. Certo, conoscere le meccaniche della vostra interiorità può aiutarvi, ed è per questo che in questi anni abbiamo cercato di descrivervele e farvele comprendere, ma se questo non è supportato dalla capacità di essere obiettivi,

sinceri con se stessi e vogliosi di comprendere affrontando le proprie sofferenze, l'osservazione diventa uno strumento preso in mano dall'Io per manovrarlo a proprio piacimento

Non sono gli strumenti che usate a portarvi eventualmente fuori strada: non possono farlo né le vostre percezioni fisiche, né le vostre emozioni, né i vostri pensieri, ma l'uso che ne fate, e più l'uso che ne fate è onesto e consapevole più limpida e reale sarà la vostra percezione di voi stessi

Come dicono le Guide: «Gli unici responsabili di ciò che siete, siete voi stessi». (Georgei)

*D. - In questi giorni mi sto chiedendo se il Conosci te stesso è uguale a dire Meditazione, o se invece la meditazione è un'altra cosa e se è utile farla come pratica conoscitiva. Te lo chiedo perché attualmente c'è una forte richiesta e offerta di pratiche meditative, e quindi mi pongo la domanda se sia effettivamente utile o se è uno dei tanti strumenti che se usati bene servono, se usati male no.*

Direi che la risposta giusta te la sei data da sola

La meditazione può essere utile se usata per preparare un terreno sgombro in cui osservare con maggiore consapevolezza la propria interiorità. Il problema è che per noi occidentali è molto difficile riuscire ad ottenere veramente quello stato interiore che in Oriente viene definito «meditazione», in quanto non siamo abituati a fare silenzio e a staccarci dal contatto con il mondo: le distrazioni continue della nostra attenzione sono l'elemento che caratterizza le società occidentali e che, un po' alla volta, stanno dilagando anche in Oriente, col risultato che anche pratiche antiche come la meditazione finiscono per essere stravolte e «occidentalizzate» diventando un mezzo di invasione culturale e di profitto economico

Comunque l'errore di base è quello di considerare la meditazione come «ciò che fa, che dà l'illuminazione»

Non è così, ciò che amplia il sentire fino alla riunione con il Tutto è «vivere», fare esperienza ed essere dinamici. La vera meditazione (assenza di desiderio, vuoto interiore e il «sii come una canna vuota») esiste ed è possibile solo per chi ha ormai raggiunto la fine delle incarnazioni. Per tutti gli altri sono soltanto dei richiami, delle indicazioni dei percorsi possibili verso l'interno di se stessi. (Georgei)

## Vivere la vita senza subirla

«Cos'è la vita?»

Questa è una delle grandi domande che tormentano l'uomo in cerca della propria realtà, antitesi di quell'altra grande domanda «Cos'è la morte?» che, spesso, prende maggiore preminenza perché, erroneamente, l'idea della propria morte provoca timore molto di più dell'idea della propria vita, almeno nella maggior parte delle persone.

Eppure, amici nostri, la filosofia che vi abbiamo portato in tutti questi anni ha come tema centrale - contrariamente a quello che molti di coloro che si avvicinano a noi pensano, almeno inizialmente - proprio la vita e non la morte.

Strana affermazione quella che ho appena fatto, se si pensa che a proporla sono proprio delle entità che hanno abbandonato - chi temporaneamente, chi in maniera definitiva - la palestra della vita e che, proprio per questo, nell'immaginario collettivo sono identificati con gli spiriti dei morti... (Rodolfo)

Il fatto è, creature, che nel nostro insegnamento c'è, in realtà, ben poco posto per la morte!

In esso vi abbiamo spiegato che la morte non esiste, che quella che viene comunemente chiamata «morte» è solo un passaggio di stato, un abbandono del veicolo fisico, fatto, questo, che induce chi è incarnato a credere di aver perso per sempre il contatto e la possibilità di stare accanto a chi fino a un attimo prima poteva toccare, amare, odiare, invidiare, imitare e via e via e via... la possibilità di stare accanto a chi, insomma, costituiva un appiglio per il proprio Io per credere di acquistare sostanza e importanza vedendo riflesso se stesso nelle altre persone con cui viene a trovarsi in contatto nel corso dell'esistenza fisica. (Scifo)

Noi abbiamo parlato e parliamo della «vita» perché - se non fosse risultato ben chiaro dalle molte parole spese in questi decenni - è proprio la vita l'elemento portante della Realtà dell'Assoluto.

Certo, dal punto di vista strettamente filosofico si può affermare, senza sbagliare, che né la vita né la morte esistono, in quanto sono delle illusioni che trovano la loro fittizia ragione d'esistere nel senso di separazione dall'Assoluto che l'individuo percepisce come illusoriamente reale nel corso del suo percorso evolutivo.

Tuttavia abbiamo sempre parlato per voi che vivete la vostra vita, e da domani le nostre parole si rivolgeranno sempre di più a voi in qualità di individui immersi nell'esistenza fisica, quindi lasciamo da parte la speculazione filosofica, per quanto vera possa essere, e osserviamo la vita in una prospettiva che vi possa aiutare a vivere la sua illusorietà rendendola il più possibile utile per il vostro vivere di tutti i giorni. (Moti)

*Quando io vivo  
ogni minuto è fonte di sorpresa,  
e i miei occhi, affamati di verità,  
esplorano l'ambiente circostante  
alla ricerca di una realtà  
che sembra sempre così vicina  
eppure così sfuggente.  
E mi dolgo con costanza  
per ogni pena che mi si fa incontro,  
ma anche nella pena,  
se guardo con attenzione,  
posso trovare un motivo di speranza.  
Triste è la vita dell'uomo che non spera,  
come una polla d'acqua  
a cui è seccata la fonte.  
Bevi quell'acqua, piccolo uomo:  
se è il momento giusto per te  
il tuo dissetarsi sarà  
un essere comunque  
in contatto con la fonte  
così ti renderai conto che tu sei  
sia la polla d'acqua sia la fonte,  
e che tu solo,  
con la tua vita vissuta fino in fondo,  
puoi mantenere vivo e costante  
il flusso della Realtà  
nello scorrere dei tuoi giorni mortali. (Il Poeta)*

Quante volte fratelli, quante volte, sorelle, vi ho sentito affermare che la vita che state vivendo incombe su di voi e che nulla potete fare per modificarla veramente.

Le parole che negli anni vi abbiamo portato sembrano essere diventate per voi un peso oppressivo che vi sussurra instancabilmente: «Ciò che è scritto è scritto, il karma regola la vostra esistenza, la possibilità di modificare la vostra vita è praticamente nulla...» cosicché, alla fine, invece che essere fonte di speranza esse finiscono per diventare una sor-

gente di disperazione.

Non è così, fratelli, non è così, sorelle, non lasciatevi distrarre dai tentativi del vostro Io di scaricare sulla volontà di Dio la responsabilità di quello che vivete giorno dopo giorno!

Certamente, nell'Eterno Presente tutto esiste ed è già scritto ma quello che vi è scritto è stato la vostra mano a tracciarlo in maniera indelebile sulla Realtà. E siccome non sapete quello che scriverete in essa tra un attimo per voi, immersi nella materia, la realtà è come se si stesse costruendo a mano a mano che la vivete.

I vostri affanni possono anche essere la ricaduta degli effetti karmici smossi nelle varie vite che avete vissuto ma non sono altro che la diretta conseguenza di vostri errori, di vostre incomprensioni.

Non è Dio che ha creato per voi la vostra vita ma essa scaturisce come conseguenza logica delle vostre azioni, cosicché voi e nessun altro ne è responsabile.

La disperazione e l'impotenza che a volte sentite invadere il vostro essere non hanno motivo di esistere: voi potete sempre e comunque fare qualcosa per migliorare la qualità della vostra vita.

Per questo motivo, ancora una volta, vi invito a sperare, a sperare che la vostra comprensione si ampli permettendovi di non ripetere sempre gli stessi errori e, così, di uscire dai circoli viziosi in cui voi stessi, così facilmente, tendete a indugiare.

Guardate il mondo che vi circonda: per ogni cosa che sembra rendervi la vita difficile ne potete trovare mille che vi potrebbero riempire di gioia.

Guardate le persone con cui venite a contatto: per ogni persona con cui non riuscite a stabilire un rapporto d'amore ce ne sono cento che vi accompagnano nel vostro faticoso cammino, con le mani tese per cercare di afferrarvi quando state per cadere, con il sorriso pronto quando la tristezza sembra l'unica vostra possibilità, con le parole di cui avevate bisogno per essere spronati, incoraggiati, sostenuti nel momento in cui la vostra mente sembra aver perso la sua spinta a cercare di comprendere, con l'amore di un attimo, di un giorno o di una vita messo lì, ai vostri piedi affinché voi possiate placare la vostra sete di condivisione, di rapporto, di unione.

Vi amo, per sempre e da sempre. (Viola)

Mi sembra già di sentirvi obiettare, creature: «Belle parole, ma se io scopro, per esempio, di avere una malattia mortale, cosa ci posso fare?». Tantissime cose, miei cari, veramente tantissime.

Non ci credete? Ve ne dico alcune, forse così riuscirete a rendervi conto che il vostro amico Scifo non sta parlando completamente a vanvera!

Potete cercare di vivere il più intensamente possibile a livello di coscienza i giorni che vi restano.

Potete interrogarvi su voi stessi e la vostra vita fino a quel momento, cercando di arrivare a comprendere cosa potevate fare di diverso nei giorni vissuti, e in che maniera più giusta potevate cercare di affrontare le difficoltà che avete incontrato sul vostro percorso.

Potete guardarvi intorno e provare a dare e fare per gli altri quello che non avete mai dato e fatto, pur sapendo perfettamente, nella maggior parte dei casi, quale avrebbe dovuto essere il vostro comportamento.

Potete, insomma, cambiare la vostra visione della vostra realtà in maniera tale che nulla di non fatto o di inespresso vi faccia terminare i vostri giorni con il rimpianto, il rammarico, il rimorso di non essere stati capaci di compiere quel piccolo passo di qualità che con tutta probabilità avrebbe costituito la differenza tra l'essere una persona che ha subito la sua vita ed essere una persona che ha interagito con essa fino in fondo, facendo tesoro di quello che gli proponeva e riuscendo a diventare per se stessi e anche per gli altri un esempio di speranza e non di impotenza e di disperazione.

Vi sembra poco, creature?

Senza dubbio ciò non vi potrà guarire (ma ricordate che i miracoli esistono, anche se sono rari!) ma vi avrà, comunque, aiutati a rendere utili i giorni che vi rimanevano e ad affrontare il trapasso senza il dolore che fa aggrappare alla vita derivante da rimpianti e rimorsi. Dolore che rende sempre più penoso e difficile un passaggio che, altrimenti, avverrebbe con facilità e fluidamente.

Abbiamo parlato di un caso limite, certamente, ma le parole che vi stiamo rivolgendo sono eternamente e universalmente valide per ogni creatura in ogni occasione della sua vita.

Ci auguriamo che riusciate a farne tesoro. (Scifo)

*OM TAT SAT*

*Alle grida di Ohz-en rispose Parvati, che si manifestò accanto a lui, con un lieve sorriso sulle labbra rosse come ciliegie mature.*

*«Aiutami!» la implorò Ohz-en*

*«Sono qui per questo» rispose lei con voce dolce come il canto di un usignuolo.*

*«Ti prego, rimetti la mia testa sul mio corpo...» sussurrò Ohz-en, quasi timoroso di chiedere.*

*«E' tutto qui, quello che vuoi, niente di più e niente di meno?» gli disse Parvati sfiorandogli il viso con dita morbide come il seno di una madre.*

*«Niente di più e niente di meno!» rispose con fervore Ohz-en.*

*Le dita morbide si chiusero intorno alle ciocche di capelli della te-*

*sta e la sollevarono.*

*Con attenzione Parvati depositò la testa sul collo del corpo che giaceva, decapitato, contro la parete, ponendo grande attenzione nel farlo, in maniera tale che la linea di separazione tra corpo e testa divenne una sottilissima linea rossa a malapena visibile nella penombra della grotta.*

*«Ecco fatto!» gli disse con un dolcissimo sorriso e, depositatogli un tenero bacio sulla fronte, si dissolse nell'aria.*

*Quando la gioia di Ohz-en scemò egli incominciò a rendersi conto che la testa era solo appoggiata sul corpo, non unita ad esso e, consapevole di aver ottenuto soltanto di aver cambiato capitello, lasciò che le lacrime sgorgassero dai suoi occhi. (Ananda)*

Volete trovarvi come Ohz-en, figli e fratelli, in completa balia della vostra incapacità di rendervi conto di cosa veramente volete?

Quanto spesso quello che dite di volere non è veramente ciò che nel vostro intimo desiderate!?

Il risultato è che, alla fine, subite ciò che la vita vi propone, senza permettere che l'esperienza porti a compimento il compito per cui vi si era presentata: farvi arrivare a comprendere la vostra realtà interiore.

E così vivete i vostri giorni sballottati dalle esperienze, coinvolti dalla vostra sofferenza, impotenti di fronte a voi stessi, subendo la vita e il vostro modo di viverla perché non siete chiari con voi stessi.

Non lasciatevi ingannare da chi vi propone di ricercare l'illuminazione, di vivere in assenza di desiderio: non siete ancora illuminati e il desiderio vi appartiene, vi è indispensabile per procedere nel vostro cammino.

Siate consapevoli di qual è la vostra meta finale, ma rendetevi anche consapevoli che non potete costringervi a raggiungerla: il cammino che porta ad essa è fatto di piccoli passi, di continua interrogazione di se stessi, di estrema attenzione sui propri movimenti, di osservazione il più possibile sincera di quello che dimostrate - non con la vostra mente ma con le vostre azioni - di desiderare veramente.

E tutto questo, amatissimi figli nostri, potete raggiungerlo molto più facilmente di quanto possiate credere.

Non sono indispensabili le grandi filosofie esoteriche.

Non è indispensabile credere e ricercare Dio.

Non è indispensabile sezionare mentalmente ogni vostra azione.

Tutto questo può servire, può essere uno strumento che vi aiuta a raggiungere e riconoscere le vostre spinte, ma ricordate che viene tutto e comunque interpretato e adattato dal vostro Io e, perciò, gli va attribuito un valore molto relativo perché, pur contenendo molte vostre verità resta comunque anche l'espressione dei desideri egoistici del vostro Io.

Quello che è indispensabile, invece, è interagire con la vostra vita, non essere passivi nel viverla, lasciare che le vostre emozioni - quanto meno al vostro interno, se non riuscite a fare di più - si appalesino a voi stessi senza essere ricoperte di catene che vi impediscono di riconoscerle per quelle che sono.

Sia il vostro amore per gli altri e per voi stessi ciò che pone il limite alle vostre esigenze fisiche in modo che esse non violino o prevarichino quelle degli altri individui.

Sia il vostro amore per gli altri e per voi stessi il freno alla manifestazione dei vostri desideri affinché essi non diventino un motivo di tormento per gli altri.

Sia il vostro amore per gli altri e per voi stessi il condizionamento consapevole dei vostri pensieri affinché le vostre parole non diventino dei coltelli lanciati senza esitare nel nome del «torto e della ragione».

Sia il desiderio di comprensione ciò che muove il vostro andare incontro alla vita ed essa vi restituirà mille volte accresciuto ciò che, con le vostre azioni, le avrete donato. (Baba)

#### OM TAT SAT

*Finito il tempo di piangere Ohz-en vide davanti a sé Kali, Krsna e Parvati, ma la loro visione era offuscata, cangiante, come se non riuscisse più a mettere a fuoco ciò che vedeva.*

*Battè ripetutamente le ciglia per rimuovere il velo di lacrime che gli ricopriva gli occhi.*

*Ma, sotto il suo sguardo confuso, il sorriso impertinente di Krsna diventava per un attimo quello pieno d'amore di Parvati per trasformarsi, subito dopo, nel ghigno poco rassicurante di Kali e piume di pavone, teschi e morbidi veli fluttuavano nell'aria intessendo strani e complessi disegni.*

*«Basta, basta... - esclamò Ohz-en - ho compreso!»*

*E ancora una volta venne il pianto, ma questa volta liberatorio, che tornò a riempire i suoi occhi mentre la girandola di vorticosi cambiamenti si fermava come il fiato sospeso tra un respiro e quello successivo.*

*«Voi siete me ed io sono voi, io ho subito me stesso per tutte queste vite, procurandomi incessanti travagli. Io, solo io sono la causa del mio dolore!»*

*Fu un attimo. Poi la testa si fuse con il corpo ed Ohz-en si ritrovò finalmente Uno.*

*Subito dopo morì per prepararsi ad affrontare la sua ultima vita. Nella grotta, adesso piena di luce, Kali, Krsna e Parvati si presero per mano e ritornarono a operare nel mondo degli uomini.*

OM TAT SAT (Ananda)

## Domande alle Guide

*Sommario: Le ultime teorie psicologiche - L'illusione e ciò che si crede di volere - L'intenzione della coscienza e quella dell'Io - L'Io e la Realtà*

*D - Ultimamente sono nati diversi approcci psicologici che tentano di coniugare corpo, mente e spirito e lo fanno cercando di prendere sia dall'Oriente che dall'Occidente le intuizioni ritenute più adeguate a spiegare l'essere umano. Fra questi approcci vi è anche quello della cosiddetta Psicologia Integrata di Ken Wilber, di cui se fosse possibile vorrei un vostro parere. Mentre un'altro approccio/tecnica di cui ho letto molto in questi ultimi mesi, soprattutto su internet, è quello del Rebirthing Transpersonale che utilizza la respirazione, fatta in un certo modo, come strumento per affrontare i blocchi emozionali. Addirittura vi sono tantissime testimonianze (sempre su internet) di chi si è sottoposto a tale terapia, e che riferisce dei risultati quantomeno strabilianti. Anche una mia amica, che ha fatto delle sedute con questo metodo, mi ha detto di averne avuto dei grossi benefici sia in termini psicologici che spirituali e che da allora si sente di consigliarla a tutti, oltre al fatto che lei stessa continua a praticarla. Mi piacerebbe sapere cosa ne pensate e se in qualche modo la Psicologia, in questi ultimi anni, ha fatto secondo voi dei passi in più nella conoscenza dell'essere umano e del suo sviluppo spirituale..*

Vedi, cara, attualmente la psicologia (e non stiamo parlando della psicologia «scientifica» che si occupa della parte quantizzabile dei processi psichici dell'uomo, ma quella che io definirei più «umanistica») si sta orientando sempre di più ad inglobare concetti che sono trasposizioni di antichi concetti non occidentali.

Il problema, di queste nuove correnti, è che tutte hanno, in realtà qualcosa di valido ma nessuna, in fondo, è valida e utile per qualsiasi individuo.

Cosa accade, allora? Accade che necessariamente assume importanza chi applica le teorie nella pratica, sulle persone. E qua non ha più senso parlare di corrente valida o non valida ma si dovrebbe parlare soltanto di psicologo (come persona, oltre che come studioso) valido o non valido, ed il concetto di validità è molto elastico e relativo.

Sono un po' gli stessi limiti che appartengono alla psicoanalisi e a

tutti i suoi derivati: lo psicoanalista dovrebbe riuscire ad agire sul paziente senza mettere niente di suo, senza interpretare secondo la propria soggettività, e questo, ovviamente, è impossibile attuarlo veramente.

Io direi che una corrente è valida nel momento in cui chi aderisce alla corrente come «paziente» ne trae un beneficio. Il fatto è che il beneficio che ne può trarre la persona alla fine non risulta derivante dalla corrente seguita o dal metodo, ma dalla buona volontà della persona stessa.

Io credo che ci siano persone che hanno tratto dei benefici anche dalle correnti più assurde, ma semplicemente perché erano convinti che fossero utili e questa convinzione li ha aiutati ad applicare la volontà necessaria per andare avanti.

Insomma, l'effetto placebo tanto osteggiato da chi si occupa di parapsicologia, medianità e affini, risulta spesso avere effetti più eclatanti e utili di molte medicine.

Il discorso sarebbe veramente lungo, e chissà se sarà possibile farlo in seguito... vorrei ancora dirti che le testimonianze (specialmente quelle che si trovano su Internet) hanno ben poco valore: sai benissimo che su Internet si trova di tutto e di più, e chiunque può raccontare quello che vuole, vero o inventato che sia.

Ovviamente tutto questo aiuta a creare e rendere comune nell'archetipo sociale occidentale il concetto che l'individuo deve essere considerato nella totalità delle sue componenti. E questo, è un bene e una necessità per l'umanità di domani.

A livello prettamente teorico - ma questa è una mia idea, non una certezza - l'ultima teoria psicologica importante a livello teorico e non solo, è stata la psicologia della Gestalt, che in fondo includeva già gran parte dei concetti che sembrano essere stati riscoperti oggi. (Georgei)

Quanto spesso quello che dite di volere non è veramente ciò che nel vostro intimo desiderate!? Il risultato è che, alla fine, subite ciò che la vita vi propone, senza permettere che l'esperienza porti a compimento il compito per cui vi si era presentata: farvi arrivare a comprendere la vostra realtà interiore. (Baba)

*D - Non sono sicuro di aver capito il collegamento tra il credere di volere qualcosa che non desideriamo davvero nel nostro intimo, e il permettere all'esperienza di portare a compimento il compito per cui era stata presentata. Magari un esempio mi sarebbe di aiuto, se possibile. Questo mi interessa in particolar modo perché nella mia vita da un po' di tempo a questa parte sono condizionato dal desiderio di trovare una compagna, dalla sensazione che la mia vita da single non mi basti più. E inevitabilmente mi sta venendo il dubbio - visto anche che non sto riuscendo a soddisfare questo desiderio - che esso sia sbagliato e non*

*davvero sentito. Mi viene insomma il dubbio che in quel messaggio di Baba ci possa anche essere un avvertimento per me su questo punto. Sarebbe davvero molto importante per me capire questa cosa.*

Credo che Baba intendesse sottolineare la differenza tra ciò che l'Io desidera e ciò che invece è richiesto dalla coscienza, quindi l'esistenza di una necessità interiore che viene mascherata, modificata o travisata dall'Io. Vediamo se riesco a farti l'esempio che chiedi, anche se non è facile... usiamo come base proprio quello che dici di te stesso e del tuo desiderio di trovare una compagna.

A livello di coscienza quel desiderio potrebbe nascere da diverse esigenze della tua coscienza (magari anche tutte presenti contemporaneamente): il bisogno di imparare a condividere, la ricerca della possibilità di esprimerti all'esterno di te stesso, il desiderio di amare te stesso attraverso il sentirti amato da un'altra persona, la necessità di uno specchio che ti dia stimoli più continui e soddisfacenti di quelli che magari ora possiedi e così via.

A livello di Io tutte queste necessità che manifestano, secondo l'Io, i suoi lati deboli e che come tali necessitano di una giustificazione ai suoi stessi occhi per poter non riconoscere la fragilità della sua autocostruzione, potrebbero diventare (nei vari corpi che contribuiscono a dare illusoria consistenza all'Io con le loro reazioni) il bisogno fisico di esprimere una sessualità non soddisfacente, la necessità di far vedere a se stessi e agli altri che «si ha una ragazza» e cioè che si è «normali» e adeguati ai parametri degli archetipi sociali, il pensiero che conviene trovare qualcuno che riempia la tua solitudine prima che diventi troppo problematico riuscire a trovarne una e via dicendo.

Come si traduce tutto questo sul piano dell'esperienza? Nella ricerca magari spasmodica della persona giusta, nella frustrazione e delusione se non la si trova, nel tentativo di trovare la persona che l'Io desidera, non quella che appagherebbe di più i propri desideri più profondi (che so io: tenere in primo luogo l'apparenza fisica e in ultimo luogo la capacità di ascoltare della persona che sta di fronte, per fare un esempio).

Succede, così, che è il modo in cui si conduce la ricerca che è limitante e che pone dei vincoli alla ricerca stessa. Anche questo, ovviamente, potrebbe avere delle motivazioni più profonde (ad esempio la paura di scoprire la propria teorica incapacità d'amare) ma a questo punto non si può più, come dice Giuliana, generalizzare.

Il subire la vita, in questo caso consiste nell'accontentarvi di ciò che la vita vi mette davanti, senza cooperare con essa per ottenere quello che più sarebbe giusto per voi. E' così che nascono rapporti difficili e, solitamente, già condannati in partenza al fallimento.

Fallimento che, comunque, non è mai totale perché comunque vi ha dato l'occasione di poter comprendere qualcosa di più di voi stessi.

Sempre che con la coscienza dell'incarnato riusciate a essere l'osservatore del vostro Io e a non identificarvi totalmente, invece, con esso. (Georgei)

*D - Quando dici che «L'azione tiene conto di tutti gli elementi a sua disposizione e, perciò, è largamente altruistica» non sono sicura di capire cosa intendi per «elementi a sua disposizione».*

E' abbastanza semplice: quando tiene conto non soltanto dei propri bisogni ma anche di quelli che è convinto siano i bisogni degli altri implicati nell'esperienza. E' ovvio che è lui a interpretare i bisogni degli altri, quindi può interpretarli in maniera sbagliata e, di conseguenza, compiere l'azione sbagliata. Ma quello che importa è la convinzione di fare la cosa più giusta in quella situazione non solo per sé ma per tutti.

*D - Ciò che l'Io esprime è in accordo con la l'intenzione akasica, ma l'Io agisce comunque in base ai suoi bisogni. E' così? Se è così, perché se la sua intenzione è in accordo con quella akasica l'Io comunque agisce egoisticamente? Forse perché comunque per l'Io è importante solo il suo bisogno?*

L'intenzione di partenza è in accordo con quella akasica, ma l'espressione finale nell'esperienza sul piano fisico tiene conto principalmente dei suoi bisogni. Per fare un esempio stupido ma che renda l'idea: sei andato a fare la spesa e hai le borse cariche di vettovaglie. Incontri una persona che ti chiede qualcosa da mangiare. Fai la cosa giusta dandogliela, ma il tuo Io ti farà scegliere una mela invece che quel melone con la bresaola il cui solo pensiero ti fa venire l'acquolina in bocca.

*D - Quindi l'essere consapevoli dell'intenzione espressa dall'Io è ciò che può aiutarci a compiere un'azione non egoistica?*

Dipende da quanto è forte il bisogno del tuo Io (a volte lo è tanto che non vi rendete neppure conto di comportarvi in maniera assolutamente egoistica). Comunque la consapevolezza può, quanto meno, aiutarvi nel non mentire a voi stessi e quindi magari «sbagliare sapendo di sbagliare» invece del più consueto «sbagliare sapendo di sbagliare ma cercare di convincere se stessi e gli altri che non si sta sbagliando». Vi garantisco che la sofferenza (e anche il karma smosso nei due casi) ha un peso ben diverso nelle due situazioni interiori.

*D - Ultima domanda: quando dici che l'Io dovrebbe essere disponibile ad adeguarsi alla realtà, cosa intendi per realtà?*

Siccome l'Io vive nell'illusione non si tratta della Realtà assoluta, ma di quella relativa all'Io nel suo modo di vivere quello che gli capita. Troppo spesso lasciate che si culli nell'illusione quando l'illusione vissuta è innegabile ad un'analisi più attenta e sincera. (Scifo)

### Perdonare se stessi

Un punto cardine di quasi tutte le religioni consiste nell'estremo ricatto di qualsiasi classe sacerdotale: «Bada a quello che fai perché prima o poi sarai dinnanzi al giudizio di Dio».

Gli addentellati che si ripresentano nei secoli possono essere vari: «Pentiti finché sei a tempo», «Fai una donazione e sarai salvato», «Sostienimi e io intercederò per te presso chi sta nell'alto dei cieli» e via e via e via. Nessuna religione è mai scampata sia al ricatto di base che agli addentellati che la coronano.

Cambiano i tempi, cambiano gli uomini, cambiano e si trasformano (qualche volta) le religioni, ma l'immagine preoccupante di un Dio giudice dell'uomo continua ad essere sempre la stessa.

Per carità: non possiamo dire che l'uomo, ancora oggi, non meriti di essere tenuto sulla corda e che, quindi, non sia proprio il suo modo di vivere che alimenta e accresce il fissarsi di quest'immagine nell'archetipo collettivo dell'umanità alla ricerca del divino... D'altra parte credo che sia decisamente ora di operare un drastico cambiamento in merito, anche considerati gli scarsi risultati che, alla fin fine, ottiene il concetto di un Dio-giudice pronto a scagliare chi male si comporta negli infuocati abissi dell'inferno. Quanti sono quelli che, nella storia dell'uomo, non hanno commesso le nefandezze più incredibili per paura di siffatto Dio? Forse, qualche volta, ha impedito a qualche individuo di compiere qualche azione non proprio benevola, ma, solitamente, la paura non elimina il desiderio, lo reprime soltanto.

E voi sapete, per esperienza e vissuto personale, che desiderare qualcosa di nocivo e non farlo per paura, per la vostra coscienza non fa poi molta differenza dall'agire senza preoccuparsi delle conseguenze.

Il più delle volte il pentimento viene a posteriori, e così «sentito» che si manifesta facilmente quando ormai la «frittata» è fatta e un'altra paura, quella delle conseguenze, incomincia a farsi avanti nella consapevolezza dell'individuo che - come diciamo spesso - ha sbagliato sapendo di sbagliare e non per semplice impossibilità di comprendere qual era il giusto modo di agire.

Ed ecco, allora, nascere i sensi di colpa che paralizzano la vostra vita e che rendono amari anche i momenti più dolci che vi capita di vive-

re. (Scifo)

Abbiamo sempre detto che è ben lontana da noi l'idea di diventare una religione... non abbiamo neanche le qualità essenziali per poterlo diventare: niente sacerdoti, patriarchi, gerarchie, preti, novizi né, tanto meno - una qualsiasi immagine preconstituita e da difendere ad oltranza di una divinità di qualsiasi tipo... no, non siamo atei ma il Dio in cui crediamo è un Dio inconoscibile razionalmente e avvicinabile soltanto per gradi attraverso l'ampliarsi del sentire dell'individuo, quel sentire che lo unisce e accomuna alla divinità fino ad arrivare al punto in cui individuo e divinità risultano inscindibilmente un Tutt'Uno. (Vito)

L'unico giudice di voi stessi, figli nostri, un giudice al cui cospetto anche i più grandi inquisitori si sono sentiti tremare in maniera irrefrenabile le ginocchia non è altri che voi stessi.

Voi stessi siete giudici e carnefici, voi stessi vi condannate al tormento, voi stessi vi crocifiggete con una valanga di «se avessi voluto», «se avessi cercato», «se avessi fatto non fatto» e fate fatica a perdonarvi, finendo con rendervi impossibile cercare di porre rimedio a ciò che siete stati diventando dei voi stessi diversi, preferendo le mille corone di spine dei vostri sensi di colpa al cambiamento che, solo, potrebbe porre rimedio, per la vostra coscienza, a ciò di cui vi incolpate.

Noi vi diciamo, figli nostri, che non esiste una condanna eterna e vorremmo davvero che voi poteste riuscire a credere in queste nostre parole.

Ma non vorremmo che quanto vi diciamo diventasse un modo per agire con leggerezza, senza preoccuparvi delle conseguenze di quello che avete fatto, che fate o che farete. Noi vorremmo, invece, che voi comprendeste che punirvi non serve a niente se non a rendere la vostra vita l'immagine di quell'inferno di cui parlano le religioni e che voi stessi tendete a costruirvi. (Moti)

*«Ma io ho fatto e detto cose che... oh, quante volte!  
E come posso non stare male, non sentirmi in colpa, non perdere il coraggio di guardarmi negli occhi allo specchio?».*

Fratelli, pensate che questo disfarebbe ciò che ormai è fatto?

Pensate davvero che questo sanerebbe le ferite che avete inferto?

Pensate veramente che questo annullerebbe il dolore che avete aiutato a nascere in voi e negli altri?

Voltate pagina, incominciate una vita diversa.

Fate della comprensione dei vostri sbagli la base per non commetterli più, trasformando il dolore in speranza, la colpa in accettazione di aver commesso degli errori, il rimorso in consapevolezza che potrete

evitare di commetterli ancora. (Fabius)

Questa è la via per perdonare voi stessi, creature.

Questa è l'unica via che vi permetterà di chiudere gli occhi con la coscienza di aver reso utile la vostra vita e che vi aiuterà ad affrontare la Morte, assidua compagna del vostro vivere, nel più sereno dei modi.

Essa sola, ve lo garantisco con tutto l'amore che posso portare in me verso ognuno di voi, avrà la possibilità di farvi esclamare, quando essa si avvicinerà per mostrarvi l'ultimo granello di sabbia che cadrà dalla grande clessidra che marca il tempo della vostra vita: (Scifo)

*Ci siamo incontrati ancora in una sera della mia vita  
in cui mi sono scoperto  
inesorabilmente solo con me stesso.  
I nostri occhi erano un unico sguardo  
pieno di rimpianti irrecuperabili  
di promesse e compromessi  
di speranze e disillusioni  
di musica mai suonata  
e canzoni mai fatte nascere  
ma tenute imprigionate  
nel profondo del mio cuore.  
Guardami negli occhi e dimmi cosa vuoi da me...  
è una vita che sei al mio fianco  
presenza costante ma silenziosa, fedele e inflessibile  
e adesso cosa vuoi da me, perché mi guardi così?  
«Stai arrivando infine nel mio porto  
io esisto per essere al tuo fianco e sono tua da sempre  
finché non sarai tu ad essere mio  
quando avrai accettato il riflesso dei miei occhi senza luce,  
nei quali, un bagliore del sole,  
per caso, è sembrato riflettersi nel mio sguardo  
costantemente rivolto verso di te».*

*Ma cosa stai dicendo?*

*«Per caso» non esiste, è solo un modo  
per seppellire le proprie responsabilità  
fingendo d'essere disarmati contro la vita.  
«Per caso» è una frase fatta,  
una consolazione disperata,  
un'ammissione di impotente sconfitta,  
un silenzio che non raggiunge una fine  
in attesa di perché*

*che non trovano fiato per esprimere se stessi.  
Non è per caso  
che l'aria fa dondolare  
la foglia che si stacca dal ramo,  
non è per caso  
che l'aquilone si scaglia nel cielo  
alla ricerca di un'illusoria libertà,  
non è per caso  
che un bimbo reclama a gran voce  
il suo primo sorso di vita.  
Non è per caso  
che io mi sono specchiato nei tuoi occhi  
e non ho avuto paura. (Il Poeta)*

## **Essere sinceri con se stessi**

Vi abbiamo chiesto spesso di essere sinceri con voi stessi.

Ma vi siete mai soffermati un po' più a lungo su cosa, veramente vi esortavamo a fare?

Troppo spesso vi fermate al primo senso, quello più banale, delle parole che vi rivolgiamo, senza cercare di comprendere un po' meglio e in maniera più articolata quello che vi proviene da noi.

Cosa significa «essere sinceri»?

Se analizzate con attenzione le cose che dite quando parlate con gli altri (ma anche con voi stessi) vi accorgete immediatamente che il novanta per cento di quello che dite non è sincero, e che, d'altra parte, non può essere che così.

Non siete d'accordo?

Fate una prova: accendete un registratore e poi registrate il racconto di qualche episodio della vostra vita.

Poi riascoltate quanto avete detto.

Vi accorgete con facilità che il vostro racconto è stato influenzato dai vostri desideri, le vostre speranze, le vostre aspettative che tendono a rendere l'episodio che avete raccontato falsato dai ricordi che usate per raccontare: già osservando le vostre parole che descrivono l'episodio vi accorgete che non avete raccontato l'episodio ma quello che voi avete notato, quello che vi ha colpito dell'episodio stesso e che avete tralasciato il resto tendendo a mettere in buona o cattiva luce - secondo le motivazioni del vostro Io - quello che raccontate con la scelta di determinati elementi a scapito di altri.

«E' normale» vi sento dire in coro «è colpa della percezione soggettiva della realtà», senza soffermarvi più che tanto sul fatto che, senza dubbio, questo è un meccanismo comunemente messo in atto da ogni individuo incarnato, e dimenticandovi con una certa facilità che la vostra soggettiva percezione della realtà non è la causa, bensì l'effetto.

La causa risiede in voi, nelle vostre incomprensioni, nell'io che le riflette e che cerca - come spesso vi ho suggerito - di adeguare a sé la realtà invece di cercare di fare esattamente l'opposto. Perché l'io dovrebbe fare questo? Perché questo gli permette di spostare l'attribuzione delle responsabilità il più possibile all'esterno di voi stessi, fosse anche soltan-

to alla vostra percezione sul piano fisico.

Dal punto di vista strettamente logico mi sembra evidente che, esistendo il meccanismo della percezione soggettiva della realtà, nessun essere incarnato sarà mai veramente sincero, pur essendo, magari, veramente convinto di esserlo.

A questo punto le possibilità sono due: o, con un certo gusto del sadico, vi chiediamo di fare qualche cosa che in realtà voi non potete fare, oppure l'ottica nella quale ci rivolgiamo a voi è diversa.

Ovviamente è vera questa seconda ipotesi! (Vito)

Se ci pensate un attimo con attenzione, creature, vi renderete conto che noi non vi abbiamo chiesto di essere sinceri genericamente... e come potremmo chiedervi di essere sinceri nel corso delle vostre giornate se i vostri presupposti nell'introiettare la realtà sono sempre estremamente labili e soggettivi?

Non vi abbiamo neanche chiesto di essere sinceri con gli altri: essere sinceri con gli altri vorrebbe dire avere ormai superato il vostro Io e, se fosse così, non avremmo neppure bisogno di parlarvi di sincerità, perché sareste sempre, spontaneamente e senza mediazioni da parte della vostra mente, veramente sinceri.

Vi abbiamo sempre chiesto, invece, di essere sinceri con voi stessi, perché questo è il primo passo da compere per arrivare ad essere veramente sinceri.

Osservate quando siete o dite di essere innamorati: se soltanto vi trovate di fronte all'occasione di parlare dell'oggetto del vostro amore tendete a mentire spudoratamente a voi stessi agli altri, la vostra obiettività va immediatamente a carte quarantotto... fornite un'immagine estremamente falsa dell'altro, come minimo omettendo le cose che non vi piacciono o vi danno fastidio in maniera di presentare l'altro come un compendio di pregi e qualità positive.

Questo è un argomento sul quale si potrebbe parlare per volumi e volumi: cosa può celare un comportamento di questo tipo? Molte cose, ovviamente: dalla soddisfazione di mostrare agli altri che persona eccezionale si rapporta con voi (cosa che, di riflesso, accresce voi stessi a vostri stessi occhi), al desiderio di avere l'approvazione degli altri per trovare una giustificazione negli altri alle cose che nascondete a voi stessi. Ma l'amore, creature? L'amore è un'altra cosa.

Non è fatto di parole, di descrizioni, di pregi o di difetti, è fatto di sentire e il sentire, ormai lo sapete, fluisce senza bisogno di essere ammantato di parole. Chi ripete all'amato mille volte al giorno che lo ama quasi certamente lo fa per rassicurare se stesso sulla verità del proprio amore. Oppure perché è diventata un'abitudine espressiva e, in questo caso, ovviamente, non è più la manifestazione del proprio amore ma, ve-

ramente, solo un'abitudine, quindi priva di un reale significato profondo.

Chi tra voi non è d'accordo su queste mie parole pensi a quante volte nel corso della sua vita si è dichiarato innamorato e si chieda come mai quegli amori non esistono più, spesso sostituiti da rancore e disinteresse. Se fosse stato veramente amore, anche nel momento che per esigenze di esperienza le persone coinvolte hanno prese strade che le hanno portate lontane, il legame non si sarebbe mai spezzato ma si sarebbe, tutt'al più, trasformato in un altro tipo di amore, diverso, ma non per questo meno sentito. (Scifo)

Ma, allora, cosa significa «essere sinceri con se stessi», figli nostri, visti tutti gli ostacoli che si frappongono tra voi e la vostra sincerità?

Significa osservare se stessi mentre si sta vivendo e restare attenti a quello che si dimostra con gli atti, più che con le parole.

Significa accorgersi di quando s'imbellezza o si rende drammatica oltre il lecito le situazioni che si vanno ad affrontare.

Significa avere il coraggio di ammettere con se stessi che quello che si sta facendo o dicendo non è vero, senza per questo farsi soverchiare dai sensi di colpa, bensì ricercando nella propria obiettività la radice comune dell'amore, quell'amore che fa dire semplicemente e con grande serenità: (Moti)

*Io ti amerò per come sei  
non per come vorrei che tu fossi,  
e vorrei che anche tu mi amassi  
per le mie bellezze ma anche per le mie incomprensioni.  
Se ti vedrò, se mi vedrai, se ci vedremo  
il più possibile così come siamo  
io sarò la stampella che ti sorreggerà  
nel tuo cammino verso il cambiamento,  
e tu sarai lo specchio che mi mostrerà incessantemente,  
con fermezza ma con costanza,  
quello che devo trasformare in me,  
lasciandomi aiutare per poterti aiutare.  
Così, guardando con attenzione  
dentro ai miei occhi,  
riconoscerò finalmente me stesso  
senza più sentirmi  
solo,  
perduto,  
incompreso,  
tradito,*

*deluso,  
abbandonato,  
frustrato,  
impaurito,  
ferito,  
spezzato. (Il Poeta)*

Figli nostri,  
siamo dunque giunti alla fine di questo lungo cammino che ci ha visti percorrere assieme, lungo i due lati del velo, un lungo percorso.

Con queste nostre parole il Cerchio conclude in questo vostro «oggi» un'avventura incominciata tanto tempo fa, in epoche lontane.

Non siate tristi per questo: noi vi abbiamo dato in questi decenni tutto ciò che è stato possibile darvi offrendovi di continuo la possibilità di prendere da noi ciò di cui avevate bisogno. A volte è stato poco, a volte è stato tanto, e questo è dipeso solo da voi, dalla vostra capacità di fare veramente vostre le nostre parole.

Chi ha preso poco è stato messo davanti ai suoi limiti, chi ha preso tanto avrà certamente visto cambiare la propria vita. Avreste potuto prendere di più, senza dubbio avreste anche potuto dare di più... e ancora una volta non possiamo che ripetervi, anche in questo frangente, che VOI possedete la responsabilità di aver fatto fruttare in voi le nostre parole, perché voi e nessun altro siete gli artefici del vostro percorso interiore.

Il Cerchio vi ha accompagnato per lunghi anni, molti di voi addirittura per decenni, diventando spesso una parte non secondaria della vostra vita.

Da adesso in poi sarete voi stessi, se lo vorrete, a far continuare a vivere il Cerchio dentro di voi, a far sì che esso sia ancora e sempre una parte importante della vostra vita.

E' un po' come se il vostro amore venisse messo alla prova: senza nuove parole da parte nostra, senza la nostra presenza tangibile, senza l'àncora dell'incontro con noi il vostro amore, così spesso enunciato, si rivelerà reale o soltanto la manifestazione del vostro bisogno di amare e di essere amati, del vostro desiderio di sollevarvi al di sopra delle persone comuni, del vostro appagamento nel sentirvi «prescelti»?

Soltanto il tempo, l'inesistente tiranno delle vostre vite, ve lo farà comprendere.

La maggior parte di voi andrà per altre strade, portando in sé i semi che abbiamo sparsi a piene mani

Ad ognuno di voi speriamo di essere riusciti per lo meno a donare la certezza che non siete e non sarete mai soli, che è meglio sperare che disperare, che la qualità della vostra vita può essere diversa, se lo volete,

che amare le persone che vi circondano è un tutt'uno con la capacità di amare voi stessi, che ogni altra persona può esservi maestra così come voi potete essere maestri di qualunque altro incarnato, che tutto ciò che esiste concorre a incanalarvi nella direzione più adatta a voi e che anche il dolore e la sofferenza non sono mai fini a se stessi ma hanno una loro ragione d'essere nello spingervi quando vi fermate, nell'incitarvi quando vi demoralizzate, nel mostrarvi che, almeno nel dolore, esistono dei punti di unione con gli altri su i quali costruire la vostra compassione, la vostra condivisione, la vostra partecipazione.

Non ascoltate il vostro Io che vi sussurrerà incessantemente che noi non ci saremo più, sentendovi abbandonati e soli: noi ci saremo sempre e comunque e le nostre voci sussurreranno nel vento per voi, ogni volta che vorrete ascoltare:

*In ogni uomo  
arde una candela  
che nessuno  
può spegnere. (Moti)*



## Domande alle Guide

*Sommario: La cristallizzazione - Le razze - Lo psicosomatismo - L'identificarsi con i problemi degli altri - Le vite precedenti - L'ambiente - Affrontare le paure - Il Dna e le razze - I traumi infantili*

Ho sentito qualcuno affermare:

«C'è comunque l'uso improprio e fuorviante del termine «cristallizzazione», perché – a quanto ne so io - viene definito «cristallizzato» (in un dato settore) colui che reagisce sempre alla stessa maniera di fronte a un evento; quindi colui che non cambia il suo Io e continua a commettere gli stessi errori.»

Mi sto rendendo conto che comprendere con precisione la terminologia dell'insegnamento non è sempre agevole, sottoposto com'è, come qualsiasi cosa sottoposta alla percezione soggettiva individuale, all'interpretazione personale.

Molte volte, infatti, date mostra di conoscere l'insegnamento, ma vi sfugge sempre qualche particolare fatto che, in qualche modo, vi porta a falsare la vostra acquisizione dei concetti.

Prendiamo la frase che ho appena citato: va tutto bene tranne un punto: «...viene definito «cristallizzato» (in un dato settore) colui che reagisce sempre alla stessa maniera di fronte a un evento; quindi colui che non cambia il suo Io e continua a commettere gli stessi errori».

Infatti la cristallizzazione non è individuabile con certezza dal comportamento che il «cristallizzato» mostra con le sue reazioni: ad una stessa cristallizzazione possono corrispondere diverse reazioni sul piano fisico (ed è questo che complica la vita a chi cerca di individuarla).

Questo accade perché la conseguenza della cristallizzazione non è mai pura, ma subisce l'influenza, nel suo manifestarsi nell'azione sul piano fisico, di tutti gli altri elementi che concorrono alla sua manifestazione sul piano fisico: dalle comprensioni, dalle spinte di un Io che cambia in continuazione, dagli stimoli diversificati e complessi che ogni esperienza presenta e via dicendo.

Io direi che la cristallizzazione può essere definita solo dalla spinta interiore: è il blocco di una parte del fluire che non riesce a fluire e ad amalgamarsi col resto dell'interiorità dell'individuo, una base che resta costante finché il circolo vibratorio che la alimenta non viene interrotto o alterato dal raggiungimento di parziale o totale comprensione che va a modificare il nucleo vibratorio della cristallizzazione.

Quindi la risposta sul piano fisico può essere diversa (addirittura opposta) pur essendo l'effetto di una stessa cristallizzazione. (Georgei)

*D - Quello che mi era stato detto riguardava l'equilibrio dei miei tre corpi, sostenendo che in sostanza in me il corpo mentale la faceva da padrone (e fin qui nessuna sorpresa), e che il «fanalino di coda» era invece il mio corpo fisico (l'astrale invece si piazzava in una sorta di via di mezzo tra i due). Era stato anche aggiunto al discorso il fatto che alla mia età (dato che sono ancora giovane) sarebbe stato più ovvio che fosse stato invece il fisico invece a spadroneggiare. La domanda che mi sorge spontanea è: da che punto di vista questo potrebbe accadere? Cosa s'intende cioè (in particolare nel mio caso) vivere dando più peso al corpo fisico? Vorrebbe dire dare più libero sfogo per esempio, ai meri impulsi sessuali? Ma questo non significherebbe dare spago all'Io?*

E' chiaro che il fattore età fisiologica non è irrilevante nell'uso che l'individuo fa, nel tempo, dei suoi corpi transitori: senza dubbio, per restare sul tema della sessualità, le reazioni e le spinte sessuale del corpo fisico sono ben diversi nel bambino, nell'uomo, nell'anziano.

Non bisogna, però, fare l'errore di considerare la sessualità un elemento principalmente fisico nell'essere umano, perché non è affatto così: la componente astrale e quella mentale ricoprono pesantemente le normali reazioni fisiologiche del corpo fisico, l'Io le modifica e le adatta a quelle che ritiene essere le sue priorità, le sue urgenze.

Sulle reazioni fisiologiche interviene pure la spinta della coscienza che usa, magari, la sessualità dell'individuo per spingerlo verso esperienze che ritiene gli possano essere utili. Ancora: sulla sessualità hanno una forte ricaduta i giudizi bene/male stabiliti dagli archetipi transitori all'interno del tipo di ambiente e società in cui ci si trova a vivere.

Tutto questo sembra, apparentemente contraddire l'affermazione che in età giovane è il corpo fisico a spadroneggiare, ma non è così: infatti è dall'adolescenza fin verso i 45/50 anni che le richieste fisiologiche legate alla sessualità possiedono una forza particolare che le rendono il substrato stessa della vita e dei comportamenti dell'essere umano, e gli altri elementi sfruttano questo stimoli preminente proprio in quanto è preminente, e quindi importante per l'Io.

*D - Tu chiedi: «Cosa s'intende cioè (in particolare nel mio caso) vivere*

*dando più peso al corpo fisico»? Vorrebbe dire dare più libero sfogo per esempio, ai meri impulsi sessuali? Ma questo non significherebbe dare spago all'io?*

Certamente non dare libero sfogo ai meri impulsi sessuali (questo può accadere solo se non si tiene presente la presenza degli altri e dei loro diritti). Io direi - ma il discorso sarebbe molto più lungo - che la frase nasceva dalla constatazione che troppo spesso non tenete in debito conto l'influenza che il vostro corpo ha nello sviluppo delle vostre esperienze ed era un'esortazione ad avere di voi una visione più completa di tutte le vostre componenti, altrimenti la vostra visione non ha la possibilità di essere davvero realistica. In quanto al dare «spago all'io» ricordate che dovette lasciare comunque un certo spazio di movimento, altrimenti create un blocco e non avviate una possibilità di comprensione.

E' importante, ovviamente, avere un certo controllo, ma non fare di questo controllo un super poliziotto che inibisce le possibilità di esperienza.

Credo che queste spiegazioni possano anche fare chiarezza nel seguito delle tue domande. (Georgei)

*D - «Leggendo i messaggi relativi alle razze e alla nostra evoluzione mi è sembrato di capire che ogni razza corrisponde ad un piano specifico e quindi ad un tipo di evoluzione legata principalmente ad uno dei piani di esistenza, quindi i lemuriani erano molto centrati sul piano fisico, gli atlantidei sul piano astrale, la terza razza è basata sul piano mentale... la quarta sarà invece orientata più sulla coscienza... se questo ragionamento è corretto significa che le prossime razze saranno poi centrate sui cosiddetti piani spirituali e quindi mi chiedo, ma cosa se ne farebbero queste 5,6 e 7 razza di un io e di un corpo che rispecchia i piani inferiori ? non sarebbero già dei superuomini? O il fine è avere delle entità che, nell'ultima razza, sviluppano il piano più elevato avendo però già all'interno tutta l'evoluzione dei piani inferiori?*

Le cose, ovviamente, non sono così semplici.

Vi son alcuni punti base da tenere presente:

1) Il fatto che la razza attuale abbia una predominanza nella struttura del suo corpo mentale non significa che non abbia anche gli altri corpi, Significa soltanto che il suo percorso evolutivo avrà delle basi di partenza diverse dalle altre razze e che dovrà giungere all'abbandono della ruota del karma lungo percorsi in buona parte diversi da quelli affrontati dalle altre razze. Lo stesso si può dire per le altre razze.

2) Il fatto che la quinta razza, per ipotesi, parta da una predominanza di uno dei corpi spirituali ancora una volta non significa che non possederà i corpi fisico, astrale e mentale, dal momento che, comunque, dovrà sperimentare sul piano fisico e qui corpi sono comunque indi-

spensabili per trarre il succo dalle esperienze che deve compiere. Possiamo dire che certamente avrà un Io più sottile rispetto alle razze precedenti, ma l'Io ci sarà comunque.

3) Non facciamoci trarre in inganno dal termine superuomo: secondo le Guide il superuomo è identificabile con chi è andato ormai oltre alla condizione di individualità con la necessità di incarnarsi ancora, quindi non è applicabile a chi ha ancora esigenze incarnative.

*D - Visto che le razze si sovrappongono mi sembra ovvio che ci possano essere dei corpi fisici risultanti dall'incrocio di un genitore di una razza e un genitore di razza diversa... mentre l'entità sarà invece inequivocabilmente di una o dell'altra razza... quindi mi chiedo, ma quale utilità può avere, per una entità, essere legata ad un corpo non perfettamente corrispondente alla razza alla quale appartiene? serve per «accumulare» un certo grado di imprinting e di archetipi da portarsi poi dietro nell'evoluzione?*

Sappiamo che l'evoluzione dell'individualità corrisponde ad una «riscoperta» di se stessa. Ora, questa riscoperta deve essere attuata gradatamente e, per essere veramente compresa, deve seguire un iter che gli fissi la comprensione del percorso che gradatamente sta mettendo in atto. Hai ragione nell'affermare che questo porta a una costituzione di un imprinting di base dell'individualità su cui costruire il proprio percorso (che, peraltro, è sempre strettamente individuale) ma gli archetipi a cui si collega lungo il percorso sono una conseguenza praticamente automatica, un mezzo per interagire con l'esperienza, non un vero «bisogno» dell'individualità: la loro funzione è quella di fornire dei modelli di reazioni all'individuo incarnato nel vivere le esperienze sul fisico, modelli che gli permetteranno di verificare di volta in volta la propria comprensione, modulata proprio dalle proprie reazioni ai dettami proposti dagli archetipi transitori e dal superamento o dall'accettazione degli elementi proposti dagli archetipi transitori derivanti dal confronto che opera di continuo il corpo della coscienza con le vibrazioni che arrivano continuamente a lui dagli archetipi permanenti e che gli danno la misura di quanto è vicino o lontano dalla giusta comprensione che essi propongono di continuo. (Scifo)

*D - Possiamo dire che certamente avrà un Io più sottile rispetto alle razze precedenti, ma l'Io ci sarà comunque.» Leggendo il passaggio che ti ho riportato mi è venuto da pensare che un'entità che s'incarna con un Io più sottile, nelle prossime razze, soffrirà di meno; partirà, diciamo, più avvantaggiata dal momento che, come ci avete sempre detto, la fonte primaria della nostra sofferenza è costituita dall'Io. Posto che gli Archetipi Permanenti sono uguali per tutte le razze, mi vien da pensare che un'entità che abbia già di partenza un Io più sottile meglio ricono-*

*scerà le vibrazioni provenienti da essi e sarà più avvantaggiata nel consonare con essi a livello vibratorio, rispetto a una, magari della nostra razza, con un Io più «spesso» (passami il termine) che s'impastoia nei meandri degli archetipi transitori ad essa coevi. So che magari da disincarnati, poi, i conti tornano, ma così sembra quasi che l'Assoluto faccia figli e figliastri! Siccome so, sento, non dubito che così non può essere, randella pure ma per favore, se vuoi, chiariscimi sto punto.*

Direi che il punto nodale per comprendere come non ci siano figli e figliastri sta nella corretta interpretazione del concetto di sofferenza: non vi è una sofferenza maggiore o una sofferenza minore, dal momento che per chi soffre anche quella che può sembrare una piccola sofferenza quella sofferenza ha grande importanza. Spesso voi pensate, guardando gli altri: «Guarda quello, come può star male così tanto per una cosa così banale», dimenticando che la sofferenza è il sintomo di una incomprensione e tutte le incomprensioni hanno, per la coscienza, la stessa importanza.

In definitiva direi che l'attribuzione di una scala graduata alla sofferenza è messa in atto dall'Io che la crea secondo il proprio metro di giudizio.

Il fatto che una razza abbia di base un Io più sottile, quindi, non significa che soffrirà meno della razza che ha un'Io più consistente, tutt'al più che soffrirà per cose diverse, magari per delle sfumature di incomprensione più che per delle grosse incomprensioni.

Se hai bisogno di un esempio concreto pensa al caso di quell'entità che soffriva perché aveva rubato un panino non per fame ma per ripicca. All'Io una cosa del genere sembra quasi una sofferenza ridicola, in realtà per quell'entità la sofferenza che provava era grande come quella che avrebbe provato se avesse ucciso una persona. (Scifo)

*D - [...] quale utilità può avere, per una entità, essere legata ad un corpo non perfettamente corrispondente alla razza alla quale appartiene? serve per «accumulare» un certo grado di imprinting?*

Hai ragione nell'affermare che questo porta a una costituzione di un imprinting di base dell'individualità su cui costruire il proprio percorso (che, peraltro, è sempre strettamente individuale). (Scifo)

*D - Non ho capito la domanda/risposta, nel senso che, allora, l'imprinting di base non è «solo» quello legato alle prime esperienze incarnative dell'individualità nei regni minerale/vegetale/animale (esperienze che danno un primo orientamento / in dirizzo al corpo akasico) ma si eredita anche dai «percorsi» dei genitori? Quindi ciò vuol dire che se il modulo dell'imprinting continua ad esserci anche durante le incarnazioni come essere umano, è perché può «arricchirsi», «integrarsi» con altri*

*elementi?*

Bisogna considerare che l'imprinting non riguarda solo la porzione evolutiva della razza come essere umano, ma tutto il suo percorso evolutivo.

A mano a mano che la massa akasica della razza si frantuma col frammentarsi dell'esperienza si va formando un imprinting di base che accomuna una porzione sempre più piccola di massa akasica della razza, ed è in questo senso che parlavo di imprinting di base, cioè come appartenente ad ampie porzioni di massa akasica. Non si eredita imprinting dai genitori ma dalle porzioni di massa akasica di cui si è stati parte nel corso del percorso evolutivo. Quando si passa all'incarnazione umana, quindi con un corpo akasico individuale, è ovvio che l'imprinting è diventato un elemento prettamente individuale che si arricchisce o si integra - come dici tu - con altri elementi nel corso di ogni vita, non nel senso che cambia ma nel senso che la sua manifestazione influenzata con gli elementi tipici di quella vita (la nuova personalità, i nuovi corpi, le esperienze che compie, gli archetipi transitori a cui è collegato, i bisogni di comprensione che muove il corpo akasico e via e via e via). (Scifo)

*D - Poi volevo chiedere se, per una razza, avere la predominanza di un corpo «superiore» rispetto alla precedente (es, corpo mentale, mentre prima vi era la predominanza di quello astrale, mentre prima vi era predominanza del corpo mentale: società basata sulla tecnologia) possa comportare una maggiore «complessità» nel tipo di esperienze che dovrà vivere... cioè da una parte un Io più sottile, ma, dall'altra, società/rapporti interpersonali più «complessi» (su cui «testare» le proprie comprensioni) che richiedono appunto la predominanza di quel corpo.*

La presenza di un Io più sottile richiede, ovviamente, esperienza a loro volta più «sottili»: non si tratta più di comprendere (per fare un esempio classico) che non bisogna uccidere che, in senso generale è ormai compreso, ma le sfumature che completano quella comprensione (ad es. la differenza fra l'uccisione per gelosia e l'uccisione per pietà, come nel caso dell'eutanasia). Trattandosi di necessità di esperienza più sottili i rapporti società/persona o persona/persona devono necessariamente essere più strutturati e più complessi che porteranno a un tipo di società a sua volta più densa di sfumature comportamentali e, quindi, di possibilità di esperienza più adatte alla comprensione proprio delle sfumature. (Scifo)

*D - Porre attenzione alle reazioni del corpo fisico potrebbe portare a diventare ipocondriaci, quindi chiedo se possibile un suggerimento su come usare per il meglio anche questa possibilità per conoscenza di me stessa, poi, il sapere di non avere interazione tra i corpi mentale e astrale.*

*le è sufficiente per riuscire a porvi rimedio oppure solo il progredire evolutivo può in questo senso?*

Porre attenzione alle reazioni del proprio corpo fisico significa non ignorare le cose che esso vi suggerisce di continuo.

Per fare un esempio accade spesso che il vostro corpo fisico vi segnali un problema di qualche tipo, magari con una febbriattola e che voi lo ignoriate. Il più delle volte non si tratta di nulla di grave, tuttavia sarebbe meglio non rifiutare il suggerimento ma, specialmente se il segnale dura nel tempo, cercare di risolverlo. Non ci tratta di diventare ipocondriaci, ma di avere cura del proprio corpo. Sempre, nelle reazioni del corpo fisico, sono presenti degli elementi di psicosomatismo che li amplificano. Ecco, allora, che osservandoli, si può arrivare a dei propri perché che sfuggivano ottenendo il doppio risultato di comprendere qualche sfumatura di se stessi e di eliminare il sintomo che si manifestava nel corpo fisico.

In quanto alla seconda domanda direi che parti da una considerazione eccessiva: vi è sempre e comunque interazione tra corpo mentale ed astrale. L'interazione può soltanto essere minore o maggiore vuoi per la struttura dei due corpi, vuoi perché l'Io dell'individuo pone dei blocchi al fluire dell'interazione. Rendersi conto che vi sono questi blocchi è già un buon passo ma, ovviamente, non elimina i blocchi, cosa che può fare soltanto la comprensione.

Ma come aiutare la comprensione? Non vi è una regola fissa e unica: a volte basta vivere le esperienze e il corpo akasico troverà a poco a poco da solo le comprensioni che gli faranno superare i blocchi, altre volte è necessario forzare le cose, costringersi a vivere le esperienze senza sfuggirle o rifiutarle, addirittura andare a cozzare contro la sofferenza (nei casi limite) per trovare la spinta necessaria nel desiderio di farla smettere.

Non è, come dici tu, che il «progredire evolutivo» possa aiutare in questo senso, bensì il contrario, cioè è il vigilare e l'operare sui propri corpi che aiuta il progredire evolutivo. (Rodolfo)

*D - Da una parte c'è l'Io che vorrebbe costruirsi un'immagine aderente a quanto proposto dagli AT (e per questo «soffre»), dall'altra, alla base di questa «spinta», ci sono anche le esigenze della coscienza.... Se si sa, in partenza, però, che determinate esperienze non si vivranno, significa che quelle stesse esigenze della coscienza dovrebbero «trasformarsi» in modo da trovare espressione in altri modi?*

Come dici tu l'Io cerca di adattare la sua immagine a quanto proposto dagli AT ma, ovviamente, non ci riesce davvero, prima di tutto perché si tratta di costringere se stesso in qualche cosa che non gli appartiene veramente, secondariamente perché le vibrazioni che agiscono su di

lui, provenienti dalla coscienza, per quanto esso tenti di modificarle, gli impediscono di fissare definitivamente l'immagine che tenta di stabilizzare come reale.

Il contrasto interiore dell'Io nasce, principalmente, proprio dal fatto che l'Io cerca un'immagine stabile a cui aggrapparsi per non perdere la sua illusoria identità mentre, per opera dell'akasico, l'immagine non può mai essere stabile in quanto, inevitabilmente, l'Io cambia immediatamente, di poco o di molto, ogni volta che anche la più piccola comprensione ottenuta dall'esperienza si fissa nella coscienza.

Non sempre, come dici anche tu, le esperienze che sarebbero necessarie alla coscienza possono essere vissute: vuoi perché non si presenta l'occasione giusta, vuoi perché l'Io ne ha paura e cerca di evitarle, vuoi perché altre esigenze (o comprensioni della coscienza) pongono dei paletti all'attuazione dell'esperienza.

Per fare un esempio su quest'ultimo caso basta fare riferimento al comportamento sessuale dell'individuo: sotto la spinta fisiologica, emotiva o mentale l'individuo è possibile che egli venga attratto da una particolare esperienza sessuale (esperienza che, magari, porterebbe dati utili alla sua coscienza) ma, talvolta, non la metterà mai in atto, non la vivrà mai (almeno nel corso di quella vita) dal momento che un altro tipo di esperienza è più utile alla sua coscienza. Oppure perché qualche comprensione già stabilizzata all'interno del corpo akasico (che so io: la comprensione che quell'esperienza danneggerebbe il proprio compagno o la propria compagna che non potrebbe comprendere o accettare il suo comportamento) costituisce un freno al mettere in atto quell'esperienza. E via dicendo.

Fatto sta che resta interiormente l'esigenza di un'esperienza che non viene vissuta.

Questo che conseguenza ha nella vita dell'individuo? Chiaramente le possibilità sono innumerevoli perché relazionate al percorso fatto fino a quel punto dalla coscienza dell'individuo stesso. Te ne cito alcune:

1) l'individuo riesce ad accettare questa situazione e sa trasformare l'energia, smossa ma non fatta sfogare, in altri ambiti utili per la sua esperienza.

2) l'individuo non riesce ad accettare questa situazione e l'energia smossa al suo interno trova sfogo in psicosomatismi.

3) l'individuo non riesce ad accettare questa situazione e non fa sfogare l'energia smossa che resta al suo interno come «fantasma» che condiziona pesantemente il suo interagire con l'esperienza sul piano fisico.

Come vedi le possibilità (e le varianti in gioco) sono molteplici e di difficile schematizzazione, ma spero di averti dato degli elementi utili sui quali ragionare. (Georgei)

*D - Tu dici che a volte serve andare incontro alla sofferenza in modo da avere sempre elementi necessari per la nostra comprensione, e questo lo capisco, mi viene naturale il farlo, quello che poi risulta illogico è che il seguente momento dell'osservazione di se stessi ci si dimentica il motivo per cui si è andati a stimolare la tale situazione. Tu dici che a poco a poco avviene lo sblocco, ma se il tessuto con il quale è stata costruita la personalità è quello.....vuol dire che non ci sono possibilità di via di uscita, i vari corpi manifesteranno sempre quelle date caratteristiche al di là di quello che eventualmente si può aver compreso. Una volta, in passato avevo anche dei periodi piuttosto lunghi dove tiravo i remi in barca e vivevo in modo spensierato, ora non c'è tregua, non ci è permessa la distrazione, e questo meccanismo sembra inarrestabile. Mi domando quale ne sia lo scopo, dal momento che pare non cambi poi molto di me stessa.*

Come sei pessimista, amica mia!

Quello che hai perso per strada, nel tuo ragionamento, è il fatto che l'Io non è mai lo stesso: la sua costanza e la sua fissità nel tempo fa parte della sua illusione di possedere un'immagine stabile. In realtà ad ogni piccola comprensione l'Io è diverso e reagisce diversamente a quello che vive, cosicché anche la personalità che manifesta nel percorrere la vita è in costante e continua modificazione. I problemi nascono proprio dal fatto che l'Io fa fatica (o resistenza) ad accettare i cambiamenti che in lui si sono verificati, in quanto gli tolgono la terra sotto i piedi minando la sua speranza di avere la realtà, di cui si illude di essere il perno, sotto il suo totale controllo.

La tua idea che i vari corpi manifestino sempre e comunque le stesse caratteristiche non corrisponde alla realtà delle cose e ti appare così soltanto sulla base delle illusioni che si crea l'Io nell'osservare la sua reazione sul piano fisico.

Se tu osservi due tuoi comportamenti apparentemente uguali sul piano fisico potrai facilmente accorgerti che la reazione, effettivamente, può sembrare molto simile ma, all'osservazione attenta, ti renderai conto che il tuo vissuto dell'esperienza che ti ha portato a manifestare le stesse reazioni è in piccola o grande parte diverso nelle due situazioni.

D'altra parte, se ci pensi bene, non può essere che così, dal momento che la tua coscienza, che è poi chi vive veramente le tue esperienze, è diversa nei due diversi momenti.

A rendere tutto questo frustrante per l'Io è il fatto che, come diciamo spesso, non sempre vi accorgete di quello che avete compreso, perché fluisce spontaneamente e, di conseguenza, facilmente sfugge all'osservazione dell'Io che tende a non prestare attenzione a quello che non lo appaga direttamente o non lo disturba.

In conclusione non posso che dirti di essere sicura che non sei mai

così immobile come il tuo Io pensa di essere e che se riesci a costringere il tuo Io ad osservare se stesso con sincerità puoi riuscire a notare i cambiamenti che si sono verificati in te col trascorrere degli anni.

Basta pensare, per fare un esempio, alle reazioni dell'Adele adolescente e raffrontarle con quelle dell'A. di oggi per renderti conto che sei cambiata molto più di quello che pensi.

Questo è un esempio macroscopico e facilmente riscontrabile, ma ti garantisco che anche se facessi lo stesso raffronto tra l'Adele di tre anni fa e l'A. di oggi scopriresti i cambiamenti che sono avvenuti in te. (Rodolfo)

*D - Una domanda su un problema che spesso mi ritorna: l'identificarsi a livello emotivo con eventi accaduti ad altri. Esempio: un'amica mi racconta di suo fratello che è finito in carcere ed io per qualche tempo male al solo pensiero dell'immagine che ho di lui e di quella famiglia che mai e poi mai si sarebbe aspettata un fatto simile. Lì per lì non mi importa se ha sbagliato (di fatto la responsabilità è sua), penso solo a lui come si sente in quella sfortunata situazione. Oppure un mio familiare mi racconta sempre un fatto spiacevole che lo fa star male, e ancora ho dentro un malessere come se lo stessi vivendo io. In maniera più specifica mia figlia mi coinvolge nelle sue prime esperienze affettive con l'altro sesso.. e per la miseria mi assale l'angoscia se la vedo delusa o preoccupata o amareggiata, come se io stessi vivendo la sua stessa situazione. E' chiaro che sono contenta se lei è felice, ma non è questo il punto. Questo meccanismo mi avviene solo per alcuni casi, non per tutto. A volte ho assistito al decesso di persone, mentre lavoravo e non ne sono stata così turbata. Altre volte mi ha colpito più lo star male di una persona che assisteva il suo parente morente, che la sofferenza stessa del morente. Perché, mi domando? Ho provato a vedermi mentre ho quel nodo di malessere che mi attanaglia lo stomaco o la gola, tentando di dare voce a questo meccanismo che continuo a non capire, può essere la paura della sofferenza? Può essere che mi immagino la scena e la mia di sofferenza se eventualmente capitasse a me la stessa situazione?*

In realtà la risposta alla tua domanda è abbastanza semplice e logica: più quello che si vede accadere ad altri colpisce (e non soltanto a livello emotivo) qualche nodo dolente al proprio interno, più è facile identificarsi con un altro individuo.

Il meccanismo è semplice: l'Io proietta le proprie paure e le proprie tensioni su quanto vede vivere ad un altro e immediatamente, visto che teme possa capitargli qualcosa di analogo che lo farebbe soffrire, reagisce mettendo in atto quei comportamenti che ritiene gli potrebbero servire in un ipotetica occasione futura per evitare quel tipo di sofferenza

che teme: da questo punto in poi non è più possibile generalizzare, perché ogni individuo ha i suoi tempi e modi di reazione, strettamente dipendenti a quelle che sono le comprensioni raggiunte fino a quel momento.

Può essere - come dici tu - la paura della sofferenza personale, ma una risposta di questo tipo non serve mai a niente, perché è chiaro che a nessuno fa piacere soffrire.

E' necessario, perciò, cercare di andare più a fondo e cercare di scoprire di quali elementi è composta la propria paura della sofferenza. E sarebbe ottimale, una volta scoperti, affrontarli, senza lasciare che l'Io di-stragga o cerchi di nasconderli ai suoi stessi occhi. (Georgei)

*D - Poniamo un individuo X appartenente alla 4 razza.... dal punto di vista fisico avrà un corpo che deriva da infiniti incroci tra individui di tutte e quattro le razze finora esistite quindi il suo DNA avrà attivati tutti i codici delle prime 4 razze e disattivati quelli delle razze future.... dal punto di vista «spirituale» si dovrà confrontare con gli archetipi transitori della 4 razza, che includono tutta l'evoluzione degli archetipi transitori di tutte e quattro le razze esistite.... e avrà davanti gli archetipi permanenti che gli segneranno il cammino per quello che deve invece ancora comprendere.... Un individuo Y della 7 razza avrà, dal punto di vista del corpo fisico, un DNA tutto attivato, in quanto risultante da incroci di individui di tutte le razze esistite.... degli archetipi transitori risultanti dall'intera evoluzione di tutti gli archetipi di tutte le razze, una strada da percorrere tutto sommato abbastanza breve per arrivare all'Assoluto...*

Mi sembra che hai fatto un minestrone incredibile, creatura mia!

Intanto chiariamo ancora una volta che non dovete confondere il concetto di razza che usiamo noi con quello strettamente legato alla fisiologia umana che intendete voi comunemente: quando parliamo di razza ci riferiamo a uno scaglione di anime, tutte appartenenti, in origine, a una porzione unica di massa akasica che incominciano a differenziarsi e a intraprendere assieme il percorso evolutivo all'interno di un pianeta.

Per quello che riguarda il DNA certamente per ogni razza ci sarà l'attivazione di una certa sequenza di base che accomuna la razza, ma sarà tipica di quella razza, non sarà mai, come dici tu, che la settimana razza avrà tutto il DNA attivato, cosa che, fra l'altro, avrebbe come risultato non un essere più evoluto ma un essere impossibilitato a strutturarsi poiché conterrebbe elementi in contrasto tra di loro che impedirebbero la costituzione di un corpo fisico in grado di sopravvivere sul piano fisico.

Anche per quanto riguarda gli archetipi transitori usi un concetto di evoluzione attraverso il manifestarsi delle varie razze che non è applicabile agli AT: essi vengono formati dai gruppi appartenenti alle razze,

non evolvono né si trasformano, semplicemente si annullano quando non sono più sostenuti dal collegamento con individualità incarnate che li stanno sperimentando. Se accade che certi archetipi transitori siano comuni a più razze questo avviene perché a strada che le varie razze devono percorrere è la stessa per tutte le razze e, perciò, possono venirsi a creare archetipi transitori simili (ma attenzione: ho detto simili, non uguali!).

*D - Ora, se l'appartenenza ad una razza si stabilisce in occasione della prima incarnazione umana e l'evoluzione minerale-vegetale-animale è invece indifferenziata, mi chiedo: cosa ci può essere di tanto diverso nell'evoluzione dei regni inferiori da determinare poi l'incarnazione nella 1 o nella 7 razza, soprattutto in relazione a piani di esistenza che nei regni inferiori non sono poi così presenti o collegate? In sostanza, come può un animale alle ultima incarnazione animale essere tanto vicino all'assoluto da dover esperire con una evoluzione basata sull'ultimo piano spirituale piuttosto che nel corpo fisico di un lemuriano?*

Il cammino nei regni inferiori ha il compito di preparare gli elementi comuni di una razza affinché compia il suo percorso con determinati strumenti invece che con altri. Per farti un esempio molto riduttivo è chiaro che essere stati per un certo numero di incarnazioni come insetti dà un imprinting molto diverso dall'aver compiuto lo stesso numero di incarnazioni come creatura marina. E' proprio il tipo di percorso compiuto da una razza e il tipo di strumenti che ha utilizzato a mano a mano nel suo percorso a renderlo più adatto ad essere una razza che sperimenta il piano fisico con la predominanza del corpo astrale piuttosto che con una predominanza del sesto corpo spirituale. Per poter capire meglio tutto questo bisognerebbe parlare dei corpi spirituali, cosa che abbiamo sempre accuratamente evitato di fare perché non potreste capire, col solo risultato di farvi perdere di vista quello che, invece, potete e dovete capire, cioè la vostra realtà attuale.

*D - Una volta arrivati all'incarnazione umana, perché è necessario sperimentare 100 vite all'interno di una sola razza, piuttosto che qualche vita in ciascuna razza in modo da sperimentare tutte le varianti possibili?*

La risposta mi sembra implicita in quanto detto fino a questo punto: accade perché non avete sviluppato, nel vostro percorso, gli strumenti adatti per sperimentare un tipo di evoluzione basata su presupposti per voi incomprensibili. Quello che avete sperimentato e gli strumenti che avete costituito nel tempo bastano e avanzano per avere già la possibilità di sperimentare tutte le varianti possibili.

*D - In ultimo, vorrei fare una domanda personale: io ho delle convinzioni abbastanza ferme su quelle che ritengo essere state le mie vite prece-*

*denti e queste convinzioni mi spiegano molto bene l'andamento della mia vita attuale e le «sensazioni» relative al cammino ancora da svolgere.... quindi vorrei sapere se in queste mie convinzioni c'è qualche fondamento di verità o se sono soltanto mie fantasie..... insomma... non vorrei «autoinfliggermi» dei karma che non sono miei nel tentativo, magari, di giustificare ai miei stessi occhi certi modi di essere o certe incapacità relazionali che non riesco a gestire diversamente....*

Questo è uno dei pericoli legati alla conoscenza delle proprie vite passate (e sapete che noi siamo abbastanza restii a parlarvi dei vostri trascorsi Io): voi dovete vivere la vostra vita attuale, la quale contiene già tutti gli elementi di cui avete bisogno per poter aumentare il vostro sentire, senza fare riferimento a ciò che in altre vite siete stati. Voi non siete più quelle persone del passato, le vostre comprensioni e le vostre esigenze evolutive sono ben diverse da quelle che avevate all'epoca.

Poiché la vostra vita vi presenta quello di cui avete bisogno, con tutti gli elementi adatti a comprendere nel qui e ora, perché fermarsi a cercare dei perché sui quali non potete che fare congetture campate in aria invece di trovare nel qui e ora il perché dei vostri comportamenti attuali?

Per poter capire meglio tutto questo bisognerebbe parlare dei corpi spirituali, cosa che abbiamo sempre accuratamente evitato di fare perché non potreste capire, col solo risultato di farvi perdere di vista quello che, invece, potete e dovete capire, cioè la vostra realtà attuale. (Scifo)

*D - Volevo, se possibile, verificare la mia idea sull'importanza dell'ambiente» (necessario per la formazione dell'imprinting) cioè se il tipo di imprinting dovuto al percorso (come negli esempi da te fatti: con incarnazioni in prevalenza come insetti, o come creature marine) è ciò che determina l'appartenenza ad una razza o all'altra, e se determina anche la differenza individuale all'interno di una stessa razza. Ho pensato che, forse, la diversità dell'imprinting stabilisce sia la prima suddivisione in "razze", che - procedendo oltre - la seconda in "individui".*

E' ovvio che sia così, e mi sembra che lo abbiamo anche detto ripetutamente, in passato.

*D - Infine, riflettendo sullo sviluppo dell'embrione all'interno del corpo della madre - che ripercorre velocemente l'evoluzione della forma, dallo stato minerale a quello animale, per poter nascere in forma umana - ho pensato che forse si potrebbe ravvisare questo meccanismo anche nella singola vita dell'uomo, cioè il prevalere, più o meno, dapprima del corpo fisico e dell'astrale (in giovane età), poi del mentale (in età adulta) ed infine del corpo akasico (oltre la maturità); così come questi 4 corpi*

*hanno la prevalenza per ognuna delle 4 prime razze. In ogni caso, sembra che qualunque essere umano in un certo senso si ripresenti ad ogni nuova incarnazione avendo ripercorso fisicamente tutto il cammino precedente, ed ogni volta ci sia il susseguirsi, più o meno veloce, della prevalenza dei 3 corpi inferiori e della coscienza.*

Tu dici: «sembra che qualunque essere umano in un certo senso si ripresenti ad ogni nuova incarnazione avendo ripercorso fisicamente tutto il cammino precedente, ed ogni volta ci sia il susseguirsi, più o meno veloce, della prevalenza dei 3 corpi inferiori e della coscienza.»

Se volevi dire che a ogni incarnazione i corpi inferiori si allacciano al fisico e con esso «maturano» nel tempo fino ad essere funzionali alle possibilità espressive dell'evoluzione dell'individuo non posso che dire di sì, anche perché l'ho sempre detto.

Ma si tratta di una preparazione naturale dei corpi, non un «rivivere», in quanto non c'è nessun bisogno di «rivivere» dal momento che le esperienze fatte nelle vite passate sono comunque sempre iscritte, come elementi di comprensione raggiunta o, eventualmente, da completare, all'interno del corpo della coscienza. (Scifo)

*D - Quando tu parli della paura della sofferenza che si attiva quando uno vede una situazione che lo colpisce emotivamente, ti riferisci anche alla paura relativa ad eventi passati che la persona ha vissuto traumaticamente? E questi eventi passati possono essere anche relativi ad epoche molto lontane dell'infanzia? Ad esempio, se io da neonata sono stata lasciata molto spesso piangere senza essere consolata, perché magari mia madre era convinta che così si dovesse fare, può un'esperienza del genere essersi fissata a tal punto nella psiche che ogni qualvolta sento piangere disperatamente un bambino, qualunque sia il motivo, automaticamente sento nascere una grossa angoscia dentro?*

Sono d'accordo con Freud che buona parte dei traumi infantili hanno ripercussioni nella personalità di chi li ha vissuti, ma farli risalire al momento in cui si è neonati (e non vi è ancora praticamente coscienza ma solo bisogni: freddo, fame, buio etc.) mi sembra eccessivo.

*D - Quando dici che una volta scoperti gli elementi di cui si ha paura bisognerebbe affrontarli, per affrontare tu cosa intendi? Intendi forse quello che spesso hai detto di fare e cioè chiedersi il perché del perché del perché? Quindi andare a ritroso nella scoperta delle motivazioni che ci fanno stare male? E quand'è che si capisce che si è arrivati al cuore vero del problema?*

Essenzialmente intendo non evitare di riconoscerli come reali, propri e tali da disturbare le proprie reazioni ed emozioni. Quindi diventare consapevoli che segnalano un problema, che il problema è nostro e

che è meglio cercare di risolverlo ora con tutti i mezzi che abbiamo a disposizione (cercando i vari perché, manifestando le emozioni che suscitano, non evitarli e far finta che non esistano) prima che l'esistenza ce li ripresenti in una forma più esasperata per costringerci a guardare in faccia noi stessi.

*D - Poi ho un'altra domanda spinosa da farti: da quello che ho capito, spesso la persona che soffre di disturbi mentali è particolarmente affetta da estremo vittimismo e percezione soggettiva della realtà più di qualsiasi altro individuo con un funzionamento diciamo «normale». Ora mi chiedo qual'è il modo più utile per stare accanto a questo tipo di persone visto che spesso non vogliono nemmeno essere aiutate in quanto non riconoscono di essere malate?*

Non trattarle come «malati», visto che non riescono ad accettare di esserlo. Se guardaste un alcolista o un drogato, vedreste che facilmente non si ritengono tali, e, giustamente, chi si occupa di questi casi ritiene sia una grande conquista riuscire per lo meno a far loro ammettere di avere quel problema. La difficoltà con chi ha disturbi mentali, di un certo livello ovviamente, consiste nel riuscire a farli sentire capiti, accettati, a incominciare cercando di entrare noi nel loro mondo soggettivo, invece che cercare in tutti i modi di far entrare loro nel mondo «normale».

Ma qui il discorso si fa molto complicato e tecnico, e non penso che interesserebbe a molti altri. (Georgei)

*D - Tu dici che ciascuna razza ha una serie di codici del DNA caratteristici e quindi attivati, mi sembra di capire allora che i codici della vecchia razza, se diversi da quella alla quale appartiene l'individuo che si considera, sono sempre recessivi?*

Stai ancora facendo confusione tra razza in senso evolutivo e razza in senso fisiologico.

Certamente ogni razza che si incarna per evolversi ha particolari caratteristiche attivate nel » degli individui incarnati che la compongono, ma non ha solo quelli: esistono anche contemporaneamente un'infinità di geni attivati che non sono tipici di una sola razza ma che possono essere stati attivi anche nelle altre razze. Per fare un esempio: i geni che governano la formazione dei vari organi che portano alla costituzione di un corpo fisico umano (o umanoide, se preferisci).

*D - Ad esempio, individuo X appartiene alla 4 razza, madre 4 razza, padre 3.... se i geni della razza del padre sono diversi da quelli della razza della madre allora saranno sempre recessivi a favore di quelli invece materni, in modo che l'individuo nascente abbia sempre e soltanto i codici caratteristici della sua propria razza? sarebbe una sorta di selezione naturale per la quale le vecchie razze vengono «superate» a favore di*

*ciò che invece è nuovo?*

Ti stai insabbiando in complicazioni inesistenti: l'esempio che proponi non può essere realistico perché le razze (in senso evolutivo) incarnate contemporaneamente possono essere solo due perché il cammino di una razza arriva al culmine nel momento in cui la razza successiva incomincia a incarnarsi. E, comunque, continui ad applicare la genetica della razza fisiologica alla razza in senso evolutivo, il che è come mescolare banane e mortadella. Si può anche fare ma i risultati non sono certo buoni!

*D - Riguardo invece alla domanda sulle mie vite precedenti, quello che mi confonde un pò è capire se nelle cose che ci accadono ci sono dei karma da bruciare o se li stiamo invece creando... in sostanza, c'è qualcosa che può aiutare a capire cosa è nuovo e cosa invece è una situazione che deve essere pareggiata? E' vero che in entrambe le situazioni bisogna capire quello che l'esperienza voleva insegnarci e poco importa se è karma nuovo o vecchio...però nel karma vecchio bisogna anche poi «rasssegnarsi» mentre in quello nuovo forse è il caso di fare qualcosa per pareggiarlo subito e non creare strascichi....*

Io credo che non ci sia nessuna utilità nel sapere la provenienza di un karma: se si presenta in tutti i casi accade perché c'è una non comprensione alla base, e il suo presentarsi deve servire per fornire all'individuo la possibilità di trasformare in comprensione quello che adesso (o in una vita passata) non era stato capito. Qualsiasi sia la genesi del karma che si va ad affrontare è sempre e comunque il caso di cercare di scioglierlo subito. In quanto al rassegnarsi non lo ritengo molto utile, in quanto implica sentirsi »vittima« delle situazioni, direi che forse è più utile l'accettazione che permette, invece, di interagire con la situazione karmica, per sgradevole che possa essere. (Scifo)

\* \* \*

Sono d'accordo con Freud che buona parte dei traumi infantili hanno ripercussioni nella personalità di chi li ha vissuti, ma farli risalire al momento in cui si è neonati (e non vi è ancora praticamente coscienza ma solo bisogni: freddo, fame, buio etc.) mi sembra eccessivo. (Georgei)

*D - A questo punto capisco che elegantemente mi hai detto che la mia interpretazione riguardo al mio problema è proprio una stupidaggine. Però dalla tua frase sembrerebbe che allora ai neonati gli si può fare quello che si vuole che tanto non ci saranno ripercussioni nella personalità futura, scusami ma sono rimasta un pò perplessa.*

Evidentemente sono stato troppo stringato e non ho chiarito abbastanza quello che volevo dire specie considerato che mi stavo rivolgendo a una persona «nuova» del cerchio e che quindi non ha ancora abbastan-

za dimestichezza con quanto detto negli anni.

Riproviamoci.

Un conto sono i traumi infantili, un conto i traumi del neonato. Per quanto riguarda i traumi infantili sono in larga parte d'accordo con quanto elaborato da Freud, con l'aggiunta, grazie all'insegnamento, che possono lasciare delle tracce consistenti perché c'è già un certo sviluppo sia di astrale che di mentale e in minima parte anche di coscienza, oltre, naturalmente allo sviluppo fisico.

Questa porta il bambino a vivere il trauma e a elaborarlo al suo interno con il risultato che il trauma, se non superato, porta a dei problemi nel corso della vita dell'individuo.

Questi problemi, però, possono il più delle volte essere affrontati e risolti.

Per quanto riguarda il neonato la situazione è diversa: il neonato non vive il trauma, lo subisce, la sua possibilità di discernimento è tutta legata alla condizione di piacevole o spiacevole. Considera che per il neonato, per esempio, è un trauma avere fame e non venire nutrito nei tempi che il suo fisico richiede, ma questo trauma non condiziona pesantemente la sua vita futura. Ho fatto un esempio banale, ma in realtà lo stesso discorso può essere fatto per situazioni apparentemente ben più consistenti (che so, la morte della madre, per esempio).

La situazione traumatica non è una vera e propria esperienza per lui, ma è più assimilabile a un imprinting che contribuisce a dare al suo carattere particolari caratteristiche. Aggiungerei che si tratta di imprinting necessari alla sua evoluzione per dare l'impronta particolare su cui la sua vita dovrà svilupparsi. Non essendo esperienze vissute in maniera completa ma essenzialmente solo con reazioni fisiche e in parte astrali non è possibile, successivamente, elaborarle e comprenderle ma solo modificarle con l'apporto delle esperienze di vita successive che interagiscono con questi imprinting «di base».

Spero, questa volta, di essermi spiegato meglio. (Georgei)



## Domande alle Guide

*Sommario: Il neonato - Il carattere - Gli Extraterrestri - La "via di mezzo" - I sensi di colpa del bambino e i genitori*

*D - Quello che ancora non ho capito è quando, nell'insegnamento, un individuo smette di essere neonato e comincia ad essere bambino, quindi non più solo con bisogni prettamente fisici, ma anche con bisogni che riguardano l'astrale e quindi le emozioni.*

Qua bisogna intendersi sui termini: quando si parla di neonato si parla appunto, per definizione, dell'individuo nato da poco tempo. Quindi il neonato resta tale per un tempo molto limitato. Se proprio vogliamo dare una connotazione temporale al neonato io direi che possiamo considerarlo tale fin verso i tre mesi di vita. Verso quell'epoca, infatti, il corpo astrale ha già completamente collegate le funzioni principali che gestisce in comune col corpo fisico e incomincia ad esserci un abbozzo di sfera emozionale non più semplicemente istintuale.

*D - Inoltre Georgei ha detto che certe esperienze nei neonati costituiscono una sorta di imprinting, quindi non possono influenzare la personalità futura, ma in qualche modo predispongono l'individuo ad avere certe caratteristiche. Quindi è giusto in questo caso parlare di carattere?*

Mi fai dire quello che non ho detto, anzi, il mio discorso diceva esattamente l'opposto: l'imprinting neonatale è quello che dà l'indirizzo caratteriale e in seguito della personalità dell'individuo.

*D - E il carattere di un individuo può predisporlo in un certo modo verso le esperienze?: per esempio se è stato un neonato non sufficientemente nutrito, potrà avere un rapporto col cibo non sereno?*

Evidentemente sì, anche se con lo strutturarsi dei vari corpi dell'individuo queste caratteristiche restano delle tendenze e non diventano delle patologie, in quanto smorzate dall'influenza degli altri corpi. Se co-

sì non fosse il neonato a cui è mancato il cibo nei primi mesi di vita sarebbe sempre e comunque un insaziabile vorace. Il che non accade a meno che non intervengano a sommarsi all'imprinting neonatale dei traumi successivi che lo rafforzino rendendolo non più una semplice tendenza ma una necessità. (Georgei)

\* \* \*

Caro amico,

sono stato incaricato dalle Guide di farmi loro portavoce per le questioni che tu poni riguardo agli alieni.

Come scoprirai leggendo i libri del Cerchio la questione è stata posta più volte e le risposte date sono sempre state asciutte ed essenziali.

Cercherò, in breve, di spiegartene il motivo e di rispondere alle altre cose che dici.

1) Le Guide hanno sempre preferito non dilungarsi sull'argomento extraterrestri principalmente perché a loro interessa prima di tutto che ogni essere umano resti aderente alla sua realtà, alla vita che deve vivere nel modo più fruttuoso possibile per continuare il suo percorso evolutivo. Purtroppo intorno a questo argomento (come accade per tanti altri, vedi ad esempio la magia, lo spiritismo e via dicendo) è fiorita tutta una letteratura sensazionalistica, pressoché totalmente fasulla e basata più sulle illusioni che sulla realtà dei fatti, rendendo l'ambiente («ufologico» e non solo) non soltanto poco affidabile, ma anche pericoloso per tutte quelle persone che non hanno un buon equilibrio o una buona capacità di discernimento.

2) Come è sempre stato detto, è certamente vero che nel nostro Cosmo quella umana non è la sola razza senziente (né, tanto meno, la più evoluta). Nella storia dell'uomo è capitato qualche volta - ma non tante quanto si dice - che alieni entrassero in contatto con il pianeta Terra (che del resto è un granello insignificante nella vastità del Cosmo, oltretutto in posizione decentrata rispetto alla galassia di appartenenza) ma è sempre stata loro cura e volontà non farsi notare e non interferire con l'andamento planetario. Perché questo?

Perché una razza che ha raggiunto l'evoluzione e il sentire per arrivare a viaggiare tra i pianeti ha necessariamente una coscienza che contempla un profondo rispetto per i bisogni evolutivi di un'altra razza e non farebbe mai nulla per influenzarli.

Per fare un esempio limite state pur certi che se scoppiasse una guerra nucleare che potrebbe portare alla distruzione del pianeta (bada bene, è solo un esempio) nessuna civiltà extraterrestre interverrebbe a impedire la catastrofe, proprio in virtù del rispetto per i bisogni evolutivi altrui.

3) Non capisco su che base affermi che non ti risulta che ogni essere umano ha l'anima... se ne hai la certezza allora sei riuscito dove una

moltitudine di ricercatori non ha mai cavato un ragno dal buco! Sai, amico mio, quello che si legge sui libri o viene detto dalle altre persone va sempre preso con molta cautela e vagliato alla luce della ragione che, se ci è stata data, avrà bene una sua funzione, ti pare?

Ogni creatura vivente nel Cosmo possiede un'anima, a meno che non si voglia credere che esista un Dio che ha privilegiato alcuni a scapito di altri (i pochi miliardi di terrestri contro un numero incalcolabile di alieni) o che non esista alcun Dio... e allora manca l'assunto di base sul quale poterci intendere.

E non solo: considerando l'anima come una certa massa di materia akasica si può dire che anche le cose inanimate hanno un'anima in potenza e il Cosmo stesso può essere considerato come un'immensa anima che racchiude le anime di tutta la realtà che lo delimita e gli dà forma.

4) Ti garantisco che Gurdejff non ha mai inteso dire che solo l'essere umano ha l'anima.

Da buon furbacchione qual era spesso buttava lì delle frasi ad effetto sulle quali gli altri, come spesso accade, ricamavano sopra. C'è da chiedersi perché un presunto Maestro (e ti garantisco che non era un grande Maestro, lo so per certo) possa avventurarsi a dire frasi del genere che possono dare adito ad errori grossolani.

Uno dei motivi, secondo me, era che osservando le reazioni e le interpretazioni che venivano date alle sue parole aveva uno strumento per vagliare chi fosse intelligente e chi no, chi usasse non solo la cultura ma anche il buon senso, chi potesse essere affidabile nel comunicare quello che veramente riteneva di avere scoperto e chi non lo fosse.

Capisco che l'argomento alieni possa essere affascinante e intrigante, ma mi chiedo: a cosa mi serve preoccuparmi degli extraterrestri quando il mio vicino di casa magari va a rovistare nella spazzatura alla ricerca di cibo perché a metà mese la sua disponibilità finanziaria è già nulla? Credo che l'insegnamento del «cominciare da poco e da vicino» sia il primo insegnamento da osservare e tale da fornire una base essenziale a tutti gli insegnamenti con cui si viene in contatto.

Spero di essere stato abbastanza chiaro e di aver risposto soddisfacentemente ai tuoi quesiti.

Ancora una cosa: non devi uniformarti a quello che gli altri credono, nè nella vita né, tanto meno, in questa mailing list. Quello su cui puoi non essere d'accordo va detto, se ti interessa farlo, e dagli altri va ascoltato, rispettato e, se si è in grado di farlo, discusso serenamente non come se si fosse tra nemici da cui ci si deve difendere (né, orrore! per difendere l'insegnamento delle Guide) ma come un'occasione per verificare quello che si crede giusto e, magari, apportare delle correzioni al proprio pensiero. (Georgei)

*D - Ieri sera, ma mi è capitato altre volte, ho avuto l'impressione che la sequenza della mia vita fosse condensata TUTTA, nella giornata di ieri, 54 anni, erano tutti lì, creando in me una atmosfera di assoluta illusorietà. Facendomi percepire che non c'era null'altro all'infuori di quello che stavo vivendo nel mio preciso momento di quel adesso. Rispetto alle varianti passate, questa volta non ho provato angoscia, ma non so spiegare questo fatto. Se sono stata in grado di trasferire bene il concetto di quello che ho provato, mi puoi spiegare che cosa avviene in questi momenti, che penso appartengano un poco a tutti?*

Tu parli di assoluta illusorietà creata in te dalla sensazione che la tua vita fosse condensata in quel giorno che stavi vivendo. La realtà è, invece, che si tratta di un momento di assoluta realtà, perché è proprio così: in ogni giorno che si vive c'è tutto quello che è necessario per comprendere la propria vita, al punto che, come dicono le Guide, basterebbe riuscire a vivere costantemente nel «qui e ora» senza occuparsi del passato o del futuro per arrivare a comprendere ogni cosa di se stessi.

Questo accade perché l'io è la risultante delle comprensioni e delle incomprensioni personali raggiunte (o deficitarie) fino a quel momento, ed è in costante aggiornamento a mano a mano che nuovi elementi si aggiungono, di conseguenza l'illusorietà dell'io, osservata di momento in momento offre tutti gli elementi per raccogliere comprensione.

Chiaramente la cosa non è così semplice, dal momento che l'io tende a nascondere alla sua osservazione quello che lo disturba; da qui la necessità di osservare «dall'esterno» il proprio io.

Il momento che ti è capitato è uno di quei rari momenti in cui veramente ci si rende conto che è tutto lì, nell'adesso, a portata di osservazione pur avendo la sua genesi in eventi e comportamenti passati.

E' forse a questo punto che la psicoanalisi complica le cose: interstardirsi su quello che è stato contribuisce a rafforzare la presa dell'io sulle sue illusioni, trascurando il fatto che ciò che non è stato risolto in passato esiste ancora nell'adesso con le stesse motivazioni non risolte; di conseguenza osservarsi nell' adesso è meno faticoso e più veloce che voler osservare e analizzare un «se stessi» che nel frattempo si è modificato in misura più o meno grande.

Non voglio dire con questo che cercare di capire l'adesso con l'aggancio al passato sia inutile, ma certamente è molto faticoso e sarebbe necessario riuscire a tenere presente (cosa non facile) le variazioni interiori che nel frattempo ci sono state. (Georgei)

*D - Cosa ne pensi di questo brano?*

*Un principe, Shravan, prese l'iniziazione: il Buddha lo iniziò al Sannyas. Quel principe era un uomo raro, e quando fu iniziato l'intero suo regno rimase stupefatto. Nessuno se l'era mai immaginato dato che era un*

*uomo di mondo, si abbandonava ad ogni cosa, si abbandonava agli eccessi. Tutto il suo mondo erano donne e vino. Poi improvvisamente il Buddha arrivò in città e il principe andò a vederlo per un darshan, un incontro spirituale. Cadde ai suoi piedi e disse: «Iniziami. Lascero questo mondo». Quelli che erano andati con lui non erano neppure consapevoli... fu così improvviso. Dunque chiesero al Buddha: «Che cosa succede? Questo è un miracolo, hai fatto qualche cosa». Il Buddha rispose: «Non ho fatto nulla. La mente può facilmente spostarsi da un estremo all'altro. Perciò Shraavan non sta facendo nulla di nuovo. C'era da aspettarselo, siete così sorpresi solo perché non conoscete le leggi della mente». Shraavan divenne un mendicante, un sannyasin e presto gli altri discepoli del Buddha osservarono che si stava spostando all'estremo. Il Buddha non chiese mai a nessuno di restare nudo, ma lui se ne stava nudo. Si torturava moltissimo. Il Buddha permetteva ai sannyasin un solo pasto al giorno, ma Shraavan ne consumava uno a giorni alterni. Divenne magro ed esile. Mentre tutti i discepoli si sedevano a meditare sotto gli alberi, lui non lo faceva mai, rimaneva sempre sotto il sole ardente. S'imbruttì, divenne tetro, emaciato e si ustionò.*

*Una notte il Buddha andò da lui e gli chiese: «Shraavan ho udito che quando eri un principe, prima dell'iniziazione, eri solito suonare la vina ed eri un grande musicista. Perciò sono venuto a farti una domanda. Se le corde della vina sono troppo lente, cosa succede?»*

*Shraavan rispose: «Se le corde sono troppo lente non si può suonare»*

*Poi il Buddha disse: «E se le corde sono molto tese, troppo tese, cosa succede?» Shraavan rispose: «Anche in questo caso non si può suonare. Le corde devono essere nel mezzo: né lente né tese ma esattamente nel mezzo. E' facile suonare la vina, ma soltanto un maestro riesce a regolare queste corde esattamente nel mezzo». Perciò Buddha disse: «Anche nella vita la musica viene solo quando le corde non sono né troppo lente né troppo tese, ma proprio nel mezzo. Quindi Shraavan sii un Maestro, e fa che queste corde della vita siano proprio nel mezzo, in ogni cosa.*

*Non andare a questo o a quell'estremo. Ogni cosa ha due estremi, ma tu rimani nel mezzo».*

Miei cari, come siete soliti fare - da perfetti «occidentali» - vi siete lasciati trascinare da voi stessi partendo lancia in resta senza avere letto attentamente il piccolo racconto sul Buddha che è stato citato

Ad esempio vi è sfuggito un passo importantissimo: «La mente può facilmente spostarsi da un estremo all'altro. Perciò Shraavan non sta facendo nulla di nuovo. C'era da aspettarselo, siete così sorpresi solo perché non conoscete le leggi della mente» Il significato delle parole citate è quello di voler significare che Sharvan è ancora fortemente domi-

nato dalla mente (quindi dal suo Io) e che - proprio per i meccanismi tipici della mente - il suo desiderio lo portava a voler essere come non era ancora pronto ad essere, cercando di mostrarsi più evoluto di quello che era

Il succo del discorso è che la «via di mezzo» è veramente praticabile soltanto quando l'evoluzione raggiunta ha ormai costituito quella comprensione che, sola, può renderla sentita ed efficace

Se le condizioni interiori non sono quelle giuste c'è solo un'illusione di «via di mezzo», una maschera di «via di mezzo», usata principalmente per mostrare a se stessi e agli altri di essere migliori di quello che si è. Non è il comportamento che indica il conseguimento della «via di mezzo» ma si tratta di una condizione interiore. Altrimenti non si spiegherebbe per quale motivo il Maestro è in grado di prendere a schiaffi (moralì, ma, se necessario, anche materiali) un'altra persona per farle capire ciò che deve capire, né perché l'esistenza finisce con l'usare la sofferenza per aiutare la comprensione (e la sofferenza non è certamente una «via di mezzo»)

La «via di mezzo», anche se non veramente sentita, può comunque essere usata nel rapporto con gli altri per cercare di danneggiarli il meno possibile, ma attenzione, perché - non essendo un modo di essere acquisito - quasi sempre viene usato dall'Io per i suoi scopi, ad esempio per non dire ciò che veramente si pensa, o per scaricare sull'altro che reagisce per estremo le responsabilità, o per evitare di affrontare un problema perché affrontarlo costringerebbe a guardare a viso aperto la propria realtà interiore e i propri errori

E' bene essere sempre consapevoli di questo

Insomma, per dirlo alla Margeri, fingete pure di essere agnelli ma siate consapevoli di non esserlo se non volete che il primo lupo che incontrate vi sbrani costringendovi così a reagire in maniera ancora più violenta di come avreste reagito se non vi foste messi fin dall'inizio la maschera dell'agnello (Margerì)

\* \* \*

*D - Cosa potete dirmi sui sensi di colpa e il bambino?*

Dunque sappiamo che il bambino sta allacciando lentamente tutti i corpi che costituiscono la sua individualità

I sensi di colpa - che nascono principalmente dallo scontro tra il comportamento sul piano fisico dell'incarnato - si affermano nell'adulto sotto varie spinte (ma sono sempre, comunque, ascrivibili a reazioni dell'Io): 1) dalla dissonanza tra quello che si è compreso e quello che gli archetipi permanenti indicano come corretto 2) dalla dissonanza tra i comportamenti tenuti e quelli che gli archetipi transitori a cui si è collegati etichettano come corretto 3) dalla percezione che il comportamento

messo in atto era governato dall'egoismo

Per il bambino la situazione è più semplice, dal momento che la sua coscienza non è ancora ben allacciata, quindi il senso di colpa non può nascere che larvamente da essa o dagli impulsi degli archetipi permanenti

Anche per quanto riguarda gli archetipi transitori l'influenza è ancora piuttosto relativa, dal momento che l'esterno, per il bambino, è vissuto in maniera inconsapevolmente e più che altro come un territorio di conquista da parte del suo Io.

Quello, invece, che ha una grande importanza, è il rapporto con le persone che frequenta di più (genitori, fratelli, nonni) e sarà proprio su queste figure che si svilupperanno i suoi primi sensi di colpa, accorgendosi di comportarsi, magari, in maniera da infastidire le persone che frequenta

In tutto questo, però, vi è ben poca coscienza: il senso di colpa (e forse non si può neppure veramente definire tale) è principalmente a scopo educativo didattico ed utilitarista, in quanto diviene un segnale per il bambino che con quel comportamento non ottiene quello che vuole (attenzione, amore e via dicendo), Indubbiamente, però, questo pone le prime basi per lo sviluppo comportamentale del bambino, fornendo i primi schemi che sottolineano i suoi limiti e ciò che è «bene» e ciò che è «male». Il discorso, mi sembra, è in fondo abbastanza semplice (Georgi)

*D - Da quello che stai dicendo non riesco a capire se alla fine secondo te vi sono dei comportamenti/atteggiamenti genitoriali che sarebbe opportuno evitare (consapevolmente) per non alimentare nel bambino quelli che io ho chiamato sensi di colpa inutili/improduttivi, cioè per fare un esempio terra terra: la mamma o il papà che dice o fa capire al bambino che se si comporta in un certo modo è un bambino cattivo, alimentando in lui il vittimismo. Oppure se secondo te tutti i sensi di colpa sono utili, visto che mi avevi detto che non ci sono sensi di colpa inutili.*

Vedi, cara amica, il concetto di «utile» può avere varie sfaccettature e lati da osservare, anche per quanto riguarda i bambini

Infatti c'è da considerare che un senso di colpa (e la sua ripercussione sul comportamento nel piano fisico) hanno una duplice utilità: per il bambino quella di incominciare ad educarlo a tenere conto anche degli altri, per gli adulti quella di metterli di fronte alle personali reazioni attraverso degli specchi (inconsapevoli, ovviamente) che rimandano alla loro attenzione le risultanze dei loro comportamenti, fornendo elementi utili per segnalare «appropriato» o «non appropriato» il loro atteggiamento

Sarebbe buona norma non dire mai a un bambino (né a un adulto,

se è per questo) che è «cattivo», perché al bambino suona come una condanna che va a fissarsi all'immagine che ha di se stesso, portandolo, nel tempo, a giustificarsi nei comportamenti sbagliati perché tanto «è cattivo» e non può farci niente

Il compito del genitore è molto delicato: la sua posizione di padre di madre lo mette sempre e comunque a contatto con le sue responsabilità verso la creatura più giovane verso la quale deve cercare di indirizzare le idee e gli stimoli che più - in buona fede - gli sembrano più utili per la crescita interiore del bambino

Ai vostri tempi la preoccupazione sembra essersi più spostata verso l'esterno: i bambini devo mangiare bene, crescere con un buon fisico, non sentirsi in inferiorità perché gli manca qualcosa che gli altri hanno e via dicendo, dimenticando (o per lo meno trascurando) il fatto che i bambini sono persone in crescita, con i loro desideri, bisogni, necessità e un immenso bisogno di sentirsi amati e di trovare delle immagini di riferimento che li aiutino a modellare se stessi

Insomma, per i figli, i bambini dovrebbero un po' essere l'analogo degli archetipi permanenti per la coscienza: essere sempre presenti, costanti, non invasivi ma propositivi, rispettosi della libertà personale ma sicuri nell'indicare i percorsi preferenziali dell'esistenza

Certamente, avendo i loro problemi e le loro necessità evolutive, i genitori non riescono mai a essere perfettamente così, ma è importante che, anche se sbagliano, sbagliano con la convinzione di fare la cosa migliore. Questo rientra nelle varie sfumature dell'amore e il bambino, grazie alla sua particolare sensibilità, lo avverte facilmente così altrettanto facilmente perdonerà comunque l'errore fatto in buona fede dal genitore.

Spero di esserti stato utile (Georgei)

## **Sarà un anno buono se...**

Padre mio,

un anno è trascorso e i cambiamenti che l' esistenza ha portato alla mia vita sono stati grandi, pesanti da affrontare, da comprendere, da accettare.

Primo fra tutti la mancanza delle Tue voci che sole bastavano a darmi coraggio, forza, impulso... speranza.

So che la fine di un anno e l' inizio di un anno nuovo sono soltanto convenzioni, tradizioni prive di una vera realtà, tuttavia non posso fare a meno di guardare indietro all' anno tra scorso e chiedermi se è stato un anno buono, né, tanto meno, di cercare di guardare avanti per svelare a me stesso come sarà l' anno che verrà.

Lo so che tutto questo è molto umano, ma in fondo che cosa sono se non un piccolo uomo, inserito in un' illusione vissuta come realtà?

Basterebbe una Tua sola parola per far mi sentire meno solo, meno abbandonato, più forte di fronte alle avversità, più unito a Te. (Un figlio)

Figlio mio, pensi davvero che una mia parola possa farti sentire meno solo, meno abbandonato, più forte di fronte alle avversità, più unito a Me?

Ti ho già dato tutte le parole di cui avevi bisogno e se non ti sono bastate come potrebbe, ora, una mia nuova parola riuscire là dove le mie altre parole non sono riuscite?

Lo so che sei un uomo, e che le tue richieste sono mosse dal tuo tentativo di ottenere, facendoti umile e vittima ai tuoi stessi occhi, qualcosa di più di quanto hai già avuto perché avverti la mia presunta mancanza come un diritto che ti è stato tolto.

Ma io non posso che dirti ancora una volta che tu ti senti solo perché non sai stare veramente con te stesso, che tu ti senti abbandonato perché non ti senti più il figlio prediletto, che tu ti senti debole di fronte alle avversità perché non hai che te stesso per affrontarle e risolverle, che

tu non ti senti del tutto unito a Me per ch  non credi davvero, con tutto te stesso, alla mia esistenza.

Ti domandi se l' anno appena trascorso   stato un anno buono... chi pu  risponderti se non te stesso?

Io non posso che darti dei parametri con cui misurarti, con cui confrontarti ma sei tu il solo che possa dare risposta certa a ci  che chiedi.

Sar  stato un anno buono...

Se avrai trovato del tempo per osservare te stesso, invece che posare il tuo sguardo, sempre, sul le lusinghe del la vita materiale;

Se avrai trovato del tempo da dedicare agli altri, invece che addurre a tua scusante la mancanza di tempo per farlo;

Se sarai riuscito, almeno qualche volta, a fare dei tuoi sensi di colpa lo stimolo per modificare il tuo modo di essere invece che farli diventare la fabbrica di altri sensi di colpa, sempre pi  opprimenti;

Se avrai detto meno «ti voglio bene» ma avrai dimostrato di pi  coi fatti la verit  dei tuoi sentimenti;

Se avrai saputo prendere su te stesso la responsabilit  dei tuoi errori senza cercare in continuazione il modo per attribuirli agli altri o alle circostanze o alla vita in generale;

Se non ti sarai sentito sopraffatto dalle nuove responsabilit  che l' esistenza ti ha proposto ma sarai riuscito a integrarle nel la tua vita assieme alle altre responsabilit  che, comunque sia, sempre ti appartengono;

Se avrai saputo essere un genitore attento e comprensivo, dolce ma severo, aperto ma disponibile, pronto a correggere ma anche ad ammettere i propri errori, rendendo la tua esperienza non un sentiero che i tuoi figli dovranno percorrere per forza allo stesso modo ma un' indicazione su come tu sei riuscito a tracciarlo per te stesso;

Se avrai saputo essere un figlio indipendente ma affettuoso, capace di partecipare ma anche di seguire la propria strada, che ha saputo comunicare le proprie esigenze senza dimenticarsi o prevaricare quelle degli altri, a cui non   stato necessario chiedere nel momento del bisogno e il suo dare   stato spontaneo e sentito, e la rinuncia non ha lasciato insormontabili rimpianti;

Se non avrai fatto incaute promesse sull' onda dell' entusiasmo per dimenticarle non appena l' entusiasmo si spegneva;

Se avrai lavorato per il piacere di farlo e di sentirti utile;

Se avrai trovato, anche nei momenti pi  difficili, la capacit  di trovare qualcosa di positivo;

Se nella malattia avrai saputo trovare lo stimolo per guarire interiormente;

Se di fronte alla morte non ti sarai sentito morire dentro;

Se avrai fatto qualcosa per gli altri consapevole di non aver lo fatto

per altruismo ma per un tuo bisogno personale che, combinazione, corrispondeva alla necessità di qualcun altro;

Se non avrai condotto oltre il lecito la tua vita sul la scia del le tue illusioni;

Se le tue parole non saranno stati semplici fonemi emessi per apparire ma lo specchio del tuo sentire;

Se le tue emozioni avranno fatto capire a chi ti ama ciò che provi veramente e non riesci, magari, ad esprimere;

Se i tuoi pensieri saranno stati tesi alla ricerca dei tuoi veri perché più che alla ricerca della felicità, perché non esiste vera felicità se non si è consapevoli di quello che davvero si desidera;

Se, in fine, avrai compreso fino in fondo almeno una piccola verità su te stesso che non avevi mai sospettato.

Eliminando tutti quei «se» figlio mio non avrai reso il tuo anno più o meno buono ma, senza alcun dubbio, lo avrai reso un anno degno di essere vissuto.

Se così non è stato, figlio mio, adoperati - per amor tuo - per far sì che lo sia il nuovo anno che stai incominciando a vivere.

Che la pace sia con te e con tutti gli uomini. (I tuoi fratelli)



## Domande alle Guide

*Sommario: Cercare di far capire agli altri i loro possibili errori - Il sarcasmo -*

Ciao a tutti.

Per prima cosa V. hai detto una stupidaggine grossa come una casa.

Per quanto un'intenzione possa essere giusta (e questo conta per chi fa l'azione, non per chi la riceve) l'azione fatta deve essere mediata in modo che chi la riceva possa accettarla o, quanto meno, considerarla. Se non vi è questa mediazione ma si va avanti a testa bassa senza preoccuparsi di niente e nessuno significa che, probabilmente l'intenzione non era poi così giusta.

Per A.

In linea di massima sono d'accordo su quanto affermi. Però sono una fautrice della sincerità (specie in questo ambito, dove quello che viene detto dovrebbe essere sempre vissuto come un confronto, non come uno scontro, quindi come un dialogo, non come un affronto alle proprie idee... anche se la realtà dei fatti è spesso ben diversa e le reazioni per presunti affronti personali spesso si sprecano.

*D - Altrimenti come evitare che a polemica si aggiunga polemica?*

A volte la polemica è parte necessaria del confronto. Sempre che, come dici tu, si resti nel rispetto delle idee dell'altro e si rimanga abbastanza elastici non ritenendo la propria idea giusta ad oltranza, incontestabile e da difendere strenuamente (ma la Verità, non dimentichiamolo, non ha bisogno di essere difesa, si difende da sola, spesso con i fatti e l'esperienza diretta). Dunque polemica sì, se non si trova altro modo, ma con rispetto e umiltà.

*D - Altra cosa che trovo logicamente giusta nello scritto di Margeri: «se si pensa che il comportamento di un compagno di viaggio è ritenuto*

*sbagliato e si pensa di aver compreso, è propria precisa e diretta responsabilità cercare di far capire l'errore commesso». Tuttavia anche qui mi sento di dire che credo mi manchi qualcosa per comprendere davvero. Quanto è giusto insistere, ad esempio? Perché va bene far notare quello che si crede un errore.... ma se la persona che secondo noi «sbaglia», insiste nell'errore più e più volte? E' giusto correggerla ogni volta rischiando di abbatterla? Che ne so io se il mio continuo correggere in realtà non fa male più che bene! E a ben vedere.. potrei pure sbagliarmi.. ed avere ragione lui.*

E' giusto dare la propria opinione. Diventa una lotta tra lo quando si vuole avere sempre e comunque ragione e si insiste caparbiamente anche quando ci si rende conto che l'altro non può o non vuole prendere in considerazione che l'opinione dell'altro può essere anche giusta. In questo caso non c'è proprio nessun motivo per insistere, se non perché così si sottolinea la propria superiorità.

*D - Quanto è giusto usare il sarcasmo (anche se spesso viene chiamato ironia) nel dialogo con l'altro? In tante passate mail si trova questo particolare modo di «correggere» l'altro. Io lo trovo davvero un brutto modo. Quali sono i mezzi leciti per comunicare, se non sappiamo dall'altra parte del pc chi sta leggendo e quanto male o bene in realtà stiamo facendo? E' vero che quello che conta è l'intenzione che ci muove.. ma l'intenzione deve tener conto necessariamente del modo con cui comunicare (pure il silenzio no?) affinché almeno non sia danneggiata l'altra persona.*

Il sarcasmo ferisce. Quindi dovrebbe essere usato solo intenzionalmente per far reagire l'altro, non per parlare dall'alto in basso. Si tratta di intenzione consapevole: io uso spesso il sarcasmo quando voglio stimolare qualcosa di particolare (so, ad esempio, che spesso una reazione al sarcasmo porta l'altro ad agire avventatamente scoprendo suo malgrado qualcosa che altrimenti sarebbe rimasto nascosto), ma lo faccio intenzionalmente e consapevolmente, usandolo per stimolare, non per ferire gratuitamente.

D'altra parte io mi trovo in una condizione diversa dalla vostra e sono facilitata nell'usare anche questi mezzi. Senza dubbio, da questo punto di vista, non «giochiamo» ad armi pari, anche solo per il fatto che quello che posso dire io è preso ben diversamente da quello che può dire uno qualunque dei vostri compagni di viaggio.

Tra di voi, invece, il dialogo dovrebbe essere ad armi pari, quindi il sarcasmo non solo è inutile e pericoloso perché crea risentimenti e violenza verbale, ma anche sinonimo di presunzione e di prevaricazione. (Margerì)

*D - Io non credo che la «buona intenzione» sia sufficiente per garantire dei buoni rapporti (infatti, si dice: «di buone intenzioni è lastricato l'inferno»!) quanto, piuttosto, che un «modo sbagliato di esprimersi» non cancella il fatto che la cosa detta rispecchi magari la verità. Una verità è tale anche se detta male.*

Vero. Ma non dimentichiamoci l'altra faccia della medaglia, per favore: una verità detta in maniera che l'altro non possa accettarla o anche solo considerarla è una verità spreca e detta, con tutta probabilità, in maniera egoistica.

*D - Sul «danneggiare l'altra persona»... hem... ce ne sarebbe da dire, perché quand'è che veramente si danneggia l'altro? Ovviamente, al massimo possiamo supporre di danneggiare il suo Io egoistico (la parte egoistica del suo Io), perché è ovvio che lo danneggiamo tutte le volte che facciamo quello che vogliamo noi invece che quello che vuole lui!*

Si danneggia l'altro quando con il proprio comportamento gli si nega la possibilità di rapportarsi alla pari e di guardarsi nello specchio dell'altro. E' chiaro che le responsabilità sono sempre da entrambe le parti ma, come suggerisce l'insegnamento, sono i minimi che devono servire i massimi (o presunti tali) e non viceversa.

*D - Eh, sono problemi difficili da risolvere, e per questo dobbiamo vivere tante vite e fare milioni di tentativi!*

Non ti scoraggiare. In realtà non sono così difficili e non è neanche indispensabile conoscere l'insegnamento, può aiutare molto usare il comune buon senso. (Margeri)

*D - «Ognuno ha un «suo massimo» da dare e un «suo minimo» da colmare»...*

Complimenti a Luca, frase bella, diretta, semplice da capire ed efficace. Potrei quasi averla detto io!

Crea però un'altra domanda essenziale: come si fa a sapere qual è il massimo che si può dare o il minimo che si deve colmare?

Questo, secondo me, meriterebbe una bella discussione.

*D - Cosa impedisce all'individuo di attuare la mediazione delle azioni per farle recepire o considerare dall'altro?*

Come è stato detto la risposta ovvia è l'Io.

Ma è talmente ovvia e risaputa che non offre nessun aiuto concreto.

Il problema è che non c'è una risposta unica per tutti (come non ci sono Io identici, d'altro canto), quindi ognuno dovrebbe vedere perché lui personalmente non riesce a mediare, passando dalla vaga teoria alla

pratica sul campo, cioè su se stesso.

Come attuarla?

- 1) ponendo attenzione ai propri comportamenti
- 2) notando quando si riesce a mediare e quando non ci si riesce
- 3) cercando i propri perché in entrambi i casi
- 4) riconoscere che spesso non si ha voglia di mediare ma di pontificare

5) Ma devo fare proprio tutto il lavoro io?

Ancora una cosina in generale sulla famosa osservazione passiva.

E' un concetto che non riuscite a comprendere bene. Forse è il termine «passiva» applicata all'osservazione da parte del vostro Io che vi porta fuori strada.

La vera osservazione «passiva» (ma forse sarebbe meglio dire «spassionata») è quella che fa di continuo il vostro corpo akasico, che osserva il vostro vivere l'esperienza senza emettere giudizi o connotare con «giusto» o «sbagliato» quello che fate. E può farlo perché non è condizionato dal corpo mentale, da quello astrale o da quello fisico.

Il vostro Io, per sua stessa natura, difficilmente riesce ad essere veramente passivo.

E allora? Allora dovrete, come mi sembra che sia stato detto, riuscire a sdoppiarvi: mentre il vostro Io interagisce con l'esperienza contemporaneamente dovrete riuscire a tenere una parte di Io distaccato dalle varie connotazioni... è davvero difficile non solo da capire ma anche da spiegare.

Io personalmente mi sono aiutata facendomi quest'esempio: uno strumento che ho per vivere le esperienze è l'occhio. Con l'occhio guardo quello che faccio e le reazioni alle mie azioni. Quello che vedo, però, è ricoperto dal mio Io di strati di connotazioni di vario tipo che rendono l'uso del mio occhio «poco obiettivo». Ciò non toglie che l'occhio, senza intervento del mio Io vedrebbe e basta. Ecco, il mio Io, come l'occhio, è uno strumento, osserva e solo successivamente ricopre l'osservazione con quello che le sue spinte gli richiedono. C'è sempre un momento tra l'osservazione pura e semplice e la susseguente modifica che le apporta l'Io.

Bisogna riuscire a catturare quel momento e a prostrarlo, mantenendolo in funzione anche quando l'Io incomincia a interferire.

Non so se sono riuscita a spiegarmi bene... Se vi ho confuso ancora di più cancellate queste parole, certamente non mi offenderò. (Margeri)

*D - Per poter stabilire qual è il massimo che si può dare e il minimo da colmare bisognerebbe conoscersi in modo non indifferente direi...livello al quale non siamo, almeno credo.*

Giustissimo.

*D - La soluzione migliore sarebbe quella di valutare di volta in volta, quindi nell'interazione, se ci troviamo nella situazione di poter dare o in quella di poter prendere. Certo questo comporterebbe una buona dose di umiltà e di capacità di mettersi in discussione ogni...*

Purtroppo, però, l'umiltà e la capacità di mettervi in discussione non sono fra le vostre migliori capacità.

Che fare allora, senza finire col bloccarsi?

La soluzione è una sola: agire cercando di fare del proprio meglio e partendo dal presupposto che la propria intenzione è buona (ecco l'insegnamento del «vivere l'esperienza») e solo in un secondo tempo, coi dati aggiuntivi forniti dall'aver vissuto l'esperienza, riesaminare i propri perché. Questo a livello di Io, ovviamente.

Per quello che riguarda la coscienza l'importante è aver vissuto l'esperienza e dal suo confronto con i vari rintocchi degli archetipi permanenti sarà in grado di mettere a posto i dati giusti e rimandare la richiesta di una verifica per i dati che restano in sospeso. (Margeri)



## Comprendere davvero l'insegnamento

Creature, serenità a voi.

Ascoltando i discorsi che avete fatto tra di voi nelle varie lettere nel corso di questo lungo periodo in cui non ci siamo sentiti direttamente, non posso far altro che dire, con una certa depressione, che non avete capito molto dell'Insegnamento.

«Ecco, - direte voi - incominciamo subito bene», ma è una cosa dovuta, perché ho sentito, specie ultimamente, più di uno di voi affermare che l'aver conosciuto l'Insegnamento - al di là di quello che può essere l'aiuto che gli ha dato - alla fine ha ottenuto il risultato di peggiorare la vostra vita (non era detto esplicitamente, ma era sottinteso) perché finite col bloccarvi su come dovevate comportarvi.

Si tratta di una cattiva interpretazione di tutto quello che noi abbiamo detto in questi anni, dovuta forse a una scarsità di attenzione o forse al sopravvento dell'io di ognuno di voi che tende a strumentalizzare financo l'Insegnamento al fine di ottenere le cose che ritiene meglio per se stesso.

Vedete, creature, quando noi, in tutti questi anni, vi abbiamo parlato di come sono le spinte interiori, di quello che è meglio fare, dell'altruismo, dell'aiutare gli altri, e via e via e via e via, noi non vi parlavamo di quello che «dovete» essere, ma di quello che «dovrete» essere; e la cosa - permettetemi - è molto diversa! Basta una sola «r» per cambiare completamente aspetto a 30 anni di Insegnamento!

Voi, invece, solitamente, tendete a interpretare le nostre parole come un punto di riferimento sul quale basare la vostra vita.

Certo, conoscere le norme generali - che fanno capo, poi, agli archetipi, come tutti voi sapete bene ormai - è qualche cosa che va tenuto in considerazione nel compiere delle azioni, perché le azioni che ognuno di voi compie coinvolgono non soltanto voi ma anche chi vi sta attorno; tuttavia noi MAI ci sogneremmo di dire che voi dovete essere così come noi vi diciamo che sarebbe giusto essere; anche perché, se ve lo dicessimo, vorrebbe dire che non abbiamo capito niente della realtà dell'individuo. Infatti, ognuno di voi non può che dimostrare di essere ciò che è, e con la relativa evoluzione che ognuno di voi possiede, certamente nessuno di voi è in grado di comportarsi come... (che so io?) un Cristo.

Ora, quindi, le nostre parole - ripeto - vanno intese non come ciò che dovete essere, ma ciò che sarete in futuro; vanno intese, quindi, come una meta da raggiungere, come un'indicazione della strada che dovete seguire - che seguirete volenti o nolenti, in qualche maniera - per arrivare veramente ad essere migliori di come siete, ad essere lo specchio reale di quella sorta di archetipi che fanno parte ormai della storia del Cerchio.

«Ciò non toglie - direte voi - che è finita che l'Insegnamento blocca la mia capacità di movimento all'interno della realtà!»

Bene, creature, questo è ovvio, è evidente, e accade certamente per buona parte di voi, direi quasi per tutti voi; certamente conoscere l'Insegnamento, da questo punto di vista, può rientrare nei pericoli dell'Insegnamento stesso, però non usiamo questi blocchi che voi incontrate nel corso del vostro vivere quotidiano come delle scuse per il vostro comportamento.

Non è l'Insegnamento che vi blocca, siete voi che - fraintendendo l'Insegnamento - finite col bloccarvi perché entrate in confusione.

Siete voi che non avete la sincerità di agire come sentireste di agire certe volte e allora preferite immergervi in elucubrazioni, in giri senza fine, finendo col non agire e, quindi, col non correre il rischio di fare delle brutte figure, di prendere delle facciate.

Sete voi che vi rifiutate molte volte di vivere le esperienze che incontrate.

Siete voi che molte volte non avete il coraggio di dire veramente quello che volete, quello che desiderate, ma non tanto agli altri quanto addirittura a voi stessi!

E questo, creature - perdonatemi - non è l'Insegnamento che vi spinge a farlo, ma è la vostra paura di conoscere voi stessi.

Dopo 30 anni, quindi, di parole spese a cercare di dirvi «conoscete voi stessi», ahimè, state attraversando (buona parte di voi) la fase in cui dimostrate che non volete veramente conoscervi; e prendete come scusa per questo rifiuto della conoscenza di voi stessi nientepopodimeno che le parole di Scifo, o di Moti, e via e via e via e via.

Non intendete queste mie parole come un rimprovero; è un meccanismo logico, normale, razionale, tipico dell' Io di ogni persona incarnata; è facile scaricare le colpe all'esterno, in modo da cercare di evitare le responsabilità che ricadono inevitabilmente sull'individuo che compie le azioni - o che non compie le azioni, come nel vostro caso - perché non avete ancora compreso a fondo che anche nel momento in cui vi fermate, esitate, non fate qualche cosa o rimandate di fare qualche cosa, in realtà il karma si va accumulando e ne pagherete il fio in una vita successiva, perché anche il non agire ha la stessa forza nel creare difficoltà e sofferenza che l'agire in maniera sbagliata.

L'ideale, creature, sarebbe agire in maniera giusta ma, ahimè, non siete ancora in condizioni da poterlo fare sempre; certamente potrete, col passare del tempo, riuscire a comportarvi sempre meglio, ad agire sempre meglio in sintonia con quello che voi sentite e quindi con le vostre più intime intenzioni, ciò non toglie che, come tutti i processi di apprendimento e di evoluzione, occorre che il tempo e l'esperienza compiano la loro opera. (Scifo)

La pace sia con tutti voi, figli.

Come vedete, ancora una volta siamo riusciti a creare un ponte tra la nostra dimensione e quella che è la vostra dimensione.

Il pretesto è stato il figlio M. che purtroppo - purtroppo per lui - questa sera non è presente, ma in realtà l'intento era quello di farvi percepire che noi siamo sempre e comunque accanto a voi, pronti per ascoltarvi, pronti a rinnovare in continuazione l'amore che abbiamo per voi e che non può essere dimenticato perché esiste nella Realtà Assoluta ora e per sempre, così come ora e per sempre noi saremo qui, per voi, anche se voi non ci ascolterete.

Noi ci auguriamo che questi incontri possano proseguire nel tempo, che la nostra presenza ancora per molti anni possa essere percepita da almeno una parte di voi; ci auguriamo che le nostre parole possano essere ancora, per chi ha bisogno di aiuto, fonte di speranza, fonte d'affetto; ci auguriamo che le nostre vibrazioni possano contribuire a mettere in moto quello che avete dentro di voi, e che così difficilmente riuscite a far fluire liberamente fino a farlo sgorgare alla vostra consapevolezza.

Noi, figli, siamo e saremo sempre qui per voi - lo ripeto - anche se voi penserete di non riuscire più a sentirci, di non riuscire più ad ascoltarci; e quando i giochi saranno finiti, il tempo sarà trascorso, e voi o gli strumenti non potrete più essere a disposizione per unirvi a noi all'interno del piano fisico, non abbiate paura, noi saremo sempre e comunque ad aspettarvi nei pressi di quel sottile velo che separa il nostro mondo dal vostro mondo, e le nostre mani saranno tese verso di voi in attesa che voi le prendiate e vi facciate accompagnare fiduciosi verso quella realtà che vi sembra così misteriosa, così lontana; perché noi, figli e fratelli, carissimi, amatissimi figli e fratelli, siamo e saremo, sempre e comunque, qui per voi.

La pace sia con tutti voi, figli. (Moti)



## Incontro con le Guide

*Sommario: Carattere e personalità*

La pace sia con tutti voi, figli.

Un breve intervento da parte mia per non perdere l'occasione di ricordarvi che noi, comunque sia, vi siamo sempre accanto e che seguiamo, passo dopo passo, quelle che sono le vicissitudini della vostra vita. Purtroppo, difficilmente possiamo intervenire per modificare quelle che sono le esperienze di cui avete bisogno nel corso del vostro cammino evolutivo, tuttavia la nostra presenza può servirvi a volte, se voi riuscite a percepirci, a sentire la nostra vicinanza, per rendervi più facile l'accettazione di quella che è la vostra avventura nel mondo fisico.

Con il consueto affetto – che so che voi contraccambiate sempre e comunque per tutti noi – io vi saluto, figli, e che la pace sia con tutti voi. (Moti)

Creature, serenità a voi!

Dopo aver parlato per tomi e tomi e tomi (nel linguaggio più moderno: per libri, libri e libri) è giunto il momento di fare qualche precisazione su quanto già è stato detto in passato, in modo tale che possa tornare utile a chi non ha compreso quello che c'è stato in precedenza o a chi è in procinto di accedere a quella rigogliosa fonte di messaggi che in tutti questi anni vi abbiamo portato. Io, quindi, questa sera, volevo parlarvi di «carattere» e di «personalità».

Prima, secondo una datazione molto semplice, molto immediata, diciamo utile per quelli che possono essere i neofiti, quelli appena arrivati a contatto con i nostri discorsi, la nostra presenza, la nostra partecipazione, e poi con qualche elemento aggiuntivo per quelli che da più tempo – come quasi tutti voi – seguono l'Insegnamento e magari potrebbero ... (io sono sempre ottimista!) porsi delle domande particolari rispetto a questi elementi arrivati in passato, così vecchi nel tempo, e poi non più confrontati con i nuovi concetti pervenuti nelle fasi successive

dell'Insegnamento.

Allora: «carattere» ... Cosa si può intendere per «carattere»? Cosa intendiamo noi per «carattere»? Noi, per «carattere», intendiamo tutta quella parte fisiologica dell'individuo che costituisce la base dell'individuo stesso incarnato. Vi è chiaro questo punto?

*D - Sì.*

*D - Ummm...*

*D - No.*

No. Allora entrerò più in profondità. Il vostro carattere da cosa nasce? Nasce dalle necessità di esperienza che dovete fare; giusto? Allora, perché il vostro carattere sia adeguato alla necessità della vostra esperienza, è necessario che venga strutturato in un certo modo. Giusto? (Non ve lo chiederò più perché, tanto, lo dico io, ed è giusto senz'altro!)

Come è possibile che questo accada? In che maniera viene fatto sì che ad ogni persona corrisponda il carattere adeguato al tipo di esperienza che deve condurre? Questo avviene attraverso vari elementi; prima di tutto attraverso la parte fisiologica dell'individuo, oltretutto – in particolare, in modo specifico – attraverso la stessa catena genetica tipica dell'individuo. Ecco, quindi, che gran parte delle caratteristiche del vostro carattere sono scritte nel vostro genoma, appartengono alla vostra catena genetica, sono attivate all'interno della vostra catena genetica e costituiscono la base sulla quale voi potrete lavorare per portare avanti le vostre esperienze. Così va meglio? Chiaro?

Naturalmente tutto questo a cosa è collegato? Non può essere collegato ad altro che a quello che è il vostro sentire; perché, indubbiamente, il vostro sentire è quello che ha la necessità di farvi avere le esperienze che vi servono per poter comprendere e completare il quadro che ha messo gradatamente a termine nel corso delle varie incarnazioni.

Ecco quindi che, indubbiamente, fra catena genetica (quindi proprio fisiologica, fisica dell'individuo) e il suo sentire (quindi la parte più alta dell'individuo stesso) vi è senza dubbio un collegamento molto stretto, molto fine, molto preciso; ma su questo non vorrei entrare in argomento perché ci porterebbe in discorsi troppo complicati per sedute semplici e anche abbastanza brevi come queste, però penso che l'idea vi possa essere entrata nelle testoline (come dico di solito io). D'accordo, comunque, su questo?

Quindi, ognuno di voi – per farla breve – ha un suo carattere particolare, un carattere che in qualche maniera potrebbe essere associato a una sorta di imprinting dell'individuo, una sorta di base dell'individuo sulla quale l'individuo poi costruirà la propria vita. Questi elementi tipici dell'individuo sono elementi che difficilmente possono essere cambiati.

D'accordo? Proprio per il fatto di essere iscritti geneticamente, proprio per il fatto che rispondono a determinate esigenze da parte del corpo akasico, queste caratteristiche ben difficilmente – a meno di improvvise comprensioni – possono veramente essere modificate.

Pensate un attimo – quando avete un attimo di tempo – a quali conseguenze questo può portare e a quali ragionamenti può portare ragionare in questi termini su quello che è il vostro carattere.

Però questo carattere, il carattere di cui stiamo parlando fino adesso, cos'è? Non è come voi vi manifestate, è semplicemente la base che voi usate, lo strumento, il mezzo, i vari termini con cui vi affacciate alla vita che conducete sul mondo fisico. D'accordo?

*D - Scusa, Scifo, vuoi dire che ogni volta che ci incarniamo praticamente scegliamo lo stesso tipo di menoma?*

No. Prima di tutto non «scegliete» ...

*D - Il nostro sentire non segue sempre ...?*

Il vostro sentire indirizza l'attivazione di determinati geni in maniera tale che l'individuo che si incarna abbia una predisposizione verso determinate esperienze insita proprio nella sua parte più intima, più interiore (dal punto di vista fisiologico) che lo condurrà ad essere più portato verso certe esperienze che verso altre.

*D - Ho capito. Grazie.*

A questo punto entra in gioco, però, qualcosa che influisce sul carattere e in qualche maniera trasforma il modo di rappresentare se stesso all'interno del mondo fisico: questo è quello che noi definiamo "personalità", ovvero la manifestazione del carattere all'interno del mondo fisico. Così è molto semplicistica la cosa, allora cerchiamo di ragionare – per chi è un po' più dentro nell'Insegnamento – sul perché e sul percome questa personalità si va formando. Voi, facilmente, direte: "la personalità di una persona si va formando nel tempo a seconda di come sono i genitori, di come sono gli amici, di come si trova a contatto con determinate persone invece che con altre, e via e via e via; e questo concorda perfettamente con quelle che sono le conoscenze psicologiche studiate e approfondite negli anni dai vari psicologi; quindi l'influenza dell'ambiente sul carattere delle persone, l'influenza delle esperienze fatte sul carattere delle persone, l'influenza persino della conoscenza delle cose studiate o imparate nel corso della vita, dal punto di vista anche semplicemente culturale, che contribuiscono a formare il tipo di personalità dell'individuo; però ricordiamoci che, comunque sia, è sempre collegato e legato al carattere di base dell'individuo. Vi sembra chiaro?

Certamente vi sono altre influenze; così come, per quello che riguarda il carattere, si potrebbe pensare che vi è l'influenza di quello che

noi abbiamo chiamato «imprinting», direttamente sulla formazione del carattere - in quanto, essendo la base della costituzione dell'individuo in se stesso, certamente porta una traccia di quelle che sono le prime esperienze non umane all'interno delle esperienze umane (dell'individuo quando compie le esperienze umane) - allo stesso modo vi sono degli elementi esterni che influenzano la costituzione della personalità. Non è solamente una faccenda che riguarda l'interiorità dell'individuo, ma è una faccenda che riguarda l'interscambio tra l'individuo e la realtà.

Ora, indubbiamente, voi dovrete sapere a menadito la risposta su cosa sono questi elementi che contribuiscono a modificare o a modulare l'interscambio tra individuo e realtà; immagino che lo sappiate così, immediatamente.

*D - Gli archetipi.*

*D - L'io.*

Qualcuno ha sussurrato, non molto coraggiosamente, «gli archetipi», che però è un pochino troppo generico: gli archetipi transitori o i permanenti? Quali sono più importanti per la costituzione della personalità? Diciamo che, senza ombra di dubbio, la personalità dell'individuo, facendo capo all'ambiente che l'individuo frequenta, è più facilmente direttamente influenzata da quelli che sono gli archetipi transitori, in quanto è agli archetipi transitori che l'individuo incarnato, con la sua personalità, le sue azioni, col suo muoversi all'interno della realtà del piano fisico, fa riferimento. Certamente, c'è anche una certa parte di riferimento a quelle che sono le trasposizioni sul piano sociale umano degli archetipi permanenti - tipo la fratellanza universale, l'amore, e via e via e via e via - però diciamo che sono concetti talmente poco comprensibili nella realtà quotidiana che quelli che hanno più forza di produrre influenze e modifiche all'interno della personalità dell'individuo sono proprio gli archetipi transitori; infatti sono gli archetipi transitori quelli che formano tutte le sfumature di ogni personalità e le permettono di interagire - come dicevo prima - all'interno delle esperienze che vive. Vi sembra chiaro il discorso?

*D - Sì.*

Ecco, allora io, a questo punto, vorrei che ...

*D - Scusa, Scifo: archetipo transitorio che peraltro anch'io contribuisco a formare, cioè c'è uno scambio di informazioni che influiscono sulla personalità. Ora, la mia personalità crea quel tipo di archetipo transitorio o lo distrugge. Giusto?*

Non proprio; diciamo che non è la tua personalità ma è un insieme di più personalità. Tu contribuisce alla creazione di questi archetipi, cer-

tamente; sì.

*D - Quindi c'è una specie di interscambio?*

In realtà, se ci pensate bene, non è altro che un ciclo; uno dei tanti cicli di cui ho sempre parlato. Anche questo: il passaggio tra l'individuo e l'archetipo transitorio e ritorno all'individuo forma alla fin fine un ciclo che poi, alla fine, si sposta, con l'abbandono dell'archetipo transitorio.

Ecco, dicevo: adesso che vi ho dato la base su cui ragionare, visto che siete tutti così bravi, attenti e intelligenti, sarebbe bello che faceste delle domande, in modo tale da poter chiarire quelli che possono essere eventuali dubbi, tenendo presente che magari questi dubbi verrebbero anche a persone che sono meno addentro di voi in quello che è stato detto; quindi non è necessario far domande solo sugli archetipi, ma anche su cose molto più semplici. Ad esempio, il nostro amico Pietro potrebbe fare domande che riguardano più le persone che si accostano all'Insegnamento, così com'è lui.

*D - Sì, una domanda di chiarimento: se io nasco con una certa personalità perché devo fare certe esperienze e ...*

No, qua ...

*D - Un certo «carattere», sì... Ecco, in pratica però io so che quel mio carattere va anche un po' contro quello che l'Insegnamento dice di comportamenti un po' sbagliati, però hai detto che difficilmente è cambiabile il mio carattere... Mi puoi spiegare un momento bene? Perché io nasco per queste esperienze, quindi il mio carattere mi spinge a fare certe azioni però io mi sento di cambiare un po', perché dico: «Cavolo, sto sbagliando!» ...*

Certamente; ma perché, vedete, considerate che voi avete questa base che è più o meno fissa, tranne (come se ricordate l'ho anche detto) tranne nel momento in cui voi avete una comprensione e allora, a quel punto, cosa succede? Succede che la comprensione si iscrive nel corpo della coscienza, la coscienza ha capito qualche cosa, di conseguenza il sentire si modifica, il sentire è quello che influenza il vostro DNA e, quindi, avendo compreso qualche cosa, anche qualche gene nel vostro DNA smetterà di funzionare o funzionerà diversamente; e quindi ci sarà una trasformazione del carattere, anche se leggera. Però questo avviene soltanto quando c'è qualche comprensione; se non c'è qualche comprensione il carattere vostro continuerà ad essere quello che avete all'inizio per tutta la vita. Quello che cambierà, invece, senza ombra di dubbio, sarà nel corso del tempo la vostra personalità; perché, sulla base del carattere che avrete, le influenze che voi avrete, i ragionamenti che farete, i pensieri, le emozioni, i desideri e tutto l'insieme degli elementi che cercheranno di influire su di voi e di aiutarvi a fare esperienze, e via dicendo,

porteranno a trasformare la vostra personalità agendo in maniera diversa su quello che è il vostro carattere; cosicché il vostro carattere si manifesterà in maniera diversa. Voi, magari, non sarete cambiati, perché il vostro carattere non sarà interamente cambiato, alla fin fine, però il vostro comportamento senza dubbio sarà diverso.

E questo è un punto importante, perché, tutto sommato, può dar ragione al fatto che noi diciamo che molto spesso l'importante è che voi agiate, facciate, perché significa che fornite elementi non soltanto al vostro sentire ma anche alla vostra personalità; quindi voi potrete cambiare il vostro modo di comportarvi, all'interno magari aiuterete qualcuno non tanto perché sentite di aiutarlo, perché il vostro carattere non l'ha ancora compreso, ma perché dovete farvi belli agli occhi degli altri; ciò non toglie però che, per poter portare avanti le vostre esperienze, i vostri rapporti con gli altri saranno governati da come voi vi comportate con gli altri, non dal vostro carattere; quindi è importante che voi cerchiate di fare, secondo la vostra personalità, quello che sentite, che ritenete meglio e più giusto fare. È un discorso complicato, questo. Dimmi.

*D - Tornando al discorso del cambiamento del carattere, pur essendo vero che cambia qualche cosa, però, in effetti, ... - lo posso vedere guardando a ritroso come è stata la mia vita - però è talmente, magari, così, per sfumature o per gradi, che alla fin fine è come se non avvenisse, non è percepibile gradatamente questo tipo di cambiamento del carattere.*

Non sempre, non sempre; ma facciamo un esempio lampante: supponiamo che uno di voi abbia, come carattere, come elemento tipico del carattere, una forte predisposizione alla pittura. Potrebbe accadere, questo è un elemento tipico; si dice sempre: «La tal persona è predisposta alla musica, o alla pittura, o a scrivere ...» o quello che volete voi. Ora, questa persona sarà quindi portata verso quel tipo di esperienza artistica, dovrà affrontarla per forza di cose perché quella dovrebbe essere la strada, scritta già geneticamente, guidata dal suo sentire; dovrà essere la strada da percorrere per portare elementi al suo sentire. Il carattere che si formerà su questa spinta sarà più o meno tormentato, più o meno fluido, più o meno felice, più o meno contento, e potrà anche avvenire che, alla fine di una serie di esperienze fatte, l'individuo riesca a mettere da parte questa spinta verso il desiderio di dipingere. Questo perché potrebbe accadere? Potrebbe accadere che quel tipo di esperienza gli ha insegnato tutto quello che doveva insegnargli e, quindi, non ci sarà più la spinta forte da parte del sentire che influenzerà il suo carattere al punto da indurlo a fare quell'esperienza in questo campo. .... Cosa succede a questa caratteristica? Questa particolarità del suo carattere sparirà? Niente affatto; questa caratteristica sarà semplicemente smorzata, tanto

è vero che potrà poi venire alla luce se soltanto l'individuo vorrà che venga alla luce ancora, avrà interesse per qualche altro motivo per farla venire alla luce.

*D - Posso fare un esempio: a me è successo con il calcio una cosa del genere... diciamo che la mia gioventù è stata caratterizzata dalla passione forse estrema per quanto riguarda il calcio, tanto è vero che l'ho praticato a livello agonistico, poi ho fatto anche l'allenatore e, a un certo punto, adesso, guardo le partite e mi annoia, a meno che non ci sia qualcosa che mi piace dal punto di vista estetico, tipo come tecnico o qualcosa di particolare che, allora, mi appassiona lo stesso.*

Ciò non toglie che se tu ti trovi in un campo con due ragazzi che giocano a pallone e ti chiedono di giocare, tu non ti tirerai mai indietro!

*D - Certo, è vero.*

Quindi significa che non hai perso la spinta; semplicemente che quella spinta non ti è più primaria e necessaria, indispensabile, come era prima. Quindi, è un lato del tuo carattere che continua ad appartenerti malgrado la tua personalità non lo manifesti più nella stessa maniera, con la stessa urgenza e lo stesso bisogno di prima.

*D - Però questo non significa che ci sia stata una modificazione del carattere!*

Certo, certo. Queste particolari caratteristiche del carattere – lo ripeto – sono smorzate, sono ancora presenti ma sono meno attive di quelle che erano prima; non soltanto, ma diventano una sorta di «dono» a disposizione dell'individuo che, in caso di necessità e di bisogno (magari per aiutare gli altri, per convincere gli altri a fare qualche cosa o per indurre gli altri essendo di esempio, ecc.) può richiamarle, in modo tale da metterle in atto volontariamente e questa volta non più contro il suo desiderio, contro la sua volontà. Quindi, ciò che prima era una spinta quasi cieca a fare esperienza in qualche maniera, diventa poi invece un dono per poter essere usato utilmente per aiutare possibilmente se stessi o gli altri, principalmente gli altri.

*D - Scusa, quindi il fatto che io abbia giocato a pallavolo tanti anni, era legato sia al mio carattere e anche ... No: e si è manifestato con la mia personalità?*

Esatto.

*D - Anche perché in famiglia avevo quel modello? ... C'entra?*

Esatto; e siccome il tuo modello maschile giocava a pallone ... (però, col tuo carattere, non potevi imitare in maniera sfacciata il padre) invece di giocare a pallone coi piedi, hai giocato a pallone con la mano!

*D - Scusa, Scifo, questo carattere si abbina al talento? Quando diciamo: «Questa persona ha un talento» ... (tanto per spiegarmelo un po' più semplicemente).*

Certo, certamente. Anzi, non «si abbina», ma quelli che vengono definiti «talenti» sono proprio elementi appartenenti al carattere delle persone e, quindi, derivanti proprio da questo rapporto tra sentire, corpo akasico e catena genetica dell'individuo.

*D - Anche in negativo, quindi?*

Anche in negativo, anche.

*D - Ci sono elementi per capire chiaramente ...*

Che poi «negativo» ... è tutto relativo, perché non c'è nulla di negativo, mai!

*D - L'essere autodistruttivi, o cercare sempre ... non so ...*

Non direi così, direi che l'essere autodistruttivi è più un elemento della personalità, per un disaccordo con quella che è la spinta del proprio carattere, una mancata comprensione di quelle che sono le proprie spinte interiori. Ma qua il discorso si fa complicato e forse un po' troppo personale.

*D - Quello che volevo sapere era se ci sono degli elementi per poter capire cosa è carattere e cosa è personalità.*

Eh, gli elementi sono insiti in quello che abbiamo detto fino adesso! Il carattere è qualche cosa che difficilmente puoi cambiare; la personalità, invece, è molto mutevole, così come è mutevole l'Io. L'Io e la personalità sono strettamente legati; il carattere e l'Io non sono così strettamente legati come può sembrare, in quanto l'Io è mutevole come è mutevole la personalità, ma il carattere non è mutevole. Se è mutevole, è mutevole soltanto in frazioni, in qualche piccolo elemento; è molto più stabile di quello che può essere l'Io e di quello che può essere la personalità.

*D - Scifo, se per esempio uno nel suo carattere ha ... diciamo un senso dell'orgoglio, oppure della vendetta, del rancore, queste cose qui, e molti dicono che ha un brutto carattere, può modificarsi o rimane sempre così?*

Ma, vedi, anche in questo caso, quelli che tu hai citato sono più elementi di personalità che di carattere; allora forse qua non sono stato bravo a spiegarmi io (sono gentile, questa sera!). Dovete considerare il carattere come qualche cosa che vi dà le spinte a fare le esperienze; quindi qualche cosa che, in se stesso, non è né negativo né positivo, non

ha una connotazione particolare; è semplicemente una spinta che indica una via, in quale direzione muovervi per fare esperienze. Come poi voi vivete, interpretate l'esperienza all'interno del piano fisico, tutto questo non è più «carattere», ma è «personalità». Quindi i rancori, la vendetta, ...

*D - Sì, comporta delle emozioni!*

... il rancore tra fratelli, il padre che ce l'ha col figlio, e via e via e via, sono tutte questioni di personalità e non di carattere.

*D - Si potrebbe dire che il carattere prende il sopravvento dall'istinto, praticamente; cioè non è più istinto ma diventa carattere; quello che dà la spinta all'individuo a muoversi, a fare determinate azioni, diciamo?*

Mah, diciamo che ci può essere una certa somiglianza tra il concetto di carattere e di istinto; la differenza è che l'istinto non viene dalla catena genetica; l'istinto è qualche cosa che riguarda di più le esperienze fatte nel corso delle vite extraumane, principalmente; e che, essendo ormai stabilizzate all'interno della coscienza dell'individuo, costituiscono una base per portare poi alla costituzione del carattere. Ecco, se interpretiamo l'istinto come una prima forma rudimentale di carattere, posso essere d'accordo con te.

*D - Cosa succede quando il tuo carattere ti dice di fare una certa cosa mentre l'archetipo transitorio – cioè lo schema della società in cui vivi – dice di non farla, o di farne una diversa? La personalità come reagisce di fronte a spinte contrapposte?*

Lì dipende dal tipo di spinta e quali sono gli elementi del carattere, perché non potete pensare che il carattere abbia un elemento, gli sono tanti e interagiscono tra di loro, al punto tale che l'individuo, con lo stesso elemento-base caratteriale poi ha invece un carattere completamente diverso da un altro. Allora dipende dall'insieme di queste caratteristiche del carattere dell'individuo e dall'archetipo transitorio che l'individuo sta seguendo in quel determinato momento. Ci sarà l'individuo che si ribella all'archetipo, ci sarà l'individuo che invece seguirà ciecamente quello che il carattere lo spingerebbe a fare, ci sarà l'individuo che cercherà di mediare tra le due spinte. Questa è una risposta sempre individuale, non è mai univoca; e d'altra parte non può che essere così perché il bisogno di esperienza è sempre individuale; è diverso per ognuno di noi.

*D - Però potremmo dire che la cosa giusta sarebbe cercare di far prevalere il proprio carattere rispetto a un archetipo transitorio; al di là che uno ci riesca o no?*

Ecco, questo è un altro aspetto forse interessante da chiarire un attimo. Quale sarebbe il comportamento migliore per rendere utile il ca-

rattere? Bene; la cosa migliore da fare per rendere utile il carattere è di far sì che l'elemento (e parliamo di un elemento solo, anche se la cosa è più complessa, ovviamente) che quell'elemento particolare di carattere diventi inattivo; perché se diventa inattivo significa che si ha compreso. Giusto? Quindi, il modo giusto per comportarsi nei confronti del carattere sarebbe quello di fare le esperienze in modo tale che il corpo akasico comprenda e renda quindi non più urgente, non più pressante, la spinta di quel determinato gene che influenzerebbe il vostro comportamento, quindi anche la vostra personalità.

*D - Quindi, Scifo, noi la partita, come incarnati, ce la giochiamo sulla nostra personalità, in pratica. E da lì poi, tutto a catena, va a modificare il carattere, la comprensione e via dicendo?*

Certamente. Purtroppo, il problema è che ve la giocate con la vostra personalità ma anche con quella degli altri!

*D - Certo. E da lì nascono tutte le nostre paure, il nostro non affrontare le esperienze; tutti i nostri dubbi e le incertezze che viviamo nella vita di tutti i giorni, in pratica.*

Certamente. Poi, un'altra maniera per cercare di comprendere il proprio carattere sarebbe riuscire a comprendere, a chiedersi, a guardarsi negli occhi e dire: «Cos'è che io interiormente voglio davvero?». Lì, a quel punto, avete la possibilità di arrivare a comprendere qual è il vostro carattere. Comprendendo qual è il vostro carattere, saprete quali possono essere i vostri limiti ... Ricordate quante volte abbiamo detto che è importante scoprire e riconoscere i propri limiti? Ecco, il vostro carattere, alla fin fine, se ci pensate bene, cos'è? È un limite, un condizionamento. Allora voi, riuscendo a fare quel lavoro, riuscireste a eliminare, a bypassare, a rendere inoffensivi quei limiti o quei condizionamenti che vi condizionano in una certa direzione, riuscendo invece a vivere la vostra vita, la vostra esperienza in maniera più libera. E qua ritorniamo all'osservazione, al «conosci te stesso», e via e via e via, che ormai avete sentito fino alla nausea!

*D - Quando in psicologia parlano di disturbo di personalità o disturbo caratteriale ...*

Dicono una sciocchezza! Ma, sai, in psicologia ne dicono tante sciocchezze; anche perché bisogna considerare una cosa: ci sarebbe molto da dire in ambito psicologico per quello che riguarda l'interiorità dell'individuo, però si tratta di dire sfumature – prima di tutto – e bisogna anche pensare che ogni individuo è diverso anche dall'altro, quindi è difficile poter fare veramente una teoria psicologica per quello che riguarda l'interiorità che sia generalizzabile a tutto l'essere umano. Ora, le persone che si occupano di psicologia, secondo gli archetipi moderni stanno

diventando veramente tante, tutte vogliono dire qualche cosa, tutte principalmente cercano di sbarcare il lunario, più che altro, e allora cosa succede? Succede che, per emergere dalla massa, avere una certa clientela o fare qualche cosa di diverso, attrarre le persone, incominciano ad andare un po' fuori dal seminato e inventarsi le cose più strane di questo mondo pur di sembrare degli innovatori. Stiamo attenti a queste cose; in realtà (voi dovrete saperlo, perché ve lo abbiamo ripetuto per anni) l'unico insegnamento innovativo in ambito interiore è quello di conoscere se stessi.

Tutto il resto può essere poi, alla fin fine una schematizzazione, può essere utile in determinati casi, può servire a certe persone, e via e via e via, ma in realtà poi non è generalizzabile e ogni psicologo dovrebbe sempre tener presente che quello che sa della persona che gli sta davanti è sempre una piccolissima parte di come quella persona è veramente e, quindi, stare attento ai giudizi che emette; invece questa umiltà manca molto.

Con questo, non posso negare che – in particolare da quando il nostro amico Freud ha incominciato a parlare in maniera un po' più articolata, un po' più aperta (con tutti i suoi errori possibili e immaginabili) di alcuni di questi argomenti, la psicologia, la psicologia introiettiva, la psicanalisi, e tutti i vari rami che poi si sono dipartiti nella conoscenza dell'essere umano servono e sono serviti all'individuo per porre l'attenzione un po' più a se stesso e un po' meno all'esterno. Fino a una certa generazione; la generazione di adesso sta tornando leggermente indietro ma, maturando, ritornerà a guardare se stessa.

*D - Però, per me allora: se io dico «disturbo di personalità» intendo una persona - cioè in linea generale, perché poi dipende da caso a caso - che è vissuta secondo un ambiente familiare, degli archetipi, ecc. che l'hanno fatta stare male? No, c'è stato un contrasto tra carattere e personalità?*

Ma non è necessario tentare di chiarirsi questo contrasto tra carattere e personalità perché non è veramente un contrasto; diciamo che senza dubbio se tu vuoi esaminare i disturbi della personalità, devi tenere principalmente presenti l'ambiente e l'atmosfera archetipale che circondano questo individuo. D'altra parte, non può esserci questo gran contrasto tra carattere e l'espressione di carattere nella personalità, perché sono la conseguenza uno dell'altro, alla fin fine; no?

*D - Sì, però invece ci potrebbe anche essere una tara (la chiamo tara, non è tanto bello) a livello genetico sul carattere che si manifesta psicologicamente?*

Beh, sì, ma la tara genetica è una complicazione inutile; è sempre

una parte del carattere.

*D - Eh no! Cioè, la differenza nella mia mente è: se ce l'ha nel carattere, ce l'ha dalla nascita, altrimenti invece si può sviluppare più avanti. Cioè, è un disturbo di personalità, uno ce l'ha ma perché ci sono stati una serie di elementi che hanno fatto sì che succedesse ma, in realtà, questa persona avrebbe potuto avere uno sviluppo psicologico normale; al di là che poi questo era scritto, ecc. ecc.*

Ho capito. No.

Diciamo che per la maggior parte dei disturbi psicologici di questo tipo, le influenze principali risiedono sempre nell'ambiente e, quindi, nel tipo di archetipo a cui l'individuo è aderente.

*D - Scifo, nel corso della vita, nell'arco della vita, fra la giovinezza e la vecchiaia, si può immaginare che nella giovinezza la spinta del carattere sia più forte e man mano, andando avanti, la personalità prenda invece un po' di più il sopravvento?*

Direi di no; direi di no perché l'individuo in realtà – questo è bene che lo ricordiate – non vive la sua vita con il carattere, vive la sua vita con la personalità. Il carattere resta sempre in sottofondo, come qualcosa che costituisce il canovaccio su cui l'individuo costruisce la propria vita; però il modo in cui questo canovaccio viene adoperato all'interno della vita è quello tipico della personalità dell'individuo.

*D - Però certe cristallizzazioni si formano più col passare del tempo.*

Ma le cristallizzazioni sono tipiche della personalità, dell'Io, non del carattere!

*D - Sì, no, ma nel momento in cui avviene una cristallizzazione e, come mi immagino che sia come una specie di crosta che impedisca alle istanze portate dal carattere di manifestarsi, di venire fuori con facilità. Magari mi sbaglio.*

Hai perso la domanda, però.

*D - No, mi sto chiedendo se quello che immagino è corretto, per cui, a un certo punto, ... Perché, da quello che dicevi tu all'inizio, in teoria, diventando più anziani, ...*

No, aspetta, aspetta, aspetta, aspetta, aspetta un attimo! ... No no, forse credo di aver capito, poi semmai mi dici se va bene ... Allora, consideriamo la cristallizzazione: una cristallizzazione avviene quando? Quando non c'è una comprensione. L'individuo continua a non voler comprendere, continua a rifiutarsi di vedere la verità – cosa che fate tutti i giorni! – e a lungo andare questa diventa una cosa patologica, diventa un circolo chiuso di energie che girano all'interno dell'individuo e si ha la

crystallizzazione, per cui questa idea, questa possibilità di comprensione che l'individuo non vuole riconoscere continua a girare su se stessa creando un vortice fastidioso che disturba poi tutta la personalità e anche tutta la fisicità, a volte, dell'individuo. D'accordo su questo?

Questo, però, riguarda sempre la personalità e la fisicità dell'individuo. Per quello che riguarda la cristallizzazione, questa cristallizzazione abbiamo detto è legata al tentativo di non vedere una propria verità (mettiamola così, in modo semplicistico) ma scoprire la verità risale a che cosa? Alla comprensione del corpo akasico; giusto? Quindi significa che il corpo akasico continua a rimandare questa comprensione perché arrivi all'individuo e si modifichi di conseguenza; l'Io rifiuta di vederlo e si crea la cristallizzazione.

Intanto, l'Io cosa fa? Continua, fin dalla nascita dell'individuo, a tenere attivi i vari elementi genetici che costituiscono il carattere dell'individuo, ma questa è un'altra cosa! Qua il carattere dell'individuo è quiescente o attivo, o lavora, o si dà da fare all'interno dell'individuo per tutta la sua vita, però l'influenza con il corpo akasico non va più in là; il corpo akasico semplicemente tiene attivi quei geni che vengono messi attivi per poter permettere all'individuo di avere quel tipo di carattere.

*D - Ma prendiamo il caso di Luciano, perché era un esempio semplice ... Se lui non avesse in qualche modo compreso ciò che doveva comprendere dal calcio e non si fosse quietato, quindi, come conseguenza, per certi versi l'altra strada sarebbe stata che in questo momento e andando avanti sarebbe potuto diventare un patito, un maniaco che vede solo calcio, vede solo calcio, vede solo calcio, senza riuscire poi in realtà a placarsi, avendo un bisogno quasi da drogato di calcio ...*

Certo, però c'è una differenza essenziale con la cristallizzazione, perché la cristallizzazione «impedisce» di fare qualche cosa; invece, nel caso di Luciano, non gli impedisce di giocare a pallone. Lui ha sempre questa possibilità, la può mettere in atto a sua discrezione, a suo piacere; mentre invece, con la cristallizzazione, non riesce a mettere in atto niente perché gli blocca non soltanto quel tipo di funzione ma finisce col influire, con le sue vibrazioni, anche sugli altri elementi che compongono il suo corpo fisico, il suo corpo astrale e il suo corpo mentale, creandogli dei problemi generali.

La differenza principale sta proprio in quello che dicevo prima, ovvero: per quello che riguarda la cristallizzazione, il corpo della coscienza continua ad inviare questa comprensione, continua a operare perché questa comprensione finalmente rompa la cristallizzazione e arrivi alla consapevolezza dell'individuo; per quello che riguarda il carattere, invece, il sentire non fa altro che tenere attivi quei determinati geni, punto e basta.

*D - Si potrebbe dire allora, che il fantasma o la cristallizzazione si forma perché la personalità non è al servizio del carattere?*

No, anzi, direi al contrario. Sì, direi al contrario. Ci ho pensato un attimo perché mi hai preso di sorpresa, ma direi proprio esattamente il contrario! La personalità è proprio al servizio del carattere che, a sua volta, è uno strumento del corpo akasico, poi, alla fin fine.

*D - Ho confuso un po' i termini.*

Beh, è facile confondersi in queste sfumature; e sapete che le sfumature sono molto difficili, e queste sono forse tra le sfumature più difficili da comprendere.

*D - Perché spesso capita di osservare, magari solo perché è più facile osservarlo, nelle persone molto anziane che ci siano come delle fissità, per cui emergono lati di quello che noi chiamiamo carattere, ma a quel punto è personalità, più ... più particolari, balzano all'occhio, sono meno sfumati, sono più intensi; e da quello che dicevi prima sembrava che in realtà, con l'andare avanti, la personalità si modellasse meglio.*

Ma io penserei quasi l'opposto, tutto sommato. Secondo me, specialmente quando si va avanti con l'età, è molto più facile che sia il carattere a prendere il sopravvento. Se voi osservate una persona molto anziana (ne avete una in casa, qua, a vostra disposizione, se volete osservarla, quando volete, potete venire, ve la cedo volentieri!) potreste notare come certi elementi del suo carattere, tipo ... che so ... la furbizia, o tipo la golosità, e via dicendo, escono molto meno mascherati di come uscivano prima, quando la sua personalità era integra.

*D - Sì, l'ho notato anche con papà.*

Si manifesta, quindi, di più il carattere, la base caratteriale.

*D - È vero!*

*D - Ci sono meno strumenti di maschera?*

Diciamo che, tutto sommato, c'è molta minor influenza degli archetipi e dell'ambiente; che se continuano ad influire in qualche maniera, dando un *modus vivendi* all'individuo, anche se limitato nelle sue possibilità, che però, tuttavia, non interpreta più il carattere, diventa soltanto un'abitudine di reazione; mentre il carattere puro esce fuori appunto in quei momenti in cui manifesta determinate particolarità tipiche del carattere di quell'individuo, tipo – come dicevo – la furbizia, o la golosità, o la permalosità, o dell'aggressività, per esempio. Voi sapete quante persone anziane a volte diventano aggressive, no?

*D - Mi ricordo che papà litigava quasi sempre con qualcuno e lui si tira-*

*va già le maniche su, era pronto già a fare la lotta!*

In molti altri casi la sessualità, ad esempio.

*D - Sì, è vero. Anche quello è vero.*

*D - Adesso, con questi termini nuovi, non si può più parlare di mancanza di carattere, o poco carattere?*

Eh no, è proprio un problema di personalità.

*D - Quindi una persona che è in una condizione alterata con l'alcol o qualche altra sostanza, manifesta quindi il carattere?*

No, continua a manifestare la personalità.

*D - Ma nella stessa condizione dell'anziano, che perde il controllo?*

No, è ben diversa, perché la persona in quel caso ha ancora tutto il suo carattere interagente, tutte le possibilità interagenti per comprendere, mentre la persona anziana, magari a una certa età, non ha più certe possibilità di comprendere.

*D - Ma anche sotto l'effetto dell'alcol?*

Anche sotto l'effetto dell'alcol, certo. Anche perché uno difficilmente resta 24 ore al giorno sotto l'effetto dell'alcol!

*D - No no, ma io dicevo in quel momento lì, cioè se uno volesse far emergere questi aspetti del carattere che in qualche modo vengono sopiti da una serie di sovrastrutture, archetipi transitori e via dicendo.*

Diciamo che, senza dubbio, alcol e sostanze stupefacenti particolari possono influire sulla percezione degli archetipi a cui si è collegati, questo sì; e quindi lasciar uscire - come fossero il dottor Jeckyll e Mr. Hyde - la parte più interiore, più caratteriale dell'individuo. Se voi pensare al dottore Jeckyll e Mr. Hyde potrebbe essere una fabulazione tra personalità e carattere; secondo voi qual è il carattere: Hyde o Jeckyll?

*D - Hyde è il carattere e Jeckyll la personalità.*

*D - Son d'accordo.*

Sì, per una volta sono d'accordo anch'io!

*D - Anche perché, siccome MC ha detto che potrebbe essere il «talento», che il carattere potrebbe essere poi il talento. Noi siamo abituati a dire del carattere: «quello lì ha un carattere nervoso», o è un ...*

Ma perché voi siete abituati a vedere il negativo delle persone!

*D - Ecco, tanto che io adesso facevo un po' di confusione tra personalità e carattere. Quindi il carattere ha un valore molto positivo?*

Il carattere non è né negativo né positivo; diventa positivo o negativo allorché viene interpretato dalla personalità all'interno del piano fisico. Allora, a quel punto, prende le connotazioni che gli archetipi a cui è collegato riferiscono a quel tipo di comportamento, che non è detto che poi siano giuste, ovviamente, eh!

*D - No no, ripeti un attimo questa cosa: cioè il carattere diventa positivo nel momento in cui...?*

Il carattere si manifesta nella personalità dell'individuo (giusto? Fin qui c'eravamo). È in quel momento che assume la connotazione di positivo o negativo, quindi come personalità, quando si manifesta come personalità, assumendo la connotazione di positivo o negativo a seconda del collegamento, dell'influenza che l'archetipo a cui è collegato dà al comportamento tipico di quella personalità; mentre invece il carattere in se stesso, la spinta del carattere in se stesso non è né positiva né negativa, è semplicemente una spinta.

*D - Quindi, ricollegandola a un discorso che avevate fatto prima di chiudere il Cerchio, che noi potevamo collegarci ai nostri talenti (un discorso del genere, che adesso non ho ben chiaro) prima che l'individuo abbia la comprensione il carattere potrebbe in qualche maniera bloccare l'individuo, ma una volta che l'individuo ha avuto la comprensione, questo diventa un talento che, se si riesce a conoscersi abbastanza, può diventare positivo, un dono può diventare positivo?*

Può essere usato coscientemente per cercare di usarlo nella maniera migliore.

*D - Dobbiamo studiare bene questa cosa qua, perché l'altra volta mi era rimasto impresso questo discorso ...*

Sì, ma hai ragione, è una cosa interessante: voi riusciste veramente a rendervi conto di come è cambiato, non la vostra personalità, ma il vostro carattere nel corso degli anni, sapreste che avete una riserva di comportamenti che non adoperate più, che pure sareste ancora capaci di avere se voleste, che vi potrebbero aiutare in determinati momenti, quando magari non riuscite a fare qualche cosa.

Allora forse dire: «io però una volta ero capace di farlo, quindi non lo faccio più perché ho capito ma in questo momento mi verrebbe utile un comportamento di quel tipo e allora potrei anche vedere di cercare di metterlo in moto, volontariamente questa volta e sotto il mio controllo, non più allo stato brado». Ad esempio, per un esame di maturità sarebbe bello un comportamento del genere; no? Io decido che posso comportarmi in maniera tale da sapere tutto quello che c'è bisogno di sapere!

*D - (...?...)*

Eh, ma sai, caro, nel corso di tutte le tue vite hai imparato tante più cose che nessun professore che ti dà lezione adesso sa le cose che sai tu! ... incarnato o non incarnato, ma è un altro discorso.

*D - Con queste ultime precisazioni diventa più chiaro quel famoso discorso di Gneus: «E' il carattere che forgia il destino, o il destino che forgia il carattere?».*

Eh, vedete, mi fa piacere abbiate portato questo argomento perché è uno dei tanti argomenti che noi, nel tempo, abbiamo cercato di portarvi e che voi avete lasciato cadere!

E, come vedete, ci sarebbero state molte cose importanti da dire perché, senza dubbio, anche quanto detto stasera è soltanto superficiale, si potrebbe approfondire con miriadi e miriadi di casi; non so ... il nostro amico, qua, per esempio, potrebbe approfondirne l'eroticismo, visto che gli interessa così tanto, e tante altre cose che interessano; chi potrebbe parlare di musica, chi potrebbe parlare di poesia; sono tutti elementi che fanno parte sia del carattere che della personalità e su cui si sarebbe potuto, nel tempo, ragionare con una certa tranquillità e un certo interesse, a quel punto. (...) Mi sembrate già stanche, creature!

*D - No, stiamo rimuginando.*

*D - Il mio amore per il disegno e la pittura fa parte del carattere?*

Beh, indubbiamente sì.

*D - Penso di sì, perché è una cosa che m'ha accompagnata da quand'ero bambina. Non ho mai imparato a disegnare a scuola, era una cosa ...*

Ah, un momento, scusa; una cosa vorrei chiarire: la spinta verso una determinata cosa – mettiamo giusto la pittura, come nel caso della nostra amica Miranda – non significa che lei sia una grande pittrice, significa che ha questa spinta! Non è per essere cattivo nei tuoi confronti, ma semplicemente volevo che capiste che il fatto che voi avete caratterialmente una certa spinta, non fa di voi immediatamente un Leonardo da Vinci! Significa che avete una predisposizione per quel tipo di cosa.

*D - Sì sì, infatti. Tu ami questa cosa e ci provi a farla. Poi, è logico, non diventi Van Gogh da un giorno all'altro!*

*D - Domanda: se uno a un certo punto decide di provare a dipingere, però non vuol dire che ci sia una base caratteriale.*

Esattamente. Vale esattamente il contrario; certo.

*D - Domanda: a me serve concretizzare un attimino un po' più la cosa. Quindi per noi sarebbe meglio – visto che il carattere comunque è una spinta, e la spinta ti serve per andare incontro a determinate experien-*

*ze, e far tutta la trafila solita – quindi per noi la cosa più importante o più utile sarebbe che la personalità riuscisse a manifestare nel modo più limpido possibile la spinta del carattere.*

Certamente.

*D - Ok. E come facciamo noi a far sì che la personalità riesca a esprimere ... Passa comunque sempre dal concetto ...*

La risposta è sempre la stessa. Diciamola in maniera laterale, invece che in maniera così diretta: con il «conosci te stesso»: per potersi esprimere nella maniera più limpida possibile è necessario che non ci siano elementi che turbano. Giusto? Perché non ci siano elementi che turbano bisogna che le altre spinte siano inferiori.

Perché le altre spinte siano inferiori significa che ci deve essere una certa comprensione, una certa consapevolezza, in modo tale che quella determinata spinta possa emergere nella maniera più pulita; quindi è necessario conoscere se stessi. O è necessario, quanto meno, essere già arrivati a un buon punto di evoluzione, per cui, anche se non se ne è consapevoli, si conosce già abbastanza se stessi per poter lasciar fluire nella maniera migliore quello che veramente appartiene a noi stessi.

*D - C'è un aspetto che ancora mi sfugge un po': quando la nostra personalità non riesce a manifestare le direttive del nostro carattere, e che allora entra in ballo l'Io, ci nascondiamo per la solita paura, per non affrontare quello che dovremmo affrontare, questo è perché la comprensione non è ancora abbastanza consistente perché riesca a passare, perché l'Io fa censura eccessiva ...? Non riesco a capire ...*

Eh, c'è un errore di fondo in quello che hai detto tu, perché non accade mai che la personalità non manifesti quello che il nostro carattere suggerisce; tutt'al più lo manifesta in maniera diversa perché modulata da quello che è l'Io.

*D - Sì, esatto, ma allora non cambia molto, secondo quello che nelle mie intenzioni volevo esprimere.*

Secondo me cambia molto; cambia molto perché tu manifesti in realtà il tuo carattere, è che lo ricopri talmente di istanze tue personali provenienti dalla tua personalità e dal tuo Io, sia dalle istanze provenienti dagli archetipi transitori, che non è più riconoscibile come parte realmente caratteriale.

*D - Sì, ho capito adesso. Grazie.*

*D - Allora: il carattere mi dà una spinta a; la mia personalità può manifestare questa spinta in due modi contrapposti? Cioè...*

Nella stessa persona o in una persona diversa?

*D - No, nella stessa persona. Cioè, io posso manifestare, partendo da una stessa spinta caratteriale, in una situazione una determinata espressione di personalità e in un'altra una determinata espressione di personalità, ma che partono comunque dalla stessa spinta?*

Sì.

*D - A quel punto, influenzata da cosa?*

Influenzata, prima di tutto, dal fatto che abbiamo semplificato molto le cose ma non sono così semplici; intanto la spinta caratteriale, quando arriva, non è mai una sola ma sono tante spinte; così come le risultanze all'interno della personalità sono tante e diverse.

Ora, chiaramente, a seconda di quali sono le risultanze di questa personalità e quali sono le influenze esterne, ambientali e archetipali, che influenzano la personalità vi può essere la risposta diversa. E poi, principalmente, la risposta può essere diversa e contrastante a seconda di quanto nel frattempo vi è stato come comprensione.

*D - Inoltre, che ruolo gioca la mia personalità nel momento in cui io ricevo uno stimolo dall'esterno, quindi non è più una spinta del mio carattere ma è qualcosa che magari fa una persona con la quale io sto interagendo in quel momento? La personalità fa da filtro, prima che il mio carattere reagisca a quel determinato stimolo, oppure è in modo diverso?*

Dunque, per questa risposta – visto che ve ne state occupando (se ne stanno occupando sulla ML principale) – sarebbe utile che riprendeste un attimo in mano il discorso del Ciclo della Vibrazione, perché la risposta alla tua domanda è lampantissima guardando quello! Ovvero: tu hai questa spinta proveniente dall'esterno; la spinta proveniente dall'esterno cosa fa? Influisce prima di tutto sulla tua parte più immediata, sul corpo fisico (no?), e quindi sulla parte fisica della tua personalità, perché la tua personalità è strutturata in parte fisica, parte astrale e parte mentale, ovviamente. Giusto?

Ecco, così, che influisce sulla tua personalità, quindi mette in moto - di ritorno dall'esperienza - la vibrazione che passa attraverso i 3 corpi transitori, che poi sono quelli che danno vita alla tua manifestazione nel mondo fisico, quindi alla tua personalità. Non arrivano a manifestarsi all'interno del carattere, non hanno nessun motivo di manifestarsi nel carattere, perché il carattere è una cosa che è soltanto lì per fornire una traccia, in realtà la vibrazione continua sul suo cammino e ritorna su verso l'akasico.

Capito? Come ho detto, se guardate un attimo quello splendido schema che una grande Entità (io) vi ha portato, nella sua difficoltà estre-

ma - perché indubbiamente è difficile, ci vorrebbero un paio di vite solo per poter parlare di quello schema! – vi renderete conto che questo argomento è evidentissimo osservando lo schema stesso. Lo so che voi non potete ricordare tutto, come faccio io, però avete visto che sbaglio anch'io qualche volta. Lo faccio, di solito, per farvi contenti!

*D - Cos'è che fai durante la giornata?*

Durante la giornata ... si può dire che non faccio niente, in realtà; anche perché dove sono io non esiste «la giornata»! È un unico attimo, è tutto presente, posso sapere (pensa che fortuna, tu sei all'opposto quando sei all'esame!) posso sapere qualsiasi cosa, in qualsiasi momento, basta che io la pensi un attimo e la desideri, allora immediatamente io la so! Sarebbe una fortuna, eh, per te! Quando ho voglia di divertirmi guardo voi...

*D - Scusa, quando noi moriamo e veniamo dall'altra parte, in qualche modo – così in alto così in basso – abbiamo una qualche forma di carattere, di talenti, che fa sì che le esperienze che dobbiamo fare di là siano orientate? Non so, ... immagino che ... le Guide che sono venute a parlare, che parlano di continuo, a volte sono guide con evoluzioni diverse, alcune ci dicono: «sono venuto qui perché devo sperimentare questa cosa, perché sto imparando» ... Mi sono fatta l'idea che ognuno abbia un proprio compito. Anche questo compito è assegnato con ...*

Quante idee sbagliate che ti sei fatta! Sono tutte sbagliate! È completamente diversa da quella che tu ti stai immaginando, la nostra realtà! Tu dirai: «ma allora spiegami com'è» ... Cosa dici?

*D - Un pochino.*

Un pochino?

*D - Anche perché le bambine mi chiedono ed io devo dire qualcosa!*

Eh, non puoi farlo capire alle bambine!

La realtà è che siamo un tutt'uno; in realtà – l'abbiamo sempre detto – noi veniamo manifestandoci in maniera diversa perché «voi» ne avete bisogno; in realtà siamo tutti la stessa Entità, ma non nel senso che potete intendere voi, di un'Entità sola, ma siamo tutti la stessa isola akasica, apparteniamo tutti allo stesso gruppo di Entità che hanno seguito lo stesso tipo di percorso, siamo tutti legati tra di noi e, quindi, c'è la parte più evoluta tra noi e c'è la parte meno evoluta tra noi; e ognuno di noi concorre, insieme alle altre, per portare avanti quello che è il percorso dell'intera isola akasica.

*D - Però ...*

Però anche il discorso che c'è la parte più avanti e la parte più in-

dietro è un'illusione perché, in realtà, l'isola akasica è già perfetta, costituita ed unita a tutta la Realtà.

*D - Però voi avete parlato di «tappeto akasico» e allora, rimanendo nell'esempio, immagino un tappeto con dei disegni, dei fiori colorati, se io di questo tappeto akasico sono quella piccola parte che fa il fiore verde, la mia evoluzione mi porterà a diventare esattamente il fiore verde perfetto che devo essere ...*

Giusto.

*D - ... quindi, sia di qua che di là esplorerò tutto quello che deve fare di me il più bel fiore verde che possa stare sul tappeto. Se tu devi fare la foglia, ...*

È qua che stai sbagliando: non farà di te il più bel fiore verde sul tappeto, tu sarai già quel fiore verde!

*D - Ma io sono un fiore verde; se tu sei una foglia, allora siamo diversi, comunque!*

Ma no, è un'illusione, credete di essere diversi! In realtà tu sei già quel fiore e stai portando il tuo compito in questo preciso momento!

*D - Ma le mie – supponiamo che io mi faccia 120 vite o anche qualcuna di più – non potrò mai ... Cioè, non riesco a immaginare in questo numero finito di vite di poter veramente sperimentare abbastanza!*

Perché?

*D - Eh, sarà una mia difficoltà di comprensione! No, perché ... lo dici tu stesso, ci sono così tante sfumature ...*

Certamente. Vuoi costringermi a parlare di quelle complicate, però ti posso fare un accenno, così poi ci pensi un attimo con calma ...

*D - Vorrei sapere cosa vengo a fare poi di là!*

Non c'è bisogno che tu sperimenti tutto lo sperimentabile; ci sono tutti i componenti della tua isola akasica che hanno fatto miliardi e miliardi di esperienze; arriva un momento in cui l'esperienza di uno diventa l'esperienza di tutti. Tu porti la tua parte di esperienza, e ... che ne so ... Zifed porta la sua parte, Gneus la sua parte e via e via e via e via; e poi arriva un momento in cui c'è la possibilità, grazie alla comprensione raggiunta di tutti, all'unione tra tutti i corpi akasici, che l'esperienza di uno diventi l'esperienza di tutti; quindi non c'è necessità di fare tutte le esperienze possibili, ma c'è la possibilità di portare ognuno la propria parte di esperienza. ... Mi vuoi portare a parlare di cose ancora più difficili! Diciamo che la risposta giusta sarebbe sì e no, però non voglio entrare nel merito, stasera: verrà il momento, se lo strumento non morirà prima,

che riusciremo a parlare anche di questo.

Io, comunque, per questa sera vi saluto, vi ringrazio della vostra pazienza, vi lascio in altre mani e mi unisco alla benedizione del fratello Moti dicendo che anche io, comunque sia, ricordatelo, porto in me un amore per voi che non finirà fino a quando voi non vi ricongiungerete con tutti noi.

Creature, serenità a voi! (Scifo)

*La mia vita gira in un cerchio continuo  
e io percorro senza sosta questo cerchio  
cercando di avvicinarmi alla luce che brilla al suo interno,  
ma fino a quando non vedrò la candela nella sua totalità,  
il mio cerchio continuerà a farmi girare.*

Pace a voi. (Labrys)

**6 giugno 2009**

---

## **Incontro con le Guide**

*Sommario: Ancora su personalità e carattere*

Ultimamente – se ricordate – abbiamo parlato di «personalità» e di «carattere» ... C'è stato chi ha detto: «Non è stato detto niente di nuovo!», dimostrando così che non ha poi capito molto di quanto noi vi abbiamo detto; infatti, in realtà, quello che abbiamo detto ultimamente è certamente un richiamo a vecchi concetti, ma è anche una nuova prospettiva in cui esaminare quei concetti.

Quando noi avevamo parlato di carattere e di personalità, ad esempio, non si parlava ancora direttamente, a lungo, estesamente ... che so io? ... di Vibrazione Prima o di Archetipi Permanenti o archetipi transitori, né di ambiente, né di atmosfera; ecco, quindi, che esaminare quei concetti presentati in passato tenendo conto di questi ulteriori argomenti pervenuti successivamente può senza dubbio offrire molti spunti per collegare le varie parti dell'Insegnamento; e non soltanto, ma per fare quel lavoro che auspicava il Fratello che mi ha preceduto, ovvero di rendere l'Insegnamento qualche cosa di utile per la conduzione della vostra vita.

Per far questo è necessario, ovviamente, che tutti voi collaboriate, tutti voi siate in grado, disponibili e capaci di portare i vostri dubbi, anche a costo di dire qualche sciocchezza, perché non dovete avere paura di dire sciocchezze; perché ogni sciocchezza che ognuno di voi può pensare, in realtà è indice di qualche cosa che non si è capito e, allora, perché non approfittare dell'occasione di questo colloquio diretto per eliminare le proprie incomprensioni? Noi siamo sempre stati qui per questo e non siamo mai stati sfruttati per fare questo tipo di lavoro; e ci auguriamo che, essendo così, molti meno - e quindi con la possibilità di operare più facilmente - anche questo possa essere fatto, con migliore utilità per tutti voi e poi, di riflesso, anche per chi eventualmente sentirà o leggerà l'estratto della seduta.

Avete qualcosa da chiedere in proposito, creature?

*D - A me il concetto di personalità mi entra un po' diciamo in conflitto con il concetto di Io, cioè se in questo momento mi chiedessero qual è la differenza o le cose in comune tra questi due concetti non ce l'ho chiaro.*

Bene, quello è già un punto importante da tener presente. Effettivamente la differenza tra personalità e Io è molto difficile da trovare, perché sono due aspetti che coincidono per la maggior parte delle cose. Il fatto è che la personalità, come abbiamo detto l'altra volta, nasce dallo sviluppo delle caratteristiche innate - geneticamente, principalmente - dell'individuo allorché vengono messe in atto all'interno del piano fisico. (Ci siamo fin qua?)

Quindi, è qualche cosa che vi permette di dare una connotazione di vario tipo (mentale, fisico o emotivo) a tutte le esperienze che vivete. Capite questo punto? Quindi la personalità è qualche cosa - ripeto - che vi permette di connotare le esperienze che vivete secondo i corpi transitori che possedete al momento dell'incarnazione.

Se non ci fosse l'Io, cosa succederebbe? Succederebbe che tutto quello che voi vivete, tutto quanto, non farebbe altro che portare alla vostra consapevolezza, direttamente e immediatamente, tutto quello che l'esperienza vi insegna, perché non ci sarebbe nessun elemento che si frapporterebbe fra voi e la percezione delle vostre reazioni.

L'Io - che, invece, voi sapete, è illusorio, nasce dallo scontro tra le reazioni dei vostri corpi inferiori e la realtà che vivete - ha una vita fittizia che tende a mantenere lo status quo, tende a far sì che nulla sfugga alla sua attenzione e, quindi, tutto sia più rigido e fermo possibile.

Ecco, quindi, che se vogliamo trovare una differenza tra personalità e Io, possiamo dire che la personalità è uno strumento che sarebbe estremamente utile se non ci fosse l'Io - perché permetterebbe di acquisire immediatamente gli elementi della comprensione - mentre l'Io è lo strumento che, al contrario, non dico che è dannoso, ma è quanto meno noioso, nel far sì che gli elementi che si avvicinano alla vostra possibilità di comprensione possano essere fraintesi o travisati, o modificati, dalla percezione dei corpi inferiori.

È sottile come differenza, me ne rendo conto. Spero che voi abbiate capito, altrimenti continuate a chiedere e vediamo di precisare al meglio possibile.

*D - Scifo, è possibile, come carattere, essere portati verso l'altruismo e poi con l'Io manifestare all'esterno non un altruismo puro ma con altre intenzioni; non so ... sembrare migliori a noi stessi e agli altri?*

Beh, direi proprio di sì. Ecco, prendiamo questo caso che ha citato la nostra amica: supponiamo che una caratteristica del vostro carattere (mi dispiace, è brutto ma non si può dire altrimenti) sia quella di essere

tendenzialmente altruistici. Cosa succede? Succede che vi è questo «dono» all'interno dell'individuo che gli dà la possibilità nel corso delle sue esperienze di comportarsi non in maniera egoistica ma altruistica, tenendo conto anche dei bisogni degli altri.

Se potesse mettere in atto la sua personalità senza nessuna interferenza da parte dell'Io, l'individuo, nel fare le sue esperienze, riuscirebbe sempre a tener conto degli altri e, quindi, ad essere tendenzialmente altruistico anche nella sua manifestazione nel mondo fisico; poiché, invece, c'è l'Io che cerca di avere la preminenza, di essere il centro della realtà, di essere la cosa più importante del mondo (così, almeno, lui tende a considerarsi) ecco che l'attenzione dell'individuo, allorché è incarnato e cerca di esprimersi nella realtà, invece di manifestarsi come personalità attraverso la capacità di essere altruisti, tende a spostare invece l'attenzione verso se stesso e, quindi, in qualche modo per far ciò deve ovviamente rendere minore l'espressione dell'altruismo tipico del carattere. Sono stato chiaro? Spero di sì.

*D - Quindi, a questo punto, l'Io non è altro che, ovviamente, il filtro delle nostre comprensioni e incomprensioni sul piano fisico, che distorce anche la nostra personalità, in pratica?*

Certo. C'è un altro punto importante di cui tener conto: l'Io – come sapete – non esiste in realtà, è fittizio, è illusorio (giusto?), la personalità invece no; la personalità è reale perché è collegata a quello che ognuno di voi è, allorché è incarnato; è questa la grossa differenza, ed è anche per questo che dicevo che, se riusciste ad esprimere la vostra personalità – e quindi, alla fonte, il vostro carattere – riuscireste ad arrivare direttamente alla comprensione, alla vostra capacità di coscienza della vostra comprensione.

*D - Quindi, in pratica, se ho capito bene, è sempre il solito ragionamento: fare estrema attenzione ai nostri moti interiori per vedere effettivamente cosa del nostro carattere si può percepire e manifestare sul piano fisico, senza le interferenze dell'Io?*

Certamente. Allora, a questo punto, forse prende anche una connotazione più comprensibile la nostra insistenza a parlare di «osservazione passiva». Come può essere intesa, allora, con questi elementi, l'osservazione passiva (cosa che ben pochi di voi riescono veramente a comprendere, alla fin fine)?

L'osservazione passiva include la capacità di interagire con la realtà, attraverso la personalità, tenendo da parte l'Io; o meglio: osservando senza interagire – e chi interagisce con quello che fate è il vostro Io – e lasciare che siano le vostre emozioni, i vostri pensieri, i vostri desideri, la vostra comprensione, la vostra coscienza, il vostro carattere a muovere

le vostre azioni.

*D - Quindi il corpo akasico ... cioè il carattere ... cioè la personalità è espressione del corpo akasico?*

È espressione del corpo akasico; certo!

*D - E il carattere anche? Che differenza passa?*

Tra carattere e..?

*D - Cioè, se la personalità è espressione del corpo akasico.*

No, la personalità è espressa nel mondo fisico.

*D - Sì, però mi è parso di capire che mentre c'è un collegamento diretto tra il corpo akasico e la personalità. O no?*

Certo, passando attraverso il carattere.

C'è un'altra questione, qui, da risolvere un attimo, che mi sembra non sia stata capita, leggendo le varie cose che sono state dette dai vostri compagni di avventura: il discorso della Vibrazione Prima, se nasceva prima o nasceva dopo, cos'era che modificava il Dna, e via dicendo. La situazione, detta in termini semplicissimi, è questa: la Vibrazione Prima cosa fa? Influisce sul corpo akasico.

Il corpo akasico è quello che, sotto l'influenza della Vibrazione Prima alla ricerca della comprensione totale influenza la costituzione del corpo che le serve per fare esperienza, e quindi attiva il Dna per avere quel tipo di carattere, quel tipo di predisposizione e quindi quel tipo di personalità, quindi praticamente è il corpo akasico che attiva il Dna ma, andando a livello superiore, ovviamente il corpo akasico è spinto dal richiamo della Vibrazione Prima. Quindi, non vi è una dicotomia tra quello che fa la Vibrazione Prima e quello che fa il corpo akasico; la Vibrazione Prima permea tutto e, quindi, è chiaramente il motore di tutta la Realtà.

*D - Scifo, la manipolazione da parte della scienza umana del Dna, per cercare di modificare quelle che si chiamano «tare ereditarie», è una fatica inutile perché, tanto, il Dna soggiace ad altre regole che non siano ...*

Non è una fatica inutile. Non è una fatica inutile e, col tempo, se usata nel modo giusto, vedrete anche i risultati e l'utilità della cosa. Il problema è che, senza dubbio, sarà impossibile fare una codifica di questo tipo di intervento che abbia sempre gli stessi risultati; perché ci sono chiaramente degli elementi che sfuggono all'insieme dei meccanismi che regolano l'attivazione o la disattivazione di determinati geni; senza contare che, ovviamente, dietro c'è il problema karmico e molte volte non sarà possibile intervenire o, quando l'intervento sarà fatto, non darà gli effetti che ci si aspettava.

*D - Certo.*

*D - È il dire che c'è una modificazione continua del Dna che può rimettere a posto, per esempio, la modifica fatta dalla scienza.*

Anche; ma, più che modifica, ... Cioè, non vorremmo che ci confondessimo coi termini: non è che il Dna si modifica, il Dna modifica la sua attivazione o meno di determinati geni!

*D - Sì sì, no, d'accordo.*

No, perché poi, magari, chi legge si attacca alla parola e travisa tutto quanto!

*D - Si accende una lampadina e se ne spegne un'altra. Si potrebbe dire anche così.*

*D - Una cosa che ... In questo contesto, come tu hai spiegato l'Io e la personalità, mi sembra che l'Io abbia una parte soltanto negativa ma non riesco a vederne la sua funzione nel contesto del permettere l'evoluzione ... Non so se mi spiego ... Mi sembra quasi che, se non avessimo l'Io, nei confronti della personalità riusciremmo ad acquisire un sacco di elementi, mentre l'Io blocca questa cosa.*

Ma, a parte il fatto che l'Io è una creazione inevitabile, quindi non è che si possa dire «se non avessimo l'Io»; l'Io ci deve essere per forza perché nasce per forza dallo scontro della reazione dei corpi dell'individuo con la realtà, però ha una sua utilità.

Come tutte le cose che frenano ... pensate ai vari Comandamenti: ce ne sono alcuni che sono decisamente stupidi come Comandamenti, visti con l'occhio dell'uomo di oggi, eppure nel passato avevano una loro logica, una loro utilità.

Lo stesso vale per l'Io; l'Io ha la funzione – pur non esistendo – di far sì che l'individuo non cerchi di assimilare o di comprendere troppo alla svelta e più velocemente di quanto può assimilare; perché rendetevi conto che al corpo akasico non arriva un dato o due dati, ma arriveranno milioni di dati.

*D - Ah, quindi c'è anche questo problema del fatto che comunque uno, anche potendo, non può ricevere così tanti dati perché non riesce in qualche modo a ...*

Certamente; tanto è vero che, se ricordate, avevamo detto che il sonno è necessario per poter fermare un attimo l'acquisizione di dati e permettere che i dati finiscano di rifluire fino al corpo akasico per la comprensione. E l'Io, in qualche modo, costituisce anche un filtro per permettere la più adatta possibilità di comprensione per l'individuo; senza contare poi tutte le altre tematiche che smuove la presenza dell'Io e che

sono necessarie per affrontare le esperienze che, altrimenti, l'individuo non si sognerebbe neppure di affrontare!

*D - Sì, questo senza dubbio.*

*D - Scifo, scusa; riguardo al discorso «Io, personalità e carattere», l'aspetto «temperamento» di un individuo ... Cioè, di fronte a un avvenimento, a una situazione, agire in un modo piuttosto che in un altro, che posto ha in tutto questo discorso? È sempre l'Io che non riesce a far uscire la personalità reale, per cui si frappone tra il carattere e la personalità? Il temperamento che ruolo gioca in tutta questa questione?*

Mah, bisogna vedere un attimo che cosa intendi per «temperamento». Il temperamento può essere considerato un modo di esprimersi, più che un modo di essere. Se lo consideriamo in questo modo, il temperamento non è altro che la messa in atto di quella che è la personalità e, quindi, il carattere. Il temperamento può essere considerato il modo di essere messa in atto la personalità sotto l'influenza del carattere.

*D - Per cui il temperamento non si può modificare?*

Ah, certo che si può modificare! Il temperamento - è un altro modo per definirlo - nasce dallo scontro tra il carattere e quello che l'Io desidera, ad esempio. La personalità dell'individuo e il suo Io possono entrare in conflitto, come accade molto spesso; e, a quel punto, allora cosa entra in gioco? Entrano in gioco le vere incomprensioni che ha l'individuo, sono quelle che l'individuo deve riuscire a trovare per mettere in atto il comportamento migliore nelle situazioni che sta vivendo.

*D - Ma, all'atto pratico, quando ci dici: «mettete in pratica quello di cui stiamo parlando, in modo che non rimanga solo teoria», nel pensarci nel nostro quotidiano, essere, agire, fluire di emozioni, di azioni, di reazioni, messe in atto e non messe in atto, come facciamo a distinguere e a dare un nome in noi «questo è carattere, questa è personalità, questo è Io»? A me risulta veramente molto confuso e alla fine dico «Va be', capirò, prima o poi!» ...*

Ma mi sembra che risulti abbastanza chiaro quale sia la differenza tra le cose. Tempo fa ho sentito Ambrogio che si poneva lo stesso tipo di problema, perché non riusciva a comprendere se, per esempio, la curiosità che lui ha molto forte fa parte del suo carattere o fa parte della sua personalità ... Giusto?

Allora, prendiamo questo elemento come esempio: la persona curiosa. La persona curiosa, indubbiamente, ha la curiosità come elemento attivo all'interno del suo carattere; questa curiosità però poi si deve manifestare sul piano fisico; giusto? Come si manifesterà? Si manifeste-

rà modulata dall'Io dell'individuo; quindi potrà essere accentuata, insistente, repressa, eccessiva, e via e via e via e via e via.

Ora, quello che noi vi chiediamo di fare è «semplicemente» – tra virgolette, perché non vi è mai niente di semplice per quello che riguarda la coscienza e la comprensione – è di stare attenti a voi stessi e cercare di rendervi conto quando veramente quello che fate fluisce spontaneo e libero, quindi proviene direttamente dal vostro carattere e dalla vostra coscienza, e quanta parte, invece, di quello che fate proviene da tentativi di modificare la realtà secondo i desideri dell'Io. Sembra difficile, ma non è poi così difficile!

*D - Scifo, scusa; faccio molta fatica a riconoscermi negli archetipi transitori di questa società. Non è sofferenza, è «insofferenza»!*

È fastidio.

*D - È un aspetto caratteriale, questo, non della personalità.*

Beh, in parte sì, ma in parte è anche una posizione abbastanza normale quando si arriva al termine della sperimentazione di un archetipo. Se ricordate, quando abbiamo parlato degli archetipi transitori avevamo detto che, all'interno di un archetipo transitorio, le coscienze delle persone legate a questo archetipo si collegano in varie fasi per sperimentare tutto l'archetipo.

Quando si arriva verso la fine della sperimentazione di quel tipo di archetipo, allora incomincia l'insofferenza perché si sente che quel tipo di archetipo deve essere abbandonato perché non soddisfa più abbastanza. Ecco quindi che, al di là della componente caratteriale, entra anche in gioco questa insofferenza verso un archetipo che si incomincia a sentire non più utile per se stessi.

*D - Il che però non significa che l'archetipo abbia esaurito la sua funzione a livello più ampio!*

Certamente. Probabilmente sta esaurendo la sua funzione per quell'individuo, ma gli altri individui collegati a quell'archetipo - che tengono in vita quell'archetipo, fra l'altro – hanno ancora bisogno che quell'archetipo influenzi le loro azioni, il loro modo di esprimersi nella realtà.

*D - Però il fatto che alcuni individui arrivino a un livello di fastidio, di insofferenza, questo già di per sé spinge alla modifica di quell'archetipo che è in atto verso un qualcosa di differente, oppure dobbiamo aspettare magari un altro giro di vita?*

Diciamo che spinge l'individuo, solitamente, verso l'aggancio con un'altra serie di archetipi transitori, che gli tornano più utili. Questo è il caso, molte volte, dei ribelli famosi della società, che però molto spesso si tende poi a idealizzare troppo, a considerare come persone eccezio-

nali, che so io? ... un Che Guevara; mentre era semplicemente una persona con dei grossi problemi che, senza dubbio, aveva anche la coscienza di una buona evoluzione, però non riusciva ancora a comprendere che l'archetipo che stava vivendo lo portava a vivere quanto stava vivendo in maniera eccessivamente violenta, per esempio.

*D - Io volevo tornare un attimo sul carattere. Allora: se per caratteristica io sono fatta in una certa maniera, ho certe predisposizioni, quindi le mie esperienze di vita devo in qualche maniera, attraverso la personalità, esprimerle in quella maniera, con queste predisposizioni,...*

No, qua c'è già una piccola inesattezza.

*D - Un errore di partenza!*

Il carattere che ha l'individuo significa che l'individuo può esprimere quelle caratteristiche, non che «deve» esprimerle, ...

*D - Sì, può.*

... la maniera è poi dettata dal resto.

*D - Ah.*

Cioè, quello che hai inscritto nel carattere non ti dice «come» esprimere le caratteristiche.

*D - Sì sì, no, questo lo avevo capito.*

Mi sembrava che ci fosse confusione.

*D - Sì, beh, forse non ho fatto bene la domanda, o forse ho fatto confusione veramente. Ecco, allora ... Perché mi son messa in testa – e giustamente vorrei una conferma – che se per condizionamento, ovviamente nell'ambito dove si nasce, se per condizionamento sociale e familiare una persona non riesce, diciamo non viene aiutata a esprimersi per quello che è ma viene piuttosto condizionata talmente che uno si censura determinate cose sue (per semplificare), mi viene da pensare che durante l'arco della vita il tipo di esperienza si ripeta. Non riesce ... Per esempio, se io voglio andare a giocare a calcio (prendendo l'esempio del calcio) e fare l'esperienza attraverso questo mio desiderio, e invece di andare a giocare a calcio faccio il muratore e vivo tutta la mia vita attraverso il muratore, riesco lo stesso ad avere le stesse comprensioni?*

Eh sì.

*D - È questo che mi domando; perché allora, se è così, il carattere non riesco ancora a definire a cosa serve.*

Ma certamente che è così! Il carattere – te lo ripetiamo, allora – il

carattere è la base sulla quale costruite la vostra vita; è la base con la quale voi vi manifestate all'interno del piano fisico. Questa è la base, però questa base viene poi modificata – trasformandosi in personalità – nelle azioni che voi fate, come voi interagite con il resto della realtà.

Quindi, che tu abbia caratterialmente la spinta di diventare un divo del pallone e non riesca a metterla in atto e finisca poi per vivere una vita da muratore, in realtà non sposta assolutamente la situazione perché il tuo carattere, comunque sia, viene espresso egualmente; probabilmente la tua personalità esprimerà questo desiderio inespresso (irrealizzato?) attraverso problemi di qualche tipo, che manifesterai come personalità o come reazioni, e via e via e via.

*D - Ah, quindi subentrano delle problematiche?*

Certamente.

*D - Questo volevo sapere! Quindi possono essere anche psicosomatici?*

Ah, senza ombra di dubbio!

*D - Ah, ecco. Allora adesso sì mi è chiaro; perché era questo che volevo ...*

*D - Allora, per andare avanti, in teoria la condizione ideale sarebbe quella di giungere alla massima flessibilità possibile dell'Io, in modo tale che, indipendentemente da quelle che possono essere le situazioni in cui, per condizionamenti ambientali, per condizionamenti di vario tipo, per scontri semplicemente con la realtà, qualunque sia la situazione il carattere possa attivarsi, manifestarsi attraverso la personalità, senza necessariamente che l'Io si arrabbi perché non sta giocando a pallone ma sta facendo il muratore; sto dicendo questo.*

Sì, per esempio sì, quello potrebbe essere un metro; certamente.

*D - Quindi, il nostro scopo, volendo cercare di esercitarci, sarebbe quello di cercare di tendere verso la maggiore rilassatezza, adattamento possibile, non so come dire ...*

Cercare di fare sì che il vostro Io vi ostruisca il meno possibile.

*D - Dirgli cioè: «stai tranquillo» ...*

Se voi ricordate, tempo fa c'è stato un po' il tormentone che noi vi dicevamo: «parlate al vostro Io»; ricordate che ve lo avevamo detto? Ecco, questo intendevamo. Non ritenete il vostro Io un nemico, ma ritenetelo uno strumento che vi serve per comprendere e, quindi, a quel punto, invece di osteggiarlo, cercate di farlo diventare utile.

*D - Certo: prendere consapevolezza che non posso giocare a calcio,*

*devo fare il muratore perché ho una famiglia da mantenere ... e esprimermi, ... cioè prendere consapevolezza di questo, di accettare e di vedere cosa mi muove 'sta cosa, osservarmi su questa cosa.*

*D - In che modo l'io poi può diventare positivo rispetto alla personalità, allora? Questa era la domanda di prima. Nel momento in cui smette di ostacolare, non scompare perché non può scomparire ...*

Si attenua, la sua influenza è minore, la personalità fluisce più facilmente, il carattere viene più alla luce in maniera consapevole.

*D - Ho cercato di visualizzarmi carattere, personalità e io come interagiscono, e non ce la faccio! Mi è venuto in mente questo esempio: se posso considerare il carattere tipo la base degli ingredienti per una torta, quindi io ho farina, uova, come individuo ho queste cose; la personalità è quello che io con queste cose posso ... quello che con questi ingredienti posso diventare? I tipi di torte ...*

Come io uso questi ingredienti.

*D - Se decido di usare il forno un certo tipo, ecc. ecc.*

Certo.

*D - In tutto questo, l'io io non capisco cosa può essere. Non lo riesco a visualizzare. Non capisco l'interazione con gli altri due.*

Beh, l'io ad esempio potrebbe essere il forno; qualche cosa che tu usi, però è talmente fisso e rigido che, se non lo usi nella maniera giusta, ti fa bruciare la torta!

*D - Sì, ho capito, ma non mi è chiaro. Cioè, nel senso che lo capisco ma non me lo chiarisce in testa. Non ...*

Parliamone ancora. Siamo qua apposta!

*D - Eh, ... non so come chiedertelo, non trovo neanche la domanda. Cioè non capisco l'interazione Io-personalità, non ...*

Facciamo una bella cosa: pensaci bene, c'è un mese di tempo; ci pensi, guardi se riesci a chiarirla, magari anche coinvolgendo «la tua metà», e poi ne parleremo e vedremo se riusciamo a chiarire la cosa.

*D - Scusa, Scifo, io volevo tornare un po' sul discorso dell' «osservazione passiva»; quindi significa in qualche maniera non permettere al nostro io di giudicare come siamo, più che altro, ma accettare il nostro carattere per quello che è, anche se ci sono degli aspetti che non ci piacciono più di tanto?*

No.

*D - Ah!*

«Sì, osservazione passiva, e poi permettere all'Io qualsiasi cosa!»  
... Tu non devi intervenire, devi solo osservare. Non devi influire sull'Io mentre fai osservazione passiva, non serve a niente se si influisce! In che modo influiresti sull'Io? Usando l'Io.

*D - Sì, giusto.*

*Quindi complicheresti soltanto le cose e basta.*

*D - Sì, beh, ma è difficile definire ...*

Certo che è difficile, ma è difficile perché è molto lontana da quella che è la tradizione di pensiero occidentale. Certamente, in certe filosofie orientali sarebbe più facile far comprendere questo tipo di concetto, ma un po' alla volta vedrete che ci arriverete, avete tante vite per arrivarci!

*D - A grandi linee, d'accordo; sarebbe il discorso dell'esperienza interiore, ma cercando proprio di avere un concetto in testa (come appunto diceva prima Elisa) che non si riesce, per capire questa cosa, ...*

Ricordate una cosa: mentre noi facciamo questi discorsi, il vostro Io è in allarme, ...

*D - Certo.*

... quindi tutte le cose che non riuscite a capire, molte volte sono tali perché il vostro Io si rifiuta di farvele capire! È come quando (che so?) ... qualcuno vi dice che avete la testa quadrata, voi in realtà sapete che la testa l'avete rotonda, però non volete ammettere che sia rotonda ed allora accettate che vi venga detto che è quadrata!

*D - Ritornando al discorso di prima, degli archetipi in cui non ci si riconosce, è chiaro che si tende poi a vivere secondo degli schemi diversi, magari meno diffusi nella società. Tutto questo, però, chiaramente, comporta un conflitto spesso, o almeno un contrasto, con chi invece si riconosce in questi archetipi diffusi. Da parte di chi fatica a vivere quei tipi di archetipi, qual è l'atteggiamento migliore: andare per la propria strada o scontrarsi con chi ancora vive i propri?*

Io direi che la via migliore sia quella del giusto mezzo; o meglio: fare quello che si ritiene giusto, tenendo conto però delle necessità degli altri. Se voi ricordate, era stato detto in passato «non date scandalo». Cosa significava non dare scandalo? Non certamente nel senso che darestes voi attualmente alla parola «scandalo», ma nel senso che non è necessario avere forti reazioni pesanti se gli altri non vi possono capire! Capisci cosa voglio dire?

Quindi, il comportamento dell'uomo giusto sarebbe quello di seguire il proprio Sentire – e quindi anche il proprio carattere, la propria coscienza – ricordando però che può farlo sempre e soltanto nei mo-

menti in cui è giusto che lo faccia senza danneggiare gli altri; tenendo quindi conto che l'importante è che lui sappia qual è la sua reale intenzione, qual è il suo reale carattere; che sia consapevole di questo e non si convinca di essere diverso da quello che è, per qualsiasi motivo, sia per gli altri che per se stesso. Quindi, molte volte – e mi rendo conto che questo può sembrare una forma di ipocrisia – ma molte volte è necessario adeguarsi ad un archetipo che non si sente, in maniera tale da poter condurre la propria vita ed aiutare chi è vicino, per esempio.

*D - Il discorso della relazione con l'Io è sicuramente quello più ostico, però ... no, tutto sommato mi sembra chiaro.*

*D - Tra carattere e personalità, nel precedente incontro qualcuno t'aveva chiesto se il carattere fosse al servizio della personalità e tu avevi rettificato che invece era la personalità al servizio del carattere.*

Certo.

*D - Questo come sua funzione; poi, in realtà, la personalità può far sì che il carattere invece si cristallizzi perché non riceve i messaggi che vorrebbe, o anche perché – condizionata dall'Io – la personalità risponde in modo diverso da come si aspetta il carattere.*

Ma il carattere non si può cristallizzare, perché è condizionato dal corpo akasico, e il corpo akasico non cristallizza!

*D - Cristallizzato nel senso che non porta a casa quello che vorrebbe, che non gli perviene la risposta che lui cercava.*

Eh, non è proprio così, perché non cerca nessuna risposta il carattere! Il carattere è semplicemente un modo di essere; è sempre il corpo akasico che cerca una risposta. E le risposte, comunque, al corpo akasico, anche se sono negative, servono.

Non esiste un'esperienza negativa e un'esperienza positiva per il corpo akasico; esiste un'esperienza utile o inutile ma, comunque sia, tale da portare elementi che gli possono servire. Quindi, tutte le connotazioni che date alle vostre esperienze: di dolore, di sofferenza, di utilità o inutilità, e via e via e via e via, sono connotazioni che date voi, ma per il corpo akasico non c'è nessuna connotazione sull'esperienza che compite. Non c'è l'esperienza più utile o meno utile.

*D - Beh, sì, d'accordo, non c'è l'esperienza più utile o meno utile, però, da quello che ho capito – per lo meno quello che si riferiva prima Marisa, sul discorso di intraprendere una strada rispetto a un'altra – potrebbero esserci dei dati diversi, che passano attraverso ... che ne so? ... a delle problematiche maggiori; quindi, in qualche maniera, si modifica il tipo di reazione che noi riceviamo dall'esterno.*

Sì, certamente: le reazioni si modificano, i risultati all'esterno si modificano, tutto quello che vuoi, però le comprensioni che arrivano all'akasico sono sempre quelle!

*D - Sì sì, è la vita vissuta che ..., cioè è l'Io dell'individuo che soffre di più o di meno, ecco.*

Il vostro corpo akasico può capire un elemento che gli serve facendo decine di esperienze diverse, ed ognuna di loro può portare in realtà quel tipo di comprensione al corpo akasico.

*D - Posso fare una domanda più stupida del solito? Che tipo di esperienza ha il nostro corpo akasico quando noi siamo qui con voi? Cioè che tipo di esperienza facciamo?*

Come corpo akasico? ..... Era una domanda?

*D - Sì, era una domanda. Nel senso che se io come corpo akasico provo a osservare passivamente quello che ci succede qua, dicendo «il nostro Io pone delle regole, si pone in un atteggiamento di difesa, però, per contro, in qualche modo siamo aiutati, attraverso le vostre parole (che presumiamo sante) e c'è un fluire magari maggiore, migliore di comprensione di quello che avremmo in termini normali. Che cosa succede? Funzioniamo meglio mentre siamo qua? Abbiamo ... O invece ... Non riesco a capire che tipo di osservazione ...*

Diciamo che, se voi imparate ad osservarvi, avete il benefico effetto che riuscite a comprendere quali sono le motivazioni del vostro Io e da quelle potete risalire a comprendere qualche cosa di più, però questo a livello consapevole di persona incarnata. Tenete conto che il vostro corpo akasico non sta cercando di comprendere, non gli interessa comprendere, in realtà; gli interessa semplicemente mettere assieme i tasselli della vostra comprensione.

*D - Ma per lui fare esperienza di una parte di sé che è più vicina a se stessa, come siete voi, ...*

Per il corpo akasico, che voi facciate esperienza dando testate nel muro o buttandovi giù dal quinto piano non cambia niente; a lui interessano i dati che gli fate arrivare. Noi lo abbiamo sempre detto anche in passato: noi non siamo necessari e indispensabili per la vostra evoluzione, per la vostra comprensione; per combinazione vi siete trovati – per motivi karmici o per chissà quale motivo utile all'Assoluto – nella possibilità di intervenire a questi incontri e seguire per un certo periodo di tempo l'Insegnamento; però, se non fosse stato necessario per voi o per le vostre esigenze evolutive e aveste seguito tutt'altra strada, per il vostro percorso evolutivo non sarebbe cambiato niente; voi sareste andati avanti comunque sia. L'umanità può fare anche a meno delle parole di

Scifo! Lo so che sembra impossibile, però in realtà è così. Ha fatto a meno per dei millenni delle parole del Cristo, figuratevi per quelle di Scifo!

*D - Sì, va benissimo a livello teorico, però stavo riflettendo che mi risulta difficile in qualche maniera poter esprimere il mio carattere eventualmente con qualcosa che la mia personalità riesca a essere soddisfatta come lo sono, magari, a contatto con voi! Non so se sono riuscito a ...*

Beh, certamente; ma perché? Perché nel momento in cui voi vi trovate a contatto con noi, il vostro Io sta bene attento a stare tranquillo e a fare in modo da non scoprirsi! Quando siete con noi il vostro Io è tenuto più a bada; anzi, dovrete stare attenti a voi stessi e rendervi conto – perché ne avreste la possibilità – di come il vostro Io sta tacendo, di come siete diversi rispetto a quando non siete al nostro confronto diretto e consapevole.

*D - Siamo più concentrati.*

Come mai non lo siete sempre? Perché il vostro Io, quando non siete a contatto con noi, è molto più invasivo e molto più prepotente di quanto siete a contatto con noi!

*D - Forse perché certi argomenti sono più gratificanti per l'Io di altri.*

Anche, anche questa componente, senza dubbio. Anche se poi, magari, si scatenano le discussioni in cui ognuno cerca di prevaricare gli altri o di fare il maestro degli altri invece di insegnare qualche cosa a se stesso, ma questo rientra nella normalità degli sviluppi di un Io.

*D - Scusa, ma l'assunto allora, eventualmente, così come si dice che «il maestro arriva quando il discepolo è pronto», l'argomento coinvolge nel momento in cui io sono pronto per affrontarlo ...*

Ah, senza dubbio!

*D - ... e l'interscambio tra persone che si interessano di certi problemi, su tutto quello che è il vostro insegnamento, a me certe volte sembra che sia più controproducente che costruttivo, perché va a cozzare contro delle situazioni che non sono ancora pronte per affrontare certi argomenti, certe prospettive, certi valori della vita.*

Ma perché, vedi, se affrontate queste discussioni tra di voi senza la nostra presenza è un conto, e se le affrontate – come dicevo prima – alla nostra presenza è un altro conto. Certamente il vostro Io si rende conto che non può mettersi in lotta con Scifo, con Moti o anche soltanto con Gneus, ma sa altrettanto bene, invece, che può mettersi in lotta con uno degli altri componenti o partecipanti alle riunioni; ecco, quindi, che se noi non siamo presenti, è facile che l'Io degli altri individui prenda il sopravvento ed ognuno cerchi di portare l'acqua al suo mulino, rendendo

così più difficoltosa la comunicazione. Basta pensare come sono più semplici e produttive le sedute con poche persone rispetto a quelle con 50-60 persone.

*D - Ecco, mentre non pensi, invece, che sia un problema legato proprio al fatto che una persona non pronta per certi argomenti, volente o nolente, in perfetta buonafede, è dirompente; nel senso che svia e che porta un'interpretazione errata, per cui ...*

Ma, guarda, io sono sempre stato - anche da vivo - dell'idea che, quando una persona si lascia sviare da un'altra, è perché vuole che l'altra la svii! Se veramente una persona crede e sente giusto quello che sente e che crede, nessun'altra persona può farla deflettere dal comportamento. Se deflette, è perché, in realtà, il suo Io pensa che ci sia un utile farsi deflettere!

*D - Questo senz'altro, ma io intendevo la discussione sviata da quello che sarebbe il suo normale percorso.*

Certamente; l'Io cerca sempre di sviare la discussione allorché tocca qualche cosa che lo ferisce o che potrebbe teoricamente ferirlo, secondo lui.

*D - Ci vedevo anche la perfetta buonafede di chi, non essendo ancora all'altezza di affrontare un certo argomento, parlandone, volendone parlare, ... A me piace considerare la diversa evoluzione di noi alle diverse età della vita.*

Certamente, però vedi, fatti un attimo caso: dalle varie discussioni che ci sono state nei tempi e nei luoghi in tutti questi anni e continuamente, quando una persona non ha ancora le basi dell'insegnamento, quindi magari dice delle sciocchezze, quanti sono quelli che in realtà le spiegano qual è la realtà o le sciocchezze che sta dicendo e perché non dovrebbe dirle? No, la reazione è solitamente un attacco; eppure dovreste essere voi «i grandi» che servono i minimi!

*D - Sì ma, per esempio, io penso quando ci sono degli adulti che discutono e c'è il bimbetto che interviene ...*

«E stai zitto tu!»

*D - No, molto spesso il bambino, chiaramente, sposta il discorso su motivi completamente diversi da quelli che stavano affrontando gli adulti, per ovvii motivi. Allora, il discorso portato avanti su quelle basi non ha niente a che vedere con quello che volevano discutere gli adulti. Anche nei confronti tra noi spesso succede questo, a mio avviso, cioè che chi ne parla con una consapevolezza a un certo livello, si deve obbligatoriamente relazionare con chi, invece, avendo una visione più riduttiva,*

*tende a snaturare il discorso stesso che si sta facendo.*

Allora tieni conto di una cosa: le persone adulte che sentono un bambino che cerca di sviare quello che stanno dicendo le persone adulte, dovrebbe porsi il problema: «cos'è più importante per le mie responsabilità? Continuare il discorso che mi interessa o cercare di far capire qualche cosa a quel bambino?»

*D - Tutt'e due le cose.*

No, assolutamente!

*D - Prima si accontenta il bambino e poi si continua il discorso.*

La precedenza l'ha sempre la persona che più ha bisogno; e, certamente, tra i bisogni dell'lo che deve discutere qualche cosa di evoluto e i bisogni di un bambino che deve comprendere qualche cosa, chi ha la precedenza non può essere altri che il bambino. Se non è così, significa che l'individuo è ancora ben lontano dalla comprensione.

Questo, rapportato a quello che negli anni e anche ultimamente succede nel Cerchio, significa che nel momento in cui «un bambino del Cerchio» dimostra di non aver compreso qualche cosa, allora deve diventare quella persona la più importante, per chi ha capito; e non fare in modo per usare quella persona per magari distruggerla psicologicamente o verbalmente per far vedere quanto si è bravi ... Cosa che capita molto spesso, come sai.

*D - Sì, sono perfettamente d'accordo.*

Mi sembrate un po' stanche, creature!

*D - E demoralizzati!*

Perché demoralizzati? ... è normalissimo che sia così. D'altra parte, quella del bambino che ha bisogno è un'esperienza utile da accettare perché l'avete fatta e la fate in continuazione, tutti i momenti, con i vostri figli. Quante volte avete ... che so? ... ospiti in casa e i bambini si annoiano e incominciano ad essere un pochino più noiosi, più scatenati, e li rimproverate, li trattate male, cercate di farli smettere, e continuate a parlare tranquillamente delle cose che vi interessavano? Bene, posso capire che, dopo una giornata di lavoro, magari possa far piacere avere un momento di relax con degli amici, però in quel momento siate consapevoli che vi dimenticate le vostre responsabilità.

*D - Certo. In pratica, sfruttare l'esperienza che si presenta, per conoscere una parte di se stessi.*

L'importante - ripeto - è che, anche se sbagliate, siate consapevoli di stare sbagliando.

*D - Ma il rapporto ... - mi vengono in mente alcune scene dinamiche durante la scuola, degli adolescenti in particolare – cioè tra l'esigenza dell'adolescente di fare caos e l'esigenza diciamo di seguire o comunque di portare avanti un programma o comunque un progetto, come si voglia chiamare, perché è un equilibrio che trovo difficile trovare la giusta quadratura tra le due cose.*

Effettivamente è molto difficile, specialmente in età adolescenziale, dove l'attenzione fluttua velocemente da una cosa all'altra. Forse il punto principale da cui partire è proprio quello di cercare di catturare l'attenzione; e poi su quella costruire eventualmente un rapporto, un percorso formativo o cognitivo, e via e via e via.

*D - Sì, però – giustamente, come dicevi tu – forse più oggi che un tempo questa attenzione è così volubile, così fluttuante, così precaria che la cattura è qualcosa di un po' complesso; innanzi tutto perché dovesti catturare l'attenzione di tutti e ognuno ha delle esigenze e delle dinamiche diverse, e ...*

Ah, ecco perché io ero sempre stato convinto che la massificazione dell'Insegnamento non va bene a nessun livello; era molto meglio, per la possibilità di comprensione, di rapporto e via dicendo quando c'era il famoso tutore, che accompagnava pochi bambini alla volta e che poteva quindi seguirli in maniera migliore, avendo uno scambio diverso. Certamente, poi c'erano altre problematiche che attualmente non ci sono più, però certamente il rapporto uno a uno, anche per chi deve insegnare, è molto migliore che il rapporto uno a cento.

*D - Parole sante! Il problema è evidentissimo.*

Anche nella realtà dei fatti non è possibile questo, nella vostra società.

*D - Io vedo che c'è un abisso quando, per qualche circostanza, hai 2-3 persone, per cui si spezza anche tutto il condizionamento del gruppo, che comunque impedisce al singolo di esprimersi perché il singolo si deve adeguare all'andamento del gruppo, altrimenti rimane tagliato fuori dal gruppo e questo per loro è un po' una morte sociale.*

Dove appunto in questa maggiore libertà il singolo riesce comunque a esprimersi anche nei suoi aspetti più delicati. Però queste sono situazioni che si creano raramente, per cui a volte non so ... Anche qui ci sarebbe un'altra questione complessa, che spesso mi pongo, cioè è meglio lasciare una certa libertà di movimento per far sì che comunque l'interazione tra ragazzi faccia il lavoro che deve fare, oppure sarebbe più utile invece una imposizione, sia pure in termini certamente ragionevoli, che permetta in qualche modo di focalizzare l'attenzione su un argo-

mento?

Non si può generalizzare. Sai benissimo che non soltanto ogni individuo, ogni ragazzo, ma ogni gruppetto di ragazzi che si forma ha esigenze e caratteristiche diverse; quindi sta tutto nella sensibilità dell'insegnante riuscire a trovare il giusto equilibrio tra l'imposizione e il lassismo. Certamente costringere i ragazzi a star fermi, a non muoversi, come veniva fatto una volta, non è possibile con le abitudini che hanno nella vostra vita attuale. In passato, fino anche soltanto al secolo scorso, questo era possibile e non creava neanche grossi danni perché le abitudini degli archetipi sociali dell'epoca erano diverse dalle vostre. Nella vostra epoca, invece, dove tutto è personalizzato, tutto è immagine, tutto è movimento, tutto è attività, è difficile convincere un adolescente a star fermo per lunghi periodi di tempo. Tenete presente sempre questo.

*D - È praticamente impossibile, insomma.*

Non potete esaminare i ragazzi senza tener conto del contesto sociale in cui vivono, chiaramente.

*D - Il problema è che, al di là della mia materia, che permette una certa dinamica in questo senso, è chiaro che insomma se tu devi imparare quel minimo di matematica, quel minimo di italiano, quel minimo di inglese per riuscire in qualche modo ad avere quella base che ti permette poi comunque di avere una professione.*

Ma, guarda, io dico una cosa: le menti dei ragazzi sono delle spugne; se si riuscisse a catturare l'attenzione di un ragazzo per 10 minuti ogni ora di scuola, in quei 10 minuti imparerebbe già tutto quello che avrebbe bisogno di imparare in quell'ora. Gli altri 50 minuti sono superflui, in realtà.

Quindi, bisognerebbe che gli insegnanti non insistessero a voler fare, per forza di cose, cose pesanti, ripetitive, lunghe e noiose, ma cercassero per 10 minuti, veramente, di ottenere 10 minuti di attenzione, in modo tale che quello che quel giorno quei ragazzi devono imparare lo imparino veramente. Però costa fatica, purtroppo, e impegno. Non è che la classe insegnante di oggi sia poi molto dedicata alla missione! ... Esclusi i presenti, ovviamente!

*D - No, e poi dal prossimo anno si passerà dai 50 ai 60 minuti e questo andrà a complicare ulteriormente i problemi; per varie ragioni logistiche si faranno praticamente 6 ore di fila la mattina, ... questi alla sesta ora sclerano, perché è chiaro che non...*

Un motivo di più per non fare di ogni ora un atroce momento di aguzzinaggio!

*D - Sì sì, ma io vedo ... a volte gli chiedo «ma perché stai picchiando i*

*pugni sul banco?» ... «Eh, professore, non ce la faccio più! Devo fare qualcosa, perché sennò qui esplodo!» ... cioè lo dicono chiaramente, non è mica un mistero!*

Cominciate a riflettere sul carattere e la personalità. Direi che ce n'è già abbastanza.

*D - Noi abbiamo davanti una realtà che arriva al corpo akasico e muore lì (no?), invece c'è ben altro oltre il corpo akasico!*

Certo.

*D - Avere qualche piccolo accenno, qualche informazione, anche ... A chi risponde il corpo akasico, come mai? ... Ci piacerebbe, almeno a me piacerebbe.*

*D - Ci piacerebbe. Ci hai detto tu di chiedere, eh!*

Siete nel novero delle cose semplici! Vediamo quello che posso dire. Allora: bisogna partire dal discorso dell'evoluzione, passare attraverso la vibrazione, pensare a tutti i 7 corpi dell'individuo, al cammino che la Vibrazione Prima fa dall'Assoluto per ritornare all'Assoluto, e forse – inserendo tutto nel concetto di cosmo – si riuscirebbe a comprendere qualche cosa di più! ... No, vi sto prendendo in giro!

*D - Ti seguiamo così bene!*

Diciamo che, come voi sapete, avete dei corpi inferiori e un corpo akasico. I corpi inferiori sono transitori, durano per il tempo in cui voi compite la vostra evoluzione all'interno del piano fisico, e poi non avrete più bisogno di incarnarvi, non vi incamerete più, non avrete più corpi inferiori, avrete soltanto corpo akasico. Giusto? Fino a qua ci siamo arrivati tutti tranquilli tranquilli (si fa per dire!). Il nostro amico Emilio vuol sapere qualcosa dopo.

*D - È un orizzonte che chiude lì e ...*

Beh, mi sembra che si poteva estrapolare buona parte di quello che succede dopo da quanto abbiamo detto. Voi sapete che il corpo akasico di ogni individuo cosa fa? Attraverso l'allargamento della sua comprensione, finisce con l'unirsi agli altri corpi akasici, formando le famose isole akasiche. Queste isole akasiche, a loro volta, a mano a mano che la comprensione dei componenti delle isole akasiche aumenta, diventano sempre più compatte fino a diventare un'unica isola akasica in tutta la Realtà. Giusto? Quindi è come se fosse un unico grande corpo akasico, quindi è come se fosse un'unica grande isola di comprensione della Realtà, attraverso la quale quindi la Vibrazione Prima passa tranquillamente senza doversi fermare neanche un po' perché appartiene a questa grande isola akasica, essendo stata completamente compresa. Perché que-

sto succeda, bisogna che questa grande isola di comprensione sia ormai unita con l'Assoluto. Se è unita con l'Assoluto significa che questa grande isola di comprensione è una parte dell'Assoluto stesso, ecco quindi che vi trovate fusi in Dio, da dove non siete mai venuti via, in realtà; il vostro è stato soltanto un peregrinare illusorio all'interno della realtà che voi stessi stavate costruendo, e il vostro cammino è finito.

*D - Sono gli altri 3 corpi superiori all'akasico che restano un mistero...*

Ma, vedi, non è che siano un mistero poi così grosso! Il problema è che è difficile farveli comprendere con le parole, perché sono ... (come si possono descrivere?) ... come tre diverse condizioni del corpo akasico dopo l'evoluzione raggiunta attraverso le incarnazioni; vi sono 3 stadi diversi di corpo akasico, diciamo così.

*D - Per cui c'è una specie di corpo akasico inferiore, medio e superiore?*

Diciamo così se vi può aiutare, però io lo riporterei, secondo me lo troverei più comprensibile se pensassi al corpo akasico dell'individuo, al corpo akasico dell'isola akasica, al corpo akasico della massa akasica; quindi 1, 2 e 3 e poi l'Assoluto, che comprende tutti i corpi akasici.

*D - Sempre più aggregato?*

Sempre più aggregato, certamente; per arrivare all'aggregazione totale, che non può essere che l'Assoluto.

*D - Ma la consapevolezza di sé, completa, che il corpo akasico di ciascuno di noi raggiunge al termine di queste incarnazioni, quindi finita l'esigenza di incarnarsi, io la immagino come l'individuo corpo akasico si è sistemato; nel momento in cui passa a questi 3 livelli diventa parte di una individualità diversa oppure mantiene un qualche cosa di sé?*

No, mantiene le proprie caratteristiche pur sentendosi parte del Tutto; è diverso.

*D - Quindi non c'è un macro-organismo; si è parte di qualcosa di più grande ...*

No, è un macro-organismo, in cui però ogni cellula è consapevole del percorso fatto e condivide il suo percorso con tutti i percorsi delle altre cellule.

*D - Ma il macro-organismo fa un percorso di auto-consapevolezza in sé passando attraverso i 3 livelli successivi?*

Mamma mia, che cosa difficile!

*D - No, perché sarebbe simmetrico! L'hai detto tu, nel senso che il singolo corpo akasico ha raggiunto la propria consapevolezza, raggiunge*

*la consapevolezza di far parte di un gruppo e questa aumenta, ma quello che mi chiedo: questo gruppo ... È come se pensassi al mio corpo e alle mie cellule; io ho una consapevolezza di me che è mia, magari le mie cellule sono dei piccoli micro-organismi che hanno un certo loro grado di consapevolezza, però noi di fatto non interagiamo; capisci? ... No.*

Non sono molto d'accordo che non interagiate, comunque ...

*D - Sì, no, che non interagiamo era la parte meno furba, ... era per capire se diventiamo parte di un organismo diverso o ...*

È diverso soltanto perché si amplia ma, in realtà, continua a mantenere la parte che già c'era aggiungendone dell'altra; quindi non è mai diverso, è sempre se stesso però ampliato. D'altra parte, è l'analogo della vostra comprensione: la vostra comprensione non è mai «diversa», semplicemente si amplia e si completa.

La stessa cosa che accade nel vostro corpo akasico durante le vostre incarnazioni, accade dopo che il vostro corpo akasico ha finito di farvi incarnare e amplia la sua coscienza unendola con le altre coscienze che hanno raggiunto il suo stesso Sentire, sempre di più fino a raggiungere il Sentire dell'Assoluto.

*D - Sì sì, il concetto mi sembra abbastanza chiaro. Per me interessante ...*

Sto sudando!

*D - No, io pensavo che dopo il corpo akasico ci fossero ancora 3 corpi spirituali, riferiti al solo corpo akasico dell'individuo; invece, praticamente, al di là del corpo akasico singolo, ci sono queste realtà sempre più vaste, sempre più totali di consapevolezza che ci uniscono ...*

Che non è niente di nuovo; perché se voi andate a vedere nell'esoterismo più tradizionale, troverete il concetto di *nouri*, che in qualche maniera è lo stesso concetto che ho presentato questa sera. Lo trovate anche su Internet, se volete. Avete anche questa facilitazione.

*D - Come funziona il plagio?*

Domanda tendenziosa, ragazzo mio! Eh, il plagio ... Da che punto di vista lo vuoi osservare? Il punto di vista medico, psicologico, legale..?

*D - Sì ma, posso dire..? Ma esiste davvero il plagio? Nel senso che c'è perché uno permette che ci sia, ma di per sé non esiste!*

Chiaramente! Perché esista il plagio, ci debbono essere due componenti: la persona che plagia e quella che si lascia plagiare.

*D - Però esiste una persona che plagia realmente?*

*D - Come intenzione, sì.*

Diciamo di sì.

*D - Ma anche in questa città?*

Diciamo così: più che la persona che plagia, esiste la persona che tenta di plagiare. Allorché trova la persona che è disposta a farsi plagiare, allora la sua azione ha qualche effetto.

*D - Forse è più corretto parlare di manipolazione?*

Eh beh, ma come concetto più o meno siamo lì!

*D - No, non proprio.*

*D - Scusa, ma ... «la persona che si lascia plagiare» non è una valutazione superiore alla consapevolezza della persona che viene plagiata? ... Non «la persona che viene plagiata», è più «che si lascia plagiare».*

Dipende perché si lascia plagiare.

*D - Eh, perché è ignorante, perché è inconsapevole, perché è sprovveduta, perché è ingenua ... Molto spesso non è in grado di valutare il fatto che venga plagiata.*

Perché non ha il coraggio di opporsi?

*D - Perché gli fa comodo?*

*D - No, perché non è proprio in grado di realizzare il fatto che uno la stia plagiando!*

Ah, ma se fossi così, senza dubbio la cosa sarebbe diversa. Molte volte, invece, non è proprio così.

*D - Va bene; lo dirò.*

*D - Posso chiedere una cosa? Come si può tentare di aiutare una persona che non ha il coraggio di opporsi? Non si può?*

No. Bisogna aspettare che trovi il coraggio di opporsi.

*D - La crescita è sempre individuale, in sostanza!*

Eh certo.

*D - Ma in questi casi, è giusto far fluire la propria rabbia, perché la si sente, e lasciarsi agire, oppure ...?*

Ma direi di sì!

*D - Scifo, anche la preghiera serve?*

Nel caso in questione, penso che sia un po' difficile che serva a qualche cosa, comunque la preghiera può servire come preparazione

per l'individuo.

*D - Ma se io prego per qualcuno, intendo comunque che la mia umanità trasmette – tanta o poca che sia – una trasmissione ...*

Ma anche lì, vedi, ci sono sempre i due poli; no? Tu puoi trasmettere, il problema è vedere se l'altro deve ricevere, oppure vuole ricevere. Noi, in tutti questi anni – tanto per rigirare il coltello nella piaga! – abbiamo trasmesso sempre, ma quanti sono quelli che hanno ricevuto veramente, poi, alla fin fine? Mica tanti!

*D - Però, comunque, visto che tutto è vibrazione, la trasmissione di una preghiera ha degli effetti, ... circonda la persona (rimanendo nell'esempio) verso la quale è diretta ...*

Scusate, ma noi abbiamo parlato più di una volta del «malocchio»

...

*D - Sì, infatti mi stavo riferendo a questo, anche.*

Abbiamo detto che il malocchio non è possibile a meno che la persona non voglia essere ... occhiata male! (Cerchiamo di rallegrare un po' la cosa, perché comincia ad essere faticosa, mi sembra). Ora, la stessa cosa vale per la preghiera: la preghiera può avere effetto, certamente; per chi fa la preghiera – se l'intenzione è quella di aiutare – ha comunque effetto; per la persona verso la quale è indirizzata la preghiera, invece, è tutto subordinato al fatto che quella persona sia ricettiva – o voglia essere ricettiva – rispetto a quello che la preghiera, la vibrazione della preghiera, gli fa arrivare.

*D - Senz'altro. Per quel che immagino io, la persona è una dimensione porosa, non è una cosa unica, che ha una specie di affare delle marce come la macchina o un interruttore unico; è una dinamica complessa e*

...

Certamente; se non ci sono cristallizzazioni, però. Se ci sono delle cristallizzazioni, una vibrazione proveniente dall'esterno difficilmente riesce a penetrare all'interno!

*D - Sta di fuori e aspetta quando sarà pronta la persona.*

E, un po' alla volta, perde intensità e si scioglie.

*D - Certo. Così pensano i bisognosi di speranza.*

Creature, vi ho dato molte speranze; mi raccomando: cercate di passare una buona estate. Io vi saluto, vi lascio in altre mani e vi ringrazio per la vostra pazienza.

Creature, serenità a voi. (Scifo)



**4 luglio 2009**

---

## **Incontro con le Guide**

*Sommario: Nuovamente su carattere e personalità*

Buonasera a tutti!

Eh, lo so che vi mancavo, ma ... mi sono reincarnata in una gatta, ultimamente, e sono occupata a cercare di soddisfare i miei padroni, che hanno bisogno di coccole! Mi hanno detto: «Fai poche chiacchiere, perché l'ambiente sarà già bello caldo quando arrivi e si incomincia subito»; quindi, io vi saluto. Ciao ciao ciao, bacini bacini a tutti, ciao ciao e a presto; ... di qua o di là è lo stesso! Ciao ciao ciao. (Zifed)

La pace sia con tutti voi, figli.

Eccoci, ancora una volta, a rinnovare questo miracolo dell'incontro tra due mondi. Quante persone in questi anni abbiamo visto intervenire a queste riunioni – anzi, a quelle riunioni – ognuna portando il suo fardello di pene, di dolori, di attese, di domande, e tutte che aspettavano da noi qualche cosa; tutte che, prima o poi, ci chiedevano una soluzione ai loro problemi, o una seduta personale per vedere di essere aiutati, e via e via e via, direbbe Fratello Scifo.

E noi, nel tempo, quando abbiamo potuto senza contravvenire a quelle leggi del karma che guidano sia il vostro fare esperienza che il nostro intervenire presso di voi, abbiamo sempre cercato di fare il possibile e di darvi tutto l'aiuto che potevamo; eppure, figli nostri, pensateci bene un attimo: ogni volta che vi abbiamo detto qualche cosa, che vi abbiamo dato qualche consiglio su cosa era meglio fare o come era meglio agire per addolcire (quanto meno) i vostri problemi, voi non l'avete quasi mai fatto.

Perché, figli? Forse perché quello che volevate in realtà non era una vera risposta, forse perché vi aspettavate che noi vi dicessimo quello che voi avreste voluto sentire, forse perché avreste voluto che noi magari potessimo dirvi che avevate ragione e gli altri torto? Forse perché le vostre domande, le vostre richieste, non erano delle domande o delle ri-

chieste, ma soltanto un bisogno di attenzione per sentirvi meno soli, meno tristi, meno abbandonati; per ritrovare quell'affetto paterno o materno che magari vi mancava, per costruire quei rapporti che con tanta fatica cercavate di tessere, senza magari riuscire a venirme a capo. Certamente non posso pensare che voi le vostre domande ce le rivolgiate soltanto per dire qualche cosa; senza dubbio al vostro interno la spinta di comprendere voi stessi c'è, eppure non riuscite a comprendere!

E tutti, prima o poi, portate a vostro favore o per la vostra mancanza di comprensione, di apparente incomprendimento nel corso della vostra vita il fatto che, sì, ciò noi diciamo è vero, è bello, è giusto, ma è così difficile da capire, è così difficile da applicare, da mettere in pratica!

Figli nostri, non continuate a mentire a voi stessi, guardatevi sinceramente negli occhi e rendetevi conto che, se voi voleste comprendere, potreste farlo semplicemente e facilmente; ricordate che le nostre parole non sono astruse, quello che vi serve nell'immediatezza della vostra vita è semplicissimo da fare, da mettere in atto: basta riuscire a incominciare ad essere sinceri con voi stessi.

Allora, se voi riusciste a esserlo veramente, le vostre difficoltà sarebbero senza dubbio minori perché riuscireste a comprendere ciò che davvero volete, e comprendere ciò che davvero volete toglie la confusione, non permette al vostro Io di aggiungere maschere a quelle che già comunemente mette in modo tale da non ledere la sua maestà!

Ricordate nel tempo, figli nostri, le parole che vi abbiamo detto, nel passato e anche nel passato più recente, ricordatele tra di voi e chiedetevi: «Perché sono scivolate su di me senza che io le mettessi in atto quando il metterle in atto in realtà era una cosa così semplice?», e non usate questo per cercare delle scusanti al vostro comportamento, non usate questo per far sì che il vostro modo di essere sia fatto nel futuro di sensi di colpa, ma usatelo per rendervi consapevoli che, se voi siete ciò che siete, la responsabilità è sempre e comunque soltanto vostra, non è mai all'esterno perché nessuno dall'esterno vi può veramente far fare quello che davvero non volete fare.

Spero che queste mie parole raggiungano l'intimo di ognuno di voi e che nel vostro intimo voi le conserviate per riportarle alla vostra memoria quando vi sembra di annaspate nel corso delle vostre giornate, nelle situazioni che vi si presentano, in ciò che la vostra evoluzione vi suggerisce, affinché possiate comprendere ciò che veramente siete.

La pace sia con tutti voi, figli. (Moti)

*(Intervento di Scifo)*

Abbiamo portato ultimamente un argomento apparentemente leggero ma che si è rivelato, con il passare del tempo e delle disquisizio-

ni tra chi ha letto le nostre parole, una confusione veramente non da poco, ovvero il discorso del carattere e della personalità. Penso che tutti voi ne siate a conoscenza.

*D - Sì.*

Penso che tutti voi abbiate capito quello che volevo dire.

*D - Un po' meno!*

Penso che sarà meglio fare un riassunto e cercare di inquadrare in maniera leggermente diversa – come siamo soliti fare noi, da un altro punto di vista o seguendo un altro processo -quello che ho esposto negli incontri precedenti.

Allora, vediamo – seguendo in qualche modo la falsariga di quel famoso schema enciclopedico che vi ho fatto avere parecchio tempo fa - com'è che si arriva alla costituzione del carattere e della personalità dell'individuo.

Tutto incominciò nel lontano ... No, tutto incomincia nel momento in cui l'individualità si muove verso il piano fisico per avere una nuova incarnazione.

Perché l'individualità si muova - voi lo sapete - è necessario che vi sia il supporto, ovviamente, prima di tutto, della Vibrazione Prima, che tutta la Realtà costituisce. Giusto?

Una volta che questa Vibrazione Prima riesce a costituire tutta la Realtà, ecco che ogni piccola particella della Realtà incomincia il suo percorso evolutivo: regno minerale, regno vegetale, regno animale e uomo. Allorché incomincia a incarnarsi come essere umano, voi sapete che c'è la costituzione, un poco alla volta, del Sentire e della coscienza, ovvero del corpo akasico.

Questo corpo akasico potete considerarlo una specie di memoria in cui vengono memorizzate tutte le esperienze che l'individuo compie nel corso delle sue varie vite, ma questo potrebbe trarvi in inganno: più che l'esperienza in se stessa, nel corpo akasico vengono memorizzate – voi lo sapete – le comprensioni, ovvero il frutto dell'esperienza compiuta con la vita all'interno del piano fisico.

È da questa esperienza che il corpo akasico dà la spinta alla discesa nella materia del piano fisico fino a ricoprirsì di materia astrale, mentale e fisica, al fine di costituire un individuo all'interno del piano fisico, per poter fare nuove esperienze e acquisire nuova comprensione attraverso questa esperienza e far sì che questa esperienza nuova che andrà a vivere possa ritornargli delle risposte per quello che ancora non ritiene soddisfacentemente compreso e inserito in quella che è la sua realtà. Ci siamo fin qua?

Allora, noi avevamo detto ultimamente che, per poter esperire, per

poter fare esperienza, l'individuo ha necessità di manifestarsi all'interno del piano fisico, ovviamente; e manifestarsi significa poter interagire con le esperienze e con la realtà che affronta attraverso gli strumenti materiali che possiede per poter entrare in contatto, interagire, con ciò che l'esistenza via via gli propone, ovvero ha bisogno di un corpo astrale, un corpo mentale e un corpo fisico. Ci siamo fin qua?

«Banale», direte voi. Certamente: banale, però voi sapete anche (perché l'avevamo detto, e l'ha detto anche la scienza, d'altra parte; non vorremmo prenderci dei meriti che non sono solo nostri) che il corpo fisico è strutturato in una determinata maniera perché la sua struttura è predeterminata da che cosa? Da quello che è il Dna, dalla sua catena genetica (giusto?) e ultimamente si sta scoprendo, un po' alla volta, che non soltanto la struttura fisiologica, fisica dell'individuo è determinata dal Dna, ma anche quelle che sono le sue qualità emozionali, emotive e quindi – per trasposizione – che so io? ... i pregi o i difetti di una certa persona.

Attualmente si sta magari un po' esagerando, da quel punto di vista, perché si pensa che, potendo intervenire sulla catena genetica, si possa modificare, cambiare qualsiasi componente caratteriale di personalità dell'individuo, mentre in realtà non è proprio così; ma lasciamo perdere questo argomento, che ci porterebbe troppo lontano.

Fatto sta che la catena genetica – come ormai sa anche la scienza – aiuta il formarsi di un determinato corpo fisico. Fin qua, niente di nuovo. Quello di nuovo che noi avevamo aggiunto è che la catena genetica non è costituita soltanto da elementi di materia fisica. Come potrebbe essere altrimenti? Tutta la materia che voi conoscete, in realtà è costituita, compenetrata dalle altre materie, è compenetrata dalla materia astrale, dalla materia mentale, dalla materia akasica e dalla materia addirittura dei piani più alti, fino a comprendere tutta la materia più sottile, addirittura il Tutto, perché il Tutto in realtà - sotto un certo punto di vista - può essere considerata la materia più fine che voi conoscete, quella che permea, quella che racchiude, comprende, penetra tutta la materia dell'esistente. D'accordo?

Questo significa che anche la catena genetica, anche il Dna, ha una sua componente fisica, una sua componente mentale e una sua componente astrale, quindi si può considerare l'esistenza di un Dna fisico, un Dna astrale, un Dna mentale, i quali sono quelli che attivano le caratteristiche tipiche del corpo astrale, del corpo mentale e del corpo fisico di ogni individuo. D'accordo?

Ora, noi avevamo detto che il carattere dell'individuo può essere considerato quella sorta di base del Dna che proviene dalle comprensioni precedenti o anche, eventualmente, dalle esperienze fatte in altri regni della natura che non sono quello animale e che, quindi, variano a secon-

da di come l'individuo ha compiuto il suo cammino ed, essendo strettamente collegato al bisogno di comprensione dell'individuo, sono attivate quelle particolarità della catena genetica che gli permettono di avere il corpo più adatto a interagire con l'esperienza che deve vivere. E con questo intendo dire che deve avere necessariamente il corpo più adatto non soltanto fisico, ma anche quello astrale e anche quello mentale, ovviamente.

Quindi, considerate – cosa che non fate mai – che, quando voi interagite con la realtà, interagite nel miglior modo possibile, o per lo meno nel modo più utile in cui potreste interagire per ricevere comprensione, per avere possibilità di comprensione, e questo a tutti i livelli, da quello fisico, a quello emotivo, a quello mentale.

È chiaro fino a questo punto? Dunque, sul Dna ci sono queste caratteristiche che costituiscono la base - che abbiamo chiamato «carattere» – e che sono praticamente fisse, come se vi fosse stato donato un pacchetto di opzioni che potete o non potete usare ma che comunque sono lì, a vostra disposizione nel momento in cui avete bisogno, o sentite la necessità di usarle.

Alcune sono automatiche e si attivano automaticamente, altre esistono perché provengono da vostre comprensioni quindi fanno parte del vostro patrimonio, delle vostre capacità. Questa è dunque la base di come voi siete. Ovviamente, per poter interagire con la realtà cosa è necessario? È necessario che i vostri corpi si esprimano, in qualche modo (giusto?), ecco quindi che queste opzioni, queste caratteristiche di base che avete come carattere è necessario che si manifestino all'interno dell'esperienza che vivete a seconda di quelle che sono le vostre necessità, le vostre comprensioni sotto l'influsso di tutti gli elementi che vi portano a costituire quella che è la vostra reazione all'esperienza.

Ecco, questa vostra reazione all'esperienza, questo vostro costituire voi stessi al di là di quella che è la vostra comprensione, questo vostro strutturare il vostro modo di rappresentarvi, di rapportarvi con la realtà che vi circonda, questa è la vostra personalità. Sono stato chiaro? Avete bisogno di chiedere qualcosa su questo?

*D - Vorrei chiederti una cosa io, Scifo. Da quello che dici, io credo di capire – e ti prego di dirmi se è sbagliato – che le caratteristiche, gli aspetti del carattere comprendono anche (non so se dire principalmente, ma «anche») quelle cose che ci dovranno «portare» alla comprensione, quindi un dato del corpo fisico, astrale o mentale sarà quel dato frutto di una incomprensione.*

Non so se mi esprimo bene ... Non è detto che il carattere sia quella cosa innata e meravigliosa che è il nostro Sentire che ci spinge a fare, ma è anche il contrario: quelle cose che non abbiamo capito assoluta-

mente e che dobbiamo viverle per «arrivare» alla comprensione. Questa è la mia domanda.

Non direi, direi che il vostro carattere è costituito principalmente da una dotazione positiva, ovvero da tutte le cose che il vostro corpo akasico pensa di aver compreso, crede di aver compreso – ovviamente, non può essere sicuro di aver compreso, perché non sa ancora tutta la sua realtà – e quindi vi dota di questi doni che, come tutti i doni, poi possono essere usati bene o male, per comprendere o per evitare di comprendere.

È lì che entra in gioco la vostra personalità, il vostro interagire con l'esistenza, col vostro Io, con gli archetipi e con tutti gli elementi che influiscono sul vostro comportamento; ed è non dal carattere, non dalla costituzione del vostro carattere che voi potete comprendere, ma dall'interazione

*D - Quindi dalla personalità.*

Quindi dalla personalità. Ma neanche dalla personalità: da come la vostra personalità reagisce all'esperienza; però in partenza – ripeto – il carattere non è giudicabile o qualificabile come positivo o negativo, il carattere è una dotazione di elementi che vengono offerti come base, dai quale costruire; sono i mattoni che poi però devono essere messi a posto, possono essere messi a posto, usati o tirati o accatastati in maniera positiva, e via e via e via.

*D - Sì, forse non riesco a esprimere quello che vorrei dire... se una persona nasce con la spinta caratteriale di fare l'infermiera (ad esempio) ecco, questo non significa che un qualche destino superiore «le ordina» di fare l'infermiera ma che probabilmente, dietro questo suo desiderio di fare l'infermiera, c'è un qualche cosa che deve ancora capire, c'è la famosa «incomprensione», che dovrà farla arrivare alla comprensione. Non so se mi sono espressa meglio ma, comunque, questo è ciò che volevo dire.*

Certo; diciamo che l'esempio non è dei più felici, mettiamola su un livello leggermente più realistico, perché così non va bene ... Prendiamo un esempio comunque sul genere di quello che hai detto tu: una persona che sente la spinta a cercare di aiutare le persone malate. Questa cosa? È una spinta altruistica, ovviamente, quindi significa che nel carattere c'è qualche mattone, qualche gene, qualche dono risalente a una parte di comprensione che l'individuo ha raggiunto, che lo spinge a cercare di poter aiutare gli altri dal punto di vista della malattia (supponiamo, per il nostro esempio).

Questo, però, non significa che quella persona deva fare l'infermiere, ad esempio; significa che questa spinta diventerà – nel momento

che si manifesta sul piano fisico – il bisogno di fare l’infermiere, il bisogno di fare del volontariato, il bisogno di stare attenti alle necessità degli altri, il bisogno di cercare di essere sempre buoni con le altre persone, e via e via e via. Quindi si potrà manifestare in tanti modi diversi, a seconda di come la parte esterna e interna dell’individuo reagiscono a questa spinta interiore proveniente dal carattere.

*D - Sì, quindi anche secondo quello che l’ambiente le permette di fare.*

Certamente. Ricordiamoci anche una cosa: non dimentichiamo che, comunque sia, c’è un Io che entra in gioco. Questo cosa significa? Significa che questo desiderio altruistico che c’è nel carattere potrebbe in realtà poi manifestarsi in maniera non veramente altruistica, potrebbe non essere un aiutare gli altri perché si sente che gli altri hanno veramente bisogno di aiuto, ma un bisogno di sentirsi importanti, un bisogno di gratificazione.

D - Ecco, a questo punto, allora, secondo me, il fatto di fare l’osservazione passiva per cui si rileva la propria personalità, e quindi si può risalire alla spinta originale, che è quella altruistica che dicevamo; questo lavoro, in sostanza, ha il senso – secondo me – di far scoprire l’Io come ti sta manipolando (diciamo); quindi, a un certo punto, lo scopo è scoprire i movimenti del proprio Io?

È ancora più ampio lo scopo. Certamente, la famosa «osservazione passiva» - che vi ha dato così tanto filo da torcere nelle vostre discussioni - vi permette di osservare non soltanto come vi comportate ma anche come reagite, quindi vi dà tutta la possibilità di osservare ciò che siete veramente e, quindi, di scoprire sia quello che il vostro Io tende a coprire, a nascondere, a modificare, ma anche quello che dal vostro carattere in realtà arriva come spinta reale.

*D - Sì; quindi tutto gira intorno a scoprire il proprio Io, le reazioni dell’Io che cosa comportano e in fondo anche che cosa scatenano però, perché ci sono le reazioni del mio Io che, a loro volta, scatenano altre reazioni; no? Devo tener presenti anche quelle.*

Certamente. Tener presente anche quelle, nel proprio comportamento, però ricordarsi sempre che quello che importa a se stessi sono le proprie reazioni; quelle gli altri si possono osservare, cercare di comprendere, ma difficilmente si possono comprendere veramente, anche perché non si sa che dotazione caratteriale hanno gli altri.

*D - Sì, lo so, è stato detto quasi sempre così; e allora mi sembra che il risultato sia che uno dice: «Va be’, se io faccio una cosa e quello mi spara, evidentemente sono affari suoi!», ma posso anche aver fatto una cosa talmente sbagliata che merito che quello mi spari!*

Ah, certamente, certamente; infatti è quello che ho appena detto:

ricordatevi che dovete guardare «le vostre» reazioni, prima di tutto. Quelle degli altri, sì, potete cercare di comprenderle, di fare qualche cosa, di interagire, però non le comprenderete mai veramente, perché non sono le vostre!

*D - Mi sembra che venga naturale dire: «Sì, io l'ho fatto per questo motivo. È normale, sono stato bravo, l'ho fatto perché andava fatto!» ... e come scopro che, invece, è un male agire dell'io, una brutta reazione dell'io, invece che dirmi: «Beh, avevo ragione di farlo!»?*

Beh, a parte il fatto che qui entrerebbe in gioco quello che ha detto prima il mio collega, ovvero la sincerità con se stessi, voi tendere – proprio sempre – a non essere sinceri con voi stessi, questo come tendenza generale del vostro periodo incarnativo, però viene il momento in cui non potete più nascondervi la verità; succederà sempre qualche cosa, alla fine, che vi dimostrerà, che vi metterà davanti la vostra verità.

Voi potrete ancora cercare di nasconderla, però – anche se coscientemente non lo riconoscerete, non vorrete riconoscerlo – ciò non toglie che la comprensione delle vostre vere motivazioni al vostro corpo akasico arriverà, quindi in voi qualcosa cambierà. Quindi, non disperate mai perché, per quanto in malo modo vi comportiate, ricordate che comunque sia, quello che avete fatto a qualcosa vi è servito! Questa è già una consolazione, mi sembra!

*D - Ma, riallacciandomi a quello che ...*

Scusa, scusa solo un attimo. Ancora una cosa volevo dire: a questo punto, a chiunque, con un minimo di buonsenso, verrebbe da dire: «Sì, d'accordo, noi sappiamo di queste meccaniche, il Dna, astrale, fisico, mentale, carattere, e via dicendo; sono tutte belle cose, possono essere interessanti, ci fan capire le dinamiche e così via, e allora siamo più fortunati degli altri!»; no? E io non potrei che rispondere, a questo punto: «Non è assolutamente vero; perché, anche se voi non conoscete tutte queste cose, comunque sia voi avreste la possibilità di comprendere e di andare avanti»; questo con quei meccanismi che vi ho spiegato e che voi adesso conoscete ma che, comunque, interverrebbero comunque anche se voi non li conoscete!

Sono indipendenti dalla vostra volontà, in realtà, questi meccanismi; quindi la spinta, il calcio nel sedere per andare avanti lo ricevereste sempre e comunque anche se a vostra insaputa.

*D - Esiste un qualche rapporto tra il carattere di una persona e il destino di una persona? O, diciamo, il karma di una persona, in qualche modo.*

Il rapporto c'è evidentemente; il rapporto tra carattere e karma è evidente che esista; anche perché cos'è il karma? Il karma è legato alle cose che non si son comprese, agli errori che son stati fatti, e la costitu-

zione del carattere a cosa è dovuta? È dovuta alle comprensioni che avete avuto; quindi certamente, nella costruzione del carattere ci sono le comprensioni ma c'è anche traccia di quello che non è stato compreso; quindi senza dubbio il vostro karma in qualche maniera viene riflesso dal vostro carattere.

D'altra parte, se non fosse così, non si potrebbe neanche parlare di karma. Il vostro carattere stesso è strutturato in maniera tale che voi vi troverete davanti alle esperienze grazie alle quali potrete, se riuscirete a comprendere o se riuscirete ad accettare quello che vi succede, risolvere o adempiere il karma che avete accumulato in passato.

Se voi pensate, ... Le ultime incarnazioni di un individuo, sono - nelle aspettative di ognuno di voi - incarnazioni dove uno è più felice, dove uno più sta bene, dove uno è sereno, ha compreso tutto, è in pace con se stesso, è in pace col mondo, è in pace con l'Assoluto; il realtà, il più delle volte - o quasi sempre, se non sempre - sono le incarnazioni che, guardandole dal punto di vista umano, sono le più tormentate che possano esistere.

Questo, perché? Perché c'è la necessità, nel corso dell'ultima vita di eliminare, assolvere tutto il karma negativo che era stato accumulato fino a quel momento e che, altrimenti, non si potrebbe più assolvere.

*D - Ancora non ho capito... Faccio un altro esempio: la timidezza, o anche l'aggressività; comunque quelle espressioni della personalità negative. Mi veniva da dire che anche queste risiedono nel carattere, però tu hai detto adesso che nel carattere, essenzialmente, gli elementi sono positivi; quindi come può una spinta positiva diventare poi timidezza piuttosto che aggressività?*

Ma timidezza e aggressività sono «manifestazioni» di quello che c'è all'interno del carattere; per cui sono attributi della personalità più che del carattere. All'interno del carattere ci sarà invece la spinta a rapportarti con gli altri.

*D - E com'è che si trasforma nella spinta opposta, essenzialmente? La timidezza è la spinta a non rapportarti con gli altri, sostanzialmente.*

Certo.

*D - E, quindi, come può avvenire questa inversione completa?*

Avviene perché entrano in gioco gli altri elementi, ovvero l'Io e gli archetipi. Diciamo che - per restare in questo esempio - nel carattere c'è questa spinta, questo dono, a cercare di rapportarti con le altre persone, e rapportarti con le altre persone cosa significa? Significa in qualche modo trovare dei collegamenti, riuscire a trovare dei punti di contatto con le persone che ti stanno intorno.

Ora, questi punti di contatto sono espletati all'interno del piano fi-

sico, ovviamente; all'interno del piano fisico però ci sono diversi elementi che contribuiscono a gestire il tipo di contatto che l'individuo può avere con le altre persone; ci sono le tensioni sociali, ci sono ... che so io? ... questioni razziali, ci sono queste idee archetipali di un certo tipo, c'è la cultura, l'ignoranza, c'è la manifestazione della propria parte femminile o della propria parte maschile, e via e via e via e via e via; tutti elementi che, a seconda delle situazioni sociali che l'individuo sta vivendo, fanno sì che la base caratteriale si esprima in un determinato modo invece che in un altro.

*D - Posso? Dove vado a collocare, in questo discorso, il libero arbitrio?*

Ah ah ah! Lo vuoi proprio collocare?

*D - Eh sì, perché ci stavo ragionando ultimamente e ... e ... (incredibile!) e non riesco ... Sì, mi piacerebbe poterlo collocare!*

Il libero arbitrio è una di quelle domande che, come è stato detto di recente – parlando proprio con te – che sono le domande che si ripetono nel tempo: il valore della preghiera, lo spirito-guida, e ahimè il libero arbitrio! Come dire: incominciamo dal fondo, invece che partire dall'inizio!

Come puoi, cara, pretendere di comprendere il libero arbitrio se non hai ancora capito quello precedente? Lo so che l'Io è infastidito dal fatto di pensare che potrebbe non avere un libero arbitrio e che, certamente, avere il libero arbitrio – magari lui solo in tutta la razza umana – sarebbe un elemento non da poco, che lo metterebbe talmente al di sopra degli altri per sentirsi davvero unico, irripetibile e imprescindibile.

In realtà il discorso del libero arbitrio è un discorso filosoficamente molto difficile e molto complesso; io non posso fare altro che riassumerlo così come ho detto in precedenza – detto, ripetuto e poco compreso, sempre – che l'assurdo della situazione è che il libero arbitrio certamente esiste, e questo malgrado sia tutto predestinato, sia già tutto scritto nell'Eterno Presente, sia fisso e immutabile.

E tu, a questo punto, chiaramente non puoi capire come sia possibile questo, perché non sai tutto il precedente! Ma poi la risposta è talmente semplice, talmente ovvia – anche dal punto di vista filosofico – che io la ripeto sempre però, chissà perché, o non viene creduta o non viene capita! Il discorso è molto semplice: nel momento in cui la Realtà viene costituita, tiene conto e sa già – tiene conto perché sa già, perché fa parte dell'Assoluto, quindi sa già tutto quello che potrà succedere – quelle che sono le scelte che ognuno di voi, nel corso delle sue incarnazioni, farà; quindi tiene già conto del vostro libero arbitrio. Sono già scritte le scelte che farete, ma le scelte le farete comunque voi!

*D - No, quello che io volevo chiedere, ma mi sono spiegata male, è che*

*l'esercizio del libero arbitrio, che tu hai spiegato varia a seconda della capacità che ciascuno di noi acquisisce di gestirlo, nel corso della propria evoluzione; per cui, aumentando l'evoluzione, se ne ha sempre un pochino di più e questo ci consente di sperimentarci sempre con un pochino più di libertà. Anche se poi il discorso è fittizio, non ha importanza. Quello che io volevo sapere era: nel momento in cui esercito il libero arbitrio, questo avviene per effetto ... È l'io che lo fa o è un effetto della personalità? Dove sta? Hai capito?*

Ehm...

*D - Però, magari, capisco un'altra volta!*

Forse sarà meglio! Anche perché non posso rispondere a una domanda del genere se non hai ancora finito l'ultimo volume dell'Insegnamento Filosofico!

*D - Invece esistono degli elementi del carattere che accomunano persone diverse?*

Senza ombra di dubbio! Certamente.

*D - E in che modo ... cioè, un esempio ...*

Beh, diciamo ... Prendiamo una cosa semplice, quell'esempio che abbiamo fatto prima: rapportarsi con gli altri. Questo è un elemento caratteriale che penso che accomuni tutti gli individui che si incarnano; perché rientra nelle necessità dell'esperienza avere rapporti con le altre persone. Quindi, senza dubbio, è un elemento del carattere che accomuna tutti gli individui che si incarnano. Capisci questa cosa?

*D - Ah, sì, me n'è venuta in mente un'altra, ... Tu prima hai detto che ci sono degli elementi del carattere che si attivano automaticamente ed altri che, invece, restano (passami il termine) latenti, un po' come le cellule terroristiche dormienti, insomma; ma perché alcuni si attivano automaticamente ed altri restano ... Cioè cosa stabilisce ...*

Ho capito, ho capito. Diciamo che ci sono di quelle che sono automatiche perché è necessario che comunque si attivino. Prendiamo giusto l'esempio che abbiamo fatto, quello dei rapporti con gli altri: è necessario che l'individuo abbia dei rapporti con gli altri, quindi non è una componente caratteriale che possa non essere attivata, deve essere comunque attivata; quindi è viva, attiva, e agisce per formare la personalità dell'individuo.

Questo è necessario e indispensabile che ci sia; d'accordo? Poi ci sono, invece, altre caratteristiche che non sono così necessarie per poter avere l'esperienza; possono essere utili per definire maggiormente l'esperienza o per orientare, a un certo punto, in una certa maniera il tipo di

esperienza che l'individuo fa, e queste si attivano, vengono a influire sulla costituzione della personalità nel momento in cui l'individuo ne fa l'esperienza, si trova davanti alla situazione che risuona in qualche modo, vibra in qualche modo con quel tipo di capacità interiore appartenente al carattere che può essere utile a quel tipo di esperienza. Ecco, quindi, che entrano in gioco queste altre capacità.

Noi avevamo parlato l'altra volta anche di particolari caratteristiche che restano all'interno dell'individuo una volta compreso, e queste caratteristiche – facendo parte del corpo akasico – restano poi all'interno dell'individuo per tutte le incarnazioni che possiede; ad esempio, una vita in cui l'individuo ha amato particolarmente la musica, ha compreso particolarmente la musica, riesce ad inserire la vibrazione musicale in una comprensione molto più profonda, appartiene a questo individuo ogni volta che si incarna, per tutto il corso delle sue incarnazioni.

Questo, cosa significa? Che l'individuo sarà sempre un musicista? No, assolutamente. Significa che l'individuo ha questa caratteristica tra i suoi doni, tra le sue possibilità, e questa possibilità si attiverà o influirà in determinati momenti o in determinate circostanze. Ad esempio (che so io?) ... invece di rendere l'individuo un musicista, nel momento di manifestare la sua personalità lo renderà capace di percepire più facilmente le vibrazioni che provengono dalle altre persone, per esempio le vibrazioni emotive. Anche la vibrazione emotiva è qualche cosa di assimilabile ad una musica (no?), è sempre una vibrazione, in realtà; no? Quindi, comprendere la musica può aiutare a comprendere le emozioni, per esempio, e quindi può rendere le persone capaci di interagire e riconoscere le emozioni che provengono dalle altre persone. D'altra parte, voi sapete benissimo che i musicisti – quelli che veramente sentono la musica interiormente – sono persone molto sensibili e sono facilmente influenzabili, facilmente influenzati da quelle che sono le vibrazioni delle emozioni che li circondano. ... Sono stato un po' confuso ...

*D - Quando una vibrazione – in questo caso parlavamo di musica – riesce a coinvolgere tantissime persone, vuol dire che fa riferimento a degli archetipi permanenti? Cosa c'è? Passa un messaggio potente? Com'è possibile che un personaggio (come quello che stiamo vedendo in questi giorni) o comunque una musica riesca a «entrare» comunque, in qualche modo, in così tanta gente?*

Intanto, quello che state vedendo in questi giorni – se ti riferisci a quella povera creatura che è morta di recente – non è una questione di musica; è una questione, come hai detto tu, di «personaggio».

*D - Sì. Io parlo, però, che il successo ottenuto, indubbiamente, ... a parte questi giorni, ... Parliamo di vendite, allora; forse ci capiamo. Così tanta gente che ha voglia di ascoltare, così tanta gente che ha compra-*

*to, percepito e sentito quella musica, non credo sia solo una questione di moda; avranno sentito qualcosa.*

Mah, io direi che, principalmente, hanno sentito invidia!

*D - Invidia?*

Sì. Certamente non l'amore che dicono; perché, se fosse amore, non ci sarebbe il circo che si sta costituendo, un po' alla volta, per questa morte.

*D - No, ma io non sto parlando della morte, Scifo; io sto parlando di un musicista, un cantante, qualcuno comunque che esprime una vibrazione - un'emozione, come l'hai chiamata tu - in musica, in spettacolo, quello che è. Quando questa cosa riesce a coinvolgere così tante persone, poche volte accade, ... tanti gruppi musicali nella storia, ma poche volte accade che il messaggio arrivi a così tante persone! Cos'ha? Qual è il quid che quella persona ha in più rispetto agli altri, da avere un successo così planetario?*

Ma non è un quid particolare; certamente vi sono molti fattori concomitanti, ad esempio principalmente quelli che sono gli archetipi transitori di quel tipo di società in quel momento. Ad esempio, una Marilyn Monroe che nascesse adesso non otterrebbe più nessun successo ma passerebbe inosservata, anche perché non avrebbe più nessuna attrazione, o ben poca attrazione se non quella che hanno le migliaia di piccole attricette che compaiono nei vostri show televisivi. Allora, gli archetipi transitori, gli archetipi diciamo dal punto di vista sociale erano molto diversi, non c'era quella miriade di personaggi pseudosessuali che attualmente richiamano l'attenzione; allora era una cosa rara e proprio la sessualità - voi lo sapete - è uno degli elementi costituenti della vostra evoluzione; quindi, una persona che riuscisse a canalizzare, a incanalare un ideale sessuale di un archetipo societario, certamente non poteva che diventare un mito, certamente non poteva che attrarre l'imitazione degli altri, certamente non poteva che restare nel cuore delle persone che hanno vissuto quel momento, quell'archetipo che quella persona in qualche maniera manifestava in maniera così evidente, così palese, e anche così trasgressiva rispetto a quello che era l'archetipo morale dell'epoca. Lo stesso si può dire per questo cantante morto in questi giorni: principalmente il suo "mito" (tra virgolette) è stato costituito da quella che era l'apparente trasgressività ...

Ma forse significa che, allora, tutte le centinaia di migliaia di persone che attualmente stanno soffrendo, o dicono di soffrire, o piangono, o si lamentano, si contorcono per la morte di questa persona siano così tormentate per come era questa persona? Possibile che queste persone non si rendano conto che questa povera creatura era, in fondo, che co-

sa? Era in fondo un malato, una persona con dei grossi problemi, con dei grossi problemi psicologici, con problemi di pedofilia e via dicendo?

È possibile che tutte queste migliaia di persone volessero essere dei pedofili come lui?

*D - No no, ma io non volevo parlare di questo; comunque ...*

Non può essere certamente questo; e invece significa che nel momento in cui questa persona ha incominciato a far musica, ad avere una certa popolarità, rappresentava il momento in cui la società americana era collegata al cambiamento, alla forza del tema razziale che dominava in quel periodo quel tipo di società.

*D - Scifo, però, esistono ... Questo personaggio, per rimanere nell'esempio, è un personaggio attuale ... Se noi troviamo certi brani di musica classica che hanno attraversato per 2-3 secoli diversi tipi di archetipi transitori ...*

Certo.

*D - ... e rimangono, diciamo, di attualità, nel senso che vengono ascoltati da molte persone e molte persone traggono da questi brani ... Si sentono in empatia, non lo so, non lo so descrivere ...*

Certamente.

*D - Credo che la domanda che forse lui voleva fare era che cosa accomuna questa ... Che significato ha questo ...? Che cos'è che fa vibrare noi tutti, o tutti coloro che vibrano, queste persone, questo gruppo di persone, all'unisono rispetto a un certo tipo di musica? In questo caso ne abbiamo le prove, che dura da tanto...*

Ma avevo capito benissimo la domanda; è proprio questo che cercavo di ...

*D - Però noi non abbiamo capito la risposta.*

È quello che cercavo di farvi capire! La situazione è ben diversa, perché in questo caso – come in altri casi – non si tratta della musica, si tratta del personaggio!

*D - In questo caso sì; e quando si tratta della musica?*

Ci si ricorda principalmente del personaggio, non della musica che ha fatta. La musica che ha fatta son sicuro che, tranne uno o due brani che ha fatto, nessuno di voi se la ricorderebbe! Invece, certi pezzi del passato, certi brani del passato che continuano a ripetersi nel tempo - che so? ... prendiamo un valzer di Strauss, per dirne uno qualunque – ha attraversato varie epoche, ha convissuto e interagito con vari archetipi transitori, eppure ha conservato la sua freschezza, ha ancora la sua pos-

sibilità di indurre delle emozioni nelle persone che lo ascoltano. Giusto?

*D - Sì.*

Ma quello che io volevo sottolineare è: quante persone che ascoltano il valzer di Strass fanno o si ricordano, o pensano a chi era Strass?

*D - Nessuna.*

Quindi non è il personaggio l'importante, l'importante è quello che la sua musica ha saputo trasmettere attraverso i vari archetipi; e la maggior parte delle volte questa trasmissione avviene perché il tipo di vibrazione che presenta un certo tipo di musica si ricollega a certe vibrazioni tipiche principalmente di quelli che sono gli archetipi permanenti, invece che essere tipica di quelli che sono gli archetipi transitori, come è il caso invece che state vivendo adesso, attualmente.

*D - Quindi, scusa Scifo, stai dicendo che, tutto sommato ... almeno ho capito che si tratta di un'evoluzione della comunicazione; perché in pratica questa persona è riuscita in qualche maniera a rendere se stesso una parte del messaggio che lui voleva trasmettere, al di là dei contenuti musicali?*

Sì, diciamo che può essere; non è precisa ma diciamo che può essere accettata anche così.

*D - Quindi, certi tipi di musica possono rappresentare quello che chi l'ha fatta ha compreso, cioè è legato agli archetipi permanenti?*

Non è necessario che abbia compreso, può aver percepito per un attimo quel tipo di vibrazione ed essere riuscito a trasporla, attraverso la sua sensibilità, attraverso una musica comprensibile, ascoltabile anche con vibrazioni meno sottili di quelle che lui aveva percepito. Può averla semplicemente ripetuta, non è detto che l'abbia compresa.

*D - Sì, però la formula del successo è che in qualche modo ha cercato di trasmettere un richiamo di un archetipo permanente? Questa è la domanda che volevo fare io.*

Ma non ha cercato di trasmettere niente! Lui ha trasmesso quello che riusciva a trasmettere.

*D - Certo, ma il fatto che tanta gente l'abbia sentita, hanno vibrato ascoltando il valzer di Strass - come dici tu è l'esempio più corretto, perché quello di Michael Jackson è fuorviante, decisamente - in quel caso, cosa vuol dire? Perché, a distanza di generazioni, la gente ancora, sentendo quel valzer, vibra e ... Cosa c'è dietro a quel valzer? Perché tutti, quasi tutti, lo sentiamo in quella maniera particolare?*

Perché - facciamo l'ipotesi - all'interno di quel valzer c'era l'eco di

una percezione di felicità, di allegria, di comunanza, di rapportarsi agli altri in maniera pacifica e felice, che accomuna tutti gli individui, perché fa parte del loro carattere rapportarsi con gli altri, di cui parlavamo prima, no?

E, allora, ecco che questo rapportarsi con gli altri è valido ancora in tutte le epoche e invade tutti gli archetipi sociali che possono essere presenti all'interno del pianeta nel corso delle varie esistenze. Ecco, quindi, che una musica che ha ancora, come sottofondo, quel tipo di vibrazione che ricorda quel tipo di elemento, può ancora essere valida a distanza di molti anni, mentre la musica che in qualche maniera rappresenta, con le sue vibrazioni, determinate caratteristiche di un archetipo transitorio, quindi del momento, allorché l'archetipo transitorio si scioglie non viene più compresa, percepita, o viene ignorata da quelli che seguono gli archetipi transitori che verranno in seguito.

Poi, specialmente al giorno d'oggi, vedete che gli archetipi si trasformano molto facilmente; c'è molto movimento in questa formazione, costruzione e distruzione degli archetipi; no? Quindi cosa succede nella vostra musica? Esattamente la stessa cosa; non riuscite più ad avere una musica che attraversi costantemente tutto il genere umano per molto tempo, ma esistono delle musiche che capitano momentaneamente ma, nel momento in cui nell'archetipo transitorio cambia qualche cosa, cambia anche il tipo di musica. Non so se riesco a farvi vedere l'attinenza fra le cose.

*D - Quindi significa che prima c'era una stabilità maggiore e adesso c'è un cambiamento più veloce?*

Ma l'umanità – l'abbiamo sempre detto – sta attraversando un momento di grande cambiamento, di destabilizzazione, come sempre prima di ogni cambiamento, e di apparente perdita di valori. Questo porta a uno scompiglio anche all'interno degli archetipi transitori, ovviamente; ma è soltanto una fase. È un po' come se l'umanità stesse attraversando l'adolescenza, in poche parole.

*D - Ma perché «apparente» perdita di valori? Non è vero?*

Perché non è vero. In realtà, i valori non si possono perdere, se sono stati acquisiti. Se tu hai compreso che non devi uccidere gli altri, non ucciderai mai gli altri; no? Però, siccome devi vivere nella società, cosa fai? Devi adeguarti a quelli che sono gli archetipi sociali a cui sei collegato.

Se nella tua società viene propagata come norma sociale che è importante e di interesse per la tua felicità, che gli altri li puoi anche calpestare, finisce che il tuo Io si adegua a questo comportamento e calpesterà gli altri, anche se interiormente non lo sente. Certo, pagherà poi a ca-

ro presso, con i sensi di colpa, con gli psicosomatismi, con i problemi nei rapporti con le altre persone, tuttavia questo cercare da parte dell'Io di adeguarsi a quelli che sono gli archetipi transitori è una cosa automatica, avviene normalmente e, quindi, una dimostrazione da parte dell'individuo di valori che sembra non accettare, ma che in realtà possiede già interiormente, altrimenti, se non li possedesse, non avrebbe neanche poi dei sensi di colpa o delle reazioni negative.

*D - Ma questo solo se però questo non calpestare gli altri non è ancora compreso completamente, perché sennò non lo faresti comunque, pagandone lo scotto nell'ambito sociale. Giusto?*

Beh, sai, è una sfumatura ... Noi parliamo per semplificazioni; non calpestare gli altri è una cosa molto variegata, è fatta di molti elementi. Apparentemente si può non calpestare gli altri ma soltanto perché non li si contrasta fisicamente, però si possono calpestare emotivamente, si possono calpestare mentalmente, e via dicendo; non è necessario calpestarli in tutti i modi, basta una sfumatura, in queste cose, per mettere in atto quel comportamento.

*D - Anche se prima Moti ha detto che non c'è niente dall'esterno che possa effettivamente farti fare; no?*

Certamente.

*D - Per cui, questo adeguamento, come è collocato, Scifo?*

Questo adeguamento, quale?

*D - Dell'Io agli archetipi. Gli archetipi rappresentano l'esterno; no? Un condizionamento esterno.*

Sì, ma questo è l'Io, ma Moti parlava invece della tua interiorità. Cioè, non c'è niente di quello che il corpo akasico ha veramente compreso che tu possa essere costretto dall'esterno a non esercitare; se lo fai è perché c'è ancora qualche cosa che non hai compreso, per cui non lo metti in atto. Non soltanto, ma non ti viene neanche in mente di pensarci, ma fai spontaneamente quello che senti; quindi se quello che senti è sentito bene, hai compreso bene qualche cosa, lo fai senza renderti conto.

*D - La costruzione che facevi prima, che poi ci siamo un po' interrotti, sulla costruzione del carattere, di cosa è formato, cosa è contenuto dentro il carattere che condiziona le nostre esistenze, ... e un proseguimento, eventualmente, sul discorso che facevi?*

Non ho capito la domanda, scusa.

*D - Stavi facendo una carrellata ...*

Sì, sì, me la ricordo. Sono vecchio, ma fino a lì ce la faccio!

*D - Mi sembrava che il proseguimento logico del ragionamento fosse l'inquinamento della personalità ... mi rendo conto che in qualche maniera abbiamo anche parlato: l'inquinamento della personalità fa parte dell'Io; pensavo che volessi continuare con qualche aggiunta sul ragionamento.*

Ma si può anche continuare, comunque; anche perché vi era il problema «che differenza c'è tra la personalità e l'Io»; giusto? Allora, abbiamo detto: il carattere è la base per poter interagire nel corso delle vostre esperienze, il modo in cui questa base si esprime nelle vostre esperienze è la vostra personalità, e fin qua ci siamo.

Ora, a quel punto, costituita la personalità, cosa succede? Succede che la personalità nel momento in cui viene a interagire con l'esistenza, con l'esperienza, si trova a dover interagire con le altre persone e con gli archetipi transitori. (Giusto?) Allora, cosa succede? Succede che, per poter interagire con le altre persone e con gli archetipi transitori, deve interagire emotivamente, fisicamente e mentalmente, ma fisico (fisico un po' meno, forse) ma emozione e mente sono molto condizionati da quelli che sono gli archetipi. (Giusto?) Certamente, perché gli archetipi sono quelli che dettano le reazioni dell'individuo a livello della società, alla fin fine.

Ecco, queste reazioni, che vengono messe in atto e che sono stimolate dall'esterno dagli archetipi transitori e dai rapporti con le altre persone, sono quelle che danno l'illusione di una creazione dell'Io sulla personalità. Quindi l'Io, in realtà, è formato dalla personalità, ma è la parte che viene influenzata dall'esterno e che, quindi, ricopre in qualche modo la vera personalità dell'individuo. La quale, a sua volta, risale al vero carattere dell'individuo. È un po' come se personalità e Io fossero le due facciate di una stessa medaglia, diciamo; la personalità è quella che guarda verso l'interno, l'Io è quella che guarda verso l'esterno.

*D - E quindi l'Io è in mezzo tra la realtà e la personalità, pur non esistendo, diciamo.*

Certamente. Abbiamo sempre detto che è l'interfaccia con la vostra realtà; allora forse potete capire ancora meglio che è l'interfaccia nel senso che è come la vostra personalità, il vostro carattere, interagiscono con la realtà esterna. Il problema nasce sempre dal fatto che voi finite con identificarvi con la vostra azione.

*D - E in tutto questo, l'immagine dove la mettiamo?*

Beh, l'immagine possiamo metterla tranquillamente assieme all'Io; è una conseguenza di quello che l'Io crea di se stesso, cerca di creare in se stesso. Siccome l'Io si rende conto di essere in quel modo, è ne-

cessario avere dei punti fermi per poter dimostrare a se stesso di esistere; allora cosa fa? Si crea un'immagine di se stesso: «Io sono così e così e così e così perché quando mi rapporto con la realtà esterna mi comporto così e così e così e così. Io ho i miei desideri, la realtà esterna è lì per esaudire i miei desideri, quindi io sono questo» e si crea un'immagine di com'è; certamente cercando di abbellirla il più possibile, perché è un po' vanesio il vostro Io. Ecco, la vostra immagine è quella.

*D - Domanda: quando dici che dobbiamo cambiare la nostra vita (metto anche questo elemento) s'intende più permettere al nostro carattere di esprimersi attraverso la personalità, o si intende cambiare il carattere?*

No, non è poi così male come domanda... Mah, direi che non è così semplice come l'hai fatta tu, forse; perché certamente cambiare la vostra vita ... (forse è il termine «vita» che porta un po' fuori strada nella soluzione; forse avrei fatto meglio a dire: «cambiare il vostro modo di vivere la vita»; potrebbe essere più giusto) perché se dico «vita» può essere semplicemente il vostro modo di comportarvi all'interno del piano fisico, quindi il vostro Io, la vostra personalità e la vostra immagine; invece il cambiamento che dovete operare è alla base di voi stessi, è riuscire a lasciar fluire il vostro Sentire, quindi lasciar fluire il vostro carattere, quindi lasciar fluire la vostra personalità, osservare come la vostra personalità fluisce e non cercare di essere la vostra reazione, ovvero il vostro Io. Quindi cambiate punto di osservazione della vostra vita.

*D - Sì, però dicevi di non identificarci con le nostre azioni e intendevi di non identificarci col nostro Io?*

Certo.

*D - Eh, ma la difficoltà è proprio quella lì, di osservare la personalità anziché la reazione, cioè l'Io. Discernere una dall'altra.*

Ma se fosse così facile, io non mi sgolerei tutto questo tempo!

*D - Sì, siamo sicuri tutti che è difficile; però, tutte le parole che abbiamo detto finora: guardare distaccato, non giudicare, ... puoi aggiungere qualcos'altro?*

Eh, ma direi di no.

*D - Bene. Abbiamo tutti gli elementi!*

Ma sì, ma certamente, avete tutti gli elementi; vorrei soltanto pregarvi però di non rendere eccessivo il ragionamento su questi elementi, perché quando voi ragionate su questi elementi, cosa fate? Mettete solitamente in moto il vostro Io; è il vostro Io che ragiona su questi elementi, invece chi deve usare questi elementi è la vostra coscienza; quindi voi

prendete atto di questi elementi, cercate, sì, di comprendere per quanto potete sperare di comprendere, ma non fate della vostra vita una giornata fatta di tentativi di comprensione di questi elementi. Prendete atto di questi elementi, le cose stanno così e il vostro corpo akasico penserà comunque a ciò che gli serve. Come dire che, alla fin fine, non siamo poi così utili come potete pensare!

*D - Scusa Scifo, quando tu dici di non identificarci con la nostra azione, è pur vero che l'azione che noi compiamo è il frutto di quello che siamo. A me l'unico modo che viene per non identificarmi con la mia azione è cercare di capirne le motivazioni e, quindi, anche un'azione di per sé diciamo altruistica capire che in realtà non lo è, per fare un esempio. È così? Cioè non identificarsi vuol dire capire quali sono stati gli elementi che mi hanno mosso a compiere quell'azione?*

Sì. Sì, però certamente «capire» ... i livelli di capire sono vari; perché ci potrebbe essere un capire a livello dell'Io, che non è che serva molto, ma ci può essere invece quello che noi ormai diamo come il top della possibilità di capire, ovvero l'osservazione passiva.

*D - Sì, ma anche l'osservazione passiva è non emettere un giudizio; ... perché è veramente difficile da capire questa cosa dell'osservazione passiva!*

Non riesco a comprendere cosa trovate di così difficile comprendere in questa cosa! Mi rendo conto che è il vostro Io che dice: «io esisto, quindi devo in qualche modo interagire e diventare padrone anche di questa tecnica che mi sembra così pericolosa» ... Non capisco la difficoltà che possiate trovare! Non mi sembra così difficile!

*D - Infatti, secondo me, il concetto è semplicissimo, eheh ... non si può ... almeno, nelle spiegazioni che sono state date per l'osservazione passiva è tutto logico e perfetto, il problema è che noi non siamo in grado di metterla ... il problema è stare a metterlo in pratica perché, comunque, senza renderti neanche conto tu, esprimi giudizi ogni qualvolta poni l'attenzione su qualcosa che fai! Cioè, già semplicemente dando un nome a qualcosa, tu esprimi un giudizio, praticamente! Cioè, ... io non lo so ... io, per esempio, un piercing potrei chiamarlo mutilazione e potrei chiamarlo piercing. Da noi piercing fa molto figo, se lo chiamo mutazione, ... che è un esempio stupido, però io comunque sto già dando un giudizio.*

Infatti, dando un'attribuzione al piercing, positiva o negativa, stai usando il tuo Io.

*D - Esatto! Infatti, infatti! Però il concetto in sé, l'osservazione passiva è semplicissimo, per come è stato spiegato, dal mio punto di vista.*

*D - Il punto non è che se io, nel momento in cui decido di chiamare quella cosa lì, mi viene da chiamarla piercing o mutilazione prendo semplicemente atto che ho scelto mutilazione piuttosto che piercing e dico: «Boh, ho fatto questa cosa qua». Cioè, cercare di essere ...*

Quella potrebbe essere già una strada per arrivare a qualche cosa, ad esempio; chiedersi il perché di questa connotazione che si dà a una certa cosa e non si dà invece a un'altra.

*D - Io più in là non vado!*

*D - Praticamente, vorrebbe dire non lasciarsi influenzare troppo dal proprio giudizio, ma utilizzarlo come strumento per capire?*

Sì, certo.

*D - O osservarlo, forse, solo. È chiaro che diamo dei giudizi, ma a volte più abbiamo delle reazioni (di fastidio piuttosto che di piacere, di gratificazione).*

Ma voi ...

*D - Forse è più difficile con le gratificazioni, secondo me, che con il fastidio!*

Voi ricordate il processo della comprensione?

*D - Penso che tu ti riferisca ai tre passaggi «conoscenza-consapevolezza-comprensione» ...*

Esatto, sì.

*D - Quindi, prima di tutto bisogna essere a conoscenza della cosa, rendersi conto, averla vista; dopo c'è la consapevolezza, il fatto cioè di vedere che veramente appartiene a sé e in che modo si applica la cosa, e lì si è avviati verso la comprensione.*

Allora forse, Scifo, fin che ascoltavo le loro obiezioni mi è venuto in mente che forse si pensa che l'osservazione passiva sia non avere nessuna opinione (ne abbiamo discusso anni fa) cioè io ... non so ... vedo una macchina che investe una persona e rimango lì impassibile; cioè se viene inteso in questo modo, io penso che sia sbagliato perché è ovvio che quando io vedo un'azione, un evento, ho la mia reazione spontanea (mi metto a urlare, sono disperata...) poi, però, osserverò; e un «poi» osservare passivamente la cosa. Non posso osservare l'evento: il treno che deraglia e osservarlo passivamente. Mi sbaglio?

È un po' sottile la cosa. Diciamo che l'osservazione passiva potrebbe essere assimilata in qualche modo alla conoscenza, al prendere atto della situazione.

*D - Sì, è questo che dicevo infatti.*

Quindi, per l'esempio che mi sembra abbia fatto tu (della persona che viene messa sotto da un autobus, o qualcosa del genere; no?) tu prendi atto che questa cosa è successa e osservi, ma cosa osservi? Osservi la persona che sta morendo? Osservi l'auto che si sta macchiando di sangue, ...

*D - Osservo la mia reazione.*

Osservi la tua reazione? Anche. E lì, a quel punto, ti rendi conto che, osservando passivamente, guardi che questi elementi esterni o interni in qualche modo fluiscono nel tuo interno, hanno delle reazioni al tuo interno e puoi osservare queste tue reazioni.

*D - Infatti. Se non le avessi, che cosa osserverei?*

E se continui a osservare quello che ti sta succedendo in tutti questi vari elementi, un po' alla volta arriverai alla comprensione di che cosa ti sta suscitando tutto questo.

*D - Sì. Potrebbe essere, allora, che questa che viene intesa come difficoltà di comprendere l'osservazione passiva è perché viene intesa come un diventare neutri nei confronti del mondo: cade un asteroide e noi rimaniamo lì, come ebeti e non facciamo una piega. Forse è per quello?*

Eh no, è proprio lì la differenza. Certamente restate con una parte di voi stessi inerti rispetto all'esperienza, ma con le altre parti di voi reagite sempre e comunque. L'importante è che quella parte di voi che resta inerte osservi come voi reagite.

*D - Esatto, ci deve essere la reazione, altrimenti non c'è l'oggetto dell'osservazione. Cosa osservo, se non ho avuto una reazione?*

La vibrazione deve attraversarvi in circolo, quindi per forza di cose deve essere così!

*D - Quindi, in sostanza, se io do un cazzotto a uno (no?) allora io subito osservo questa cosa: «Ho dato un cazzotto», dopo di che il discorso è chiedersi: «Perché gliel'ho dato?». Il problema mio è che scatta subito il giudizio: «Ecco, ho sbagliato a dargli un cazzotto» ecc. In realtà può anche partire il giudizio, l'importante è poi osservarlo, perché anche quello è un elemento di conoscenza, poi, alla fin fine.*

Certo.

*D - Perché uno cosa fa? Parte il giudizio e poi magari uno si ferma su quello. È quello forse l'errore.*

*D - L'errore è identificarsi come colui che giudica; invece di osservare quella parte di te che sta giudicando.*

Quando tu dai un cazzotto a una persona, cosa fai? Osservi che hai dato un cazzotto alla persona. Punto e basta. Sul momento non ti fai nessun elemento di giudizio sulla base di quello che hai compiuto (giusto?); poi però, chiaramente, c'è la reazione di quello che hai fatto e allora cosa succede? Succede che ti rendi conto che c'è un motivo per cui hai dato quel cazzotto; questo motivo è un motivo tuo, principalmente è una reazione tua; allora quale può essere questo motivo?

Può essere qualche cosa dell'altro che si è riflesso in te e ti ha fatto reagire; può essere una mancanza tua e, per scusare il tuo comportamento, hai reagito aggressivamente, può essere che l'archetipo sociale dice che quando uno ti dice quella cosa devi reagire aggressivamente, ad esempio. In tutti questi casi che ho citato, comunque sia, c'è qualcosa di te che si è riflesso all'esterno e che è ritornato in te provocando la reazione del cazzotto.

*D - Certo.*

Ecco, osservando passivamente tutto questo sommovimento, tu puoi arrivare a comprendere cos'è che ha mosso il tuo comportamento; cosa c'era ... non dico di giusto o di sbagliato, ma cosa c'era alla base che spingeva il tuo comportamento; quindi, è un restare immobili all'interno del proprio movimento.

*D - Quindi, questa seconda fase si può associare alla consapevolezza? Se la prima era la conoscenza, ...?*

Diciamo che si può fare un certo parallelismo. (Scifo)



## **Incontro con le Guide**

*Sommario: primo incontro sulla rabbia*

Buonasera a tutti.

In questi mesi, in questa estate così torrida in certi momenti e tormentata - molti di voi abbiano provato della grande rabbia; e, infatti, «la rabbia» sarà l'argomento di questa serata. Io credo che tutti quanti abbiate delle domande (vero?) su questo argomento.

È molto interessante, anche perché qualcuno di voi confonde la rabbia con l'aggressività ... Fate le vostre domande simpatiche, rendete il più possibile la serata interessante perché l'argomento è veramente - come dite voi - tosto!

Ciao a tutti, per il momento. Poi può darsi che venga a salutarvi dopo, se mi lasciano. Ciao ciao. (Gneus)

Creature, serenità a voi.

Prima di incominciare, volevo spiegarvi un attimo l'andamento di questa seduta e delle prossime, perché abbiamo deciso di prendere un argomento - in questo caso «la rabbia» - e di fare ciò che si può fare, conoscendo l'Insegnamento, nell'esaminare qualcosa di particolare, come un'emozione quale la rabbia; ovvero esaminare questo argomento da tutti i punti di vista, in modo tale da insegnarvi, da mostrarvi come si può operare per rendere attivo e pratico quello che noi diciamo.

Per questo motivo, «la rabbia» non sarà soltanto l'argomento di questa sera ma anche di qualche incontro successivo, durante il quale tenderemo ad esaminare i vari punti di vista da cui può essere osservata la rabbia, ovvero dal punto di vista fisico (per esempio), dal punto di vista astrale, e quindi delle emozioni; dal punto di vista mentale e, ovviamente, dal punto di vista akasico; non soltanto, ma dal punto di vista di chi si arrabbia e dal punto di vista di chi subisce la rabbia; e se avete altri argomenti in merito siete pregati di metterli in piazza, in modo da rendere il più completo possibile il modo di trattare l'argomento stesso. Ovviamente-

te, includeremo in tutta questa trattazione anche quali possono essere le influenze, per esempio degli archetipi, sui sentimenti come da rabbia; dimostrando così, in questo modo, che tutto l'Insegnamento, anche quello filosofico più difficile e apparentemente più rarefatto e più lontano dalla vita di tutti i giorni, in realtà si riflette nella vostra vita.

Benissimo, creature. Allora incominciamo, questa sera, a parlare della rabbia; anzi: «incominciate» a parlare della rabbia, questa sera, dal punto di vista diciamo della fisiologia della rabbia; perché a voi sembra un argomento scontato ma non è così scontato come tutti voi potete pensare. E questo vi ha preso, come al solito, di sorpresa; mi dispiace, non era proprio quello che vi aspettavate, ma arriverà prima o poi anche quello che vi aspettavate, quando non sapremo escogitare altre cose per sorprendervi!

(... silenzio ...) Vedo che è un pullulare di idee!

*D - Se ci vuoi spiegare cosa intendi «dal punto di vista fisico» ... nel senso che intendi che se uno prova rabbia lo si vede anche nel fisico, oppure ...*

Certamente!

*D - ... oppure psicosomatismo? ...*

Incomincerò a darvi un po' di avvio perché, altrimenti, so che non se ne esce, questa sera!

Allora: la rabbia cos'è? Come la classifichereste? Come un'emozione, ovviamente. Come voi sapete – specialmente quelli che hanno seguito la ML2 - le emozioni si riflettono anche sul fisico (giusto?) quindi, per manifestarsi all'interno della vita che l'individuo conduce, hanno bisogno del corpo fisico. Questo significa che stando attenti al proprio corpo fisico, alle proprie reazioni nei momenti di rabbia, ci si può accorgere di quello che la rabbia provoca all'interno della fisiologia del corpo fisico. Ecco, partite da questo punto: se voi avete provato la rabbia, secondo voi quali sono gli elementi che si ripercuotevano e come si manifestavano attraverso il vostro corpo fisico.

*D - Certo, il sangue ovviamente fluisce alla testa in maniera eccessiva, ti senti la pressione che sale, che ... E qui è difficile, secondo me, distinguere fra aggressività e rabbia perché, a un certo punto, la rabbia ti fa anche essere aggressivo.*

Quindi abbiamo già trovato una componente da abbinare alla rabbia, che – secondo il nostro amico Luciano – la rende indissociabile, in gran parte, da quella che è la spinta aggressiva dell'individuo. Siete d'accordo, su questo?

*D - Sì.*

D - Sì.

D - No.

No; allora sentiamo perché no.

D - *Perché l'aggressività è la manifestazione esterna della rabbia. La rabbia non necessariamente si esprime attraverso l'aggressività del comportamento, secondo me.*

D - *Secondo me, invece, l'aggressività non necessariamente la si manifesta; c'è anche l'aggressività silenziosa, che è quella che l'individuo si tiene dentro e non viene manifestata all'esterno; quindi può – secondo il mio punto di vista - creare sudorazione (lo dico per esperienza personale, comunque) e creare alterazione fisica; cioè ti senti proprio che ti ... che ... la senti, ecco, che c'è qualcosa che devi buttare fuori.*

D - O autolesionismo.

D - *Sì, secondo me, rabbia e aggressività sono molto collegate. Per lo meno, per quanto mi riguarda dal punto di vista fisico, fisiologico, io mi rendo conto che tachicardia, vasodilatazione, sudorazione, ... che sono poi gli atti che fa l'organismo prima di prepararsi a fare una cosa che può essere la fuga o l'aggressività; che poi, alla fine, penso che il nostro organismo, stimolato in un certo modo, in eccitazione oppure no, reagisca un po' sempre nello stesso modo!*

D - *Ci puoi definire bene aggressività rispetto a rabbia?*

Io o lei?

D - Tu.

Ah, pensavo che chiedessi a lei; perché potreste anche farvi domande tra di voi, non è mica necessario far solo domande a me!

D - *Finché ci sei tu!*

Eh, lo so, questo purtroppo è un po' un problema, ma non posso farci niente!

Io direi che l'aggressività può essere considerata – quando è associata alla rabbia, perché può essere un'aggressività che non è associata alla rabbia; non è detto che l'aggressività sia sempre associata alla rabbia - ... che l'aggressività può essere considerata come una delle maniere in cui la rabbia può manifestarsi all'interno (sempre) del piano fisico; quindi è una conseguenza della manifestazione della rabbia. Naturalmente, non sempre alla rabbia può seguire una manifestazione aggressiva; è difficile, però, riuscire a comprendere quando (come diceva la nostra amica, prima) l'aggressività in realtà c'è all'interno ma non viene espressa fisicamente. Io direi che, solitamente, la reazione di rabbia è

sempre un picco ... Voi ricordate cosa sono i picchi?

D - Sì.

Tutti?

D - No.

D - Eh? Non ho sentito, perché c'era rumore ...

Cosa sono i «picchi», i picchi vibratori. Ve lo ricordate?

D - Sì.

D - No.

D - No.

I «picchi vibratori» sono i punti di massima vibrazione nell'espressione di un sentimento, di un'emozione, di una reazione di qualsiasi tipo. E la rabbia, per sua stessa connotazione, è chiaramente un picco vibratorio, cioè un'improvvisa esplosione di emozione che arriva ad un massimo, per poi decrescere o, al limite, stopparsi completamente nel momento in cui le energie vengono completamente buttate fuori e, quindi, c'è quel momento di stasi che riporta all'attuale equilibrio dell'individuo. D'accordo?

E l'aggressività, chiaramente, rientra nella tipologia del picco, per cui la manifestazione ripete sul piano fisico questo picco attraverso una reazione forte, quindi una reazione aggressiva nei confronti degli altri o, a volte, anche nei confronti di se stessi attraverso qualche forma di autolesionismo (come diceva l'altra amica, prima). Ci siamo fin qua? Volete chiedere qualcosa di particolare su questo? Non mi fate, tutte le volte, rifare tutte 'ste cose, perché lo strumento sta già facendo abbastanza fatica e non vogliamo che gli venga un altro infarto, vero?

*D - Allora, sul discorso che non sempre si manifesta sul piano fisico questa aggressività legata alla rabbia, dipende da un non lasciar fluire queste emozioni o è dissociata completamente?*

Ecco, qua è un argomento complesso, che tratteremo successivamente; vi spiego, però, il perché, in modo tale che possiate pensarci e ricordarmelo poi in uno dei prossimi incontri per riportare a galla questi aspetti, che riguardano poi altri concetti che abbiamo esposto in precedenza. Perché l'aggressività a volte non viene espressa? Può non essere espressa semplicemente perché l'individuo ha un ferreo controllo su se stesso, può non essere espressa perché l'individuo ha introiettato l'Insegnamento e si rende conto che potrebbe far del male agli altri, può non essere espressa, invece – per esempio - perché secondo la morale tipica degli archetipi transitori di quella particolare situazione, la reazione ag-

gressiva viene stigmatizzata come errata.

*D - O per paura.*

O per paura; sono tantissimi i motivi, ma questi sono più motivi legati forse all'insegnamento filosofico che è un insegnamento sulla reazione fisica diretta, quindi li tratteremo più avanti. Ricordatemelo, perché - ahimè - incomincio ad avere la memoria corta anch'io!

*D - Posso fare una domanda? Qual è l'origine della rabbia? Cioè, che cosa avviene nei meccanismi, dal vostro punto di vista, quello dell'Insegnamento, quando a un certo punto, invece che reagire in altri modi, ci travolge questa emozione, questa cosa che poi è una via non scelta, per certi versi, o sembra una via non scelta e ... ..*

E anche qua hai tirato in ballo un altro argomento che dovrà essere trattato. Anche tu ricordamelo in uno dei prossimi incontri, perché quello che hai detto tu è un evidente rapporto particolare che ci può essere tra l'aggressività e l'Io dell'individuo.

*D - E?*

L'Io dell'individuo. Stai invecchiando un po' anche tu, mi sembra! Avvicinati. (un po' che non esce la voce a noi, e un po' che sei sordina tu!) ... e senza dubbio vi è una forte relazione, nel manifestare la rabbia, tra quello che è l'Io dell'individuo e la spinta della rabbia che l'individuo subisce, sente nascere dentro di sé. La genesi della rabbia, indubbiamente, è molto amplificata da quello che è l'Io dell'individuo, quindi i rapporti tra l'Io e la rabbia sono importati da essere esaminati e sono validi un po' per tutte le emozioni che l'individuo manifesta, ovviamente.

*D - E allora un'altra domanda: come ci dobbiamo comportare rispetto alla rabbia? Come sarebbe giusto porsi nel momento in cui sentiamo arrivare questa emozione - indipendentemente dalle sue cause e dalle sue ... - però, in qualche modo percepiamo gli effetti, sentiamo che monta, ... che facciamo?*

Qua c'è un altro punto importante, che andrà esaminato anche questo - vedete quante cose ci sono da esaminare su un argomento apparentemente così semplice e scontato - ovvero i rapporti importanti tra l'individuo che esprime un'emozione (in questo caso la rabbia) ed i suoi rapporti con gli altri; quindi il modo di rapportarsi con questa rabbia e il rapportarsi con questa rabbia nei confronti delle persone che gli stanno intorno. Anche questo è molto importante; giusto? E anche di questo parleremo dopo. In poche parole, vi riconduco a quello che dicevo, che era il punto di partenza, che state tutti evitando bellamente perché non sapete cosa dire.

*D - Ah, la fisiologia della rabbia. Ecco, ma qui si intendeva reazioni fisiologiche interne – come pressione del sangue e cose del genere – o anche... che ne so ... il tono della voce ...?*

Ma io direi tutte le manifestazioni in toto nell'individuo allorché è in preda alla rabbia...

*D - Ah be', allora ...*

... quindi la situazione fisiologica, la manifestazione del suo fisico all'esterno ...

*D - Così è più semplice. Non so, ... se penso ai miei momenti di rabbia, mi viene da dire sicuramente: il cambio di tono di voce, inizio a parlare molto più velocemente, gesticolo molto di più, oltre – va be' - alle sensazioni interne, come se avessi dentro un qualcosa che ti si agita, in un certo qual modo.*

Cosa che effettivamente è!

*D - Esatto.*

*D - Mancanza di lucidità di pensiero.*

*D - Eh no; invece, secondo me, forse delle volte divento molto più lucido quando sono arrabbiato che non quando sono ... Che forse si innescano magari anche meccanismi ... cioè quando sei arrabbiato, magari delle volte vuoi anche sopraffare la persona con cui sei arrabbiato e, quindi, forse fai ricorso anche a tutte quelle che possono essere le tue armi per ... E, magari, anche l'aspetto mentale, quindi la lucidità di pensiero, la capacità di ... può entrare in gioco.*

*D - Eh, la mia è più primordiale!*

*D - No, magari è sbagliato.*

Io direi che, in realtà, non c'è un modo standard in cui l'individuo esprime la rabbia. Ognuno, ovviamente – e se ci pensate bene non può essere che così, conoscendo l'Insegnamento – esprime qualsiasi sentimento che esprime sul piano fisico attraverso il proprio percorso evolutivo, i propri bisogni evolutivi. Giusto? Quindi, cosa può accadere? Che ci sia l'individuo che esprime la rabbia aggressivamente - e magari anche con violenza portata all'estremo, arrivando ad uccidere un'altra persona per porre fine a quel picco di emozione che non riesce più a controllare – con tutte le gradazioni intermedie, fino ad arrivare all'individuo che riesce invece a bloccare al proprio interno la rabbia, a non lasciar trasparire la rabbia che in quel momento lo sta mettendo sotto-sopra. Ognuno di voi la esprime in modo maggiore o minore, diversamente da come la esprimono tutti gli altri.

*D - Però potrebbe anche arrivare non a bloccare in modo consapevole e dire: "Un attimo, mi sto arrabbiando» ecc. ecc., potrebbe anche far finta ... cioè come dire ... una rabbia silente, non so come dire: "Ok, sono arrabbiato, però me ne sto e appena posso la faccio uscire in un altro modo», ecco.*

Certamente, certamente. Se ci pensate, tra i modi di esprimere la rabbia, per esempio, senza apparire di essere arrabbiati, vi è quello di fare i musci e di far finta che «tanto, non mi importa niente, però io intanto non ti parlo!»; quello di dire, come fanno alcuni: «Sì, sì, fai pure tutto quello che vuoi, mi va tutto bene, io ti seguio, ti aiuto per quanto posso, però poi, appena capita, te la faccio pagare in qualche maniera indiretta!».

*D - Ma a quel punto lì scivola poi nel rancore.*

Scivola nel rancore; sarebbe molto meglio esprimere la propria rabbia e lasciare che si manifestasse - cercando di contenerla nei limiti, ovviamente - che si manifestasse e buttasse fuori l'energia del piccolo vibratorio e così si acquietasse un po' alla volta, invece così resta all'interno e le energie cercano tutti i modi collaterali per uscire, facendo molti più danni che se la rabbia uscisse come doveva uscire inizialmente.

*D - Ma a me fa un po' paura quando esce inizialmente, Scifo!*

Ti ripeto: se tu costringi la rabbia a non uscire ma non sai come scioglierla, la rabbia ti resta dentro e alla fine fa più danni che se uscisse realmente.

*D - Somatizzi ancora di più.*

Questo è un altro elemento da tener presente, ovvero la reazione psicosomatica della rabbia; cosa può provocare, dal punto di vista psicosomatico, esprimere la rabbia oppure trattenere la rabbia. Anche questo è un argomento su cui pensare, che mi ricorderete nei prossimi incontri.

*D - Stavo giusto per chiedere quello.*

Oh, mi dispiace!

*D - Ma, invece, se io sono in una situazione che sono arrabbiato con una persona, e io quella persona non ce l'ho davanti, lì entra in gioco la cosiddetta rabbia silente, che poi è molto più logorante che non una reazione rabbiosa; ma se non ho davanti quella persona, io quella rabbia come faccio a farla uscire?*

*D - Prendi il telefono e ...*

*D - Fagli una telefonata!*

Ma per lasciar uscire la rabbia non c'è bisogno che ci sia l'altra persona, l'oggetto della rabbia; basta anche dire una sequela di parolacce per scaricare la tensione della rabbia; quelle che voi definite parolacce, per lo meno ... Quello delle parolacce è un argomento un po' particolare, perché voi le definite «parolacce» e non vi rendete conto che nei secoli le parolacce sono cambiate sempre e non sono definibili univocamente in tutte le società quali sono le parolacce e quali sono le parolucce. Certamente, esprimere la propria tensione attraverso una cosiddetta parolaccia, tale almeno stigmatizzata da un archetipo transitorio che si sta vivendo, provoca un senso di soddisfazione perché l'Io dice a se stesso: «Guarda come sono bravo, vado anche contro le convenzioni e riesco ad essere trasgressivo!». E voi sapete che l'Io si pavoneggia in queste cose!

*D - Scifo, scusa, dal punto di vista pratico-pratico, ... intanto che stiamo incominciando ad affrontare l'argomento; poi, prima che lo capiamo, lo meditiamo, ci vuole un po' ...*

Uhh, trent'anni (ci vogliono di solito?) !

*D - E, allora, vedi che ... Dal punto di vista pratico-pratico, posto che è vero che è giusto, son d'accordo, che la rabbia magari si esprima piuttosto che rimanga dentro, ma cosa si può fare ... se ci puoi aiutare ... per evitare che si esprima ma non si trasformi in aggressività, che diventi nociva ... cioè trovare un giusto mezzo che possa salvare capra e cavoli, cioè non fare del male a chi si ha vicino e contemporaneamente non ... (a parte che non ci si riesce, almeno per chi è abituato ad esprimersi) ...*

Mi scappa da ridere, perché non posso che rispondere ancora una volta: ecco un altro argomento da trattare; perché quello di cui tu stai parlando non è altro che fare il parallelo tra quello che dicono, che suggeriscono, che rintoccano gli Archetipi Permanenti e l'espressione delle proprie emozioni; quindi è un'altra cosa da tenere presente e che dovrebbe essere esaminata - se riuscirete a reggere a tutti questi esami - che nel tempo vi prego di ricordarmi, ... anche se non sono sicuro che ve ne ricorderete tutti!

*D - Posso chiedere una cosa? E la rabbia verso se stessi, perché ci si sente impotenti, non si riesce a trovare un linguaggio di comunicazione?*

Ma io direi che anche questo rientra ... Cioè, se però riconducono a quello che ho già detto, rientra nei rapporti tra l'espressione della rabbia e il proprio Io; quindi rifai la domanda quando parleremo dei rapporti tra rabbia e Io.

*D - Gli individui che provano magari tanta rabbia, poi vengono logorati*

*a livello fisico?*

Oh, finalmente! Meno male che ritorniamo al fisico! Brava, si vede che hai studiato! ... Ripeti?

*D - Gli individui che provano rabbia, poi, a lungo andare (in generale), un individuo poi, a lungo andare viene logorato nel fisico, ci sono degli effetti a lungo termine, è previsto nel funzionamento biologico questa attività però ... non so ... c'è un punto oltre il quale il fisico non regge più; ... non lo so.*

Ma ...

*D - Qui, d'altra parte, al contrario, se sei logorato nel fisico puoi essere curato curando la rabbia, se c'è.*

Ma io direi una cosa: intanto la rabbia, come dicevamo, è un picco (giusto?) e può accadere qualche volta, qualche raro caso, che la rabbia di una persona duri per molto tempo però, solitamente, con il passare del tempo, il picco esaurisce le sue energie e la rabbia un po' alla volta si stempera; la rabbia, due anni dopo, non è più la stessa rabbia di quando la rabbia è nata. D'accordo?

*D - Scusa, Scifo, tu sei una persona che ha questo tipo di reazione, però ti viene poi per qualcos'altro; quindi si stempera su un argomento ma si riaccende su altri, se proprio ... cioè, io parlo per me, eh.*

Ma sono due rabbie diverse, non è più la stessa rabbia.

*D - Sì, va be', però sempre rabbia è, e sempre male ti fa, e sempre ti autolesioni, magari per non lesionare il prossimo.*

Sei un po' maniaca in questo argomento!

*D - No, sono abbastanza coinvolta.*

Comunque tu stai parlando di più rabbie in successione, non è una rabbia; noi qui stiamo parlando di un momento di rabbia che viene all'individuo. Certamente il momento di rabbia – come stavo cercando di dire – essendo un picco, non ha una durata così lunga da poter veramente creare delle evidenti reazioni a livello fisiologico, avvertibili quanto meno. Tutto 'sto rigiro per arrivare a questo.

*D - E invece quando può succedere che ci sia un'alterazione di qualche tipo?*

L'alterazione succede quando la rabbia ... come si può dire? ...

*D - Se tu soffri d'ipertensione ...*

Può succedere quello che dici tu quando la rabbia non viene espressa. Sono due casi molto diversi. Se la rabbia viene espressa, certa-

mente ti può provocare ... che ne so? ... tremore, sudorazione, o salivazione, o reazioni di questo tipo; però, con lo scemare del picco della rabbia, scemano anche i sintomi psicosomatici che l'accompagnano; ma nel momento in cui la rabbia non viene espressa provoca una condizione di alterazione vibrazionale interna per cui – come diceva la nostra amica dottoressa – certe urgenze, certi comportamenti fisiologici interiori dell'individuo, vengono accelerati e restano accelerati, per cui alla fine possono diventare patologici. Prendete questo individuo qua: questo individuo ha passato gran parte della sua vita a cosa fare? A cercare di non manifestare quali erano i suoi momenti di difficoltà per paura di apparire debole, per non sentirsi debole, per cercare sempre di portare avanti la sua idea dell'essere forti per poter aiutare gli altri. Questo, cosa ha portato un po' alla volta? A una specie di cronicizzazione di quella che è poi diventata la sua ipertensione, sfociata in sintomo cardiaco. Questo non sarebbe accaduto se questa persona qua avesse lasciato uscire la sua rabbia tutte le volte che la rabbia tendeva a manifestarsi.

*D - Però, a questo punto, quando il fisico ormai è compromesso, non gli conviene più manifestarla troppo, però.*

Beh, che sia proprio compromesso non direi, è stato in parte compromesso però non è più uno sbarbatello! Diciamo che certamente forse la cosa doveva insegnargli ad esprimere la rabbia nella maniera migliore, quindi esprimerla; se capitava un'occasione non doveva arrabbiarsi a tutti i costi, tanto per rendere contenti gli altri, ma riuscire a esprimere la sua rabbia nella maniera migliore, in maniera tale che provocasse soltanto fastidi temporanei e non finisse con cronicizzarsi, come è capitato in passato. (...)

*D - Certamente. E qual è questa modalità più soft per esprimere la rabbia senza farsi tanto male a sé e agli altri? Nelle prossime puntate?*

Beh, visto che ti interessa così tanto, ...

*D - Sì, lo sai perché mi interessa!*

Ah, ... il modo migliore sarebbe quello di affrontare la rabbia, di affrontarla magari con la situazione che provoca la rabbia, affrontare la situazione invece di fuggirla e di continuare a nascondersi, cercare di essere chiari e sinceri nel rapportarsi con la situazione che suscita la rabbia; di non finire, alla fine, per aggiungere alla rabbia anche i sensi di colpa per tutti i danni che si sono provocati per non aver saputo governare in maniera giusta questa rabbia.

Quindi ritorniamo un po' al «se vuoi cambiare la tua vita cambiala»: se vuoi cambiare la tua rabbia affrontala!

Avete notato che, chissà perché, quando qualche cosa vi riguarda da vicino e comporta uno sforzo da parte vostra, voi non capite mai?

Alla nostra amica qua, son trent'anni che ripetiamo le stesse cose e lei continua a dire: «io non capisco cosa bisogna fare; perché non me lo dite chiaro?» ... Eppure te l'abbiamo detto tante, tante, tante volte! Dall'insegnamento si evince chiaramente quello che bisogna fare per non soffrire! E poi, magari, dici anche: «Eh, ma non mi hanno più fatta venire; soffro perché mi manca la loro presenza, la loro partecipazione!»! Sì, ma se quello che noi ti diciamo poi tanto non ti serve, la tua presenza, la tua partecipazione diventa, tutto sommato, più ... non dico inutile ma quasi dannosa per te, perché ti continui ad attaccare alle cose che noi abbiamo detto senza trovare un modo per risolvere veramente la tua situazione interiore.

*D - Mentre tu pensi che, se io continuo a leggere e ... (veramente non capisco; non capisco perché non ho esempi pratici) ... e ... cambia qualcosa?*

Ma ne abbiamo fatti centinaia di esempi! Se tu ti vai a rileggere tutto quello che è successo nella ML2 (lo so che è faticoso) troverai centinaia di stimoli per comprendere dove sono i tuoi errori, a parte il fatto che ti sono stati anche detti chiaramente direttamente. E tu dici: «Sì, ma io cosa devo fare per cambiare?» ... Cambia comportamento! Cioè, non è che poi abbiamo detto a tutti voi qualche cosa di difficile, se la vostra vita non vi va bene cambiatela! Se poi non la volete cambiare, a quel punto diventa un problema solo vostro, non è possibile farci niente! Lo so che potete avere mille scusanti, mille giustificazioni; anzi: che vi potete trovare mille scusanti, mille giustificazioni per rimandare o per non fare, ma certamente a quel modo la vostra vita continuerà com'è e voi potrete continuare a crogiolarvi nel vostro vittimismo!

*D - Ma sai cos'è che mi succede? Che mi dimentico immediatamente le cose ...*

E questo ti dovrebbe insospettire!

*D - Ma dopo il picco della rabbia, non ti viene in mente di capire perché ti fa rabbia?*

*D - Certo, certo, mi do delle risposte e poi arrivo a un punto morto oltre al quale non riesco più ad andare. È come quando si fa il «gioco dei perché», che diceva Scifo: «chiedetevi il perché, il perché, il perché» e poi arrivo a un punto in cui non vado oltre; perché probabilmente avrò dei blocchi interiori che mi si mettono; infatti, in effetti, il «mea culpa» che io posso fare è di non scrivere più sulla ML2 perché a me tante volte, pur dietro delle schermaglie che ci possono essere, ma altre persone mi hanno dato degli spunti che a me non sarebbero mai passati neanche per l'anticamera del cervello! Ma onestamente non mi venivano in mente! Mi succede lo stesso anche quando mi interrogo sulla rabbia, ad*

*esempio.*

Ma, vedi, più che il discorso del «perché del perché, del perché» ... Certamente può essere un modo per cercare di andare un po' più a fondo in quello che si sta cercando di esaminare su se stessi, però stiamo attenti perché, arrivati a un certo punto, diventa soltanto un gioco mentale!

*D - Eh, un po' sì, mi sembra quello!*

E quando diventa un gioco mentale, poi fa il gioco dell'Io; non serve più a niente! Allora cos'è che bisogna fare? Bisogna – come dicevo prima – affrontare la propria rabbia. E come si affronta la propria rabbia? Affrontando la situazione che provoca la rabbia! Fatelo, non c'è nessun altro modo! Non è che ci sia chissà quale tecnica particolare o difficile da fare! Quando c'è qualcosa che non va, bisogna affrontarla, invece di nascondere la testa sotto terra! Vi sembra così difficile da fare, creature?

*D - Sì, da fare non è proprio ... facile.*

È qui, forse, che dovete cambiare mentalità; perché, altrimenti, continuerete fino alla prossima vita a portarvi avanti questo tipo di comportamento, pur sapendo che è sbagliato!

*D - Scusa, volevo sapere come distinguere, ... per capire ... Ho capito quel che hai detto e stavo pensando a questa cosa: quando ...*

Dovreste essere tutti così: farvi domande e risposte così io sto tranquillo e lo strumento si riposerebbe! Vai avanti, cara; sei troppo divertente!

*D - Quando dici: «Vai alla radice della rabbia per poter affrontarla», allora mi vengono in mente due possibilità ...*

Io non l'ho detto!

*D - Ok, l'ho detto io. «Affronta la rabbia» mi immagino, dal punto di vista pratico, significhi andare ad indagare che cosa muove la mia rabbia ...*

No! No no no no; ti immagini male. Significa «affronta la situazione che ti provoca la rabbia». Non è un ridurre la rabbia soltanto a un rapporto tra la rabbia e te, ma pensare che la rabbia è un rapporto tra te e quello che l'ha suscitata, o quelli, o la situazione che l'ha suscitata; allora la puoi risolvere nel modo più facile osservando il tuo rapporto con te e la situazione o le persone che hanno suscitato la tua rabbia; e questo lo puoi fare se ti rapporti direttamente con la fonte esterna della tua rabbia.

*D - Infatti, volevo chiedere questo, ... perché ci sono due casi (i più banali): una persona che mi fa arrabbiare, e quindi ... oppure una situazione che mi fa arrabbiare. Nel momento in cui una persona mi fa arrabbiare, effettivamente la mia rabbia scaturisce dallo specchio che*

*questa persona mi ... mi ... perché, oggettivamente, ci sono delle persone che sono stronze, c'è poco da fare! Allora uno si arrabbia! E questo è un caso. L'altro caso, ...*

E qua, è già una corbelleria che hai detto! Anche perché tu non puoi sapere perché l'altra persona si è comportata così e, quindi, il tuo giudizio è completamente privo di senso!

*D - Sì, ... va be', ... però, ... cioè ... Guardando 'sto pomeriggio, Scifo, ...*

Dimmi, cara.

*D - ... io non saprei come pormi, Io non mi sono neanche arrabbiata, ma non saprei proprio come ... Dove vado alla radice della rabbia? ... se vado ... Cosa affronto? Non riesco a capire. Questo era l'esempio più facile, figurati! L'altro caso, invece, è una situazione astratta, o, quanto meno, meno riconducibile ad una persona, e lì mi sembrava più difficile.*

Penso che pochi abbiano capito, sinceramente.

*D - Ma tu hai capito?*

Io certo che ho capito!

*D - Ma anch'io ho capito!*

*D - Sì, e poi tutti quelli che erano in macchina hanno capito!*

Cerca di spiegarti meglio, che può servire anche a te.

*D - Allora: di fronte alla situazione di oggi, dove c'è una persona che da anni si comporta in un determinato modo e con la quale non si riesce a comunicare, e che crea una serie di disagi col suo modo di fare, che poi bene o male è sempre lo stesso, uno può cercare di comunicare, può cercare di modificare la situazione ... Francamente io non so come ci si possa comportare per non arrabbiarsi. Oggi non mi sono arrabbiata ma perché ero, tutto sommato, preparata e libera rispetto ad altri impegni, ad altre cose, non avevo le bambine che urlavano, ero più tranquilla, sapevo di poter contare sulla comprensione di alcune persone e, quindi, tutto sommato, ero più tranquilla, non mi sono arrabbiata, però invece Giulia si è arrabbiata perché si è trovata di fronte a qualcuno con cui non riusciva ad esprimersi, non riusciva a comunicare, con il quale però non poteva non scegliere di non fare i conti; cioè, a un certo punto, ... va be', lei ha scelto di tornare indietro e di venire qua ...*

E ha fatto benissimo; questo è stato un modo di affrontare la situazione.

*D - Sì, però non ha eliminato ... Stiamo parlando della rabbia; la rabbia*

*comunque è rimasta, la rabbia c'era!*

Beh, tu parla per te, dovrebbe essere lei a dirlo, semmai!

*D - No, lei ... cioè perché mi ha detto: «Sono arrabbiata»!*

*D - Ero arrabbiata sì, però riuscivo anche a controllare, a non essere accecata. Questa volta mi sembrava di avere davanti una capra e mi è piaciuto fare la capra, appunto mi divertivo quasi a dirgli di tutto!*

Qua siamo già partiti col piede sbagliato; qui stiamo parlando della rabbia su un episodio in cui la persona che fa le domande dice: «io non mi sono arrabbiata»!

*D - Ma in questo caso non mi sono arrabbiata più di tanto, ma negli altri 2.500 casi, uguali, mi sono arrabbiata tante e tante volte, son 20 anni che mi arrabbio!*

Era tanto per «metterti al tappeto» subito. Forse, supponendo che tu fossi arrabbiata - in realtà ti sei arrabbiata, ma hai fatto finta di niente, ... neanche tanto bene - a parte questo, la rabbia di oggi probabilmente è soltanto una conseguenza della rabbia di 20 anni fa. Non è dopo 20 anni che devi affrontare la situazione della rabbia, la devi affrontare subito.

Non so se capite quello che voglio dire. Quello che vi capita, che vi suscita (cerco di essere più chiaro per chi non avesse capito) quello che vi capita e che vi suscita la reazione rabbiosa è inutile che lo andiate ad affrontare dopo che è diventata tutta una serie di rancori, di altre situazioni, di dissapori, di rivalse e via dicendo col protrarsi nel tempo degli stessi episodi di rabbia. Diventa difficile, a quel punto, uscire da quella situazione; diventa una specie di circolo, di fantasma vibratorio in cui continuate a rivoltolarvi senza uscirne più! Questo non accade se, invece, fin dalla prima volta che la rabbia si manifesta, la rabbia e la situazione che la provoca viene affrontata direttamente.

*D - Però io trovo che, veramente, ... Non lo so, ... mi sembra un po' una fantascienza, sinceramente! Perché una che in certi ambiti la rabbia proprio non puoi affrontarla, proprio un piffero di nulla, per mille motivi di sopravvivenza; d'altra parte uno lo sa anche che non l'affronta perché a un certo punto mette sulla bilancia il fatto «affronto oppure sopravvivo» e dice: «va be', sopravvivo .....*

Mia cara, tu stai sbagliando tutto il concetto che stiamo dicendo questa sera; perché non è detto che, se uno si arrabbia, debba reagire aggressivamente! Io sto parlando di affrontare la situazione, non di reagire aggressivamente alla situazione; è ben diversa la cosa.

*D - Però quando tu arrivi a cozzare con una persona, cioè a non avere la stessa idea con una persona, è ovvio che se tu esprimi la tua idea la puoi*

*anche esprimere senza rabbia, però c'è poco da fare! Anche se tu la esprimi senza rabbia, ma questa idea non coincide con quella dell'altra persona, dalla mia esperienza ...*

Se la esprimi senza rabbia, la rabbia non tornerà più!

*D - Mah, non so ... E poi ti deve essere permesso di esprimerla, che anche questo, a volte ... a volte ti viene detto: «Non esprimerla, non ne voglio sapere» ...*

C'è modo e modo di esprimere un'emozione, di lasciare che si manifesti sul piano fisico. Ripeto: voi continuate ad associare «necessariamente» l'aggressività alla rabbia - e non è detto che sia così, prima di tutto - secondariamente, quando io parlo di affrontare la situazione non dico che dovete partire lancia in resta per cercare di prevalere sull'altro, ma dico che dovete cercare di rendervi conto di quali possono essere i vostri motivi ma anche i motivi degli altri.

*D - No, ma questo, ... guarda ... Il discorso è che, comunque, uno può rendersi conto del motivo e cercare un dialogo con l'altra persona e dire: «io capisco i miei motivi, cerco di spiegare agli altri quali sono le mie esigenze; capisco anche quali sono le sue, cerchiamo di trovare un accordo, un accomodamento» o, per lo meno, a me basterebbe anche soltanto riuscire a esprimere le mie esigenze, o comunque la cosa che mi ha magari fatto star male, però a volte non è possibile neanche questo; per cui non ... non lo so.*

E le volte che non è possibile (per quello che tu dicevi) vuol dire che ha compreso che non era il caso al momento di esprimerle; e questo già provoca un mutamento del picco della rabbia, perché si riconosce che non è possibile dialogare o esprimere con l'altro la propria rabbia.

*D - Sì, il fatto di averci provato e di aver ricevuto una risposta del tipo ...*

Si vede che è una cosa giusta; quello che è importante è il fatto di averci provato!

*D - Sì, però non è sufficiente, perché io ci ho provato, poi una risposta del tipo: «Non me ne frega niente, sono tutte cazzate le cose che tu dici» ti fa star male! Cioè, non è che proprio risolva e dici «Va be'...» Ma non risolve ...*

Sono d'accordo che non risolve, ma perché non risolve? Perché voi dimenticate che la rabbia non è dell'altro ma è vostra, e rientra proprio nella seconda fase, di cercare di capire cos'è ...

*D - Ah beh, assolutamente!*

... che sta al proprio interno e muove la propria rabbia.

*D - Certo, quello è la cosa fondamentale!*

E se non capite qual è il vostro motivo, la rabbia sull'altro si scatennerà sempre, comunque.

*D - Sì, che poi più che rabbia è un cercare un confronto... non lo so. È dopo il fatto che l'altro rifiuti il confronto che ingenera tuttalpiù la rabbia; perché, alla fine, io all'inizio dico: «C'è qualcosa che mi ha fatto star male, proviamo a parlarne, vediamo un attimo» ... E' la non possibilità della relazione che ...*

La reazione dell'lo dice: «Come? Io mi sto mettendo umilmente a tua disposizione per poter dialogare e tu ...

*D - No, umilmente no; ci sto provando, per lo meno.*

Ok, ...

*D - Si potrebbe stare meglio se ...*

Ok, togliamo «umilmente»: «io mi sono messa a disposizione per trovare un dialogo con te, tu stai rifiutando questo dialogo e questo mi fai arrabbiare».

*D - Esatto!*

E perché ti fa arrabbiare?

*D - Perché mi fa prima star male ...*

Perché ti fa star male?

*D - Perché mi piacerebbe riuscire a dialogare; soprattutto con le persone con cui uno, comunque, in qualche modo, ...*

No, ti fa star male perché ti senti sminuita, senti che non ti è stata data importanza.

*D - Mah, ... Sì, certo.*

Ehh, sì certo!

*D - Sì. E beh, d'altra parte ...*

E da qui nasce la rabbia, che - ricordo ancora a tutti quanti - che la rabbia è tua e non è dell'altro!

*D - Scusa, e come ci si difende dalla rabbia dell'altro? Perché spesso una rabbia che si esprime in maniera aggressiva (non è che voglia cambiar discorso, però) genera una risposta altrettanto ... vibratoria (diciamo così) ... Come ci si difende dalla rabbia dell'altro?*

Ma lì dipende ... Non si può generalizzare, dipende da caso a caso, Ci sono i casi in cui c'è un certo rapporto con l'altra persona e puoi ri-

spondere alla sua rabbia con la tua rabbia, per esempio. In questo modo poi starete tutte due meglio, e potrete poi rimettervi in contatto, cioè senza aver bisogno di ricorrere di nuovo alla rabbia per cercare di attirare l'uno l'attenzione dell'altro, per esempio. Poi si può rispondere facendo finta di niente, lasciando che l'altro esprima la sua rabbia, nella speranza che il suo picco emozionale un po' alla volta si trasformi e diventi poi possibile avere un punto di contatto. Certamente non si ottengono buoni risultati se ci si gira dicendo: «Ma, tanto, a me non me ne frega niente!» o «Sì sì, arrabbiati pure, è un problema tuo.» e via e via e via e via.

*D - Ma il nostro Io rimane ferito dalla rabbia dell'altro.*

Certo, perché – come dicevo all'altra figlia, prima – l'Io si sente che non gli è stata data abbastanza importanza; e voi sapete che l'Io è la cosa più importante di tutto il mondo, per se stesso. Anzi, la sua rabbia è più rabbia di quella degli altri!

*D - Scifo, scusa eh, non è la prima volta che il discorso si rigira poi sulla questione dell'Io; cioè l'Io ce l'avremo finché siamo in questo ciclo ...*

Certo.

*D - Ci troveremo eternamente, in misura più o meno (eternamente nel senso che finché siamo qua) in misura più o meno grande a seconda del livello di evoluzione, a scontrarci con questa faccenda (no?), per cui in realtà non c'è una soluzione; quando ci sarà non avremo più bisogno di essere qua. Giusto? Cioè, ecco, ... allora ... cioè, è un po' un discorso che rischia di essere ... cioè di girare, ma in realtà la risposta non è che non la conosciamo.*

E faglielo capire tu; io non ci sono riuscito in questi 30 anni!

*D - La risposta è questa, cioè nel senso che nel creare un'armonia ci scontreremo con queste dinamiche.*

Certamente. Questo è inevitabile; ma il problema è che l'Io non vuole riconoscere di avere questi problemi, questi difetti, e tende a spostare l'accento della nascita della sua rabbia sull'altra persona o sulla situazione che ha fatto nascere la sua rabbia: «Io mi sono arrabbiato perché...»

*D - Sì sì no, ma d'accordo, ma il problema è che comunque ... cioè non esiste - tra virgolette - una «soluzione», nel senso che queste son dinamiche che sono intrinseche nella nostra natura. Ora, c'è chi può averne di più, chi di meno, a seconda di dove è collocato, ma ...*

Beh, sono d'accordo con te: la soluzione definitiva è che sparisca l'Io - su questo posso essere d'accordo – quando si arriva al momento

dell'abbandono della ruota delle nascite e delle morti, ciò non toglie che è necessario e indispensabile – e d'altra parte sarà così, perché non può che essere così – che, con l'avanzare della comprensione, l'Io diventi sempre meno forte; e, quindi, la rabbia e tutte le dinamiche interiori, e le espressioni delle emozioni diventino sempre più governabili, sempre più questioni di un momento e più facilmente risolvibili col passare del tempo.

*D - Quindi, scusa, il meccanismo a cui tendere è quello di acquistare una rapida consapevolezza della vera risposta che sta avendo il nostro Io allo stimolo che riceve e concentrarci, più che sullo stimolo, sulla risposta; e quindi in qualche modo spostare di nuovo la nostra attenzione e di evitare tutta una serie di effetti che invece avvengono nel momento in cui ci rivolgiamo verso l'esterno? Io sto cercando una strada!*

Quale strada? Anche tu, ma anche tu, figlia mia! Ma la strada è abbastanza semplice, il percorso è evidentissimo, è lampante! Voi ricordate quel bello 'schemone' che avevamo dato, con tutto quel circolo che andava avanti e indietro, è la stessa cosa veramente di tutti i giorni! Nel cercare le risposte alle vostre domande, non dovete far altro che spostare l'attenzione tra ciò che provoca in voi la situazione e ciò che la situazione provoca dentro di voi; all'esterno, all'interno, all'esterno, all'interno, in un circolo che un po' alla volta vi porta ad arrivare a comprendere le vostre meccaniche e i vostri veri bisogni, le vostre vere necessità. Cioè, il metodo è quello, non se ne esce! È semplicissimo, oltretutto! Non può che essere così. Ogni volta che questo circolo voi lo interrompete perché non affrontate una situazione o perché non volete essere sinceri con voi stessi, o perché quando lo portate dentro di voi lo trasformate per renderlo diverso da quello che è in partenza, in quel momento il circolo si spezza ed ecco che il problema non è risolto minimamente. Mi sembra talmente chiaro! O a voi non sembra chiaro?

*D - No no, non è che non sia chiaro; ... cioè la ricerca nostra – dell'Io, diciamo pure – è che vorrebbe una soluzione totale e (tra virgolette) «immediata»; soluzione che di fatto non esiste. Il problema non è di non capire, ma ci si rende conto che in realtà il percorso è non dico infinito ma ... quasi, per cui, a un certo punto, dici: «Va be', d'accordo», però ...*

*D - Più che altro, noi siamo sempre uguali nel percorso.*

Ma non è vero!

*D - No no no, questo no, assolutamente, cioè ...*

Siete sempre uguali quando cristallizzate in certe cose interiori, e allora si tendete a reiterare gli errori che avete fatto in passato ma, anche

quando cristallizzate, una parte di voi si trasforma comunque; non siete mai uguali da un momento all'altro, comunque sia. Se no, non avrebbe più senso tutto il discorso che noi finora abbiamo portato!

*D - Scifo, scusa, ma tu parlavi del fatto che noi ci concentriamo sul fatto che è l'altro che ci fa scattare la rabbia, no?*

Sì.

*D - A me viene da pensare ... perché io ho riflettuto tantissimo su 'sta storia della rabbia, e io penso di essere già nata arrabbiata da bestia, perché mi ricordo che quando ero piccola, ma piccola piccola, mi picchiavo con tutti; e quindi queste ... Adesso non so tu, nelle prossime lezioni, volevi far l'abbinamento tra aggressività e rabbia ma a me sa che quando picchiavo tutti ero abbastanza arrabbiata, adesso io non mi posso ricordare esattamente cosa la muovesse a 5-6-7-8 e 10 anni, però mi ricordo che una costante della mia infanzia era di fare a botte. E lì che cos'è? Cioè, ci nasci già? Te lo puoi portare come retaggio di altre vite o ...*

L'abbiamo detto, mi sembra, proprio ultimamente (no?), fa parte di quella base caratteriale che ha l'individuo allorché nasce e che, quindi, fa parte – come diceva il nostro amico – del Dna. Certamente, poi, la manifestazione dovrebbe cambiare col tempo a seconda delle esperienze fatte. Difatti, certamente la tua rabbia di allora non è la rabbia di adesso; non mi sembra che vai in giro a picchiare le persone!

*D - Ma lo farei tanto volentieri, sai! È solo una questione di archetipi transitori che non lo faccio!*

*D - Perché sei piccola!*

*D - O di fisico!*

*D - O di fisico, brava; perché sono piccola e le prendo poi di santa ragione! Ma sai le volte che io vorrei avere una clava e dare giù mazzate! Lo dico! Devo pure vergognarmi e te lo dico. Da piccola almeno la sfogavo, 'sta rabbia! Adesso mi autolesiono, probabilmente.*

Non so cosa dire, su questo.

*D - No, no, niente, per carità! Io ...*

*D - Scifo, posso chiedere una cosa sul mio conto, se non do fastidio a nessuno?*

Se posso rispondere, sì, senz'altro.

*D - Volevo dirti ... sai che io non ho buoni rapporti con una persona; io mi sono in un certo senso comportata con lui come ha fatto 9-10-11*

*anni fa lui con me e un po' mi sono nascosta, non ho voluto affrontare la rabbia di persona, e per me è stata un po' una cosa ... mi ha un po' ... mi son sentita dopo un po' meglio, e però non so se era una cosa giusta o meno da fare.*

Ma, direi che in quella situazione, tutto sommato, è stata la cosa giusta.

*D - E poi avevo anche paura che prendesse il posto di quell'altra persona, che è stata al posto suo per tutti quegli anni.*

Sì, io direi che, tutto sommato, era una reazione giusta per quello che tu sentivi interiormente.

*D - Però ho paura di avergli fatto del male.*

Oh, niente di irrimediabile, comunque; vai tranquilla.

*D - Ok.*

*D - Posso? Allora, io volevo chiedere: la manifestazione fisiologica della rabbia è uguale già da quando uno è neonato, in un bambino, ecc. ecc., è già così?*

Oh, meno male che ritorniamo al punto di partenza! Se vogliamo parlare di questa rabbia in rapporto alla fisicità dell'individuo, la cosa più semplice è trovare quei momenti in cui l'espressione della rabbia avviene con minori influenze possibili. Giusto? E, certamente, uno dei momenti in cui non ci sono le influenze, è il momento in cui l'individuo è appena nato. Il neonato non ha ancora l'influenza degli archetipi transitori, sente gli Archetipi Permanenti ma soltanto molto lontani perché non ha ancora allacciato il corpo akasico, non ha un Io ancora strutturato, il suo pensiero è limitato a: «ho fame, ho freddo, devo fare la pipì» (o la popò, come preferite) quindi non ha ancora una grossa quantità di elementi che possono condizionare la manifestazione della sua aggressività. Mi sembra giusto, no cara? Quindi, se vogliamo cercare di capire quali sono le reazioni fisiologiche della rabbia, il modo migliore è giusto osservare la rabbia come si esprime in un neonato.

Allora, poiché siete stati a contatto – chi più chi meno – con dei neonati, tiratemi fuori, fra tutti, quali sono i comportamenti con cui il neonato esprime la rabbia.

*D - Fragorosi.*

*D - Pianto.*

Pianto.

*D - Sono gli stessi con cui esprime qualsiasi altra cosa, probabilmente.*

No, non è detto; quando è contento non mi sembra che pianga!

*D - No, eh ... Sì, ok, giusto!*

*D - Delle volte anche il vomito, arriva a piangere finché vomita.*

*D - A volte può essere anche (..?..)*

Stiamo parlando di un neonato; allora ...

*D - Può essere anche ... (maneschi?)*

*D - Si irrigidisce, irrigidisce il corpo ...*

Si irrigidisce, stringe i pugni, compie uno sforzo fisico: agita le mani, diventa paonazzo, se avesse i denti li digrignerebbe, ma non ce li ha, ... e urla. Quindi, questi qua sono gli elementi essenziali di manifestazione della rabbia. Col passare del tempo, poi, chiaramente, tutti voi vi vergognereste a mettere in atto questi sintomi (no?); ciò non toglie che gran parte di queste manifestazioni, ancora adesso, che siete fisicamente (se non mentalmente) adulti, tendete a manifestarli. Pensate un attimo a quando siete arrabbiati, ... cosa fate?

Solitamente alzate la voce (come il neonato), vi irrigidite (come il neonato), l'espressione facciale (come il neonato), se non ottenete quello che volete ricorrete al pianto per ottenerlo, tendete ad aumentare il movimento delle vostre mani o, al limite, il movimento di tutto il vostro corpo muovendovi nervosamente avanti e indietro, qualche volta andate di corsa in bagno per evitare di fare brutte figure; e quindi in realtà manifestate – anche se in maniera moderata dal vostro Io – la stessa reazione fisiologica che presenta il neonato. Anche il rossore del vostro viso, o in altri casi, il pallore del vostro viso è un sintomo della vostra rabbia; la sudorazione è un sintomo della vostra rabbia. Questo, quindi, a livello fisiologico.

Se vogliamo andare ancora un po' più giù, chiaramente poi c'è tutta una concatenazione di altri elementi biochimici, o fisiocchimici, come preferite, che entrano in gioco, che vengono messi in atto nel momento in cui la rabbia si presenta; per esempio, l'aumento del tasso di adrenalina nel sangue, il sangue che scorre più velocemente, e via e via e via; qua, qualsiasi dottore presente tra di voi può farvi un elenco abbastanza completo di questi elementi che fanno parte della fisicità della vostra razza.

*D - Quindi tutto quello che ci aggiungiamo dopo, o che togliamo, è per l'esterno? Cioè per paura o per la convenzione con l'esterno?*

Tutto quello che non manifestate o che manifestate in maniera diversa all'esterno, accade in quella maniera o non accade perché ci sono gli altri elementi che il neonato non ha che influiscono sulla vostra rea-

zione verso l'esterno.

*D - Sì, questi meccanismi di inibizione possono essere positivi – per quanto riguarda, magari, il non danneggiare gli altri – o possono essere magari negativi quando si vuole magari salvaguardare la propria immagine?*

Certo, certamente.

*D - Ma nel caso ci sia una disabilità fisica, cioè la manifestazione ... le attivazioni, diciamo, sono le stesse?*

Sono le stesse, è evidente che sono le stesse. Il più delle volte, quando c'è la disabilità fisica - e ancora di più se è psichica - le reazioni sono proprio quelle molto più vicine a quelle del neonato, per esempio; anche perché le altre influenze sono molto meno forti.

*D - Ma perché di solito sono di più i bambini a piangere, rispetto agli adulti?*

*D - Perché è l'unico mezzo che hanno per comunicare.*

Anche quello, certamente.

*D - Oltretutto, chi ha un po' di pratica, capisce benissimo qual è il pianto della fame, o il pianto del sonno, ... è un linguaggio... o il pianto perché ha male ..., è chiedere aiuto.*

È un modo per attirare l'attenzione e quando l'io incomincia ad essere un po' più formato, è un modo per cercare di ottenere quello che si vuole; facendo quello che fate voi abitualmente: stimolando il senso di colpa nell'altro per ottenere le cose che desiderate avere dall'altro!

Vi sembra che, in questa parte qua, un po' di elementi su cui pensare siano usciti o vi sembra

che erano cose scontate, a cui avevate già pensato e che sapevate già tranquillamente?

*D - No, in effetti sono semplici, però non ci avevamo pensato; per lo meno per me.*

*D - Scusa, qual è il rapporto fra rabbia e senso di colpa che si cerca di ... Se c'è una connessione ...*

Certamente che c'è una connessione.

*D - Tra la rabbia e senso di colpa?*

D - Che si vuole far provare agli altri ... Perché, se tu guardi la rabbia come qualcosa che è dentro di te, allora: da bambino c'è il pianto di rabbia, che si manifesta perché vuoi fortemente qualcosa; da grande non piangi di rabbia (o a volte piangi di rabbia) ma fai in modo da susci-

tare delle reazioni nell'altro che ti conducano ad ottenere ciò che il tuo Io vuole e quindi placare la tua rabbia. Ci può stare?

Certamente; ma per tutte le emozioni vale questo discorso! È evidente che il senso di colpa – e mi sembra che stia stato anche detto abbondantemente – scaturisce nel momento in cui l'individuo fa qualche cosa per ottenere qualche cosa, e questo comportamento si scontra con quelli che sono gli archetipi - a volte Permanenti, a volte transitori – e la comprensione dell'individuo stesso. Tanto è vero che, se ci pensate – ritornando al nostro neonato – pensate forse che il neonato, nel momento in cui esprime la rabbia, con tutte quelle movenze, tutte quelle particolarità di cui abbiamo parlato prima, questo faccia nascere in lui dei sensi di colpa?

Penso proprio di no; giusto? Questo, perché? Perché non c'è ancora uniformato e quindi non può nascere il senso di colpa.

*D - Posso chiedere una cosa? Parecchi anni fa, saranno almeno una quindicina, nel tentativo di curare un disturbo del sistema nervoso ho assunto dei farmaci in quantità, in dosaggi sempre maggiori, che poi non hanno portato al risultato sperato. A un certo punto, il tentativo di abbassare, appunto, il tono del sistema nervoso, mi sono accorto di non avere più il controllo su una serie di reazioni diciamo ... (come dire?) ... primordiali, non so, come appunto reazioni di violenza ... come se la coscienza in un certo qual modo fosse stata assopita, ...*

Si liberasse l'Hyde che è in te.

*D - Sì, ma mi chiedo: la rabbia porta a delle reazioni in cui sembra che ci sia un collegamento fisico diretto tra questa parte – l'Hyde, come dicevamo prima – per cui ci si trova a reagire e a fare delle cose che non si penserebbe mai di fare.*

In maniera anche spropositata e sproorzionata allo stimolo; certamente.

*D - Più di recente mi è successo, per una frazione di secondo, di trovarmi a pensare a dei gesti (...?) che non avrei mai pensato di essere possibile pensare! (scusa il gioco di parole) Io cercavo di vedere se c'era un collegamento tra queste due cose; cioè tra questa situazione in cui l'attenuazione diciamo della coscienza porta a dei gesti diciamo violenti, primordiali, e la reazione – magari anche di una frazione di secondo – tale da portarti a subire ...*

Vedi, io non parlerei di attenuazione della coscienza, perché così si potrebbe intendere che la tua coscienza ad un certo punto si assopisce, ...

*D - Ecco, un farmaco può provocare ...?*

... cosa che in realtà non accade.

*D - Non è possibile.*

Assolutamente non accade. Per aver una parziale risposta a quello che tu chiedevi, io direi di ricordarci che cos'è la rabbia: è un picco; giusto? Cosa significa che è un picco? Significa che investe con un picco vibrazionale molto forte tutta la parte incarnata dell'individuo. Giusto? Ora questo cosa significa ancora? Significa che questa forte vibrazione attraversa tutti e tre i corpi inferiori dell'individuo e, attraversandoli con una certa forza, una certa potenza, è come se quello che incontra fossero dei birilli che vengono buttati da una parte perché questo picco di vibrazione ha bisogno di esprimersi. Ecco che questi birilli che vengono di volta in volta abbattuti sono le varie barriere che vengono poste dalla coscienza, o dall'Io, o dalle vibrazioni degli archetipi, e che vengono soppresse temporaneamente dalla violenza del picco. Ti sembra chiaro?

*D - Sì sì sì sì sì. Ma questo picco può arrivare al punto da andare a smuovere, diciamo, questa «parte oscura» dell'individuo?*

Sì, certamente, può arrivare al punto ... Più che andare a smuovere, può arrivare al punto di lasciare che trapeli in qualche maniera, però ricordati che il picco un po' alla volta svanisce e, quindi, tutti i birilli ritornano a posto e la parte oscura ritorna nella posizione che le compete.

*D - Ecco, ma questa parte oscura c'è sempre e comunque, indipendentemente dall'evoluzione dell'individuo? Cioè, può essere sollecitata anche una persona che è all'ultima incarnazione?*

Teoricamente sì. Ricordate che nella catena genetica – come avevamo detto in passato – ci sono tutti i geni, tutte le possibilità; e quindi l'individuo, in realtà, ha tutte le possibilità, sia di essere buono che di essere cattivo, di essere dolce come di essere duro, e via e via e via e via.

*D - Scusa un attimo, tornando al discorso del farmaco, ma è possibile che un farmaco possa portare in superficie questa parte, attenuando il controllo della coscienza?*

Direi di no. Direi di no o, quanto meno, può forse aiutare al venire a galla di determinate pulsioni, ma non riesce a mantenerle stabili; e quindi può esserci un affacciamento temporaneo di queste pulsioni, che però presto ritorna indietro.

*D - Scusa, potrebbe essere una giustificazione il fatto di avere – proprio per ragioni farmacologiche – un'attenuazione dello stato fisico, dell'energia fisica e, quindi, il picco delle energie passa in modo più violento?*

Sì, questo sì, questo può essere.

*D - La nonna si arrabbia?*

Come?

*D - La nonna, che sembra non interagire più, si arrabbia? Come manifesta la sua rabbia sul piano fisico?*

Tormentando la camicia da notte, o il vestito, o le mani, o la coperta della poltrona. Quindi diventa un'espressione della rabbia semplicemente a livello tattile, non come reazione delle altre componenti, come può essere il corpo astrale o il corpo mentale, che sono in grande parte ormai già scollegati da quello che è l'insieme della persona nota (diciamo così).

*D - Tipo mangiarsi le unghie? Una persona che esprime la sua rabbia mangiandosi le unghie.*

Ah, anche quello è un sintomo di rabbia e rientra nell'autolesionismo, così caro alla nostra amica Luisa!

*D - Ma anche il nervosismo è dovuto alla rabbia?*

Può essere dovuto anche alla rabbia, sì.

*D - Ad esempio? Cioè, in senso ...*

Beh, può essere una conseguenza; poi, chiaramente, ognuno di voi – come dicevo prima – la rabbia la esprime a seconda delle proprie necessità, delle proprie comprensioni o incomprensioni; quindi chi lo esprime diventando freddo, chi lo esprime diventando nervoso.

*D - E anche su questo, Scifo, volevo chiedere appunto: questo picco della rabbia alla fin fine, capendo anche la dinamica, però non chiarisce un po' la conoscenza di noi stessi, perché in effetti potrebbe fare il gioco della coscienza o fare il gioco dell'io.*

Mah, l'ottica sarebbe che, in realtà, fare il gioco dell'io è fare il gioco della coscienza, in realtà.

*D - Non ho capito, scusa.*

Te la ripeto: l'ottica giusta sarebbe pensare che fare il gioco dell'io alla fin fine è fare il gioco della coscienza.

*D - Ah beh, sì; in questi termini sì.*

*D - Ma la rabbia è per forza essere un'emozione negativa? Non ci può essere, non so, la rabbia verso un problema, in merito alla forza di affrontarlo, una rabbia buona, diciamo? Ci può stare?*

Diciamo che ci può essere la rabbia ... meno arrabbiata (non saprei come definirla!); la rabbia, per esempio, che prova l'individuo verso

qualche ingiustizia che vede, di fronte alla quale si trova impotente a reagire, a fare qualche cosa per modificarla. Questo è un tipo di rabbia, diciamo, «più evoluto», però è sempre e comunque un picco che si manifesta perché l'individuo non ha compreso qualche cosa, perché altrimenti questa rabbia non uscirebbe.

*D - Come quella rispetto a mio padre?*

Beh, quella forse è una rabbia più complessa di quella di cui stiamo parlando.

*D - In che senso, scusa?*

Coinvolge tanti altri motivi in più.

Però se tu vedi un'ingiustizia nel mondo, supponiamo le migliaia, i milioni di bambini che muoiono in Africa e, se ci pensi, hai una certa coscienza, ti viene un momento di rabbia perché pensi: «Queste multinazionali, queste case farmaceutiche, queste grandi nazioni fanno quello che sta succedendo, potrebbero fare qualcosa e non fanno niente» (giusto?); è una cosa giusta e, sotto un certo punto di vista, anche apprezzabile che possa venire questa rabbia.

Ciò non toglie che se si manifesta, si presenta come rabbia, questo significa che c'è qualche cosa che tu devi ancora capire, perché altrimenti non ti arrabbiaresti; ti renderesti conto che quello che capita, capita prima di tutto perché è scritto e giusto che deva succedere, secondariamente perché queste persone, questi bambini, purtroppo devono vivere del tutto l'esperienza; e ancora che, per esempio, tutte le altre persone sono sollecitate da questo stesso pensiero per arrivare a modificare un pochino il loro comportamento e, tutti assieme, un po' alla volta cambieranno la loro evoluzione.

Quindi ha tutto un perché, tutto rientra nella logica e la rabbia non è una cosa alla fin fine poi tanto giusta neanche in questi confronti; è molto più giusto allora fare una piccola cosa per cambiare una piccola situazione, magari partendo da vicino, senza guardare i bambini dell'Africa.

*D - Però, scusami, è l'emozione che è positiva o negativa, o è «l'uso» che ne facciamo poi noi?*

È l'uso che ne facciamo.

*D - Perché l'emozione è quello che è; punto. Poi siamo noi che ci facciamo travolgere o meno da ...*

Certamente, certamente.

*D - Quindi, si può dire che la reazione di rabbia è una reazione, alla fin fine, dell'io, perché non riesce ad accettare o non riesce ad affrontare, o*

*non vuole, o non può, quello che la vita gli mette davanti?*

E questo – come dicevo all’inizio – verrà affrontato quando parleremo dei rapporti tra la rabbia e l’Io. Cerchiamo di non mettere troppa carne al fuoco, perché già stiamo facendo confusione così.

Penso che siate tutti un po’ stanchi, quindi direi che per questa sera, come assaggio, come inizio, possa bastare. Da qua alla prossima riunione, se avete occasione, se avete interesse, se volete farlo, pensate un attimo alla parte che riguarda i rapporti tra la rabbia e le emozioni, i desideri - e tutto il corpo astrale, insomma, praticamente – e poi vedremo di cercare di trovare qualche elemento a cui magari non avevate pensato, nel prossimo incontro. Quindi, creature, per questa sera, serenità a voi. (Scifo)

La pace sia con tutti voi, figli.

Prima di salutarvi, volevo portare a tutti quanti il mio saluto e la mia benedizione, ricordandovi che noi vi siamo e vi saremo comunque sempre accanto. So che molti di voi hanno sofferto per l’apparente sensazione che noi li avessimo abbandonati, e questo era largamente prevedibile, ma siate consapevoli che così non è.

È stato, molto più spesso, vero il fatto che siete stati voi ad abbandonarci, piuttosto che noi ad abbandonare voi. Ogni volta che sapevate quello che dovevate fare, perché noi ve lo avevamo detto, e non avete avuto la forza di farlo; ogni volta che avreste potuto donare un sorriso e invece avete preferito girare il volto dall’altra parte per manifestare la vostra rabbia; tutte le volte che fate malvolentieri quello che la vostra società magari vi chiede di fare per poter condurre la vostra vita; tutte le volte che vi guardate intorno e non scorgete quelli che sono veramente i bisogni degli altri ma soltanto i vostri, che chiamano, che premono, che chiedono urgenza, attenzione e rispetto, quando voi urgenza, attenzione e rispetto verso gli altri così difficilmente siete capaci a tenerli nelle vostre mani.

Noi, figli, siamo accanto a voi e aspettiamo che voi arrivate a comprendere veramente quello che in tutti questi anni vi abbiamo detto; sappiamo che la strada è difficile, sappiamo che vivrete ancora momenti di difficoltà, di dolore, di sofferenza, ma sappiamo anche che, prima o poi, noi vi vedremo accanto a noi sorridere felici.

La pace sia con tutti voi, figli. (Moti)



## Incontro con le Guide

*Sommario: secondo incontro sulla rabbia*

Buonasera a tutti.

Avete pensato a quello che vi è stato detto la volta scorsa? Avete cercato di capirvi qualcosa, di ampliare?!

*D - Calma piatta!*

*D - È difficile!*

Va be', lasciamo stare; ci sarà qualcun altro che parlerà di questo. Non è una serata molto piacevole, questa, sapete? Se non ho capito male, c'è qualche bastonatina in arrivo! Quindi, preparatevi le spalle aggobbite perché ... (forse, se non ho capito male, eh; e poi, tanto, tutti voi avete la coscienza a posto, quindi non c'è problema!). Ciao a tutti! (Zifed)

La pace sia con tutti voi, figli.

Noi siamo contenti di ritrovarci, ancora una volta, assieme a voi per rinnovare questo incontro tra mondo invisibile e mondo visibile - come abbiamo detto spesso negli anni - eppure, ogni volta, in qualche maniera, pur mantenendo la sua coerenza, risulta alla fin fine essere diverso da una volta all'altra: diversi i partecipanti, diversi i nostri interventi, diverso l'ambiente in cui interveniamo. Questa diversità a noi fa piacere, fa molto piacere, perché vi dà la possibilità di non ristagnare in quelli che sono i vostri rapporti con noi; perché vedete, creature, noi non vorremmo che voi che siete presenti, qui, questa sera, commettete gli stessi identici errori che sono stati commessi per anni dagli altri componenti del Cerchio, che ci hanno alla fine costretti a chiudere gli incontri con quelle persone.

Una delle cose a cui più facilmente, quando si è incarnati, si finisce per andare incontro, è quella dell'abitudine. Noi non vorremmo che questi incontri diventassero per voi un'abitudine, un essere presenti tanto per essere presenti, una sensazione che tutto ciò che viene detto o fatto,

tutto ciò che noi vi possiamo dare o al limite togliere, sia qualche cosa che comunque vi è dovuto e comunque sarebbe successo. Non è così; nulla di quanto accade in queste riunioni è un atto dovuto nei vostri confronti; è semplicemente un nostro porgervi la possibilità di cercare di adentrarvi un po' più profondamente in quello che voi siete e di cui voi non vi rendete conto.

È per questo motivo che, negli anni, più volte abbiamo rivolto l'esortazione a chiedervi: «Perché siamo qua?». Le risposte sono sempre molte, una diversa per ognuno di voi: c'è chi è qua per curiosità, c'è chi è qua perché cerca di comprendere qualcosa, c'è chi è qua per fuggire la normalità della propria vita, c'è chi è qua per cercare di trovare un angolo in cui allontanare le sofferenze o le difficoltà che la vita ogni giorno gli propone.

Per carità, sono tutti motivi giusti, belli e validi, che ognuno di voi deve sentire dentro di sé perché deve avere la spinta verso la ricerca di qualche cosa di migliore e di diverso; però noi vorremmo che, sopra a tutti questi perché, ci fosse principalmente il desiderio di trovare una verità interiore che non conoscete, di fare lo sforzo di andare oltre a quello che la vostra conduzione della vita sembra non riuscire a insegnarvi; vorremmo, insomma, che voi, poco alla volta, riusciste a trovare quei pezzettini di verità di voi stessi che, soli, rendono la vostra vita degna di essere vissuta.

Essere qua, quindi, non per fare atto di presenza, o per in qualche modo gratificare o calmare o soddisfare il vostro Io, ma essere qua per cercare di ottenere da voi stessi qualcosa per voi stessi e, di conseguenza, anche per chi vi sta accanto.

Ora, quando in queste riunioni noi vi veniamo a parlare ultimamente, vi poniamo degli argomenti in qualche maniera diversi, posti in maniera diversa da come facevamo in passato; questo perché vorremmo che – visto che gli incontri sono più rari del passato – voi, nel tempo che passa tra un incontro e l'altro, cercaste di approfondire un po' di più, di capire un po' di più di quello che vi è stato detto, in modo tale da poter riflettere su voi stessi; perché quando vi diciamo: «Per alcuni incontri parleremo della rabbia» non parliamo della rabbia di chi vi sta accanto, ma parliamo della vostra, e lo facciamo perché arrivate a guardarla direttamente e riusciate, quindi, a comprendere qualche cosa di più di voi stessi, dei vostri movimenti, delle vostre necessità.

Ultimamente, il primo argomento che è stato affrontato è stato la rabbia riguardante l'espressione fisica, il corpo fisico, e quasi tutti avete lasciato poi alla fine cadere l'argomento, non trovando nessuna curiosità nella cosa; e, anzi, quando qualcuno ha proposto qualche cosa di un po' più approfondito, il discorso è caduto nel silenzio. Noi vorremmo che vi domandaste il perché di questo.

Evidentemente non vi interessa comprendere, evidentemente non volete veramente capire perché reagite in un determinato modo, evidentemente fate fatica (...?... ) a quello che altri possono pensare.

Queste sono solo ipotesi che sto facendo, non è che si tratti di verità; anche perché la verità non è la stessa per tutti voi; ognuno di voi ha la sua verità, così come certamente ognuno di voi avrà mille giustificazioni per quello che ho appena detto: i problemi della vita, l'impegno, la famiglia, le malattie, e via dicendo, però voi sapete benissimo – lo abbiamo sempre detto e da tempo ne siete consapevoli – che se veramente si vuole qualche cosa, il tempo, la volontà, la voglia per farla si deve saper trovare; altrimenti è inutile venire qua a scaldare una seggiola, portando magari via il posto a qualcuno che ne avrebbe più bisogno o avrebbe più volontà, più buona volontà per mettere in atto questo processo di apprendimento che va dall'esterno all'interno e dall'interno all'esterno, verso la comprensione di se stessi e della Realtà.

Con tutto il mio amore vi saluto, che la pace sia con tutti voi, figli.  
(Moti)

Creature, serenità a voi!

Non vi abbacchiate troppo, creature, mi raccomando! Il nostro discorso non è per buttarvi giù il morale, ma per darvi la spinta a cambiare; altrimenti, se lasciamo le cose in mano vostra, sapete benissimo come poi va a finire; quindi è molto meglio dare una piccola scossina all'inizio, prima che le cose diventino poco simpatiche o poco utili, come è accaduto in passato. Allora, avete qualcosa da dirmi?

*D - Sempre sul discorso della rabbia?*

Sì. Beh, certo! Quello di prima non è commentabile ...

*D - È ovvio!*

... anche se – se non siete d'accordo – fate pure le vostre rimozioni, non c'è problema, eh!

*D - Allora, se si poteva continuare con quello che in qualche maniera era stato sospeso sull'altra seduta, eventualmente sulla rabbia; come mai che l'aggressività è legata alla rabbia, come mai non sempre si manifesta sul piano fisico, ... se è inerente all'argomento che volevi portare questa sera.*

Ma prima vorrei più restare ... Perché, vedi, d'accordo che la rabbia è un'emozione, l'aggressività è un'emozione, però vorrei prima restare alla manifestazione ancora un po' sulla parte fisica; che – chissà perché – sembra non vi interessi! È una cosa che non riusciamo a comprendere: ma perché non vi deve interessare come manifestate la vostra rabbia?! Vi rendete conto che molte volte siete arrabbiati, la manifestate e non vi

rendete neanche conto di manifestare la vostra rabbia? Questo vuol dire che non vi conoscete! Non conoscete non soltanto quello che avete all'interno, ma neanche quello che portate all'esterno!

Non vi rendete conto che, magari, manifestate delle emozioni, senza rendervene conto, e queste influiscono sugli altri e gli altri non capiscono cosa sta succedendo! Se non riuscite a capire quello che manifestate e quando lo manifestate, come fate poi a decodificare i segnali che vi arrivano da parte degli altri? Ah, ma siete più interessati a decodificare quello che sta facendo l'altro. Dimenticavo!

*D - Eheh, non sarei così pessimista adesso, secondo il mio punto di vista! Dicevi della manifestazione che noi abbiamo nei confronti della rabbia e che manifestiamo nel piano fisico, magari anche il silenzio, magari ostentare il silenzio; oppure, che ne so, ... cambiare discorso, magari, per non dare soddisfazione all'altra persona ... Ci sono diversi aspetti ...*

Impallidire, diventare come un peperone, sudare, balbettare, ...

*D - Però, scusami, ma questi sono sintomi sempre di rabbia o sono altri aspetti che possono dare gli stessi sintomi? Perché non sempre – per quanto mi conosco io ... (e quindi, va be', abbastanza ... così) – non sempre è legata alla rabbia questa manifestazione, ci sono altri aspetti che a volte hanno le stesse caratteristiche.*

Diciamo che, chiaramente, qualsiasi emozione non si manifesta mai da sola, ma è sempre accompagnata da un corollario di altre emozioni che, sulla spinta delle vibrazioni di quelle emozioni, tendono a manifestarsi. Quindi – che so io? – giusto il balbettare (mettiamo) può certamente essere sintomo del fatto che uno è talmente teso, è talmente arrabbiato che non riesce a esprimere coerentemente delle parole, ma può anche contenere altre spinte di altri elementi; ad esempio l'imbarazzo, per esempio la paura, e via dicendo; però, principalmente, diciamo che potrebbe essere aggressività. Visto che si sta parlando di aggressività, parliamo dell'aggressività.

*D - E ... Posso? Allora: per quello che mi riguarda, ...*

Parliamo della rabbia, non dell'aggressività, visto che avevamo detto che non è giornata, oggi.

*D - Sì, aggressività e rabbia ... Un metodo per scaricare la mia rabbia è quello di fare movimento fisico; cioè ho bisogno immediato di fare del movimento fisico; anche solo muovere le gambe, però staccare. Ecco, questa è una mia reazione di fronte sia alla paura, sia alla rabbia. Poi, legato a questo, ...*

Aspetta, fermati un attimo su questo. Ricordati quello che è legato

a questo, che lo riprendiamo subito dopo. Questo può essere un tentativo da fare, cioè capire perché, per Marisa, il movimento fisico l'aiuta a scaricare la rabbia; qual è la motivazione psico-fisiologica – diciamo così – per cui riuscire a essere in attività finisce per attenuare il picco della rabbia.

*D - Scarica le sostanze legate alla rabbia con il movimento circolatorio e «consuma», diciamo.*

*D - Un canale preferenziale, ...*

*D - Esatto!*

*D - ... ho aperto un canale preferenziale per scaricare la mia rabbia; probabilmente ... cioè, è un'ipotesi che io mi son fatta ripensando anche alla mia infanzia, quando secondo me subivo delle ingiustizie e non potevo scaricarle o esporle, o esprimerle a qualcuno, e dovevo trovare il modo per questo sommovimento, questa forte pressione che sentivo dentro di me dovevo scaricarla in qualche maniera; quindi, abitando in campagna, andavo a fare le capriole, andavo a correre nei campi ...*

Vedi che ci sono due componenti fondamentali: intanto la componente fisiologica, pura e semplice. Se aveste letto con attenzione quel pezzo che mi sembra abbia mandato il figlio Fabio sulla Mailing List, e ci aveste pensato un pochino, dovrete aver capito che quando nasce la vostra rabbia nel vostro corpo fisico, e si manifesta poi all'esterno di voi stessi, questo porta con sé anche dei sommovimenti a livelli fisici, fisiologici, con la corruzione o l'inibizione di determinate sostanze (è inutile entrare nel merito, perché diventerebbe troppo tecnico, e non è poi così importante la cosa) che favoriscono la possibilità all'individuo di esprimere nel mondo fisico questa condizione di rabbia.

Sono sostanze, però, che non hanno una lunga vita, ed ecco che il movimento messo in atto dalla figlia Marisa permette – attraverso il contrasto provocato nel movimento tra l'azione (che provoca per esempio scariche di adrenalina aggiuntive) provoca il decadimento più veloce di tutte quelle, chiamiamole «tossine» della rabbia che sono nate al vostro interno per permettere il manifestarsi della rabbia.

Questo a livello fisiologico. A livello, invece, vibrazionale, ricordate che fare del movimento è in realtà mettere in moto tutta una serie di vibrazioni all'interno del corpo; giusto? Questo cosa comporta, secondo voi? La rabbia – noi sappiamo che la vibrazione è un'emozione che arriva vibratoricamente abbastanza forte, con un picco improvviso che non ha una lunghissima durata però una certa durata, e che attraversa l'individuo cercando di sfociare poi all'esterno, nel mondo esterno, nel mondo fisico. Ora, la presenza – attraverso il movimento – di queste ulteriori vibrazioni aggiuntive, cosa fa? Pensateci un attimo; vediamo se trovate la

soluzione voi. Secondo me è lampante, evidente, che cosa faccia.

*D - Fa come un ... Riequilibra completamente.*

Sì, ... diciamo in qualche modo sì; ma, per essere più precisi, più che riequilibrare va ad influire sul picco vibratorio e lo colpisce modificandolo in qualche maniera; e, quindi, fa sì che il picco vibratorio ritorni a livelli normali e, quindi, la rabbia perda gran parte della sua nocività per l'individuo e per chi sta accanto a quell'individuo. Vedete quante cose ci sono da pensare, se uno ragiona un po' su una cosa semplice come quella che ha detto l'amica? Vai avanti.

*D - La domanda che mi son posta è: perché cambiando l'ambiente, cambiando la situazione, questi canali che si aprono (che si aprono, presumo, per l'idea che mi son fatta, fin da bambina) poi rimangono attivi in qualche maniera, perché il fisico, di fronte a determinate azioni esterne (o parole, o quello che è esterno) di primo impatto ha la stessa reazione. Cioè, penso che non sia il fisico, comunque il picco di rabbia si alza nella stessa maniera, è sempre perché è legato a qualcosa che non si ha ancora compreso, oppure anche se si è compreso si riesce a riequilibrare prima questo picco? ... È perché il fisico è abituato anche a ..., subentra un'abitudine ad agire nella stessa maniera?*

Intanto, dobbiamo ricordare quello che abbiamo detto ...

*D - Non so se sono stata chiara, però.*

Per me sì, per loro ...!

*D - Eheh ... pazienza!*

Cerchiamo di ricordare un attimo quanto è stato detto qualche tempo fa a proposito del carattere e della personalità. È chiaro che la persona facilmente irosa, che si arrabbia facilmente (perché, se ci pensate, ognuno di voi ha una diversa facilità, possibilità, capacità di arrabbiarsi; no?

C'è chi si arrabbia di più, chi si arrabbia di meno, chi prova indifferenza, chi riesce a tenere a freno; ognuno di voi reagisce in maniera diversa) questo significa che c'è qualche cosa di diverso per ognuno di voi, e questo cos'è? È il carattere che avete alla base.

A seconda di come le caratteristiche della vostra rabbia sono scritte nel vostro genoma, la rabbia tenderà a manifestarsi e questa sarà una costante per tutta la vostra vita. Ecco perché di fronte a determinati stimoli, voi comunque reagirete sempre e comunque arrabbiandovi.

*D - E questo è consolatorio, perché ... Non per dire «Oh, allora va bene così», ma perché a volte mi arrabbio e poi magari riesco ad osservarmi e rido di me stessa; perché anche se mi cade un bicchiere ho la stessa*

*reazione; quindi rido di me stessa, riesco a ridere! Però dico: «Ma perché, per una sciocchezza del genere, ho una reazione analoga a qualcosa di più concreto?», ecco.*

Vedi, la risposta c'è in quello che ti sei appena detta, perché il fatto che la tua rabbia sia presente e tende a manifestarsi sotto determinati stimoli, ti spinge a chiederti il perché! Ricordate che tutto è funzionale alla vostra comprensione, alla vostra acquisizione di comprensione, di evoluzione.

Ecco, quindi, che la persona che esprime in maniera accentuata la rabbia, lo fa perché nel suo carattere è scritto che deve possedere questa qualità perché deve comprendere cose che sono legate a questa qualità. E fin qua, penso che possiate tutti comprendere; che siate tutti d'accordo; giusto?

*D - Ma nel momento in cui ... Mi sembra di aver capito che tu abbia detto, «cercate di guardare quali sono le vostre manifestazioni fisiche della rabbia, perché porre l'attenzione su questo vi porta a fare attenzione su quello che le ha scatenate, su come reagite, quindi vi dà delle informazioni su come siete voi» ...*

Sì.

*D - Nel momento in cui, posto che ci sia il carattere che, in qualche modo, convoglia la nostra rabbia in maniera quasi automatica in certe manifestazioni piuttosto che in altre, nel momento in cui interviene questa comprensione, presa questa coscienza, questa consapevolezza innanzi tutto di quello che sta accadendo e poi magari la comprensione di quali sono i meccanismi per cui si arriva a riuscire a ridere del fatto che, guarda caso, mi viene da arrabbiarmi sia se mi cade il bicchiere, piuttosto che se mi capita qualcosa di un pochino più serio, questo porta in qualche modo a far sì che non ci si arrabbi più, o comunque a modificare – per rimanere sul fisico – la manifestazione fisica della rabbia o ad attenuare il picco? Mi sono spiegata?*

Sì, certamente. Ma diciamo che, con l'acquisizione di elementi di comprensione, certamente le vostre possibilità poi di moderare, mediare la fuoriuscita della vostra rabbia aumentano, chiaramente. Questo, perché? Perché le comprensioni che avete nel frattempo raggiunto, grazie all'esperienza della rabbia manifestata, fanno sì che la vostra rabbia, quella reazione emotiva che è scritta nel vostro carattere, non abbia più la stessa influenza, la stessa importanza di prima, perda un po' di spinta; ed ecco, quindi, che verrà manifestata più raramente e in maniera diversa. E interverrà quindi, a quel punto, una modifica anche della personalità, cioè del modo in cui voi esprimerete la vostra rabbia.

Se voi guardate l'esempio più semplice che ci sia, l'esempio del

bambino di pochi mesi: si arrabbia, eccome se si arrabbia, al di là dell'idea dell'angelo biondo con gli occhi azzurri che hanno tutti dei neonati, ma non è così. Il bambino di pochi mesi s'arrabbia furiosamente e, se ci fate caso, quando si arrabbiano, i bambini così piccoli esprimono la rabbia tutti allo stesso identico modo.

Avete presente come reagiscono i bambini? Reagiscono tutti allo stesso identico modo. Questo, perché? Perché non vi sono ancora altre influenze di nessun tipo; il carattere esce fuori spontaneamente, la personalità non è ancora formata ed è quindi la manifestazione della rabbia pura e semplice, diciamo più elementare, più animalesca che si possa trovare.

Quando invece le cose cambieranno, e il bambino diventerà adulto, vi saranno le comprensioni che modificheranno un pochino questa spinta della rabbia ed ecco che la rabbia allora si manifesterà in maniera diversa, un po' alla volta, a seconda di quanta comprensione c'è stata nel frattempo; fino a quando quello che noi abbiamo definito «un dono», la vostra capacità di arrabbiarvi, resterà all'interno del vostro carattere ma non sarà più una cosa attiva, che esploderà all'improvviso, ma sarà qualche cosa che verrà usato per comprendere che cosa? Per comprendere la rabbia degli altri.

*D - Quindi, in sostanza, possiamo arrivare a modulare la nostra rabbia comprendendola; cioè mentre prima uno lasciandosi andare diciamo a quello che sente dentro, eventualmente se è iscritto nel proprio carattere, sarebbe sempre a mille, può imparare a modularlo ... per cui se ti cade il bicchiere magari ti arrabbi a 10, se ti capita invece qualcosa di grave ti arrabbi a 1000. Ecco, impari a modularla perché impari a vederla.*

Certamente, certamente.

*D - Però una delle caratteristiche proprio fisiche della rabbia è che, quando avviene il picco, è come se la parte fisica, o istintiva, o comunque quella meno razionale che si può controllare prendesse il sopravvento sulla nostra capacità di modulare, di frenarci, anche solo.*

Questo accade per brevi attimi se, intanto, il cammino verso la comprensione è andato avanti; invece accade per attimi più lunghi - e può anche diventare violenta, a quel punto; e si spiegano, ad esempio, gli omicidi sotto la spinta della rabbia (no?) cosa che, altrimenti, una persona magari non avrebbe mai fatto - se la rabbia fuoriesce senza nessuna mediazione, senza che vi sia stato nessun elemento che abbia attenuato questa manifestazione del picco.

*D - Ma se quando uno sente il picco che sale, fisicamente si sente il «montare la rabbia» (d'altra parte, si dice) e quindi si diventa come spet-*

*tatori di ciò che sta accadendo, perdendo man mano la possibilità di gestire, di controllare, e può prendere il sopravvento quest'onda!*

*D - Beh, però se tu ti rendi conto che ti stai arrabbiando tantissimo perché ti è caduto un bicchiere, tu puoi dire: «Ma no, è caduto solo un bicchiere!» e, quindi, razionalmente, dire: «è una stupidaggine» e metterti invece a ridere!*

Ma, al di là di questo, non dimenticate che le cose non sono così semplici ma ci sono anche altre emozioni, assieme, e poi dimenticate sempre l'importante funzione degli altri! Certamente che c'è la rabbia che vi fa salire il sangue alla testa, e poi non capire più niente e tendere a fare cose spropositate, però ci sono tutti i limiti imposti anche soltanto dalla presenza di una persona che ti è accanto, che magari subirebbe la tua rabbia e a cui tu vuoi bene.

*D - O che la fomenta.*

O che la fomenta. Molte volte, istigare una persona arrabbiata può essere utile, non è detto che sia sempre dannoso. Pericoloso, questo senza dubbio; però, molte volte, per il fatto di sentirsi istigata, la persona arrabbiata si rende conto di quello che può succedere più improvvisamente e, allora, il picco improvvisamente si blocca e scema dolcemente.

Volevo sottolineare che, probabilmente, avete perso quello che ho detto poco fa; e che, secondo me, è una cosa grandiosa e che dimostra quanto Colui che tutto ha creato ha tenuto conto dell'economicità di qualsiasi elemento che vi ha fornito per comprendere. Io avevo detto che, nel momento in cui la vostra rabbia nel vostro carattere viene compresa, diventa «un dono»; e voi direte: «Ma come può essere considerato un dono il fatto di avere nel proprio carattere scritta la capacità di arrabbiarsi?!» ... Diventa un dono perché voi, conoscendo la vostra rabbia, a quel punto potete comprendere e aiutare nel modo migliore quelli che esprimono rabbia. Ecco, così, che quello che appartiene a voi, a quel punto, diventa un aiuto per quelli che sono all'esterno di voi; e tutto ritorna al tentativo di riequilibrio che tutto l'universo cerca sempre di mettere in atto.

*D - Ricapitolando (per mio consumo, diciamo così; per mia immagine mentale): una persona ha un carattere iroso, attraverso questo tipo di caratteristica la esprime sul piano fisico, acquisisce brandelli di comprensione finché ha capito la sua rabbia e questa rabbia viene iscritta sempre nel suo carattere come un dono che magari – appunto come dicevi – gli permette di conoscere la rabbia degli altri.*

C'è solo un'imprecisione: non viene iscritta nel suo carattere perché nel suo carattere è già iscritta; semplicemente perde la spinta a manifestarsi, pur restando all'interno; però il fatto che resti all'interno, a

quel punto, è qualche cosa di conosciuto, quindi qualcosa che tu puoi usare a favore degli altri, nel tuo rapporto con gli altri.

*D - Io non riesco a capire il passaggio!*

*D - Praticamente non sei più in balia della tua rabbia, ma la sai gestire come qualsiasi altra cosa, del resto. Una volta che si riesce a comprendere un qualcosa di noi stessi, si diventa in qualche maniera padrone di questa cosa. Potrebbe essere legato a questo; no?*

*D - Posso? Perché quello che secondo me si fa fatica a capire ... Tu prima hai detto che, comunque, se nel tuo genoma sono scritte determinate cose, queste cose ti fanno sempre arrabbiare (no?) Ok, quindi è la manifestazione della rabbia che cambia?*

Sempre a meno che tu non abbia compreso, chiaramente, eh: nel momento in cui c'è la comprensione, si trasformano in «doni», invece che in spinte.

*D - Ecco, e questo ... Faccio fatica a collegare questa ... Non so ... Forse perché noi abbiamo una concezione della rabbia che la etichettiamo come negativa, e quindi faccio fatica a fare questo passaggio del farla diventare un dono. Cioè, nel senso ... Quello che prima mi faceva arrabbiare, nel momento in cui ...*

Nel momento in cui tu hai compreso, non ti fa arrabbiare più!

*D - Potrebbe essere che, a un certo punto, invece di farti arrabbiare, magari ti fa ancora innervosire però, avendo compreso la maggior parte, riesci a controllarti e magari manifestare non la rabbia ma qualcos'altro di diverso, che può essere utile alla persona che hai davanti.*

*D - Forse agisce sulla personalità, non sul carattere.*

Diciamo che, senza dubbio, nel momento in cui si è compresa la rabbia, la rabbia è impossibilitata a manifestarsi con dei picchi.

*D - Però può esserci sempre del nervosismo, comunque.*

Certamente può esserci di sottofondo una caratteristica tipica dell'individuo che si manifesta poi attraverso la personalità, nel suo modo di esprimersi, che può essere tendenzialmente «ombroso» (tanto per dire) però non avrà più i picchi tali per cui la sua rabbia si manifesterà in maniera violenta, compulsiva e via dicendo. Non soltanto, ma – ripeto – poiché la rabbia, da un individuo in queste condizioni, è stata compresa, egli avrà una maggiore possibilità e capacità di comprendere la rabbia altrui. E poi, comprendendo la propria rabbia e facendo un parallelo tra la propria e quella altrui, avrà anche una maggiore possibilità di aiutare l'altra persona a comprendere la «sua» rabbia.

*D - Avendo anche un metro di paragone.....*

*D - Si diventa empatici, sostanzialmente.*

Sì, diciamo di sì.

*D - Perché, legato al discorso della rabbia c'è anche il discorso della vendetta, però andiamo non più sul fisico ma andiamo a parlare di un altro piano.*

Diciamo che alla vendetta ci arriveremo, eventualmente, quando si parlerà della parte mentale; perché è principalmente mentale, la cosa.

*D - Ecco, però volevo dire che, più la osservi, più ti accorgi che meno vendetta metti in atto. Almeno per ...*

Certo, senza dubbio.

*D - Scifo, faccio un'altra domanda: tu hai parlato della rabbia come vibrazione principale che si porta dietro, però, nel momento in cui arriva a manifestarsi, anche tutto un altro corollario di vibrazioni e quindi di emozioni. Per ciascuno di noi ci sarà una causa scatenante principale, e poi tutta una serie di altre. Nel momento in cui noi ci osserviamo, cosa dobbiamo fare? Lavorare sulla rabbia principale, cercare di distinguere, ... cioè qual è un meccanismo che possiamo utilizzare per riuscire a, in qualche modo, disinnescare la bomba?*

Direi che la cosa primaria da farsi è proprio quella di disinnescare la bomba, ovvero lavorare sul picco che state per manifestare. Tutte le altre vibrazioni comprimarie, diciamo, che accompagnano la vibrazione principale che sta per manifestarsi attraverso il picco sono soltanto degli addentellati, quindi son vibrazioni molto inferiori al picco.

*D - Che, però, possono rappresentare la differenza; come si diceva prima, quando dicevi «c'è un ambiente diverso»; se hai accanto una persona che tende ad avere un effetto calmante, contenente sulla tua rabbia, o una persona che ti provoca, la stessa situazione può evolvere in modo diverso ...*

Come sarebbe diversa se tu ti arrabbiassi quando sei da sola! Sarebbe importante, per esempio, che voi incominciaste a cercare di notare come reagite diversamente quando siete da soli o quando siete con altre persone, e vi arrabbiate in entrambi i casi.

*D - Io ho una domanda: a me capita delle volte, di fronte ad uno stesso stimolo, magari a qualcuno che mi può rimproverare qualcosa, delle volte mi capita di arrabbiarmi, e la cosa è palese (per cui uno risponde, c'è il solito botta e risposta, e via dicendo) delle volte, invece, ho una reazione completamente opposta; cioè del tipo: «Va beh, pensala come ti*

*pare!», cioè molto passiva ma non nel senso del subire; passiva nel senso che ti puoi arrabbiare quanto ti pare ma ... Cioè, questo dipende dall'eventuale senso di colpa che le parole dell'altro possono generare in me stesso o è una cosa diversa?*

Beh, questa è già una cosa più complicata da definire, perché varia da situazione a situazione; comunque, direi che il secondo comportamento solitamente è accompagnato da un senso di superiorità, nel senso che sottintende: «Beh, pensala come vuoi, tanto io so che ho ragione e tu hai torto».

*D - Ah, ecco!*

*D - Scifo, perché la rabbia viene rivolta verso se stessi, cioè il picco invece di andare verso l'esterno ci sono casi in cui va verso l'interno?*

Ci sono casi, non che viene rivolta verso se stessi. A volte capita che venga rivolta verso se stessi. Mah, perché ... Qua andremmo però a dover parlare di archetipi e via dicendo, quindi no, lasciamo stare; ne parleremo più avanti. Segnatela!

*D - Ma quindi, scusa, la rabbia ... Perché secondo me è sempre rivolta verso se stessi, poi, alla fine, perché l'altro ti suscita delle cose che in realtà sono in te; per cui in realtà quando tu vai a cercare il profondo la tua rabbia, in realtà è sempre verso se stessi anche se tu lo manifesti ...*

Da questo punto di vista, senza dubbio è vero: la rabbia è sempre tua, non è mai dell'altro (no?) ma penso che lei intendesse di più proprio la manifestazione esterna della rabbia.

*D - Anche se, anche la manifestazione ... Cioè, se noi parliamo di rabbia come il picco in cui uno si arrabbia, sì; però se parliamo poi di rabbia che si trascina, quindi che non è la rabbia del picco momentaneo, che non so cos'è: frustrazione, rabbia non espressa, oppure rabbia che uno ha con se stesso che non riesce a risolvere ...*

Ecco, questa qua è una cosa interessante, perché poi potreste dire: «questa è un .... Nel momento in cui vi viene la rabbia, la rabbia vera e propria e reagisce in qualche maniera, in maniera abbastanza forte, però ci sono tutte quelle rabbie che si protraggono nel tempo; alla fin fine non hanno mai dei grossi picchi, però restano sotto-sotto come qualcosa che continua a rosicchiare l'anima (che ne so?) un figlio che si allontana, e via e via e via e via ...

*D - Insoddisfazione più che altro, alla fin fine.*

È che, a quel punto, non è più la rabbia l'emozione principale, la rabbia è soltanto un'emozione che accompagna tutto l'insieme delle altre emozioni che accompagnano la situazione. Questa è la differenza.

Mentre per la rabbia di cui parlavamo prima il picco è la rabbia, e la rabbia è certamente l'interprete principale di quello che sta succedendo, nei casi in cui la rabbia sembra che si protragga nel tempo, nei giorni, o magari anche a lungo, anche per degli anni, questo accade perché la rabbia non è l'elemento portante di quello che interiormente si sta smuovendo, ma è un insieme di cose, nessuna delle quali riesce a prendere il predominio e che si vivono, alla fine, con una reazione di rabbia anche come meccanismo di difesa; perché ricordate che la rabbia è anche un meccanismo di difesa, in taluni casi.

*D - Però, in questi casi in cui la rabbia è prolungata nel tempo, il ciclo di queste sostanze legate alla rabbia, ... cioè si sciolgono normalmente ma non hanno effetto sul fisico oppure sì?*

Ma diciamo che in questo caso di rabbia prolungata nel tempo le sostanze che si creano sono molto poche, sono quelle che si creano all'inizio ma poi, col passare del tempo, la sensazione di rabbia continua a persistere ma è più che altro un'abitudine ormai che si è creata. Si pensa a quella determinata cosa e sorge la rabbia perché si rivive la situazione, ma non è che si crei veramente una risposta rabbiosa a quello che si sta vivendo, perché non si sta vivendo in quel momento la situazione. La situazione che provoca la rabbia non è un qualcosa che hai davanti e con cui tu puoi reagire; è qualche cosa che ti porti avanti come ricordo. Capisci? Quindi, la cosa è diversa dalla manifestazione di rabbia come reazione a qualche cosa che sta succedendo.

*D - Quindi la rabbia del picco è più legata a un evento singolo?*

La rabbia del picco è più legata a qualcosa di immediato.

*D - Esatto; mentre quella che si protrae nel tempo è ben più complicata quindi da analizzare.*

Sì, a volte può complicare, perché può essere (giusto come diceva l'amica) vendetta, potrebbe essere rancore, potrebbe essere delusione, potrebbe essere paura, potrebbe essere tante altre cose ...

*D - Anche odio?*

Potrebbe essere anche odio; ... tante altre cose che si accompagnano a questa condizione che l'individuo preferisce definire rabbia perché, tutto sommato, gli fa meno paura che vedere tutte le altre emozioni che l'accompagnano.

*D - Ma in un caso del genere, uno come fa a ... Se non ricordo male, ci avete sempre detto che quando si hanno dei problemi, è meglio cercare di non affrontare tutta la matassa insieme, ma di prendere un pezzetto alla volta. Se io mi trovo di fronte a una situazione del genere, io come*

*faccio a fare ordine nel cercare di capire tutto quello che c'è dietro a quella che io chiamo rabbia e che in realtà è una cosa che si protrae nel tempo?*

Eh, diventa una cosa complicata, veramente complicata! Anche perché, essendoci tutto questo insieme di emozioni diverse che si uniscono tra di loro e non essendoci la situazione presente che scatena la rabbia, ma essendo basata su un ricordo – che, al limite, può essere anche un falso ricordo, perché voi non sapete in realtà se il motivo per cui siete arrabbiati è basato su qualcosa di reale, che veramente meritava la vostra rabbia, o se è stata una vostra reazione per il vostro Io ferito - allora, non avendo tutti questi elementi qua, l'unica cosa che potete fare è cercare di tenere sotto controllo la situazione; e in che modo? Attraverso la mediazione del vostro mentale; però questo non risolverà certamente la rabbia. Per essere risolta, bisogna che la situazione che ha provocato la rabbia – teoricamente, o che non l'ha provocata ma voi pensate che l'abbia provocata – venga poi vissuta direttamente in qualche altro modo.

*D - Cioè bisogna trovare uno sfogo, comunque. Comprenderla e tirarla fuori?*

*D - No, più che altro un innesco, forse.*

*D - No, però, scusa, in questo caso, per esempio ...*

Nel senso che (finisco il discorso, sennò non lo capiscono) ... nel senso che quando noi vi diciamo «affrontate le cose subito, direttamente» voi le affrontate subito e direttamente. Se rimandate le cose, vi ritrovate poi nella situazione che non avete più la possibilità di affrontarle direttamente, ed allora ecco che la vostra rabbia si protrarrà nel tempo senza poter essere sciolta, perché mancano gli elementi su cui basarsi. Ecco perché affrontare e vivere nel «qui e ora».

*D - Le frecciate che si danno alle volte alle persone, può essere una componente di questa rabbia lasciata lì?*

Sì, sì sì, senza dubbio.

*D - Ecco, volevo una conferma.*

Senza dubbio; perché poi non c'è niente di più nocivo, nei rapporti tra le persone, che lasciare lì le cose che intanto lavorino sotto-sotto formando poi una specie di cristallizzazione interiore. Perché poi il risultato è quello: qualcosa che continua a girare, senza trovare uno sbocco di nessun tipo, al vostro interno.

*D - Volevo dirti questo: quando ho incominciato a leggere i libri del Cerchio, poi ... questa cosa voi l'avevate già detta: andate e affrontate le*

*cose ... Io ho sempre avuto un rapporto difficile con mia sorella e allora che cosa ho fatto? Ci ho passato un'estate a cercare di andare a trovarla, di vederla ...*

*... Chissà come era stufa lei!*

*D - Però, proprio per capire, per rimettersi nella situazione, rendere reale una situazione che magari è solo basata sul ricordo, su una percezione; non lo sai, ... però quello che succede quando vai – anche in maniera cosciente – a rimetterti in una situazione per vedere cosa succede, per affrontarla, per guardarti, ... non dico per risolverla, ma per avere altri elementi, ... è come se partissi già con una soglia un po' più alta di nervosismo; già parti prevenuto, già quando ti dici: "Sarò calmissimo" non è vero! E, quindi, è più facile arrabbiarsi; non è detto che poi anche lì i dati che trai dalla situazione siano effettivamente dei dati reali. Allora come fai a scindere la rabbia che può esserci nella realtà di quel momento da quel substrato di cui parlava Luca, che è un qualcosa che è più grosso, più complesso, più ramificato, più composto di varie cose, e che però ti porti dietro anche quando vai ad affrontare qui e ora la persona, la situazione che ti genera ...*

Ma vedi, cara, un conto è affrontare la situazione perché l'ha detto Moti o l'ha detto Scifo, e un conto è affrontarla perché lo senti di affrontare! Tu stessa hai detto che parti già prevenuta; se parti prevenuta vuol dire che l'affronti perché senti di affrontarla.

*D - Sì ma ho anche detto meglio di niente!*

E «meglio di niente» vuol dire che non l'affronti perché senti di affrontarla; la affronti «perché è meglio di niente»!

*D - Sì, però, qualcosa bisogna pur fare!*

È sempre il tuo Io che ti sta spingendo; non è il desiderio di affrontare! O, forse, il desiderio del tuo Io è di far vedere a te stessa e agli altri che, tutto sommato, se le cose stanno così, è colpa dell'altro e non è colpa tua! O, per lo meno, è principalmente colpa dell'altro e non tua.

*D - Va be'! ...*

L'ho lasciata senza parole! Ci sono riuscito!

*D - Facevo meglio (...?...?) però se non facevo niente mi rimproveravi!*

Certo!

*D - Eheh... vedi che, comunque sia, mi piglio una trambata sull'altra!*

Non fate mai niente di giusto; quindi, in un modo o nell'altro, dobbiamo sempre raddrizzarvi!

*D - Invece prima hai detto: «una cosa che meritava la vostra rabbia», e m'ha incuriosito questa cosa ... Cioè, cosa intendi ... quali sono le situazioni che meritano la nostra rabbia?*

*D - La nostra attenzione, mi sembrava.*

*D - No no, aveva detto ...*

*D - Scusa.*

*D - O ho sentito male io?*

Sai che non mi ricordo di averlo detto?!

*D- Ehh, io me lo ricordo bene!*

*D - Me lo ricordo anch'io!*

Diciamo che è la vecchiaia ... Purtroppo le sinapsi che sto usando sono così. Bisogna anche accontentarsi di quello che si riesce ad avere! Cerchiamo di capire perché potrei aver detto una cosa del genere. Ahh.. Ripeti: cosa ho detto?

*D - Avevi detto una cosa ... Oppure non riesci a distinguere se era una cosa che meritava la tua rabbia (o la vostra rabbia) oppure invece ti sentivi superiore - quando ti ho fatto quell'esempio - oppure reagisci così perché ti senti superiore all'altro e quindi gli dici: «Va be', arrabbiati quanto ti pare, tanto..»*

Ma, intanto, bisogna considerare ... Perché voi continuate a vedere la rabbia dal punto di vista negativo; no? ...

*D - Esatto.*

Ma c'è qualcuno di voi che possa pensare che c'è una rabbia giusta e positiva?

*D - Eh, appunto!*

*D - Secondo me sì.*

*D - Certo, di fronte a un'ingiustizia viene la rabbia, perché mi sembra positivo, tutto sommato; anche se di fondo c'è sempre una mia incomprendimento, però mi sembra legittimo manifestare questo mio dissenso, alla fin fine.*

*D - Io ho anche un altro esempio, perché lo uso io come strumento anche col mio lavoro, perché se un bambino fa una cosa sbagliata, è giusto che io manifesti la rabbia - in quel caso è controllata - perché capisca che ha fatto una cosa sbagliata.*

Certamente.

*D - E, quindi, deve avere un rimprovero.*

Certamente. Questo è un errore che tutti voi fate con i vostri figli, perché cercate di non fargli vedere la vostra rabbia, invece dovrete metterli di fronte alle vostre reazioni rabbiose perché, in quel modo, capiscono e si rendono consapevoli di dove possono essere i loro errori: invece voi avete paura: «Poverini, poi restano traumatizzati e poi se lo ricordano» ... Certo che se lo ricordano, sarà bene se lo ricordino!

*D - Ma anche di fronte a una discussione fra coppia, cioè se io ritengo che lui mi abbia fatto un ... cioè mi sento non capita, o che lui non mi ascolti, è giusto che tiri fuori la mia rabbia per farmi ascoltare, per farmi capire, per chiarire la situazione del momento.*

Non si può fare di tutta a un fascio. Ci sono dei casi ... Ricordiamoci che, essendoci due persone coinvolte, la cosa diventa doppiamente complicata - per non dire quintuplicamente duplicata - perché chiaramente i fattori aumentano in maniera esponenziale essendo due persone, eh; e quindi da un caso all'altro, il modo di reagire giusto, ... è difficile poi definirlo giusto ... Giusto per te? Giusto per lui? Giusto per la società? Giusto per la famiglia? Giusto per i figli? Sarebbe troppo lungo poter fare una cosa del genere.

Diciamo che, certamente, se c'è una rabbia nei confronti di un'altra persona, sia un compagno o una compagna, o un amico, o chiunque vogliate, sarebbe giusto, comunque sia, riuscire a esprimerla; a esprimerla magari nella maniera migliore, ma questo riuscirete a farlo soltanto quando avrete incominciato a capire una parte della vostra rabbia; altrimenti la vostra rabbia - all'inizio, se voi vedete le vostre prime incarnazioni - usciva semplicemente come picco reattivo, e ne son sempre successe di tutti i colori! Quello che fate adesso, che magari vi spaventa, è niente in confronto a quello che avete fatto in passato di fronte alle vostre esplosioni di rabbia!

*D - Gli esempi fatti finora sono rapporti tra singoli; ma quando invece il rapporto è con molti, nel mio caso è la classe, l'uso della rabbia per dimostrare dissenso del comportamento (ovviamente dei ragazzi, in questo caso) quando in certe situazioni spesso c'è la ricerca di provocare la reazione rabbiosa per conoscere quelli che sono un po' i limiti che la situazione permette, a questo punto la questione diventa complessa, cioè nel senso che la manifestazione del mio dissenso nei confronti dei ragazzi perde lo scopo pedagogico; o no?*

Sì sì, ma certamente. Diciamo che, in questo caso particolare, la rabbia deve avere la funzione - come dicevi tu - pedagogica, dimostrare ai ragazzi quello che stanno facendo, attraverso la tua reazione. L'importante è che si tratti di una rabbia «consapevole e governata» secondo le

proprie finalità, non un'esplosione di rabbia fine a se stessa; perché allora si rivolge soltanto agli studenti, che cosa? Che «facendo un certo comportamento quelli si arrabbiano, e guarda che ridere, come si sta arrabbiando quello!». Giusto?

*D - Esatto, ma il problema è qual è allora la manifestazione di questa rabbia? Cioè, la nota sul registro (per fare l'esempio classico) ...*

Purtroppo la manifestazione in un ambito scolastico non può essere che quella di usare le regole che permettono di esprimere la rabbia, quindi le punizioni, purtroppo.

*D - È sbagliato?*

Non è sbagliato.

*D - Il problema è che, appunto, i ragazzi sono arrabbiati perché devono venire a scuola. Ecco, chiaramente questo, a seconda degli anni, perché più son piccoli e più questa manifestazione verso l'esterno è palese, più son grandi e più viene dissimulata ovviamente in altre modalità.*

Forse la cosa migliore sarebbe fargli vedere che anche tu sei arrabbiato perché devi andare a scuola, che se potessi faresti cose che ti piacciono di più!

Però, capisci, caro, in fase adolescenziale, qual è l'adolescente che non è arrabbiato? Chiedetelo al nostro amico Andrea, qua, quante ... lui sembra sempre così sereno, pacifico e sorridente, ma dentro, quante volte sei arrabbiato e non lo manifesti?

Appunto! È proprio una condizione «di crociera» di quell'età!

*D - Questo l'ho già capito, indubbiamente, comunque c'è il problema che questa cosa deve essere in qualche modo disciplinata; cioè nel senso che, voglio dire, sì, va bene, ma fino a un certo punto ...*

Certo, bisogna riuscire a mostrargli delle regole, dei limiti, dei paletti oltre ai quali è giusto non andare prima di fare qualche cosa di cui poi ci si pentirebbe magari per tutta la vita!

*D - Sì, io vedo dei colleghi, mi è capitato qualche volta, che hanno delle reazioni veramente aggressive, anche di fronte magari a gesti da parte dei ragazzi che non sono poi così forse gravi, ecco, giusto per usare un termine ...*

Questi colleghi, evidentemente, non hanno ancora capito molto della loro funzione.

*D - Sì, però è anche vero che comunque un certo risultato in termini di disciplina lo ottengono.*

Ah beh, ...

*D - No no, finisco: un modo per controllare la rabbia, almeno, potrebbe essere quello di infondere la paura; cioè la paura in qualche modo induce ...*

No.

*D - Sì, lo so che è no, però voglio dire in effetti ... che sia ... è quello di indurre nell'individuo un calo di questo famoso picco; perché, probabilmente, incontrarsi due emozioni forti (una la rabbia e d'altra parte la paura) provoca probabilmente l'annullamento di entrambi, però sul momento; poi è chiaro che queste cose è come un po' un vulcano (no?) si rimescolano all'interno e ...*

Teoricamente può essere vero il discorso delle due emozioni che si contrastano, ma il più delle volte non è che le due emozioni si contrastano ma si uniscono e, in qualche maniera, pur abbassando il tenore di una poi aumenta il tenore dell'altra. E allora cosa accade? Che la paura limita certamente la rabbia che stava per esplodere, però più che limitarla la inibisce. E la inibisce quando? Quando c'è la persona che ha provocato la paura. Nel momento in cui la persona non è più presente, ecco che succede che la rabbia viene di nuovo fuori e si manifesta in quei comportamenti che mi sembra che ultimamente stiano succedendo molto spesso, di bambini picchiati, o ricattati e via dicendo; ma quelle sono tutte reazioni di rabbia a quello che questi ragazzi stanno vivendo e che manifestano attraverso il bullismo con comportamenti di questo tipo, quando le persone che incutono paura non sono presenti.

*D - Sì, indubbiamente; tant'è che cambia a seconda dell'insegnante; nel senso che l'insegnante che fa più paura perché la materia comunque è più importante, rispetto all'insegnante che fa meno paura perché magari la sua materia ha meno peso; no?*

Certo che, teoricamente, l'insegnante – mettendo in moto questi meccanismi di paura – ha la classe più sotto controllo e ha meno problemi; però forse non è quella la funzione dell'insegnante, quella di avere meno problemi lui, la funzione è quella di cercare di aiutare i ragazzi a capire, a conoscere, a studiare e avere loro meno problemi; perché sono loro quelli che hanno bisogno di aiuto.

*D - Sì sì, no, il problema appunto è che comunque loro una valvola di sfogo la cercano e chiaramente la utilizzano dove sanno che possono in qualche modo poterlo fare. Capisco che uno possa svolgere la funzione sociale anche in questo senso, però nella dinamica complessiva, se le valvole di sfogo son troppo poche, lo sfogo diventa eccessivamente violento e a quel punto lì poi diventa un problema per tutti, anche per loro stessi, perché poi si fanno male anche fra di loro, voglio dire.*

Certo, sarebbe bene che si facesse, ad esempio nelle scuole, per evitare – seguendo il metodo Marisa B. – di mettere più attività fisica, in modo tale che le energie, i picchi, siano più facilmente (come si può dire?) ... spandibili all'interno della propria vita, dai ragazzi; invece l'attività fisica è molto poco presa in considerazione nel vostro sistema scolastico attuale.

*D - No no, ma quello è sicuro; è un problema su cui è da anni o decenni che si discute ...*

E non si rendono conto che molta parte dei problemi è perché questi adolescenti che hanno questi picchi di energia che comportano tantissimi elementi: la sessualità, l'affettività, il desiderio di staccarsi dalla famiglia, la voglia di fare cose diverse, la curiosità, e via e via e via e via, probabilmente sarebbero molto più facilmente governabili se le energie dei ragazzi venissero in qualche maniera incanalate anche in altre direzioni se fosse loro permesso di uscire, di essere espresse anche in altre direzioni e, quindi, diminuendo un po' alla volta tutti i picchi interiori delle loro scelte.

*D - Sì sì ma, ripeto, è una cosa che ... Il problema è che non è così facile da inserire in una dinamica scolastica, visto già le molte ore che comunque è abbastanza notevole, inserire degli spazi di questo tipo, ... al di là poi della gestione; nel senso che, comunque, se un ragazzo si fa male, è sempre un problema.*

Diciamo che principalmente il motivo è quello, per cui non viene fatto, comunque.

*D - Sì, ma ... cioè ... comunque abbiamo sulle spalle delle responsabilità che non sono poi così ... Cioè, non so, ... io in classe ho un ragazzo che è un aspirante suicida, ci ha già provato, si sa che c'è questo rischio e questo comunque condiziona non da poco, perché se questo qui, non so, gli viene il trip di buttarsi dalla finestra, sono problemi seri; cioè non è ...*

Sì sì, ma certamente; certamente non sono situazioni facili da vivere e da gestire. D'altra parte, diciamo che dal punto di vista delle istituzioni non c'è un aiuto reale agli insegnanti con una certa coscienza per portare avanti il loro lavoro nel modo migliore.

*D - Sì sì, ci affiancano gli psicologi, ma quello ...*

Sì, va be', ma poi ci vorrebbe qualche cosa di diverso di uno psicologo che viene una volta ogni tanto, a cui non gliene frega niente, fra l'altro, di quel tipo di lavoro, ma lo fa soltanto per arrotondare le entrate, gli introiti.

*D - Sì, il problema è che ci vorrebbe un insegnante per ogni allievo, in una situazione di questo tipo qua (no?). e lì diventa una roba, anche economicamente, che non so se è anche sostenibile.*

Questa, purtroppo, è la culturizzazione di massa. Se voi pensate agli antichi romani e agli antichi greci, questo l'avevano capito e tendevano più ad avere giusto un insegnante per ogni studente o per un piccolo gruppetto di studenti.

*D - Sì sì, certo. Questo ...*

E difatti fiorivano i filosofi, fiorivano i matematici, e via e via e via. Adesso fioriscono i «punk», che non sono proprio la stessa cosa; perdonatemi!

*D - Sul discorso del movimento fisico, che faceva prima Marisa, io l'ho voluto sperimentare anche su di me ed effettivamente può essere un nuovo modo per gestire, secondo me, la tensione, o rabbia che si vuol chiamare, ma credo ...*

È valido per tutti i tipi di picchi, eh!

*D - Certo; ma credo che dietro ci sia anche un altro aspetto, al movimento fisico; è il fatto che uno sposta l'attenzione da un'altra parte.*

Va bene. Certo.

*D - Io ho l'impressione che – almeno, sempre sperimentando sulla mia persona – questo sia un punto cruciale; cioè l'innesco di questo processo, l'aumentare di questa produzione anche a livello fisico di queste sostanze che in qualche modo fanno montare la rabbia, nasce proprio dal fatto che io mi concentro su quel punto e diventa un circolo vizioso. L'esercizio fisico, ma può anche essere qualcos'altro, fa sì che sposto l'attenzione da un'altra parte e inevitabilmente alla fonte io chiudo il rubinetto, per cui è chiaro che il processo in qualche modo si interrompe.*

Certamente riuscire a focalizzare l'attenzione su qualche cosa che distoglie dall'esplosione del picco, permette al picco di sciogliersi senza provocare danni; per esempio, bene fa il nostro amico Fabio ad usare le carte per aiutare i bambini problematici, perché distogliere la loro attenzione, fargliela porre sulle carte che lui, con tanto amore, gli presenta, li aiuta non soltanto dal punto di vista cognitivo, di apprendimento o affettivo e via dicendo, ma anche li aiuta proprio a spostare l'attenzione da queste cose che non riescono a esprimere e che restano dentro e quindi provocano delle tensioni interiori, verso l'esterno; quindi aiutandoli a scioglierle, anche se inconsapevolmente, ovviamente, vista l'età e magari i problemi che hanno.

*D - Posso fare una domanda?*

Prima proverò a chiedere a Luca se ha ben capito la risposta a quella frase che io dovrei aver detto.

*D - Sì ... Oddio, gli esempi fatti sono d'accordo e li ho capiti, ma volevo capire se c'era qualcosa di diverso da questi; cioè capisco la rabbia nei confronti del bambino che fa qualcosa di sbagliato e gli fai vedere subito ... Mi interessava sapere se c'erano dei risvolti più sottili o di tipo diverso riguardo appunto ad una rabbia positiva. Non so se mi sono spiegato di più, adesso ...*

*D - Nel senso: alla base della rabbia c'è sempre un'incomprensione, alla fine?*

Certamente.

*D - Quindi di fatto è sempre «negativa»; che poi possa essere utilizzata ai fini positivi, è comunque e rimane il riflesso di una incomprensione?*

Se vogliamo darle un'etichetta, diciamo «negativa».

*D - Ma scusa, Scifo, in base a quello che si diceva prima: «una volta compresa la mia rabbia diventa un dono», a quel punto se uno la manifesta non è più negativa, diventa il lato positivo della rabbia, perché aiuta gli altri; e quindi non c'è un'incomprensione ma c'è una comprensione alla base!*

Diciamo che, finché non l'avete compresa, si manifesta in maniera

...

*D - Esatto!*

... con un lato apparentemente negativo, ma può anche manifestarsi positivamente allorché questa conoscenza della rabbia viene usata.

*D - Esatto!*

*D - Il punto fondamentale è che io ... (io nel senso ... presumo un po' tutti) si viaggia sempre sulla linea sottile che divide quello che tu fai per il tuo tornaconto e quello che invece potrebbe anche essere utile all'altro; cioè io non so mai, nel momento in cui ho una reazione rabbiosa, che cosa c'è nella mia reazione rabbiosa. Può esserci un mio tornaconto personale e, quindi, mi arrabbio per far sentire in colpa l'altro, ma non so se poi la mia reazione rabbiosa può anche avere un risvolto positivo perché fa capire all'altro che magari ha delle richieste o delle esigenze assurde, o che non ci stanno nel contesto della situazione. Cioè, è come se ti muovessi in una stanza al buio, fundamentalmente...*

Sì sì. Certamente.

*D - ... e quindi vai a tentoni: una volta prendi il muro e, se sei fortunato, becchi la porta aperta!*

Ma non si è mai così fortunati, per lo meno all'inizio! Capita verso la fine delle comprensioni di trovar la porta aperta e riuscire ad uscire dal vicolo cieco. ... Dicevi?

*D - Legandomi al discorso di Fabio dei bambini, volevo dire che quando un bambino che non ha problemi di nessun ... è normale (diciamo così per semplificare) e manifesta la sua rabbia buttandosi per terra e delle volte sbattendosi la testa sul muro (anche se sembra anormale) basterebbe riuscire a far sì che la sua attenzione ... fargli spostare l'attenzione perché questa reazione diminuisca, senza sforzarlo invece di dire: «Stai fermo, guarda che ti fai male».*

*D - Di che età stai parlando?*

*D - Sto parlando di un bimbo che ha un anno e mezzo.*

Ma, le possibilità sono diverse. Una è quella che dici tu, di spostare l'attenzione; una è quella di sederglisi a fianco e dirgli: «Dai, va bene, va avanti, vediamo fino a che punto resisti al dolore, fino a che punto vuoi farti male»; vedrai che, quando sente male davvero, si ferma comunque; ma direi che principalmente - per buona parte dei nonni, che non potrebbero mai arrivare a vedere se davvero si fa male - forse la cosa migliore, come sempre in questi casi, è quella di cercare di distrarre l'attenzione; anche se: distrai l'attenzione, fermi la situazione, ma non risolvi il problema.

*D - Sì, certo.*

*D - Il bambino non può comprendere.*

Il bambino non può comprendere, certamente.

*D - Perché sta misurando tutto sommato le sue capacità, misurando l'esterno.*

Non soltanto, ma sta misurando la sua capacità di avere il sopravvento su di te.

*D - Certo, questo l'avevo capito, però!*

Altro che «angelo biondo dagli occhi azzurri»! ...

Basta così, siete stanchi? ... Vi sembra che abbiamo parlato abbastanza di questo argomento? Vi sembra che abbiamo detto cose inutili, e che c'erano cose da approfondire di più?

*D - A me ha ...*

*D - Io l'ho trovata molto interessante.*

Bene; allora ...

*D - Hai in mente già un percorso?*

Ma certo!

*D - Va bene.*

Ma no, di' pure qual è la tua idea, ...

*D - No, nel senso che comunque sono più elevate rispetto a prima, e da una volta all'altra è importante che voi lavoriate sul ... magari facendo attenzione su determinati aspetti, di cui poi magari parleremo la volta successiva, pensavo che tutto sommato ... nonostante quello che è stato detto all'inizio, più o meno ci siamo arrabbiati tutti in questo periodo, quindi qualcosa abbiamo fatto! E va be' ...*

Ti lascio passare questa, senza intervenire!

*D - Grazie! Più o meno, ... io mi fido, so che tu hai un'idea di dove stiamo andando, ma riuscire a capirlo, forse, o comunque sapere qual è il passo successivo ... Io, prima, devo dire ... all'inizio non riuscivo a capire perché dovevamo mettere tutta questa attenzione alla parte fisica della rabbia, perché quello che ti viene in mente quando pensi alla rabbia sono le motivazioni delle cose che ti fanno arrabbiare, la parte fisica effettivamente è la cosa che forse si fa meno attenzione, la subisci come un effetto, diciamo; per cui dici: «Va be', se vado a risolvere le cause, tutto sommato poi l'effetto se ne va» ...*

Certo, perché non vi ricordate che gli effetti ricadono anche sugli altri!

*D - Sì ... no ... infatti! Però se adesso ... come ... cosa dobbiamo fare? ... E non solo cosa dobbiamo fare, ma perché.*

Ma il perché ... Mi sembra che sia stato detto all'inizio il perché!

*D - No no no, sto dicendo questo: perché ... Una cosa che mi succede quando cerco di mettermi in sintonia con voi, è spostare la prospettiva di come mi muoverei normalmente e devo fare uno sforzo per vedere le cose in maniera diversa, per prenderle in maniera diversa, per ... fare attenzione anche in maniera diversa, ... Allora, con la rabbia (non mi sono spiegata bene) è successa la stessa cosa; automaticamente mi sarebbe venuto da pensare di affrontare l'argomento sulla base delle cause scatenanti, le motivazioni, piuttosto che i traumi, non lo so ... ma sicuramente non dal piano fisico, quali sono le manifestazioni fisiche ...*

Perché saresti stata banale!

*D - ... mi siederò sul tappeto akasico accanto a te! ... E allora, se io riesco a capire più o meno qual è la ragione per cui partiamo dall'analisi del piano fisico e poi andiamo ad analizzare un'altra cosa, che non so ancora, un altro aspetto del piano fisico, forse questo mi aiuta a pormi in quest'ottica diversa in modo migliore; perché faccio fatica! Capito?*

Il perché generale intanto è molto semplice: perché questo è un esempio, pratico, quotidiano per ognuno di voi, per vedere come si può procedere all'analisi di una propria componente cercando di acquisire comprensione. D'accordo?

E voi considerate che tutto questo che stiamo dicendo sulla rabbia, se si toglie la parola «rabbia» e si mette (che so io?) «timidezza», si può fare esattamente lo stesso percorso; quindi è «un metodo» che vi stiamo anche insegnando, contemporaneamente! Questo penso che basti già, come motivazione.

Se poi vuoi sapere il percorso intero che noi faremo, mi sembra che l'altra volta tutto il percorso l'ho detto, con tutti quei «ne parleremo quando..», «ne parleremo quando..», «ne parleremo quando..» significa che non ti tratterà di uno o due incontri ma di più incontri; in quanto parleremo di questo percorso della rabbia come esempio di espressione di un'emozione attraverso tutte le componenti che l'accompagnano nel suo evolversi dall'interno all'esterno, dall'esterno all'interno. Questo per dare una metodologia visto che tutti dite sempre: «io non so cosa fare», come se noi non l'avessimo mai detto; una metodologia pratica, corrente, e coerente di quello che dovrete fare e come lo dovrete fare, e come sia facile; poi, in fondo, è persino divertente farlo, ... a volte. Non vorrei essere troppo ottimista!

Quindi, se non avete altro da chiedere, creature, ...

*D - Io avrei una domanda: perché è stata scelta proprio la rabbia come esempio di emozione?*

Perché è qualche cosa che conoscete chiaramente, direttamente tutti voi, è qualche cosa che può provocare grossi danni nella sua manifestazione; danni immediati, danni fisici, che veramente possono poi rovinare l'intera esistenza; quindi, tutto sommato, forse ci è sembrato che potesse essere un argomento, un esempio abbastanza ad ampio raggio, che permettesse di fare un'analisi su qualche cosa di completo con cui, bene o male, tutti voi vi siete trovati faccia a faccia qualche volta nella vostra vita.

*D - Faccio fatica a trovare a livello astrale qualcosa che mi colleghi alla rabbia; cioè non ho le idee chiare, non riesco ...*

Allora, la prossima volta, la prossima riunione, vedremo se avrete delle domande su quanto è stato detto fino adesso e poi incominceremo

a parlare appunto della rabbia e dei suoi rapporti con quello che è il corpo astrale dell'individuo. Ad esempio quali sono le altre emozioni che eventualmente si accompagnano alla rabbia, ad esempio il rapporto tra la rabbia e la vibrazione astrale, come la vibrazione astrale interferisca con quella fisica (questo punto è abbastanza importante), come vengono ricodificate queste emozioni all'interno dei due corpi che stiamo esaminando, e via e via e via e via; quindi ce n'avete da pensare, creature! Lo so che per voi tutto questo risulterà difficile, perché se era difficile esaminare la rabbia sul piano fisico, mi immagino cosa sarà – che disastro sarà – esaminarla sul piano astrale, ma vedrete che con la pazienza ...

*D - Nel momento in cui noi abbiamo dei sogni rabbiosi, questi ci forniscono (...?...) degli elementi rispetto ... cioè dobbiamo considerare una rabbia che si manifesta sul piano fisico o in qualche modo ci possono dare degli elementi per capire qualcosa sulla rabbia nel piano astrale?*

Potrebbero essere valide tutte e due le ipotesi ..... se però tu potessi vedere te stessa, mentre stai sognando, con tutte le tue componenti; quindi avresti degli elementi che potrebbero essere utili se tu vedessi fisicamente come reagisci nel fare quel sogno, ad esempio; cosa che non puoi assolutamente fare.

*D - Però prima del risveglio posso sognare ...*

No no, nel momento stesso in cui ti svegli, quello che hai sognato è già completamente travisato dal tuo Io.

*D - Quindi tutti quelli che si mettono a interpretare i sogni colloquiano col proprio Io, fondamentalmente?*

Certamente. Dicono delle grandi baggianate, solitamente, riflettendo la propria interiorità sui sogni degli altri.

*D - E quindi uno interpreta solo i propri sogni, in realtà, allora?*

Solitamente sì; tanto è vero che se andate anche a leggere l'interpretazione dei sogni di quello che è stato il maestro di questo tipo di interpretazione, ovvero Sigmund Freud, vedreste che nei sogni che interpretava, poi, alla fine, proiettava principalmente quello che voleva vedere lui, dimenticandosi magari altri elementi che erano altrettanto o più importanti. Certamente, interpretare i sogni di un altro è difficile farlo restando obiettivi, restandone al di fuori; che, d'altra parte, poi è lo stesso problema che hanno gli psicologi, gli psicanalisti intendiamoci eh! Non è che interpretare il sogno, interpretare l'inconscio o le azioni, o i problemi interiori di una persona sia meno facilmente proiettabile dall'analista dei propri desideri, dei propri impulsi, dei propri bisogni. Certamente voi direte: «Ma gli psicanalisti fanno lunghi anni di psicoterapia», ecc., imparano come lo psicanalista proietta se stesso sugli altri; non è che cambi poi

molto.

*D - Forse possono interpretare correttamente solo ciò che hanno compreso; è il discorso che si faceva prima.*

Il discorso dei «doni». Se per combinazione fortuita – ma qua bisogna essere proprio fortunati – hanno capito qualche cosa che voi non avete ancora capito, allora possono – attraverso la loro comprensione, il dono che è rimasto interno nel loro carattere – possono aiutare la persona che sta davanti a comprendere quel qualche cosa nella maniera migliore, nella maniera meno dolorosa, quanto meno.

*D - Però se sono particolarmente attenti, dovrebbero riuscire a capire quando non sono in grado di aiutare l'altro.*

Certamente, certamente, però purtroppo devono vivere usando (?) le persone ... Purtroppo la situazione è quella, non dimentichiamoci che c'è una vita da condurre e non tutti si accontentano di (che ne so?) andare al mare su una nostra spiaggia, ma vogliono andare alle Bahamas! E, allora, l'importante è che siano tanti i pazienti e che si possa fare il viaggio alle Bahamas!

D'altra parte, per ora la vostra società ha ancora questo tipo di coscienza, ma le cose stanno cambiando; vedrete che cambieranno anche abbastanza velocemente. Non so se la maggior parte di voi vedrà i cambiamenti perché, per quanto velocemente, non saranno così veloci, ma alla prossima vita troverete tutto diverso. ... quei pochi di voi che ancora si incarneranno!

Creature, dopo questa «battuta» vi saluto, serenità a voi! (Scifo)

Però intervengono sempre gli stessi, eh! Io non direi, perché sono 4 o 5 persone che proprio non si sono sentite, eh! E anche questo non è bello, eh! Non è bello perché, sì, partecipare così, per fare solo atto di presenza teorico e non condividere quello che si sta pensando non è una gran bella cosa! Dovrebbe essere una cosa che va meditata e compresa, perché altrimenti, se si fa così in un ambito così protetto, magari si fa anche con la propria famiglia, o coi propri conoscenti, o significa che si ha difficoltà ad esprimere i propri sentimenti, ma allora perché si è arrivati ad avere una certa età e i propri sentimenti non si riescono ad esprimere? ... Insomma, «Ce n'è - come diceva quello – per l'asino e per chi lo mena»!

Non ho fatto nomi, sono stata... asettica! Ciao a tutti!

Come sono brava! Se non m'avesse creata, l'Assoluto avrebbe davvero perso qualcosa! (Zifed)