

Lavoro su di Sé

Pratica I

TAVOLA XI

## *Prefazione*

La collana che hai iniziato a leggere parla di una storia molto antica in cui per Tradizione gruppi di individui sentono un intimo bisogno di rivolgere la propria attenzione non più solo al mondo esterno, ma dentro se stessi. Questi “trovatori” di Verità ad un certo punto del cammin di nostra Vita comprendono che ogni processo esteriore conduce verso un’insanabile dualità, un’eterna lotta tra bene e male che produce il mondo che oggi tutti sperimentiamo. Costoro sono affamati di Verità, e la Verità non la cercano più nei testi sacri e nemmeno da eruditi insegnanti, benché questi strumenti siano utili passaggi. Costoro hanno smesso di guardare solo il mondo esterno e, grazie ad un Lavoro di Autocoscienza, scelgono con coraggio di guardarsi dentro, e man mano che discendono le proprie viscere trovano la propria Essenza, trovano ciò che definiamo Dio.

Oggettivare con parole l’Essenza del Lavoro sviluppato in questi ultimi anni al centro Altrove risulta assai difficile da rinchiudere in 13 Tavole (12+1) di cui si compone questa collana. Descrivere un lavoro di Autoconoscenza è sempre cosa assai ardua, poiché questo tipo di esperienze in linea indicativa possono essere descritte, ma il vero senso di un percorso Iniziatico matura in noi solo quando siamo concretamente in cammino sulla Via. La Vita

stessa ci parla di questo Lavoro, ogni esperienza che assimiliamo è rivolta ad esso, ed è cosa certa che nasciamo solo per fare questo.

L'essere umano ridestato dal suo sonno verticale accede ad una Realtà in cui la separazione e la dualità in se stesso risultano essere materiale di studio, uno studio scientifico rivolto al perfezionamento di sé, del prossimo, e all'evoluzione della Coscienza collettiva.

Questa raccolta non si pone come scopo la trasmissione di una conoscenza o di un sapere, vani se non messi in pratica, ma in umiltà vuole essere una viva testimonianza che progredire ed evolvere è possibile. Vuole essere un cartello stradale, uno strumento, un'indicazione utile per quanti hanno già intrapreso questo cammino che all'inizio si rivela spesso irto di limitazioni e difficoltà. Ecco, direi che questa collana, per il ricercatore di Verità può rivelarsi un Ordine di aiuto, una possibilità concreta.

L'Educazione Integrale qui proposta è il risultato della dedizione, della perseveranza, del sacrificio e del dono di tutti quanti hanno contribuito con la propria essenza ed energia, facendo sì che questo Centro e questo Lavoro si rivelassero concreti e possibili.

I temi trattati in questa collana sono il risultato delle esperienze di un gruppo di impavidi, che per scelta hanno deciso di mettersi in gioco. Un gruppo di pionieri che man mano che proseguivano su questa via hanno potuto sperimentare sulla propria

carne che la Fratellanza, la Bontà, la Bellezza e l'Amore per la Verità sono accessibili a chiunque si rivolga dentro se stesso. Io sono solo l'umile Strumento, Testimone e scriba di tutto ciò.

*Nosce te ipsum*

*Gnòthi seautòn*, gridava scritto sulla pietra greca in tempi che furono; ecco questo grido ancora echeggia in tutti coloro che sentono nelle profondità del proprio animo che è giunta l'ora di Essere, per mai più apparire.

Benedizioni Divine

*Lux Radix*

*H.G.P.*

Dedicato alla *Madre Divina*, che con la Sua soggiacente Grazia sostiene e vivifica il nostro comune Scopo.

*Ignis  
Renovatur  
Naturam  
Integritate*

## *Indicazioni per il ricercatore*

I volumi di questa collana sono le sintesi settimanali delle esperienze di Vita condivise dal Gruppo di Lavoro stabile del Centro Sperimentale di Pedagogia Evolutiva “Sei Altrove”. Sono epistole che racchiudono, spesso in estrema sintesi, le giornate vissute al Centro dai componenti del Gruppo stabile che con il proprio contributo permettono di portare avanti un concreto e Reale Lavoro di sperimentazione e ricerca sui Misteri della natura umana. Sono dialoghi interiori che cercano di esprimere l’Essenza stessa di ogni acquisizione esperienziale maturata sul campo.

Per poter rendere accessibile a tutti queste vive esperienze, le lettere sono state riviste e riadattate, lasciando inalterato il contenuto, per trasmettere in modo semplice e funzionale questa Scienza che non è mai confinata per un’élite di individui, essendo talento e virtù di ogni Essere Umano. Col nostro Lavoro abbiamo dimostrato che questa via è percorribile da chiunque, senza limiti di età o di estrazione sociale.

Una Pedagogia Evolutiva si mostra e fa capolino in questo tempo di rinnovamento. L’unica azione richiesta a colui che è in cammino, è aprirsi a questo flusso e lasciarsi trasportare dall’indomabile corrente.

*Lume II*  
*Fiducia di Sè*  
*24 Gennaio 2016*

Un Lavoro sublime e profondo ci ha riuniti ieri con la soave danza musicale condivisa nel laboratorio didattico qui ad Altrove. Una perfetta Magia di musica e colori.

Per questa occasione si è creato un folto e variopinto gruppo di quindici elementi (essenze in movimento) che ha contribuito a toccare le intensità vibranti raggiunte da tutti noi.

Altra intensità questa settimana è stata raggiunta dal gruppo nel processo di immersione nelle profondità inconscie della mente “oscura” cellulare. Siamo entrati in modo stabile a guardare i costanti limiti che vengono meccanicamente imposti da questa poco conosciuta mente fisica sensoriale (istinti-desideri).

Questo contatto è avvenuto grazie alla conoscenza delle staticizzazioni e delle fossilizzazioni delle memorie collettive che influiscono ed agiscono in modo sistemico su tutti noi bloccando il nostro individuale Potere creativo e volitivo.

Di fatto in questo processo, decisamente essenziale ed evolutivo, la Volontà individuale subisce una distorsione, annullando così la fiducia in se stessi. Questo meccanismo intima e informa la personalità di superficie ad agire e porsi verso qualsiasi esperienza (desideri, voglie, sentimenti, emozioni, espressioni e pensieri) in modo incerto e dubbioso minando nella ripetizione il proprio

potere individuale di sperimentazione ed autorealizzazione.

Su un livello subcosciente l'io di superficie (la coscienza ordinaria) esperisce la ferma convinzione, in mancanza di stima e fiducia di sé, di una impossibilità, un limite, che si traduce e determina la mancanza di fiducia non solo nella vita, ma verso se stesso, e verso gli altri. Una costante paura di fallire o di essere inadeguato. L'errore che sta alla base di questa dinamica, come mostrato nelle migliaia di esperienze congiunte, risiede nel considerare i fallimenti e gli insuccessi solo come esperienze negative e non come mezzi per l'apprendimento e il perfezionamento di sé.

Si dimentica molto spesso che il nostro veleno è di fatto il nostro farmaco.

Non affrontando ma fuggendo da queste dinamiche sento molto spesso ripetere: *questa cosa non la voglio, non mi piace più, non adesso, è troppo forte, non la sopporto, non ci riesco, e se sbaglio?* Così orientati si resta preda di suggestioni e si lasciano intatti questi meccanismi. È un pò come creare un'immagine di te che scappi davanti ad un branco di lupi che costantemente ti corre dietro e tu, per PAURA, non ti accorgi che i lupi oramai sono fermi da un pezzo, sono il tuo passato, ma tu continui ad aver paura e corri ancora adesso. Le ferite del passato, i nostri lupi, riemergono sottoforma di paura ogni volta che si avverte la sensazione di non farcela, di non essere capaci, di non essere all'altezza, di non essere riconosciuti, di essere traditi e abbandonati: questa suggestione del passato potremmo definirla la nostra costante *sfiducia*.

Questo stato di Coscienza negativo deriva da una vera e propria negazione di sé attuata dall'istinto di sopravvivenza animale che

sfocia in un costante senso di non sopravvivere, non essere riconosciuti e in un complesso d'inferiorità che sin dall'infanzia crea le basi della personalità e del carattere dell'individuo; materiale questo tanto caro alla psicologia moderna che per semplicità in scatola tutto in un costrutto, spesso compartimentato e frammentato, spacciato per conoscenza della psiche umana.

Per ignoranza e per meccanica ripetizione, sperimentiamo atteggiamenti negativi delle figure genitoriali che a loro volta ci hanno trasmesso ciò che conoscevano dei propri genitori come figli.

Nel reiterarsi, questo movimento induce e produce la struttura psichica individuale che sostituisce e va a coprire sotto una coltre fumosa l'autenticità e la spontaneità vissute da ogni bambino. Questo processo crea nel tempo una predisposizione alla non spontaneità che si traduce in falsità, che sfocia poi in menzogna, che produce una distorsione delle emozioni e dei sentimenti e quindi un netto distacco dalla nostra Essenza producendo una vita che si baserà sull'illusione e sull'errore. In questo modo si entra a pieno titolo nella sopravvivenza e nella schiavitù emozionale, che per adattamento diviene la nostra vita.

Nel tempo questa condizione diviene la normalità per cui si svilupperà, avendo reciso il contatto con la propria Essenzialità e la sensibilità (troppo dolore insostenibile per un bambino), una forte tendenza all'autogiudizio e alla predominanza del piano mentale che caratterizzeranno un perenne stato di dubbio, di confusione, di sfiducia in se stessi e nel prossimo e da un senso velato di insicurezza.

Tutte le esperienze, senza più spontaneità, vengono ampiamente



analizzate e valutate prima di essere vissute; questa autolimitazione da un lato dà l'illusione di essere protetti dall'analisi logica mentale e dall'essere "cauti", ma dall'altro rafforza la paura perché non si sperimentano le proprie capacità e i propri talenti, non ci si mette più in discussione, riproponendo, al di là di qualsiasi scelta, sempre lo stesso schema non autentico.

Una vita di ripetizione che, a torto o ragione, conforma ed informa la stragrande maggioranza della società contemporanea.

Liberarsi del programma inconscio non è semplice se non si accede ad una conoscenza profonda di questo meccanismo; la sfiducia nelle proprie capacità si riflette costantemente all'esterno, la rinuncia continua e lo scoraggiamento attirano l'insuccesso che inevitabilmente autoalimenta il meccanismo e conferma le insicurezze. Queste dinamiche creano tutte quelle protezioni automatiche che classifichiamo come ferite emozionali, rifiuto, ingiustizia, ecc. che sfociano poi in modo falso e subdolo in senso di colpa che, al pari dell'orgoglio, fa più vittime di qualsiasi guerra.

In questo stato fortemente disarmonico, per paura, l'uomo ordinario teme la morte della personalità e per questo si sforza per tenere tutto sotto controllo, non vuole cambiare le proprie abitudini né lo stile di vita, si aggrappa ad ogni cavillo, si rinchiude in idee fisse, punti di vista e preconcetti autolimitanti che conducono inesorabilmente alla non vita, alla ristrettezza, alla sopravvivenza. Questi movimenti inevitabilmente sfociano nell'invidia per gli altri, delle loro qualità e capacità, provocando un senso di inadeguatezza, frustrazione, gelosia e rabbia.

*Lume IV*  
*Cosa Sono Realmente*  
*2 Marzo 2016*

Un'apertura, un varco si apre dinanzi a tutti noi.  
Conoscere se stessi significa conoscere la propria Vera natura.

Nel chiedermi chi sono voglio conoscere la mia Vera natura.  
Sono di fronte a un mistero. Qualcosa, che è più "me stesso" di tutto ciò che conosco, mi chiama per essere riconosciuto.  
È come se dovessi rinascere a me stesso. È una percezione, un'impressione; devo morire a ciò che ero per rinascere a questo nuovo.  
Voglio essere capace di vedere quello che Realmente sono.  
Dipende da me, sì, unicamente da me, dalla Verità della mia Aspirazione. Ho bisogno di tenere me stesso sotto l'osservazione di uno sguardo più ampio, Reale, che mi chiama a Essere quel che in *ORIGINE* sono. Nessuna delle mie percezioni abituali mi aiuterà ad affrontare questa esperienza. Devo superarle per arrivare a una percezione nuova, interiore, che è impossibile da pensare e prevedere: non posso sapere, non mi è dato sapere, posso solo conoscere per identità, devo ricordare chi sono, ed esserlo.  
Posso solo Conoscere identificandomi in questa nuova esperienza. Non ci possono essere parole, le parole mi imprigionano; nessun ricordo, i ricordi se portati nella mente mi imprigionano; nessun desiderio formulato, le formulazioni mi imprigionano. Nessuna memoria, le memorie mi associano a quanto già vissuto

e sperimentato, illudendomi di fare esperienza.

Accetto di essere abitudinario, meccanico, sono in balia di Leggi che non conosco: devo Conoscere, Conoscermi.

Riconosco che tutto ciò è inutile e lo lascio andare. Una sola cosa mi porta più vicino a ciò che realmente sono: una *NECESSITÀ* al di sopra di tutto, ho *NECESSITÀ* di Essere Vero, Reale, Nuovo.

Ho accettato l'idea che non so cosa sono.

Ho accettato di non sapere. Ma è solo un'idea, una teoria, e non capisco cosa significhi: ecco cerco ancora di capire.

Nel mio normale stato di Coscienza quello che percepisco è limitato alle funzioni che governano queste percezioni. Percepisco col pensiero, col sentimento, con le emozioni e con la sensazione e con questi cerco di prendere Coscienza. Mi accorgo che ripeto uno schema e che non è possibile conoscere davvero.

In questo schema le funzioni lavorano solo in superficie a un livello molto ordinario, automatico. Sono funzioni dei miei centri inferiori, e qui sono abituato a ripetermi. In questo movimento sono chiuso in una neuroprigione che chiamo libertà.

Quello a cui Aspiro e che desidero interiormente conoscere è più alto, più Puro, dotato di qualità che queste funzioni ordinarie non possono percepire: troppo dense e lente.

Voglio conoscere cosa sono realmente nella mia Vera natura, nella mia Vera Essenza, in cui sono contenute tutte le mie possibilità.

Ho necessità di conoscermi, davvero. Aspiro più di ogni altra cosa a ritornare alla sorgente di ciò che sono, dell'unica Realtà; il mio Vero 'Sé'.

Il mio Essere Vero appartiene all'Assoluto. E tuttavia considero

me stesso plurale, scisso, frammentato, come se fossi al di fuori dell'Assoluto, e lo colloco al di fuori di me. Confondo la mia Verità interiore, ciò che realmente sono, con l'io di superficie, con le emozioni associate ai sensi e col corpo e con le sue funzioni. Ma ciò che sono Realmente è Unità, è tutte le cose, è come uno spazio infinito ove tutto è contenuto: privo di ogni attaccamento.

Sento una *NECESSITÀ* sempre maggiore di giungere a uno stato di quiete e di Pace. Tuttavia questo stato non ha nulla di passivo al suo interno. Sono attivamente Cosciente di questa Pace, uno stato in cui i miei centri sono in equilibrio. È in questo modo che lo sperimento. Percepisco uno stato di Vita, un Senso Interiore, Profondo, una vibrazione che nient'altro può eguagliare; *SONO* la vibrazione del mio Essere.

Da questa sorgente, da questo materiale vivente, arrivano onde vibratorie di un altro tipo: i pensieri, i desideri, le pulsioni, sono come le onde che si alzano e si abbassano nell'oceano. Sono un'unica cosa. Ciò che è essenziale è la Vita che le anima, una Vita permanente, sempre Presente, che soggiace e mi sostiene da sempre. Ecco per la prima volta comprendo e sperimento la *LIBERTÀ*.

Offro *TUTTO* me stesso a questa comprensione. Non esiste nient'altro a parte questa apertura. Dono me stesso a quest'apertura: ora, e sempre, qui "*IO SONO*". Non esiste momento in cui non sono. Ma devo consacrarmi, necessito di sottomettermi a questa Realtà, e che appaia o scompaia, essere sempre pronto ad aprirmi ad Essa. Ciò mi prepara a penetrare nella mia Vera natura.

## *Indice*

Prefazione .....	5
Indicazioni stradali per la Guarigione del Mondo .....	8
Indicazioni per il Ricercatore .....	9
Lume I - Evoluzione della Coscienza .....	11
Lume II - Fiducia di Sé .....	23
Lume III - Altrove: Musica Essenziale .....	33
Lume IV - Cosa Sono Realmente .....	43
Lume V - Abbandono e Abbondono .....	47
Lume VI - La Chiamata: il Risveglio della Coscienza .....	55
Biografia dell'Autore .....	67

La tavola che hai tra le mani fa parte di una collana di tredici volumi dal titolo *Archetipi in Movimento*, di seguito elencati.

### *Archetipi in Movimento*

Tavola I - Evoluzione della Coscienza. Educazione Integrale

Tavola II - Legge del Tre. Materia, Psiche, Spirito

Tavola III - Karma e Dharma. Libertà e Vita

Tavola IV - Essere Psicico. L'Anima

Tavola V - L'illusione dell'Io. Ego e Personalità

Tavola VI - Scienza Iniziatica. L'Alchimia dell'Essere

Tavola VII - L'Amore di Sé. Padronanza e Potenza

Tavola VIII - La Madre Divina. L'Amore Universale

Tavola VIII - Relazione Essenziale. Coppia e Sessualità I

Tavola X - Relazione Essenziale. Coppia e Sessualità II

Tavola XI - Lavoro su di Sé. Pratica I

Tavola XII - Lavoro su di Sé. Pratica II

Tavola XIII - La Via Solare. Porte e Passaggi