

Vladimir Antonov

Ecopsicologia:

L'armonia del contatto con la natura

L'autoregolazione psichica

Il cuore spirituale

Il perfezionamento spirituale

L'uomo e Dio. Il destino

Il senso della vita

L'educazione dei bambini

L'arte. I chakra. Kundalini

Gli ecopsicologi studiano e sperimentano Dio

Traduzione di
Tatiana Baldi

New Atlanteans

2010

ISBN 978-1-897510-65-0
New Atlanteans
657 Chemaushgon Road RR#2
Bancroft, Ontario
K0L 1C0, Canada

<http://stores.lulu.com/spiritualheart>

Nel libro dello scienziato biologo Vladimir Antonov, scritto in linguaggio semplice, chiaro a tutti, sono trattate le cose essenziali: che cosa è Dio, il posto dell'uomo nell'Evoluzione della coscienza universale, i principi di formazione e correzione del destino, come acquisire la salute e il benessere; sono trattati anche i più efficaci metodi dell'autoregolazione psichica, del perfezionamento spirituale, e della conoscenza di Dio.

Nel testo del libro sono inclusi anche i materiali di alcune lezioni, presentati dall'autore, perciò qualche tema più importante si ripete, espresso con le parole diverse. Speriamo che tale fatto non affligga il lettore, ma al contrario, gli permetta di comprendere il materiale in modo più approfondito.

Il libro è destinato ad un'estesa cerchia di lettori.

www.new-ecopsychology.org
www.swami-center.org
www.philosophy-of-religion.org.ua

© Vladimir Antonov, 2010.

Indice

ECOLOGIA DELL'UOMO NELLO SPAZIO PLURIDIMENSIONALE.....	7
L'ECOLOGIA E L'ECOPSICOLOGIA.....	7
CHE COS'È L'UOMO.....	8
PLURIDIMENSIONALITÀ DELLO SPAZIO.....	9
DIO.....	13
DIO E NOI.....	16
SENSO DELLA VITA DELL'UOMO.....	17
DESTINO E LA SUA CORREZIONE.....	19
AMORE, SAGGEZZA E FORZA.....	25
CHE COS'È L'AMORE.....	29
AMORE PER LA GENTE.....	30
AMORE PER LA NATURA.....	32
DIO È AMORE.....	37
"OGNI USCITA DALLO STATO D'AMORE".....	39
EGOCENTRISMO E DIOCENTRISMO.....	41
L'AMORE PER DIO.....	43
ASPETTO SESSUALE DELL'AMORE.....	45
EDUCAZIONE DEI BAMBINI.....	49
CONSIGLI SULL'ALIMENTAZIONE.....	50
VESTIARIO.....	60
SONNO NOTTURNO.....	61
MEDICINA, SALUTE E DESTINO.....	62
LAVORO NEL MONDO MATERIALE.....	71
SERVIZIO SPIRITUALE.....	72
ATTACCAMENTI FALSI E VERI.....	74
INSEGNAMENTI DI DIO E SETTARISMO.....	77
LA LEGGE PRIMORDIALE — SANATANA DHARMA.....	79
GRADI DELLA VIA SPIRITUALE (COMMENTI ALLO SCHEMA DI PATANJALI).....	81
Yama e niyama.....	81
Asana.....	85
Pranayama.....	85
Pratyahara.....	86

Dharana.....	87
Dhyana	89
Samadhi	90
CHAKRA E MERIDIANI.....	91
PRATICHE MEDITATIVE.....	96
PUNTI DI FORZA	98
FORMULA DEL BABAJI.....	100
Verità	101
Semplicità.....	103
Amore	104
Karma-yoga (servizio).....	111
Annientamento del proprio “io” inferiore per raggiungere l’Unione con “Io” di Dio	112
COMPIMENTO DEL PERCORSO	116
PRATICA DELLA VIA RETTA.....	117
METODI PRELIMINARI.....	117
METODI INIZIALI	120
Autocorrezione etica.....	120
Le impressioni come “cibo” per l’anima.....	121
Il controllo iniziale delle proprie emozioni	121
Della compassione	122
Vigore e concentrazione.....	122
Hatha-yoga.....	123
Lavoro con le immagini figurate (“visualizzazione”).....	124
METODI PRINCIPALI	126
“Croce di Buddha”	128
Preparazione.....	129
Gli asana del rilassamento.....	130
Pranayama	131
Gli esercizi psicofisici	132
“Shavasana”	133
Latihan. Il battesimo con lo Spirito Santo	134
La purificazione dei chakra. L’apertura del cuore spirituale.....	135
Le uscite dal corpo	138
Lo sviluppo dei chakra. Dan-tian.....	139
Lavoro con i meridiani. Sushumna, citrini, jen-mo, “orbita microscopica”, il meridiano centrale.....	141
“Bozzolo”	144
“Le vesciche della percezione”	145
Lo sviluppo della forza nella raffinatezza (la corretta “cristallizzazione” della consapevolezza).....	147
I bagni invernali all’aperto	148
La corsa meditativa	150

I METODI SUPERIORI.....	162
Pranava. "La nascita" e "la crescita" nello Spirito Santo.....	163
Ancora dell'autoguarigione.....	165
"Reciprocità totale" (Nirodhi).....	165
Il battesimo focoso.....	166
"La radice".....	166
"L'elevazione" della Kundalini.....	168
L'entrata nella Dimora del Creatore.....	169
IL SENSO DELLA NOSTRA VITA.....	170
"L'ALBERO DELLA CONOSCENZA DEL BENE E DEL MALE".....	177
GLI SCALINI DEL PERCORSO SPIRITUALE.....	179
COME REALIZZARE L'AMORE VERSO DIO?.....	184
LA PRATICA DELL'ESICASMO MODERNO.....	188
"IL SOLE DI DIO" O COME DIVENTARE L'OCEANO DEL PURO AMORE.....	209
COME COMPRENDERE LA PAROLA DIO.....	211
RELIGIONE, I MOVIMENTI RELIGIOSI E LE SCUOLE.....	215
"L'ANGUSTA STRADA" VERSO LA META SUPREMA.....	219
ATMAN E KUNDALINI.....	223
SERVIZIO A DIO.....	228
L'ARTE E LO SVILUPPO SPIRITUALE.....	234
I PRINCIPI FONDAMENTALI DELL'INSEGNAMENTO DELL'AUTOREGOLAZIONE PSICHICA AI BAMBINI E AGLI ADOLESCENTI.....	242
L'ARTE DI ESSERE FELICI.....	244
SATTVA DELLE NEBBIE.....	249
SATTVA DELLA PRIMAVERA.....	259
LE CHIAVI DEI MISTERI DELLA VITA. L'ACQUISIZIONE DELL'IMMORTALITÀ..	260
LA CONCLUSIONE GENERALE.....	267
1. SULLA STORIA DELLA RELIGIONE.....	267
2. CHE COSA S'INTENDE CON LA PAROLA DIO.....	269
3. CHE COS'È L'UOMO.....	272

4. LE BASI DELLA METODOLOGIA DEL PERFEZIONAMENTO SPIRITUALE	274
5. LA STRUTTURA DELL'ORGANISMO UMANO E LA STRUTTURA DELL'ASSOLUTO	280
6. COME DEVE ESSERE LA PRATICA DELLE ASSOCIAZIONI RELIGIOSE	281
BIBLIOGRAFIA	283

Ecologia dell'uomo nello spazio pluridimensionale

L'ecologia e l'ecopsicologia

L'ecologia è la scienza che tratta i rapporti reciproci dell'organismo con l'ambiente.

Diverse correnti di questa scienza possono chiamarsi, ad esempio, "Ecologia del castoro fluviale", "Ecologia dei ganoidi", ecc. L'oggetto d'investigazione può essere studiato dal punto di vista dell'ambiente in cui vive, luoghi e condizioni di riproduzione, interazione con altri individui della stessa specie biologica, nonché con i concorrenti, nemici (predatori e parassiti) o i vicini.

Anche l'uomo è oggetto d'investigazioni ecologiche. L'uomo, di solito è studiato, principalmente nelle condizioni di lavoro (mare, miniere di carbone, voli spaziali, ecc.).

Una branca speciale dell'ecologia umana è la protezione dell'ambiente in cui si vive. In molti paesi esistono i servizi ecologici speciali, nonché il Movimento dei "verdi". "I verdi" dirigono i loro sforzi, prima di tutto, sulla lotta contro la contaminazione dei bacini idrici, l'ambiente aereo, i suoli, la conservazione delle foreste e del mondo animale. "I verdi" lottano contro gli esperimenti nucleari, per la liquidazione delle armi nucleari, chimiche e biologiche, la proibizione delle mine antiuomo che storpiano sia gli abitanti pacifici, sia gli animali; lottano per la proibizione della caccia con trappole agli animali da pelliccia, poiché gli animali sono sottoposti a grandissime sofferenze...

L'umanitarismo del Movimento dei "verdi" merita lode e appoggio d'ogni genere. Sono molto importanti anche le investigazioni ecologiche "applicate" dell'attività dell'uomo nelle diverse condizioni di produzione. Nelle pagine di questo libro cercheremo, però, di chiarire che l'ecologia umana potrebbe studiare non solo quelle cose, poiché l'uomo non è solo un corpo, ma, prima di tutto, è una coscienza. L'uomo entra in interazione non solo con l'aria, l'acqua, la terra, altre persone, animali, piante, microbi,

virus... ma anche con le coscienze individuali non incarnate (spiriti degli uomini ed animali) e, cosa più importante di tutte, con Dio.

Proprio questo studia l'ecopsicologia che è una parte principale dell'ecologia.

Viviamo realmente in un ambiente pluridimensionale. Il mondo materiale che percepiamo per mezzo dei nostri organi di senso, è soltanto una piccola parte dell'ambiente circostante. Invece di solito non percepiamo per niente gli altri strati (eoni, loki) dello spazio pluridimensionale, nonostante siano colmi di esseri viventi che ci vedono ed influiscono su di noi.

Per avere la completezza della percezione ecologica che permetterebbe di vivere la propria vita sulla Terra in modo ottimale, ognuno di noi deve includere nella propria concezione del mondo Quello Che è Il Più Importante nell'universo – Dio.

Che cos'è l'uomo

La conoscenza di base sostiene che l'uomo non è un corpo, ma è una coscienza, in altre parole un'energia viva capace di riconoscersi, avente memoria e mente. Invece, il corpo è soltanto una dimora provvisoria dell'uomo-coscienza. Lungo tutta l'evoluzione personale, ogni uomo cambia tanti di questi corpi.

A ciò non credono i materialisti ed i rappresentanti delle sette religiose primitive. Dall'altro canto, lo dice sempre Dio tramite Thoth l'Atlantideo (Ermete Trismegisto nella seguente incarnazione), Pitagora, Juan-Di, Krishna, Gautama Buddha, Gesù Cristo, Babaji, Sathya Sai Baba, altri Divini Maestri e molti profeti. [1-4,10,12,14,18-19,24,27,34-35,42-51,60]

Uno può crederci o non crederci. Una coscienza piccola e debole, che "si è appiccicata" al corpo sporco e malato, non è capace di passare dalla fede o scetticismo alla conoscenza. Però è possibile pervenire alla conoscenza di tutto ciò per mezzo della propria esperienza, se s'intraprende la Via spirituale, cominciando, in altre parole, a svilupparsi come coscienza.

Il senso della vita dell'uomo, e non solo dell'uomo ma anche di tutti gli altri esseri viventi incarnati, è proprio lo sviluppo qualitativo e quantitativo di se stesso come coscienza.

A che pro? Per unirsi con Dio ed arricchirLo con se stessi.

Tutte le cose materiali che esistono nell'universo, compreso il nostro pianeta e tutto ciò che è presente su esso, sono destinate a realizzare pro-

prio questo scopo: garantire lo sviluppo delle coscienze individuali nei corpi materiali.

L'evoluzione d'ogni anima comincia così. Sui minerali che crescono (sulle loro strutture interne) si realizzano i processi iniziali di formazione dei piccoli grumi energetici, i quali prima si trovavano nello stato diffuso (protopurusha). I piccoli grumi che si sono formati, s'incarnano nei corpi vegetali, poi — animali e finalmente — in quelli degli uomini. In tal modo, cresce gradualmente ogni anima incarnata.

Gli elementi delle reazioni emotive ed i semplicissimi riflessi motori si notano già nelle piante. Gli animali molto sviluppati dal punto di vista evolutivo rivelano una ricca gamma di reazioni emotive ed a volte anche la mente sviluppata. Sulla tappa umana dell'evoluzione dobbiamo, inoltre, capire i principi dello sviluppo della coscienza e partecipare attivamente a questo processo. Purtroppo, la maggior parte della gente non lo fa a causa dell'ignoranza filosofico-religiosa di massa che regna sulla Terra.

Pluridimensionalità dello spazio

Lo spazio dell'universo è pluridimensionale. Come la luce del sole coesiste con l'acqua pura nello stesso spazio, trapassando liberamente l'acqua e quasi senza entrare nell'interazione, come le radioonde di vari campi esistono liberamente nella profondità dello spazio, dentro e fuori i nostri corpi — allo stesso modo nella profondità pluridimensionale dentro e fuori ogni oggetto solido, liquido o gassoso si trovano altri mondi — le sedi degli spiriti e di Dio.

La scala di pluridimensionalità è una scala speciale degli stati delle energie che si distinguono come le gamme principali. Studiando questa scala, il vettore dell'attenzione non deve essere diretto in su, in giù o in un'altra direzione, ma in *profondità*. Gli strati dello spazio pluridimensionale (in greco si chiamano "eoni", in sanscrito — "loka") si distinguono uno dall'altro secondo il loro grado di *finezza* o *grossolanità*.

Lo strato delle energie più sottili è Dio nell'aspetto del Creatore. Ha l'aspetto della *Luce* purissima che si estende senza limiti e somiglia alla luce tenera e tiepida del sole mattutino. In Esso non esistono forme. Ad entrarci, tutte le forme si sciolgono subito.

In diverse lingue terrestri la gente Lo chiama Dio-Padre, Geova, Allah, Ishvara, La Coscienza Primordiale, Tao, ecc. Esso è Dio sia dei profeti

ebraici, sia di Gesù Cristo, sia di Maometto, sia dei credenti di Cina, India e di altri paesi dove esistono le idee giuste di Lui.

Soltanto l'ignoranza umana e il primitivismo intellettuale, fanno pensare che gli Dei sono diversi, perché i "nomi" sono diversi...

Dalla Sede di Dio-Padre, da questo primo eone primordiale, si realizza la creazione di ogni nuova "isola" della Creazione pluridimensionale. Come il materiale di costruzione per la creazione della sostanza solida, si utilizza, prima di tutto, la protomateria (protoprakriti, bhutakasha).

Da dentro (penetrando dentro) questo strato si vede come lo spazio senza limiti pieno di *Calma Tenera* e senza la luce viva. Somiglia allo stato di una notte meridionale tiepida, calma, tenera e con tante stelle.

E' importantissimo il fatto che, rispetto a tutta la Creazione, il Creatore e gli eoni dell'akasha si trovano al di là dello "specchio", nel "Retrospecchio". Uno specchio normale ha un lato chiaro e un lato scuro, così è anche nel profondo pluridimensionale dell'Oceano universale.

I fisici suppongono proprio questo fenomeno, cercando nei loro calcoli teorici di penetrare dal mondo della materia nel "Retrospecchio". All'energia degli eoni dell'akasha essi hanno assegnato i nomi di... "anti-energia", "antimateria"...

... Per creare nell'infinito Oceano dell'universo un nuovo "isolotto" materiale, il Creatore prima vi crea una zona locale d'elevata gravitazione (attrazione). Questo fenomeno è conosciuto nell'astronomia sotto il nome di "buchi neri". Dallo spazio universale circostante vi è concentrata la "spazzatura" cosmica — pianeti morti, meteoriti e polvere spaziale, nonché le particelle elementari dallo strato di protoprakriti. La super-pressione e il super-riscaldamento che si creano in questo grumo, provocano le reazioni di sintesi nucleare. Così si formano gli elementi della scala di Mendeleev, si creano le molecole, incluse quelle organiche. In queste ultime cominciano ad incarnarsi i piccoli grumi di protopurusha. Così, contemporaneamente, comincia l'evoluzione dei corpi organici e delle anime che s'incarnano in essi. I biologi hanno potuto conoscere abbastanza bene l'evoluzione dei corpi organici; bisogna considerare, però, il ruolo di guida di Dio in questo processo.

Il nostro compito (degli uomini) è, dopo esserci sviluppati in misura sufficiente come anima, coscienza, percorrere la via dalla Creazione al Creatore, raffinandoci come coscienze per affluire in Lui arricchendoLo con noi.

Così era “l’idea” di Dio quando creava la Terra. Questo è il senso delle nostre vite.

E’ importante sapere che noi non esistiamo indipendentemente, separatamente; non abbiamo il diritto né alcun motivo di tendere all’egocentrismo, di sentirci “importanti” in modo speciale. Perché tutto questo è attributo soltanto del Creatore. Egli ha fatto tutta questa Creazione insieme con noi non per noi, ma per Lui, per la Sua Evoluzione.

Da ciò deriva la qualità dei nostri destini: se ci sviluppiamo correttamente, tutto nelle nostre vite va bene, se ci sviluppiamo scorrettamente, Egli ce lo indica per mezzo del nostro dolore e le cose mal riuscite.

... Durante un enorme (secondo le misure terrestri) periodo, sul nostro pianeta sono apparsi miliardi di corpi umani ed ancor più anime di tutte le età e di tutte le qualità. Le anime che raggiungono la Perfezione, si uniscono a Dio e non s’incarnano più (tranne soltanto con l’incarico di Avatar, Messia). Gli altri s’incarnano di nuovo e di nuovo fino alla fine dell’esistenza di questo “isolotto” materiale. Quando esso si distrugge, la materia e le anime che non si sono avvicinate al Creatore, si distruggono fino allo stato di akasha formando il materiale di costruzione per i futuri “isolotti” e per la vita su di essi.

... Sull’estremo della scala relativa alla *finezza-grossolanità* opposto al Creatore, si trova l’eone diabolico — il mondo delle energie grossolane nere, orrendo, secondo lo stato emotivo, ed “appiccicoso” come il petrolio. Su come vi si entra, ne parleremo a parte.

Ma esiste anche la dimora per i giusti: è il paradiso.

Ogni uomo, perdendo il corpo, va a finire in quell’eone che ha meritato durante la vita nel corpo sulla Terra. Dobbiamo, però, aspirare agli eoni superiori.

Noi, educati nell’ambiente ateo e nell’ambiente in cui dominava l’ignoranza religiosa, dobbiamo apprendere che Dio-Padre non abita nell’alto dei cieli, né sugli altri pianeti, né su una montagna, ecc. Egli è, ovunque, in tutto l’universo — nella *profondità* — sotto i nostri corpi e tutto il mondo della materia, sotto tutto il Creato.

La “scala” che porta a Lui non va in su ma in profondità. Gli scalini sono i nostri gradi di raffinazione delle coscienze. Quella scala comincia nei nostri cuori spirituali...

... Tutto quanto sopra descritto, è stato investigato dall’autore di questo libro e non copiato da un altra fonte o udito da qualcuno. Ogni persona

deve cercare di percorrere questa Via, però è importante sapere che su questa Via ci si muove "da uno scalino all'altro" senza saltare le "rampe".

Quindi la Sede del Creatore esiste dappertutto, sotto ogni molecola della materia. Gesù disse: la distanza, come spessore, non supera un sottile foglio di carta [21,35].

Dio-Padre non è in cielo, è *dappertutto*: dentro ed intorno ai nostri corpi, *sotto* ogni loro particella. La Sua Sede è vicinissima! Però., provate ad entrarci!

Si può entrare soltanto con la Sua benedizione, che può essere ricevuta esclusivamente da colui che si è sviluppato nella misura necessaria in Amore, Saggezza e Forza.

* * *

... La Via che conduce alla Sede del Creatore è la Via, a tappe, della raffinazione delle coscienze. Come ha detto l'apostolo Paolo, all'inizio è necessario "voltare le spalle al male ed appiccicarsi al bene" [10,18], cioè lasciare le compagnie dedite al bere, la gente grossolana, crudele, scoprire la bellezza della natura, della vera arte, fare in modo che i nostri compagni sulla Via spirituale diventino i nostri amici.

La tappa successiva di consolidamento nella finezza sarà la realizzazione iniziale del potenziale del cuore spirituale. Poi segue la pulizia di tutti gli altri chakra e dei meridiani principali, incluso il canale citrini (di Brahman). Ormai passando attraverso il citrini, ci troveremo subito nel Santo Spirito, nella meditazione "*Pranava*" ci uniremo le prime volte con Esso... Così procedendo gradino dopo gradino sulla scala dell'Universo pluridimensionale, a volte facendo le soste per riposare ed assuefarci, raggiungiamo la Dimora del Creatore, la quale d'allora diventa anche la nostra Casa.

Ecco la vera Via verso Dio. Né i comizi impregnati di malignità che esortano a punire coloro che professano la fede non corretta, né gli anatemi (maledizioni) nei confronti di alcuni "eterodossi" o altre sette, oppure, persino nei confronti di intere nazioni! Quest'ultima è la via della demonizzazione, la via che porta all'inferno.

Dio

Abbiamo, quindi, esaminato il problema di dove cercare Dio: bisogna cercarLo non in cielo, non in alto, ma nella *profondità* dello spazio pluridimensionale. Bisogna cominciare a cercarLo non nello spazio cosmico, ma nel proprio petto — nel cuore spirituale, nel chakra anahata, nel dan-tian medio.

Abbiamo anche affermato che con la parola Dio (comincia con la maiuscola) s'intende, prima di tutto, La Coscienza Universale Primordiale, che abita nel più profondo, primordiale, finissimo strato dello spazio pluridimensionale. Questa Coscienza Primordiale è la stessa in tutto l'universo e, certamente, anche per tutti gli esseri viventi, inclusi tutti gli uomini del nostro pianeta. Dato che, nelle diverse lingue terrestri, Dio suona in modo diverso, non ne consegue che anche gli Dei dei popoli di vari paesi siano diversi. Varie nazioni pronunciano in modo diverso anche le parole "Sole" e "Terra", però ciò non vuol dire che il popolo di ogni paese abbia il proprio Sole e che ogni paese si trovi su un pianeta a sé.

Eppure, non abbiamo ancora esaminato tutti gli aspetti della definizione "Dio". Per esempio, il lettore potrebbe chiedere: Cosa s'intende negli insegnamenti del Vedanta sotto la formula "Dio è *Tutto*"?, "Che cos'è la Trinità cristiana?", "Che cos'è il Brahman?", "Esistono gli Dei-Demiurghi planetari?", "Come possiamo capire l'affermazione che ogni Gesù, Babaji, Sathya Sai Baba è anche Dio?", "Come accordare la tesi del Vedanta dove si afferma che il Brahman è l'Assoluto, cioè *Tutto*, con le parole di Krishna dove è detto che al di sopra del Brahman esiste un livello ancora più alto di Coscienza Divina — Ishvara, Dio-Padre?"... Chiariamo tutti questi argomenti.

La prima cosa da accettare subito è di escludere dalla propria visione del mondo gli "dei" pagani fiabeschi, sui quali la gente fantasticava su tutta la Terra prima di conoscere il Dio Unico. C'erano tante di queste fiabe sia nell'Antica Grecia, sia nell'Antica Roma, sia in India, sia tra gli arabi, sia in Russia. Lasciamo investigare gli amanti del folklore su quei personaggi, e continuiamo il discorso scientifico serio in base alle informazioni comunicateci direttamente da Dio, nonché in base all'esperienza dello studio pratico della Verità.

Dunque, che cos'è l'Assoluto? Questa parola significa *assolutamente Tutto ciò che esiste nell'universo*. E cosa esiste nell'universo pluridimensionale? Prima di tutto, il Creatore stesso. L'elemento materiale della Creazione e le coscienze di tutti i livelli di sviluppo, oltre il Creatore, sono soltanto una piccola Parte dell'Assoluto. Per di più, il Creatore, "impregna" di

Se la Sua Creazione, la quale, essendo composta dalle rivelazioni energetiche negli strati-eoni, somiglia ad una pasta-sfoglia, nella quale il primo — principale — strato, è quello che domina tutti gli altri. Questa “pasta-sfoglia” è *l'Unico Integro*.

“Esiste soltanto il *Tutto*, un *Tutto* Unico Integro Pluridimensionale” — e questa non è solo una delle meditazioni superiori più importanti, ma è anche un'indubbia verità che delinea l'Assoluto.

Ma noi, uomini, siamo parte integrante dell'Assoluto?

La risposta è: Sì e No.

Da un lato, in un certo senso, somigliamo alle cellule del sangue nel Corpo universale dell'Assoluto — insignificanti e piccole nei Suoi confronti, incapaci di esistere separatamente da Lui, completamente dipendenti da Lui, anche se aventi la possibilità di muoverci da soli, con restrizioni, nei limiti del Corpo.

Però, se esaminiamo ad un altro livello, non dal punto di vista del Macro-organismo, ma delle “cellule” del Suo Corpo, — senza dubbio, come anime siamo separati fin dall'inizio. Per di più, abbiamo una gran libertà di volontà, dataci da Lui.

E' proprio di questo che si tratta: noi che siamo nati come anime separate, alla fine del nostro sviluppo dobbiamo arrivare allo stato di non-separabilità, non-dualità, con Lui, nel Suo strato-eone di “base”.

Le affermazioni di alcuni pensatori che fin dall'inizio siamo identici a Lui e persino privi della libertà di volontà, non sono altro che buoni orientamenti meditativi per invitarci all'unione con Lui.

In realtà, è proprio la libera volontà, il meccanismo che garantisce in maniera naturale “il nostro passare attraverso il setaccio” secondo il criterio etico: osserviamo le regole della vita che Egli ci ha dato, aspiriamo ad unirci con Lui nell'Amore? Secondo queste nostre decisioni si formano i nostri destini.

Le nostre conoscenze filosofico-religiose e l'intensità dei nostri sforzi di trasfigurarci in conformità con la Volontà di Dio, determinano, in particolare, i nostri spostamenti da un'eone all'altro. Questo non dipende da tali o tal altre nostre azioni, ma dal nostro status emotivo: in quali stati emotivi siamo abituati a vivere — grossolani o fini.

Così, essendoci abituati agli stati grossolani, “pesanti” del rancore, dell'odio, ci garantiamo “una dimora” nell'eone diabolico, tra coloro che sono simili a noi.

Se, invece, abbiamo vissuto negli stati fini e teneri dell'amore, entriamo, in modo naturale, nell'armonia e purezza del paradiso.

Oppure se abbiamo vissuto una vita "grigia" senza entrare negli stati molto "pesanti" e senza finezza marcata della coscienza, dopo la morte del corpo ci troviamo nei grigie strati della Creazione del Mondo.

Neppure il paradiso, però, deve essere il nostro obiettivo, ma la Sede di Dio-Padre. Egli ce lo fa ricordare continuamente [10,18].

Per stabilirsi in Essa, avere la consapevolezza raffinata non è sufficiente; ci vuole anche la Saggezza, che è acquisita sia aumentando l'erudizione generale, sia con il lavoro intellettuale, sia servendo attivamente la gente in tutte le cose belle, sia aspirando insistentemente a conoscere Dio.

Lo Spirito Santo è un insieme delle Individualità Divine che hanno inizio nella Dimora del Creatore. La funzione dello Spirito Santo è curare lo sviluppo di tutte le anime che si trovano ancora a basso livello. Lo Spirito Santo, infatti, è l'Organizzatore dei nostri destini. N'è Lui stesso l'artefice, oppure si serve di moltissimi spiriti aventi tali o tal altre caratteristiche — sia "paradisiache" sia "infernali".

Quando proviamo le ondate di beatitudine, che arrivano da non si sa dove, di rimando ai nostri pensieri o azioni corrette, è lo Spirito Santo che si rivela a noi. In simili casi la gente sostiene che Egli ci dona la Sua bontà divina. Gli speciali metodi meditativi permettono di avere, velocemente, contatti beati facili e frequenti con lo Spirito Santo.

... Per rendere definitivamente chiaro il termine "Brahman", è necessario dire qualche parola sull'antico sistema filosofico Indiano chiamato "Vedanta". E' importante per noi, perché l'Avatar dei nostri tempi, Sathya Sai Baba, rivolgendosi agli Indù educati nelle tradizioni filosofiche del Vedanta, spesso utilizza la terminologia di questa scuola filosofica.

La filosofia del Vedanta si è formata in India ancora prima di Krishna, sulla base degli insegnamenti pagani di quattro Veda. In quei tempi gli Indù non sapevano ancora dell'esistenza di Ishvara — Dio-Padre. Proprio per questa ragione, nella filosofia del Vedanta, si considerava Brahman come la Suprema Divinità, e, persino, l'Assoluto.

E' stato Krishna a raccontare di Dio-Padre agli abitanti dell'India. Più tardi Dio ha dichiarato la stessa cosa al popolo d'Israele e a tutto il mondo moderno cristiano e musulmano tramite i profeti "del vecchio testamento", Gesù Cristo e Maometto. Però, sia in India sia nel mondo cristiano, un grande numero di persone non è stato in grado di conservare le conoscenze di Dio-Padre, poiché ciò supera la loro capacità di percezione. Lui (il Padre)

è rimasto quasi dimenticato da loro e sostituito con antichi personaggi fiabeschi in India, o con uomini deificati dall'immaginazione umana nelle sette cristiane di massa (per maggiori informazioni, ved. [6]).

... Dal novero delle domande elencate all'inizio di questo capitolo, non ne abbiamo esaminato soltanto una: che cos'è la "Trinità"?

Esiste Dio-Padre — la Consapevolezza Universale Primordiale Superiore che si trova nel finissimo eone dello spazio pluridimensionale nel "Retro-specchio" rispetto a tutto il conglomerato pluridimensionale della Creazione. Esso è l'Obiettivo Superiore per tutta l'umanità.

Lo Spirito Santo è la Sua Rivelazione principale, il Rappresentante, l'Organizzatore e Curatore attivo della vita su tutti i pianeti abitati.

A volte Dio-Padre Si rivela incarnato nei corpi umani. Le persone che sono arrivate all'Unione con Lui, diventano queste Particelle incarnate. In varie lingue Essi Si chiamano Messia, Cristo, Avatar.

Perciò, la "Trinità" è il Creatore, lo Spirito Santo e Cristo; nella terminologia della Bhagavad Gita, la "Trinità" è costituita da Ishvara, Brahman e Avatar.

Il termine "Figlio", come spiega Gesù Stesso secondo tale contesto [35], è fuori luogo, perché ognuno deve imparare a sentire Dio come suo Padre-Madre, e se stesso come figlio o figlia.

Dio e noi

Dio non è un uomo invisibile volante, come Lo rappresentano nelle sette religiose primitive. Dio è l'Oceano Universale della Consapevolezza. Quali sono le Sue dimensioni? Siamo capaci di immaginare un "anno luce"? L'anno luce è l'unità astronomica per misurare lo spazio cosmico, è la distanza che un raggio di luce percorre nel giro di un anno terrestre. Gli astronomi hanno scoperto nell'universo gli oggetti che distano miliardi di anni luce dalla Terra. Però Dio è ancora più grande. Poiché l'universo è infinito, Dio è INFINITAMENTE GRANDE.

Per quanto grande ci sembri il nostro pianeta, quando camminiamo stanchi o viaggiamo sulla sua superficie, o gli voliamo intorno, in realtà questo pianeta è infinitamente piccolo nei confronti della grandezza dell'Oceano della Consapevolezza del Creatore.

La Terra è solo uno dei molti miliardi di isolotti di materia da Lui creati dentro di Sé, l'Oceano. Sulla Terra, come su molti altri pianeti dell'uni-

verso, si sono create le condizioni accettabili per la vita e l'evoluzione dei corpi organici. Nei corpi delle piante, animali e uomini si svolge l'evoluzione della Consapevolezza Universale. Noi — ognuno di noi, uomini — siamo i piccoli grumi dell'energia di coscienza che hanno *attraversato*, nel loro passato individuale, lo sviluppo nei corpi vegetali, animali e quindi umani, e adesso, su questa tappa della vita nel corpo umano, siamo obbligati a fare gli sforzi attivi per l'autoperfezionamento.

Dobbiamo cercare di diventare tali per a) essere meritevoli e b) riuscire di tuffarci nella Sede del Creatore ed unirci con Lui. Allora otterremo la Calma finale nella Suprema Beatitudine dell'Eterna Unione con Lui, di Essere Lui.

Egli ci ripete ancora ed ancora questo obiettivo, incarnando le parti di Lui nei corpi umani. Però la maggior parte della gente è incapace di comprendere e trattenere nella memoria questa Verità; gli uomini sono sempre propensi a dimenticare, alterare, travisare gli insegnamenti di Dio che sono tramandati fino a noi. Così nascono varie sette religiose. [6]

... Ogni "isolotto"-pianeta materiale nell'Oceano infinito di Dio esiste per un certo periodo. Poi arriva "la fine del mondo". Le consapevolezze (anime) che non hanno fatto in tempo ad unirsi con Lui, si eliminano, si distruggono. Invece, coloro che si sono uniti a Lui, arricchiscono Lui con se stessi, avendo realizzato il proprio senso della vita, il proprio amore per Lui nell'Unirsi con Lui.

Senso della vita dell'uomo

Se l'uomo, diventando adulto, passa dalla tappa istintivo-riflettente del suo sviluppo a quella umana nel senso stretto, nella quale per stabilire un modo di vita e di comportamento, comincia a dominare l'intelletto, davanti a lui sorge, immancabilmente, il problema del senso della sua vita.

Molti filosofi si sono lambiccati il cervello per risolvere questo problema. A tutti costoro è stata inaccessibile la vera filosofia di Dio, mentre le concezioni travisate create dalle sette, non li potevano certo soddisfare. Di conseguenza, il problema del senso della vita è stato "riconosciuto" da molti essere uno "pseudo-problema", cioè un problema che in partenza non ha risposta. Secondo questa concezione ateistica, risultava che in linea di principio l'uomo non si distingue dagli animali e il senso oggettivo della sua esistenza sulla Terra è... soltanto lasciare la prole, continuare "il genere umano", creare i valori materiali per i discendenti. Se è così,

nessuno sforzo spirituale è necessario, non c'è bisogno neppure dell'etica nei rapporti con gli altri esseri viventi... "Che cos'è la nostra vita? — E' un gioco... Il bene e il male sono null'altro che sogni... Il lavoro, l'onestà sono fiabe per donnette..."¹. E "quando arriva il momento", il suicidio è l'unico passo corretto per l'uomo degno di rispetto...

Ma la Verità è che il senso della vita esiste.

Esso è lo sviluppo della coscienza qualitativo e quantitativo.

Lo sviluppo qualitativo comprende il perfezionamento intellettuale ed etico, nonché l'affinarsi della consapevolezza. Quello quantitativo è l'accrescimento diretto della quantità dell'energia della consapevolezza fine.

In particolare, l'ultimo rispecchia la cosiddetta "forza personale" dell'uomo — la potenza psicoenergetica della coscienza individuale concreta che dipende dalla quantità accumulata di energia della coscienza, in altre parole, dalla grandezza dell'anima.

Secondo questo criterio Dio divide le anime in quelle "piccole" e quelle "grosse" [9], le quali possono essere portatrici di qualità sia positive sia negative. Egli chiama diaboliche le anime "piccole" che hanno sviluppato in se le qualità negative. Se queste ultime hanno accumulato anche "la forza personale", sono diavoli. Possiamo incontrarli sia incarnati che non incarnati. Nello stato non incarnato il loro destino è l'inferno e nel futuro — le incarnazioni "infernali" durante le quali essi, in sofferenze, dovranno eliminare il loro brutto karma (il loro destino creato da loro stessi). In tal modo Dio propone conoscere sulla loro esperienza che cosa è il dolore che loro hanno causato agli altri. Lo fa così per aiutare loro a migliorare, per far riflettere sulla loro vita, sul senso della vita dell'uomo, su Dio e sulla Via che porta a Lui...

Invece le persone che si sviluppano nella giusta direzione, a velocità sempre più alta vanno nelle braccia del loro amato Dio, la loro vita si riempie sempre di più della vera felicità Divina, dell'esultanza di conoscere l'Amore Divino.

Come, concretamente, Dio ci vuol vedere?

¹ Le parole dell'opera di P.I.Tchaikovsky, creata sul capolavoro di A.S.Pushkin "La Donna di Picche".

Destino e la sua correzione

Vivendo nei nostri corpi fisici, spesso pensiamo che possiamo restare “completamente da soli”, che possiamo avere segreti dei quali “nessuno non saprà mai nulla”. In realtà, queste sono nostre ingenuie illusioni. Dai nostri corpi vediamo soltanto i corpi delle persone incarnate come noi, alle quali veramente possiamo nascondere qualcosa.

Però, in realtà viviamo completamente aperti davanti a Dio e a una moltitudine di spiriti. Essi, non solo osservano continuamente il nostro comportamento, sentono i nostri discorsi, le nostre emozioni, ma per loro sono aperti completamente anche tutti i nostri pensieri.

Non succede mai di restare invisibili a nessuno. Quando “ci appartiamo” a fare il sesso, pure lì ci osservano. Fossimo in un deserto, in una foresta, su un isolotto deserto nell’oceano — di giorno e di notte, quando fa caldo o gran freddo — siamo completamente aperti a Dio e a molti esseri non incarnati. Persino nel gabinetto dietro la porta chiusa siamo alla loro vista da tutti i lati, da sotto e persino da dentro. Né i vestiti, né altre barriere o involucri possono fare da ostacolo.

In relazione a tutto ciò, sarebbe molto utile la meditazione: “Sono sul palmo di Dio”. Se sentiamo sempre il Suo sguardo, ci aiuterà a liberarci al più presto da tante cose inutili che sono in noi.

... Ma essi (Dio e gli spiriti), essendo invisibili per noi, possono influenzarci in qualsiasi modo.

Influenzano facilmente anche le nostre emozioni, specialmente se noi stessi non siamo capaci di comandarle.

Per esempio, è facile farci innamorare di qualcuno o inaspettatamente disinnamorare.

Oppure, passeggiando, ci “è venuta la voglia” di fermarci, andare a sinistra o a destra, o andare più velocemente, e là...

Ci possono infondere una certa idea che noi riteniamo essere nostra.

Oppure, influenzando i centri cerebrali, ci fanno scivolare, cadere, ferire, o, fallire il colpo.

Un criminale mi ha assalito e mi ha fatto qualcosa non solo perché è un primitivo crudele e maligno che va verso l’inferno, ma anche perché, in questa situazione, Dio gli ha permesso di incontrarmi.

Quanto più primitivo è l'intelletto dell'uomo, tanto più facile è comandarlo, poiché esso non ha convinzioni etiche solide e non fa resistenza a tale controllo.

E' ancora più facile comandare gli animali. Quindi, se qualcuno è stato morsicato da un cane, ciò è successo non solo per volontà del cane.

Dio e gli spiriti comandano gli uomini e gli animali. Influenzano anche gli oggetti non vivi; così una palla può, se c'è bisogno, essere deviata, una bomba, un proiettile, una granata, possono non esplodere e il fuoco può estinguersi. Al contrario, il fuoco, l'acqua e qualunque altra cosa, possono d'improvviso apparire in un posto imprevisto e nel momento inaspettato. Gli esempi sono i fenomeni di poltergeist e i miracoli che fanno i Messia, e non solo vicino ai Loro corpi, ma anche a qualsiasi distanza. Adesso lo dimostrano Sathya Sai Baba [10,14,42,58,64], David Copperfield [9].

Avendo capito che Dio è dappertutto e che Egli è onnipotente, dobbiamo accettare che nessuna forza esterna è in grado di arrecarci del danno senza la volontà di Dio. (Anche tutti gli spiriti sono comandati da Lui). Se ci capita qualcosa di spiacevole, bisogna cercare la causa in noi stessi: nel nostro destino, nei nostri errori del passato prossimo o remoto.

... Abbiamo già affermato che Dio ha realizzato tutta la Sua Creazione non per noi, uomini, ma per Lui. Noi, uomini, non viviamo indipendentemente. E non siamo separati oggettivamente da Dio. Al contrario, siamo in Lui, e la nostra convinzione di essere separati da Lui è solo una nostra stupida illusione che ci porta ai nostri guai.

Dipendiamo completamente da Lui. Egli ci pascola come Suo gregge, ci manda ogni volta a crescere e diventare adulti sui "pascoli" della Terra. Qui nelle interazioni con coloro che sono simili a noi e con gli oggetti del mondo materiale acquistiamo e rafforziamo le nostre qualità, belle o brutte che siano.

Dobbiamo imparare a vedere, sentire ed ascoltare il nostro Pastore e ad amarLo. Qualcuno lo impara con gioia, qualcuno cerca di nascondersi da Lui, facendo finta che Egli non esista per nulla, pero esisto io! — così sano, forte e bello!

Egli educa con tenerezza quelli ubbidienti, buoni, amorosi, intelligenti e velocemente li fa avvicinare a Sé ed entrare in Sé.

Gli altri, invece, continuano ad incarnarsi e reincarnarsi nei corpi nuovi. E tra un'incarnazione e l'altra, vivono a lungo tra le anime loro simili, in quegli stati della coscienza ai quali si sono abituati, vivendo sulla Terra.

Dio continua a prendersi cura di noi fino alla “fine del mondo” tramite i Suoi Messia e profeti, e per mezzo dei libri santi. Egli ci fa capire anche cosa vuol dire essere maligni, bugiardi, vili, amanti dei beni altrui — ce lo fa capire aizzando contro di noi gli uomini-criminali, animali feroci... In questo modo ci vuole spiegare cosa significa provare il dolore, la paura, la collera degli altri, cosa vuol dire essere derubato... per insegnarci a non farlo agli altri.

La gente lo chiama “la legge karmica” — la legge della correlazione tra le cause e le conseguenze nei nostri destini. Seguendo questo principio, Egli ci “percuoterà” fino a quando ci libereremo dei nostri vizi, diventando come Lui ci vuole vedere: teneri, premurosi, altruistici, assolutamente onesti, privi di sussiego e arroganza, incapaci di arrabbiarci né di diventare violenti. La violenza è possibile soltanto per difendere la gente buona dalla violenza maligna di qualcuno.

Egli è l’Amore. Per affluire in Lui o almeno avvicinarci a Lui, anche noi dobbiamo diventare l’Amore.

Che cosa è l’Amore? Ben poca gente capisce cosa significa questa parola!

L’Amore è composto, prima di tutto, dagli stati emotivi, il principale e il più prezioso dei quali è una sottile tenerezza su uno sfondo di CALMA. Nonché, sollecitudine, benevolenza, deferenza, rispetto, gratitudine, ecc.

Le emozioni non sono i pensieri, né la mimica, né le reazioni, né i processi elettrici nel cervello. Le emozioni non sorgono nella testa, come suppongono i fisiologi-materialisti. Le emozioni sorgono nel torace, collo, ventre. Esse nascono negli organi emozionali specializzati — chakra e meridiani.

Le varianti dell’Amore elencati sopra si producono nel chakra anahata situato nel torace. In realtà, queste varianti sono conosciute solo da coloro che hanno questo chakra sviluppato e funzionante regolarmente. Per gli altri, parole come tenerezza, benevolenza, ecc. sono soltanto parole che non portano ad alcun significato concreto. Chi vive senza l’amore “cordiale”, vive “lontano” da Dio e per adesso non ha nessuna chance di successo spirituale, di conoscere Dio e il Suo Amore, neppure in paradiso.

L’AMORE e la CALMA sono due stati, vivendo nei quali abbiamo delle chance per il rapido perfezionamento spirituale, per avvicinarci a Dio.

Invece diverse varianti della collera (odio, furia, irritazione, biasimo, gelosia, insoddisfazione ed altre) e della paura sono gli stati che ci portano nella direzione opposta a Dio, all’inferno.

Queste due paia degli stati sono opposti e si escludono l'un l'altro.

E' facile imparare la collera e la paura. Quasi tutti ne sono capaci.

Vogliamo andare lì? Come possiamo opporci al male che ci porta verso l'inferno? Odiando coloro che "hanno organizzato tutto questo"? È la più facile e stupida soluzione. Proprio essa ci garantirà un brutto karma per questa e la seguente vita terrestre con l'inferno fra di esse.

Le condizioni in cui viviamo adesso, sono il karma di ognuno di noi meritato nelle nostre vite passate prive di spiritualità. Vogliamo che sia ancora peggio nel futuro?

A un bel destino, al paradiso, a Dio ci possono portare soltanto l'AMORE unito alla CALMA, indipendentemente dalle circostanze esterne.

Come possiamo imparare l'AMORE e la CALMA?

Il primo metodo che Dio ha proposto alla gente nei tempi remoti, è l'amore sessuale armonioso — proprio l'amore non passionale, privo di libidine (voglia egoistica), gelosia — l'amore basato sul rispetto reciproco, su donarsi all'altro, agire per il bene dell'altro, per l'armonia comune e non per se stesso.

Il secondo metodo è l'educazione armoniosa e felice dei bambini.

Il terzo — l'armoniosa comunicazione con la natura.

Il quarto — l'arte spirituale, ossia ciò che favorisce lo sviluppo in noi, prima di tutto, dell'AMORE e della CALMA.

Il quinto — visitare le riunioni spirituali, nelle quali sono organizzate anche le meditazioni armoniose di gruppo che sviluppano l'Amore.

Oltre a ciò, esistono metodi esoterici per lavorare su se stessi, nei quali al primo posto, deve stare lo sviluppo dell'organo principale dell'amore emotivo — il cuore spirituale. Poi seguono i metodi per la raffinazione della consapevolezza, la cognizione dello Spirito Santo e quindi di Dio-Padre.

... Noi — come coscienze, anime — durante tutta la nostra evoluzione personale abbiamo formato in noi alcuni tratti individuali che si chiamano "tratti del carattere". Essi possono essere sia buoni sia viziosi.

Esistono, per esempio, i seguenti vizi: iracondia, aggressività, violenza, mordacità, presunzione, cupidigia, egoismo, noiosità, falsità, maleducazione, mancanza di tatto. Nell'uomo possono essere presenti anche tali tratti viziosi meno significanti, però sgradevoli alla gente circostante, come il vezzo di rosicchiare le unghie, "tremare con le ginocchia", seduti a tavola

costantemente “tirare su il moccio”, utilizzare le parole grossolane o semplicemente parlare troppo e a voce molto alta.

Fra i vizi possono essere annoverate anche la mancanza di qualità positive, per esempio, mancanza della calma interna, incapacità di amare sinceramente e con tenerezza, di essere fedele e sicuro nei rapporti con la gente, mancata fede nell’esistenza di Dio e non aspirazione alla Perfezione spirituale, mancanza della buona volontà di aiutare la gente con il bene.

Come si fa a lottare contro i vizi? In varie situazioni i consigli possono essere diversi. Così a volte basta solo venire a sapere che tali mie azioni sono viziose, e subito ci si disabitua a farle. Per esempio, l’autore di questo libro ha smesso di fumare, bere gli alcolici e mangiare i corpi degli animali ammazzati, subito dopo che è venuto a sapere dell’esistenza di Dio e del senso della vita; che mangiare i cadaveri degli animali non è una necessità ma un capriccio crudele del nostro vizio della gola.

Ci sono i vizi, quindi, causati dall’ignoranza, i quali se ne vanno facilmente subito dopo di aver ricevuto le conoscenze.

Ma ci sono anche alcuni tratti viziosi del carattere — consuetudine a mentire, stare nello stato di irritazione e collera, noiosità, presunzione, cupidigia, egoismo, codardia, ecc. — che non possono essere eliminati istantaneamente. Per vincerli è necessario un lavoro intellettuale per comprenderli, creare i nuovi stereotipi del pensiero, reazioni e comportamento emotivi. Qui possono essere di gran aiuto la lettura della letteratura spirituale seria, alcuni metodi di lavoro psicoenergetico, per esempio, mettere a posto il sistema dei propri chakra ed il serio ravvedimento.

Adesso analizziamo che cosa è la penitenza: qual’è il suo significato ed il meccanismo.

Anche nelle correnti religiose degenerate può esistere la penitenza, però in esse ha già perso la sua efficacia, perché si è dimenticata la corretta idea dei rapporti tra l’uomo e Dio. In queste correnti religiose Dio è visto come un giudice terribile, il quale, non si sa perché, fa la cernita degli uomini a seconda dei peccati che essi hanno (confessati o non confessati) e poi, in base a tutto ciò, li manda a vivere eternamente all’inferno o in paradiso. Come affermano queste correnti religiose, la “confessione” che salva dall’inferno, consiste nel riferire regolarmente al “pastore” della setta i peccati commessi, dopodiché, si “fa l’espiazione dei peccati” e così ci si salva dall’inferno. Vale a dire, si possono commettere i peccati perché li commettono tutti. Se non fai il peccatore, potresti inorgogliarti della tua

devozione, e proprio quello sarebbe il peccato più terribile. Quindi, possiamo peccare, l'importante è sottoporsi alle confessioni che ci salvano.

Una persona intelligente capisce che tale "formula di penitenza" non è altro che un metodo d'impaurire la "parrocchia" per far frequentare i templi, facendo "donazioni volontarie" per mantenere gli stessi "pastori".

Leggendo questo libro, dovrebbe sorgere in noi la domanda: com'è stato possibile motivare teoreticamente un tale schema di penitenza così assurdo? Il problema è che nelle concezioni di tali sette "cristiane" è stata persa la conoscenza che Dio-Padre CI STA ASPETTANDO IN SÈ così come dobbiamo diventare: perfetti, simili a Dio.

Quindi il significato della penitenza non è quello di riferire al prete per evitare l'inferno, ma liberarsi completamente dai vizi come proprietà dell'anima per diventare Amore puro, come Dio; poi, avendo acquisito la Sagghezza e la Forza, unirsi eternamente con Lui, diventando una Parte di Lui.

In altre parole, dobbiamo prepararci come un bel regalo per Lui, come una donazione del nostro Amore per Lui, come un Dono Santo. E questo Dono deve essere Divinamente puro!

Ormai deve essere chiaro che per quanti "rapporti" o confessioni facciamo e per quanti perdoni chiediamo dei nostri peccati, continuando a vivere nella grossolanità emotiva e danneggiando alle altre creazioni, questo non salverà dall'inferno, non avvicinerà né al paradiso né al Creatore!

... Il meccanismo principale della penitenza è pentirsi delle proprie colpe. Qualunque danno ad un essere vivente, sia per cupidigia, sia per negligenza o a causa del nostro pessimo carattere, ecco è il gruppo principale dei nostri peccati. Possiamo arrecare danno sia con le nostre azioni e parole sia semplicemente con le nostre brutte emozioni. Per di più, ogni volta che usciamo dallo stato di amore, non solo ci allontaniamo da Dio, ma sporchiamo lo spazio circostante dentro l'Assoluto con le energie delle nostre brutte emozioni. Dio ci fa capire che anche tali nostri stati sono i peccati e fanno accumulare karma negativo.

Possiamo immaginare i nostri peccati come le perline infilate sui fili dei nostri brutti tratti – vizi. Per liberarci dai vizi, dobbiamo cercare di ricordarci di tutte le situazioni del filo di ogni vizio, provare il dolore che abbiamo causato all'altro essere e, essendo pentiti, rivivere nella mente tutte quelle situazioni, ma in questa volta correttamente. Proprio in questo modo possiamo distruggere tutti i nostri stereotipi errati e preparare i campioni delle decisioni corrette.

... “La Verità (cioè, capire correttamente che cos’è Dio, l’uomo, l’Evoluzione) — la Semplicità — l’Amore — il Karma-yoga (servire Dio servendo la gente in tutte le cose belle) — la Liquidazione del proprio “io” inferiore per unirsi con “Io” Superiore di Dio — tale schema per il lavoro spirituale ci è stato proposto dall’Avatar Babaji. Cambiandoci così come vuole Dio, cambiamo i nostri destini, riempiendoli sempre di più delle possibilità favorevoli per la crescita spirituale, rendendo le nostre vite sempre più felici, avvicinandoci alla Meta Finale della nostra evoluzione personale — la Beata Unione con Dio-Padre.

Amore, Saggezza e Forza

Un giorno Dio mi ha spiegato che le Sue qualità principali sono l’Amore, la Saggezza e la Forza. Quindi, aspirando ad Unirsi con Lui, la gente deve svilupparsi su questi tre parametri principali [9]. Molti anni dopo, le stesse parole sono arrivate a noi da Dio tramite il “Libro di Gesù” [35].

L’acquisizione di ognuna delle qualità di Dio indicate viene realizzata sia nella vita “comune” ispirata dall’aspirazione corretta, sia per mezzo dei metodi speciali psico-energetici.

Tutte queste cose ci insegnava ed insegna Gesù [10,18].

Il nostro contemporaneo il Messia Sathya Sai Baba ci dà la spiegazione dettagliata degli stessi principi per l’uomo moderno [10,14,18,42-51,58,61].

I preziosissimi consigli per rendersi simile al modello della perfezione etica si possono trovare anche negli insegnamenti di altri Maestri spirituali che hanno conosciuto Dio, tali come Juan Matus, Rajneesh ed altri [10,14,18].

... Dunque, l’aspetto etico dello sviluppo deve cominciare per noi comprendendo come, a questo riguardo, ci vuole vedere Dio, cercare in noi i vizi, eliminarli anche per mezzo della penitenza, coltivare attivamente in noi le qualità positive.

Per coloro che seguono con passo sicuro questa Via, ispirati dall’aspirazione alla conoscenza pratica di Dio e con l’Amore sincero per Lui, per essi, come tappa decisiva dell’auto-correzione etica (prima di tutto, del controllo delle proprie emozioni), vi sarà la pratica di autoregolazione psichica. All’inizio, in questa pratica s’impara a spostare la concentrazione della consapevolezza sui chakra, poiché proprio essi sono gli organi nei quali si producono le emozioni o altri stati psichici dell’uomo.

Per esempio, il chakra anahata è l'organo che produce l'emozione dell'amore "cordiale". Quindi, se abbiamo pulito e sviluppato questa nostra struttura energetica per mezzo degli esercizi speciali, basta solo entrare in essa con la consapevolezza, e, dallo stato di stanchezza, irritazione, ansia passiamo allo stato limpido e puro d'amore e calma.

Coloro che esercitano tali pratiche, notano che cambia anche l'atteggiamento delle persone che li circondano: perché adesso noi creiamo per loro il favorevole campo energetico, dentro il quale loro si sentono meglio, e comunicare con noi diventa più piacevole. Perciò anche l'atteggiamento si cambia.

In caso se noi dobbiamo sintonizzarci sull'energetica degli affari, avremo bisogno del chakra manipura o di tutto il complesso dei tre chakra inferiori (hara) in buono stato.

L'attività mentale non può realizzarsi con successo se i chakra della testa sono sporchi o poco sviluppati...

Lo stato dei chakra influenza direttamente il funzionamento degli organi che si trovano in quelle zone del corpo. Molte malattie croniche si curano facilmente dopo la semplice pulizia energetica del chakra corrispondente.

... Lo sviluppo dell'aspetto della Saggezza nell'uomo si divide in due tappe.

La prima tappa è l'accumulazione della conoscenza e il perfezionamento dell'apparato intellettuale. La capacità di distinguere le concezioni false e le capacità creative dell'intelletto (trovare nuove soluzioni, l'ingegnosità nei lavori piccoli e grandi) confermano che esso è sviluppato. Studiare nelle scuole, lettura dei libri, giochi che sviluppano l'intelletto, lavoro intellettuale nella scienza, produzione, pedagogia, ecc. — tutto ciò favorisce l'evoluzione positiva delle anime umane.

Senza l'intelletto sviluppato risulta estremamente pericoloso occuparsi delle pratiche religiose serie. Tali persone diventano facilmente vittime di concezioni false e nocive tipo quelle che affermano che per il progresso spirituale è necessario bere quanto più urina possibile oppure che "la Liberazione" si raggiunge rigettando completamente tutte le norme etiche e per mezzo delle reazioni "spontanee". Queste persone non sono capaci di discernere l'amore dalla concupiscenza, la tenerezza dalla mellifluidità, la finezza dalla grossolanità, Dio dal diavolo. Per esempio, pensando di sentire la voce di Dio, essi si sottopongono alla guida dei diavoletti e dia-

voli, rimangono incantati dalla loro “forza personale”, essendo uniti con la grossolanità diabolica.

Il lavoro psicoenergetico non è per i deboli di mente! Il compito di quella gente, per adesso, è perfezionarsi servendo, rafforzare la fede, occuparsi dell’auto-correzione etica, accumulare le conoscenze.

La seconda fase dello sviluppo dell’aspetto della Saggezza consiste nell’assimilazione reale con sé come consapevolezza dello spazio pluridimensionale e conoscere la consapevolezza che abita lì, inclusa la Consapevolezza del Creatore.

Questo processo porta alla sostituzione graduale dell’iniziale egocentrismo umano con il Diocentrismo.

Una persona incarnata raggiunge la cima della Saggezza per mezzo della sua capacità di guardare sui fenomeni del mondo materiale con lo sguardo Diocentrico, con lo sguardo che esce *da Dio* e non dal proprio piccolo “io” legato al corpo, come in quasi tutta la gente.

“Rivolgi la tua mente a Me” — così ci insegnava Dio tramite la Bhagavad Gita [10,18], cioè, prima con la mente cerca di capire che cos’è Dio e qual’è il tuo posto nella Creazione, in relazione con la Sua Esistenza. Se riesci a farlo, allora, per mezzo delle speciali pratiche spirituali puoi acquisire la capacità di immergerti come consapevolezza in Lui, avvicinandoti alla completa e definitiva Unione con Lui.

La capacità di comandare l’orientamento della propria mente e quindi della coscienza, invece di reagire inconsciamente agli eccitamenti interni ed esterni al corpo, non può essere acquisita senza le speciali pratiche psico-energetiche. Si tratta del lavoro con le proprie indrie.

Indrie è un termine sanscrito che significa “i tentacoli” della coscienza.

Una persona “comune” incarnata che vive nel corpo non è per nulla padrona del proprio corpo, piuttosto ne è il suo schiavo. E’ legata ad esso, come un’autista, fortemente e per molto tempo, incatenato al sedile ed ai meccanismi di comando di un’autovettura. Le “automobili” sono di diversi tipi: c’è chi possiede quelle nuove, chi ne ha una ancora in buono stato, e chi ne possiede di vecchie e decrepite. Di solito l’uomo si trova con la coscienza, nell’uno o nell’altro suo chakra, spesso sporco e mal funzionante, e se anche si sposta dentro il corpo, lo fa non per sua volontà, ma perché è comandato dai propri bisogni corporali: dolore da qualche parte, piacere da qualche parte... Da questa sua “automobile” egli guarda fuori soltanto per mezzo dei propri organi di senso: la vista, l’udito, l’odorato, ecc. E con que-

sto come se avesse teso "i tentacoli" della sua coscienza attraverso gli organi di senso.

Facciamo un esempio:

Sto ascoltando la radio. Le indrie si sono tese dalle mie orecchie al ricevitore. D'improvviso, lì vicino, squilla il telefono. Momentaneamente sposto le indrie al telefono, staccandole dalla radio. Adesso esse sono sull'apparecchio telefonico, non percepisco più la radio.

Anche per mezzo della mente tendiamo le nostre indrie verso gli oggetti e verso la gente, quando pensiamo a loro. Le persone sensibili lo sentono e persino vedono con la chiaroveggenza le indrie altrui dirette su di loro o su qualcun'altro. A seconda dello stato emotivo di colui che tende le sue indrie, esse possono compiere azione benefica, neutra, spiacevole e persino morbifera. L'ultimo fenomeno è chiamato dalla gente "malocchio": una persona energeticamente forte e cattiva tocca un'altra con le sue indrie, "riversando" così in essa l'energia delle sue brutte emozioni; l'altra persona, a quel punto, sta male e può persino ammalarsi.

Ognuno può porsi la seguente conclusione: il mio stato emotivo, specialmente se sono già dotato della mia "forza personale", non è solo una mia cosa personale. Possiamo far molto danno agli altri con le nostre cattive emozioni, anche se non lo vogliamo. Al contrario, possiamo aiutare gli altri, anche curarli, se inviamo a loro il nostro amore.

... Man mano che la persona si sviluppa come consapevolezza nella giusta direzione, gradualmente si libera dalle catene che la legano al corpo. All'inizio impara a spostarsi all'interno del corpo lungo i chakra ed i meridiani principali, acquisendo così la capacità di eliminare dal corpo lo sporco energetico. Così migliora molto la salute. Poi diventa possibile anche uscire dal corpo, accrescere attivamente la dimensione della coscienza, sviluppare "la forza personale" che permette anche di passare da un eone all'altro, investigando attivamente la natura pluridimensionale dell'universo.

Una coscienza sviluppata, uscita dal chakra anahata al di fuori dei limiti del corpo, può essere paragonata ad un'ameba che ormai liberamente, da sola, non per mezzo degli organi dei sensi del corpo, tende le sue indrie ai vari oggetti e si attrae verso loro. Man mano che si raffina la nostra coscienza, acquisiamo la capacità di penetrare sempre negli eoni più fini sino alla Sede della Consapevolezza Primordiale, di Dio-Padre.

... "La forza personale" dell'uomo non è la forza del corpo, ma la forza della coscienza. Essa può essere sia diabolica, sia Divina, secondo la dire-

zione che ha preso la persona nel suo sviluppo. E questo dipende, prima di tutto, dagli stati emotivi, ai quali la persona si è abituata.

Non è possibile sviluppare correttamente la “forza personale” senza mantenere il proprio corpo sano ed attivo. Quindi, il lavoro fisico, gli esercizi sportivi, la tempra e l'alimentazione corretta sono molto importanti, fin dall'infanzia. Il corpo deve diventare forte e sano per raggiungere veramente alti progressi spirituali.

La struttura energetica indispensabile per la crescita intensiva di una consapevolezza individuale è l'insieme dei tre chakra inferiori detti anche hara (il dan-tian inferiore). Cominciare il lavoro spirituale sviluppando proprio l'hara, sarebbe un grave errore, perché acquisire “la forza personale” senza aver sviluppato il chakra anahata e non essendo eticamente maturo, potrebbe provocare la coltivazione in sé dei gravi vizi etici. In questo caso le pratiche psico-energetiche non saranno utili, ma faranno un enorme danno.

Quindi, nel lavoro psico-energetico sarà sempre in primo piano il lavoro con il cuore spirituale (il chakra anahata, il dan-tian medio), specialmente all'inizio del Cammino. Essere capace di guardare il mondo dal chakra anahata e la capacità di mantenere questo stato persino nelle situazioni estreme, è il criterio che permette di cominciare ad insegnare al tale discepolo le metodiche d'accrescimento della forza della consapevolezza.

Che cos'è l'amore

L'amore ha molti aspetti. Esso si rivela in sollecitudine, tenerezza, fedeltà, altruismo e servizio attivo a Dio, che è realizzato col servizio alla gente, chiamato karma-yoga (il lavoro non per se stessi ma per Dio), ecc.

La “base” per mantenere in sé lo stato dell'amore è permanenza continua con la concentrazione nell'anahata e la trasformazione, tramite questo, di sé (come consapevolezza) in una costante emozione dell'amore che si emana su tutta la gente, su tutto ciò che vive.

Una delle sue rivelazioni principali è la tenerezza, anche sessuale. E non possiamo non notare che la vita sessuale corretta favorisce in modo diretto lo sviluppo dell'amore nella gente.

Dio è Amore. Aspirando ad unirsi con Lui, anche noi dobbiamo diventare Amore, dobbiamo diventare le consapevolezze che permangono sempre nello stato dell'Amore costante simile a Dio. Allora diventiamo i discepoli di

Dio, che Egli accetta in Sé dopo aver loro insegnato le ulteriori saggezze. Questa è la condizione principale per progredire sulla Via Retta verso di Lui.

Coloro che sono contro l'amore, sono i nemici di Dio.

Avendo sviluppato il cuore spirituale prima dentro al proprio corpo, l'adepto della Via Diretta impara ad allargarlo al di fuori del proprio corpo di qualche metro, all'inizio, poi riempiendo con esso tutta la Terra, poi ancora di più. Proprio questa sarebbe la variante ottimale per disidentificarsi con il corpo, accrescere la consapevolezza individuale in modo corretto, diventare capaci di esistere ed agire fuori del corpo, mentre ancora esso è in vita.

Una persona che si è sviluppata a tale grado, che perde l'attaccamento al proprio corpo, non ha più paura della morte del corpo, perché ormai sa che il fatto di avere un corpo non ha più tanta importanza, e la morte del corpo è soltanto la liberazione dalle faccende terrestri inutili.

Tale persona risulta vicinissima al momento in cui il Creatore aprirà Sé per essa e le farà entrare nella Sua Dimora.

Amore per la gente

L'amore può e deve rivelarsi sia nelle emozioni, sia nelle cose quotidiane.

Abbiamo già parlato dell'amore emotivo e ne ripareremo più avanti. Adesso ripeteremo soltanto che lo sviluppo in sé dell'amore emotivo è il metodo più importante del perfezionamento spirituale; ciò va messo in risalto. Proprio tramite questo metodo ci convertiamo (come consapevolezza) prima all'Amore Simile a Dio, poi a quello Divino, unendoci a Dio.

Non si deve confondere questo amore con la concupiscenza e la passione sessuale egoistica.

Il vero amore non somiglia neppure lontanamente a quell'atteggiamento melenso, parodia dell'amore, che appare proprio quando si cerca di dimostrare esternamente amore, avendo il cuore spirituale privo di questa emozione.

L'indice del vero amore è, anche, l'assenza di violenza, costrizione; altrimenti, non è più amore, ma violenza.

L'amore è fine, tenero, privo d'egoismo, egocentrismo; è basato sulla sollecitudine per l'altrui persona, per gli altri e non per sé. L'amore deve

maturare col supporto della vera conoscenza di Dio e del senso della vita dell'uomo.

Unito con le conoscenze e l'esperienza, tale amore diventa saggio.

Aiutando gli altri, lottando per il loro bene, e per mezzo di speciali pratiche meditative, esso diventa forte.

Amore, Saggezza e Forza sono tre qualità di Dio. Colui che le ha sviluppate in sé fino al livello Divino, affluisce facilmente nella Consapevolezza Primordiale, concludendo la propria evoluzione d'uomo. Poi comincia l'esistenza in qualità di una Parte attiva di Dio-Padre.

Ma questa Via che porta alla Divinità non può essere percorsa soltanto facendo riflessioni su di essa. Questo è un lungo e difficile lavoro sulla trasformazione di se stessi. In un certo modo è simile al lavoro degli atleti, i quali allenandosi per anni con pertinacia e fatica, perfezionano i loro corpi. Però, il lavoro con la coscienza è molto più difficile. Qui, come nello sport, l'uomo non è capace di raggiungere grandi progressi senza l'aiuto di un maestro. Un uomo-Guru incarnato — colui che ha già percorso tutta o quasi tutta la Via e ha conosciuto già di persona l'Obiettivo della Via — può diventare un simile maestro sulla Via spirituale. Oppure Dio Stesso può essere il Guru, com'è successo nella mia vita [9,15].

Il metodo universale di sviluppo di se stessi sulla Via della Perfezione, che da sempre ci propone Dio, è il karma-yoga — l'auto-perfezionamento per mezzo del servizio a Dio in forma d'aiuto alla gente nella loro evoluzione. Tale aiuto può esprimersi nel portare alla gente le conoscenze spirituali, dare l'istruzione elementare, lavorare nella scienza, pedagogia, medicina, arte, edilizia, produzione dei vestitari, prodotti alimentari, commercio, industria, proteggere la quiete pubblica contro lo schifo della gente criminale — rifiuti dell'Evoluzione. E' importante che tale attività sia svolta, non per se stessi, cioè, per qualche interesse, ma per aiutare la gente ad avvicinarsi alla Perfezione, provvedendo anche alla loro vita sulla Terra, in questa Scuola di Dio.

Il principio del karma-yoga non significa essere obbligati ad un lavoro gratuito; ciò sarebbe assurdo. Coloro che hanno ottenuto in regalo un aiuto, devono pensare per forza a fare dei regali di rimando. Coloro che non corrispondono i regali ricevuti con i loro regali, Dio li chiama ladri [10,18].

E' importante anche notare che i tipi d'attività che nuocciono alla gente, non sono karma-yoga e in nessun modo possono essere pii. Per esempio, produzione e divulgazione di alcolici, tabacco, altri psichedelici (narcotici), partecipazione alle guerre aggressive, ogni predica di odio, aggres-

sività, il suscitare nella gente la paura, ammazzare gli animali per mangiare i loro corpi oppure utilizzare la loro pelle, abbattimento inutile delle piante, ecc.

Insomma, il karma-yoga come servizio a Dio significa soltanto l'aiuto nel bene.

Amore per la natura

Il contatto con la natura viva è indispensabile. Stare da soli in un bosco o in altri tipi di territori naturali è uno dei metodi importanti di "esporsi" a Dio per rendere a Lui più facile l'insegnamento. "Cercate le Mie indicazioni nel bosco!..." [34: Foglie del Giardino di Moria. Appello]. Perché proprio lì possiamo "espanderci" con la coscienza nell'armonia dell'ambiente, invece di stare in città, concentrati nel chakra della testa a "nutrirci" delle informazioni sulle passioni terrestri della gente ed a sporcarci con le energie emozionali negative degli uomini.

Però anche le città, come i grandi centri culturali, sono necessarie, perché lì ci sono le biblioteche, grandi possibilità per lo sviluppo intellettuale, ed è più facile trovarvi compagni di idee e della Via spirituale.

E' utile anche sottoporre il corpo alla luce del sole, specialmente di mattino quando essa è particolarmente tenera. Questa luce esiste non soltanto sul piano materiale, ma penetra anche altre — finissime — dimensioni dentro i nostri organismi pluridimensionali, ravvivandoli, riempiendoli della sua pura luce.

Gli abitanti delle latitudini nord, dove l'inverno dura molto a lungo, è bene abbiano "i piccoli soli artificiali" — i lumi al quarzo — e che d'inverno periodicamente prendano il sole a casa. E' anche un bellissimo rimedio contro varie malattie. Per esempio, i raffreddori si tolgono facilmente con i raggi ultravioletti, se questa cura si inizia ai primi sintomi della malattia. La tosse si curerà facilmente, se per mezzo del lume al quarzo si fanno lievi scottature sul petto e sulla schiena — le zone dove di solito si applicano i cataplasmi.

Estate ed Autunno sono i periodi di raccolta e conservazione di funghi e bacche che sono così importanti nell'alimentazione pura.

In qualsiasi stagione si può fare il lavoro meditativo sui *punti di forza speciali* — le zone energeticamente importanti per l'uomo. Sono molto diversi e possono essere utilizzati per curarsi, per sviluppare qualche

struttura energetica dell'organismo, parlare con Dio, raffinare la coscienza, accrescere la forza psico-energetica, sciogliere in Dio il proprio "io" ed unirsi con Lui.

... La natura ci dona la maggior armonia e beatitudine di mattino presto in primavera, quando ancora prima dell'alba cominciano a cantare e richiamare gli uccelli e tutto lo spazio si riempie della loro energia d'amore. Mettersi in sintonia con il loro stato ci avvicina a Dio ed è un grado reale di raffinazione della coscienza.

Coloro che amano dormire a lungo di mattina e che hanno confermato il loro diritto su questo per mezzo del termine "civetta", hanno molte meno chances di progredire spiritualmente.

... Anche i crepuscoli primaverili donano ricchezza dalle finissime impressioni. A quest'ora il canto degli uccelli si sovrappone allo sfondo generale del grande e saturo silenzio e dell'armonia. A quest'ora l'energia della coscienza "cola fuori" da sola dal corpo e si espande nella beatitudine satura del bosco, la riempie, si unisce con essa. Così la coscienza diventa sempre più mobile, fluida consolidandosi nell'armonia e nella purezza.

... Però anche in qualsiasi altra stagione, la mattinata e la serata passate nel bosco o sull'acqua ricordano le albe e i crepuscoli primaverili e sono importanti per coloro che hanno imparato a sentire pienamente la primavera!

... La natura è formata anche da una gran quantità di esseri viventi: animali, piante, le anime dei quali, come regola, sono più fini e portano in sé, incomparabilmente, più calma rispetto alla maggior parte della gente. Una persona moderna media deve percorrere una lunga via per raggiungere il loro livello della CALMA e dell'AMORE, per avere il diritto di pretendere anche una minima parte della propria spiritualità.

Proprio le condizioni degli spazi aperti naturali ci permettono di allargare e spalancare la coscienza raffinata, facendo aumentare la sua grandezza.

... Vi vorrei ricordare che le emozioni sono gli stati della coscienza. Le coscienze siamo noi. Dagli stati emozionali nei quali noi ci troviamo dipende la nostra distanza dal Creatore. Dio nell'aspetto del Creatore è il limite della finezza dell'energia di coscienza. Sappiamo adesso in che direzione andare per sviluppare la nostra sfera emotiva.

... Pochi di noi si sono fermati ad udire i richiami primaverili dei cedroni, quando la nebbia antelucana si riempie di una canzone appassionata con il "borbottare" di questi grandi uccelli, belli, appassionati. La

maggior parte di coloro che si sono trovati lì, interrompevano queste bellissime canzoni d'amore con i colpi di fucile, con dolore, sangue, morte... E godevano col piacere di assassini-sadici.

Gli atei, così come i membri delle sette di massa nel nostro paese, educati nella tradizione del "diritto" ad ammazzare gli animali, e privi di ogni tabù interno sul far soffrire altri esseri viventi per soddisfare il proprio capriccio, passano con facilità a massacrare la gente.

... Le sere di primavera, già dopo il tramonto, quando il bosco è nel crepuscolo, sopra i suoi viali di divisione ed i margini e lungo le rive dei bacini idrici coperti dalle macchie, volano piano i maschi delle beccaccine; la loro canzone composta di belli, affabili e dolci "grugniti" e "borbottare", ci porta le ondate dell'emozione d'amore di questi simpatici uccelli. Negli arbusti sopra i quali volano i maschi, si trovano le femmine e scelgono colui che canta meglio di tutti... Questo! Essa invola per farsi vedere da lui... che, avvolto dalla passione amorosa, la segue... Poi passano insieme una notte nei cespugli, e poi, nuovamente, si separano, essendosi annoiati l'un l'altro durante la notte, e all'alba, di nuovo, cercano altre avventure, altri amici...

La misteriosa bellezza della canzone del Numenius Arquata nel pantano, il "belare celeste" della beccaccia, che richiama in alto per mezzo delle penne vibranti della coda, le canzoni di Erithacus Rubecula e dei merli, il gorgogliare delle rane nelle pozzanghere per tutta la notte, i pesci in fregola che guizzano nelle giuncaie, l'odore del fuoco, i bagni in un lago di bosco ai primi raggi di sole e poi nuvole di vapore che emanano i nudi corpi bagnati e beati, l'esultanza delle anime che "esplodono" per essere strapiene di giubilo d'amore verso Dio e verso tutto il creato — ecco quella base emotiva che vuol vedere in noi Dio, affinché noi siamo capaci di svilupparci con più successo e più velocemente verso di Lui!

* * *

... Anche le piante sono esseri viventi. Anche dentro i loro corpi, come nei nostri, vivono le anime. Di solito sono anime con un grado di sviluppo tipicamente "vegetale", cioè iniziale. Ciononostante, conosco qualche albero-uomo. Sono anime umane abbastanza sviluppate, grandi e forti; Queste persone non hanno ottenuto la Calma necessaria durante le loro vite precedenti nei corpi umani, e per aiutarle a migliorare, Dio le ha incarnate negli alberi, perché, in qualche centinaia di anni di vita "vegetale", devono calmarsi, quietarsi...

E' facile entrare in contatto con tali uomini-alberi a livello delle emozioni e persino di pensiero. Essi "si attaccano" molto alla gente capace di capirli, sentono nostalgia se nessuno viene da loro. Invece, quando qualcuno viene a trovarli, lo accettano con gioia mista a volte al dolore...

... Che cosa è la Calma? Non-fare-niente? Uno stile di vita pigro? Il languore sonnolento? No! La Calma è la mancanza di eccitazione emotiva e di pensieri irrequieti. Con questo stato è possibile a lungo e rapidamente fare il lavoro fisico, intellettuale, meditativo. La Calma è il partner dell'attività e permette anche di non sprecare l'energia. In questo stato ogni lavoro è eseguito con più efficacia. La cosa più importante è che la Calma permette di mantenere i rapporti con Dio, orientarsi verso di Lui, e grazie a Lui evitare molti errori. Nello stato di Calma è possibile radicarsi gradualmente con la coscienza in Dio. In pratica, la Calma favorisce l'evoluzione positiva dell'uomo, mentre, l'affaccendarsi consolida lo stato di separazione da Dio e l'accrescimento del proprio "io" inferiore. Tutto ciò è un freno per il progresso (spirituale).

... Anche tutte le piante normali sono capaci di percepire le emozioni della gente. Per esempio, gli scienziati di molti paesi hanno dimostrato che come risposta alle emozioni degli uomini cambiano le caratteristiche elettriche delle piante (per maggiori dettagli vedi [9]).

Già molti anni dopo che ho smesso di mangiare i prodotti provenienti dai corpi degli animali uccisi, ho avuto l'occasione di lavorare in un ispettorato forestale che si occupava di tagli del bosco. All'inizio lo vedevo come un lavoro utile e persino con piacere recidevo gli alberi "superflui" per lasciare più spazio vitale agli altri. Però quando sono diventato più sensibile, il dolore di questi esseri che tagliavo con l'ascia è risultato insopportabile per me. Mi sono licenziato urgentemente.

Certamente, non possiamo vivere senza nutrirci delle piante. Non è possibile evitare di utilizzare i loro corpi nelle costruzioni e come legna, e non ha alcun senso aspettare che l'albero invecchi, cada e cominci a marcire, quindi, vanno segati gli alberi proprio "maturi".

Però non si può uccidere le piante inutilmente, non si può, solo per divertimento, ficcare l'ascia o il coltello in un albero, tagliare i rami vivi senza un'estrema, vera necessità, strappare e buttare involontariamente foglie, steli d'erba, fiori. Neppure si può disprezzare il cibo, perché è stato preparato dagli esseri viventi morti per noi. Buttare via i prodotti alimentari — persino nutrendosi soltanto delle piante — pure questo è un peccato di assassinio inutile.

Da questo punto di vista sembra completamente assurdo il “rito” di uccidere milioni di abetelle e piccoli pini per il Natale e il Capo d’Anno, cogliere e tagliare i fiori per metterli nei vasi e poi ammirare la loro morte...

Lettore, è importante che Tu non cerchi di ricordarti subito cosa si può fare e cosa non si può... L’importante non è imparare a memoria certe “regole”, ma capire il principio etico di commiserazione verso il dolore altrui e il rispetto per la vita altrui.

Chi non lo capisce o non lo accetta non deve poi offendersi per il proprio dolore, perché per mezzo del nostro dolore Dio ci insegna a capire che cos’è e quanto sia brutto il dolore. Così Egli ci insegna ad avere pietà per gli altri ed a non far loro del male inutilmente.

Il principio di commiserazione deve riguardare gli animali ancor più delle piante, poiché gli animali soffrono di un dolore incomparabilmente più grande rispetto agli organismi vegetali.

Dio insegnava ed insegna il principio di commiserazione, anche nell’alimentazione [10,14,18].

Dio è Amore. Se vogliamo avvicinarci a Dio, dobbiamo accettare completamente il principio dell’AMORE. Ma che AMORE può essere senza la COMMISERAZIONE? Non sarebbe soltanto una parodia?

Amici, dobbiamo capire che, per quanto i “pastori” di varie sette religiose ci insegnino cose opposte, non potremo avere grossi progressi nel nostro sviluppo spirituale senza aver accettato completamente il principio di commiserazione e senza rinunciare, definitivamente per motivi etici, a mangiare i prodotti provenienti dai corpi degli animali (mammiferi, uccelli, pesci, ecc.) ammazzati e non per motivi egoistici (per esempio, per giovare alla nostra salute)!

... In quanto alle piante, le lezioni dell’etica riguardano non solo l’alimentazione. Per esempio, i pali per una tenda possono essere preparati non dalle piante vive, ma dai bastoni secchi ancora robusti. E il fuoco può essere fatto sul posto vecchio o su un sentiero della foresta, ma non sopra piante vive.

Per di più, i fuochi non si possono fare sopra la torba secca, poiché possono bruciare molti chilometri di bosco e nel fuoco moriranno migliaia di piante e tanti animali. Durante le giornate secche non si devono fare i fuochi sotto un abete alto: può cominciare a bruciacchiare lo strato annoso di foglie acicolari, bruceranno le radici dell’albero ed altre piante circostanti. Bisogna essere estremamente attenti in primavera, quando si dà

fuoco all'erba dell'anno precedente; nel fuoco muoiono tante piante vive, insetti, nidi di uccelli con le uova e gli uccellini, i semi delle piante. Brucia inutilmente la sostanza organica dell'erba vecchia che dovrebbe concimare il suolo. Ancor più immorale è quando, in primavera, sui prati, nei boschi, per divertimento si brucia a terra l'erba secca dell'anno prima, col risultato di bruciare cumuli di fieno, case ed altre costruzioni...

Nei templi diversi la gente canta, cercando di far giungere a Dio il messaggio che Egli è "infinitamente paziente e benevolo"... Non sarebbe meglio lasciar perdere quest'inutile lavoro e cominciare a vivere in conformità con il Principio Divino d'Amore, che è inammissibile senza la Comiserazione verso tutti gli uomini ed ogni essere vivente, incluse le formiche, i vermi, le piante?...

Dio è Amore

Questa suprema formula — la chiave per conoscere Dio — ci è stata comunicata da Gesù Cristo.

Per quale motivo, così poca gente che si considera cristiana, è riuscita ad utilizzare questa verità per il proprio sviluppo spirituale? Perché questa formula non è mai riuscita ad ispirare alla fede le masse dei materialisti?

Tra le cause, prima di tutto, c'è il travisamento degli Insegnamenti di Gesù Cristo. Queste sviste erano già presenti durante la redazione del Nuovo Testamento, cioè già qualche secolo dopo la fine dell'Incarnazione di Gesù sulla Terra [6].

In tal modo dagli Insegnamenti di Gesù è stata tolta la parte in cui Egli ha parlato dell'uomo come di un'unità della consapevolezza in evoluzione, il cui obiettivo di sviluppo è diventare simile a Dio ed unirsi con Dio-Padre. Dalle Sue prediche è scomparsa anche la descrizione di Dio-Padre, però sono state incluse le richieste irritate di Paolo sul come ci si deve o non ci si deve vestire, o che pettinatura adottare. E' apparsa l'Apocalisse priva di Amore e di buon senso e strapiena di minacce, di mari di sangue, e di vasi di pus. (Questo non è soltanto il punto di vista personale dell'autore del libro, e anche l'opinione di Gesù [35]).

Come risultato di questi travisamenti degli Insegnamenti di Gesù Cristo, il movimento di massa chiamato "cristiano" quasi fin dall'inizio della sua esistenza ha smesso di essere una religione d'amore, mentre Gesù Cristo è stato mandato da Dio a predicare per affermare proprio tale Amore. Ricordiamo l'inquisizione, le guerre tra gli ortodossi ed i cattolici, le

crociate, e, in Russia — la liquidazione di massa dei seguaci di staroobriadcestvo i pogrom degli ebrei...

Le eminenze grigie della Russia — Aleksandr Pushkin, Lev Tolstoj, Fiodor Dostoievskii, Vladimir Vysotskii e molti altri, pur riconoscendo l'esistenza di Dio, non accettavano il cristianesimo in tale forma.

Anche la gente "più semplice" faceva domande alle quali la chiesa non era in grado di dare risposte chiare: come si può dire che Dio è Amore, se Egli ha promesso tali cose nell'Apocalisse, se ancora adesso ci sono guerre, violenza, crudeltà, malattie e sofferenze? No, se Egli è onnipotente e succedono tali cose, se dappertutto c'è soltanto il male, se non vedo da nessuna parte l'amore, per quanto io lo chieda, allora, in questa religione c'è qualcosa che non va e tale Dio non mi serve!

Adesso per noi è importante capire che quell'abisso venutosi a creare tra le masse dei "cristiani" e Dio, ha separato la gente da Lui ed ha contrapposto Lui alla gente, ha costretto i credenti a mendicare i Suoi favori, invece di trasformarsi conformemente alla Sua Volontà ed unirsi con Lui nell'Amore. Questo abisso non è stato creato da Lui, ma da coloro che hanno travisato i Suoi Insegnamenti.

... In realtà Dio non si trova in un lontano ignoto cielo, ma, come dice Gesù, la distanza di ognuno di noi dalla Sede del Padre non supera lo spessore di un sottile foglio di carta [35]...

Però per superare quella breve distanza che ci separa dalle Sue Braccia d'Amore, dobbiamo anche noi diventare puro Amore, come Lui, eliminando la collera, la paura, e la volontà egoistica.

Le emozioni sono stati della coscienza. E' importantissimo capirlo.

Siamo le coscienze, l'energia delle coscienze, non i corpi né le menti.

Anche Dio è Coscienza, per quanto infinitamente più grande rispetto alle nostre coscienze.

E per realizzare la cosa principale che Egli vuole da noi, dobbiamo soltanto imparare a rimanere sempre nello stato dell'emozione d'amore fine e puro e non uscire mai da questo stato.

Dio è Amore. Egli prova compassione per noi, cerca di aiutarci, dirigendoci sempre sulla Via che porta a Lui, alla Sua Sede, alla nostra felicità finale...

Invece noi non andiamo verso di Lui, ma litighiamo per i beni di questo mondo, ci estenuiamo con l'odio verso gli altri, per come essi si vesto-

no, si tagliano i capelli, ecc... non come me, perché non fanno i movimenti del corpo rituali come me, perché hanno un altro colore di pelle o sono di un'altra nazionalità...

... Invece Dio vuole che ci confermiamo nello stato d'emozione d'amore. Allora sì che si può entrare (in Lui)!

“Ogni uscita dallo stato d'amore”

“Ogni uscita dallo stato d'amore comporta accumulazione di karma negativo” — me lo ha detto Dio tanti anni fa. Questa frase può essere messa al secondo posto dopo “Dio è Amore”.

Di cosa si tratta? Cos'è — ancora una minaccia? Egli mi punirà? Mi darà una grave malattia? Oppure mi destinerà a soffrire nella prossima incarnazione?

Non è corretto fare domande simili.

Dio non punisce mai nessuno. Egli, però, insegna.

Noi stessi, costruiamo i nostri destini. Per esempio, noi stessi rimandiamo la felicità di incontrarci con Lui. Se non c'è l'amore in noi, continueremo a soffrire della Sua lontananza. Anche i diversi guai, siamo noi stessi ad attrarli, e non è Dio che ci punisce.

Vorrei citare gli esempi vivi dalla mia vita.

Una volta, ho visto un'ennesima edizione illegale del mio libro su David Copperfield, non solo senza il mio permesso e senza i calcoli finanziari, ma anche con il contenuto alterato — con uno schema spropositato nel bel mezzo del testo e con il mio nome²...

Il calice della mia pazienza è traboccato, sono uscito dallo stato d'amore, ho deciso di “chiarire i rapporti” con la casa editrice criminale...

La stessa sera è cominciata l'esofagite: spasmi, non era possibile neanche inghiottire...

Al mattino ho notato un grande spirito nero che mi ha afferrato per la gola, mi si è appiccicato, non mi lasciava, cercando di strangolarmi. Vado subito, immediatamente, alla Sede del Padre, ritorno nello stato d'amore e

² Io ho conosciuto più di uno di tali pubblicazioni: con il ritratto di David sulla copertina, in quali mancavano i capitoli più importanti, dedicati proprio a David (sono stati conservati soltanto prefazione e postfazione, facevano sembrare che io avessi fatto la pubblicità a me stesso, usando il Suo nome...).

subito mi ricordo la frase: "Ogni uscita dallo stato d'amore..." ... A quel punto lo spirito è sparito, e l'infiammazione quasi istantaneamente passata.

Queste cose succedono così: quando siamo negli stati fini, siamo inaccessibili agli spiriti grossolani, i quali non sono in grado di penetrare gli eoni fini. Se diveniamo rozzi emotivamente, subito ci avviciniamo allo stato di questi spiriti e diventiamo comodi bersagli per i loro attacchi aggressivi.

Qualche anno fa mi è successa una cosa ancora più grave. A quel tempo i miei collaboratori di Mosca, d'improvviso, hanno cominciato ad agire da teppisti alle mie spalle [9]. Vedevo, in ciò, il loro tradimento di Dio. Allora Egli stesso ha dato disposizione di chiudere immediatamente il centro spirituale di Mosca.

La cosa avrebbe dovuto concludersi così, io invece sono entrato nello stato prolungato d'ira nei loro confronti; e subito ho attirato su di me le forze diaboliche: sono stato assalito da una banda senza un motivo apparente, dopo di che, stavo lentamente morendo con tremendi dolori, dato clinicamente morto per due volte, e sono rimasto invalido per qualche anno.

Soltanto ripulendo le ossa distrutte della colonna vertebrale con l'energia kundalini, quando ho imparato a farlo, sono riuscito curarmi quasi completamente...

... In tal modo ognuno di noi attira su di sé la felicità e le sofferenze: entriamo nello stato d'Amore Divino, e ci avviciniamo a Dio; entriamo negli stati diabolici, e ai nostri corpi "si appiccicano" i diavoli e diavoletti, e allora siamo malati, soffriamo.

Così puniamo noi stessi per non seguire la Volontà di Dio.

Questa Volontà è stata espressa con estrema chiarezza da Gesù: amate Dio, amatevi l'un l'altro, nonostante tutto! [10,18]

E' completamente errata l'opinione che Dio sia obbligato ad approvvigionarci dei vari beni terrestri. No, Egli non ha mai promesso di farlo a tutti... Egli non è per niente il nostro servo. Egli è il Signore!

Egli ci vuole bene e cerca di aiutarci, ma non nell'acquisire i beni terrestri e non nella realizzazione dei nostri desideri egoistici.

Il Suo Amore si manifesta come la guida da parte Sua verso la nostra felicità nell'Unione con Lui.

Bisogna accettare la Sua Volontà, la Sua Legge. Allora vivremo in armonia con Lui. Questa Legge è tale: la Strada verso l'Unione con Dio è

l'Amore senza compromesso e quelli che escono fuori dallo stato dell'Amore diventano indifesi davanti agli abitanti dell'inferno.

Ubbidiamogli, perché andare verso Dio, accettando la Sua Legge, è nei nostri interessi!

Non certo per noi, ma per Se Stesso Egli ha creato tutta la Creazione e tutti noi. E' la Sua Evoluzione, la Sua Vita. Egli intende dettare la Sua Volontà severamente: se vuoi procedere verso di Me, devi vivere nell'amore e felicità; se non vuoi, soffrirai separato da Me!

Egocentrismo e Diocentrismo

E' evidente che la visione del mondo "Dio-centrica" non può formarsi subito in tutti noi; ad esempio, immediatamente dopo la lettura di questo libro. Perché per quello non basta solo riflettere sulla concezione, ma bisogna sentire Dio veramente.

Soltanto allora si potrà imparare a vedere le situazioni terrene e il proprio ruolo in esse con i Suoi Occhi, dal Suo punto di vista. Però, già sin d'ora dobbiamo porci l'obiettivo di imparare il Dio-centrismo. Dobbiamo cominciare a prepararci a quello, lottando contro il nostro egocentrismo.

Rinunciare al proprio bene e piacere, per il bene degli altri, eliminando nello stesso tempo la presunzione, è l'inizio della lotta contro il proprio egocentrismo.

La vera SOLLECITUDINE per gli altri, cioè sensata e priva di violenza, rozzezza, è l'alternativa all'egocentrismo.

Nello stesso tempo, gli interessi altrui avranno più importanza dei nostri propri interessi.

Addossarsi la responsabilità del benessere degli altri (in famiglia o un ogni altro gruppo) darà la possibilità di sviluppare in sé le qualità necessarie. "Io" deve sparire come leader e sostituirsi con "noi", non lasciando spazio all'interesse personale.

L'egocentrismo o la mancanza di esso, si rivela molto chiaramente nei rapporti sessuali.

Mi sto basando sui miei interessi personali o sugli interessi del partner nei miei rapporti sessuali? — Questa è la domanda principale che ognuno deve porsi facendo introspezione e autocontrollo.

Ogni violenza, ogni costrizione nel sesso è la rivelazione delle qualità abominevoli!

Succede quando l'uomo non si preoccupa di prevenire la gravidanza non desiderata della sua amica. La mia opinione è che ogni uomo deve seguire necessariamente una regola: non fare niente senza l'accordo da parte della donna.

Ancora un esempio: quando dopo la deflorazione l'uomo continua l'atto sessuale per la propria soddisfazione, non facendo caso al dolore della sua "amata".

Si potrebbe trovare tanti esempi del genere.

L'atteggiamento di alcune donne non è meno ripugnante rispetto a quello degli uomini.

Vediamo l'alimentazione. La maggioranza schiacciante della gente, nutrendosi di prodotti fatti di cadaveri degli animali, non pensa neppure al fatto che, morendo, gli animali provano dolore e soffrono, soltanto per soddisfare le nostre abitudini di gola animalesche, per il nostro piacere!

Tale tipo di alimentazione (carne e pesce) non è indispensabile, poiché tutti gli elementi nutritivi necessari all'uomo, li riceviamo dalle piante, latticini e uova. Invece, nutrendoci dei prodotti fatti di cadaveri degli animali, intossichiamo soltanto il nostro organismo con i sali urici, suscitando molteplici manifestazioni della gotta e delle energie grossolane, che vengono alla luce a causa del dolore e della paura di morire, che sono rimaste nei cadaveri.

Il nutrirsi dei cadaveri animali non è compatibile con i progressi spirituali. Tale tipo di alimentazione è caratteristica a coloro che non sono maturi eticamente. Dio lo dice continuamente [10,14,18]. Però vediamo che la maggior parte dei falsi pastori religiosi insistono affinché gli adepti si alimentino dei cadaveri degli animali. Altrimenti, dicono, potreste inorgoglierli! Essi devono capire che agiscono contro Dio, contro l'Evoluzione, guastando le anime di coloro che si fidano di loro, e devono fermarsi!

Dio aspetta da noi l'Amore.

* * *

Le speciali pratiche meditative possono avere un ruolo importantissimo nella liquidazione in noi dei nostri "io" egocentrici inferiori. Si tratta di imparare a tappe la meditazione "la reciprocità totale", nella quale la

coscienza passa attivamente nello stato “non-io”, distribuendosi al di fuori del corpo; nello stesso tempo i vettori dell’attenzione sono diretti verso il corpo.

In tal modo si elimina l’egocentrismo e si fa un passo fondamentale verso l’Unione con Dio e verso la Sua visione, con i Suoi occhi, delle situazioni terrene.

Proprio questo metodo meditativo permette, alla fine della Via, di unirsi completamente a Lui nella Sua Sede.

L’amore per Dio

Per coloro che seguono la Via spirituale, fermamente e con insistenza, questa è una Via di beatitudine, gioia, felicità crescenti.

Perché la segue così poca gente? Perché una gran quantità di essi è del tutto soddisfatta delle azioni pseudo religiose tipo tintura delle uova, ubriacature fradice durante le feste, rito di ammazzare gli animali e le piante?

Sarà solo la mancanza di intelligenza che li spinge a tali azioni, che spesso risultano veri e propri delitti davanti a Dio? O si tratta anche della mancanza dell’amore verso Dio?

Ma l’Amore verso Dio non significa partecipare ai riti “per ogni eventualità”: chissà, magari Egli esiste veramente e potrebbe punirmi..... L’Amore verso Dio è passione d’amore per Lui (per conoscerLo ed unirsi con Lui). Somiglia alla passione sessuale: coloro che sono innamorati di Lui, sentono nostalgia quando sono lontani da Lui e si riempiono di beatitudine nei momenti degli incontri (le meditazioni fatte correttamente).

Sì, per amare in questo modo Dio, bisogna essere veramente capaci di amare ed innamorarsi. Dio è inaccessibile a coloro che non sono capaci di amare. Gesù ha detto: prima imparate ad amarvi l’un l’altro; solo allora saprete dirigere il vostro amore già sviluppato verso Dio-Padre.

Però, non è obbligatorio sprecare un’incarnazione per studiare a lungo e con difficoltà l’arte dell’amore terrestre. Lo studio può essere accelerato moltissimo per mezzo delle metodiche speciali di sviluppo dell’organo d’amore — il cuore spirituale. E’ anche necessario capire che cosa è Dio. Perché la gente seria non può essere ispirata all’amore dai personaggi fiascheschi che “i pastori” delle correnti religiose degenerate presentano!

... La conoscenza di Dio-Padre è possibile soltanto nello stato di monachesimo. Però il monachesimo non vuol dire indossare uniformi di un

certo colore — nero, bianco, arancio... E neppure chiamarsi orgogliosamente con un nome nuovo (spesso un nome straniero). Questi sono soltanto giochi da bambini che gli adulti giocano “in campo religioso”.

Il vero monachesimo non significa vivere obbligatoriamente in un convento. E neppure rinunciare ad avere cura della famiglia, o servire socialmente. E neppure vuol dire celibato obbligatorio, e nemmeno “la macerazione delle carni”, rinunciando alle regole di igiene elementare o per mezzo delle malattie.

Il vero monachesimo è essere collegato per mezzo delle indrie non con gli oggetti del mondo materiale, ma con Dio. Il vero monachesimo è il risultato dell’amore per Dio di un’anima sviluppata per mezzo delle pratiche meditative.

Un monaco, come Dio intende questa parola, è una persona sempre concentrata (allertata), che sta “in guerra totale” contro i propri vizi. Questo guerriero spirituale lotta anche per il benessere dei suoi compagni sulla Via spirituale.

Gli attributi importanti di un monaco-guerriero sono: avere la propria cella — una camera o una casa dove dormire e passare la maggior parte del tempo insieme a Dio, nonché la possibilità di appartarsi all’aperto per il lavoro meditativo.

E’ estremamente importante anche avere la possibilità di lavare ogni giorno il proprio corpo col sapone. La pulizia del corpo giova alla salute, favorisce la freschezza delle sensazioni e la finezza delle emozioni.

E’ bene avere anche un lume al quarzo, specialmente per coloro che vivono nelle latitudini nord, per prendere sole per tutto l’anno. I raggi di sole — non solo quelli “vivi”, ma anche quelli artificiali, fatti dall’uomo — ci danno salute, favoriscono il benessere dei nostri corpi e delle nostre anime.

Ancora, senz’altro nella vita di un monaco-guerriero, gli amici-compagni sulla Via devono essere i libri spirituali fondamentali, e — cosa più importante — Dio percepito sempre come Maestro, Consulente, Padre-Madre Universale, tenero, premuroso, ma severo nei confronti dei nostri sviamenti dalla Via che porta a Lui.

Il criterio del successo di un monaco-guerriero spirituale è la liquidazione dell’egocentrismo (esso si rivela con la suscettibilità, aspirazione ad ottenere qualcosa per sé) ed il graduale aumento della sensazione di Dio-centrismo.

Quest'ultimo presume non il sapere intellettualmente che Dio esiste, ma sentire effettivamente che Egli è dappertutto, in tutto, Egli è TUTTO. In questo caso non vi è più percezione di "se stesso" :UNENDOSI per mezzo delle indrie con Dio, "l'io" personale inferiore gradualmente si scioglie in Lui. Non è forse questo che cambia fundamentalmente lo status ecologico dell'uomo?

... Ai cercatori spirituali appassionatamente innamorati del Creatore che non immaginano di avere altro senso nella vita che quello di unirsi con Lui nell'amore ed aiutare gli altri in questo, Egli permette di trasportarsi nella Sua Sede, in Sé. Essendosi collocato lì come cuore spirituale, è possibile per la prima volta realmente abbracciare con le braccia della coscienza l'Amato principale.

L'ulteriore consolidamento nell'Unione con Lui permette di cominciare ad agire dalla Sua Sede, sentendo di essere una Parte del Creatore.

E' questa l'auto-realizzazione spirituale completa, la completa Liberazione, il Nirvana supremo, la terminazione dell'evoluzione personale come uomo, la piena conoscenza di Dio e di sé, l'Unione con Lui.

Aspetto sessuale dell'amore

Ognuno di noi e tutti gli uomini incarnati sono apparsi qui, nel mondo della materia, grazie al sesso. Sarebbe assurdo negarlo.

Il sesso, però, non è solo uno strumento per generare ma, se trattato in modo corretto, anche un metodo di sviluppo nella direzione richiesta della sfera emotiva, il metodo per acquisire finezza, tenerezza e sollecitudine, che sono le qualità più importanti sulla Via che porta al Creatore.³

La proibizione del sesso e la profanazione di esso dalle sette religiose dimostrano quanto sviate sono queste sette e quanto esse sono sprofondate nel guna tamas.⁴

D'altro canto, essere troppo attratti dal sesso (quando la ricerca di nuove avventure sessuali diventa il senso della vita) non è incentivato da Dio.

³ Il sesso si fa non soltanto per avere i figli, perciò esiste il problema di contraccezione. Tutti due partner devono preoccuparsi di questo.

Uno dei metodi di contraccezione è il coito interrotto, in questo modo l'eiaculazione accade fuori dagli organi sessuali della donna.

⁴ I Guna sono le qualità dell'anima. Loro si sono divisi in tre gruppi: sattva (purezza, armonia), tamas (grossolanità, ignoranza) e rajas (oscillazione, attività).

Per far capire a tali persone che esse sbagliano, Dio manda loro certe malattie.

Nell'ontogenesi (sviluppo nell'incarnazione attuale) di ogni persona sana, fin dalla pubertà, il sesso ha un ruolo socializzante (ciò è stato provato negli esperimenti sugli animali — ved. [9]). Gli ormoni sessuali fanno attirare le persone una all'altra, fanno cominciare a studiare le peculiarità degli altri, e come mantenere i rapporti con esse.

Nell'atteggiamento sessuale si rivelano bene le qualità, persino contrarie, delle persone. Così alcune persone DONANO SE STESSE ed il loro amore agli altri, prendendosi cura di loro. Le persone di opposte qualità vogliono soddisfazione solo per SE STESSE; rivelano egoismo, che è combinato con violenza, disprezzo e persino con odio verso i propri partner sessuali.

Così le persone rivelano e sviluppano in sé le qualità del tale o tal altro guna e prendono la direzione verso Dio oppure verso l'inferno.

Tutti noi in gran parte siamo comandati da Dio. Egli ci fa incontrare anche le persone con cui abbiamo i rapporti sessuali. Dio propone alle persone le situazioni d'addestramento nelle quali esse devono trovare soluzioni corrette o scorrette. In tal modo la gente migliora o storpia i propri destini.

Se uno è danneggiato in un rapporto sessuale, deve cercare i propri errori, considerando anche la Voglia di Dio di guidarci. E' necessario trovare questi errori e trarre conclusioni per il futuro.

A volte ci troviamo in difficoltà come conseguenza dei nostri errori nelle incarnazioni passate. Ciò significa che tempo fa abbiamo fatto a qualcuno ciò che adesso sta succedendo a noi. Così si rivela la "legge della karma": Dio ci fa sentire cosa hanno provato le vittime dei nostri delitti passati. Traiamone le dovute conclusioni!

Come dobbiamo comportarci nei rapporti sessuali per muoverci, per mezzo di detti rapporti, verso Dio e non in direzione opposta?

La regola principale è: nessuna forzatura, neanche nei pensieri. Ognuno deve volontariamente dare all'altro il proprio amore, volendo riempirlo e saziarlo di quest'amore.

Nello stesso tempo non possiamo dimenticarci delle diversità psicologiche dei sessi. Sono enormi. Per esempio, l'uomo prova voglia di fare sesso con una certa donna in seguito, prima di tutto, allo stimolo visivo, mentre la donna in seguito allo stimolo tattile: dolci tocchi, carezze.

Tutti dobbiamo cercare di essere teneri ed affettuosi l'uno con l'altro! Parole dolci, sorrisi sinceri d'amore, il toccarsi con le mani e con le labbra sono diverse forme di carezze. (A proposito, meglio baciare con le labbra rilassate non umide chiuse. Invece i baci "di saliva" possono provocare l'ostilità verso la persona che ci bacia).

L'atto sessuale è, tra l'altro, uno scambio energetico molto forte tra i partners. Specialmente durante l'orgasmo viene buttata fuori moltissima energia. L'orgasmo è la beatitudine che accompagna l'eruzione di questa energia.

Dette energie sono importanti per far funzionare correttamente l'organismo, ed anche per il lavoro spirituale. Quindi, ognuno deve cercare di donare la propria energia alla persona amata. Certamente, si tratta di un regalo molto prezioso, quando l'energia è pura e fine.

... E' veramente molto di attualità il problema del risparmio delle riserve energetiche dell'organismo per il lavoro meditativo. E' evidente che dobbiamo cercare di escludere dalla nostra vita tutto ciò che non è necessario, ciò che ostacola il progresso spirituale. (Secondo i principi del karma-yoga, il servizio spirituale è indispensabile). Un esempio dello spreco energetico è fare sesso con i partners non adeguati. I divertimenti sessuali di questo tipo sì che fanno sprecare energia.

Quali partners non sono adeguati? E quali sono adeguati? Quelli adeguati sono, prima di tutto, più o meno simili tra loro nella purezza energetica ed il livello spirituale raggiunto, inclusi il grado di finezza ed espansione della coscienza. Invece, non sono adeguati coloro che sulla via dell'evoluzione spirituale si trovano ancora ad un grado più basso, sono ancora energeticamente sporchi, percorrono la via non spirituale ed hanno gravi vizi etici.

I rapporti sessuali con i partners adeguati non causano perdite energetiche, ma lo scambio della purezza energetica, rende attiva l'energia psichica di entrambi e la fa aumentare. Detti rapporti fanno diventare i coniugi energeticamente molto resistenti.

A noi, uomini, il sesso serve non solo per far figli, ma anche per favorire la crescita spirituale per coloro che ne sono capaci. Per mezzo del sesso impariamo ad amare emotivamente un'altra persona e sviluppiamo le strutture della sfera emotiva, impariamo ad aver cura dell'altro ed, infine, veniamo a capire che cos'è la tranquillità e la beatitudine, sviluppando questi stati in noi e preparandoci in tal modo alla Grande Calma ed alla Grande Beatitudine nella Sede del Creatore.

I coniugi possono utilizzare il sesso per praticare insieme gli esercizi meditativi. Per esempio, durante il contatto sessuale tutti e due partner si guardano dal loro anahata chakra, dopo di che si fondono con i loro cuori spirituali (tra loro e con Dio).

E' da notare che nella letteratura di cattiva qualità che tratta del cosiddetto "sesso spirituale", è possibile trovare raccomandazioni di evitare completamente i propri orgasmi, perché questo permetterebbe di accumulare l'energia nel corpo e darebbe una gigantesca crescita spirituale... Invece, in realtà gli sforzi errati per migliorare il proprio benessere a spese altrui e con pregiudizio degli altri non hanno niente in comune con la spiritualità. Tutto ciò è propaganda del vampirismo energetico ed è una forma abominevole di egoismo. Ma questo in nessun modo può essere riconosciuto da Dio come amore e non ha nulla a che fare con la Via che porta a Lui.

In ultimo: chi può diventare coniuge del cercatore di Dio? Che cos'è il matrimonio per queste persone? E che cosa vuol dire per loro l'adulterio?

Le regole generali sono le seguenti:

Il matrimonio è l'unione abbastanza stabile di due persone che seguono insieme la Via spirituale. Essi mantengono anche i rapporti sessuali.

Al contrario, "qualsiasi unione sessuale tra persone dissimili è l'adulterio" [10,18] — così Gesù Cristo ha insegnato ai Suoi discepoli più vicini. La stessa cosa è stata scritta dall'apostolo Filippo nel suo Vangelo.

"Dissimili" vuol dire che le persone sono molto diverse secondo il loro livello della spiritualità. La posizione verso Dio dipende dalla sottigliezza e dalla purezza della energetica dell'uomo. Durante il rapporto accade un scambio energetico fra i partners, che significa che il matrimonio con il partner non adeguato frena quello che si trova in avanti e allora questa unione non va bene a Dio.

L'adulterio è anche quando uno è troppo preso dal sesso, è sempre in cerca di nuovi divertimenti sessuali. Tali tendenze sviano e distolgono l'attenzione da Dio.

E' evidente che ambedue le varianti dell'adulterio riguardano solamente le persone religiose e non riguardano coloro che conducono una vita laica dedicati solamente alle brighe carnali. Per quelli ultimi esistono altre regole.

Dio stesso unisce e separa nei rapporti matrimoniali le persone che vanno verso di Lui. Egli non ha trasferito questa Sua funzione a nessuno

dei Suoi "pastori" terrestri. La registrazione statale dei matrimoni ha senso solamente per regolarizzare i rapporti di proprietà e per risolvere i problemi dell'educazione dei bambini.

Dunque, i rapporti matrimoniali sono lezioni importanti nella scuola di Dio. Diventiamo sensibili al Suo Volere e docili ad esso!

Attualmente varie sette religiose (ed a volte anche la morale sociale) impongono matrimoni "alla cieca", quando due persone si sposano senza aver conosciuto uno all'altro dal punto di vista sessuale. E' da sottolineare che questo approccio non è adeguato.

Educazione dei bambini

Dio fa incarnare l'uomo in questa Scuola che si chiama "Terra" per fargli imparare, sotto la guida di Dio-maestro, la Divinità. Tale corso è seguito in tre direzioni principali: Amore, Saggezza, Forza. Proprio questo stiamo imparando qui sotto la Sua guida che all'inizio è invisibile, dopo diventa visibile.

In questa Scuola si tengono lezioni teoriche e pratiche. Quelle teoriche sono dedicate allo studio della Volontà di Dio per mezzo dei libri, nonché con altri metodi. Tra le lezioni pratiche c'è l'educazione dei bambini.

All'inizio è necessario insegnare al bambino a fare le cose elementari: parlare, provar gioia, camminare, ecc.; quando invece diventa più grande, bisogna cercare di fargli fare pratica su quante più cose utili della vita, allargare il più possibile i suoi orizzonti. E' necessario insegnargli ad andare in bicicletta, correre, nuotare, piantare tende da campeggio, accendere il fuoco, cantare, disegnare, giocare e praticare vari sports. Che guardi la TV, facendo così conoscenza con gente di altre parti del pianeta. Che cominci gradualmente a conoscere quanto diverse sono le ricerche religiose degli uomini... Ulteriormente tutto questo gli sarà utile, gli permetterà di risolvere più facilmente i problemi della vita da adulto.

E' possibile servire l'Evoluzione della Coscienza Universale educando i bambini, e non solo i propri figli, ma anche molti altri bambini, sviluppando contemporaneamente in questa attività se stessi. Tutti siamo figli dell'Unico Dio! Tutti siamo una famiglia! I bambini che non sono carne della nostra carne devono essere trattati come figli nostri.

Vivendo così impariamo ad espandere il nostro amore, a trattare la gente così come la tratta Dio, impariamo l'Amore Divino.

Consigli sull'alimentazione

Una volta Dio ha spiegato alla gente tramite un profeta i principi dell'alimentazione: "... Ecco, vi ho dato tutte le erbe che esistono sulla terra e che danno semi, e tutti gli alberi che danno frutti e semi — questi vi serviranno di nutrimento". Il comandamento è stato scritto nella Bibbia ebraica (Genesi, 1:29). Più tardi Egli ha aggiunto tramite un altro profeta: mangiate tutto, "... però non mangiate carne con la sua anima e con il suo sangue" (Genesi, 9:1-4). Che voleva dire con questa frase? Si trattava proprio dell'alimentazione non carnivora : mangiate tutte le piante commestibili, latte, uova, però non ammazzate gli animali nei corpi dei quali vedete il sangue.

Ed, allora, cosa hanno escogitato gli astuti giudei che si davano al vizio della gola e che hanno ricevuto questo comandamento? Hanno cominciato a far uscire il sangue degli animali che ammazzavano e mangiare la loro carne., che in questo modo era senza il sangue. Hanno fatto finta di aver capito che l'anima animale è proprio il sangue... Più tardi anche i golosi "cristiani" sono ricorsi allo stesso trucco per abbindolare Dio e, molto semplicemente, non hanno incluso nel Nuovo Testamento le obiezioni di Gesù Cristo contro ciò [10,18]...

Il vero cristianesimo, però è lo *Studio* dell'Amore. E' mai possibile che definirsi cristiani sia compatibile col far soffrire altri esseri, solo per soddisfare le proprie passioni carnali?

I veri cristiani non sono coloro che si fanno battezzare formalmente senza intenzione di seguire lo *Studio* di Gesù Cristo. Ancora di meno lo sono coloro che, chissà perché, sono stati battezzati da bambini. E neppure coloro che portano le croci sul collo sono cristiani. Le croci le portano i crociati, nevero?

I veri cristiani sono coloro che seguono *lo studio* di Dio come ci viene dato da Gesù Cristo ed altri Messia, Avatar, Cristo. Brevemente, la sua essenza può essere espressa in tre frasi:

1. Dio è Amore.
2. Dobbiamo affluire in Lui in modo da diventare una parte di Lui, per arricchirLo con noi.
3. Per realizzarlo, anche noi dobbiamo diventare Amore, come Lui.

Coloro che non seguono questo *Studio*, non hanno nessun diritto di chiamarsi cristiani. Non sono nient'altro che i travisatori, sono "cristiani" tra virgolette.

... In questa mia vita sono nato e cresciuto in una famiglia di comunisti-atei, nella quale non si pensava nemmeno né al peccato, né alla commiserazione, come in quasi tutte le famiglie "sovietiche". Fin dall'infanzia mangiavo carne e pesce: si usava così. Sono persino diventato un pescatore ed un cacciatore e, senza rimorsi, ammazzavo e facevo soffrire gli animali, non pensando neanche che oltre a me qualcun'altro poteva patire il dolore.

Mentre ero collaboratore scientifico da molti anni presso un istituto di ricerche scientifiche, per la prima volta ho cominciato a pensare al mio diritto di ammazzare gli animali. Però ho subito trovato una giustificazione per me: non possiamo vivere non mangiando carne e pesce, quindi, oggettivamente ho il mio diritto di procurarmi questo "cibo" per conto mio e non con le mani degli altri, visto che sono capace di farlo.

Poi un giorno è successo questo: ero senza il mio fucile e mi sono avvicinato alla sponda di un lago. Ho fatto scappare una famiglia d'anatre: una madre ed una decina di anatroccoli che non sapevano ancora volare. Si sono allontanati tutti a nuoto dalla sponda e, in un gruppo molto stretto ed unito, stretti uno all'altro, si sono messi a nuotare verso un isolotto che si trovava ad una cinquantina di metri di distanza. Sull'isolotto si era nascosto un cacciatore che non conoscevo. Quando le anatre si sono avvicinate all'isolotto, lui con due fucilate le ha ammazzate tutte...

In quel momento, per prima volta, ho percepito la morte delle vittime di questo crudele divertimento — caccia — come un dramma. Il mio sconcerto si è aggravato con il fatto che sono stato proprio io la causa della loro morte, avendole fatte scappare senza intenzione. Ho subito notato una contraddizione: se fossi stato io ad ammazzarle, non avrei provato sofferenza! Sarei stato contento della buona fortuna e dei ricchi trofei di caccia!..

Poi, un giorno, ho avuto occasione di viaggiare in Carelia in un autobus insieme con gli operai di un'azienda di silvicoltura. Essi, finito il lavoro, avevano bevuto vodka ed andavano alla pesca notturna che consiste nell'arpionare i pesci alla luce di un faro. Però, durante il viaggio, uno di loro d'improvviso si è "commosso" e si è messo a riflettere ad alta voce: "Com'è possibile arpionare un pesce vivo?! Vivo! Con un arpione!". Tutto commosso, ha ripetuto parecchie volte le stesse frasi, rivolgendo la domanda sia a se stesso sia ai suoi compagni. Era evidente che stava per illuminarsi...

Però i suoi compagni sorridevano soltanto, senza dir niente: capita, se uno ha bevuto un po' troppo...

Allora, non avendo supporto da parte loro, d'improvviso si è vergognato della propria "debolezza" ed ha esclamato: "Sì! Andiamo ad arpionare i pesci vivi!". L'argomento è stato tolto dall'ordine del giorno...

Un giorno, mentre cacciavo anatre su un lago, ne ho ferita una. Ansioso di ammazzarla, sparavo un colpo dopo l'altro, però l'anatra, quando vedeva gli spari, riusciva sempre a fare un tuffo prima che la raggiungessero i pallini. Allora ho giocato d'astuzia: dirigendo la mia barca, l'ho spinta in un bassofondo, dove non poteva tuffarsi. Essa l'ha capito e si è arresa, ma io sparavo contro di lei, un colpo dietro l'altro, centrandola sempre, ed ogni volta i pallini trafiggevano il suo corpicino; tutta ferita, con le ali fratturate, gridava d'orrore e di dolore, non essendo più in grado di potersi salvare. Le sue grida e lamenti, forse, come i lamenti di tutti quegli innocenti che sono crudelmente ammazzati, avevano il seguente significato: "Perché?! Non ho fatto niente di male né a te, né ad altri! Abbi pietà! Perché mi fai provare un dolore così tremendo?". Invece io mi avvicinavo con la barca, prendevo la mira e sparavo, e sparavo..., però essa non moriva mai. Solamente quando mi sono avvicinato ancora di più, con il successivo sparo l'ho decapitata.

Dopo di ciò abbiamo mangiato il suo corpo crivellato, però, quella volta, non ho provato il piacere del gusto(nel mangiarla)...

La mia ultima caccia è stata quella all'alce. I bracconieri hanno perseguitato un'alce femmina fino alla linea dei fucilieri, i quali le hanno sparato e l'hanno ferita. Essa si è lanciata verso la linea dei bracconieri. Anch'essi hanno cominciato a sparare. Due mie pallottole hanno spezzato la sua colonna vertebrale. Dopo di ciò altri cacciatori sparavano ancora. Mi ricordo che un cacciatore, al sentire tanti spari, è andato in estasi ed ha esclamato con entusiasmo: "Che musica!!!". Infine l'alce è caduta.

Quando mi sono avvicinato, non respirava più. Però i cacciatori hanno raccontato che, dopo essere caduta, essa è avanzata col ventre a terra ancora per una cinquantina di metri, lasciando sulla neve una lunga traccia di sangue. Lo raccontavano ridendo, contenti della buona riuscita. In nessun'anima si sentiva compassione...

Eppure anch'io ho sparato, pensando alla carne e non al dolore di questo bellissimo animale...

Da quel momento ho smesso. Ho persino venduto il fucile.

... Più tardi, quando ho incontrato un uomo da me molto stimato, che, per la prima volta, mi ha seriamente parlato di Dio e che Egli non apprezzi che ci alimentiamo dei corpi degli animali, ero già, in pratica pronto a rifiutare completamente questo terribile vizio...

Inoltre, ho studiato la letteratura scientifica sulla fisiologia dell'alimentazione e mi sono convinto che i corpi animali non contengono componenti alimentari necessari all'uomo che non siano già presenti anche nei prodotti vegetali, nel latte e latticini e nelle uova. Nel latte e nelle uova ci sono tutti gli amminoacidi "insostituibili" — i componenti importantissimi delle proteine. Nutrirsi con carne e pesce risulta, quindi, tutt'altro che necessario. E' nient'altro che la più lampante manifestazione del vizio di gola e della voglia di soddisfare il proprio capriccio del gusto, a prezzo del dolore e della morte degli altri!

E che nessuno cerchi giustificazione per se, dicendo: non sono io che ammazzo, ammazzano "loro", io mangio soltanto. No, "loro" ammazzano per noi. Siamo i complici degli assassini degli esseri innocenti, i quali sono stati incarnati non per essere ammazzati da noi, ma per passare ulteriori tappe della propria evoluzione nei corpi dati da Dio. In quei corpi ci sono anime come le nostre, però più giovani — sono ancora come bambini...

... Ho ammazzato moltissimi animali.

Da bambino ero abituato ad innescare i vermi vivi all'amo. A quel tempo non mi veniva in mente di sentirmi al posto di ognuno di loro... Ed i pesci soffrivano, attaccati agli ami.

"I pesci non si addormentano", così i crudeli genitori consolano i loro figli che provano pietà per pesciolini morenti. Ogni pesce, quando muore, prova orrore, dolore per le ferite e i tormenti della soffocazione...

Più tardi ho cominciato a sparare contro uccelli ed animali — i bersagli vivi.

Poi sono diventato l'ecologo-zoologo, e per mia mano sono morti migliaia d'animali — non già per il cibo, ma per "le ricerche scientifiche"...

Più tardi, lavorando in campo medico, tagliavo ed ammazzavo ratti, conigli, questi morbidi e teneri animaletti...

Quando, infine, mi si sono aperti gli occhi, d'improvviso mi sono reso conto di tutto il loro dolore... Mi pentivo, chiedevo il loro perdono... Però, pare che la mia penitenza non sia stata sufficiente per implorare il perdono di tutti gli orrori che ho causato loro...

Quando, anni dopo, io, non avendo la possibilità di opporre resistenza, d'improvviso, senza un'apparente causa esterna, sono stato assalito da un primitivo alto due metri, ed il mio corpo è stato mortalmente storpiato, quasi morendo dal tremendo dolore, rimasi perplesso: perché? — non ho fatto del male a nessuno...(pensavo)

Magari, un giorno, nelle future vite terrestri, anche il killer e tutti i partecipanti della banda, moriranno tra le sofferenze e, gemendo si chiederanno: perché...?!

... Spesso le persone che prima non si rompevano la testa su cosa mangiavano, al sentire la predica della commiserazione ed avendola approvata, domanderanno: che cosa si può mangiare se non pesce e carne?! Parliamo, quindi, in breve dei principi generali dell'alimentazione.

Come prima regola, nella nostra alimentazione quotidiana, è bene disporre di cinque gruppi di sostanze alimentari: proteine, grassi, carboidrati, vitamine, microelementi (oligoelementi). Le diete intenzionalmente impoverite, tra cui le "monodiete" (alimentazione di un solo prodotto come, solo riso, solo grano germogliato, solo avena, solo mele, ecc...), sono utilizzate a scopi curativi, però non devono durare troppo a lungo. Così, dopo aver consultato uno specialista, possiamo attenerci a tale dieta per 1, 3, 7 giorni, per 1 — 1,5 mesi — dipende da quanto grave è la malattia e dalla tattica di cura.

Come mezzo curativo e depurativo, anche il digiuno completo può essere d'aiuto (bevendo obbligatoriamente l'acqua!), come massimo, per tre giorni interi. Se si desidera praticare il digiuno per un tempo più lungo, lo si può fare solamente sotto il controllo di uno specialista di digiuni curativi. Dal digiuno si esce gradualmente e le prime volte è meglio nutrirsi di succhi e frutta, escludendo completamente il sale per qualche giorno, altrimenti si possono gonfiare i tessuti del corpo.

Proteine, grassi e carboidrati si trovano praticamente in quasi tutti i prodotti naturali: latte, cereali, tutte le verdure, ecc., però in proporzioni differenti; conformemente a ciò, si usa suddividere i prodotti alimentari in "proteine", "carboidrati" e "grassi (o lipidi)".

I prodotti "proteici" sono: latte e latticini, ricotta, formaggio, uova, noci e nocciole, funghi, soia, piselli, fagioli, fave. Le proteine sono diverse, cioè sono composte di vari amminoacidi. Gli amminoacidi si dividono in quelli "sostituibili" (sono necessari all'organismo dell'uomo, però sono prodotti anche dall'organismo stesso) e "non sostituibili" (pure questi sono necessari, però di solito non sono prodotti dall'organismo dell'uomo e, quindi, devono essere forniti insieme dal cibo).

Quindi, i più pregiati, nel fornire proteine all'organismo, sono i prodotti che contengono la gamma completa degli amminoacidi "non sostituibili". Sono il latte e le uova. Quando si utilizzano il latte e le uova, si garantisce la giusta qualità d'alimentazione, dal punto di vista del contenuto proteico. Se

mancano i latticini e le uova, bisogna cercare di integrare con altri prodotti, specialmente quelli che fanno parte del gruppo delle "proteine".

Nello stesso tempo, vale la pena considerare che una gran quantità di leguminose provoca abbondante formazione di gas nell'intestino. Lo stesso effetto è prodotto dall'orzo, la segale e, negli adulti, il latte (ma non la ricotta ed il formaggio). In tali casi è meglio prendere il latte di sera, a piccole quantità, non combinandolo con altri prodotti; in questi casi il latte quagliato è più digeribile.

Il gas può formarsi anche quando si mangiano insieme grandi quantità di proteine oppure grassi, abbinati con i dolci.

Le uova ed i cibi grassi non si devono mangiare prima di andare a letto, poiché questi prodotti rimanendo nello stomaco a lungo, durante il sonno notturno fanno procedere a fatica la digestione nello stomaco (al contrario della digestione nell'intestino). Allora il cibo può restare non digerito per tutta la notte nello stomaco, nel quale si riprodurranno i microbi e s'infiammeranno le pareti, trasmettendo l'infiammazione anche all'intestino.

Un discorso a parte va fatto sull'alimentazione a base d'uova.

Si afferma che le uova non si possono mangiare per ragioni etiche: dalle uova potevano uscire pulcini! Però dalle uova prodotte negli stabilimenti avicoli non possono uscire pulcini in nessun modo. La gallina domestica è di una specie biologica unica (ottenuta dall'uomo mediante selezione); le femmine di questa specie sono capaci di fare uova non fecondate, cioè senza la partecipazione dei galli. Da queste uova non possono uscire i pulcini. (Presso gli stabilimenti avicoli, i galli sono accoppiati con le galline solo per ottenere le uova che poi vanno alle incubatrici per procreare i pulcini).

Non ha senso rinunciare a mangiare le uova fecondate: le uova non covate non hanno ancora un feto e nemmeno un'anima incarnata. Quando sono bollite o fritte, queste uova non provano né paura, né dolore.

Le uova che mangiamo sono soltanto ovocellule. Se ci si duole per le ovocellule, allora ci si dovrebbe rattristare molto di più per le ovocellule perse dall'uomo e non di quelle della gallina! Ogni mestruazione della donna è una possibilità persa di far nascere una persona! Nessuno penserebbe però che tutte le donne dovrebbero essere perennemente incinte per non permettere la morte inutile (passateci la battuta) delle ovocellule!

La seconda obiezione riguardante l'alimentazione a base d'uova arriva dai fisiologi: affermano che le uova sono sempre causa di arteriosclerosi, perché contengono molto colesterolo.

Una volta ho avuto occasione di partecipare di persona, ancora come esperto di laboratorio, agli esperimenti sui ratti dell'accademico N.N. Anickov — proprio negli esperimenti che hanno permesso di "anatemizzare" le uova. Io stesso con le mie mani provocavo l'arteriosclerosi nei ratti; però, questi ultimi erano alimentati non con le uova, ma con colesterolo puro in polvere miscelato con l'olio. Le dosi di questo colesterolo, chimicamente puro, erano molto considerevoli: ogni presa si misurava in grammi, non mi ricordo quante volte al giorno. E tutto questo per un piccolo ratto! Certamente, sorgeva l'arteriosclerosi, però le dosi di colesterolo erano milioni di volte più alte, rispetto alle poche uova al giorno dell'uomo!

In realtà, il colesterolo è una sostanza molto importante per l'uomo, poiché è utilizzato per produrre tutti gli ormoni sessuali — sia della donna sia dell'uomo.

A proposito, il colesterolo è prodotto anche nei nostri corpi. Le sue alte concentrazioni sono presenti non solo nelle uova, ma anche nei corpi degli animali, specialmente nel fegato, cervella e grasso. Gli oli, invece, sciolgono i depositi di colesterolo nei nostri corpi.

Per trovare la causa dell'arteriosclerosi è meglio chiarire che di questa malattia non soffre per nulla la gente che non mangia i prodotti provenienti dai corpi degli animali ammazzati.

I grassi possono essere sia vegetali sia animali. Tra quest'ultimi vi sono sia il burro sia i grassi presi dai cadaveri degli animali, che aumentano in modo significativo il rischio di cancro. Ciò, però, non riguarda il burro.

Sono utili oli e burro. Gli oli contengono la vitamina E, e sciolgono il colesterolo depositato, qualora ve ne fosse, mentre il burro è ricco di vitamine A e D.

Sarebbe meglio scaldare e friggere il cibo con il burro, poiché gli oli scaldati in presenza dell'ossigeno si ossidano formando sostanze nocive. Quanto più liquido è l'olio, tanto più rapidamente si ossida.

Ci sono in vendita anche le margarine — miscele di vari grassi. Se si pensa di utilizzarle, è meglio controllarne gli ingredienti sull'imballo.

Il gruppo dei carboidrici è composto da tutta la verdura, frutta, bacche, cereali, marmellata, miele... I corpi vegetali ed i cereali sono ricchi di cellulosa, molto importante per il funzionamento regolare dell'intestino, ricchi di vitamine (specialmente C e gruppo B), mentre gli zuccheri danno anche l'energia utilizzabile rapidamente dall'organismo.

Oramai è risaputo che le vitamine del gruppo B, così necessarie all'organismo, si trovano nel pane. Però è bene sapere che il pane di farina di primo velo quasi non le contiene, e non contiene nemmeno proteine. Molto più utile è il pane di farina di macinatura grossa oppure quello con crusca.

Lo stesso vale anche per il riso. E' meglio il riso non raffinato, poiché proprio questa qualità contiene molte vitamine del gruppo B, nonché proteine.

Delle vitamine abbiamo già parlato molto. Vorrei solo aggiungere, che quando mangiamo latte, uova, burro, olio, pane (integrale), cereali, carota, verdura, frutta fresca e bacche, siamo completamente approvvigionati di tutte le vitamine necessarie. Se dovesse sorgere qualche dubbio in merito, oppure fosse necessaria qualche prescrizione medica specifica, si possono acquistare in farmacia multivitamine o la combinazione di certe vitamine, a seconda della raccomandazione del medico.

Tra le altre vitamine, la vitamina C è degna di speciale attenzione. Essa è importante per mantenere la capacità di resistenza dell'organismo. In particolare, aiuta in caso di raffreddore. Però la vitamina C non è termoresistente, quindi, le tisane di erbe, foglie acicolari oppure rosa selvatica si preparano senza la bollitura. Moltissima vitamina C si trova anche nell'aglio e nell'ortica.

L'alimentazione variata che include sia il latte, sia i funghi, sia molti altri alimenti, ci approvvigiona di oligoelementi. Però il prodotto più ricco di oligoelementi, che garantisce tutta la gamma di queste sostanze, è la lattuga di mare, disponibile sotto forma di conserve o secca. Ma a volte è sufficiente aggiungere nelle pietanze sale marino o l'acqua di mare.

... La vita di colui che ama e conosce la foresta è non solo più ricca di bellezza, più sana ed utile, dal punto di vista della crescita spirituale, ma è anche molto meno costosa! Certamente, per il periodo invernale un conoscitore della foresta preparerà marmellate e miele di fiori fatto in casa (scioppo), seccherà erbe buonissime per preparare tisane al posto del tè; anche i funghi, in modo particolare, saranno utili.

I funghi fritti o lessi sono buonissimi, però non si assimilano bene, poiché i nostri fermenti digestivi dissolvono con fatica la membrana delle loro cellule. Neanche l'essiccazione preliminare dei funghi migliora la situazione. Però la lunga azione dell'acido acetico o lattico (la preparazione sott'aceto o fermentazione (in salamoia)) dissolve le membrane delle cellule ed, allora, i funghi sono assimilati alla perfezione.

I funghi in salamoia sotto un peso si possono tenere in un appartamento in città; bisogna solo togliere periodicamente (una volta alla settimana) la muffa dalla superficie del liquido. Non cercate, però, di far fermentare i chiodini da soli: essi fermentando non producono l'acido lattico, quindi, risultano non buoni. I chiodini si possono aggiungere in un recipiente con altri funghi fermentati oppure conservare con aceto e sale.

* * *

Essenziale, per una corretta alimentazione, è osservare il principio etico fondamentale di non *arrecare danno*. Solo coloro nei quali si è sviluppata la compassione del dolore altrui, avranno progressi sulla Via spirituale, perché Dio permetterà di avvicinarsi alla Sua Sede solamente a coloro che sono riusciti a realizzare in se stessi il principio dell'AMORE.

Tale modo di vivere insegnava ancora nell'antica Cina il Maestro Divino Juan-Di. La stessa cosa insegnavano Pitagora, Gautama Buddha, e poi Gesù Cristo [10,14,18]. (Gesù ha fatto qualche eccezione solamente quando era tra i pescatori e folle di popolani, nutrendoli di pesci). La stessa cosa Dio insegnava ed insegna tramite Babaji e Sathya Sai Baba [10,14,18,19,42-51,58,60,61].

Le parole di Dio stesso nel Corano sembrano essere in contraddizione con questa Sua opinione. Dobbiamo però capire che, negli anni di formazione dell'Islam in mezzo alle guerre quasi continue, la situazione non era tale da introdurre a viva forza nell'ambiente degli allevatori di bestiame, abitanti dei deserti, un modo di alimentazione del tutto nuovo per loro. A quell'epoca Dio, che dirigeva l'attività del profeta Maometto, aveva un altro scopo: introdurre in quella regione della Terra una religione monoteistica. Soltanto dopo, quando l'islam si è stabilito solidamente, i musulmani hanno avuto la possibilità di pensare al lato etico dell'alimentazione.

Per i casi in cui dovesse essere trascurata l'etica dell'alimentazione, Dio ha previsto i meccanismi di sviluppo delle malattie.

Così, nei vasi sanguigni, pelle, cartilagine gradualmente si depositano i sali dell'acido urico, i quali sono forniti maggiormente con i piatti di carne e di pesce. Questa malattia si chiama gotta, e si manifesta nel peggioramento della memoria, mal di testa, sonno turbato, riduzione della funzione sessuale, dolori muscolari ed articolari. La necessità di rimuovere lo stato di malessere nel cervello porta al fumo ed all'alcolismo.

Bisogna considerare anche l'aspetto energetico di tale alimentazione: i chakra ed i meridiani sono intasati dalle energie cadaveriche, e tutto ciò

peggiora l'approvvigionamento di bio-energie a molti organi, favorendo l'insorgere del cancro. Queste energie colpiscono l'apparato digerente, quindi sorgono acute infiammazioni croniche ed ulcere. Le stesse energie portano all'aggressività. L'energia della coscienza di tali persone diventa più grossolana, ed esse risultano incapaci di raffinare la propria coscienza.

Le affermazioni ben note che solo carne e pesce contengono proteine di pieno valore, come abbiamo già discusso, sono basate sul nulla e rivelano ignoranza in campo medico, perché la gamma completa degli amminoacidi (le parti integranti delle proteine) indispensabili all'uomo si trova nelle uova e nel latte.

Coloro, che smettono di mangiare i prodotti provenienti dai corpi degli animali uccisi, subito incominciano a stare meglio, guariscono; e ciò è la migliore conferma della correttezza nell'alimentarsi senza questi prodotti. conferma della correttezza nell'alimentarsi senza questi prodotti. Contemporaneamente aumenta la capacità lavorativa (in tutte le sue forme).

Vorrei sottolineare, che le persone che si danno al vizio della gola e mangiano i corpi degli animali ammazzati, devono esser pronte a non offendersi poi del proprio dolore. Sì, così Dio c'insegna ad amare. E' la rivelazione della "legge karmica": chi non prende in considerazione il dolore altrui, dovrà imparare la compassione attraverso il proprio dolore.

Per quanto riguarda i prodotti alimentari "puliti" (piante, latte e latticini, uova), l'approccio corretto, dal punto di vista etico, consiste nel trattarli con cura e con rispetto. Non devono andare a male inutilmente.

Si deve anche rinunciare a consumare eccessive quantità di sale da cucina, a bere alcolici i quali in nessun modo agevolano l'avvicinarsi alla Perfezione. E' bene smettere di prendere regolarmente bevande che contengono caffeina (caffè, cacao, tè), friggere con gli oli. E, certamente, in nessun modo, bisogna bere l'urina, la quale ultimamente è diventata un prodotto alimentare di moda in Russia. Se l'urina viene bevuta regolarmente, s'intossica il cervello, il che provoca turbe psichiche [9].

Che cosa allora dobbiamo mangiare? Come si fa a comporre la giusta dose alimentare per noi e per le nostre famiglie? Certamente, ognuno ha i suoi gusti, le sue abitudini alimentari. Io personalmente per tutto il periodo della mia formazione spirituale, come base mangiavo tre prodotti: riso, uova, pomodori (freschi oppure in forma di sughi); per di più, aggiungevo funghi, verdura, patate, carote, pane di grano, marmellate, bacche, burro, olio, formaggio, ecc. Tale dieta è nutriente e dà sufficiente energia per qualsiasi tipo di lavoro, incluso quello meditativo. Solamente sui supremi gra-

di dell'ascensione spirituale sono stato costretto a rifiutare le uova: l'energia che davano non permetteva di lavorare nella Sede del Creatore.

Un ultimo consiglio: non dovete pensare troppo al cibo! Una volta rifiutata l'alimentazione errata, dovete stabilire un nuovo "algoritmo", e poi pensate a Dio, alla vostra Via verso di Lui, incluso il vostro servizio a Lui. Evitate l'errore che fanno tante persone che concentrano quasi tutta la loro attenzione solamente sulle "regole dell'alimentazione pulita", dimenticando nello stesso tempo cose, senza dubbio, più importanti.

Vestiario

E' obbligatorio camminare molto praticando con Dio in mezzo alla natura viva. Perciò vorrei dire qualche parola riguardante il vestiario.

La prima regola importante per coloro che seguono la Via spirituale è: cercare di non indossare i vestiti di tessuto sintetico, specialmente i vestiti che aderiscono alla pelle. Sul tessuto sintetico si crea il potenziale elettrico nocivo per il sistema energetico dell'organismo, e ciò rende difficoltoso lo scambio energetico con l'ambiente.

Il tessuto sintetico è particolarmente sfavorevole per il lavoro psico-energetico, sia al chiuso sia all'aperto.

Ciononostante, non vale la pena di evitare, per esempio, gli impermeabili in polietilene e le calzature in gomma nei periodi di pioggia.

Queste calzature, però, dentro devono avere una soletta di feltro o di bambagia incollata su una base dura (oppure linoleum morbido) o di altri materiali.

D'inverno si possono usare stivali in gomma 2-3 misure più grandi del numero normale. Dentro ogni stivale si possono mettere due solette, poi indossare 2-3 paia di calzini in lana, sopra i quali ancora uno in cotone, per non permettere l'usura di quelli in lana.

Per non far gelare i piedi, i calzini in lana si devono mettere proprio sul piede nudo: il tessuto umido in lana non fa sentire freddo al corpo.

Lo stesso riguarda gli abiti esterni: se vi siete bagnati fortemente, è bene torcere i vestiti, poi il maglione di lana si mette per primo e, sopra, tutto il resto.

Prestate molta attenzione alla superficie superiore della suola delle calzature, che deve essere liscia, poiché se c'è qualche ineguaglianza della

superficie sotto il tallone, dopo aver camminato a lungo, può manifestarsi la periostite delle ossa del tallone. Oppure in alcune calzature la suola comincia a raggrumarsi nella parte anteriore, perché si rovina il cartone, messo lì chissà per quale motivo. Come conseguenza, può essere difficoltoso il funzionamento delle articolazioni delle dita grosse, e, quindi, le articolazioni possono infiammarsi, facendo gonfiare completamente i piedi. Per mettere a posto tali calzature, staccare la suola, togliere il cartone ed incollare di nuovo la suola.

Sonno notturno

Non si deve lavorare di notte. E' meglio andare a letto alle ore 10 di sera circa ed alzarsi più presto: dalle 4 alle 6 del mattino. In tal modo il riposo notturno risulta di miglior qualità e la coscienza diventa viva e mobile. Bisogna cominciare ogni giornata con gli esercizi spirituali.

E' necessario dormire bene, perché il sonno notturno è destinato, prima di tutto, alla purificazione biochimica del cervello. Se uno non dorme in modo sufficiente, il cervello s'infiamma, il che si vede nella chiaroveggenza come annerimento del cervello.

A questo proposito dobbiamo notare, che dormire di notte insieme in un letto non molto largo è un errore, perché i movimenti del corpo di un partner disturbano sempre il sonno dell'altro; così dormono male tutti e due, e di giorno svolgono scarsa attività.

Si deve dormire in un posto favorevole, dal punto di vista bio-energetico. Persino nello stesso appartamento o stanza si possono trovare i punti sia favorevoli sia sfavorevoli per dormire. L'origine di quelli sfavorevoli sono, prima di tutto, gli stati grossolani degli uomini, impressi bio-energeticamente negli articoli materiali. E' possibile correggere tali difetti per mezzo delle meditazioni.

Se uno dorme dove capita, trascurando questo fattore, può facilmente assimilare gli stati energetici sfavorevoli, le cui tracce sono state lasciate da coloro che abitavano lì prima. Così uno può prendere l'insonnia o cominciare ad avere incubi di notte, oppure la coscienza che prima era fine può diventare grossolana, o, possono persino sorgere i sintomi della malattia della quale soffriva il precedente abitante.

Per esaminare la vostra casa a questo proposito, non dovete cercare gli "extrasensitivi" che utilizzano cornici di bio-locazione ed altri strumenti analoghi, tanto quasi nessuno di essi è in grado di interpretare senza er-

rori i risultati ottenuti. Un esame corretto può essere fatto solamente da una persona che ha raggiunto certi progressi sulla via di raffinazione della coscienza. Egli non ha bisogno di utilizzare “strumenti”, poiché percepisce perfettamente con la propria coscienza pulita. Diventate anche voi così, il più presto possibile!

Per quanto riguarda i sogni, a volte ci capita di sognare di fare peccati. Ciò significa che non ci siamo del tutto liberati dei nostri vizi. Lavorate attentamente ancora una volta sui vostri “punti deboli”, per mezzo della penitenza.

Medicina, salute e destino

Nei rapporti con la medicina, da parte di varie persone, a volte si osservano due approcci estremi contrastanti.

Alcuni si affidano completamente alla medicina, vivono *sulle* pastiglie, ogni volta che non stanno bene chiamano un dottore e chiedono un certificato di malattia. Essi di persona non vogliono fare né un minimo sforzo per fare una vita salutare, né per curarsi. La maggior parte delle malattie, però, se ne va facilmente, basta solo cambiare l'alimentazione, smettere di fumare e di bere, e cominciare a mettere a posto la propria sfera emotiva.

Un altro estremo, proprio dei neofiti (principianti nella fede), è di rinunciare completamente alla medicina e di solito ripongono le speranze nelle “panacee” tipo digiuni, andare scalzi, praticare una tale o tal altra monodieta. Le sopraelencate “azioni” potrebbero andare bene inizialmente, però non sono sufficienti per ottenere seri risultati in campo spirituale.

Altre passioni dei neofiti possono risultare catastrofiche. Per esempio, bere molta urina può intossicare il cervello, fare degradare intellettualmente e far sorgere le malattie psichiche [9].

Circa 15 anni fa c'era una passione per i clisteri quotidiani, i quali disturbano la trofica normale dell'organismo, perché proprio nell'intestino crasso vengono assorbite alcune vitamine ed altri elementi utili ricavati dal cibo.

Lo stesso gruppo delle “malattie infantili del sinistrismo” formavano o il sale, o lo zucchero, o persino l'ossigeno dichiarati come “nemici numero uno dell'uomo”.

... Le nostre malattie possono essere suddivise in tre gruppi.

Nel primo gruppo vi sono le malattie che sorgono in modo naturale a causa dell'usura fisica del corpo (per esempio, distruzione graduale dei

denti col passare degli anni), nonché a causa della mancanza naturale di esperienza quando s'imparano cose nuove, a causa della stanchezza, ecc.

Nel secondo gruppo vi sono le malattie che vengono provocate dai nostri vizi, per esempio, passione per veleni (alcool, tabacco, ecc.), mangiare i prodotti ottenuti dai corpi degli animali ammazzati, vita piena di riprovazione adirata, irritazione ed odio, invece dell'amore e la calma.

Il terzo gruppo è costituito dalle malattie sorte a causa dell'elementare ignoranza igienica e religiosa. Per esempio, la mancata aspirazione religiosa corretta, quando al centro dell'attenzione dei "credenti" ci sono demoni, stregoni e "vampiri", ma non Dio. Pensando a loro la gente li attira, si *sintonizza* con loro, ma non con Dio. Come risultato, i membri di tali sette si ammalano in massa di schizofrenia.

Per mezzo delle malattie del secondo e del terzo gruppo Dio ci fa capire che non abbiamo ragione, vuole farci cercare decisioni corrette.

Così, uno degli errori tragici potrebbe essere il dimenticarsi della futura morte di questo corpo. La morte può avvenire anche molto presto, nessuno può sapere precisamente quando. Essa pone fine a tutti i sogni tipo: ... un giorno, poi dopo..., quando vado in pensione...

Dopo la morte non è più possibile riuscire a raggiungere grandi cambiamenti di se stesso e della propria posizione nello spazio pluridimensionale, si dovrà aspettare la successiva incarnazione con il destino predisposto da questa vita terrestre. Alla gente che deve fare gli sforzi spirituali, ma non li fa, Dio dà, per esempio, il cancro, per rendere più attuale la morte alla persona.

I meccanismi concreti che provocano le nostre malattie, possono essere determinati sia da fattori genetici, sia da danni al feto, traumi, intossicazioni, mangiare i prodotti ottenuti dai corpi degli animali ammazzati oppure da un'alimentazione sbilanciata, azione dei microbi, virus, microrganismi vegetali parassiti, sovraccarichi e surmenage informativi, orientamento di vita scorretto, intasamento energetico dei chakra e meridiani, nonché penetrazione e consolidamento degli spiriti di vari livelli di sviluppo nei corpi sia degli uomini profondamente viziosi, sia degli animali sia delle piante, il che fa sorgere una gran varietà di malattie: psichiche, oncologiche oppure infiammazioni normali e dolori "di origine non chiara".

Tutte queste malattie sorgono nei nostri corpi o anime come risultato della combinazione di due volontà: la volontà dell'uomo stesso e la volontà di Dio. Le malattie sono la realizzazione dei nostri destini.

Il destino di ognuno di noi è composto, diciamo, di due linee intrecciate: una "innata" e l'altra acquisita durante questa vita terrestre.

Per esempio, se un bambino nasce con certi difetti nel corpo oppure li ottiene nella prima infanzia, è il suo destino "innato", cioè gli aggravamenti della vita a causa degli errori molto seri in un'incarnazione passata.

A misura che il bambino cresce, diventa capace di prendere decisioni significanti dal punto di vista etico, in base alle quali si costruisce una nuova linea del destino già in questa vita terrestre. A poco a poco essa comincia a prevalere e poi dominare sulla linea "innata".

In tal modo, il destino avverso può essere completamente cambiato, se prendiamo la via giusta del nostro sviluppo.

Ed, al contrario, un bel destino può essere "coperto di fango" dai nostri errori etici.

Il destino non è una legge meccanica che viene determinata dalle "stelle" e "pianeti", come affermano gli astrologi. Il destino è essere guidati nella vita direttamente da Dio — la Suprema Coscienza Onnipresente ed Onnisciente che possiede l'Amore, la Saggezza e la Forza assoluti. Esso conduce ognuno di noi verso di Lui, dentro di Lui. Se percorriamo la strada giusta, Esso ci stimola con beatitudine, se lasciamo la Strada Diretta che porta a Lui, Esso ce lo indica, facendoci stare male oppure in un altro modo. Tutto è molto semplice.

E non c'è bisogno di lamentarsi delle "cattive condizioni di vita", perché la Via verso di Lui — non è poi andare a piedi o sui trasporti, ma trasformarsi come coscienza, come anima. E' il lavoro interno a se stesso.

Tramite l'Avatar Babaji Dio ha formulato la Via che porta da Lui come segue: "Verità — Semplicità — Amore — Karma-yoga — Eliminazione "dell'io" inferiore per unirsi con "l'io" Superiore". Questa formula è il riassunto di tutto *lo Studio* di Dio. Tutte le altre conoscenze ed istruzioni sono nient'altro che spiegazioni di questa formula.

Tra le altre cose, Dio vuole da noi anche la Saggezza, senza la quale è difficile seguire questa Via. Una delle lezioni corrispondenti è studiare la struttura ed il funzionamento del proprio corpo, aver cura di esso. Una volta imparato questo, possiamo aver cura anche di altra gente, arricchendola della nostra esperienza.

... Capita sentire le opinioni che, per esempio, la sifilide deve essere curata con tale o quale complesso di asana di hatha-yoga oppure che, in generale, qualsiasi malattia deve essere curata solamente con una preghiera, oppure che, in genere, non vale la pena di curarsi, passerà da solo, che l'organismo deve aumentare la propria capacità di resistenza e che poi le medicine, di qualunque tipo siano, arrecano solamente del danno.

Però la sifilide non si cura con le asana, ma mentre il malato fa le asana, passa soltanto alla seguente tappa del suo sviluppo. A nessuno verrà in mente di estrarre una scheggia con una preghiera: essa va estratta con le unghie, con un ago o una pinzetta. Abbiamo ricevuto questa nostra vita nel corpo non per ammalarci e perdere così la nostra energia ed il tempo prezioso. L'abbiamo ricevuta per sviluppare attivamente in noi le Divine qualità: Amore, Saggezza e Forza.

Il mio approccio è quanto segue: qualsiasi malattia deve essere curata urgentemente, per non darle la possibilità di svilupparsi, nonché deve essere curata globalmente, utilizzando tutti i metodi disponibili.

Anche se si è conficcata (nella pelle) una scheggia, sì che sarebbe opportuno riflettere: ho fatto il lavoro che veramente dovevo fare o no, oppure: ho perso in quel momento lo stato di Amore e Calma o no? Però non ha senso riflettere su di questo troppo a lungo avendo una scheggia ficcata nella mano. E' da estrarre la scheggia quanto prima e, forse, persino dare una spennellatura di tintura di iodio.

Lo stesso vale in caso di influenza, angina, raffreddore. Queste malattie possono indicare alcuni errori, per esempio: perdita dello stato di Calma oppure contatti con la gente non valida. Però, dopo aver tratto le giuste conclusioni, sarebbe opportuno cominciare a trattare la mucosa danneggiata con un unguento o con un decotto di calendula, con un unguento antivirale, fare irraggiamento con un lume a quarzo, prendere tisane di rosa selvatica, ortica, foglie acicolari. Può aiutare anche la pulizia dei chakra e meridiani corrispondenti e la pulizia del "bozzolo".

Lo stesso vale anche in caso delle malattie più gravi, che richiedono un intervento degli specialisti-medici. Anche in caso del cancro, non c'è senso rinunciare all'intervento chirurgico proposto dai medici. Senz'altro, bisogna soltanto prestare la maggior attenzione a capire la causa karmica della malattia ed a correggere i propri errori.

Vorrei rilevare, che Sathya Sai Baba — il Divino Messia moderno, capace di fare miracoli senza limiti, il quale ha curato di persona tanti malati, sia in loro presenza sia in loro assenza, utilizzando i più incredibili metodi, dal punto di vista dei materialisti — tuttavia si preoccupa di creare ospedali normali anche sul territorio del proprio ashram.

Sia i medici sia i pazienti devono svilupparsi, per mezzo delle interazioni tra loro, perfezionandosi sulla Via che porta a Dio. Una guarigione miracolosa deve essere meritata con i propri sforzi, altrimenti non farà bene.

... Ogni buon padrone o padrona deve possedere nella propria casa — non solo per se stesso, ma anche per gli ospiti — un set dei medicinali: benda, ovatta, tintura di iodio, calendula, ftalasolo, analgesico, unguento antivirale, menovasina, indovasina, salvia, ecc.

Alcuni di questi medicinali sono da prendere quando si va in campagna, specialmente in un gruppo.

Per esempio, lo ftalasolo può aiutare in caso di infiammazioni nell'intestino, salvia — in caso dell'esofagite ed infiammazioni nello stomaco. La Menovasina può essere utilizzata non solo per ungere i muscoli che fanno male, però può essere anche gocciolata nel naso in caso del raffreddore e negli occhi in caso della congiuntivite (allungata 50 volte circa), mentre allungata 10 volte aiuta bene a fare i gargarismi in caso di angina. Ungere le articolazioni gonfiate delle gambe e bendarle strettamente permetterà di camminare anche in caso di contusioni e calli.

Sarebbe bene che ognuno potesse diventare specialista in medicina "domestica": ciò faciliterebbe la propria vita e permetterebbe di aiutare gli altri nei momenti critici. Anche queste sono le lezioni di Saggezza.

... Mangiare i prodotti provenienti dai corpi degli animali ammazzati, come da analisi statistica abbastanza profonda, uguale che fumare e l'alcoolismo, aumenta repentinamente il pericolo del cancro. La gente che non mangia tali prodotti, non si ammala del cancro.

Anzi, di solito basta solo rinunciare all'alimentazione dei prodotti provenienti dai corpi degli animali ammazzati, per migliorare fortemente lo stato di salute: se ne vanno le malattie gastro-intestinali, ipertensione, diverse rivelazioni della gotta, ecc.

In Russia fino all'anno 1917 è stata accumulata un'esperienza positiva nel curare varie malattie, nonché passione per alcoolismo e tabacco per mezzo dell'alimentazione non contenente i prodotti provenienti dai corpi degli animali ammazzati. Si espandeva anche il movimento etico per la moralità nell'alimentazione [5,20,28,39,40,52,55,57,59], uno degli iniziatori del quale era lo scrittore russo Lev Nikolaievic Tolstoj, maledetto dalla chiesa per il suo "libero pensiero".

* * *

La gente che ha preso la vera Via religiosa, si libera rapidamente da molte malattie, persino dal cancro. Sì, in diversi periodi nei miei gruppi studiavano decine di malati di cancro, tra i quali c'erano anche quelli già

“non operabili”, cioè rinunciati dalla medicina come incurabili. Tutti essi si sono guariti dopo di aver accettato l’orientamento spirituale corretto e cominciato a fare (ognuno nei limiti delle proprie forze) sforzi effettivi per perfezionarsi.

Vorrei sottolineare che, naturalmente, la religiosità non sempre può salvare dalle malattie. Lo dimostra il numero dei malati (per nulla più piccolo) tra i membri delle sette di massa moderne.

Ma quelle sette che coltivano la paura mistica, invece dell’amore, diventano i focolai e vivai delle malattie psichiche.

Esistono anche le sette nelle quali si utilizzano in massa gli psichedelici, l’alcool, i quali sono incompatibili con la Via spirituale e con la salute.

Ancora una delle passioni “di moda” moderne dei settanti è bere l’urina (molta ed a lungo), il che provoca l’intossicazione, prima di tutto, del cervello e riduce ancora di più le capacità intellettive.

E’ da capire molto bene che tutte le nostre malattie sono il risultato dei nostri errori etici o della nostra stupidità. Dietro tutto il nostro dolore è da vedere la Mano d’Amore guidante di Dio, il Quale così ci indica qualcosa che dobbiamo cambiare in noi.

Le malattie possono essere, per esempio, la conseguenza di fumare, dell’alcoolismo e di mangiare i cadaveri degli animali. Ma non ci aveva poi avvertito Dio di questo? Se i leaders della vostra setta danno la benedizione a farlo, non è poi arrivato il momento di voltare la faccia e chiedere a Dio di essere guidati da Lui?

Le malattie possono sorgere anche a causa della pigrizia: per esempio, la vita sedentaria, nonché a causa di trascurare la necessità di temprare l’organismo. Oppure perché abbiamo dimenticato della morte del corpo che si sta avvicinando ogni giorno di più ed, in relazione a ciò, della necessità di fare gli sforzi spirituali per fare in tempo. L’esempio, che abbiamo già discusso, è il cancro, il quale ci viene dato per avvertire che la morte si sta avvicinando, per far più percettibile, più reale il suo avvicinamento. Se l’uomo accetta quest’allusione e si sveglia, il cancro se ne va.

Anche i curatori possono soffrire di malattie. Essi le “tolgono e le spostano su di se” dai pazienti, quando hanno fretta di curare il corpo, invece di cominciare a sanare prima l’anima — eliminare le cause etiche della malattia. Tutte queste cause possono essere suddivise in tre gruppi: a) mancante aspirazione verso Dio (oppure l’aspirazione scorretta), b) mancanza dell’amore, c) ignoranza.

Vorrei fare solamente uno di tanti esempi possibili. Una volta mi hanno invitato a casa loro due dame: una madre con sua figlia adulta. Prendevamo tè in cucina. Accanto sul fornello si bolliva nella pentola un cadavere. Esse mi raccontavano molto delle loro malattie... Poi ho chiesto dell'amore — in particolare, l'amore per gli animali. Tutte e due hanno cominciato a "tortoreggiare" di quanto fortemente li vogliono bene... Ho sollevato il coperchio della pentola ed ho chiesto: "volete loro bene" proprio in forma di zuppa? Oppure anche in forma di arrosto?..

E' particolarmente terribile, come causa delle malattie, l'ira cronica — anche in forma dell'emozione di biasimo di qualcuno, malevolenza, odio, gelosia. Tutto questo non solo porta all'inferno, ma anche danneggia la salute. Per mezzo di queste malattie Dio ci avverte che dobbiamo rinsavire, che non è tardi ancora. Diverse pastiglie e la tintura di valeriana non possono salvare dall'inferno: Dio vuole da noi decisioni etiche e cambiamenti effettivi di noi stessi!

Così pure, dandoci alcune malattie, Dio ci propone di cominciare a studiare l'anatomia e la fisiologia del nostro corpo e capire le cause di almeno più frequenti turbe alla salute.

Per esempio, la combinazione di una gran quantità di proteine o grassi con dolci causa gonfiamento del ventre: abbondante formazione di gas nell'intestino.

Oppure: Scaldare o friggere il cibo con gli oli vegetali è dannoso (a differenza del burro), poiché può provocare una malattia al fegato, visto che gli acidi grassi "non saturi", i quali sono i componenti degli oli liquidi, quando sono scaldati in presenza dell'ossigeno, si ossidano facilmente formando sostanze nocive.

Oppure: non si deve indossare gli indumenti di tessuti sintetici, se essi sono in contatto diretto con la pelle, nonostante che siano belli ed "indossati da tutti", perché questo fattore rende difficoltosi i processi bioenergetici nei tessuti del corpo.

Oppure: si deve non solo pulire i denti con lo spazzolino, ma anche togliere le particelle del cibo dalle fessure tra i denti con, per esempio, una lamina metallica fine. Così pure è bene massaggiare, di volta in volta o periodicamente, se necessario, le gengive facendo lieve pressione su tutti gli intervalli tra le radici dei denti: dalla mascella alla parte masticante del dente, perché quando mastichiamo, in questi intervalli si conficca il cibo, sorge la paradentosi, della quale di solito non ci accorgiamo subito, ma solo quando sentiamo mal di dente o qualcuno ci dice che si sente l'odore

spiacevole dalla bocca. Però la presenza nel corpo di qualsiasi focolaio d'infezioni intossica tutto l'organismo attraverso il flusso di sangue. La parodontosi può diventare la causa delle malattie di qualsiasi localizzazione (per esempio, infiammazione dei seni nasali, gola, occhi, ecc.).

Nel popolo esistono molte opinioni stupide e dannose riguardanti la salute.

Per esempio, se è uscita fuori una escoriazione sul labbro si tratta di un "raffreddore", "niente di terribile". In realtà, si tratta del virus molto contagioso dell'herpes, mentre a volte è l'affezione alle labbra di tricomonada. In entrambi i casi non si può baciare, e bisogna curarsi.

Oppure: quando una donna soffre di dolori nella zona delle ovaie, dice: ho preso freddo, devo scaldarmi. E mette una borsa di gomma con acqua calda oppure si avvolge in uno scialle. Ma questi possono essere sia i dolori innocui dell'ovulazione dovuti alla rottura naturale del follicolo, in questo caso tutto è regolare e non c'è bisogno di scaldare, sia l'infiammazione dovuta ai microbi, allora bisogna curarsi seriamente con gli antibiotici (proprio con cefalosporine moderne). Le infiammazioni croniche dei genitali femminili possono essere dovute ai disturbi bio-energetici a causa dei contatti sessuali con i partner energeticamente grossolani, nonché a causa degli indumenti in tessuti sintetici.

Oppure: dicono che l'emorroide è dovuta alla vita sedentaria, mentre in realtà è dovuta alle particelle degli escrementi che si arrestano nell'intestino retto e scorticano le pareti dell'intestino durante il loro percorso. Come conseguenza, s'infiamma la mucosa e si lesionano anche le pareti delle vene. Per profilassi, è da aver cura della pulizia completa nella zona inferiore dell'intestino, la quale, in caso dei minimi segni d'infiammazione, deve essere unta con unguenti battericidi.

Oppure: è possibile rimanere incinta soltanto nel giro di qualche giorno a metà del ciclo mestruale. Invece la possibilità di concepire negli altri giorni resta, però è più bassa.

Oppure: la riduzione della funzione sessuale degli uomini deve essere curata con caffè e carne. In realtà in tali casi è meglio escludere sia l'uno sia l'altro. Può aiutare, prima di tutto, la correzione delle proprie emozioni e la profonda calma interna. Questo avviene quando uno progredisce correttamente sulla Via spirituale.

Oppure: lo slogan degli "neofiti": "Non utilizzerò medicine in assoluto!". Ma questo non è un segno della saggezza. Piuttosto, al contrario.

Non abbiamo tempo per essere malati! Non ha senso dare il proprio corpo "in pasto" ai microbi, dei quali esso soffre incomparabilmente di più che di una cura adeguata con le medicine.

Dio vuole da noi saggezza. Essa è acquisita tramite tutte le conoscenze, incluso quelle di come sono fatti i nostri corpi, quali pericoli possono correre i corpi e come evitare tali pericoli, nonché i metodi di cura delle malattie.

Raccomando a tutti di comprare la "Guida del medico pratico" ed almeno una volta leggerla dall'inizio alla fine. Certamente, questo libro non dà l'educazione medica e non può sostituire l'aiuto degli specialisti-medici. Però almeno avremo idea della varietà di malattie possibili: dalle veneree e micosi della pelle alle psichiche. Allora potremo raccapezzarci meglio tra i pericoli che ci appostano e li eviteremo con più facilità.

Per esempio, qualche volta sono venuti da me degli ospiti che soffrono di micosi ai piedi e, senza rimorsi e soggezione, si sono messi le mie pantofole...

Oppure: di solito i neofiti non si preoccupano più di tanto delle malattie veneree: secondo loro, solo le persone "non spirituali" possono avere tali malattie, quel che mi sta succedendo non è niente di preoccupante, "passerà subito"...

Accettate, se volete, anche tale consiglio: è meglio non ammalarsi, però se si è ammalati, è bene curarsi subito in complesso ricorrendo a tutti i metodi esistenti: analisi delle cause della malattia, penitenza, metodi meditativi e bioenergetici, metodi non specifici che aumentano la capacità di resistenza dell'organismo (vitamine, bagni caldi, irradiazioni ultraviolette con un lume a quarzo ed, a volte, fare i bagni invernali all'aperto, ecc.), i medicinali specifici ed altre cose che possono essere raccomandate da uno specialista-medico.

A proposito, uno dei provvedimenti di profilassi di molte malattie, il quale può provvedere ad un buono stato di salute, è lavare quotidianamente tutto il corpo con sapone. Per i progressi nel lavoro spirituale è indispensabile.

Ricordiamo: la salute viene acquisita sulla Via spirituale, ed è meglio seguire la Via spirituale sani!

Lavoro nel mondo materiale

Per ogni persona, anche se essa non è ancora sufficientemente matura per comprendere le verità religiose, sono essenziali due principi da applicare al suo lavoro. Sono la probità e l'aspirazione ad imparare quante più cose possibili. Il secondo principio sottintende non solo la voglia di studiare, ma anche l'abbastanza frequente cambiamento dei campi d'applicazione e dei posti di lavoro. In questo caso, ad ogni nuovo posto di lavoro veniamo già arricchiti dell'esperienza di tutti i lavori precedenti. Ciò arricchisce sostanzialmente l'esperienza della vita, sviluppa l'intelletto, crea una premessa oggettiva d'esser rispettato da altre persone.

Invece, per una persona religiosa si presuppone un atteggiamento ancora più serio verso il lavoro, in pratica esso deve vedere la propria attività sociale come il servizio a Dio.

Questo si chiama il karma-yoga. Il karma-yoga è la via di perfezionamento di se stesso per mezzo dell'aiuto a Dio nella Sua Evoluzione. Concretamente questo si rivela, prima di tutto, nell'aiuto multiforme ad altre persone – l'aiuto nelle cose veramente utili alla gente, compreso l'aiuto spirituale.

Nello stesso tempo bisogna cercare di servire con le proprie capacità superiori, nonché aspirare ad impadronirsi delle pratiche sempre più alte, che serviranno per svolgere questo servizio [10,18].

Essendo così l'atteggiamento verso il lavoro, l'interesse materiale personale risulta poco significativo, perché tale servizio è la rivelazione del proprio amore verso Dio e verso la gente. E' possibile far pagare il proprio amore con i soldi?

Krishna ne ha parlato così: "Dovete vedere il lavoro, ma non i profitti si possono ricavare da esso... Sono infelici coloro che lavorano solo per essere premiati." [10,18] (Bhagavad Gita, capitolo 2:47,49).

Eppure, il karma-yoga non significa affatto il principio del lavoro gratuito. Un karma-yoghi però si alimenta dei "resti dei suoi sacrifici", come figurativamente ha spiegato Krishna [10,18] (Bhagavad Gita, capitolo 3:13).

Ad ogni modo, coloro che sono aiutati non devono dimenticare che anche il loro aiutante deve avere con che mezzi comprarsi il cibo, pagare i trasporti, l'alloggio, ecc. Ricordiamo le parole di Gesù Cristo a questo proposito: "Il lavoratore è degno del cibo" (Mf 10:10), "Il lavoratore è degno d'essere premiato del suo lavoro" (Lk 10:7). E le parole di Krishna da Bhagavad Gita: "L'uomo che ai doni ricevuti non corrisponde con i suoi doni, è un ladro". [10,18] (Bhagavad Gita, capitolo 3:12).

Tramite un'intensa ricerca spirituale continua e solo facendo servizio basato sui principi del karma-yoga una persona sviluppa in se sia l'Amore, sia la Saggezza, sia la Forza.

Abbiamo già parlato molto dell'Amore. Adesso parliamo della Saggezza, qualità senza la quale, è impossibile diventare perfetto, impossibile unirsi con Dio.

La Saggezza è la conoscenza di tutte le cose più importanti: come è Dio, che cos'è l'uomo, qual è il senso della vita dell'uomo, che cos'è l'Evoluzione della Coscienza Universale. E' anche conoscere quanto diverse possono essere le anime, è la capacità di distinguere le persone secondo le loro qualità, capacità e possibilità d'età psicogenetica. E' anche conoscere la Via Diretta verso la Perfezione e diverse forme di deviazioni da questa Via. E' la cognizione di come aiutare ogni persona ad evolvere, determinando la forma idonea d'aiuto spirituale.

La Saggezza viene acquisita tramite lo studio teorico e l'esperienza pratica. Il primo consiste nello studiare le istruzioni che Dio ha dato più di una volta alle persone incarnate, nonché nello studiare l'esperienza delle ricerche e peregrinazioni degli uomini sulla Via che porta a Lui. Invece le conoscenze pratiche vengono acquisite dall'uomo studiando se stesso e Dio sulla Via spirituale, nonché nel servizio spirituale e nella creazione spirituale.

Servizio spirituale

Non è possibile percorrere la Via che porta a Dio senza prestare l'aiuto spirituale ad altre persone. E' oggettivamente necessario per il processo evolutivo, perché così aumenta il numero delle persone iniziate nelle cognizioni spirituali. Questo sviluppa anche l'aiutante stesso, in particolare, gli dà le lezioni di psicologia. Il processo dello sviluppo spirituale può essere poi considerato come lo studio "per Dio". Dio è anche un perfetto Psicologo e Conoscitore delle anime.

Sulla Via spirituale, come in una guerra, si rivelano ben chiare sia l'ottusità di alcuni "capi" catastrofica per tanta gente, sia il saggio eroismo altruistico di altri, che salva molte persone.

Nei combattimenti si attivano le emozioni umane, si evidenzia la viltà degli uomini il che fa impazzire molti scettici, si rivelano più accentuatamente sia altri vizi che altre qualità spirituali.

“Il carattere combattente” di un vero cercatore spirituale si tempera nel parare gli attacchi degli invidiosi e degli aggressori stupidi.

I tradimenti degli ex-“migliori amici” insegnano a non essere attaccati alla gente.

Un cercatore spirituale, salvando altre persone che vanno dietro di lui e con lui, sviluppa se stesso, nei combattimenti per Dio accresce in se l’Amore, la Saggezza e la Forza, gradualmente acquistando in tal modo la Divinità.

In che deve consistere l’aiuto spirituale iniziale ad altra gente? Primo, formare negli uomini un’idea giusta di Dio e della Via che porta a Lui. Secondo, insegnare a regolare la propria sfera emotiva.

... Si può insegnare l’arte della meditazione alle persone intellettualmente ed eticamente degne.

Però, prima di procedere al serio lavoro meditativo, ogni persona deve pulire il corpo dallo sporco energetico, poiché con un corpo sporco e, quindi, malato risulta impossibile entrare negli eoni fini, da Dio.

Perciò si possono cominciare le pratiche meditative solamente con gli adepti che hanno rinunciato a mangiare i prodotti provenienti dai cadaveri degli animali, a consumare alcool, tabacco ed altri veleni del genere, hanno smesso di avere stretti contatti (compreso quelli sessuali) con le persone energeticamente grossolane.

Gli allievi devono anche obbligatoriamente porsi come l’obiettivo prioritario consolidarsi nell’amore e nella calma.

Coloro che durante il lavoro si sviano oppure non fanno progressi, per il loro bene devono essere allontanati dalle pratiche, perché con le stesse psicotecniche le persone che si raffinanano e si sviluppano come Amore possono giungere a Dio, mentre coloro che prendono altra via, vanno verso l’inferno, diventando demoni.

Quest’ultimo è stato da me osservato molte volte in diverse città e paesi. Alcuni istruttori per soldi, gloria o semplicemente per forza dell’irresponsabilità criminale cominciavano ad insegnare i metodi psicoenergetici a tutti, senza scegliere minuziosamente. Ciò ha portato alle catastrofi personali e persino, in un caso, alla formazione di un gruppo criminale [9].

Per di più, ho fatto l’imprudenza di far vedere dei bellissimi punti di forza a tante persone che ulteriormente sono risultate non degne. Adesso... vedo come si allenano lì i maghi evidentemente neri, lasciano traccia della loro energia sporca le compagnie dei degenerati che contaminano la santità di quei posti...

Però sulla Via spirituale non è possibile che una persona s'imponga con la forza su di un'altra. Non ho il diritto di costringere quei travisatori a non visitare quei posti, a non crescere come demoni... E' Dio che ha dato loro la libera volontà. Essi hanno tutti i diritti di andare verso l'inferno. Dopo di esser stati nell'inferno essi, forse, ne vorranno uscire. Allora, magari, li aiuteranno i miei libri...

Nella saggezza, è impossibile "trascinare" qualcuno verso Dio. Dio non ne ha bisogno, e poi ciò non è possibile, perché la Via spirituale è, prima di tutto, la trasformazione qualitativa di se stesso, ma non il salire su una montagna. Solamente la persona stessa può e deve seguire questa Via, gli altri possono soltanto indicarle la strada.

Ognuno deve costruire in piena libertà i suoi rapporti con Dio. Quindi, non deve esistere né la "disciplina religiosa", né la subordinazione tra la gente e tra i gruppi spirituali. Ognuno deve svilupparsi conformemente alla propria libera volontà ottenuta da Dio. La violazione di questo principio perturba l'armonia dell'Evoluzione, non permette a Dio di condurci verso di Lui.

Attaccamenti falsi e veri

Il termine filosofico "attaccamenti" significa che una persona è attaccata fortemente e prolungatamente con le sue indrie ad alcuni oggetti (e persone): genitori, figli, coniugi, oggetti di passione sessuale, soldi, articoli di lusso, alta posizione sociale, lavoro, amici, proprio corpo, piatti prediletti, alcolici, tabacco ed altri psichedelici, passione per i giochi d'azzardo, ecc.

Come vediamo, evidentemente, gli attaccamenti possono essere nocivi, non nocivi e molto utili per certe tappe dello sviluppo dell'uomo. Proprio questi ultimi a volte ci fanno "rianimare" nella vita, e ad alto livello emotivo. Peggio è quando una persona non si muove, vive svogliatamente.

Vediamo un esempio analogico: un'automobile, una nave — esse possono essere guidate soltanto se si muovono rispetto al substrato circostante; mentre, se non hanno il proprio propulsore attivo, risulta estremamente difficile o impossibile condurle o virarle.

Anche per l'uomo è così: se vive una vita attiva, anche se non capisce ancora correttamente il senso della sua vita ed il suo Scopo Superiore, il suo movimento permette a Dio di creare per lui tante situazioni d'addestramento. Solo allora l'uomo si sviluppa preparandosi alle susseguenti ascensioni spirituali.

... Nella letteratura religiosa a volte si può incontrare l'immagine degli eroi che sembrano essere positivi, i quali, d'improvviso hanno smesso di aver cura delle loro famiglie e sono andati via per sempre a condurre la vita eremitica, sperando d'ottenere così i progressi spirituali. In quella letteratura ciò è presentato come lo "strappo degli attaccamenti" degno d'essere imitato.

Però, così non è giusto! Strappare così gli "attaccamenti" non soltanto non è giustificabile dal punto di vista etico, ma è privo di senso. Gli attaccamenti non devono essere strappati con "atti di volontà", ma sostituiti; bisogna innamorarsi di Dio! E' difficile raggiungerlo subito, però l'obiettivo è chiedere a Lui di aiutarci. Allora l'amore per Dio potrà crescere man mano che Lo studiamo, avidi di conoscerLo, per mezzo dei libri, le conversazioni spirituali, le nostre richieste personali a Lui di mostrarSi, rivelarSi, far sentire il Suo Amore e convincerci per mezzo di una Rivelazione... Questa sarebbe la giusta distribuzione iniziale delle proprie indrie.

Poi, quando cominciamo a sentire che l'amore è veramente reciproco, i rapporti reciproci si svolgono ancora più velocemente; gradualmente l'amore diventa una passione, un nuovo attaccamento... E questo nuovo e vero attaccamento-passione a poco a poco sostituisce tutti gli altri.

"Attaccati al Signore, e allora l'attaccamento alle cose passeggero se ne andrà" [40].

... Ho vissuto la mia vita proprio così. Essendo stato educato in un ambiente ateo, solamente all'età di 27 anni per la prima volta ho sentito affermare che Dio esiste veramente, ma, in quel periodo, nessuno mi poteva spiegare che cosa significassero tali parole. La religione ortodossa mi ha dato le prime impressioni mistiche, però non ha dato risposta alla domanda su che cos'è Dio. Dio-Padre è stato smarrito dalla religione ortodossa, nonostante fosse una figura centrale negli Insegnamenti di Gesù Cristo. I libri hanno allargato un po' i miei orizzonti, però in quel periodo non c'era un libro scritto così dettagliatamente in una lingua facile da capire come quello che state leggendo adesso.

Non ho mai avuto un Guru incarnato — un Maestro spirituale che conoscesse tutta la via che conduce a Dio. Evidentemente in quel periodo non ve ne erano nei paraggi. In parte, ciò è un bene, perché, da un lato, avere un Guru incarnato permette di avere più velocemente e con più facilità le spiegazioni e le tecniche pratiche per lavorare su se stesso, però, d'altro canto, stare sempre con lui crea un attaccamento al maestro come forma corporea, e non alla Sua Coscienza. In questo caso l'obiettivo non è supe-

riore ma intermedio, e non tutti gli allievi sono in grado di scegliere lo Scopo Superiore — la Coscienza di Dio-Padre.

In quel momento Dio subito ha posto davanti a me, uno scienziato con esperienza nelle ricerche scientifiche, l'obiettivo Superiore — Se Stesso in tutto l'Universo.

E mi sono innamorato di Lui.

Poi tutto è stato molto semplice: mi ci sono gettato diritto. Mi sono slanciato verso di Lui, sono stato seguito da altre persone — tante persone che cambiavano in continuazione. La gente non reggeva alla mia velocità ed intensità. Qualcuno si è staccato tranquillamente, qualcun altro si è ribellato chiedendo un amore "speciale" nei suoi confronti e non ottenendolo ha cominciato ad odiarmi. Qualcuno ha tradito compiendo vigliaccherie, qualcuno ha calunniato, anche in pubblico. Altri mi hanno derubato. Si sono trovati anche coloro che hanno tentato di ammazzare il mio corpo.

Andavo avanti, però, senza guardare indietro, senza innamorarmi della gente e non intromettendomi nelle liti, non vendicandomi neppure dell'assassinio perfido e crudele, nonostante abbia saputo i nomi dei miei assassini. Non mi permettevo di fermarmi per l'attaccamento al mio onore, al prestigio e neppure al mio corpo.

Non ho mai avuto allievi a pagamento, ai quali vendere le mie conoscenze superiori. Avevo i miei amici, che amavo molto. Regalavo a loro me stesso, la mia esperienza spirituale, vivevo per loro e per Dio. Non ero in grado di vendere il mio amore! I loro successi sono stati, per me, il premio del mio aiuto.

Volevo loro molto bene. Se però si allontanavano, non essendo attaccato, li dimenticavo subito.

Non ho mai fatto, sinceramente, un minimo tentativo di far tornare da me qualcuno di coloro che si erano allontanati. Al contrario, li incoraggiavo a farlo, per non sovraccargarli delle conoscenze, in quel momento, superiori alle loro forze.

Essi si allontanavano non capendomi più, e Dio mi dava altri più preparati... Volevo loro ancora più bene, perché mi capivano di più... però non mi attaccavo lo stesso, perché avevo il mio grande amore — l'amore verso Dio!

Per quanto fango che mi abbiano buttato addosso gli invidiosi, traditori, calunniatori, in tutte le discussioni, sono stato io il vincitore: Dio mi ha accolto in Se, ho imparato ad unirmi con Lui nell'abbraccio d'Amore. Ho vinto! Non ho vinto qualcun'altro No! Ho vinto me stesso non avendo fat-

to soffrire nessuno. Ho vinto trasformandomi, sono diventato così come Dio mi voleva.

Ho vinto e vi invito alla stessa Vittoria!

Sono grato sia a Dio sia a tutti coloro che erano con me, che mi amavano ed odiavano, d'esser stato aiutato a vincere perché, tramite voi, Dio mi ha arricchito ed ha corretto la mia via. A tutti voi auguro la pace!

Insegnamenti di Dio e settarismo

Dio, che ha creato il nostro pianeta e lo ha popolato con noi, uomini, non ci ha dimenticato, anzi, siamo la Sua premura principale, siamo i figli che Egli sta impazientemente aspettando nella Sua Casa; tutta la Creazione è stata fatta per farci entrare proprio lì, quando diventeremo adulti,

Dio ci insegna in due modi: ci dà istruzioni su come dobbiamo vivere e poi, dandoci il libero arbitrio, ci insegna ad eseguire le indicazioni-istruzioni nella pratica dei rapporti con altri esseri e con Lui.

La libertà di scegliere la via, di prendere decisioni nelle situazioni concrete — ecco la Sua saggia idea che permette di distinguere chiaramente tra coloro che sinceramente vanno verso di Lui e coloro che vanno in direzione opposta.

Abbiamo il diritto di prendere sia questa direzione sia l'altra, nonché di segnare il passo. Sì, Egli ci ha dato questo diritto, e noi possiamo usufruirne.

Muovendoci verso di Lui, aumentiamo realmente la nostra felicità, la beatitudine.

In caso contrario ci aspettano malattie, guai, sofferenze.

Ma abbiamo persino il diritto d'incubo di stare nell'èone diabolico tra coloro che sono simili a noi. Ma, ne abbiamo veramente bisogno? Non sarebbe meglio diventare obbedienti, mansueti alla Sua Volontà? Egli ci vuole bene e ci elargisce il bene, basta solo prenderlo!

Perché ci sono tante sofferenze sulla Terra? Perché la gente non va verso di Lui? Perché i delitti, il buio del primitivismo, la barbarie dell'ignoranza sono in ugual modo caratteristici sia ai "credenti", sia agli atei?

Non è perché la gente, specialmente i potentati, in forza della propria ignoranza oppure per cupidigia, hanno nascosto o travisato le semplici verità sulla Via che porta a Dio, alla felicità?

E' molto semplice procurarsi il potere, i soldi, dichiarandosi, per esempio, un intermediatore tra la gente e Dio. Basta solo indossare i vestiti "sacerdotali" e solennemente e con importanza dichiarare: ecco, sono dotato del potere di chiedere a Dio il vostro benessere, sono autorizzato ad assolvere i vostri peccati. Venite da me, certamente, dovete pagare, altrimenti... arderete eternamente nel fuoco infernale!..

E' una tipica variante settaria di una cupida bugia.

Questa bugia può essere rafforzata di più per mezzo di tale schema: la nostra religione ha cominciato la sua storia sin da Adamo ed Eva, e tutte le altre religioni sono le sue figlie illegittime. Ed allora, chi, Dio, ama di più: il Suo figlio "legittimo" oppure quelli "illegittimi"..?

In realtà, Dio ama in ugual modo tutti i figli umani. Sarebbero capaci i credenti sinceri di mentire così da vigliacchi?

Ultimamente sono apparse le sette che vendono, dietro pagamento di grosse cifre, "il diritto di parlare con Dio": sostengono che è necessario disegnare un segno segreto (proprio questo segno è in vendita), e Dio risponderà alle vostre richieste e manderà a voi o tramite voi "la Divina Energia"... Come se Dio fosse una macchina nella quale si deve mettere un gettone per farla funzionare! E moltissima gente crede a questa ed altre bugie del genere. E pagano fior di quattrini..!

Ma questo, anche se stupido, non è tanto terribile come quando i "pastori" in abiti solenni mandano, in nome di Dio, gli adepti della chiesa ad odiare, picchiare, assassinare coloro che non permettono ai "pastori" di raccontare bugie. Allora si accendono delle vili e brutali passioni, bolle il "giusto" sdegno... e, come risultato, tutta questa "parrocchia" va all'inferno...

Ira e paura (specialmente la paura mistica — del demonio, diavoli, stregoni, vampiri — è l'attributo indispensabile delle più brutali ed ignoranti sette, per l'intimidazione ed asservimento dei "parrocchiani") sono emozioni che, coltivate, predestinano la gente all'inferno.

... Dio, invece, è Amore. Egli accetta in Sé soltanto coloro che sono divenuti simili a Lui.

... Dio c'insegna sempre la stessa cosa tramite tutti i Messia e veri profeti, esprimendola con parole diverse e conformandola alle particolarità di varie persone. Questi Insegnamenti di Dio sono la Sua Legge Primordiale (in sanscrito queste parole suonano come Sanatana Dharma), che consiste nel farci aspirare a conoscerLo, ad unirci con Lui nell'Amore ed a servirLo amando ed aiutando la gente, amando tutti gli esseri viventi, sviluppandoci e perfezionandoci per l'autorealizzazione spirituale completa.

Che cosa non ci impedisce di accettare la Legge e voltare le spalle a tutti coloro che ci parlano di questa Volontà di Dio?

La Legge Primordiale — Sanatana Dharma

Dunque, le sette sono le unioni religiose che hanno deviato dai veri Insegnamenti di Dio.

Gli Insegnamenti di Dio sono giunti a noi anche tramite i detti o scritti di Krishna, Lao-Tzé, Gesù Cristo, Maometto, Babaji, Sathya Sai Baba, Thoth Atlantideo (Ermete Trismegisto nella seguente incarnazione) ed altri Inviati Divini, profeti, grandi allievi di Dio e cercatori spirituali. (L'essenza delle loro prediche è riassunta nei nostri libri [18]).

Si possono trovare alcune citazioni preziose anche nel Vecchio Testamento.

Però prestiamo attenzione al fatto che in tutta la Bibbia manca la descrizione di Dio-Padre — l'Oggetto di speranze di tutti i credenti. Come è possibile aspirare all'amore verso Colui di cui non si sa niente? Forse è per quello che Egli è rimasto quasi dimenticato nelle chiese cristiane di massa?

Ma nella Bhagavad Gita è detto tutto di Lui e della Via che porta a Lui. Il problema è che la Bhagavad Gita è stata prima tradotta in russo dalle persone che non la capivano bene. Invece, una traduzione degna di fede poteva esser stata fatta soltanto da coloro che hanno realizzato in pratica tutti gli Insegnamenti di Krishna.

Durante tutta la storia dell'umanità sulla Terra, Dio ha insegnato alla gente la stessa cosa: come svilupparsi aspirando verso la Perfezione Divina, verso l'unione con Lui.

Però ogni volta col passare del tempo la gente dimentica l'essenziale degli Insegnamenti concreti che ha ricevuto, storpia qualcosa in essi, a volte rovesciano qualcosa quasi al contrario, e comincia a fare guerra contro altra gente che ha storpiato gli stessi Insegnamenti in un altro modo [6].

Per questa ragione Dio è costretto ad incarnare ripetutamente le Particelle di Sé nei corpi degli uomini oppure dire tutto tramite i nuovi profeti, cercando di recuperare di nuovo alla vita la Sanatana Dharma. Ma è una caratteristica degli uomini, vedere nei Suoi Inviati, i nemici della loro "vera fede", deriderLi, assassinarLi.

Adesso sulla Terra i Veri Insegnamenti Divini sono predicati dall'Avatar Sathya Sai Baba [10].

L'essenza degli Insegnamenti di Sathya Sai Baba, come pure gli Insegnamenti di tutti gli altri Divini Maestri, possono essere riassunti come segue:

L'obiettivo principale di ogni persona è unirsi, come coscienza sviluppata, con la Coscienza di Dio. Per realizzare tutto ciò, è bene studiare se stesso e Dio come fenomeni pluridimensionali, conoscere la Sede del Creatore e trasferirsi in essa con la coscienza.

Per raggiungerlo, dobbiamo prepararci per mezzo delle pratiche spirituali, come i pranayama, i metodi di pratyahara e gli esercizi meditativi.

Però nessun esercizio sarà utile, se nella persona non c'è fede né aspirazione verso il Creatore e nemmeno la capacità sviluppata d'amare. L'Amore è la funzione del cuore spirituale, la quale comincia a svilupparsi tramite le interazioni con la gente ed altri esseri incarnati.

Qui i principi generali sono i seguenti: la compassione verso tutti ed il servizio a tutti sui principi del karma-yoga. Il karma-yoga è la realizzazione pratica dell'amore verso Dio e la gente, è il miglior metodo di auto-sviluppo. La fede priva di servizio attivo è morta.

La fede deve essere accresciuta in sé ricordandosi sempre di Dio. Qui possono essere di aiuto i colloqui religiosi, le messe nelle quali si decanta il Signore, ecc.

Tutti i principi delle interazioni con altre persone ed esseri vivi possono essere espressi in un comandamento breve di Viasa:

"Aiuta tutti (in tutte le cose belle), non offendere mai nessuno!".

Sathya Sai Baba spiega molto dettagliatamente questo comandamento con riferimento a tante situazioni concrete che capitano sulla Terra.

Nella vita terrestre d'ogni persona, insegna Lui, ci sono due pietre miliari: Dio, come obiettivo, e la morte del corpo, come il limite delle nostre possibilità di migliorare. Ricordiamoci questo e, liberando la nostra Via di tutte le cose che non hanno importanza e di tutti gli eccessi, dedichiamoci soltanto a realizzare direttamente il senso delle nostre vite!

Così ci liberiamo dalle catene karmiche, malattie, necessità di immergerci nuovamente nel mondo delle sofferenze; così si raggiunge l'eterna Unione con il più grande Amore!

Gradi della Via spirituale (commenti allo schema di Patanjali)

Le tappe principali dell'ascensione alle altezze spirituali, all'Unione con la Coscienza Primordiale sono state segnate già nei tempi antichi da un rishi indiano Patanjali.

Egli ha distinto 8 seguenti gradi principali di tale ascensione: yama — niyama — asana — pranayama — pratyahara — dharana — dhyana — samadhi.

Però, giacché i primi due gradi di quelli sopraindicati sono simili ed in pratica sono assimilati contemporaneamente, è razionale unirli e parlare de "l'ottava" a sette gradi.

Esaminiamo questi gradi.

Yama e niyama

Questi termini si traducono come "sforzo e rilassamento" oppure "tensione e calma". Questo grado comprende l'assimilazione delle regole etiche e psicoigieniche essenziali nella vita del cercatore spirituale.

La prima regola si chiama ahimsa — non danneggiare. Si tratta di non danneggiare mai un essere vivente né con azioni, né con parole, né col pensiero e neppure con le emozioni.

Ciò comprende anche le sopraesposte regole di un'alimentazione eticamente corretta e, cosa di non minore importanza, esclusione delle emozioni grossolane legate ai cattivi pensieri e spesso accompagnate da brutte parole ed azioni.

I nostri errori etici, tra cui i delitti, possono sorgere a causa della mancanza di conoscenza, l'ignoranza, la mancata comprensione della struttura dell'Universo e della nostra posizione e ruolo in Esso, inoltre possono sorgere quando ci si permettono emozioni come cattiveria, riprovazione, offesa, angoscia, paura, ecc., le quali sono la rivelazione del "io" individuale che "sporge" screditamente.

Sulla Via spirituale uno dei compiti importanti è eliminare "io" inferiore individuale per mezzo dell'unione di esso con "Io" Superiore universale del Creatore. Il lavoro in questa direzione comincia con la lotta contro tutte le rivelazioni viziose dell'io personale, prima di tutto, nelle reazioni emotive.

Un metodo importante in questo campo è la penitenza: pentirsi sinceramente degli errori etici commessi, analizzando intellettualmente quelle situazioni e cercando le soluzioni corrette.

Molti non capiscono che cosa vuol dire il principio di non riprovazione. La riprovazione non è altro che un'emozione, una delle forme della collera. La riprovazione non è analisi intellettuale, e neppure la rivelazione e la discussione degli errori altrui. L'analisi è necessaria, perché permette di imparare a non ripetere gli errori degli altri. Però l'analisi deve esser fatta senza alcuna forma d'emozione di collera.

Le emozioni sono stati di energia della coscienza. Esse sono emanate fuori dei limiti del corpo, creando un ambiente energetico percepito dalla gente e dagli altri esseri circostanti.

Le persone che vivono negli stati emotivi grossolani creano un ambiente distruttivo, mortifero per la gente circostante. Il contatto con tali persone può danneggiare gravemente il campo energetico causando, quindi, gravi malattie, specialmente nei bambini.

Invece, coloro che vivono negli stati dell'amore raffinato, risanano, animano, nobilitano tutto ciò che sta intorno ai loro corpi, curano con la sola loro presenza. Quanto più forte è il loro amore e più potente è la coscienza, tanto più spazio circostante animano — fino alle dimensioni planetarie.

Il cercatore spirituale impara a controllare pienamente la sua sfera emotiva soltanto lavorando con i suoi chakra ed altre strutture energetiche e poi tramite l'unione di sé (come coscienza) con la Coscienza di Dio; è necessario, però, fare degli sforzi fin dall'inizio della Via.

La seconda regola della yama è satya — la veridicità, purezza.

Però può succedere di non poter dire la verità, perché potrebbe arrecare danno a qualcuno. Allora è meglio tacere o sottrarsi alla risposta...

Dicendo bugie diventiamo peccatori davanti a Dio ed ostaggi della nostra menzogna davanti alla gente, perché poi saremo costretti a temere d'essere smascherati, a vivere in ansia invece che nello stato di calma stabile e pura.

La terza regola — asteya — è rinunciare alla voglia di possedere le cose altrui. Dobbiamo aspirare interamente alla conoscenza di Dio! Invece, la voglia di possedere le cose materiali, per giunta altrui, è il completo travisamento del vero orientamento della coscienza, che, per di più, arreca danno alle altre persone.

La quarta regola — aparigraha — significa essere liberi dalle cose inutili (non necessarie), che distolgono l'attenzione dallo scopo principale: l'aspirazione verso l'unione con il Creatore.

La quinta regola — Brahmacharia — significa “seguire la via di Brahman (Spirito Santo)”. Con ciò s'intende la rinuncia ai propri desideri “terrestri” (tranne l'approvvigionamento dei bisogni elementari del corpo) rivolgendo la propria attenzione a Dio, cercandoLo con la mente ed anche con la coscienza sviluppata.

Questa regola rappresenta una rinuncia sincera sia alla ricerca della gloria e degli onori terrestri, sia all'accumulo delle cose, (che sarebbero) inutili nel mondo di Brahman, sia all'adornamento del proprio corpo.

Alcune persone interpretano la regola di Brahmacharia solo come celibato. Questa, però, è un'interpretazione troppo ristretta, e non è indispensabile, nel caso di un atteggiamento veramente spirituale verso il sesso. Anzi, il celibato può causare la prostatite (adenoma prostatico) negli uomini ed il “deperimento” energetico nelle donne, nonché “l'indurimento” della coscienza di entrambi i sessi. E non favorisce assolutamente il progresso sulla Via spirituale. In realtà, non c'è bisogno di rifiutare il sesso, ma è bene rinunciare ad essere troppo appassionati nel sesso ed ai rapporti sessuali con partners non adeguati.

La sesta regola — shaucha — riguarda il mantenere pulito il corpo. E' importante ogni giorno, se è possibile, lavare tutto il corpo con sapone ed acqua calda o tiepida, in modo che la pelle sia liberata dai sali del sudore depositati, che ostacolano il funzionamento regolare di tutto l'organismo. Richiamiamo alla mente le sensazioni che proviamo dopo esserci ben lavati, se prima non c'eravamo lavati da lungo tempo! Un tale stato di comfort, lo possiamo e dobbiamo creare ogni giornata, lavandoci di mattino.

La shaucha comprende anche la pulizia dei denti, ecc.

Esistono anche le metodiche curative speciali di shaucha, tali come i clisteri o i lavaggi del naso e del cavo naso-faringeo aspirando l'acqua salata attraverso il naso, ma non c'è bisogno di praticarle quotidianamente. Questi metodi aiutano a guarire quelli che soffrono della sinusite.

La settima regola — mitahara — è l'alimentazione pura. Ne abbiamo già parlato dettagliatamente nelle pagine precedenti. Vogliamo qui soltanto rilevare che il cibo deve essere mangiato in circostanze emotivamente favorevoli, ed in nessun modo durante i conflitti, accese discussioni, mai alla presenza di persone maligne, irritate.

Per raggiungere uno stato armonioso, si può fare una meditazione prima di mangiare.

A questo proposito va molto bene la preghiera ortodossa “Re dei Cieli”.

L’ottava regola — santosha — serve a mantenere sempre un corretto sfondo emotivo. Se sentiamo la presenza del Signore e dedichiamo tutta la nostra vita a Lui, se non siamo presi dalla cupidigia in quel che facciamo, se sappiamo che Egli ci osserva costantemente, ci guida ed insegna, che Egli stesso crea per noi le difficoltà per addestrarci, aiutandoci, poi, a trovare le soluzioni dei problemi, perché, allora, non essere sempre contenti?

“Tu stai svolgendo i tuoi lavori, Io gestisco gli avvenimenti”, — così, tempo fa, Egli insegnava all’autore di questo libro [9].

La nona regola — svadhyana — riguarda le riflessioni filosofiche, conversazioni e lettura che permettono di capire interamente il senso della propria vita e della Via alla Perfezione.

“Volgi la tua mente a Me...” — così Krishna ha determinato i primi passi dell’uomo sulla Via che porta a Dio [10,18].

La decima regola — tapas — è in relazione a qualsiasi limitazione e costrizione di sé per lottare contro i propri vizi. Il tapas insegna anche la disciplina spirituale e, quindi, inizialmente bisogna usare il “si deve!” e non il “voglio!”.

L’undicesima regola — Ishvarapranithana — è il sentire che tutto ciò che esiste è impregnato della Coscienza del Creatore (Ishvara), sentire che Egli è costantemente presente fuori e dentro il mio ed altri corpi ed in ogni cosa, sentirLo come il Maestro ed il Testimone di tutto ciò che faccio e di tutto ciò che mi succede.

Ed altre quattro regole molto importanti:

- kshama — essere tollerante verso coloro che non pensano come me,
- daya — commiserazione, bontà,
- argava — semplicità, non alterigia,
- hri — saggezza umile, mancanza di:
 - a) ammirazione di se stesso, orgoglio dei propri esiti effettivi e
 - b) vanità — glorificazione di sé per i propri meriti immaginari.

Asana

La parola "asana" (in questa situazione) significa una posa, una posizione stabile del corpo. Si tratta di metodi specifici di lavoro con il corpo che preparano l'adepto ai successivi gradi del lavoro spirituale. I complessi di asana e di altri esercizi di questo livello di lavoro sono unificati sotto il nome generale *hatha-yoga*. Essi danno anche le prime pratiche di concentrazione diretta e sviluppano a livello iniziale i sistemi energetici dell'organismo.

Bisogna praticare le asana soltanto dopo aver studiato ed accettato i principi del grado precedente. Invece, se, per esempio, si pratica l'hatha-yoga mangiando nello stesso tempo i prodotti provenienti dai corpi degli animali ammazzati, il campo energetico diviene rozzo, aumenta la forza grossolana e, quindi, si prende la direzione contraria alla vera Via.

Il migliore orario per praticare le asana è intorno alle ore 4-5 del mattino.

Alla fine d'ogni *lezione* è bene fare obbligatoriamente la shavasana — il profondo rilassamento del corpo e della mente in posizione supina per circa 20 minuti. Se non la fanno, può turbarsi la salute, peggiorare la vista, sorgere gli stati d'ansia, insonnia, ecc.

Nell'ambito dell'hatha-yoga in nessun modo si deve cercare di fare qualcosa con l'energia kundalini, perché ciò potrebbe provocare gravi disturbi alla salute, sia fisici sia psichici. Il lavoro con la kundalini è il compito di un altro grado — buddhi-yoga. Solamente dopo che tutte i chakra ed i meridiani principali sono bene puliti e sviluppati, è possibile trasferire in su la kundalini.

E' da capire che l'hatha-yoga è soltanto una tappa preparatoria alla vera via dello yoga, quindi, dedicare tutta la vita all'hatha-yoga, sperando di ottenere grandi progressi, non è serio.

I seri progressi possono essere garantiti soltanto se uno lavora con il cuore spirituale nell'ambito del raja-yoga e poi del buddhi-yoga.

Pranayama

Il lavoro con le energie nei limiti del corpo e del "bozzolo" energetico che lo circonda è il compito del raja-yoga. Il suo primo grado è la pranayama. Questa parola si traduce come "il lavoro con l'energia".

A volte erroneamente con questo termine si intendono "gli esercizi respiratori". Questa è la conseguenza degli errori ateistici. Invece in realtà

durante il pranayama si muove proprio l'energia della coscienza. Per comodità si può lavorare con l'energia al ritmo delle respirazioni.

La parte della coscienza che si sposta durante il pranayama noi trasformiamo nella *luce* bianca scorrente. Per mezzo di questa luce dentro il corpo si lavano via tutti i focolai dei turbamenti e sporco bioenergetici.

In conseguenza si ottiene il risanamento generale ed eliminazione di varie malattie, mentre la coscienza si trasforma in una forza mobile ed attiva.

Pratyahara

La parola "pratyahara" significa "allontanare le indrie dagli oggetti del mondo materiale". La pratyahara è il grado sul quale l'adepto impara a comandare i suoi "tentacoli" della coscienza che in sanscrito si chiamano "indrie". Ciò dà la possibilità di sviluppare la *capacità di vedere* nei fini e finissimi strati dello spazio pluridimensionale, nonché fa imparare ad uscire dal proprio guscio materiale a questi strati, assuefarsi a "vivere" lì abituandosi alla finezza, la tenerezza e la loro purezza.

Il concetto "indrie" esiste soltanto nella cultura spirituale indiana. Gli europei con i loro concetti religiosi semplificati, ingarbugliati e degradati di solito non riescono a comprendere tali conoscenze. Persino nelle traduzioni fatte dalle lingue indiane hanno sostituito la parola "indrie" con la parola "sensi", la quale ha già perso il suo significato iniziale, respingendo in tale modo tutta la grande importanza metodologica del concetto pratyahara e dei principi di lavoro su questo grado.

Che cosa vuol dire "il controllo dei sensi" (così gli europei traducono il termine pratyahara)? Per un filisteo la parola "sensi" è collegata con "commuoversi", cioè "mettersi a piangere". Nel linguaggio familiare questa parola si utilizza anche al posto delle parole "sensazioni" (sensazione di freddo, di fame, di grande importanza dell'avvenuto, ecc.) ed "emozioni" (senso di paura, senso d'allegria).

Invece, per uno scienziato "i sensi" — sono le funzioni degli organi dei sensi: vista, olfatto ed altri. Ma questi non sono tutte le indrie, poiché anche la mente fa parte delle indrie.

E' molto importante anche il fatto che l'immagine dei "tentacoli" compresa nella parola "indrie" già di per sé dà una profonda comprensione di come lavorano la mente e la coscienza, nonché di come comandarle.

Le conoscenze fondamentali del lavoro con le indrie sono state esposte da Krishna nella Bhagavad Gita [10,18]. Egli parlava delle indrie di

vista, udito, olfatto, tatto, ricezione e mente. Veramente, la concentrazione dell'attenzione, tramite qualunque organo dei sensi e la mente, su qualche oggetto è simile a tendere i tentacoli dal corpo verso l'oggetto. Spostando la concentrazione su un altro oggetto, stacciamo e spostiamo la nostra indria.

Anche la mente crea le sue indrie quando pensiamo a qualcuno o a qualcosa.

Le persone di sensibilità sviluppata sentono il tocco delle indrie degli altri. In alcuni casi le indrie altrui si possono anche vedere e, quindi, influenzarle.

L'uomo, diceva Krishna, deve anche imparare a *ritirare* dentro di se tutte le sue indrie dal mondo materiale, come una tartaruga tira le sue gambe e la testa dentro la corazza. Poi è necessario tendere le indrie verso gli eoni Divini per abbracciare Dio, aggrapparsi a Lui ed unirsi con Lui.

Sathya Sai Baba — l'Avatar moderno, il Messia, l'Incarnazione di Dio nel corpo umano — oggi sempre parla delle indrie. Molti Suoi libri sono stati tradotti in russo, però in tutte le traduzioni, a causa delle traduzioni non adeguate, si è persa l'informazione del lavoro con le indrie.

Non è possibile imparare a comandare le indrie senza aver prima imparato a spostare in modo preciso la concentrazione della coscienza nei chakra e meridiani principali, cioè nei meridiani "dell'orbita microcosmica" e nel meridiano centrale. Ne parleremo a parte in uno dei susseguenti capitoli.

Dharana

Dharana è il *mantenimento della concentrazione corretta*. La concentrazione corretta significa trattenere le indrie su Dio. Detto in altre parole, è la rivelazione della completa aspirazione dell'uomo a Dio, ad unirsi con Lui.

Ma Dio nell'aspetto del Creatore o del Santo Spirito non è ancora accessibile per la percezione diretta su questa tappa.

Il lavoro con l'immagine di un Maestro Divino concreto, quale potrebbe essere, per esempio, Gesù, Babaji, Sathya Sai Baba, cioè Colui la cui immagine dell'ultima incarnazione conosciamo bene, potrebbe aiutare a soddisfare parzialmente l'amore-passione verso Dio.

Trattenendo a lungo il volto di questa Immagine nella nostra anahata, sullo sfondo delle emozioni dell'amore supremo verso di Lui, gradualmen-

te entriamo nello stato in cui non sono più io che sto guardando il mondo dall'anahata, ma Lui. Ciò significa "l'animazione" dello Yidam (così si chiama tale Immagine), l'Unione parziale con Lui. Adesso possiamo vivere Uniti con Lui nell'anahata oppure, essendo concentrati nei chakra della testa, rivolgerci a Lui nella nostra anahata, come Consigliere, Maestro.

Non è un'illusione, il Maestro Divino veramente entra nella Sua Immagine creata da colui che fa le pratiche. Esso potrà diventare anche l'Istruttore alle meditazioni, ed attraverso la Sua Coscienza condurre il discepolo fedele che lo ama alla Sede della Coscienza Universale del Creatore.

"Se siete capaci di immaginare con tutta la chiarezza il Volto del Maestro nella vostra coscienza, allora potrete (trasferirvi)... con la coscienza nella Sua Coscienza ed agire come se utilizzaste la Sua Forza. Ma per riuscirvi, è necessario vedere il Volto del Maestro molto distintamente, fino nei minimi dettagli, senza che l'Immagine tremi né si alteri, né cambi il suo contorno, cosa che succede spesso. Però, se dopo aver esercitato la concentrazione, si riesce ad ottenere un'Immagine stabile del Maestro, tale esito potrebbe essere molto utile sia a voi, sia ai vostri vicini, sia nelle cose giornaliere." [2].

"Vi possono chiedere, da cosa viene segnalato il fatto che si è intrapresa la via del servizio? Certamente, il primo indice è la rinuncia al passato e la completa aspirazione al futuro. Il secondo indice è vivere avendo sempre il Maestro nel (proprio) cuore, e non perché "è necessario", ma perché non è possibile altrimenti. Terzo: respingere la paura, poiché la persona armata dal Signore è invulnerabile. Quarto: non biasimare, tanto la persona che aspira al futuro non ha tempo di occuparsi dei rifiuti di ieri. Quinto: impiegare tutto il tempo a lavorare per il futuro. Sesto: la gioia di servire e di essere interamente disposto a giovare al mondo. Settimo: il suo destino è l'aspirazione spirituale ai mondi lontani.

Se non si riesce subito a lavorare con lo Yidam, sarà molto utile esercitarsi nel creare le immagini, cui potrebbero essere sia le immagini che aiutano a sviluppare i chakra, sia l'immersione nelle immagini beate della natura viva, ecc.

Soltanto le immagini colme d'esaltazione di armonia, gioia, finezza, beatitudine possono favorire il corretto sviluppo spirituale.

In aiuto metodologico possono essere anche le adeguate opere d'arte, musica, fotografia artistica, ecc.

Dhyana

Dhyana è il grado delle pratiche meditative che portano al Samadhi.

La meditazione è il lavoro della coscienza finalizzato allo sviluppo della stessa (la coscienza) sulla via che porta alla Perfezione ed all'Unione con il Creatore. La meditazione viene praticata su tre gradi dello schema in esame.

Sul grado di dharana l'adepto impara anche a diffondersi con la sua coscienza nelle più fini e meravigliose cose del mondo materiale. Con tale sintonizzazione egli si conferma nel guna sattva.

Per mezzo del lavoro con lo Yidam Divino esso può subito entrare in contatto con la Rivelazione della Coscienza Divina.

Sul grado di dhyana si lavora ad accrescere la coscienza, a diventare forti in finezza.

Sul seguente grado gli sforzi saranno concentrati sull'interazione tra la coscienza individuale e la Coscienza di Dio Universale e sull'Unione con Esso nel Suo Aspetto Focoso e nell'Immensità.

Nell'ambito della dhyana, il più efficace lavoro meditativo è quello che si svolge sugli speciali *punti di forza* — le zone sulla Terra energeticamente più significative per l'uomo. Tra una gran quantità di tali punti devono essere scelti quelli che favoriscono l'espansione della coscienza nei finissimi eoni. La sequenza di tali punti scelta correttamente garantisce la facile e semplice soluzione dei più complicati problemi della "cristallizzazione", con altre parole la crescita quantitativa della coscienza.

Allo stesso fine possono essere praticati sullo sfondo delle speciali metodiche meditative, gli esercizi sportivi, bagni invernali all'aperto, "corsa meditativa".

"La vescica inferiore di percezione" (termine di Juan Matus; ved. [10]), la cui parte essenziale è il chakra anahata, alimentata energeticamente dal dan-tian inferiore (il complesso di tre chakra inferiori) è la struttura dell'organismo responsabile della meditazione.

Dall'inizio delle pratiche meditative fino alla Vittoria completa nell'Unione con la Coscienza Primordiale, bisogna ricordarsi sempre che il pregio principale dell'uomo è il suo cuore spirituale sviluppato. Proprio per mezzo di esso l'uomo si unisce con Dio, quindi, in tutti i modi, va mantenuto pulito sviluppando il cuore spirituale. Quanto tutto detto sopra permette di accettare queste parole non come una bella metafora ma come conoscenza ben concreta, come guida pratica all'azione.

I gradi della scala di ascensione spirituale in esame sono destinati proprio ad imparare a posizionare prima tutta la coscienza nell'anahata, poi provvedere alla crescita dell'anahata nei limiti del corpo e quindi anche fuori dei suoi limiti — fino alla misura del “bozzolo”, poi della Terra e quindi anche fuori della Terra nei supremi eoni.

In tal modo cresciamo come l'Amore.

Dio è Amore, quindi, possiamo unirci con Lui soltanto dopo di esser diventati (ognuno di noi) un Grande Amore, una Grande Anima composta dell'Amore!

Oltre ai gradi principali che stiamo esaminando adesso, non esiste altra via per svilupparsi fino alla Divinità.

Samadhi

Questo grado comprende il livello superiore dei progressi spirituali — dai primi Samadhi all'Unione con la Coscienza Primordiale e con l'Assoluto.

La coscienza dell'adepto preparata nel lavoro del grado precedente diventa capace di *entrare in contatto* con la Coscienza Divina nei supremi eoni. Questi primi *contatti* donano una nuova e viva sensazione di *beatitudine* chiamata Samadhi [10,18].

A differenza del Samadhi, il Nirvana è proprio *l'Unione* abbastanza stabile con la Coscienza di Dio, nella quale si perde la sensazione del “io” localizzato. Il termine “Nirvana” significa “la combustione”, cioè eliminazione della propria individualità attraverso l'Unione con Dio. In realtà succede proprio così.

Nella Bhagavad Gita Krishna parla sia del Samadhi, sia dei gradi principali del Nirvana: il Nirvana nel Brahman (lo Spirito Santo) e il Nirvana nell'Ishvara (il Creatore).

Però in India i buddisti, ai loro tempi, hanno cominciato ad utilizzare molto il termine “Nirvana”, il quale ulteriormente è stato “sloggiato” dall'India dagli induisti insieme con il buddismo. Per sostituirlo, le scuole induiste hanno cominciato ad allargare il significato del termine “Samadhi”, aggiungendo ad esso diverse parole-prefissi. Diverse scuole hanno cominciato ad utilizzare queste parole complesse con vari significati, di conseguenza, il termine ha perso la sua determinatezza. Per questa ragione vale la pena di tornare alla terminologia ben precisa introdotta nella cultura spirituale da Dio rappresentato da Krishna.

Dunque, per passare dal Samadhi (la Beatitudine del Contatto) al Nirvana (l'Unione) è indispensabile avere una coscienza individuale grande e forte sviluppata nelle pratiche precedenti, la quale, per di più, deve essere stabile nella finezza Divina.

Se sono osservate tutte queste condizioni, non rimane altro che trovare l'entrata nell'eone necessario, entrare in esso e sciogliersi nella sua Coscienza per mezzo della "reciprocità totale", la quale deve essere imparare preliminarmente.

La metodologia per imparare la reciprocità totale comprende non solo le pratiche meditative ma anche la preparazione etica, che consiste nella liquidazione completa del proprio "io" inferiore, il grande desiderio della sostituzione di esso con "io" collettivo e poi con "Io" universale, cioè, con il Paramatman.

Solo così un uomo può diventare partecipe dell'infinita Forza Divina.

"Noi... abbiamo una riserva di energia psichica inesauribile!" [2] — dice Dio.

Però "se esprimiamo le condizioni e spieghiamo la destinazione dello yoga, il numero di coloro che vorranno aderire non sarà poi molto grande. Per essi sarebbe terribile rinunciare all'io-ismo..." [2].

Gli eoni superiori dell'Assoluto vengono conquistati uno dopo l'altro. Prima di cominciare la conquista di un nuovo eone, si è costretti ad accumulare a lungo, a volte per anni, la forza della coscienza, per essere capaci di penetrare e rimanere in esso. Ciò non riguarda soltanto coloro che si sono avvicinati a questa soglia ancora nell'incarnazione precedente ed ancora da quei tempi hanno conservato la forza personale della coscienza e la finezza indispensabili.

Chakra e meridiani

I chakra hanno la forma di sfere quasi regolari. Soltanto il chakra superiore sahasrara schiacciata sull'asse verticale e somiglia a un disco in posizione orizzontale.

La struttura interna dei chakra non somiglia ad un loto, come scrivono a volte. E' una fantasia. Ciononostante, la pratica di creare le immagini provvisorie dei fiori nei chakra e sentire in essi il loro fine aroma, è un bell'esercizio.

I chakra, al loro interno, non hanno colorazione costante e non devono averla. Anche questo è soltanto una fantasia di moda. Le tentazioni di dare una colorazione artificiale ai chakra in conformità alla gamma dei colori dell'iride, danneggia gravemente e direttamente sia l'istruttore sia i suoi discepoli.

Bisogna cercare di pulire il meglio possibile i vani dei chakra da tutte le inclusioni energeticamente più grossolane del colore bianco tenero di sfumatura dorato-ambra. Proprio questa è la via alla conoscenza dell'Atman e di Dio. Fissando deliberatamente altri colori nei chakra, li predisponiamo ad un lavoro più grossolano, il che svia gli adepti chiudendo loro la via che porta alla Perfezione.

Fa bene far entrare nei chakra puliti la luce del sole mattutino ed i profumi dei fiori.

Si può anche inviare all'anahata l'immagine del Maestro Divino preferito, imparare a guardare il mondo con i Suoi occhi, chiedere i Suoi consigli...

Per pulire l'anahata e, di conseguenza gli altri chakra, tempo fa Dio mi ha regalato una metodica molto efficace — l'esercizio con il tetraedro. Se completiamo l'esecuzione di quest'esercizio influenzando sui chakra con vibrazioni foniche specifiche per ogni chakra (i mantra), dopo un paio di mesi di queste pratiche, i chakra brillano di tenerezza e pulizia.

Il lavoro con il tetraedro, con lo yidam, per lo sviluppo degli altri chakra, ecc... — è già di livello serio, ed in nessun modo può essere accessibile a tutti i desiderosi. Coloro che non hanno completamente smesso di mangiare i prodotti ottenuti dai corpi degli animali ammazzati o non fanno progressi nel raffinarsi, per nessuna ragione possono fare questi esercizi.

Altrimenti queste pratiche non avranno l'effetto rafficante e purificante sull'organismo, ma, al contrario, fisseranno ed aumenteranno la grossolanità energetica. E' la via che porta al lato opposto di Dio.

Il lavoro energetico in esame non è compatibile con l'alcool, neppure in forma di kvas, kefir industriale, perché in tali casi le strutture energetiche fini in costruzione si distruggono e di conseguenza sorgono gravi malattie. Coloro che procedono in questo lavoro devono rinunciare all'alcool per sempre.

Queste pratiche aumentano la sensibilità all'influenza energetica di altre persone, all'informazione che può arrivare dagli spiriti di vari livelli di sviluppo. Quindi, c'è il pericolo per coloro che non sono ancora maturi intellettualmente ed eticamente, di non essere capaci di reagire in modo

adeguato a tale influenza, specialmente nelle situazioni di pericolo reale ed apparente.

Per questa ragione non possono fare uso di queste pratiche le persone che non hanno raggiunto l'età di almeno 20 anni. Anche tra gli adulti sono raccomandate a pochissimi.

Le pratiche psicoenergetiche che portano all'alto grado di raffinazione della coscienza e, di conseguenza, alla sensazione che essa (la coscienza) è "denudata", in nessun modo possono essere praticate in massa. Devono essere accessibili soltanto ai prescelti. Gli altri hanno la possibilità di accrescere il proprio potenziale intellettuale ed etico lavorando su se stessi nel campo spirituale esoterico cioè: acquisire nuove conoscenze, servire gli altri, rafforzarsi nella propria fede.

... In totale ci sono sette chakra. A volte si dice siano di più, ma ciò è il risultato di equivoci. Per esempio, nel novero dei chakra possono essere posti altri centri energetici oppure strutture energetiche create artificialmente nel corpo e persino fuori del corpo.

Esistono anche opinioni errate riguardanti il posizionamento dei chakra. Per esempio, in alcune pubblicazioni non competenti, l'anahata risulta trovarsi nella zona dello stomaco, mentre la manipura si sposta all'ombelico.

In realtà i chakra sono sistemati come segue:

— Il sahasrara è un chakra che somiglia a un disco in posizione orizzontale che si trova sotto il sincipite. Il suo diametro è circa 12 cm, l'altezza è 4 cm. circa. E' la zona degli emisferi del cervello anteriore.

— L'adjnia è un grande chakra che si trova al centro della testa. Le corrispondono le parti centrali del cervello.

— La vishuddha è un chakra che si trova nella metà inferiore del collo ed a livello delle clavicole.

— L'anahata è il chakra della zona pettorale del corpo.

— Il manipura è il chakra della metà superiore del ventre.

— La svadhithana è il chakra della metà inferiore del ventre.

— La muladhara è il chakra che si trova nella parte inferiore del bacino tra il coccige e il pube.

— Il grado di sviluppo dei chakra corrisponde alle particolarità psicologiche di una persona concreta.

Così, quando sono sviluppati bene:

– il sahasrara, si osserva la capacità spiccata di pensare “strategicamente”, cioè abbracciare col pensiero tutta la situazione “con un solo sguardo”, “da sopra”, il che permette a tali persone di essere dirigenti di larghe vedute;

– l’adjnia, dà la capacità di pensare “tatticamente” che permette di risolvere bene i problemi “ristretti”, “particolari” della scienza, produzione, vita quotidiana;

– il vishuddha, dà la capacità nella percezione estetica. I bravi artisti, musicisti ed altri servitori dell’arte sono persone nelle quali il vishuddha è ben sviluppato;

– l’anahata, è la capacità di amare emotivamente (amore non “dalla mente”, ma “dal cuore”);

– il manipura, è la capacità di agire energicamente, però si nota spesso anche la predisposizione ad essere dominati dalle emozioni d’irritazione e da altre manifestazioni della collera;

– lo svadhithana, è la funzione riproduttiva bene espressa;

– il muladhara, è la stabilità psichica nelle diverse situazioni della vita.

La tappa che segue la pulizia e lo sviluppo dei chakra, è mettere a posto i meridiani principali dell’organismo. Questi sono “i meridiani che fanno parte dell’orbita microcosmica” ed il *meridiano centrale*.

Nell’orbita “microcosmica” l’energia dei due chakra inferiori va su nei canali della colonna vertebrale, per mezzo dei canali della testa passa alla parte anteriore del corpo e scende dentro “il canale anteriore”, il quale in forma di tubo piatto è posto lungo la parte anteriore del corpo.

La circolazione dell’energia nell’orbita “microcosmica” ha un effetto emotivo positivo e “brucia” nel meridiano *anteriore* le energie grossolane dell’organismo, favorendo in tal modo l’ulteriore risanamento, purificazione e raffinatura.

Il meridiano centrale è un canale largo (pari ai diametri dei chakra) che unisce tutti i chakra in “una colonna”.

E’ esclusivamente importante, poiché permette di unire tutti i chakra in un complesso unico per mezzo di una specie di corridoio spazioso. Lavorando con esso è possibile “cristallizzare” la coscienza fino alla grandezza del corpo nei piani fini, nei quali esiste questo meridiano.

La pulizia del *meridiano centrale* e delle sue pareti permette l'ulteriore risanamento del corpo.

Sulle tappe superiori del lavoro questa struttura sarà necessaria per lavorare con la kundalini.

Si può lavorare con il *meridiano centrale* nelle zone speciali energeticamente significative della Terra ("punti di forza") oppure per mezzo della partecipazione di un istruttore competente.

La successiva ed importante tappa comprende l'uscita della coscienza dal "bozzolo" energetico che si trova intorno al corpo, la pulizia del "bozzolo" e la "cristallizzazione" della coscienza già nei limiti di esso.

Poi deve essere conosciuta la divisione del "bozzolo" in due "vesciche di percezione": superiore ed inferiore. Quella superiore comprende i tre chakra superiori, quella inferiore i quattro inferiori. Il termine "vesciche di percezione", proposto anch'esso dalla scuola di Juan Matus, è nato per associazione azzeccata con le vesciche natatorie di alcune specie di pesci, le vesciche dei quali non sono attaccate alla colonna vertebrale e sono poste liberamente nel corpo.

Dalla nostra "vescica di percezione" superiore percepiamo principalmente il mondo materiale, da quella inferiore — i mondi non materiali.

... Però esiste un esercizio assai semplice per il lavoro con il cuore spirituale che può essere praticato da tutti, senza restrizioni. Sentiamo la nostra testa dentro il torace. Sentiamo il nostro naso, la fronte, le labbra. Muoviamo le labbra. Per non permettere alla testa di "emergere" tornando alla sua posizione iniziale, sentiamo che sul capo c'è un berretto. Poi facciamo l'essenziale: apriamo gli occhi, "battiamo" le ciglia... Adesso dobbiamo imparare a guardare il mondo esterno con gli occhi del petto. Ormai lo percepiamo completamente diverso: non severo ed avverso, ma fine, tenero, capace di reagire facilmente alle emozioni dell'amore.

E' possibile continuare questo lavoro come segue: seduti sui talloni o in qualsiasi posizione comoda creiamo dentro il torace gli stati emotivi e, quindi, irradiamoli nello spazio davanti a noi secondo la seguente formula che si chiama "La croce di Buddha": "Che tutti gli esseri siano pacifici! Che tutti gli esseri siano calmi! Che tutti gli esseri siano beati!". Poi mandiamo nello stesso modo il nostro Amore e Calma a destra, all'indietro, a sinistra, in su, in giù. Riempiamo tutto lo spazio intorno a noi con la pace, la calma e la beatitudine.

Tali esercizi non solo trasformano la persona nella direzione necessaria, ma cambiano anche l'atteggiamento della gente nei confronti di que-

sta persona, perché diventa piacevole contattarla, starle vicino. La gente comincia ad avvicinarla anche per i consigli spirituali.

Vi sono state molte di tali trasfigurazioni intorno a me. Mi tornano ora alla mente due casi che fanno ridere.

Una volta dopo la lezione si è avvicinata a me una discepola e si è lamentata affermando che sì che ciò che avevo detto era bello, però essa non sapeva come doveva comportarsi con il suo vicino di casa che abitava nello stesso appartamento di coabitazione. Era maligno. Da tanti anni che non si parlavano e nemmeno si salutavano! Ho risposto: dunque, oggi stesso Lei deve cominciare a diffondere su di lui il proprio amore attraverso la parete secondo la formula della "Croce di Buddha". La volta successiva mi ha raccontato che aveva fatto come le avevo insegnato. Al mattino ha incontrato il vicino di casa in cucina, che, sorridente, le ha detto: "Ma perché non ci salutiamo da tanti anni? Salutiamoci d'ora in poi!".

Un altro caso. Una giovane donna è venuta alla lezione piangendo. Ho chiesto cosa fosse successo, e mi ha raccontato che era appena stata sulla spiaggia a prendere il sole e stava facendo "la Croce di Buddha", quando, d'improvviso, si è avvicinato un bambino dicendo: "Signorina buona! non devi andare lì perché c'è un serpente!". Ho chiesto: "E perché allora stai piangendo?". "Perché è la prima volta in tutti i trenta anni della mia vita che un bambino da solo e di sua volontà si è avvicinato a me!".

La realizzazione delle funzioni del cuore spirituale è il primo serio passo dell'uomo verso Dio. E potrebbe diventare l'inizio di una grande Via Diretta all'Autorealizzazione completa, alla Perfezione, all'Unione con Dio nell'aspetto della Coscienza Primordiale del Creatore.

La sequenza dettagliata degli esercizi con i chakra e con i meridiani, nonché la descrizione dei successivi gradi dell'ascensione sono esposti nel libro [6].

Pratiche meditative

La meditazione è uno dei metodi di sviluppo della coscienza, nonché è l'unica possibilità di giungere alla conoscenza di Dio ed all'Unione con Lui.

Ci sono quattro direzioni principali nelle pratiche meditative: a) raffinatura, b) la sua crescita, c) trasferimento della concentrazione della coscienza nei limiti di un'eone ed agli altri eoni, d) assimilazione dei metodi dell'unione della coscienza individuale con la Coscienza Divina.

In generale, tutta la Via fino all'Unione con la Coscienza Primordiale può essere riassunta nel seguente schema sorprendentemente semplice:

il lavoro con il cuore spirituale dentro il proprio corpo — "l'accrescimento" graduale del cuore spirituale

fino alla grandezza del nostro pianeta ed,

in parallelo, il lavoro negli eoni sempre più fini dell'Universo pluri-dimensionale —

e l'Unione (come cuore spirituale) con il Creatore nella Sua Sede.

In base a queste conoscenze diventa chiaro che cosa, precisamente, dobbiamo far crescere in noi ed a cosa rinunciare.

Dobbiamo crescere come un Amore saggio, forte e fine.

Dobbiamo ripulirci da tutto ciò che non è Amore, cioè: rozzezza, collera ed egocentrismo in tutte le loro rivelazioni numerose, che sono le emozioni di biasimo, la gelosia, l'avidità, l'invidia, la voglia sessuale egoistica (libidine).

La tappa importante dello sviluppo del cuore spirituale potrebbe essere la sua espansione, "lo straripamento" nel silenzio mattutino trasparente dei paesaggi aperti della natura (per esempio, sulla riva del mare, nella steppa, nei campi, sulle cime delle colline o montagne).

Tali meditazioni d'amore possono essere praticate tutto l'anno, obbligatoriamente con il chiarore della luce diurna. E' possibile perfezionarsi con migliori risultati in primavera, quando l'esultanza primaverile della natura ci dà lo stato emotivo giusto e ci regala la sua forza — la forza dell'emozione d'AMORE.

Coloro che hanno imparato bene quanto detto sopra, sono attesi poi dal difficile lavoro meditativo di riempire con se stessi — come cuore spirituale — tutti i finissimi eoni dello spazio pluridimensionale, l'ultimo dei quali è la Sede del Creatore.

* * *

Sathya Sai Baba dice [64]:

"Lo scopo del lavoro meditativo è eliminare l'illusione che Dio e l'essenza d'ogni persona, come pure l'essenza di tutto il mondo materiale, siano diversi.

Una meditazione corretta è l'unione di tutti i pensieri e le indrie con Dio.

Il risultato corretto della meditazione... è quando tutte le azioni nascono dalla Coscienza di Dio, ma non dalla mente dell'uomo.

L'Unione con l'Assoluto significa l'eliminazione del velo di "non-conoscenza", cioè, dell'illusione che un particolare distacco possa esistere rispetto all'Assoluto Unico.

L'Assoluto rivelato nel particolare può essere osservato nella vita di un'Avatar".

Vi assicuro che tutto questo è realtà!

Punti di forza

Lo sviluppo meditativo della coscienza può essere molto accelerato grazie agli speciali *punti di forza*.

Questo termine è stato introdotto dall'indiano messicano Juan Matus (don Juan), la cui esperienza di lavoro è stata descritta da Carlos Castaneda [10]. Si tratta di punti speciali che possiedono un'energia che si distingue molto dallo sfondo energetico generale, e ciò è significativo per l'uomo.

Secondo l'influenza che esercitano sugli uomini, i *punti di forza* si dividono in positivi e negativi.

I *punti di forza* negativi possono predisporre alla collera, angoscia, orrore, ansia, vago sconforto, perdita dei sensi come nello stato di ubriachezza, e così via. Indugiare, soffermarsi su questi punti può provocare le malattie, la rozzezza della coscienza, persino la morte, specialmente se viviamo abitualmente in quei punti.

Ricordo bene un simile punto molto grande ad Ovest della città di Magnitogorsk vicino alla catena degli Urali. Lo attraversavamo con un'auto-vettura su un'autostrada abbastanza pianeggiante, su entrambi i lati della quale si potevano scorgere tante croci di tombe; così, da quelle parti, sono solitamente indicati i punti degli incidenti stradali mortali. I miei compagni di viaggio, abitanti di Magnitogorsk, hanno spiegato che si trattava di un enigma per tutti — perché proprio in quel punto, sull'autostrada piana, e non in un posto montagnoso, muoiono tanti automobilisti ed i loro passeggeri.

Questo posto suscitava lo stato in cui ci si trova dopo di aver bevuto troppi alcolici ed aver fumato. Coloro che conoscono questo stato, possono

facilmente immaginare cosa succeda ad un automobilista stanco, specialmente di notte quando nevicata o piove.

Su questo *punto di forza* era situata anche una borgata — tutta grigia, triste, non si vedevano né uomini, né animali. Ancora da lontano ho determinato “l’epicentro”. E’ risultato proprio al centro della borgata. Quando ci siamo avvicinati, abbiamo visto qualche casa distrutta ed abbandonata: probabilmente tutti sono morti, nessuno ha potuto vivere...

Certamente, vorrei aiutare tutti questi poveretti. Ma come fai a dir loro queste cose? Chi ti crederebbe?

Non è detto che i *punti di forza* debbano essere così grandi. Possono essere di varie misure: sia qualche chilometro di dimensione, sia di alcune centinaia di metri, sia di un solo metro. A volte, per esempio, una colonna energetica di un metro di diametro passa attraverso tutti i piani di un palazzo...

A volte sono riuscito a distruggere definitivamente i piccoli *punti di forza* negativi in alcune case, a volte — no.

Non ha alcun senso determinare i *punti di forza* per mezzo di “strumenti”: cornici o pendoli di biolocalizzazione. La completa caratteristica dei *punti di forza* — sia qualitativa sia quantitativa — può essere determinata soltanto quando sono percepiti personalmente, con la propria coscienza, e lo si può imparare soltanto seguendo la Via spirituale: raffinandosi ed acquistando la capacità di spostarsi facilmente su tutta la scala di *finezza-grossolanità*.

Quanto detto sopra, riguarda anche i *punti di forza* positivi. Essi possono essere così meravigliosi!

I *punti di forza* possono servire da campioni della finezza, far acquisire maggiore coscienza o una qualsiasi forma e, per di più, riempire questa forma con la loro energia.

Essi possono curare qualsiasi malattia lavando i corpi con le fontane di energia curativa o semplicemente versando la loro eccessiva forza curativa, adeguata per il tale o tal altro organo.

Possono persino aiutarci a trasferirci nello stato di “non-io”; quest’ultimo, pur essendo molto necessario, non può, però essere spiegato verbalmente, ma soltanto dimostrato...

I *punti di forza* possono favorire l’ingresso negli eoni superiori, la cognizione dell’Atman, essere i punti preferiti degli incontri dei Divini Maestri con i degni discepoli...

La gente può attraversare questi Santi Posti senza notarli, però un ecologo dello spazio pluridimensionale — il quale è anche un cercatore spirituale — deve imparare a trovarli ed utilizzarli.

Formula del Babaji

Abbiamo già esaminato tutto il Percorso spirituale dell'uomo nei termini dello schema del Patanjali. Per non ripeterci parleremo dello stesso, analizzando la formula dello sviluppo spirituale, che era proposta dall'Avatar Babaji [9,10,18,19,60]. Questa formula è tale:

Verità — Semplicità — Amore — Karma-yoga (Servizio) — Annientamento del proprio "io" inferiore per raggiungere l'Unione con l'"Io" di Dio.

* * *

L'arrivo sulla Terra dell'Inviato del Dio-Padre, Gesù Cristo, era stato predetto più di una volta dai profeti ebraici. Ma arrivò Gesù — e soltanto la piccola parte degli ebrei Lo accettò come Cristo; proprio loro divennero i primi discepoli e propagandisti del nuovo, per quella regione della Terra, l'Insegnamento di Dio. Ma la sinagoga ufficiale non accettò Gesù come un Inviato del Dio-Padre e... ecco, sono già quasi due mila anni da quel momento che sta aspettando l'altro Cristo...

Lo stesso fenomeno è accaduto da poco: in tutte le organizzazioni di massa le quali si autodefiniscono cristiani, non hanno riconosciuto Dio, che apparse davanti alla gente nel corpo umano!

Gesù stesso profetizzava: "Quando vedrete Quello Che non è nato da una donna, — abbassatevi e veneratelo: Lui — è il vostro Padre" (Vangelo del Tommaso, 16; [30]). Ed è proprio in questo modo, profetizzato da Gesù, che l'Avatar Babaji compare sulla Terra nell'anno 1970 — e non viene riconosciuto come Tale dalla popolazione "cristiana".

Tuttora sulla Terra è presente un altro Avatar di nome Sathya Sai Baba, il Quale continua a professare lo stesso Unico, Eterno Insegnamento di Dio-Padre — e ancora una volta, non viene riconosciuto, né accettato da nessuno dei gerarchi delle chiese di massa!

Intanto, Dio è diventato una sorta di "Concorrente" per diverse organizzazioni religiose: perché Egli è capace di "attrarre a Sé" un gran numero

di loro seguaci. Ma in questo modo, come fanno a mantenersi tutti coloro che si nutrono tramite i frequentatori delle chiese? Per questo l'ortodossia russa, cerca di spaventare i propri seguaci con le parole: "Tutto ciò che proviene dall'Oriente — proviene dal diavolo!", "Se non sarete con noi — finirete dritti all'inferno!"...

Ma Gesù Cristo s'incarnò proprio in "Oriente", precisamente — in Giudea. E così anche Krishna, Babaji e Sathya Sai Baba provengono dall'Oriente. Allora Dio sarebbe "Orientale"?

* * *

Babaji — è uno dei rappresentanti di Dio-Padre, la Sua Parte. Lui periodicamente s'incarna sulla Terra — per aiutare la gente — in qualità di Avatar. Una delle Sue incarnazioni è avvenuta alla fine del diciannovesimo secolo, essa viene descritta da Yogananda [65]. La successiva incarnazione avviene nel 1970 fino al 1984 nuovamente nell'India del nord, dove Egli apparve alla gente, materializzandosi subito nel corpo da adulto, nel quale restò per 14 anni.

Babaji anche adesso, insieme con Gesù Cristo, Sathya Sai Baba, Krishna e altri Maestri Divini, che sono la Personificazione di Dio-Padre, aiuta i devoti di Dio meritevoli d'aiuto — solo che ora lo fa nello stato non incarnato.

Dopo la sua ultima Incarnazione terrestre, Babaji ha lasciato alla gente una variante più sintetica, ma concisa, dell'Insegnamento di Dio, la parte principale del quale sarebbe l'insieme di quelle pratiche sopra descritte, che indicano ciò che noi, gente, dovremmo espletare. E importante ora per noi — capire nel modo giusto, cosa s'intende con queste parole e dopo realizzare il tutto.

Verità

Questo punto della *formula di Babaji*, sottintende la spiegazione di cos'è Dio, l'Evoluzione della Consapevolezza dell'Universo, qual è il mio posto in essa e cosa dovrei fare di concreto. Questo per adesso non lo capisce quasi nessuno.

Così in India attualmente, per esempio, la "divinità amata dal popolo" è il fiabesco (con altre parole "inventato") Ganesha, un uomo con la testa di elefante, nato nei Cieli dall'accoppiamento fra altri "dei".

Nel mondo “cristiano” si continua a ripetere che il nostro Dio è Gesù Cristo, invece i musulmani venerano un altro Dio — Allah, il qual (secondo loro) è sicuramente falso, nonostante che Allah — dall’arabo si traduce come *Dio-Padre*. Proprio amore e aspirazione per Lui professava Gesù Cristo.

Al giorno d’oggi, la maggior parte dei “cristiani”, ha perduto sia Dio-Padre, al Quale apparteneva il posto più importante nell’Insegnamento di Gesù, sia l’AMORE, senza il quale la gente non ha nessuna possibilità di unirsi al proprio Creatore...

Ogni persona ragionevole deve imparare da sé a riconoscere il vero *cristianesimo come Insegnamento di Gesù Cristo*, invece delle tante varianti di Esso, con cui si può interpretare, che esistono sotto lo stesso nome. Fra esse si possono riconoscere diversi livelli di interpretazioni sbagliate, fino al completo “travisamento”.

Che cosa devono fare quelli che si considerano di essere cristiani? Loro devono studiare l’Insegnamento di Gesù Cristo e seguirLo!

Per semplificare questo compito, per prima cosa, l’Insegnamento deve essere sistematizzato secondo i temi [10.18] citati in precedenza e, per la seconda, deve esistere la metodologia della sua realizzazione⁵.

* * *

Qualcuno, avrà l’impressione che l’autore di questo libro stia criticando tutti perché probabilmente, vuole “autodefinirsi” come “Salvatore”!

No, non me voglio “mettere alla vista” — ma Dio! A me personalmente non serve né la gloria, né la fama: io ho scelto per me la modesta vita da monaco. Ma io voglio aiutare la gente. Io servo Dio.

... Sì, Dio non conduce a Sé, con la Via Retta, la gente infedele. Queste sono parole del Corano.

La Via Retta verso di Lui è — la Via dell’Amore: l’amore verso la gente, verso tutti i viventi, verso il Creato e il Creatore. Questa è la Via verso di Lui come la Meta interpretata nel modo giusto. Questa è la Via di purificazione di se stesso come anima, da tutto ciò che non è Divino: grossolanità, violenza e tutte le forme dell’egocentrismo. L’egocentrismo deve essere sostituito con il Diocentrismo. Tutto questo è reale!

⁵ Proprio a questo è stato dedicato il nostro libro e anche altri libri e film creati dalla nostra Scuola scientifica-religiosa.

Se voi aveste potuto abbracciare Gesù Cristo, disincarnato, ma in sembianze umane e sentire il Suo Amore, Raffinatezza, Tenerezza — insieme alla Sua Forza infinita, caratterizzata dall'Unione con tutta la Consapevolezza Universale dell'èone superiore e anche con la Saggezza Divina — allora sarebbe stato chiaro cosa apprezza Dio nella gente e come Lui ci vuole vedere!

Ma per essere meritevoli di tali Abbracci, noi dobbiamo avvicinarci prima possibile a Lui — non fisicamente, ma per qualità dell'anima.

* * *

Una delle varianti delle risposte alla domanda "Che cos'è la Verità?" è tale:

"L'Evoluzione procede nei limiti del Corpo dell'Assoluto.

La nostra meta è — il Creatore. Il nostro scopo è — divenire, da parte dell'Assoluto, a Parte del Creatore, arricchendo Lui con noi stessi.

Per questo noi dobbiamo diventare saggio, forte, raffinato Amore, a livello della Consapevolezza Primordiale."

Semplicità

Semplicità è naturalezza ragionevole nel modo di vivere, nel comportamento, adattabilità, mancanza di superbia, mancanza di alterigia. La Semplicità è la premessa dell'Amore. Essa è un attributo necessario per i ricercatori spirituali, guerrieri spirituali, così come Dio vuole vederci.

Il modo migliore in cui essa si forma è tramite la vicinanza con la natura e la capacità di sintonizzarsi con la sua armonia. È proprio qui, nella solitudine di boschi, campi, laghi, senza trucco, senza rossetto, senza pendenti alle orecchie, senza eleganti abiti sintetici o anche completamente senza vestiti, noi potremo amare la bellezza del Creato e del Creatore e ricevere l'aiuto di Dio nella Sua totalità, spargendosi con la consapevolezza nella bellezza del Creato e nello Spirito Santo.

La Semplicità è bellissima nell'espressione dell'amore verso l'altra gente: nel sorriso, nella socievolezza, nella tenerezza e nell'apertura con gli amici.

Soltanto, bisogna avere in tutto, il senso della misura. Così, per esempio, camminare nudi fra la gente, che non ti comprende, propinando il proprio modo di comprendere la "semplicità" — sarà chiamato la mancanza del tatto; non si può chiamare questo comportamento spirituale.

Così anche nei rapporti sessuali: la “semplicità” porta alle malattie veneree e gravidanze indesiderate, unita alla violenza e all’egoismo, — tutto ciò non è quello, a cui Dio ci chiama.

“Spontaneità” nella dimostrazione di tutti i nostri vizi, bisogni e desideri, che è stata propagandata da alcune sette moderne pseudospirituali, non ha nulla in comune con la vera Semplicità. La Semplicità vera è soltanto per la gente ragionevole della guna sattva e quelli che sono arrivati ancora più in alto.

La gente della guna tamas per semplicità intende o smancerie, o violenza, grossolanità e rissa, o il grugnire dei maiali ubriachi distesi nel fango.

La Semplicità vera è un elemento dell’insegnamento “per diventare Dio”. Essa — non è per quelli, che sono lontani da Lui.

Amore

L’Amore è la caratteristica principale di Dio. Per unirci a Lui (o almeno inizialmente per evitare l’inferno), noi dovremmo imparare le emozioni e le faccende dell’Amore ed escludere da noi stati e comportamenti opposti ad esse, nonostante le circostanze.

L’Amore è ciò che d’importante Dio vuole da noi. E noi non abbiamo altra possibilità di conoscerLo ed unirci a Lui, che quella di trasformarci in Amore.

Amore significa: stati emozionali, con altre parole, — stati d’energia della consapevolezza. Ma le consapevolezze (anime) — siamo noi.

Ogni volta che noi usciamo dallo stato d’Amore, ci allontaniamo da Dio. “Ogni uscita dallo stato d’amore porta all’accumulo del karma negativo”, — così una volta mi ha detto Dio [9].

La gente cerca di incolpare delle proprie malattie e disgrazie, chiunque, ma non se stesse. Ma in questo i colpevoli siamo proprio sempre noi.

Principalmente è importante capire che lo stato solido e sicuro dell’amore, si raggiunge soltanto tramite i metodi dell’autoregolazione psichica, ai quali appartiene il lavoro con i chacra, di cui più importante è anahata. (Di seguito noi racconteremo di questi metodi).

In antichità, nel cristianesimo, è stato sviluppato il metodo dell’“apertura” del cuore spirituale, che era denominato “la preghiera di Gesù”. Agli adepti veniva proposto di ripetere continuamente quest’invocazione di

preghiera a Gesù, dopo qualche anno di questa pratica a qualcuno succedeva il “passaggio” della preghiera nel cuore spirituale e grazie a questo arrivava la conoscenza di quello che è l’Amore in realtà, — e tutta la vita dell’uomo si trasformava [37].

... Una volta, Dio, vedendo la mia sincera ed intensa aspirazione a Lui e ad aiutare la gente, mi aiutò a creare un sistema molto effettivo di metodi per “aprire” e sviluppare il cuore spirituale. Tali metodi sono già stati descritti negli altri miei libri e, a suo tempo, sono stati usati negli insegnamenti in Russia e negli altri paesi.

Però è importante notare che, delle migliaia d’allievi che ho avuto, soltanto pochi di quelli sono riusciti ad arrivare alla completa conoscenza di Dio-Padre. Qual è la causa della “selezione”? — Nell’incapacità di comprendere tutti i punti della “formula di Babaji”.

La maggior parte degli adepti non aveva abbastanza aspirazione alla conoscenza di Dio, che avrebbe permesso loro di spostare la propria attenzione dalle cose del mondo materiale a Lui. Gli altri, invece, sono stati spaventati dalle sette.

Le psicotecniche, da sole, non sono in grado di fare avvicinare la gente a Dio. E la premessa più importante per arrivare al successo è la capacità di accogliere, con l’intelletto sviluppato, tutta la completezza della Verità e formare quella solida e tenace aspirazione all’amore per la Meta importante, con altre parole — l’amore per il Creatore.

Lo sviluppo dell’uomo sulla Via spirituale deve essere necessariamente complesso. Deve comprendere componenti intellettuali, etiche e psico-energetiche.

Anche l’amore completo non può essere accresciuto nell’uomo soltanto grazie agli esercizi con anahata, alle lezioni nelle sale. L’amore in accrescimento deve riempire tutta la vita dell’uomo, tutte le sue azioni.

Esso deve manifestarsi:

nella continua permanenza della coscienza nello stato *dell'anahata*,
nel sincero, rispettoso e delicato atteggiamento verso le persone conosciute e sconosciute,

nella capacità di perdonare facilmente, dimenticare le offese, non vendicarsi,

nel comportamento che esclude la possibilità di offendere o dare dispiacere a qualcuno ingiustamente.

Esso deve contenere la componente sacrificante di essere pronti ad aiutare gli altri anche a costo di arrecare danno a se stessi. Gli interessi delle altre persone che siano degne, devono essere al di sopra dei propri.

Esso deve espandersi non soltanto su Dio e sulla gente, ma anche sugli animali e sulle piante; nessuno ha il diritto di pensare allo sviluppo del proprio amore se è in grado di ammazzare e rovinare le piante, se — per soddisfare il proprio corpo — si nutre con i corpi degli animali.

L'amore deve essere irreprensibile verso i bambini; deve apparire senza irascibilità, ma deve essere esigente per farli abituare alla disciplina e all'ordine — nel loro interesse!

Le qualità del proprio amore, devono essere analizzate da ognuno di noi, anche nella sfera sessuale, perché è proprio qui che i vizi umani sono più evidenti.

Qualunque forma di violenza e di costrizione nel sesso, anche nelle parole e nei pensieri, è uno degli esempi del fenomeno che ci porta in contrasto con l'amore.

La mancanza di cura da parte dell'uomo per evitare una gravidanza indesiderata è un altro esempio dello stesso fenomeno.

La passività della donna, nell'atto sessuale, che non s'impegna a regalare amore all'uomo e, in modo egoistico, aspetta soltanto soddisfazione per se stessa e poi si offende perché l'uomo "ha fatto qualcosa di sbagliato", è ancora un esempio di questo fenomeno. (Perché le persone sono diverse tra loro nelle caratteristiche sessuali e il nuovo partner non sa in anticipo come meglio comportarsi!)

La sessualità è proprio l'atto di regalare se stessi, il proprio amore, tramite il contatto sessuale. E, soltanto l'incontro del sincero amore-regalo da parte di tutti e due i partners, è capace portare al ritrovo dell'armonia.

Sono sicuro, che a tante donne potrebbe essere d'aiuto un libro di Barbara Kisling, che descrive la tendenza alla pratica di regalare il proprio amore sessuale da parte proprio della donna [33]. Però non vi consiglio di fare tutto ciò che è scritto nel libro. Così, ad esempio, i rapporti orale-genitale, aumentano il rischio delle malattie infettive. Per chi si trova seriamente sulla via spirituale è vietato d'avere rapporti sessuali con tanti partners, perché in questo momento avviene uno scambio energetico intensivo con loro e il trasferimento su se stessi della loro energia grossolana, malattie e impurità.

... Ognuno crea da sé il proprio destino, usando il libero arbitrio, dato da Dio. Qualcuno sviluppa se stesso nell'amore sacrificante, aiutando gli altri. Invece qualcun altro fa crescere in sé capriccioso egoismo, odio, grossolanità e crudeltà. I primi, pazientando e perdonando, senza fare guerre e conservandosi tramite questo nell'amore e nell'aspirazione verso il Creatore, — in fine si riuniscono a Lui. I secondi, al contrario diventano i "rifiuti dell'evoluzione". I primi si possono chiamare sicuramente cristiani. I secondi, anche se vanno nelle chiese, con i crocifissi sui campanili,...— come si possono chiamare?

La nostra sessualità è stata creata da Dio, non soltanto come metodo per moltiplicarsi. Ma come metodo per il perfezionamento spirituale. Perché essa può favorire intensamente la crescita nell'uomo dell'amore negli aspetti della tenerezza, premurosità, altruismo, unione delle due conoscenze insieme, che prepara all'Unione con la Consapevolezza dell'Amato Supremo, — nostro Creatore. L'amore sessuale può favorire anche lo sviluppo del cuore spirituale. Esso c'insegna, anche, (se tutto va per il verso giusto) la *calma*, che è una qualità indispensabile sulla Via verso il Perfezionamento, una qualità di cui dobbiamo impadronirci.

Ma tutto questo riguarda soltanto la pura sessualità sattvica della gente che ha il successo reale sulla Via spirituale. In questo caso, essa aumenta il loro avanzamento.

La sessualità delle persone grossolane ed egoiste, che non hanno i cuori spirituali sviluppati, può essere ripugnante e portarli all'inferno.

La disgrazia, per l'evoluzione spirituale di tante persone, è stata la diffusione sulla terra del "cristianesimo" travisato, che ha perduto l'amore. Esso, ha dichiarato che, il rifiuto dell'amore sessuale, è un "atto d'eroismo"; esso ha reso profano tutti i concepimenti chiamandoli "viziosi", a contrasto di quello, secondo loro "non vizioso" (senza uomo) concepimento della madre di Gesù Cristo. Il corpo dell'uomo, più di quello della donna, è stato dichiarato vergognoso da mostrare. Negli anni passati, perfino la parola "gambe", la "gente perbene" si vergognava di pronunciare. Le parole sul tema sessuale sono state dichiarate "indecorose" e trasformate in parolacce per offendere la gente. Così si è creata e continua ad esistere anche oggi la lingua del guna tamas.

Allora come si poteva, nell'ambiente di questa gente, che odia il "peccato" della sessualità, in se stessi e ancor di più negli altri, crearsi un atteggiamento puro nei confronti di essa, senza il qual è impossibile aspettare la raffinatezza della consapevolezza, lo sviluppo dell'amore e l'avvicinamento a Dio?

La gente cominciò ad avere paura di quello che avrebbe potuto aiutarla a diventare migliore!

Tanti uomini cominciarono ad odiare le donne proprio per quella cosa che invece avrebbe potuto aiutarli a diventare meglio. Perché la donna, in media, è particolarmente più raffinata dell'uomo. Lei, secondo questa qualità, è più vicina a Dio.

La stessa cosa insegnava Gesù Cristo [30], rivolgendosi agli uomini:

“Rispettatela, difendetela; facendo in questo modo guadagnerete il suo amore... e farete piacere a Dio...”

Amate le vostre mogli e rispettatele...

Rassegnatevi alla donna; il suo amore nobilita l'uomo, ammorbidisce il suo cuore indurito, doma la bestia in lui e lo fa diventare un agnello.

Moglie e madre — tesori incommensurabili che Dio vi ha dato; loro sono i più bei gioielli dell'universo...

Ecco perché Io vi dico che dopo Dio, i vostri pensieri migliori devono appartenere alla donna; perché la donna per voi è un tempio divino nel quale voi, facilmente potete ricevere la beatitudine completa. Attingete in questo tempio le forze morali; lì voi dimenticate le vostre disgrazie e farete tornare le vostre forze sfinite che vi serviranno per aiutare il prossimo.

Non umiliate la; altrimenti umiliate voi stessi davanti a Dio e perdetevi lo stato dell'amore, senza il quale non esiste niente sulla Terra.

Protegete vostra moglie — e lei proteggerà voi e tutta la vostra famiglia; tutto quello che voi farete alla madre, moglie, vedova o qualunque altra donna nell'afflizione, voi lo farete a Dio” (La vita del Santo Issa, 12:13-21).

Ma lo pseudocristianesimo (e non solo esso)... ha dichiarato la donna... essere “fonte di peccato” e le ha imposto di nascondere il proprio corpo. Per tanti secoli, in Russia, le donne erano obbligate a fare il bagno in abiti speciali che arrivavano fino ai piedi. Anche per dormire dovevano essere vestite. In qualche monastero russo, ancora adesso si segue la regola: “Se tu muori durante il sonno e appari nudo davanti a Dio, che vergogna sarà!”.

Un altro esempio di una simile ignoranza, era quando — dichiaravano qualche bambino — il qual è un'anima che è stata fatta incarnare da Dio per lo sviluppo sulla Terra!, — “disonorevole” e le loro madri, alle quali Dio aveva affidato l'educazione di quelle anime, erano macchiate di infamia!

... Bisogna capire che proprio la gente della guna *tamas*, che vive nel vizio e non vede niente attorno a sé oltre a lui, essendo anche in possesso dell'aggressività primitiva, — occupano i “posti di potere” nelle correnti religiose, piano piano le rigirano dalla parte opposta, deformando la dottrina di Dio, fino a contrariarla completamente.

Così, anche nell'aspetto sessuale della vita, appartenendo all'inferno, avendo passione per la violenza, la profanazione e la soddisfazione soltanto dei propri vizi egoistici, — essi non sono in grado di immaginare che per l'altra gente, gente della guna *sattva*, la sessualità — non è un vizio, ma una possibilità di *regalare* il proprio amore, *regalare* se stessi agli altri. E anche questo rappresenta il loro servizio a Dio!

* * *

Ma anche essere troppo appassionati al sesso — non è bene.

L'espressione “non commettere atti impuri” ha importanza, non soltanto per la gente, ma anche per Dio. Si riferisce:

non soltanto all'eccedenza dei contatti sessuali,

ma anche al sesso con il partner non adeguato che ha un diverso livello di spiritualità.

La minaccia delle malattie veneree è quel meccanismo che Dio usa per “frenare” nella gente la tendenza verso i divertimenti sessuali.

La verità qui è nel fatto, che noi dobbiamo cercare di dirigere la nostra attenzione per la ricerca di Dio e non appassionarci troppo ad altro. (Il sesso è una delle tante passioni).

... Dunque, nel sesso, come in tutto il resto bisogna trovare il “giusto mezzo”...

* * *

La raffinatezza della consapevolezza e l'acquisizione della *sattva* — come scalino necessario sulla via verso la conoscenza dello Spirito Santo e di Dio-Padre, — sono impossibili da raggiungere senza apprendere la concezione della BELLEZZA.

“La Bellezza: Il Cosmo afferma su questa formula l'Evoluzione!”, — così ci insegnava Dio tramite Elena Roerich [25,34].

La bellezza spirituale esiste sui due scalini della scala: rajas e sattva.

Rajas è l'energia, la bellezza dell'atto eroico, la disciplina. Questo è il guerriero spirituale con la forza della volontà inflessibile.

Il tema della rajas si può trovare negli stati della natura e si può anche esprimerla attraverso la danza, la musica e la pittura. Un esempio dell'ultima sono i quadri di Nikolaj Roerich.

La sattva è la purezza e la bellezza spirituale, raffinata e piena di tenero amore e lo scalino più elevato alla conoscenza dello Spirito Santo e del Creatore.

In natura lo stato di sattva si può vedere nella purezza della luce del sole che sorge, nel canto primaverile degli uccelli, nella calma del silenzio della sera. Uno dei migliori esempi della musica sattvica sono le opere d'Ananda Shankara.

La bellezza sattvica del corpo umano armonico — anche questa è una bellezza spirituale capace di intonarsi con qualità come tenerezza, dolcezza e tenera calma.

* * *

Ancora un altro appunto per il tema dell'Amore.

Una volta io viaggiavo in treno cercando di appropriarmi dell'indolenza, stavo osservando la situazione: i miei vicini erano una madre molto grassa, gretta con misure del corpo esagerate e il figlio di circa 15 anni, studente dell'accademia militare, futuro ufficiale.

Durante tutto il viaggio, per tante ore, la madre parlava con voce così alta da essere sentita in tutto il vagone. E di che cosa? Lei... semplicemente parlava con il proprio figlio, urlando a lui tutto quello che le veniva in mente, tutti i suoi pensieri. Per esempio: "Figliolo, ora io vado a buttare nel bagno il torso della mela!... Perché non rispondi quando la mamma si rivolge a te???!!" Il "figliolo", con il viso stanco e assente, riusciva soltanto ad annuire con la testa, voltandosi verso la finestra...

Come si può caratterizzare il comportamento di questa "mammina" che ama così sinceramente il proprio figlio?

Violenza? — Sì. Mancanza di tatto? — Sì. Si possono aggiungere anche altre sue caratteristiche... Ma adesso è importante sottolineare qualcos'altro: mancanza nel suo amore della *calma*.

La capacità della profonda *calma* interiore, specialmente quando non c'è bisogno di movimenti energetici, è una qualità molto preziosa e importante. Questa è una premessa di base per il vero amore.

I tentativi d'amare senza *calma*, a volte hanno le caratteristiche della caricatura, quelle che abbiamo descritto con il precedente esempio. Tale "amore"... è capace soltanto di far soffrire le proprie vittime. In loro, esso, genera soltanto la voglia intensa di scappare. Se sapessero dove...

... Lo stato di Dio-Padre nella Sua Dimora, si può descrivere come Tenera Calma. Impareremo questo da Lui, preparandoci all'incontro con Lui.

Ma la vera *calma* non contrasta con il sano vigore, ma si abbina armoniosamente con essa. Pensiamoci sopra — e cerchiamo di concretizzarlo su noi stessi!

Karma-yoga (servizio)

Il termine karma-yoga significa la Via verso l'Unione con Dio tramite il servizio a Dio.

Che cosa significa il servizio a Dio?

Per la maggioranza dei credenti che si considerano di essere cristiani la preghiera è una richiesta di qualche cosa da Dio. E, in questo, loro vedono... il proprio dovere, il loro... "servizio" a Dio, anche se è paradossale...

Ma Dio non ha bisogno delle nostre richieste! Lui non le ascolta! Altrimenti le Sue "orecchie si appassiscono" ascoltando tutte queste stupidaggini inventate dalla gente con le quali essa si rivolge a Lui come al loro servo, che dovrebbe dare o questo o quello.

Lui ha bisogno dei nostri sforzi d'autoperfezionamento e dell'aiuto in questo agli altri. A Lui serve la nostra partecipazione — di ognuno di noi — nella Sua Evoluzione! Ma non passiva attesa delle "beneficenze" dal Cielo...

L'aiuto all'altra gente su questa Via è proprio il servizio a Dio! Di questo Lui da Solo ha dichiarato tramite Babaji e Sathya Sai Baba; allo stesso tema, anche l'apostolo Paolo, ha dedicato tante belle parole [10,18].

Ma tale aiuto non bisogna intenderlo in senso stretto: non soltanto come conduzione di lezioni religiose, come scrittura della letteratura specifica ecc. No: perché la gente — per vivere pienamente sulla Terra, evolvendo, — ha bisogno dell'abitazione, del cibo, del vestiario, del calore,

trasporto, sicurezza, assistenza medica, istruzione e tanto, tanto altro. Per questo il karma-yoga è un aiuto alla gente nel bene.

La caratteristica più importante del karma-yoga è il motivo giusto dell'azione: con altre parole, le azioni devono essere fatte, non per profitto o ricompensa, come ad esempio lo stipendio. Le azioni devono essere fatte per l'aiuto agli altri, come l'atto di regalare. Questo non significa che il lavoro è gratuito. Ma questo è a cura di coloro che stiamo aiutando e di Dio, prendersi cura, in tale caso, della vita materiale di chi sta regalando.

Con altre parole "fare i conti" fra la gente degna, che si aiuta fra sé, è uno scambio di doni. Le spiegazioni necessarie della "teoria dei doni" (o la "teoria del regalare") sono state esposte da Dio nel capitolo 17 di Bhagavad Gita [10,18].

La cosa più importante è che soltanto i doni che si regalano alla persona degna, nel momento opportuno e nel posto opportuno, Dio li considera come i doni sattvici, veri e puri.

In tale modo la definizione completa e breve del "karma-yoga" è "l'aiuto senza profitto a tutti i degni nel bene".

È molto importante sottolineare che l'uomo si sviluppa in modo corretto, non tramite il parassitismo e le richieste, non tramite la ripetizione continua delle preghiere e dei movimenti del corpo secondo le tradizioni religiose — ma tramite il lavoro creativo, l'amore verso le altre creature che stanno evolvendosi, che si manifesta tramite le attività per il loro bene.

Sathya Sai Baba con l'esempio molto pratico spiega l'idea del karma-yoga. Lui dice: se voi siete membri della stessa famiglia, non chiedete la paga al capo della famiglia per ogni faccenda domestica: per i soldi lavorano soltanto gli estranei, ma non i propri familiari. Così anche voi, se considerate Dio come vostro Padre — allora non dovete fare i conti con Lui, al contrario dovete realizzare le Sue Idee nei Suoi interessi, per Lui, per l'Evoluzione, ma non per voi personalmente [10].

Proprio sullo sfondo di tale attività Dio ci aiuta a sviluppare noi stessi nel modo intellettuale, nell'amore e nella forza.

Annientamento del proprio "io" inferiore per raggiungere l'Unione con "Io" di Dio

Questo capitolo dell'Insegnamento del Babaji è conclusivo. Esso include l'Unione della consapevolezza individuale dell'uomo, che penetra nell'etere superiore, con la Consapevolezza Primordiale. Con questo ac-

cade lo scioglimento della percezione di se stessi nell'Oceano Infinito del Creatore.

Leader di alcune sette tentano di distruggere completamente la percezione di se stessi negli allievi, senza concedere loro il nuovo substrato per autoidentificazione⁶, o al contrario di infondere a loro di essere già... Dio. Perché la percezione di se stessi non deve essere distrutta, ma deve essere trasferita. E la conoscenza del Creatore e l'Unione con Lui si realizzano, non tramite la convinzione o l'autoconvinzione, ma tramite la penetrazione graduale con la coscienza che si sviluppa correttamente negli eoni sempre più fini, tramite la loro sperimentazione, lo stabilirsi in loro, l'assimilazione dell'Unione prima con la Consapevolezza dello Spirito Santo e dopo con la Consapevolezza del Creatore. Tutti gli altri orientamenti portano ad un'impasse o frenano lo sviluppo, o a volte portano verso la coltivazione dei vizi grossolani e alla fine conducono nella parte apposta a Dio, con conseguente pericolo di diventare diavoli e impazzire.

Il lavoro che appartiene a tale punto della "formula del Babaji" deve cominciare dalla correzione elementare del proprio comportamento e della percezione di se stesso nei rapporti con l'altra gente.

Per esempio dal punto di vista della crescita spirituale le tendenze di tante persone di dominare sugli altri, dimostrarsi "grandi", "importanti" risultano delle caricature.

Violenza, permalosità, gelosia, vendetta, ira, desiderio di *impadronirsi* della gente e delle cose (escluso quelle necessarie), passione sessuale, desiderio forte di qualche cosa dagli altri o da Dio — tutte queste caratteristiche sono i fenomeni viziosi del nostro "io" inferiore. Loro devono essere eliminati.

Tanti preziosi formule-comandamenti su questo proposito, ci hanno lasciato Gesù Cristo e i Suoi Apostoli: se vuoi crescere spiritualmente — non ti mettere al primo posto, diventa servo dell'altra gente, non permetterti di offenderti, vendicarti, considera l'altro superiore a te [10,18].

La stessa cosa chiaramente e laconicamente dicevano Laozi e Juan Matus [10,18]⁷.

Per distruggere i fenomeni del proprio "io sporgente" è necessario l'autoanalisi profonda e il lavoro del pentimento.

⁶ A volte questo si fa con l'intenzione di trasformare gli adepti nei loro schiavi-zombi.

⁷ Per capire nel modo giusto le opere di Carlos Castaneda sullo Juan Matus è necessario di leggere il libro della moglie di Carlos — Margaret Castaneda [32].

Bisogna capire che realmente non esiste "l'assoluzione dei peccati": Dio non conosce questo termine.

Lo scopo del pentimento è la purificazione di se stesso dai vizi — ma non nel ricevere il perdono per errori concreti.

"I peccati", i nostri errori succedono in conseguenza della mancanza dell'esperienza, dell'ignoranza o come manifestazioni concrete delle caratteristiche dell'anima, che si conoscono come vizi.

I meccanismi veri della liberazione dai vizi sono l'autoanalisi, il pentimento e dopo il rigido autocontrollo.

Se il vizio rivelato non va via subito, allora è necessario riguardare, ricordando tutta la sua linea delle manifestazioni, dall'infanzia (a volte anche nelle vite precedenti). E tutte le situazioni concluse nel modo errato bisogna riviverle daccapo nei nostri pensieri, correttamente.

Più opportuno "creare nella mente", in anticipo, le possibilità nel futuro, dove il vizio può di nuovo apparire.

Anche molto importante è cercare di chiedere il perdono davanti alla gente, agli animali e anche ai vegetali che sono stati offesi per colpa nostra. Se loro non ci sono più fra i "vivi" sulla Terra, rivolgiamoci a loro come alle anime disincarnate. E ricordiamo che tali nostri sforzi per la purificazione di noi stessi dai vizi, realmente, sono accettati da Dio.

"La lavorazione" con il pentimento deve essere eseguita su tutte le manifestazioni di non-amore verso le altre creature e verso Dio, su tutte le emozioni e azioni egoistiche.

* * *

Tante persone egoiste e ignoranti cercano di entrare nel vagone della metropolitana di corsa appena si aprono le porte, senza fare scendere gli arrivati.

O, aspettando l'autobus, chiudono con i loro corpi il passaggio per i pedoni — invece di mettersi da parte e lasciare libero il passaggio, prendendosi cura degli altri.

O, entrando in un edificio, qualcuno regge la porta, aiutando il prossimo che lo segue, qualcun altro, senza voltarsi lascia la porta, sbattendola contro "il suo prossimo".

I primitivi egoistici, anche nella scuola spirituale si comportano ugualmente. Finché durano le lezioni — loro stanno bene, sono — nella beatitudine e nella felicità. Ma appena finisce il corso loro — si sentono male: perché loro sono abituati a ricevere il bene, ma adesso — hanno smesso di riceverlo!... E siccome loro adesso stanno “male” — allora iniziano a crescere emozioni negative verso l’insegnante e la scuola...

L’egoista sa soltanto il proprio interesse e s’indigna, se sulla sua strada incontra l’ostacolo, che si presenta come la necessità di qualche altra persona.

Tutti i tipi di desiderio intenso di qualcosa da qualcuno, testimoniano la manifestazione viziosa dell’“io” inferiore di colui che li possiede. Tali desideri possono fare partire un meccanismo di “vampirismo” bioenergetico e diventare il motivo delle malattie delle vittime di tale vampirismo [9] e appesantiscono il destino di coloro che le ha in possesso.

La persona dell’amore è sempre *cortese*: lui si preoccupa di non dare fastidio a nessuno e al contrario di essere d’aiuto possibilmente a tutti; gli interessi degli altri mette prima dei propri.

Lui, per esempio, non cercherà mai di entrare per primo dalla porta respingendo gli altri.

Lui è sempre gentile e premuroso, cerca di non amareggiare mai nessuno per qualunque motivo nemmeno con i propri stati: come le malattie e la stanchezza.

Nei rapporti sessuali aspetterà sempre il momento quando il desiderio sarà reciproco, senza costringere e obbligare.

... Un grande aiuto nell’autoanalisi di questo genere possono darlo le raccomandazioni che sono state date a proposito di questo da Sathya Sai Baba [10,18].

* * *

... La purificazione dalla grossolanità e la capacità di sintonizzarsi con i fenomeni sattvici della vita che ci circonda, una volta raggiunte, — ci permettono di cominciare le meditazioni della “diffusione” di se stessi nell’armonia dello spazio circostante. Meglio farlo durante le calme serate, all’alba, nel bosco, nella steppa, sulla riva. Lo schema della meditazione è tale: esiste soltanto l’armonia dello spazio: del bosco, del lago, della steppa

— io non esisto. La coscienza si allarga, uscendo dall'anahata e si sintonizza con la raffinatezza e la purezza del mondo della natura.

La tappa seguente di questa principale sarà l'unione con lo Spirito Santo nella meditazione *Pranava* e poi, tappa dopo tappa, la conoscenza della "reciprocità totale" (Nirodhi) negli eoni dello Spirito Santo e di Dio-Padre.

Proprio così l'uomo conclude per sempre la sua evoluzione individuale, diventando Parte della Consapevolezza Primordiale, del Creatore. E continuerà la vita creativa, ma adesso nella qualità di Lui.

Compimento del Percorso

Sullo schema della spiegazione della struttura dell'Assoluto, sulle ultime pagine del libro (la prima volta è stato pubblicato nel libro [7]), è stata dimostrata la multi-dimensionalità dello spazio e anche la correlazione fra le Manifestazioni dell'Assoluto.

Bisogna capire che anche la struttura dell'organismo umano è pluri-dimensionale. Le parole della Bibbia, che Dio creò l'uomo secondo la Sua immagine affermano proprio questo e nient'altro.

Essendo incarnato, qualunque uomo all'inizio si sente essere soltanto corpo materiale. Ma il processo dell'Autorealizzazione spirituale sottintende la conoscenza graduale di tutti i componenti del proprio organismo, l'acquisizione delle capacità di liberamente spostarsi con la concentrazione della coscienza dentro loro — simile a quello che si può imparare spostando la percezione di sé nei limiti del proprio corpo fisico. Così si conosce Atman. E dopo Atman ci si unisce al Paramatman.

Questo è il programma che ogni uomo deve cercare di realizzare.

Entrando completamente con la concentrazione della consapevolezza nella Dimora del Creatore e unendosi a Lui, l'uomo diventa Sua Parte integrante⁸.

Uscendo di nuovo nel mondo del Creato Lui si trasforma nello Spirito Santo.

E incarnandosi con la missione sacrificante dell'aiuto alla gente incarnata, Lui diventa Messia.

⁸ Questo è possibile realizzarlo tramite qualche metodo meditativo. Uno dei più importanti fra essi è proprio quello che Gesù Cristo insegnava ai suoi allievi-apostoli 2000 anni fa. Questo è la meditazione "Croce" descritta dall'apostolo Filippo [10,18].

Pratica della Via Retta

La dottrina della Via Retta non è stata inventata dagli uomini. No. Essa è proposta da Dio. Essa è stata descritta da Krishna, ripetuta da Gesù Cristo e dopo da Babaji e Sathya Sai Baba. Della stessa cosa, usando lo stesso termine, possiamo leggere nel Corano e nei libri dei buddisti [10,18].

Questa dottrina può essere formulata brevemente in tre punti:

1. Esiste Dio — Unica Universale Consapevolezza Primordiale, che abita nell'eone superiore dell'universo pluridimensionale.

2. Lui è Amore.

3. Noi dobbiamo diventare Lui tramite la trasformazione di noi stessi nell'Amore, nel Cuore Spirituale dell'Universo, nel *Cuore dell'Assoluto*. E ha senso usare tutta la propria vita terrestre soltanto per capire e realizzare questo.

Adesso parliamo più dettagliatamente dei metodi concreti dell'avanzamento su questa Via.

Essi possono essere divisi secondo le loro difficoltà nei seguenti gruppi: preliminari, iniziali, principali e superiori.

Metodi preliminari

I metodi preliminari sono predisposti per creare la fede iniziale. Essa serve per creare lo stimolo per la realizzazione degli sforzi spirituali.

Ma che cosa è la fede? Questo termine ha numerosi livelli di comprensione.

Qualcuno dice della propria fede così: "Sì, io so che esiste qualche cosa...: l'intelligenza cosmica, UFO...".

Altri saranno molto convinti: "Sì, Io credo in Dio!" E faranno anche il "segno della croce". Ma loro non fanno nessun tipo di sforzi spirituali — nemmeno per capire che cosa desidera Dio da noi, senza parlare dei cambiamenti di se stessi secondo la Sua Volontà! Al contrario, loro staranno ad ubriacarsi, a rubare, ad odiare, ad uccidere e ogni tanto soltanto a ricordare che "se per caso questo non piacerà a Dio? — ma si va bene, tutto questo è dopo!" Per esempio io non ho nessun interesse di ascoltare dei metodi di preparazione delle cose fatte d'oro e di brillanti, così anche loro non sono interessati ad ascoltare di Dio.

Una volta io parlavo con un ex prete. Lui mi raccontava del suo lavoro durante la tesi del dottorato. Dico a lui: ma noi abbiamo già l'età in cui bisogna pensare a fare il più possibile come i monaci, non a fare la carriera nel mondo materiale... Servirà a Dio la tua laurea? Risponde: "Che esista Dio o no, questo non si sa; invece la tesi — quasi è in tasca!"...

La fede ha valore reale soltanto quando in essa è presente la qualità dell'amore verso Dio. Perché soltanto l'amore è capace di costringere l'uomo ad iniziare sinceramente a cambiare se stesso, desiderando di diventare tale come lo desidera l'Amato. Come prospettiva esso può trasformarsi nella passione, che lo costringerà a liberarsi di tutto ciò che impedisce di proseguire sulla Via verso gli Abbracci del Creatore... Allora proprio in questo momento inizia il vero monachesimo: essere con Dio a quattro occhi...

Allora proprio per aiutare la gente ad aumentare la loro fede esistono metodi come movimenti rituali del corpo, le preghiere, i canti, i balli rituali e l'adorazione alle immagini di Dio e altri "santi", presentati come icone o come idoli, anche se sembrano insignificanti secondo l'opinione di quelli che hanno già superato questa fase.

Ma in questi casi che sembrano senza senso — Dio "si adatta" a questi giochi umani ed aiuta, su questo sfondo, a superare i difficili primi scalini del grande Percorso ai sinceri ricercatori.

Per esempio il battesimo con lo Spirito Santo (descritto dall'Apostolo Filippo [10,18]) in realtà non somiglia affatto al rituale del battesimo in qualunque altra chiesa, ma Dio accetta ugualmente questo atto dai neofiti sinceri, a condizione che esso si presenti come giuramento davanti a Lui, con intenzione di cercarLo e trovarLo — come la propria Meta.

Ma se il battesimo, lo ricevono i gruppi degli assassini prima di iniziare i loro delitti di sangue, non vi sembra che questo diventi l'oltraggio verso l'Insegnamento e verso la morte sacrificante per noi di Gesù Cristo?

La stessa cosa riguarda il battesimo dei bambini: davvero nemmeno l'esperienza della vita quotidiana non vi dimostra l'inutilità di quest'atto? Perché i bambini battezzati e non battezzati si ammalano, muoiono, e diventano delinquenti nello stesso modo!

Il battesimo è il giuramento della fede a Dio. E non un atto della "magia difensiva". Questo giuramento, lo può dare soltanto una persona abbastanza adulta ed esperta e di persona, ma non il suo padrino e la sua madrina al posto suo.

Un fatto molto frequente si verifica quando le cordicelle delle crocette fisse legate al collo di piccoli bambini provocano il loro soffocamento. I bambini si aggrovigliano con esse le quali si stringono attorno ai colli...

Nell'epoca del battesimo obbligatorio, i boia segnavano, con le croci al collo, coloro che erano stati già battezzati, per trovare ed uccidere quelli che cercavano di evitarlo [6]. Allora per chi le portano le croci adesso? Davvero la gente pensa che questo lo desidera Dio? Ma per Dio è sufficiente il segno del battesimo nell'anima del sincero cristiano.

... Ma d'altra parte anche la preghiera prima di mangiare e le icone in casa, e frequentare i templi, e partecipare ai rituali, e ripetere mantra, e percepire la croce sul petto — tutto questo può rinforzare la fede facendo ricordare Dio. E Dio dà ai ricercatori meritevoli le indicazioni che gli sforzi iniziati da loro sono giusti influenzando sulla loro sfera emozionale: dando loro afflussi di beatitudine.

... Ma in realtà i rituali "della salvezza" non sono mai esistiti. Acquisendo la fede l'uomo deve iniziare a studiare la Volontà di Dio, ma non le regole dell'organizzazione nella quale lui ha cominciato il suo Cammino. E anche deve compiere gli *sforzi reali* per la trasformazione di sé — come anima, come consapevolezza.

Questo dimostra che non c'è niente di male quando la gente ad una certa fase del proprio sviluppo partecipa alle forme rituali della pratica religiosa. Questo è caratteristico per i tutti tempi, paesi e forme della religione. Non c'è senso nel chiarire quali forme rituali siano meglio. Ma più pace, armonia, pura e calma gioia, beatitudine e amore sono presenti — meglio è. I rituali religiosi devono aiutare i credenti a sviluppare in sé e fare proprie queste qualità.

Il problema non è nella forma delle pratiche rituali. Ma nell'ideologia che predica l'organizzazione che propaganda queste pratiche.

* * *

Tutti gli uomini si distinguono fra loro secondo la loro età psicogenetica, in altre parole, secondo l'età dell'anima. L'età del corpo (ontogenetica) è tutta un'altra cosa.

Ogni uomo, nella seguente incarnazione, abbastanza facilmente e velocemente può realizzare il livello dello sviluppo spirituale che lui ha raggiunto nelle vite precedenti. Questo riguarda il potenziale intellettuale, lo

sviluppo dei chacra, la grandezza della consapevolezza e anche la propensione professionale e la presenza delle qualità dell'anima.

Per questo, l'esistenza di gente matura con capacità diverse della comprensione dei problemi religiosi è una cosa normalissima.

È normale anche quando un immenso numero di credenti insieme al loro leader rimane fino alla fine di quest'incarnazione soltanto nelle fasi preliminari del proprio avanzamento spirituale: nelle successive incarnazioni loro avranno le occasioni di continuare il Cammino.

Ma è necessario informarli che questa fase è soltanto — preliminare. Questo aiuta a svegliarsi prima e andare avanti a quelli che possono andare.

Metodi iniziali

Autocorrezione etica

I credenti che si trovano nella fase preliminare della conoscenza religiosa contano sulla "salvezza" della fede e di rituali, secondo la concezione dell'organizzazione scelta da loro. Questa gente ancora non è capace di comprendere le parole di Dio, scritte nei libri sacri. L'opinione e l'ordine del "capo" terrestre per loro è più importante.

Un esempio: nonostante che Dio abbia ordinato alla gente di non uccidere, di perdonare ed amare, i "cristiani" sono famosi per loro ferocia durante l'esistenza del cristianesimo terrestre! Quante guerre e uccisioni sono state fatte da loro!

E se parliamo del divieto di uccidere gli animali allora scopriremo che soltanto lo 0,001 % dei "cristiani" ha realizzato la Volontà di Dio. Dove sei amore cristiano? Impossibile vederti fra i "cristiani"! Perché quei "cristiani" — non sono veri!

* * *

La fase iniziale dell'avanzamento spirituale sottintende i propri sforzi reali nella trasformazione di se stessi. Dio non aspetta da noi né preghiere, né inchini: essi non Gli servono! Lui ha bisogno che noi diventiamo migliori!

La prima cosa che deve fare un Adepto è accettare la concezione dell'AMORE. Accettare non come una bellissima frase, riconoscendo la sua

bellezza, ma come una inevitabile legge del comportamento. Nessun tipo dei metodi pratici, né hatha-yoga, né il lavoro con i chakra fanno avvicinare a Dio e a volte al contrario portano da altre parti, nel caso in cui noi non seguiremo realmente i comandamenti di Dio a proposito dell'AMORE.

Per esempio: l'alimentazione. Se noi continueremo a sporcarci con l'energia grossolana dei cadaveri — questo non permetterà di raffinare la coscienza, che è necessaria per l'avvicinamento alla Dimora del Creatore, ma al contrario ci porterà verso l'inferno e creerà il karma negativo per la prossima incarnazione.

Ma i pensieri della salute e del karma non sono i più importanti. La cosa più importante è che Dio è Amore. E Lui ci fa avvicinare a Sé — soltanto in qualità dell'Amore.

Le impressioni come “cibo” per l'anima

Noi ci alimentiamo non soltanto con il cibo nel senso abituale di questa parola. “Il cibo” per noi, come per le anime, sono le impressioni (in questi termini parlava lo psicologo religioso russo dell'inizio del XX secolo Gurdjiev [54]).

E se noi vogliamo, con le parole del “Nuovo Testamento”, “strapparsi dal male e attaccarsi al bene” — allora bisogna cominciare in tutti i modi possibili a cercare per sé il “cibo” favorevole a questo scopo — nella natura, nell'arte, nei rapporti con la gente spirituale — sintonizzarsi attivamente con tutto l'armonioso e il sottile. E invece dalle impressioni grossolane, create dalla gente della guna *tamas* è necessario allontanarsi.

Il controllo iniziale delle proprie emozioni

L'allontanamento dalla grossolanità esterna è soltanto un metodo. Ma il compito più importante è l'allontanamento dalla grossolanità interna, che esce fuori da dentro di noi. Questo si raggiunge grazie al controllo delle proprie emozioni, che sono proprio gli stati di noi, come anime.

Ogni emozione si emana fuori dal corpo. E più che essa è forte, e più che va lontano. Nello stesso momento influisce sull'altra gente e tutti i viventi che ci circondano.

Il compito del controllo delle proprie emozioni può essere concluso radicalmente soltanto nelle seguenti più avanzate tappe del lavoro. Ma se non si mette davanti a se stessi già da adesso tale scopo, non si comincia

ad abituarsi all'autocontrollo, — allora anche nel futuro sarà difficile aspettare il successo.

In questo momento nella lotta contro gli scoppi delle emozioni grossolane e le diverse manifestazioni dell'egoismo — sarà opportuno il lavoro di pentimento, del quale abbiamo già parlato in dettaglio prima.

Della compassione

Vorrei attirare la vostra attenzione sul fatto che l'atteggiamento superficiale non profondo verso i problemi etici può portare a volte ad un effetto contrario a quello aspettato.

Per esempio, abbiamo già chiarito che l'accertamento della concezione della COMPASSIONE è uno dei primi passi verso l'assimilazione dell'AMORE. Ma non tutti capiscono chiaramente che le compassioni non sono immersioni negli stati emozionali strazianti del "provare" al posto degli altri... La gente in questo stato diventa insopportabile per chi la circonda, ancora di più per coloro che soffrono in prima persona. I campi bioenergetici con tali caratteristiche a volte sono capaci di "sfinire" quegli ammalati, per i quali proprio in questo modo sentono la pietà. Le vittime possono sentire — sullo sfondo dell'effetto della disperazione — il desiderio di liberarsi da questo tipo di "compassione" a qualunque prezzo, al livello del profondo istinto di sopravvivenza, non controllato dalla mente...

Tale "compassione" si somiglia al bioenergovampirismo [9]. Come minimo esso uccide l'amore fra la gente, distrugge le famiglie...

La compassione non è affatto l'emozione "pesante", ma il rapporto puro e tenero verso tutte le forme della manifestazione della vita, non accettare qualunque atto di violenza, essere pronto ad aiutare tutti nel bene.

Vigore e concentrazione

La tappa iniziale del lavoro spirituale ancora non è sattva. Questo è rajas. Le qualità più importanti che porteranno al successo in questo periodo sono il vigore e la concentrazione, educazione in sé della capacità di sopportare gli sforzi normali e quelli più elevati sulla Via spirituale.

Diversi tipi dinamici di sport insegnano facilmente queste qualità; specialmente quelli che legano alla natura (turismo, alpinismo ecc.). Sono buoni anche gli esercizi delle arti marziali. È importante ricordare che l'uso pratico di tali arti non deve mai portare alla crescita delle aggressività, gros-

solanità, crudeltà. È molto importante anche capire che solamente i metodi delle arti marziali non possono portare gli adepti ai livelli superiori della spiritualità: questo è possibile soltanto grazie al lavoro con i chakra e l'acquisizione dell'arte della meditazione, che si usa negli allenamenti nelle migliori scuole di questo tipo.

Il maestro e gli allievi devono concentrare la propria attenzione sulla crescita della moralità, la quale ha come base la legge di non danneggiare qualunque creazione viva.

Ognuno deve pensare sopra e prendere le decisioni giuste secondo il proprio servizio, secondo i principi del karma-yoga. Se è necessario cambiare anche lavoro o cominciare lo studio con lo scopo di imparare il nuovo mestiere.

Hatha-yoga

Sarà molto utile il corso di hatha-yoga per quelli che ancora non hanno emotività stabili, che non hanno la capacità di concentrarsi, che soffrono per colpa dei dominanti negativi dei pensieri. Gli esercizi di questo livello, che sono stati creati nell'antica India, permettono di imparare la concentrazione della coscienza nell'una o nell'altra parte del corpo, il rilassamento del corpo e della mente; loro eliminano anche tanti difetti bioenergetici nel corpo e possono dare la guarigione da qualche malattia cronica.

Il meccanismo in questo caso è il seguente: il praticante di hatha-yoga si trova per un periodo prolungato nelle pose necessarie e perciò l'energia si accumula e si sposta nelle strutture energetiche dell'organismo, che come seguito porta allo sviluppo degli ultimi. Esiste una dinamica tipica delle percezioni nell'acquisizione di qualche asana nuovo.

Nei primi giorni dell'allenamento non c'è nessun tipo di percezioni, soltanto l'adattamento fisico del corpo.

Nei giorni successivi si percepiscono sentimenti assolutamente nuovi, "misteriosi" e piacevoli del "travaso" delle energie nel corpo, quali, come getti liquidi, a volte anche con il sentimento di sentire il suono del "mormorio", si "travasano" nei meridiani. Il praticante li osserva con l'interesse.

Ma all'improvviso per il suo dispiacere loro spariscono dopo una o due settimane: su questa tappa asana ha fatto la propria parte.

In realtà succedeva il seguente fatto. Grazie al funzionamento di asana ha cominciato a funzionare qualche meridiano. Finché esso non funzionava molto bene si percepivano le sensazioni interessanti tipo il piacevole

mormorio. Invece, quando il meridiano si apre completamente, l'energia, che è in esso, comincia a scorrere liberamente e il sentimento precedente scompare.

Sulle tappe iniziali dopo gli esercizi di hatha-yoga è obbligatorio fare shavasana dopo il complesso di asana o anche dopo asana fatti separatamente (escluso rilassanti). Questo serve per livellare le pressioni energetiche che sono create per la cattiva conduttività dei meridiani. Se non si rispettano queste condizioni allora possono apparire sintomi nevrotici (labilità dell'umore, insonnia) e anche il mal funzionamento della vista o degli altri sistemi dell'organismo.

La descrizione di asana del rilassamento la troverete nei capitoli seguenti. Per conoscere gli altri esercizi bisogna leggere la letteratura speciale.

Se esercitate hatha-yoga e continuate ad alimentarvi con i corpi degli animali uccisi, tutto questo vi porterà verso la grossolanità della coscienza. Soggettivamente questo può essere preso per l'acquisizione della forza. E diventa per noi una specie di pericolosa trappola: con la forza grossolana in possesso noi ci stiamo dirigendo verso l'inferno.

Lavoro con le immagini figurate ("visualizzazione")

Agli esercizi di hatha-yoga (o agli altri allenamenti) possono essere aggiunti gli esercizi dello sviluppo della capacità della creazione delle immagini figurate. Questo prepara per l'assimilazione delle forme superiori della meditazione, crea le premesse necessarie per l'acquisire la chiaroveggenza.

Cominciamo dal più semplice: immaginiamo il pomodoro, la mela, la succosa pera, percepiamo di esaminarli, di annusarli, di assaggiarli, di sentire il loro sapore, di inghiottirli con piacere...

Ci trasportiamo nella mattutina calma del lago: siamo in barca... Attorno a noi c'è una boscaglia di canna, umida dalla rugiada... Su ogni foglia si vedono piccole, tenere gocce... Lo sciabordio dei pesci... Il canto degli uccelli...

Siamo sulla spiaggia nella mattutina luce del sole... La calda e tenera luce del Sole penetra e riempie tutto il corpo, l'anima...

Siamo a cercare i funghi: tagliamoli e puliamoli — con l'amore — togliamo il caduto fogliame dell'autunno, ammiriamo il grande porcino...

Si può inventare tante varianti del gioco dell'immaginazione. È necessario che loro portino la sintonizzazione con la raffinatezza, la bellezza, la beatitudine. Essi devono insegnare anche il sattva.

Si può complicare l'allenamento con il seguente metodo: immaginiamo di essere noi stessi qualche oggetto sattvico — la succosa dolce pera, la fragola, il tenero profumato fiore, il tenero sole. Si può imparare a collocare tutte queste immagini, riempite con la propria coscienza, con la percezione "dell'io", anche nella gabbia toracica — nel chakra anahata...

Quando questa capacità sarà sviluppata perfettamente, noi non avremo più la difficoltà di invitare nell'anahata il Maestro Divino, la Sua Immagine conosciamo molto bene tramite le foto... E proprio lì che Lui comincia a sorridere e parlare...

Ma tutto questo sarà possibile soltanto nel caso che noi siamo degni: se viviamo nel modo giusto, se rinforziamo noi stessi nel sattva, se studiamo realmente nel modo intensivo l'Insegnamento di Dio e lavoriamo sulla nostra trasformazione secondo esso.

Il lavoro con le immagini figurate ha anche l'altro nome che è arrivato dal buddismo tibetano: "visualizzazione". Ma è molto importante ammonire l'atteggiamento non critico verso le raccomandazioni concrete sulla "visualizzazione", con le quali a volte ci si può incontrare nella letteratura o nell'esibizione di qualche propagandista ignorante del buddismo.

Per esempio nella letteratura esistono i consigli di circondare il proprio corpo con immagini di "idoli arrabbiati" con lo scopo della "magia difensiva", con altre parole dei diavoli e demoni. E anche queste immagini da un certo momento realmente "prendano la vita", riempiendosi delle corrispondenti creature dell'inferno...

Una volta un dottore-mistico di St.Pieterburgo, famoso nel passato, non molto intelligente, pieno di vizi etici grossolani, cominciò ad assimilare questi metodi della magia nera insieme al suo gruppo di allievi.

L'effetto apparso subito e come prima cosa, la gente che parlava con lui si ammalava.

Quando tutto il loro gruppo si presentava ad osservare le lezioni degli altri gruppi, allora succedeva che qualche allievo cadeva privo di sensi.

La grossolanità della coscienza di questo dottore diventò mostruosa, lui diventò un diavolo in carne, ma continuava ad insegnare e "guarire". Ma si capisce subito che gente come questa non può guarire nessuno, può soltanto danneggiare, "fare il malocchio".

Questa storia finì con l'uccisione del dottore, lui è stato accoltellato nel proprio bagno, così hanno scritto sul giornale. Probabilmente è stata una delle vittime della sua "guarigione" o qualcuno degli amici della vittima.

Noi non vogliamo andare nell'inferno! Noi ci stiamo preparando per diventare Dio, ma non diavolo! Perciò ricordiamo questo triste esempio della degradazione spirituale come l'esperienza tragica altrui, ci allontaniamo da essa e ci dirigiamo nelle sedi della Purezza, della Luce, della Tenerezza, dell'Amore per sintonizzarci con essi e diventare loro.

* * *

Se voi siete già in possesso di qualche esperienza che potrebbe essere utile per gli altri, allora unitevi insieme ai vostri amici e provate ad insegnare loro. Le vostre conoscenze, le capacità e gli sforzi si riuniscono e voi crescerete tutti insieme, preparandovi per i prossimi scalini della crescita spirituale.

Metodi principali

I metodi principali sono quelli che permettono di raggiungere al proprio stato dell'organismo tali livelli della purezza e del funzionamento di tutte le strutture energetiche, che aiutano a percepire Dio e imparare ad entrare in Samadhi (gli stati emozionali della Beatitudine intensiva, che appaiono mentre la consapevolezza è in contatto con lo Spirito Santo).

Questi metodi ci preparano per crescere dopo con la consapevolezza raffinata, per sviluppare la sua forza e dopo, raggiunti i livelli superiori, arrivare alla Gloria Completa — all'Unione con il Creatore nella Sua Dimora.

Nelle tradizioni dell'induismo e del buddismo questi metodi sono conosciuti come "raja-yoga". Le loro varianti sono elaborate nel taoismo cinese e nel sufismo musulmano. Esse esistevano anche sul territorio della Russia antica prima del suo "battesimo". Questo si vede dall'altezza dello status spirituale di quelli che crescevano spiritualmente proprio qui [14,18]. Ma nell'ambiente cristiano fra le pratiche spirituali di questo livello è conosciuta da tutti soltanto la "preghiera di Gesù"⁹.

⁹ Sicuramente che qualcuno de devoti hanno raggiunto ancora di più nel loro. Per arrivare a questo loro dovevano abbandonare le tradizioni delle loro organizzazioni e diventare gli allievi diretti di Dio.

Raja-yoga si basa sul lavoro con i chakra, i meridiani principali e il “bozzolo”. Lo scopo del lavoro con essi — “pulirli” fino alla loro trasparenza e svilupparli per unirsi, tramite loro, al livello Divino della sottigliezza.

Diventa evidente che le metodiche della “colorazione” dei chakra che si usano in alcune scuole sono effettivamente dannose e condizionate dai leader di queste scuole, non competenti e grossolani spiritualmente. Perché il colore più raffinato è bianco, appena teneramente dorato. Qualunque altro è già notoriamente molto più lontano dalla raffinatezza del Creatore.

Esiste l'altro errore caratteristico nel lavoro con i chakra quando si presta l'attenzione allo sviluppo d'ajna, perché esso, cosiddetto, porta all'acquisizione della chiaroveggenza. Questa tendenza ha una storia molto antica e il suo inizio è nella comprensione sbagliata delle parole di Krishna nella Bhagavad Gita [10,18] (8:10), dove Lui raccomanda di condurre l'energia attraverso la testa. Ma nelle prossime righe (8:12) si vede che si tratta proprio dell'energia dell'Atman. Nelle numerose scuole, i leader ancora non sono arrivati alla conoscenza dell'Atman, ma stanno già provando di realizzarla con le solite bioenergie del corpo; tutto questo porta all'attivazione di uno dei chakra più grossolani e come seguito accade che la coscienza diventa grossolana. Queste persone hanno lo sguardo acuto, “penetrante”, sgradevole. Tale tendenza ferma lo sviluppo spirituale per tanto tempo.

Quella chiaroveggenza, che appare in alcuni adepti per questo tipo di lavoro, non ha nessun valore reale: essa permette di vedere soltanto le aure emozionali attorno alle teste dell'altra gente e può servire soltanto per “spiare” i loro stati.

La chiaroveggenza vera, che ha significato, si manifesta tramite le strutture della “bolla della percezione” inferiore (guarda più giù). Essa permette di vedere le energie dei diversi scalini della finezza-grossolanità nello spazio pluridimensionale.

L'acquisizione di esso permette di contemplare direttamente diverse Manifestazioni sottili della Consapevolezza Divina non incarnata.

Il lavoro con i chakra e lo sviluppo delle altre strutture sottili dell'organismo è incompatibile con l'uso dell'alcool (anche nel ripieno dei cioccolatini), perché esso distrugge queste sottilissime strutture. La trasgressione di questa regola provoca le gravi malattie.

Non è un segreto che l'ortodossia non accettava la pratica della “preghiera di Gesù” per lungo periodo [6]. I nemici di esicasmò “hanno dichiarato” che Dio è impossibile di sperimentare. Sì per loro è proprio così...

* * *

Il lavoro con le sottili strutture energetiche e gli esercizi della meditazione, sono impossibili da realizzare con successo nelle aule l'illuminate con le lampade fluorescenti, perché esse creano l'influenza energetica grossolana.

È vietato anche il vestiario sintetico, perché esso non fa passare la maggior parte dello spettro delle bioenergie e travisa i processi energetici dentro il corpo. (Questa regola esclude l'uso dell'impermeabile, che noi mettiamo in caso di pioggia).

L'orologio e gli altri oggetti metallici durante gli esercizi devono essere tolti dal corpo: gli orologi, per via del lavoro bioenergetico, smettono di funzionare regolarmente, invece gli oggetti metallici creano disturbi energetici.

Dell'incompatibilità degli allenamenti psicoenergetici come anche tutto il serio lavoro spirituale con l'alimentazione con i corpi degli animali uccisi (carne e pesce) abbiamo già parlato. La trasgressione di questa regola porta alla composizione delle strutture energetiche nell'organismo delle energie grossolane.

Gli esercizi di tale tipo di lavoro, è meglio organizzarli in gruppo, in un'aula della misura corrispondente alla quantità di persone. L'aula troppo grande è sfavorevole: in essa si disperde l'energia comune del gruppo.

* * *

Le prime informazioni serie (di quelli che noi conosciamo) del significato e del funzionamento dei chakra e dei metodi del lavoro con essi, sono state presentate nelle pubblicazioni della nostra Scuola. Le prime fantasie, a proposito di questo, dell'autore famoso in Russia Aurobindo Ghosha hanno portato la confusione fra i lettori sullo sfondo della mancanza di informazione della letteratura esoterica nella Russia prima della "perestroika".

Adesso vi presentiamo l'informazione concreta del lavoro su tale tappa dell'avanzamento spirituale. Vorrei sottolineare che questi esercizi sono stati approvati durante decenni della pratica dell'insegnamento da tantissime persone e hanno dimostrato l'effetto ottimale.

"Croce di Buddha"

È meglio cominciare ogni lezione con la sintonizzazione emozionale e con la purificazione dell'energetica dello spazio circostante. Per raggiun-

gere questo scopo esiste un bellissimo metodo conosciuto sotto il nome di “croce di Buddha”. Esso si fa in questo modo:

Per farlo meglio bisogna sedersi nella “posa dell’allievo”: cioè seduti con la schiena eretta sui talloni, i punti dei piedi indietro, le mani appoggiate sulle cosce. Mandiamo le onde della benevolenza, dell’amore direttamente dalla gabbia pettorale in avanti nello spazio pronunciando la formula:

“Che siano tutte creature pacifiche! Che siano tutte creature calme! Che siano tutte creature beate!”.

Ognuno di questi tre stati prima bisogna creare in se stessi (nella gabbia pettorale) e dopo emanare in avanti. Dopo si ripete a destra, indietro, a sinistra, su e giù.

Questo è il metodo potente per armonizzare se stessi, l’energetica dello spazio circostante, le creature presenti in esso.

Preparazione

Specialmente durante le prime lezioni, l’elemento più importante sarà la preparazione fisica, che permette di “svegliare” l’energetica del corpo e liberarsi dai dominanti mentali eccessivi e insegna la *concentrazione della coscienza* nelle parti funzionanti del corpo. L’ultimo servirà nel futuro durante il lavoro con i chakra.

Alziamoci. Grazie al movimento delle gambe e del corpo muoviamo con il braccio rilassato: avanti — indietro, dopo la rotazione con esso, senza sforzo dei muscoli, soltanto con l’aiuto del corpo e delle gambe. Poi la stessa cosa con l’altro braccio. La concentrazione si trova nelle articolazioni. Vediamo in essi la *luce* che sta prendendo la forza.

Tendiamo i muscoli delle braccia. Pieghiamo ed addirizziamo la braccia nel gomito. Osserviamo, come da tutto il corpo, verso i muscoli che sono in movimento, arriva la *luce*.

Allunghiamo le braccia in avanti. Velocemente muoviamo con le mani rilassate. Tendiamo le dita. Pieghiamole e addirizziamole. Muoviamo le mani tenendo tesi i muscoli delle braccia e delle mani. Leviamo la tensione, rilassiamo tutto il corpo.

Pieghiamo la testa, avendo il collo rilassato, in avanti — indietro, a destra — a sinistra. Facciamo con la testa il movimento rotatorio. Giriamo la testa attorno all’asse verticale. Immaginiamo la colonna vertebrale come l’asse con le palline delle vertebre. Lungo l’asse in su si sposta il flusso del-

la luce bianca. Tendiamo il collo. Gli stessi esercizi ripetiamo con il collo teso. Per tutto il suo diametro si alza il flusso della luce bianca. Togliamo la tensione, rilassiamo tutti i muscoli. Le spalle rimangano ferme mentre spostiamo la testa nella posizione verticale a destra e a sinistra.

Alziamo le braccia sopra la testa. Prendiamo con una mano l'altra mano, per il polso, e portiamo essa sopra la testa, tirandola lateralmente: allunghiamo i muscoli laterali.

Le braccia alzate in alto. Facciamo le inclinazioni a destra e a sinistra. Tendiamo i muscoli del corpo e continuiamo a fare le inclinazioni e le torsioni. Il nella colonna vertebrale corpo si riempie di luce. Togliamo la tensione. Avendo i muscoli rilassati continuiamo le torsioni del corpo, girando la testa al massimo. La concentrazione si trova.

Spostiamo il bacino a destra e a sinistra (senza le sue inclinazioni) avendo i muscoli rilassati e senza piegare le gambe. La concentrazione si trova più in basso dell'ombelico.

Alziamo una gamba così che la coscia diventi parallela al pavimento. Giriamo il piede disegnando con la punta sul pavimento un cerchio. La concentrazione si trova nella caviglia. Vediamo in essa la luce bianca, sentiamo il caldo.

Giriamo il polpaccio. La concentrazione è nel ginocchio.

Muoviamo il polpaccio a destra e a sinistra. Il ginocchio rimane fermo. La concentrazione si trova in tutto il bacino.

Disegniamo con la gamba rigida il cerchio davanti, a destra, indietro.

La stessa cosa con l'altra gamba.

Gli asana del rilassamento

Dopo la preparazione riposiamo in una delle seguenti pose (asana):

Prima è "la posa incompleta della tartaruga":

Sediamo sui talloni (le punte dei piedi sono indietro) e allarghiamo i ginocchi. Appoggiamo la fronte sul pavimento e allunghiamo le braccia avanti con le mani unite. Il corpo e la mente sono completamente rilassati. Osserviamo come la pancia si sta abbassando sempre di più dipendendo dal rilassamento sempre più profondo. Questo è un bellissimo esercizio per togliere la stanchezza fisica e mentale. Esso bisognerebbe continuarlo per 10 minuti.

Il secondo asana si chiama “la posa del cocodrillo”. Questo esercizio si può fare in due modi: Distendiamoci sulla pancia. Mettiamo la testa con il mento sulle mani, i gomiti davanti sul pavimento.

Il secondo modo — e i gomiti sono davanti, le braccia l’una sull’altra, la testa e la parte superiore del corpo sono alzate grazie ai muscoli della schiena.

In tutti e due i modi immaginiamo di essere piccoli felici cocodrilli, che sono usciti sulla riva per scaldarsi al sole. Il sole sta scaldando le nostre schiene e noi ci stiamo sciogliendo nella beatitudine del suo tenero caldo che ha impregnato tutto il corpo.

Pranayama

La purificazione bioenergetica deve essere fatta nell’organismo intero e anche divisa in parti corrispondenti ai chakra. Esistono tantissimi metodi e ognuno di loro permette di liberarsi dalla successiva porzione di fango energetico. In questo modo si eliminano le malattie, si migliora lo stato della salute, ci si avvicina alla Meta Finale.

Impariamo qualcuno degli esercizi comuni della purificazione che appartengono al gruppo di pranayama.

Alziamoci. Facciamo una leggera inclinazione a destra, il braccio destro rilassato lungo il corpo senza toccarlo. Cerchiamo di percepire bene il braccio dalla spalla fino alla mano. Immaginiamo che nel torace funziona una pompa che ad ogni respiro aumenta o diminuisce. Tramite il braccio-tubo passa l’aria-luce. Tanta attenzione merita l’espriro. Dobbiamo raggiungere la chiarezza delle percezioni. Il “tubo” deve avere il diametro del nostro braccio e niente deve impedire il passaggio dell’aria-luce.

Lo stesso esercizio si fa con l’altro braccio, e dopo con le gambe. Il “tubo” che va dal torace verso ogni gamba corrispondente al lato del corpo.

Immaginiamo di avere sotto ogni piede una grande botte. Una di quelle è vuota, l’altra è piena della liquida luce. Tocchiamo con la gamba-tubo questa luce e trasferiamola tramite il corpo-pompa nell’altra botte. Ad ogni sospiro la camera interna della pompa dentro il nostro corpo e la nostra testa si allarga aspirando la luce dal vaso colmo tramite la gamba. Ad ogni espriro la camera si stringe e la luce si trasferisce tramite l’altra gamba nella botte vuota. Così si purifica tutto il corpo da dentro.

Nel momento quando la botte con la luce si svuota dovremo riempirla di nuovo con la luce e invece l’altra la rigiriamo nel fuoco (un immagine

del fuoco gigante) per fare bruciare tutta la sporcizia con la quale l'abbiamo riempito. Giriamo il corpo sopra le botti e ripetiamo l'esercizio con l'altra parte del corpo.

Poi facciamo la stessa cosa mettendo le botti sotto le braccia.

Dobbiamo raggiungere in questo modo la piena occupazione del corpo con la chiara luce bianca.

Dopo i pranayama bisogna riposarsi in una delle pose di rilassamento.

Gli esercizi psicofisici

Adesso impareremo i quattro esercizi psicofisici. Essi si chiamano così perché il loro componente psichico si riunisce col movimento fisico e l'ultimo aiuta ad acquisire il primo. L'idea d'invenzione di tali esercizi è stata fondata dal mistico del XX secolo Peter Donovan, approfondita da Omram Aivanhov e in fine continuata da noi.

Il primo si chiama "Risveglio". L'uomo si sveglia dopo il lungo sonno dell'auto-isolamento dall'armonia, dalla bellezza, dall'amore verso il mondo esterno. (In piedi alziamo le braccia e stiriamoci come dopo il sonno). Facciamoci entrare dentro tutto il puro e luminoso che esiste fuori di noi. Percepriamo come da sopra scende una cascata di emozioni miracolosamente luminose, trasparenti e sottili della freschezza mattutina. Riempiamoci di questa freschezza! Facciamoci colmi di queste onde! (Le braccia si abbassano verso le spalle aiutando a riempirci e dopo di nuovo si alzano e si abbassano e così più di una volta). Raggiungiamo lo stato emozionale di massima raffinatezza.

Il secondo esercizio si chiama "Rendimento". Le braccia si allargano al livello dei pectorali: tutto quello che abbiamo ricevuto dobbiamo darlo agli altri. La spiritualità si misura con la capacità di rendere. Ma anche per riempire il contenitore con l'acqua pura e fresca bisognerebbe prima svuotarla completamente. L'acqua ferma per tanto tempo marcisce. Chi non svuota se stesso, rendendo agli altri tutto ciò che ha — quello non si rinnova, non cresce da solo spiritualmente. Ripetiamo l'esercizio ancora e ancora, distribuendo generosamente senza desiderio di ricevere ricompensa tutto il buono che abbiamo accumulato noi stessi. Mandiamo avanti le sottili e forti onde del puro e fresco amore. Percepriamo come il torace si allarga per l'arrivo da dietro della fitta energia dell'amore. Dentro il torace si apre il fiore con tenero profumo. Mandiamo queste vibrazioni della luce in avanti. Questo è il profumo dell'amore!

Il terzo esercizio si chiama "Pacificazione". Alziamo il braccio destro sopra la testa, concentriamoci sulla mano e sullo spazio che la circonda. Con calma abbassiamo la mano disegnando nell'aria una sinusoide. Teniamo la mano verticale secondo il suo movimento. Percepriamo lo spazio nel quale si muove il braccio come il campo energetico al quale noi programiamo la nuova caratteristica: la pace, l'armonia e la calma. "Allunghiamo" il braccio in avanti. (Immaginiamo le diverse varianti dei movimenti della danza: veloci o lenti. Ogni tipo di danza sintonizza nel modo corrispondente l'esecutore e l'osservatore). Questo semplice e potente gesto simboleggia l'armonia e aiuta effettivamente tutti in qualunque situazione anche se si compie senza i movimenti del corpo, ma prima bisogna imparare a percepirlo molto bene.

Il quarto esercizio si chiama "Arrampicamento". Alziamo le braccia in alto con le mani girate fuori e abbassiamole una volta dopo l'altra. Sembra che cerchiamo di uscire da un involucro grossolano, diventando sempre più puri e sottili, e alziamoci sempre più in alto, avvicinandoci sempre più alla fonte della luce — il sole... Eccolo, è sempre più vicino; ancora qualche movimento e lo raggiungeremo... Siamo nello spazio della pura e raffinata luce, stiamo a godendo di trovarci lì... Scendiamo di nuovo sulla terra, ma adesso con il sole dentro di noi. Siamo arrivati... E adesso con questa luce del sole illuminiamo tutta la gente e tutto il vivo dal nostro torace!

"Shavasana"

Tutte le lezioni con i chakra e i meridiani è necessario finirle con l'esercizio del rilassamento che si chiama "shavasana". Esso permette di riposare dopo il lavoro bioenergetico, che può provocare assai grande stanchezza, e permette anche di liberarsi dai rimanenti difetti bioenergetici.

"Shavasana" è il rilassamento del corpo e della mente nella posizione distesa sulla schiena.

Distendiamoci sulla schiena. Dobbiamo essere sicuri di stare comodi. Niente deve rubare la nostra attenzione. Rilassiamo il corpo, cominciando dalle dita dei piedi. Immaginiamo il piano, che è perpendicolare all'asse del corpo, che si presenta come la parete del vetro e adesso facciamolo passare attraverso il corpo cominciando dalle dita dei piedi fino alla testa; dopo di esso non rimane niente di teso. Si perde la percezione di tutte le parti del corpo che rimangono indietro. Allontaniamole dicendo mentalmente: "Questo non è mio! Questo non è mio!...". Se per caso sul posto che è rimasto indietro torna la percezione, bisogna passare ancora una volta. Nel

momento in cui il piano passerà attraverso la testa possono apparire i seguenti stati:

Il primo stato: la percezione di sé svanisce. A noi sembra di cadere nel sonno profondo, ma non lo è. La percezione di sé torna di solito dopo 18-20 minuti. Ci sentiamo riposati completamente come dopo un lungo sonno profondo. Lo stato è di beatitudine. Non bisogna alzarsi all'improvviso, godiamolo.

Il secondo stato: la percezione di sé rimane, ma sentiamo la completa calma. Si può osservare con lo "sguardo interno" tutto il nostro organismo. Entriamo dal basso dentro lo spazio del corpo. Vediamo i posti scuri e chiari. I colori grigio e nero hanno il significato del mal funzionamento su uno dei piani energetici, che possono corrispondere alla malattia, che potrebbe essere già nella fase attiva o ancora nascosta. Immaginiamo con il rastrello di raccogliere tutto lo scuro in un mucchio e buttarlo giù fuori dal corpo.

Facendo "shavasana" possono capitare senza volere le complete uscite dall'involucro materiale: all'improvviso percepiamo noi stessi ma nella posizione innaturale, per esempio per aria o girati con la testa giù ecc. Non vi preoccupate: è sufficiente desiderare di tornare nel corpo, percepirlo e noi siamo già in esso. Ma non bisogna mai esagerare e incentivare queste uscite: perché per ora sono le uscite nella dimensione grossolana dello spazio, che si chiama "piano astrale". Bisogna imparare ad uscire nelle dimensioni superiori, ma per raggiungere questo servono altri metodi di lavoro.

È vietato insegnare "shavasana" ai bambini fino ai 12 anni: perché trovandosi fuori dal corpo loro non sempre vogliono tornare indietro.

* * *

Tutti gli esercizi descritti devono essere praticati sistematicamente: in una sola volta è impossibile ricevere il completo effetto.

Latihan. Il battesimo con lo Spirito Santo

In seguito quando gli esercizi descritti prima s'imparano perfettamente è possibile cominciarne uno nuovo che si chiama *latihan*.

Il termine *latihan* è stato presentato all'inizio del nostro secolo da Bapak Muhammad Subuh [61], con questa parola lui ha nominato uno dei modi del contatto con lo Spirito Santo.

Subuh ha visitato tanti paesi dell'Europa, dove lui insegnava questo metodo ai monaci cattolici e guariva tanti ammalati, anche dal tumore grazie a questo metodo.

Si tratta di rivolgersi allo Spirito Santo a chiedere l'aiuto, chiedere a Lui di concentrarsi sopra la nostra testa (percepimolo lì), e dopo "versarsi" attraverso tutto il nostro corpo da sopra fino a giù, come attraverso un involucro vuoto o come attraverso il trasparente cilindro di vetro. Questo sarà il vero battesimo con lo Spirito Santo.

Così arriva la guarigione del corpo.

Se rendiamo noi stessi al Corrente che passa attraverso il nostro corpo, esso comincia a eseguire i movimenti armoniosi... Questa manifestazione è una delle varianti di laya-yoga — di un insieme dei metodi dello "scioglimento" di se stessi nei Flussi Divini e una totalità delle condizioni statiche della Consapevolezza Divina.

In realtà è tutto molto semplice, a condizione che noi veramente abbiamo fede, amiamo Lui e siamo pronti ad abbandonarci e darci a Lui. Lo Spirito Santo è sempre presente come il mare di *Luce* incluso anche sopra i nostri corpi, osserva, ama, insegna e... aspetta quando noi finalmente rivolgiamo a Lui con amore e chiediamo il Suo aiuto...

Se noi siamo preparati bene, realizzando tutto quanto descritto sopra, incluso l'esercizio "Risveglio" allora riusciremo senz'altro. In caso di fallimento proviamo a percepire noi in modo meditativo... nel paradiso, sotto la cascata, nella luce del tenero sole, nel profumo dei fiori, fra il canto degli uccelli... La cascata del paradiso passa attraverso il nostro corpo, lavando le anime, trasformando noi in esseri degni del paradiso...

Per fare "partire" la danza-laya (danza dello "scioglimento") guidata dallo Spirito Santo, è necessario alzarsi sulla punta dei piedi, alzare le braccia in alto; i vestiti devono essere leggeri, noi non dobbiamo percepirli...

Dopo la danza bisogna riposare nella posa rilassante.

La purificazione dei chakra. L'apertura del cuore spirituale

Dopo l'acquisizione di tutto quanto descritto si può cominciare il lavoro della purificazione dei chakra.

Lo stato dei chakra è molto legato agli organi che si trovano nelle parti del corpo corrispondenti ad ognuno di essi. I chakra partecipano al mantenimento energetico degli organi e le loro malattie influiscono sugli stati dei chakra.

Per esempio nella “sfera della responsabilità”:

— dell’anahata sono cuore e polmoni ed anche le braccia, le mani e le ghiandole mammarie,

— del manipura sono lo stomaco e le altre strutture del sistema d’ingestione,

— dello svadhithana sono gli organi intimi e la vescica e anche le gambe e i piedi,

— del sahasrara sono gli emisferi del cervello anteriore,

— dell’ajna sono tutto il resto del cervello e anche gli occhi, le orecchie, il naso,

— del vishuddha sono tutto il collo, la tiroide, la mascella e la mandibola insieme all’apparato dentario. (Il confine fra le “sfere della responsabilità” dell’ajna e del vishuddha passa sul palato).

* * *

Cominciamo il lavoro con i chakra. Esistono determinate combinazioni di suoni (mantra), il canto di esse favorisce lo sviluppo dei chakra grazie all’apparizione delle vibrazioni della risonanza. I mantra aiutano a raggiungere la chiara percezione dei propri chakra. Essi sono:

per sahasrara è am,

per ajna è vom,

per vishuddha è ham,

per anahata è iam,

per manipura è ram,

per svadhithana è vam,

per muladhara è lam.

Saremo in coro, in modo morbido e tenero, usando le alte frequenze del suono (il punto di riferimento è la voce femminile), a cantare a voce bassa mantra e nello stesso momento concentriamoci nei chakra corrispondenti. Nello spostamento da un chakra all’altro entriamo in essi da dietro, dalla parte della schiena.

Ripetiamo tutto il ciclo di mantra alcune volte. Dobbiamo raggiungere la chiara percezione delle vibrazioni in tutti i chakra.

È necessario praticare questo esercizio tutti i giorni. In assenza della possibilità di cantare mantra a voce, cantate nella mente, ma soltanto dopo l'acquisizione del canto a voce alta.

Adesso e anche in futuro, dedicheremo la massima attenzione al lavoro con i chakra e già soltanto per questo motivo, la vita diventerà più gioiosa e felice.

Se non riusciamo ad acquisire il tenero canto dei mantra per i chakra non potremo andare avanti. Questa difficoltà capita spesso agli uomini che non conoscono la raffinatezza. Esiste il metodo che li potrebbe aiutare. Si sorseggia dell'acqua e si fanno dei gargarismi. Si continua, facendo scendere l'acqua sempre più giù per la gola. Il suono diventa sempre più alto. Lasciamolo diventare alto al massimo. Questo suono sarà dello stesso tono con il quale si cantano mantra per i chakra.

Impareremo ancora un metodo per purificare e sviluppare i chakra. Creiamo dietro o dell'anahata l'immagine della dimensionale figura bianca splendente, che è formata dai quattro triangoli, uniti lateralmente, che si chiama tetraedro. Facciamola entrare da dietro con l'angolo davanti in ogni chakra, uno dopo l'altro, (escluso sahasrara e muladhara) e facciamo girare velocemente attorno all'asse orizzontale, che passa da dietro in avanti nella direzione antioraria, se si guarda da dietro. Per altri due chakra tutto questo bisogna farlo intorno all'asse verticale. Per sahasrara l'angolo del tetraedro deve essere girato in alto. Per muladhara in basso. La direzione è antioraria, se guardiamo da dentro al corpo. Se accompagniamo quest'esercizio con i corrispondenti mantra, sarà più facile il compimento di esso.

Tutti gli esercizi, descritti sopra, con i chakra e in seguito con i meridiani è più comodo farli in piedi.

Esiste ancora un semplice esercizio con il cuore spirituale che ognuno può provare a fare senza alcuna condizione. Percepriamo la nostra testa trasferita nella gabbia toracica: il naso, la fronte, le labbra. Proviamo a muoverli. Per non farla "salire" al suo posto immaginiamole un cappello sopra. E adesso la cosa più importante è aprire gli occhi, "sbattere" le palpebre... Ora impariamo a vedere il mondo esterno con gli occhi dal torace. Lo percepiamo diversamente da com'era prima: il mondo non sarà più grossolano e duro, ma sottile, tenero, che risponde alle emozioni dell'amore.

Questa è l'apertura del cuore spirituale.

Tutto è molto semplice. L'importante è avere il desiderio di farlo!

In futuro bisognerà imparare a guardare non soltanto in avanti dall'ana-hata, ma anche dietro.

Gli esercizi con i chakra e tutti gli altri esercizi di meditazione devono essere fatti con gli occhi aperti. (Potete studiare personalmente il motivo – perché?).

* * *

Dopo aver imparato profondamente tutto questo, la stessa cosa bisogna imparare a fare con tutti i chakra. ("Le finestre" di sahasrara e muladhara diretti in su e in giù. Ma attraverso loro anche si può guardare in avanti e dietro).

Bisogna imparare a guardare dietro, non soltanto per sviluppare i chakra. Guardando avanti noi siamo abituati a vedere il mondo materiale, invece dietro ci sono sottili e puri eoni della Consapevolezza, che abita in essi.

È di più, con quest'esercizio noi ci prepareremo al momento in cui potremo consapevolmente uscire dal corpo. E anche questo bisogna imparare a fare all'inizio da dietro, da dietro dell'anahata.

Le uscite dal corpo

Tanti mistici di paesi e di culture diverse "cadono in trappola", quando cercano di imparare ad uscire dal corpo in avanti o in alto e assolutamente non dall'anahata. Loro capitano negli strati del "piano astrale" (corrispondente al loro status della scala finezza-grossolanità) che è il più vicino al mondo materiale e perciò energeticamente abbastanza denso. Dal "piano astrale" si vede molto bene il mondo della materia, la gente, i loro pensieri. Appare la possibilità di sorvegliarli di nascosto, fare scherzi su di loro, avere influenza sulle loro percezioni... Questo sembra molto divertente...

Ma, quando muore il corpo, tale persona rimane attaccata alle cose materiali senza essersi avvicinata a Dio. La sua incarnazione era inutile, non è servita a niente.

Se noi siamo riusciti a compiere le necessarie trasformazioni con i nostri principali meridiani e piuttosto con citrini (Brahmanadi), che è una delle più sottili strutture dell'organismo, allora noi usciremo tramite esso nello Spirito Santo. E lì noi vediamoLo come Luce-Amore, percepiamoLo come la Tenerezza. Lì noi impareremo a riunirci a Lui, essere Lui.

... Davvero questa prospettiva non vi stimola a rinunciare ai vostri vecchi vizi? E con "tutto il cuore, con tutta l'anima, con tutta la mente e con tutta la forza" buttarvi negli abbracci Divini?

Lo sviluppo dei chakra. Dan-tian

Per ora, possiamo fare la pratica nel riempire i chakra con l'immagine della pura splendente luce bianca, che arriva in ogni chakra dal tubo immaginario. che proviene da una potente pompa.

Le immagini, che noi creiamo nei sottili eoni, lì diventano la realtà. Con il loro aiuto si può purificare le proprie strutture energetiche e anche guarire altra gente, eliminando le macchie scure delle malattie, compiere "interventi chirurgici" con gli strumenti immaginari.

Da questo momento del lavoro, noi possiamo diventare i buoni guaritori.

Guarire la gente è una delle varianti di regalare l'amore. Perciò, quando noi cerchiamo di curare, ci viene ad aiutare con gran gioia lo Spirito Santo; ed ancor di più, quando noi chiediamo il Suo aiuto!

Avendo già le capacità di comunicare con Lui, Lo facciamo passare durante la guarigione tramite i nostri chakra, secondo la nostra richiesta, aiutando a sviluppare e raffinare ancora di più. (Nel modo più approfondito su quest'argomento potete leggere in [9]).

* * *

Impareremo la nuova variante dell'esercizio con il tetraedro:

Facciamo girare l'immagine del tetraedro dietro l'anahata come punta di trapano.

2. Facciamolo entrare nel chakra come nel buco del dente marcio. Schizzerà lo sporco. Potremo lavarlo sotto la "doccia".

Aumentiamo la grandezza del tetraedro e allarghiamo il chakra.

4. Facciamo lo stesso tipo di lavoro con tutti chakra. "Facciamo la doccia" e finiamo con shavasana.

... Il prossimo metodo del lavoro con i chakra può essere questo: entriamo in ogni chakra da dietro uno dopo l'altro, cominciando con l'anahata, percepiamo di essere lì come se fosse dentro una grotta, riempita di luce e, appoggiandoci con le mani, spostiamo ogni muro dei chakra nell'infinità...

Ecco ancora un altro bellissimo esercizio: immaginiamo di essere una potente accesa lampada elettrica della stessa grandezza del corpo; il filo del wolframio si trova nell'anahata. Illuminiamo da lì lo spazio che ci circonda.

In futuro l'immagine del filo della lampadina trasferiamolo in ognuno dei chakra, "bruciando" con esso le mani, le braccia, le gambe e tutte le altre parti del corpo dove abbiamo malessere. Così noi "bruciamo" dal corpo le energie grossolane, ci purifichiamo, c'illuminiamo, ci guariamo e ci facciamo abituare ad essere la *luce*. Perché anche "Dio è *Luce*, e che in Lui non vi sono tenebre alcune" (1 Giovanni 1:5). Così noi, pian piano, cominciamo a fare avvicinare noi stessi allo stato di Dio.

* * *

I chakra sviluppati si riuniscano nei gruppi funzionanti che si chiamano in cinese dan-tian.

Il dan-tian superiore è un complesso di tre chakra superiori, quello che si chiama medio è presentato dal chakra anahata e dan-tian inferiore, che è composto da tre chakra inferiori.

Di loro tre è più importante il dan-tian medio, perché proprio tramite lui possiamo trasformare noi stessi in Amore e riunirci al Creatore. Gli altri due aiutano. Il superiore aiuta allo sviluppo del medio con la sua funzione intellettuale e la funzione dell'apprezzamento dal punto di vista estetico. L'inferiore garantisce lo sviluppo del medio con la propria energia, essendo il centro principale della forza dell'organismo.

Tutti i dan-tian devono essere sviluppati in modo armonioso, nonostante che durante l'allenamento la priorità appartenga al medio dan-tian.

La funzione principale dell'organismo umano davanti a Dio è amore. Ma questo è impossibile senza mantenimento intellettuale, estetico e di forza. Perciò sulla Via spirituale si dà corrispondente attenzione ad ognuno di queste funzioni. È molto importante ricordare sempre di seguire la linea dell'aumento della purificazione della coscienza: i casi di caduta di nuovo nella grossolanità significano perdere i risultati delle fatiche precedenti e nel miglior caso avverrà la fermata nello sviluppo e, a volte, la completa perdita.

Il giusto sviluppo del dan-tian inferiore (che con altro termine si chiama "hara") si raggiunge in modo ottimale, trovandosi sui "posti di forza", tramite speciali metodi meditativi. Uno dei segreti è l'attivazione delle funzioni "embrionali" dei meridiani che collegavano, tramite il cordone om-

belicale, sistemi energetici della madre e del bambino. Proprio dopo essere "risorto" il hara comincia a funzionare come unico complesso, come unico centro "di forza".

Lavoro con i meridiani. Sushumna, citrini, jen-mo, "orbita microscopica", il meridiano centrale

Dopo l'acquisizione degli esercizi descritti sopra sarà necessario sistemare nel modo giusto i meridiani principali del corpo.

Tutto il corpo umano, come quello degli animali e delle piante, è penetrato dai tanti canali che sono invisibili alla vista normale e che trasmettono nell'organismo le energie dei diversi tipi di raffinatezza. Essi si chiamano meridiani (o nadi). Sono stati scoperti e stati usati nell'antica medicina cinese.

Essi possono essere scoperti tramite la loro conduttività elettrica che è superiore al resto del corpo (non bisogna mai dimenticare che l'elettricità, anche quella più bassa, per loro non è adeguata e i metodi della diagnostica elettrica possono essere eseguiti soltanto in caso di necessità).

I meridiani possono essere visibili alle persone che sono riuscite ad allargare il diapason della loro percezione, tramite sistemi d'allenamento che somigliano al nostro.

A causa dei processi infiammatori nel corpo, alimentazione sporca e altre condizioni esterne sfavorevoli di tipo energetico, i meridiani possono perdere la loro conduttività. Allora iniziano le malattie di lunga durata degli organi che sono privi del mantenimento energetico adeguato. Tali malattie di solito non si guariscono completamente soltanto con dei medicinali. E allora in quei casi sono molto effettivi i metodi di agopuntura e altri metodi che gli somigliano: con il laser, con le vibrazioni e tramite l'azione sui "punti attivi biologicamente" sulla superficie del corpo. Con questo si fa partire la conduttività dei meridiani grazie al flusso energetico che si manda tramite loro.

Ma sempre più efficace è pulire i meridiani da soli: con l'aiuto dei metodi descritti nel nostro libro.

Parliamo adesso dei meridiani che possono essere usati con successo nella pratica dell'autoregolazione psichica.

Tutti i chakra sono collegati fra loro tramite i grandi meridiani che passano lungo la colonna vertebrale e anche lungo il lato anteriore del corpo e alla fine nel mezzo di esso.

Lungo la colonna vertebrale da muladhara fino sahasrara passa un canale larghissimo, che si chiama sushumna (in cinese tu-mo o du-mo). Una delle sue funzionalità è distribuire l'energia che si riceve dal cibo fra i chakra. Dentro dei limiti di sushumna, nella sua parte posteriore, si separa il canale molto più stretto (con il diametro circa di 2 cm) che si chiama vadjrini; proprio tramite lui l'energia, che si chiama udana, arriva dallo svadhithana verso gli altri chakra.

Il terzo canale della colonna vertebrale si chiama citrini (Brahmanadi) e passa dietro il sushumna. Esso comincia dalla parte posteriore di sahasrara, passa sotto l'osso della nuca, scende lungo la parte posteriore del collo e dopo lungo la parte posteriore della colonna vertebrale e della pelle.

Citrini è una struttura molto importante. Essa ci servirà com'esempio di uno stato molto raffinato. Con questo meridiano noi dovremo sintonizzare la nostra sfera emozionale.

Secondo la "scala degli idrogeni" di Gurdjiev [54], lo stato di citrini ha valore di H-3. Questo è il livello della raffinatezza dello Spirito Santo. Imparando a concentrarci in citrini, potremo tramite esso entrare con la consapevolezza in eoni dello Spirito Santo, comunicare direttamente, abbracciare e dopo riunirci a Lui.

Così le verità religiose dall'astratto diventeranno realtà.

Il sistema dei chakra è riunito anche tramite il canale anteriore (jenmo). Lui comincia dal punto iniziale superiore del sushumna, gira intorno al sahasrara, dividendosi in due, e dopo si riunisce nella parte della fronte. Dopo di questo si divide di nuovo in canali piccoli, scende lungo il viso e si riunisce nella parte del vishuddha. L'altra parte del canale scende nel mezzo della testa, attraverso il palato, va verso il midollo e nella parte del collo si riunisce con gli altri. Poi il canale, come nastro largo, scende lungo la parte anteriore del corpo, passa attraverso il pube e va verso l'osso sacro.

Merita particolare attenzione la parte superiore del canale che riunisce in un blocco funzionale i quattro chakra del "centro emozionale" [54]: anahata, vishuddha, manipura e ajna.

In questo complesso sono più importanti anahata e vishuddha. Dal manipura dipende l'intensità delle emozioni, tramite l'ajna si comunica con il complesso dell'ipotalamo e dell'ipofisario, che controlla tramite il sistema endocrinologo la coordinazione delle reazioni emozionali e del comportamento di tutto l'organismo.

Soltanto quelli, che hanno il canale anteriore sviluppato e sanno di usarlo, hanno sperimentato veramente emozioni positive dell'altissimo li-

vello dal contatto con l'altra gente, con la natura. Ma loro sono pochi: sono dieci su migliaia. Il canale anteriore sviluppato senza gli esercizi speciali capita raramente.

Il sistema dei meridiani vertebrali e del meridiano anteriore secondo la tradizione cinese si chiama "orbita microcosmica"¹⁰. Tramite la circolazione nella "orbita microcosmica" si realizza uno dei momenti della trasformazione delle energie nell'organismo. Il suo scopo è creare e conservare nell'organismo "elisir d'oro" così nell'alchimia antica chiamavano la sottile energia che ricevevano tramite la trasformazione.

Il compimento dell'esercizio con "l'orbita microcosmica" dà un effetto emozionale molto positivo.

Anche il meridiano centrale riunisce il sistema dei chakra. Questo largo meridiano collega i chakra sviluppati passando nel mezzo di tutto il corpo in modo verticale. Lui si forma insieme allo sviluppo dei chakra: le persone con i chakra non sviluppati sono prive di esso. La larghezza del canale corrisponde al diametro dei chakra. Anche questo è una struttura molto importante.

* * *

Cominciamo dal sushumna. Il modo più facile per pulirlo è con l'immagine della "spazzola" che si usa per lavare le bottiglie. Per farlo dobbiamo allontanarci dal corpo dietro dall'anahata, diventiamo più grandi di esso e dopo con due mani cominciamo a "strofinare" sushumna con la "spazzola". La cosa più importante è che è necessario purificare anche il passaggio dal sushumna al muladhara. La sua direzione non è direttamente giù, ma giù-in avanti.

Adesso il meridiano centrale. Il lavoro con lui è più comodo realizzarlo sui *punti di forza* che favoriscono le uscite della consapevolezza nella parte sotto il corpo. È chiaro che la consapevolezza del praticante deve essere sviluppata con gli esercizi precedenti, fino al punto di essere in grado di allontanarsi sotto il corpo senza perdere lo stato raffinato.

Entrando da sotto nel meridiano medio "laviamo" le sue pareti, per esempio immaginando la spugna con la schiuma di sapone.

Dopo puliamo la parete divisoria fra il sushumna e il meridiano centrale. Per farlo bisogna trovarsi in due meridiani contemporaneamente,

¹⁰ Nella buddhi-yoga esiste l'esercizio e con "orbita macrocosmica".

entrando nel sushumna da sopra e nel meridiano centrale da sotto. Allora diventano visibili la parete divisoria e possibili macchie scure su di essa. L'eliminazione di queste macchie fa parte della guarigione del corpo.

Quando il meridiano sushumna è stato pulito si può cominciare il lavoro con "l'orbita microcosmica". Per farlo noi entriamo da dietro nei due chakra inferiori, alziamo loro energie lungo il sushumna, "trasferiamo" negli altri meridiani e facciamole scendere lungo il meridiano anteriore di nuovo verso i chakra inferiori. Ripetiamo quest'esercizio più volte. Le energie grossolane, che di solito provocano le malattie, si trasformano in quelle sottili nel meridiano jen-mo.

Dopo i primi esercizi con "l'orbita microcosmica" è necessario fare rilassamento profondo nel "shavasana".

In futuro si potrebbe imparare a fare il cambiamento volontario della traiettoria del movimento dell'energia lungo "l'orbita microcosmica" nel modo che il suo flusso passava nei posti malati (se loro sono ancora rimasti). Questo conclude la loro guarigione.

Noi abbiamo cominciato a girare l'energia lungo "l'orbita" facendo partecipare il meridiano sushumna. In futuro la stessa cosa deve essere imparata a fare con citrini lungo il "bozzolo" che circonda il nostro corpo. Tutto questo ci dà le nuove tappe del risanamento dell'organismo e della raffinatezza della consapevolezza. Nella nostra pratica tutto questo si fa facilmente sui corrispondenti *punti di forza* che sono le zone che abbiano il positivo significato energetico per l'uomo. Cercateli vicino a voi, forse li troverete.

Come conclusione vorrei notare che esistono le metodiche cinesi Qi Gong, che sono state portate in Europa. Secondo il loro insegnamento loro lavorano con "l'orbita microcosmica" senza il lavoro preparativo con i chakra e i meridiani. In tale caso tutto il lavoro si compie soltanto al livello delle immagini. Gli effetti della purificazione, della guarigione e della raffinazione, non si raggiungono.

"Bozzolo"

Com'è stato detto prima i "bozzoli" energetici si trovano intorno ai corpi di tutte le creature viventi incarnate. (Li chiamano anche "corpi dell'etero". Bisogna considerare che il significato dell'ultimo termine è "sfuocato": a volte gli autori con esso nominano anche altre strutture e altri stati quando semplicemente non sanno come chiamarlo).

“I bozzoli” si formano dalla somma dei campi biologici di tutte le cellule del corpo. Essi possono essere fatti di tanti strati delle energie diverse secondo la loro densità e la loro posizione verso il corpo.

“I bozzoli” della gente sana hanno la forma ovale come l’uovo. Al livello dei posti malati le pareti sono irregolari: sporgenti o rientranti; e quest’irregolarità corrisponde all’aumento o all’abbassamento dell’attività bioenergetica delle cellule delle parti del corpo colpite dalle malattie. Questo ha significato nella diagnostica extrasensoriale e può essere scoperto con il metodo della percezione dei confini dei “bozzoli” con la mano. Bisognerebbe imparare a vedere i “bozzoli”.

Vedere con la chiarezza il proprio “bozzolo” e anche i “bozzoli” degli altri è possibile, usando il seguente metodo. La concentrazione della consapevolezza (“punto d’unione” parlando come Juan Matus) bisogna abbassarla nella zona che si trova a distanza di 50 cm circa dietro i piedi. Da lì guardiamo dentro lo spazio del “bozzolo” da dentro e cominciamo a pulirlo.

La purificazione del “bozzolo” fa parte dei metodi della guarigione precedenti. Le energie che provocano le malattie spesso si localizzano non nel corpo, ma proprio nel “bozzolo”.

“Le vesciche della percezione”

Tale tappa del lavoro si conclude con la conoscenza che i “bozzoli” sono composti da due parti differenti che sono state chiamate da Juan Matus [10] “le vesciche della percezione”. Questo termine è stato affiancato dall’associazione di esse con le vesciche natatorie di alcuni tipi di pesci.

“Il bozzolo” si divide in due “vesciche della percezione” che si trovano al livello della clavicola. La “vescica” superiore copre la testa e il collo, invece quell’inferiore il resto del corpo.

Con altre parole la “vescica” superiore è composta dal dan-tian superiore, e quell’inferiore è composta dagli altri dan-tian e le gambe.

La “vescica” superiore ha il grande significato nel rapporto con il mondo materiale, e la “vescica” inferiore con quello non materiale. Il praticante percepisce da dentro di loro separatamente il mondo della materia o altri eoni.

La crescita quantitativa della consapevolezza e il lavoro meditativo procedono prima di tutto grazie alla “vescica della percezione” inferiore.

La sua parte principale è il dan-tian medio nel quale noi, raffinandoci e allargandoci, ci avviciniamo al Perfezionamento. Vorrei sottolineare, e non è la prima volta, che questo è la base principale di tutto il lavoro psicoenergetico e gli allontanamenti da questa Via portano dei lunghi sbandamenti e le inutili perdite del tempo così prezioso della nostra esistenza nei corpi sulla Terra.

Lo sviluppo armonico della seconda componente importante della "vescica della percezione" inferiore, che sarebbe dan-tian inferiore (hara), è necessario per raggiungere il successo nella meditazione. Ma considerare questo come la base della crescita spirituale, che è caratteristico per tante scuole delle arti marziali, è un grande errore.

Anche l'energetica del corpo potrebbe essere divisa in 4 segmenti. Ma su questo tema parleremo nelle prossime tappe dell'avanzamento spirituale.

* * *

Tali esercizi cambiano, non soltanto l'uomo stesso nella direzione giusta, ma anche cambia l'atteggiamento degli altri verso di lui. Perché diventa molto piacevole comunicare con questa persona e anche soltanto starle vicino. La gente cerca la sua compagnia e i suoi consigli. Ho visto tanti cambiamenti di questo genere.

... Mi ricordo bene due casi allegri.

Una volta dopo le lezioni si avvicina una delle allieve e si lamenta: sì, tutto bene quello che Lei dice, ma che cosa devo fare con il mio vicino, è molto cattivo, noi non ci salutiamo e non parliamo da anni! Io le rispondo: allora comincia da subito a mandargli il tuo amore attraverso il muro, seguendo la formula "Croce di Buddha". Alla seguente lezione lei mi racconta: ho fatto come Lei mi ha detto e la mattina dopo, quando ci siamo incontrati, lui mi ha sorriso e dopo mi ha domandato: "Perché noi non ci siamo mai salutati? Mi piacerebbe avere con te un buon rapporto!"

L'altro esempio. Una giovane donna è arrivata alle lezioni piangendo. Domando: che è successo? Lei racconta: sono stata sulla spiaggia, facevo la "Croce di Buddha", all'improvviso si è avvicinato un bambino e ha detto: "Signora non andare di là, perché lì ho visto un serpente". "Che cosa c'è da piangere?" – ho chiesto. "Perché per la prima volta durante 30 anni un bambino si è avvicinato della sua volontà!"

La realizzazione delle funzionalità del cuore spirituale è il primo passo serio dell'uomo verso Dio. Questo può diventare per lui un inizio della

grande Via Retta verso la completa Autorealizzazione spirituale, verso il Perfezionamento, verso un'Unione con Dio nell'aspetto della Consapevolezza Primordiale, del Creatore.

* * *

Tutti gli esercizi con i chakra e anche altri allenamenti meditativi è più comodo farli in piedi e a volte durante la passeggiata.

Lo sviluppo della forza nella raffinatezza (la corretta "cristallizzazione" della consapevolezza)

Ci sono poche persone che riescono, subito dopo aver realizzato il corso degli esercizi descritti sopra, ad iniziare l'acquisizione dei metodi del successivo livello superiore dell'avanzamento spirituale. Possono andare avanti velocemente soltanto quelli che hanno già acquisito tali livelli nelle precedenti reincarnazioni e adesso soltanto stanno ripetendo. Invece gli altri devono fermarsi per fare stabili gli stati acquisiti.

Questo non significa smettere di esercitarsi. Bisogna leggere, ragionare, discutere, cercare di aiutare gli altri, cercare di "sentire" la valutazione da parte di Dio di tutto quello che fai... Sempre più profondamente entrare in armonia con la natura, specialmente la mattina presto. Sarebbe bello imparare a conoscere i migliori uccelli canterini e sapere di sintonizzarsi con la loro raffinatezza.

Possono essere praticati anche gli speciali esercizi estetici, analizzando le opere d'arte.

Per raggiungere la "forza nella raffinatezza" (usando la terminologia di Gurdjieff [54] "cristallizzazione" della consapevolezza che è un analogo alla crescita del cristallo) è necessario praticare le meditazioni sui "punti di forza", "la corsa meditativa" e i bagni invernali nell'acqua ghiacciata. Si potrebbero aggiungere anche gli esercizi speciali della "ginnastica atletica" e le varianti del "volteggiare" del sufismo. Tutto questo sullo sfondo delle meditazioni speciali, ma questa informazione non è adatta per essere descritta nel libro.

È molto importante sottolineare che la corretta "cristallizzazione" si realizza tramite la crescita dell'energia della consapevolezza che si trova nel cuore spirituale. Per procedere con il successo è necessario avere le strutture di tutti i dan-tian sviluppati e funzionanti correttamente.

La "cristallizzazione" sarà corretta soltanto se realizzata dalla consapevolezza che cresce nei sottili eoni: in questo modo coltiviamo in noi stessi la Divinità. Invece la "cristallizzazione" grossolana delle persone che si alimentano con i corpi degli animali uccisi e vivono nelle emozioni grossolane senza avere la giusta aspirazione spirituale, potrebbe trasformarli in diavoli. È importante sapere che gli stessi esercizi psicoenergetici portano o il primo o il secondo effetto, che dipende dallo stato interno del praticante.

Perciò è molto pericoloso scoprire i segreti delle conoscenze esoteriche misteriose per quelli che non sono pronti ad usarli nel modo giusto.

I bagni invernali all'aperto

Uno dei migliori metodi del rafforzamento della salute e anche dell'aumento della potenza energetica dell'organismo è praticare i bagni invernali all'aperto.

È stato dimostrato che la quantità dei casi del raffreddore, praticando i bagni nell'acqua ghiacciata, diminuisce di 60 volte e negli altri casi di 30 volte. Questo metodo può guarire anche il mal di schiena, l'ipertensione, la tubercolosi, il diabete, le malattie dello stomaco e dell'intestino, le infiammazioni degli organi sessuali, le malattie della pelle ecc. [23,29].

Si può cominciare a fare i bagni nell'acqua ghiacciata non soltanto d'autunno, ma anche durante l'inverno. Ma prima bisognerebbe acquisire i metodi dell'autoregolazione psichica. In tale caso questo favorisce il rafforzamento della capacità di vivere nei sottili stati psichici.

L'uscire fuori al freddo senza vestiti e fare il bagno nell'acqua ghiacciata diventa non soltanto l'atto della forza della volontà, ma anche un esperimento su se stesso, sulla capacità di rimanere negli stati sottili in ambienti sfavorevoli. È molto utile staccarsi al massimo dalle percezioni del corpo e soltanto osservarle dalla profondità dei sottili piani dello spazio che ci circonda.

Sul "colpo del freddo" l'organismo risponde con lo stress energetico che potrebbe essere accompagnato dalle emozioni positive o negative. Tutto dipende dallo stato iniziale e dalla capacità dell'autoregolazione psichica. Il sistema energetico dell'organismo aumenta bruscamente la sua attività. Parte l'intensiva formazione del caldo. Lo stato psichico iniziale e lo stacco dalla percezione del corpo permettono di non sentire il freddo nell'aria e nell'acqua anche con la temperatura sotto zero. Dopo l'uscita dall'acqua durante 10-20 minuti non si sente il freddo e a volte si sente il caldo grazie

alla continua formazione della grande quantità di caldo dall'organismo. Ma poi le risorse dell'organismo si esauriscono e appare il brivido e il tremito. Continuando l'allenamento, l'intensità di questi fenomeni diminuisce. Per scaldarsi in questi momenti si possono fare movimenti attivi nell'ambiente caldo o vicino al fuoco. Proprio questi stress e lo svuotamento del sistema energetico lo allenano e aumentano la sua mobilità e la capienza energetica.

Bisogna bagnare necessariamente la testa. Entrando nell'acqua, bisogna immergersi a fondo e subito tornare fuori, attendere finché non si calma la respirazione, dopo di che rientrare nell'acqua fermando il respiro. Proprio in questo momento si può osservare dell'energia oscura che esce dal corpo e vola via, portando la guarigione.

In Russia, Porfirio Korneevich Ivanov, con la sua vita, ha dimostrato la possibilità dell'armonica unione con la natura in tutte le sue manifestazioni. Anche quando la temperatura scendeva sotto zero lui si trovava fuori di casa vestito soltanto con le mutande ed era scalzo, faceva il bagno all'aperto più di una volta al giorno, si versava l'acqua ghiacciata addosso d'inverno direttamente dal pozzo e dormiva senza vestiti sulla neve.

Sicuramente il bagno nell'acqua ghiacciata è una procedura del rinforzamento dell'organismo più efficace, ma se vicino alla vostra casa non c'è il fiume o il lago si può immergersi nella vasca con l'acqua ghiacciata. Durante l'inverno se avete la possibilità distendetevi senza vestiti sulla neve.

Bisogna considerare che l'acqua superiore a 8 gradi non fa partire il processo energetico. Fare il bagno in tale acqua è poco effettivo e quelli che non sono allenati rischiano di prendere il raffreddore.

Le procedure del freddo si possono praticare anche durante gli allenamenti speciali, per togliere la sensazione della stanchezza, nel caso in cui, per diversa causa, abbiamo perso l'armonia interna o abbiamo smesso di vedere in noi la *luce*.

Tutte le procedure del freddo devono necessariamente essere accompagnate dall'autoregolazione psichica e non soltanto tramite l'atto della volontà. Non bisogna mai cercare di aumentare l'effetto tramite bruschi sbalzi di temperatura. Per esempio: se noi vogliamo buttarci l'acqua fredda addosso, dal secchio rovesciandolo, prima immergiamo le mani e sentiamo come i flussi della freschezza e della gioia ci salgano lungo le braccia. Dopo laviamo il viso e sentiamo come tramite esso la freschezza e la gioia entrano in noi. Buttiamo un po' d'acqua sulla nostra testa, immaginando che questa sia l'acqua della neve sciolta dal sole primaverile, che questa

sia proprio la primavera. E allora apparirà un sincero desiderio di riunirci a quest'acqua con tutto il corpo!

Dopo di tutto questo osserviamo i processi energetici nell'organismo. Lì si può vedere luminosa *luce-fuoco* di colore bianco che bisogna cercare di fare ardere ugualmente in tutto lo spazio dentro il corpo. Questo *fuoco* ha anche la possibilità di curare.

Come conclusione vorrei aggiungere che anche senza l'insegnamento preparativo dell'autoregolazione psichica i bagni nell'acqua ghiacciata hanno salvato tante persone dalle gravissime malattie che erano considerate come non curabili come per esempio il cancro. Noi conosciamo tantissimi casi di guarigione tramite questo metodo da gravi malattie delle vie respiratorie. Esiste l'esperienza della guarigione anche dei bambini e questo merita di essere studiata seriamente.

Ma bisogna ricordare che questo metodo non può essere considerato come la medicina contro tutte le malattie. Per esempio con le malattie croniche che sono accompagnate dalla febbre questo metodo non dà sempre l'effetto positivo. Perché in questo caso l'organismo non ha più le riserve energetiche che potrebbero essere attivate durante il bagno nell'acqua ghiacciata.

In tale caso possono essere d'aiuto i bagni nell'acqua ad alta temperatura [31].

È vietato forzare la persona a fare il bagno nell'acqua ghiacciata anche per cercare di guarirla, perché proprio il desiderio e lo stato preparativo psichico garantiscono l'effetto.

La corsa meditativa

Il potente metodo dell'aumento della potenza energetica dell'organismo e dello sviluppo del suo sistema energetico è la corsa meditativa. Questa metodica è stata creata inizialmente dai ricercatori spirituali del Tibet (corsa "lun-gom"). In Russia è diventata popolare come la corsa di gruppo grazie agli sforzi di Ian Koltunov (Mosca).

Il metodo è composto essenzialmente dal compimento delle meditazioni durante una lunga corsa di un gruppo di persone, con la velocità moderata che permette: a) di spostare l'attenzione dai sentimenti dalla sensibilità del corpo permettendo di non concentrarsi sulla stanchezza, b) di avere fisso il positivo stato emozionale, c) di allenarsi per avere la capacità della concentrazione dell'immaginazione e della meditazione, d) di svi-

luppate "la forza personale" (la forza della consapevolezza), e) dare gli sforzi armoniosi sui muscoli, sul cuore e sugli altri sistemi dell'organismo ugualmente ecc.

Durante la corsa di un gruppo di 5 – 50 e di più persone il conduttore continuamente (proprio continuamente) dà i comandi.

Durante la corsa meditativa tutti gli esercizi si compiono sull'alto livello energetico che come conseguenza aumenta il loro effetto.

Le condizioni della sintonizzazione psichica di tutti i partecipanti e del monotono sfondo del lavoro del sistema muscolare, sono favorevoli per la concentrazione superiore.

Tale metodo è meglio praticarlo dopo l'acquisizione delle basi dell'autoregolazione psichica. È sconsigliato fare partecipare a questo tipo di lavoro quelli che ancora non sono preparati perché loro non sono capaci di compiere il lavoro meditativo nel modo armonioso con tutto il gruppo e perciò creano le difficoltà agli altri.

Sotto descrivo la nostra modificazione di tale metodica come un programma di durata di circa 2 ore (senza considerare il tempo della preparazione). Tale programma è la tappa del passaggio verso i metodi superiori del lavoro spirituale che saranno descritti avanti.

Gli allenamenti iniziali non devono superare 30 minuti e dopo si può gradualmente aumentare gli sforzi.

Il sistema muscolare durante gli allenamenti si trasforma e perciò è necessario aumentare nell'alimentazione la quantità di proteine (latticini, uova, noci, funghi ecc.). Dopo gli allenamenti è consigliato bere latte.

Vorrei far notare che le donne possono avere un ritardo del ciclo (è molto conosciuto nella medicina sportiva); ciò non deve dare preoccupazioni.

In caso che gli allenamenti vengano fatti la mattina, è meglio bere prima un bicchiere d'acqua con un cucchiaino di miele. Se ci si allena durante il giorno o la sera meglio mangiare qualche ora prima. Correre con lo stomaco pieno è impossibile.

Il vestiario durante la corsa deve essere leggero. In caso che la temperatura sia superiore a 0 gradi sarà sufficiente una tuta sportiva. Il riscaldamento del corpo non deve essere dannoso.

D'estate durante il caldo si consiglia di fermarsi per fare il bagno all'aperto nei posti adatti. Ma meglio di tutto è fare la corsa la mattina e

dopo, durante il giorno, trovarsi vicino all'acqua. Si può fare discussioni su argomenti diversi, per esempio sulle risorse alimentari del bosco.

D'inverno si può concludere la corsa facendo il bagno nell'acqua ghiacciata, ma vicino deve esserci o l'ambiente caldo o il fuoco acceso.

Se non esiste tale possibilità basta fare la doccia. È necessario lavare il corpo con acqua, in caso contrario ci si potrebbe sentire male.

Prima della corsa è molto importante compiere la preparazione intensiva di tutti i muscoli del corpo (la sua metodica è stata descritta prima). D'inverno meglio farla dentro un edificio per uscire fuori nello stato fisico già riscaldato.

Ora si comincia la corsa. Il conduttore corre per ultimo per far sentire a tutto il gruppo la sua voce. Il primo comando tratta della corretta postura:

“Attenzione alla postura. Il corpo è dritto. Si può anche inclinarlo appena indietro. I muscoli della schiena non devono essere tesi. Rilassiamoli. Anche la testa è spostata appena indietro. Rilassiamo i muscoli posteriori del collo.

Attenzione ai piedi. Mettiamoli paralleli. Sono rilassati. Essi dolcemente toccano la terra. Rilassiamo i muscoli dei polpacci e delle cosce. Avremo la sensazione che le gambe siano sempre rilassate, il momento della spinta non è percepibile.

Attenzione alla gabbia toracica. Essa è alzata. Durante tutta la corsa rimane in questa posizione.

Facciamo entrare aria nel petto e così lasciamolo in questo stato espanso. La pancia è rilassata ma non si abbassa.

Dobbiamo essere attenti che il corpo non cominci ad inclinarsi in avanti, altrimenti esso subito si stanca. Correggiamo la sua posizione. Attenzione alle mani: esse sono rilassate e si muovono liberamente.

Immaginiamo che il nostro corpo sia legato con un lunghissimo filo ad un lontano oggetto cosmico. Il corpo rilassato si trova per aria e quasi non tocca la terra.

Abbassiamo la concentrazione della coscienza in muladhara. Da lì dirigiamo lo sguardo verso il centro della Terra. Vediamo lì il mare della *Luce Focosa*. Mandiamo dal muladhara il raggio verso di esso. Adesso esso raggiunge la dimora di questa Forza... Il potente impulso energetico si dirige

in su lungo il raggio riempiendo i chakra e tutto il corpo. Ripetiamo l'esercizio. La concentrazione è in muladhara. Mandiamo il nostro raggio verso il centro della Terra..., riceviamo l'impulso della Forza!... Percepriamo l'energia nei chakra. Tutto il corpo si è riempito di forza, di *luce*. Esso si è allargato, la densità dell'energia aumenta... Ripetiamo ancora e ancora una volta...

Immaginiamo sotto la superficie della Terra, alla profondità di 30 metri, un aspirapolvere gigantesco. Quando lo accendiamo esso comincia ad aspirare e a mandare nel centro della Terra, per farle bruciare, tutte le energie scure che si trovano dentro e fuori di noi. Accendiamo il motore, il suo rumore aumenta, aumenta anche la sua potenza... Guardiamo nello spazio che ci circonda, osserviamo come volano giù dentro il tubo dell'aspirapolvere le energie scure. Osserviamo la loro strada... Loro si dirigano con la grande velocità verso il centro della terra e lì spariscono...

Osserviamo lo spazio che circonda ognuno del gruppo a distanza di 1 metro. Aumentiamo la potenza del motore di 2 volte. Osserviamo come si staccano e volano via i pezzi scuri. Controlliamo con attenzione lo spazio attorno alla testa..., il collo..., il petto..., la pancia..., le anche., le cosce..., i polpacci..., i piedi...

Dirigiamo l'attenzione sullo spazio dentro ai nostri corpi. Ora la potenza aumenta di 4 volte. Il rumore dell'aspirapolvere è ancora più forte. La sua forza porta via tutto lo scuro che ancora è rimasto nei nostri corpi, che ancora non si è staccato. Osserviamo la testa, il collo, il petto, la pancia, le gambe... Il corpo si riempie da sopra con la pura *luce* che prende il posto di quello che è andato via...

Rivolgiamo verso l'alto i palmi delle mani. Su di loro ci sono due palle da tennis fatte di bianca *luce* dorata. Passatele da una mano all'altra. Esse diventano più lucide più fulgide. Riuniamole in un'unica palla nella mano sinistra. Gonfiamola con l'energia del nostro anahata...

Con il muladhara "inspiriamo" e con l'anahata "espiriamo" nella palla. (Ripetiamo 10 volte). La palla diventa grande come un cocomero... Ancora qualche "espirazione" nella palla. Adesso il suo diametro misura un metro... Ecco che le palle di ciascun membro del gruppo si riuniscono in un'unica grande palla... Guardiamo da dentro di essa e noteremo che ci divide dallo spazio circostante. Dentro la palla l'ambiente è trasparente e sottile e riempito con la chiara *luce*. In esso si respira in maniera miracolosamente facile, si percepisce l'assenza di gravità... Sembra che tutti i corpi si riuniscano in uno solo dentro la palla, in un unico organismo... Continuiamo la corsa dentro la palla.

Facciamo una serie di pranayama. "Inspiriamo" la *luce* tramite le gambe ed "espiriamola" tramite il muladhara in avanti, buttando fuori tutto ciò che impedisce il movimento alla *luce*. Questa è la *luce* che si può vedere in abbondanza sotto la superficie della terra. Con la gamba sinistra "inspiriamo", con il muladhara "espiriamo" (3-4 volte). Con la gamba destra "inspiriamo", con il muladhara "espiriamo" (3-4 volte). Con la gamba sinistra "inspiriamo", con lo svadhisthana "espiriamo". (E così si continua con tutti i chakra). Con il muladhara "inspiriamo", con l'anahata "espiriamo" (3-4 volte). Con la spina dorsale "inspiriamo" e con l'ajna "espiriamo" (3-4 volte). Con la gamba sinistra "inspiriamo", con tutta la parte destra del corpo "espiriamo" (3-4 volte). Con la gamba destra "inspiriamo", con la parte sinistra del corpo "espiriamo" (3-4 volte). Con il braccio sinistro "inspiriamo" tramite l'anahata, con il braccio destro "espiriamo". (E al contrario). Con il muladhara "inspiriamo", con il sahasrara "espiriamo". (Lo facciamo più di una volta dopo di che si crea un flusso continuo della *luce*). Fermiamo questo flusso e osserviamo la nuvola di *luce* che si è creata sopra di noi e sta cercando di penetrare nei nostri corpi. Allora noi ci apriamo sotto di essa, la facciamo entrare e ci riempiamo con la sua tenerezza e purezza...

Nelle mani di tutti abbiamo un piccolo sole. Osserviamo la sua *luce* dorata e percepiamo le sue carezze... Il sole nelle mani si disfa..., assorbiamo il suo calore e la sua *luce* tramite le mani in anahata, percepiamo il gonfiore in chakra. Adesso emaniamo dall'anahata la *luce* e il calore del sole su tutto il vivente attorno di noi...

Entriamo con la concentrazione nella parte destra dell'anahata. Troviamo lì il piano più sottile della *luce* e buttiamo via tutti gli strati grossolani. (La stessa cosa facciamo con la parte destra del vishuddha, dopo con dell'ajna e dopo con del sahasrara. Di seguito la stessa cosa facciamo con la parte sinistra).

Immaginiamo di essere una volpe. Una volpe rossa che con la sua grande coda corre per il bosco. La corsa per lei è uno stato naturale. Corriamo fra gli alberi, le piante e i sassi. Corriamo senza fare attenzione a tutto ciò che c'è intorno. Davanti alla volpe c'è una meta. Lei deve incontrare il sole che sorge. Ecco davanti a lei la collina senza gli alberi. Arriviamo alla cima e ci fermiamo. Stiamo lì a contemplare come sorge il sole. L'attesa è bellissima, siamo pronti... Il sole sale e tocca tutto con la sua *luce*. Guardiamolo. La *luce* del sole riempie il corpo. La *luce* diventa più densa e alla fine diventa liquida. Riempiamo con essa tutto il nostro corpo. La densità della *luce* in noi è sempre in aumento...

... Adesso immaginiamo di essere il capriolo venuto da una favola. Facciamo un salto in alto, godiamo la libertà, il corpo si riempie di felicità e della gioia del volo sopra il bosco e i campi nella tenerezza del mattino, nella dorata *luce* del sole. Siamo colmi di felicità e d'entusiasmo. Respiriamo con tutto il petto la freschezza del vento caldissimo, mescolato con la *luce* del sole. Sotto di noi c'è un fiume del bosco e le colline coperte dall'erba e dai cespugli. Il tocco del vento caldo muove le foglie degli alberi. Stiamo avvicinandoci alla terra. Cominciamo a sentire il profumo dei fiori. Abbiamo toccato la terra, di nuovo abbiamo avuto la spinta, siamo nello spazio della *luce* e di nuovo la gioia infinita del volo!... Percepriamo con la nostra pelle il calore dei raggi del sole, sorridiamo al sole, a tutto il mondo, a tutto il vivente attorno: ai fiori, all'erba, agli uccelli, agli alberi, agli insetti, agli animali, alla gente! Vogliamo riempire tutti con la *luce* della gioia, fare sciogliere le anime grossolane!... Che felicità vivere in armonia e in amore con tutti e con tutto!

Torniamo nel nostro corpo umano che continua a correre. Saremo a formare intorno a esso un "involucro" fatto di *luce*. "Involtiamolo", cominciando da giù a distanza di 50 centimetri dal corpo, con la benda larga in senso orario guardando dal basso. Creiamo "l'involucro" attorno ai piedi..., attorno alle caviglie..., alle cosce..., alle anche..., alla pancia..., al petto..., al collo..., alla testa..., tocchiamo con le mani della coscienza da dentro "all'involucro" le sue pareti... Vediamo sopra di noi il nostro riflesso come se fosse il nostro doppio che corre con le gambe in su. Adesso dobbiamo formare "l'involucro" attorno al suo corpo: intorno alla testa..., al collo..., al petto..., alla pancia..., alle anche..., alle caviglie..., ai piedi... Stacciamoci "dall'involucro" e prendiamo un volo all'altezza di 5 metri. Non guardiamo giù. Godiamo la freschezza del vento, della libertà, della vastità... Alziamoci sempre più in alto sopra il parco (il bosco, lo stadio). Attorno di noi volano gli uccelli, salutiamoli. Siamo già sotto le nuvole, osserviamoli da sotto. Prepariamoci ad attraversarli per arrivare lì dove risplende il Sole (se corriamo alla luce del giorno). Per un secondo immaginiamo di essere un piccolo missile e arriviamo lì, dove il mondo è pieno di *luce* e di gioia! La *luce* del Sole si riflette dalle nuvole bianche che si trovano sotto. Che splendore della gioia nei raggi del Sole! Siamo colmi di *luce* e di gioia!

Adesso siamo diretti nel cosmo, lasciamo il sistema solare... Stiamo navigando nella vastità del cosmo infinito... Attorno ci sono le stelle... Il silenzio... In tutta la completezza percepriamo l'eternità e l'infinità dell'universo... Le stelle scintillano... Questo è il polso del cosmo. Entriamo in questo ritmo. Lo scintillio delle stelle. Il silenzio. La calma. L'eternità e l'infinità...

Cominciamo il ritorno. Stiamo avvicinandoci al Sole. Esso diventa sempre più grande, più grande, tuffiamoci nella *luce* dei suoi teneri raggi, di nuovo ci riempiamo con essi, siamo colmi di gioia! Siamo fermi sopra le nuvole bianche in modo accecante, facciamo il tuffo attraverso loro. Sotto di noi c'è la superficie del nostro pianeta, i boschi, i fiumi, i campi, i paesi, le città... Cominciamo a scendere. Sotto di noi c'è la superficie della Terra. Illuminiamo tutto il vivo con la *luce* del Sole che abbiamo raccolto nei nostri corpi... Regaliamo la nostra tenerezza ai pini, agli abeti, alle betulle, agli uccelli, agli animali, alla gente... Auguriamo a tutte le persone di vivere in pace e in armonia con tutti e con tutto... Versiamo la *luce* dell'amore in tutti i cuori induriti. Liberiamoli dalla grossolanità, dall'odio, dalla violenza, dalle bugie! Riempiamo il mondo con la beatitudine della pace e dell'amore! Riempiamo tutti i cuori con la *luce* solare!

Scendiamo sopra la nostra città, sopra il nostro parco, ancora più giù, guardiamo il gruppo delle persone che corrono, sono i nostri corpi, ci avviciniamo a ci riuniamo a loro.

Scendiamo direttamente nel muladhara, mandiamo da esso un raggio verso il centro della Terra, riceviamo l'impulso della risposta appartenente alla Forza che riempie i nostri chakra e tutto il corpo... (L'ultimo ripetiamolo 3-4 volte).

Lavoriamo per un po' con "l'orbita microscopica". Dopo ci percepiamo in anahata..., in manipura..., in svadhithana..., in muladhara..., di nuovo in svadhithana..., in manipura..., in anahata..., in vishuddha..., in ajna..., in sahasrara..., sopra la testa.... Stiamo tuffandoci nella *luce*, voliamo nella libertà, percepiamo la gioia, la tenerezza, la purezza, la raffinatezza della *luce* solare!

Cominciamo addensare la nostra forma volante, attirando in essa come la calamita la *luce* dello spazio sottile... La forma volante acquisisce i lineamenti del corpo umano, si addensa e si riempie della *luce*, poi comincia ad illuminarsi da sola come il sole mattutino e diventa un "doppio solare". Lentamente riuniamo i corpi. Percepiamo in noi la densa *luce* solare, il prezioso dono dell'*elisir d'oro*. Cerchiamo di distribuirlo in parti uguali in tutto il corpo.

Fra le mani abbiamo la palla della *luce* bianca-dorata. La posizioniamo davanti al manipura. Dietro al manipura aggiungiamo il tubo tramite il quale nel chakra, e dopo nella palla, arriva l'influsso della *luce*. Cresce la densità della *luce* dentro la palla (ma essa non si gonfia). Dopo che abbiamo riempito la palla, stacciamo il tubo e lo facciamo sparire. Tutta l'attenzione dirigiamola dentro la palla. In essa cominciano i processi interni che

portano all'aumento colossale della pressione! Nella palla imperversa il fuoco bianco-dorato della natura sottile!... Con l'aiuto delle mani facciamo entrare la palla nel manipura. Il chakra si sta allargando a causa della forza entrata in esso! Tutto il corpo si riempie con la grande potenza!... È molto difficile trattenere il corpo, esso vuole saltare e correre!... Fuori dal manipura comincia a sporgersi il triangolo rosso... Lui tira il corpo dietro di sé nel centro della pancia... (Dopo 1-2 minuti interrompiamo l'accelerazione con il comando:) Eliminare il triangolo!... I primi corrono sullo stesso posto! Aspettiamo gli ultimi! Con il manipura "inspiriamo", con il vishudha "espiriamo". (Più di una volta).

Immaginiamo davanti all'anahata una profumata rosa bianca. I raggi del sole mattutino brillano nelle gocce della rugiada sui teneri petali. Facciamo entrare il fiore dentro l'anahata. Il chakra si riempie con il bellissimo profumo. (Facciamo entrare le immagini dei fiori in tutti i chakra).

Immergiamoci nella profondità dell'azzurro cielo mattutino. Facciamo entrare questa *luce* nel corpo, occupiamo con esso tutto lo spazio dentro... Adesso riempiamo tutto il corpo con la *luce* dorata del sole che sorge...

(Se siamo in inverno e c'è la neve pulita si può fare la corsa con i piedi scalzi).

Continuiamo a correre. La concentrazione è nel centro delle mani, dove appare il calore pulsante. Percepriamo il polso nelle mani! La concentrazione è nelle punte delle dita. Lì appare il calore e il polso! Percepriamo il polso! (La stessa cosa percepriamo anche nello spazio fra le dita).

Percepriamo le braccia, il petto, la testa e altre parti del corpo! Tutto il corpo si trasforma in un cuore pulsante! Percepriamo noi stessi come un cuore pulsante! Esso s'ingrandisce di due volte, di dieci volte... Il grande cuore pulsante è un potente organo pieno di sangue caldo, in lui c'è una grande forza infinita!... Pulsiamo!... Lentamente ci rannicchiamo, diventiamo più densi e di nuovo percepriamo il nostro corpo e sentiamo in esso la potenza di questo cuore gigante...

Dirigiamo lo sguardo nello spazio della *luce* sopra la testa. Ci versiamo con la consapevolezza nello spazio che ci circonda.. Concentriamoci sulle piante che vediamo intorno: l'erba, i fiori, i cespugli, gli alberi. (Se siamo in inverno facciamo esclusione). Percepriamo il loro stato, dirigiamo su di loro la nostra tenerezza... Sintonizziamoci sullo stato emozionale degli uccelli che cantano, dirigiamo su di loro il nostro amore.

Dietro di noi si avvicina il muro del vento-*luce*. La *luce* sottile, sul piano sottile, soffia attraverso i nostri corpi togliendo e portando via tutti gli

strati grossolani. Gli involucri sono sgonfiati. Percepriamo noi senza corpi che navighiamo nello spazio della *luce* e il vento-*luce* ci spinge in avanti. Riuniamoci tutti in una grande palla di *luce* e continuiamo a navigare...

Di nuovo acquisiamo l'individualità, diventando più densi immaginando di essere dei cigni bianchi. Voliamo in alto verso il sole che sorge. Sopra di noi c'è il cielo azzurro, pieno di nuvole bianche. Siamo a godere del volo, percepiamo il calore della tenera *luce* del Sole. Nel corrente dell'aria calda le piume stanno vibrando. Muoviamo le ali. Guardiamo giù. Sotto di noi vediamo il fiume che attraversa il bosco e porta le sue acque nel grande lago, pieno di piccole isole. Avviciniamoci all'acqua, alla superficie che ci fa da specchio. Tocchiamo l'acqua con le zampine, ci siamo fermati, guardiamo intorno... Tutti i cigni dolcemente parlano fra loro nella loro lingua musicale. Avviciniamoci uno all'altro, dolcemente mettiamo la testa sulla schiena degli amici. Il vishuddha si riempie della beatitudine di questo minuto.

Avviciniamoci tutti ad una verde isola di canne bambù e osserviamo le immagini specchiate dall'acqua. Ma arriva il momento di ripartire! Siamo diretti verso il Sole. Sempre più su... Lasciamo che la *luce* solare si versi nei corpi, si accumuli e ci riempia dalla coda fino agli occhi. Dirigiamoci verso il Sole e ci riempiamo con la densa *luce* dorata... Tutto il corpo si riempie della pesante, densa, beata *luce*-forza, della forza dell'amore...

Scendiamo giù e caschiamo nei corpi umani. Dentro di loro si distribuisce il dorato carburante della vita. Creiamo la densità più grande nei chakra inferiori. Da sopra si versano le nuove porzioni della stessa *luce*, i corpi si riempiono di essa fino al fondo...

(L'esercizio per superare le salite durante la corsa:) Attraverso il muladhara da sotto nei nostri corpi soffia un forte corrente della *luce* bianca che proviene dalla Terra. Esso riempie tutto il corpo come l'involucro del palloncino. Il corpo si gonfia, diventa senza peso... Adesso diventa difficile trattenerlo sulla superficie della Terra, esso cerca di staccarsi e volare via... Con difficoltà cerchiamo di toccare con i piedi la strada da corsa... Con tanto sforzo tocchiamo con i piedi la Terra...

Spostiamo la concentrazione in anahata, guardiamo da esso sul mondo intorno..., entriamo in manipura, guardiamo da lì..., in svadhishthana..., in muladhara..., di nuovo in svadhishthana..., in manipura..., in anahata..., in vishuddha..., in ajna..., in sahasrara., ci siamo fermati sopra il sahasrara nell'immagine della chiara nuvola-disco... Attiriamo verso di noi la *luce*, diventiamo sempre più splendenti... Riuniamoci tutti in un grande disco. Esso comincia ad attirare verso di sé la sottile luce dallo

spazio circostante ed a riempirsi di quella... La *luce* dentro arde sempre di più... Più che aumenta la densità della *luce* dentro il disco, più intenso diventa l'arrivo dell'energia dallo spazio... Accumuliamo in noi la colossale potenza... Il disco adesso è capace di trasportarsi in un istante dentro lo spazio con la velocità del pensiero... Ci spostiamo sopra le nuvole nello splendore della *luce* solare... Rimaniamo dietro ai corpi che corrono... Adesso spostiamoci molto più in avanti di loro...Verso i corpi costruiamo i fili fatti della *luce*. Ogni filo si lega nel centro della pancia del corpo fisico. Prendiamo a traino i nostri corpi. Il disco comincia ad aumentare la velocità, i fili diventano tesi... Trasciniamo il corpo, la velocità aumenta lentamente... I fili si trasformano in corde ombelicali. L'energia del disco si trasferisce tramite loro nei corpi. I corpi si riempiano della stessa forza che prima apparteneva al disco ed ha anche le stesse caratteristiche...

Adesso, di nuovo, ognuno immagina di essere una nuvoletta sopra il corpo che corre. Attiriamo verso di noi la *luce* dallo spazio circostante. Grazie a questa *luce* diventiamo sempre più densi finché non prendiamo la forma umana. Adesso siamo i "doppi solari" che corrono sul secondo piano sopra la testa del corpo che corre sulla terra. Percepriamo noi stessi lì, sul secondo piano. Corriamo dentro lo spazio della *luce* dorata, facciamola entrare e addensare dentro di noi...La *luce* nel corpo del "doppio solare" diventa sempre più densa... (Si può fare la meditazione "la croce di Buddha", i pranayama ed altri esercizi senza smettere di percepire noi sul "secondo piano").

Scendiamo sulla terra dalla parte destra del corpo che corre. Prendiamolo con la mano sinistra per la sua mano destra. Corriamo insieme, vicino, la mano nella mano. Ci trasferiamo nel corpo che corre, ci riuniamo ad esso. Percepriamo la beata forza *dell'elisir d'oro* che si diffonde in tutto il corpo...

Spostiamo l'attenzione nel muladhara. Percepriamo esso come un fondamento stabile. La casa costruita sopra di lui non avrà mai problemi. Percepriamo la forza *dell'elisir d'oro* nel muladhara. Colleghiamo con il raggio il muladhara con la *Luce Focosa* nel centro della Terra. Il muladhara è completamente pieno della *luce* densa, dell'energia e della forza.

Scambiamo la corsa con la camminata. Ci meravigliamo di come sia strano camminare, perché la corsa è diventata lo stato naturale per noi. Osserviamo il nostro modo di respirare e il nostro polso. Essi si trovano nello stesso stato come nel momento nella normale camminata."

Dopo la corsa bisognerebbe fare la doccia e fare gli esercizi di rilassamento.

Vorrei far notare che la leggerezza e la presenza delle emozioni positive si raggiunge soltanto durante la corsa meditativa del gruppo ed è impossibile durante la corsa individuale.

Vorrei aggiungere altri esempi delle meditazioni che possono essere incluse nel programma della corsa:

“La croce di Buddha” sotto la guida del conduttore.

“Sul “secondo piano” cambiamo la direzione ed eseguiamo i movimenti chiesti dal conduttore.

Durante la corsa nel bosco o nel parco “allunghiamo” le braccia che escono dagli anahata e dolcemente accarezziamo le cime degli alberi.

Ci allontaniamo dal corpo in avanti, dopo corriamo vicino, prendendolo per la mano, spingiamolo toccando la schiena. (Questa meditazione può diventare facilmente un gioco, pieno di scherzi).

Durante la corsa sul “secondo piano” attacchiamo ai chakra i “tubi cosmici” e “facciamo il pieno” con il “carburante cosmico”: il muladhara con il “carburante della vita eterna”, lo svadhisthana con la purezza e con la trasparente raffinatezza, il manipura con l’energia del forte e armonioso movimento, l’anahata con la *luce* bianca dell’amore, il vishuddha con la raffinatezza dell’azzurro cielo mattutino e dei primi raggi dorati del sole, con la rugiada e con il profumo dei bellissimi fiori, l’ajna con l’attivo “carburante dell’intelletto”, il sahasrara con la finissima *luce* cosmica, che riempie e abbraccia tutto. Percepriamo l’integrità di tutto il sistema dei chakra, dell’organismo, la sua indistruttibile capacità di resistere contro le difficoltà che s’incontrano sulla strada. Il perfezionamento prima di tutto è nell’Amore. Sentiamo dentro di noi l’amore verso tutto il vivente. Il perfezionamento è nella Saggezza. Ci riempiamo con la capacità di capire tutto e tutti e la riuniamo alla capacità di Amare. Il perfezionamento è nella Forza. Sentiamo in noi una forza perfetta ed indistruttibile, riunita con l’Amore e con la Saggezza e anche la grande disponibilità altruista di servire. Percepriamo in noi le caratteristiche di Quelli Che avevano già raggiunto il Perfezionamento. Percepriamo di essere con Loro una cosa sola. Percepriamo Loro dentro di noi. Percepriamo in noi la semplicità e la chiarezza del Loro Amore perfetto..., la profonda, grande, universale Saggezza, l’infinito coraggio e la Forza onnipotente!... Tutte queste qualità le incorporiamo in noi per sempre!

Percepriamo noi mentre corriamo in posizione dietro i nostri corpi. Con le mani puliamo dentro e fuori di essi da tutto ciò che non è fatto di *luce*. Laviamoli con il tubo e riempiamoli con la *luce*.

Sul "secondo piano" percepiamo le nostre strutture energetiche principali... Compriamo l'esercizio con "l'orbita microcosmica". Concentriamoci nel citrini al livello dell'anahata. Da questo punto prendiamo la direzione in avanti attraverso l'anahata nella vastità della *luce* raffinata. Sciogliamoci dentro di essa, immaginiamo di essere una cosa insieme con questa *luce*... Torniamo di nuovo alle forme di corpi umani... Sentiamo dentro la forza che riempie il corpo che corre sul "secondo piano". Esso diventa denso e flessibile. Contraiamo i muscoli delle gambe..., della schiena..., delle braccia..., del petto... Cerchiamo di percepire meglio possibile la tensione di tutti i muscoli della schiena... Con il corpo forte e flessibile facciamo dei salti sul pavimento del "secondo piano"... Corriamo alzando i ginocchi..., poi toccando con i piedi i glutei...

Concentriamoci nel centro della pancia. Tiriamo fuori da lì il "tentacolo" e attacchiamolo alla nuvola più vicina. Tutta l'attenzione spostiamola verso il "tentacolo". Contraendolo il nostro corpo si sposta in avanti. Non c'è nessun tipo di sforzo da parte dei muscoli! Contraiamo soltanto il "tentacolo" (la velocità della corsa aumenta bruscamente, ma lo sforzo fisico non è percepibile).

La corsa si trasforma nella camminata. Con il "tentacolo" attacchiamoci agli oggetti diversi e cerchiamo di avvicinarci a loro. Studiamo il meccanismo del funzionamento del "tentacolo". Contraiamolo e rilassiamolo. Contraendolo l'energia del corpo non si consuma, esso non si stanca.

Immaginiamo noi che corriamo dietro i nostri corpi. Con il raggio della *luce* purifichiamo il meridiano centrale, cominciando da sotto fino ai chakra della testa.

Possiamo permetterci di giocare e divertirci. Immaginiamo che ci siamo allontanati dal corpo e facciamo le capriole. Possiamo muovere le gambe in modo buffo senza vergognarci, tanto nessuno ci vede. (Possiamo ridere e ascoltare le risate degli altri).

Corriamo sul "secondo piano". Percepiamolo come la nostra casa così conosciuta e accogliente... Prima di scendere sul "primo piano" fissiamo i capi delle corde di gomma sul "secondo piano". Essi si allungano e non ci daranno fastidio, ma con il loro aiuto in qualunque momento si può sempre tornare indietro. ... Fissiamo le corde. Scendiamo sul "primo piano". Un capo della corda attaccato nel centro della pancia. Tocchiamo la corda con le mani. Tiriamolo e siamo già sul "secondo piano".

(Durante la corsa in salita:) Immaginiamo di trovarci dentro del forte corrente dell'acqua. Esso ci porta in avanti con la grande velocità...

Immergiamoci nello spazio della *luce* dentro il corpo. Osserviamolo e purifichiamolo. Rivolghiamoci alla *Luce* dentro la Terra. Osserviamo la Terra come il pianeta vivo e che ci ama. Sperimentiamo la natura di quella *Luce* che La riempie e non abbiamo più dubbi che la Terra sia viva e che ci ami come i propri figli! Mandiamo verso di lei l'emozione della nostra riconoscenza...

Immergiamoci dentro la *Luce* della Terra. Percepriamo la sua tenerezza. L'immersione deve essere completa. Ci allarghiamo con la nostra consapevolezza dall'anahata in tutto lo spazio dentro la Terra. Siamo diventati una cosa sola con il nostro pianeta. Ognuno percepisce se stesso nello spazio della madre-Terra piena della tenera *Luce*. Osserviamo lo spazio dentro la Terra e in più una piccola collina della *luce* sulla sua superficie: questo è lo spazio dentro il corpo. Osserviamo dallo spazio dentro la Terra gli spostamenti della collina della *luce* sulla sua superficie.

Entriamo di nuovo con la concentrazione della consapevolezza nei nostri corpi. Percepriamo in loro la *Luce* della Terra.

Rimaniamo a guardare il sole che sorge. Laviamo il viso con la sua *luce*, facciamola entrare in tutto il corpo attraverso il viso la sottile *luce* della primavera, la *luce* della mattina primaverile e riempiamo con essa i nostri corpi!

Rivolghiamo lo sguardo in su, attraverso il sahasrara, possiamo vedere le nuvole della *Luce*, che si sono accumulate sopra di noi, è la dorata *Luce*! Alziamo le braccia e con il loro aiuto facciamo entrare in noi l'onda di questa *Luce*!

Osserviamo come la *luce* della Terra dentro i nostri corpi si riunisce alla *luce* del Sole..."

I metodi superiori

Le pratiche spirituali superiori permettono lo sviluppo avanzato di noi come cuore spirituale e ci permettono di ampliarci molto al di fuori dei nostri corpi. Noi dobbiamo cercare di trasformarci nei cuori spirituali universali!

Questo Percorso, se seguito nel modo giusto, corrisponde alla realizzazione dei comandamenti di Gesù Cristo:

"Dio è lo Spirito, e tutti quelli che Lo ammirano devono farlo nello Spirito e nella Verità" (Giovanni 4:24).

Con le altre parole noi dobbiamo andare incontro a Lui, alla Consapevolezza Primordiale dell'Universo, essendo le consapevolezze libere dalle catene del mondo materiale, pulite, raffinate fino al Suo livello della sottigliezza e sviluppate fino alla grandezza adatta che permette di realizzare questo incontro.

A questa fase dello sviluppo gli adepti degni possono acquisire una gran serie di metodi che permettono di:

- sperimentare nel proprio cuore spirituale lo Spirito Santo nelle Sue diverse manifestazioni ed imparare ad essere Lui;
- “elevare” la kundalini e riunire questa energia Atmica individuale con il Paramatman, con la Consapevolezza Universale del Dio-Padre;
- sperimentare e conoscere tutti gli eoni principali universali;
- imparare ad entrare nella Dimora del Creatore e lì unirsi a Lui;
- facendo diventare fisso questo stato di ricevere da Dio-Padre il diritto di controllare la materia, inclusa la capacità di materializzare e smaterializzare il proprio corpo.

Pranava. “La nascita” e “la crescita” nello Spirito Santo

Parlando con i termini che usava Gesù Cristo, insegnando ai Suoi allievi-apostoli, il battesimo con lo Spirito Santo è la meditazione *latihan*, che abbiamo descritto prima.

Il prossimo livello, che è ancora più profondo, della conoscenza di Lui, “la nascita” e “la crescita” in Lui, si realizza tramite un'altra meditazione che si chiama *Pranava*. Proprio di questo parlava Gesù (Giovanni 3:1-21). Della stessa cosa tramite le parabole dettagliatamente parla l'Apostolo Filippo [10,18].

Per realizzare tale lavoro bisogna trovarsi sul posto energeticamente favorevole, aperto, senza le case e senza gli alberi (le montagne, le spiagge, la steppa ecc.) e cercare di uscire dall'anahata attraverso il citrini, allontanarsi dal corpo possibilmente più lontano, “aprirsi” con la consapevolezza, percepire la Viva *Luce* dell'Amore dello Spirito Santo, riunirsi a Lui e insieme proseguire come un Flusso in avanti, attraversando il proprio corpo. Il corpo sembra trovarsi nel grande fiume. Lasciamo che si lavi finché non diventa completamente trasparente.

Questa meditazione si può ripetere tante volte: lo Spirito Santo con la gioia aiuta tutti coloro che lo meritano.

Per proseguire la meditazione in modo più efficace aggiungiamo la preghiera-meditazione ortodossa rivolta al "Re Celeste" o il mantra AUM.

Il testo della meditazione tradotto in italiano:

Il Re Celeste, Consolatore, lo Spirito della Verità!

Onnipresente e Che riempie tutto!

Il Tesoro dei beati e il Donatore della vita!

Vieni e Ti stabilisci in noi!

Purifica noi da tutto lo sporco!

E salva le nostre anime, o Beato!

Noi cantiamo questa meditazione durante il movimento in *Pranava*.

Il mantra AUM (od OM) si pronuncia come AOUM. Esso si canta come il mantra per l'anahata, anche mentre ci muoviamo in *Pranava*. (Il canto con la voce grossolana lo praticano in alcuni gruppi degli ignoranti, ma questo "canto è per il diavolo", non è per lo Spirito Santo).

In futuro impareremo a fermarci durante la meditazione *Pranava* nell'Unione con lo Spirito Santo e a percepire noi stessi come parte di Lui.

Lo Spirito Santo nella Sua Manifestazione ancora più raffinata può essere conosciuto sempre tramite la meditazione *Pranava*, ma realizzata diversamente.

Bisogna uscire dall'anahata posteriormente in basso con l'inclinazione di 40 gradi. In questo modo saremo sotto il livello della superficie della Terra e proprio lì troveremo lo strato della Viva *Luce* ancora più raffinata. E dopo bisogna proseguire come nella prima variante della meditazione *Pranava*, con il Flusso anteriormente in avanti intorno al corpo e dopo attraverso di esso.

Dopo l'acquisizione dell'Unione con questa *Luce* scopriremo che Essa domina dentro il nostro pianeta, escluso il suo centro.

Per acquisirla bisogna riempirla con noi-anahata davanti e dietro al piano verticale che continua la schiena del corpo.

Il prossimo battesimo, le prossime nascite e le crescite si realizzano nel *Fuoco* Divino, ma di questo parleremo più tardi.

Ancora dell'autoguarigione

Mentre siamo fermi durante la meditazione *Pranava* impariamo a concentrarci dietro ai nostri corpi, allora possiamo con le mani della consapevolezza entrare dentro il corpo e spianare tutte le disarmonie energetiche.

Mentre siamo riuniti allo Spirito Santo e siamo concentrati dietro al nostro corpo a distanza di due metri, allora in questa posizione possiamo vedere e controllare gli spiriti maligni (la gente o gli animali non incarnati con il carattere aggressivo). Se, in tale modo, tramite il nostro corpo, guardiamo il corpo del malato, possiamo parlare con loro, ma loro non potranno non rispondere allo Spirito Santo. Loro ci racconteranno per quale motivo sono stati mandati da Dio nel corpo della gente incarnata: qual è la loro colpa e quali sono i loro debiti karmici.

Se il malato è consapevole dei propri problemi, si pente e cambia, allora bisogna gentilmente chiedere agli spiriti di trasferirsi in un altro posto. Per esempio al pesce, che è stato ucciso da questa persona, si può chiedere di andare a vivere nel lago, all'uccello nel bosco ecc.

Tutti gli spiriti sono controllati dallo Spirito Santo. Ma per avere il successo in questa guarigione non dobbiamo uscire dallo stato dello Spirito Santo.

Tale guarigione è il contrasto ai tentavi di mandarli via con l'odio e le maledizioni (questi metodi si chiamano esorcismo). Essi non sono efficaci dal punto di vista della guarigione, ma portano anche l'accumulo della grossolanità che come conseguenza porta verso l'inferno. Queste sono le varianti della magia nera; sono completamente contraddittorie al cristianesimo: Gesù raccomandava d'amare, ma non di odiare.

“Reciprocità totale” (Nirodhi)

Ma l'Unione completa con lo Spirito Santo si raggiunge soltanto tramite la meditazione “reciprocità totale” (nella lingua del buddismo Nirodhi). Con questo la coscienza trapassa nello stato “non io” e diventa il *Tutto*; l'“io” inferiore non esiste più.

Inutile cercare di spiegare questo con le parole. Ma facilmente si raggiunge sui corrispondenti *punti di forza*.

L'acquisizione di quello che è stato detto prima significa che è stato raggiunto lo stato di completo Nirvana in Brahman. Proprio di quello parla Krishna tramite Bhagavad Gita [10,18].

Il battesimo focoso

La prossima tappa della conoscenza nella profondità dell'Assoluto pluridimensionale sarà la conoscenza della *Focosa* Manifestazione Divina.

In tale modo Dio-Padre Si manifesta davanti agli allievi degni, che hanno raggiunto la raffinatezza al giusto livello. La Sua forma gigantesca antropomorfa (simile al corpo umano) si manifesta come forma *Ardente*, ma che non scotta.

Anche nella Bhagavad Gita [10,18] Ishvara è stato descritto nella Forma *Focosa* da Arjuna, che ha potuto vederLo: "O Dirompente Fiamma Risplendente, o Raggio Accecante!" (il capitolo 11:17) e "Se un migliaio di soli apparissero simultaneamente nel cielo, fiocamente la loro luce potrebbe rassomigliare allo splendore di quella Potente Anima" (il capitolo 11:12).

Dello stesso *Fuoco* ci parlava Caitanya: "Il *Fuoco* è lo stato funzionale della Consapevolezza che abita nella Dimora del Creatore".

Della stessa cosa ci raccontava anche Sathya Sai Baba: "Il *Fuoco* non è lo stato autonomo della Consapevolezza, ma soltanto il visibile stato di Me per quelli che Mi hanno conosciuto, nel momento che Io entro nel Mondo della Creazione".

La completa e stabile immersione del devoto nel Fuoco Divino e l'Unione con Lui porta la "bruciatura" di tutti i resti negativi del karma. La "bruciatura" del corpo porta alla sua completa guarigione.

Bisogna imparare a riunirsi con questo stato Divino riempiendo tutta la Sua forma con se stessi nella qualità di cuore spirituale.

Ma, l'aiuto in questo, Dio lo dà soltanto ai Suoi meritevoli allievi, scelti da Lui.

"La radice"

Il *Fuoco* Divino può essere sperimentato diversamente: Lui è sempre presente in quella parte del nostro pianeta, dove è stata cominciata la sua creazione — nel suo centro.

Anche lì può essere realizzato il *battesimo Focoso*. Spostandosi in profondità sulla *scala della pluridimensionalità*, sotto la componente Focosa del centro del pianeta, è possibile trovarsi nella dimensione superiore dello spazio e sperimentare lì la Consapevolezza Primordiale nella Sua Dimora.

Il passaggio nella Dimora del Creatore per ogni uomo è la “radice” energetica che collega il suo anahata con la dimensione superiore dello spazio. Soltanto spostandosi su questa “radice”, quello che ha acquisito la forza sufficiente nella raffinatezza e ha imparato a penetrare nei lochi superiori, può sperimentare completamente Dio-Padre.

Della “radice” parlava anche Krishna nella Bhagavad Gita.

I taosisti della Cina lavorano con questa struttura e la chiamano “gambo del fiore dorato”.

Gli yogin del Tibet che lavorano secondo metodica tummo, sulla “radice” fanno alzare il *Fuoco* Divino nel corpo [62-63].

Della stessa cosa parla Agni-yoga (Fiori del Giardino di Morya. Appello [34]).

L'immagine meditativa per lavorare con la “radice” è stata proposta da Dio tramite l'apostolo Paolo (Romani 11:18).

Ma la maggior parte della gente è convinta che dentro la Terra si trovi... l'inferno, e che invece Dio si trovi... “sopra” (riguardo al nostro pianeta)...

... Io capisco che per un materialista è molto difficile immaginare la penetrazione nel centro della Terra: perché per lui la Terra si associa con qualche cosa molto “dura”...

Ma un mistico che ha avuto il successo e ha acquisito la capacità di entrare nei superiori eoni sottili, vede il nostro pianeta come la palla con tanti strati della *Viva Luce-Amore*, nella quale lui può spostarsi da uno strato all'altro (da un eone all'altro), diffondersi in ognuno di esso, raccogliersi di nuovo in un grumo della consapevolezza individuale, acquisire le forme e le misure diverse, uscire fuori dai confini “dell'isoletta” del pianeta ed entrare *nell'Oceano* “dell'Infinità” e sciogliersi in Lui...

Per realizzare tutto questo bisogna staccarsi da guna tamas, passare attraverso rajas e sattva, raggiungere il contatto diretto con Dio nella qualità della consapevolezza immortale, libera dal corpo ed aspirata verso l'amorevole Unione con l'Amato Principale.

Questo Percorso religioso chiamato da Dio la Via Retta non somiglia affatto alle forme tradizionali delle religioni, nelle quali la gente ha paura della morte del corpo e piange per i corpi morti, dove le persone sono così innamorate di se stesse e sono schiave della ghiottoneria, convinte di avere il diritto incrollabile di ammazzare gli animali e di mangiare i loro corpi...

Non c'è grande differenza se noi sperimentiamo Dio nella Sua Forma *Focosa* prima nel centro *Focoso* del nostro pianeta o nel *Focoso Mahadublo*. Ma la sperimentazione di uno e dell'altro è indispensabile.

“L'elevazione” della Kundalini

Prima di entrare nella Dimora del Creatore dobbiamo realizzare ancora una tappa del lavoro molto importante che si chiama “l'elevazione” della kundalini.

La Kundalini è l'energia Atmica della Consapevolezza (Divina secondo il livello della raffinatezza), che è stata accumulata da ognuno nei migliori episodi di tutte le sue incarnazioni. Esattamente essa si crea e si accumula soltanto quando noi ci troviamo nello stato del tenero e raffinato amore. Ma questa energia non si reincarna ogni volta nel nuovo corpo insieme con la parte reincarnata dell'anima (jiva), ma si “accumula” in un “raccoglitore” che somiglia a un palloncino allungato quasi di forma cilindrica...

Nel caso in cui questa struttura sia sviluppata, si misura in chilometri e si trova nel sottile eone che le corrisponde dentro il nostro pianeta al livello del suo manto. La grandezza della kundalini cambia secondo la maturazione durante l'evoluzione dell'anima.

La kundalini e il jiva d'ogni uomo creano un sistema integro; sono uniti con uno speciale canale energetico che è collegato con la parte anteriore-inferiore del muladhara.

“Elevare” la kundalini verso il corpo e usarla nel lavoro spirituale possono soltanto quelli che hanno accumulato la quantità sufficiente di questa energia, con altre parole le persone mature nella loro evoluzione, che meritano di entrare nella Dimora di Dio-Padre e Unirsi a Lui.

In questo caso per il lettore sarà chiaro che la kundalini si trova non nel chakra muladhara e non ha niente che fare con l'osso sacro, nonostante che tante fonti letterarie parlano proprio di questo. Impossibile “elevare” la kundalini sia con lo sbattimento dell'osso sacro sul pavimento, sia con la danza.

La vera “elevazione” della kundalini si realizza soltanto dopo le tappe preparative che sono descritte in questo libro, sugli speciali *punti di forza* (o senza di loro) con l'aiuto del competente Maestro spirituale o sotto la guida diretta del Maestro Divino non incarnato.

Il senso “dell'elevazione” della kundalini per prima cosa è unire questa individuale energia Atmica accumulata con il Creatore (Paramatman) e dopo compiere la “bruciatura” delle cellule del corpo con l'energia Atmica,

allo scopo della guarigione e della trasformazione e per finire imparare l'autoidentificazione con l'Atman.

L'ultimo diventa possibile soltanto quando la kundalini passa attraverso il corpo (questo si fa nella posizione distesa sul pavimento) e crea il nuovo accumulo energetico dietro il sahasrara.

Con tutto questo bisogna capire che prima di cominciare ad "elevare" la kundalini è necessario pensare molto bene.

Se l'energia della kundalini sarà trasferita nel Paramatman, l'uomo (come l'individualità) la perde. Lui avrà che l'unica giusta uscita da questa situazione è unire al Creatore anche il jiva proprio in questa incarnazione. Se questo non succede, per esempio, se l'adepto ancora non ha sviluppato abbastanza lo stato stabile nella raffinatezza e gli capita per motivi diversi di trovarsi negli stati emozionali grossolani, purtroppo non tutti riescono a notare questi cambiamenti, allora la volta successiva lui s'incarnerà senza questo prezioso potenziale energetico e dovrà cominciare ad accumularlo daccapo.

L'entrata nella Dimora del Creatore

La Dimora Universale del Creatore è piena della Sua Grande Tenera *Calma*. Lo splendore qui somiglia di solito allo stato della calma e tenera luce del sole mattutino.

Questo stato è completamente contrario al "mondo nero" dell'eone diabolico, che è pieno di "appiccicosi" odio e grossolanità; "l'appiccicarsi" a loro trasmette il senso della falsa potenza, grossolana e violenta... Qualcuno può essere anche attratto da questo... Ma noi no!

La Dimora del Creatore non è il "Vuoto", come dicono i non competenti seguaci del buddismo. "Il Vuoto" ("Vacuo") è la traduzione sbagliata del termine buddistico che una volta indicava la realtà. Questo errore è stato fatto da tantissime persone che appartengono alle diverse religioni.

Per una persona religiosa è diventato assurdo cercare il Vuoto al posto di Dio... Perciò tanti di loro si trovano in difficoltà e capiscono la Verità nel modo errato e in seguito perdono lo stimolo nei confronti dell'aspirazione per l'Amore verso la Consapevolezza Primordiale.

Il termine "Vuoto" deve essere tradotto diversamente e allora tutto diventa facile da capire per tutti coloro che si trovano davanti alla Soglia della Dimora d'Adibuddha.

... La Dimora del Creatore si trova dall'altra parte della miracolosa barriera che si può paragonare con lo specchio. La Sua Dimora si trova re-

almente "Dietro allo specchio"¹¹. Per accompagnare lì un allievo meritevole, il Maestro Divino per esempio gli dimostra il Proprio Mahadublo. E lì, da dove comincia il Mahadublo, può succedere l'incontro e l'Unione nell'Amore con l'Universale Padre-Madre e gradualmente la conoscenza della Sua Universale Grandezza...

... Questo stato è reversibile. Il corpo dell'uomo che si è stabilito con il successo nella Dimora del Creatore si distingue dagli altri soltanto perché esso s'illumina di *Luce* dell'Amore e porta intorno a sé il campo della *Calma*.

All'inizio il Devoto si sente come un ospite nella Dimora del Primordiale. Ma dopo comincia una fase nuova del Suo servizio per la gente incarnata, del Servizio in qualità dello Spirito Santo, del Rappresentante del Creatore.

Il senso della nostra vita (lezione)

Lo spazio cosmico è realmente pluridimensionale. Le dimensioni dello spazio non sono simboli matematici, ma strati realmente esistenti, che somigliano ai piani di un palazzo. Esistono soltanto delle caratteristiche particolari:

1. Si può entrare nelle parti più preziose di questo "edificio" soltanto come cuore spirituale.

2. Ogni "corridoio-piano" è infinito per la sua grandezza.

3. I "corridoii-piani" si distinguono non per la loro altezza, ma secondo la loro *profondità*: i più sottili (secondo lo stato dell'energia che si trova in essi) si trovano nella *profondità*, invece quelli grossolani sulla periferia di tutta la struttura. Il più profondo "corridoio-piano" è la Dimora del Creatore.

Tutte le volte quando noi pensiamo, pronunciamo o sentiamo la parola *Dio* dobbiamo sottintendere la Consapevolezza Primordiale Universale, con altre parole, il Creatore.

Il compito della nostra evoluzione è di cercare di conoscere il Creatore nella Sua Dimora e riunirci a Lui come consapevolezza sviluppata (anima).

¹¹ Vorrei notare che a volte nella letteratura si usano anche gli altri modi di usanza di questo termine: con esso si possono semplicemente chiamare tutti gli eoni non materiali.

La parte principale di ognuno di noi, capace di sperimentare questo, è il cuore spirituale. Esso deve ardere dell'amore verso il Creatore e deve essere raffinato fino al livello Divino e cresciuto fino alla grandezza Divina.

La mente di tale discepolo deve essere sviluppata tanto da permettere di non seguire i percorsi sbagliati e non illudersi dei successi immaginari su questa Via.

Colui Che ha raggiunto la Dimora del Creatore, è diventato il suo abitante e dopo esce da lì come Parte di Sé per aiutare tutti gli incarnati si chiama Spirito Santo (Brahman).

Colui Che ha raggiunto l'Unione con il Creatore e continua nello stesso tempo a trovarsi nel corpo umano Si chiama Cristo, Messia o Avatar (queste parole sono sinonimi).

Con tutto questo diventa chiaro che Dio-Padre, Cristo e Spirito Santo realmente appartengono ad unica esistenza; perciò è nata la Trinità che purtroppo in seguito ha perso il suo vero significato.

Ripeto, che il significato principale della parola *Dio* è il Creatore, esistente nella Sua Dimora. E non dimentichiamo che anche Cristo è Dio. E Spirito Santo anche Lo è.

Ma la stessa parola *Dio* a volte si usa per chiamare tutto l'esistente nell'universo incluso il Creatore, tutti gli aspetti delle Sue Creazioni e anche il "materiale" per costruirLe. In tali casi questo Unico Organismo Universale viene chiamato *l'Assoluto* (ciò è Dio nell'aspetto dell'Assoluto).

In questo Universale Pluridimensionale Superorganismo, nell'Assoluto, tutto è collegato, sotto controllo e non succede niente di "casuale".

Lui è realmente UNICO e in questo somiglia all'organismo umano che anche è pluridimensionale. Perciò diventa facile da capire l'idea biblica che il Creatore ha creato l'organismo umano a Sua Somiglianza.

Cioè l'organismo umano secondo la sua struttura pluridimensionale somiglia a Dio nell'aspetto dell'Assoluto. Ma Dio-Padre non somiglia al vecchietto sulla nuvola!

Dentro all'Organismo Universale dell'Assoluto, uguale come nell'organismo umano, si compiono i processi vitali delle trasformazioni delle componenti interne. Questa è l'Evoluzione Primordiale.

La creazione delle altre nuove "isolette" materiali nell'Oceano dell'Assoluto (in seguito la loro distruzione, la dematerializzazione) serve per "alloggiare" su esse le particelle della vita incarnate nei corpi materiali, che

sviluppando se stessi, devono unirsi al loro Creatore e in questo modo fare arricchire Lui con sé.

Il cibo per queste anime in crescita è la materia del nostro solito cibo.

Quindi, una parte delle anime che durante l'incarnazione hanno raggiunto la Perfezione si riunisce al Creatore. L'altra parte non ha fatto in tempo e "s'impantana" su l'uno o su l'altro stadio della propria evoluzione e poi s'incarna di nuovo. Esiste ancora una parte delle anime che diventano "i rifiuti dei processi vitali" dell'Organismo dell'Assoluto e in seguito vanno a finire nell'inferno, nel "buio esterno".

Avendo il diritto di scegliere la direzione del proprio cammino, cioè la libertà della volontà, noi possiamo da soli costruire il nostro destino.

Pensiamoci sopra: dov'è che io vorrei andare?

... A volte le persone fanno cose stupide per raggiungere il perfezionamento spirituale secondo il loro punto di vista, o "per Dio"!

Qualcuno uccide e sacrifica altri umani o animali, costringe aggressivamente a seguire le "proprie" *regole di comportamento*, l'altro beve l'urina o ancora peggio impara a tappare l'orifizio in basso del corpo per non cadere tramite esso nell'inferno.

Esistono le persone che credono che le preghiere degli altri al posto loro possono sostituire i loro sforzi spirituali e allora il paradiso sarà garantito!

Sapendo soltanto la vera necessità di Dio, capendo la Sua idea nei nostri confronti, ci si può rendere conto dell'assurdità di tutto quello descritto sopra e capire quello che veramente bisogna fare.

... Che cosa bisogna fare per raggiungere la Perfezione? E che cosa significa nel modo concreto?

Esistono tre aspetti principali della Perfezione di Dio: l'Amore, la Saggezza e la Forza.

Adesso approfondiamo e vediamo che cosa possiamo fare per avanzarci verso la Sua Perfezione o al contrario verso lo stato delle creature demoniache.

Quindi per arrivare all'inferno, se noi lo desideriamo, dobbiamo fare:

1. Al posto dell'amore coltivare in noi stessi irascibilità, aggressività e cercare di profanare tutti e tutto intorno.

Viva il mio egocentrismo. Su qualunque sua insoddisfazione nei confronti dell'altra gente reagirò con le emozioni grossolane, con la rabbiosa

vendetta, rimarrò senza pace e senza sonno, vivrò nel continuo stress emozionalmente negativo, sarò perciò sempre malato e questo crea la base per odiare gli altri ancora di più: loro sono felici mentre io sono malato!

Bisogna imparare non soltanto ad odiare gli altri, continuamente concentrarsi sul disprezzo e sulla ripugnanza verso loro, ma anche scegliere gli oggetti concreti per tali emozioni. Se la gente o gli animali che mi circondano cominciano a comportarsi nel modo ostile verso di me, questo crea per me le condizioni favorevoli per perfezionarmi nel male: la loro ostilità fa aumentare la mia aggressività!

Per fare accrescere ancora di più in me stesso tali caratteristiche è necessario mangiare tanto materiale dei cadaveri (carne e pesce), allora le loro anime offese da me si trasferiscono nel mio corpo e faranno la vendetta per le sofferenze che loro hanno avuto, io comincio ad avere le malattie croniche dell'apparato digerente, dopo cominciano i disturbi psichici tipo schizofrenia (allucinazioni, delirio, "le voci" che condannano e provocano le azioni assurde).

Si può usare anche la sintonizzazione con la musica grossolana, con le canzoni che richiamano alla violenza. A proposito, se usano le parolacce per aumentare le sporche emozioni o come metodo per offendere gli altri allora anche questo aiuta parecchio nello sviluppo nella direzione scelta.

Mi aiuta anche una delle tecniche esoteriche che è la concentrazione nei chakra manipura e ajna.

Tutto questo complesso di tale lavoro permette di acquisire lo status del diavolo ancora nella vita di questo corpo e sicuramente dopo la sua morte; l'inferno sarà garantito.

2. Il lavoro dell'intelletto in tale situazione deve essere diretto sulla formazione dei programmi speciali del proprio sviluppo in questa direzione. Aiuta lo studio delle esperienze di quelli che hanno avuto il successo nel diventare diavoli. Per esempio con i maghi neri che guadagnano per vivere come "guaritori".

3. Per diventare diavoli ancora più potenti si può fare allenamenti speciali sui *punti di forza* negativi, dove noi possiamo farci abituare alle diverse varianti degli stati infernali: alle emozioni aggressive, alla rabbia, all'angoscia e alla disperazione.

Così possiamo essere sicuri che anche la morte del corpo non interrompe questi stati! Tutto questo diventa il *mio* quasi per sempre finché non accade la completa disintegrazione dell'anima nel "buio esterno"!

Ma finché questo ancora non è accaduto noi ancora abbiamo tempo per godere fino in fondo la beffa sui deboli degli incarnati!

... Adesso riposiamo un po' da questa malvagità e dopo guardiamo come si può sviluppare noi stessi nella direzione opposta.

Il migliore metodo di cominciare a muoversi nella parte contraria cioè non verso il "buio esterno", ma verso il Creatore, è allontanarsi dalla sporcizia umana e cominciare a sintonizzarsi con il puro e veramente bello! Aiutano gli sforzi per attivare l'attività del proprio cuore spirituale.

Il cuore spirituale comincia il suo sviluppo nel centro del torace, riempie prima tutto esso e dopo lo spazio circostante, diventando sempre più largo ed entrando sempre più profondo negli strati dell'Assoluto sempre più sottili, finché non accade l'Unione con il Creatore.

Ma soltanto le tecniche psichiche e le sintonizzazioni non potranno aiutare se non si fanno le azioni dell'amore, se non si controllano le proprie emozioni e non ci si permette mai di uscire dallo stato dell'amore, se non si concentra la propria attenzione sul Creatore in qualità del principale e l'ultimo Amato.

Ricordiamo che è impossibile sperimentare e amare il Creatore se noi non sappiamo come è Lui e dove cercarlo.

Non si può imparare a controllare le proprie emozioni se non impariamo ad essere in possesso degli organi che le producono, tramite i metodi dell'autoregolazione psichica, basata sul lavoro con i chakra e con i meridiani principali.

O se dicendo "le azioni dell'amore" si sottintende soltanto il sesso.

... Sicuramente l'esperienza sessuale positiva è importante per l'autorealizzazione spirituale. L'amore sessuale permette di arricchire la sfera emozionale con la tenerezza sottile; superando questo scalino noi impariamo ad amare ancora nel modo più raffinato, acquisiamo gli stati ancora più sottili della consapevolezza, tramite i quali noi potremo riunirci allo Spirito Santo e al Creatore.

Le mammelle delle donne hanno il collegamento con il chakra anahata. La loro sensibilità favorisce lo sviluppo naturale del cuore spirituale.

Gli uomini non hanno questa possibilità e per cominciare il Cammino spirituale loro devono sintonizzarsi con gli stati sottili delle donne o praticare le tecniche psichiche che sviluppano e fanno raffinare la sfera emozionale.

Perciò ci sono più donne che uomini che raggiungono il successo nell'autorealizzazione spirituale.

Per essere chiamati spirituali i rapporti sessuali devono procedere nel tenero amore con cui si dona se stesso all'altro, ma non sullo sfondo degli stati egoistici e grossolani. Loro non possono procedere mai come il sesso di gruppo.

Il sesso non deve in nessun caso diventare lo scopo della vita e fare dimenticare tutto ciò che appartiene allo scopo più importante: la costruzione del rapporto dell'amore con Dio!

Vorrei sottolineare che la capacità di amare si forma nelle condizioni normali non soltanto tramite il suo aspetto sessuale. Esistono gli altri aspetti importanti e necessari come lo sviluppo della premurosità, del rispetto verso i meritevoli, la capacità di perdonare gli errori degli altri, aiutare sacrificando i propri interessi e anche la propria vita.

Dobbiamo capire che le raccomandazioni di alcuni "psicologi" di concentrare l'attenzione *sull'amore verso se stesso*, che negli ultimi anni sono stati molto diffusi, sono opposti alla spiritualità: il vero amore è la *dimenticanza di sé* per il bene degli altri! Questo è possibile soltanto sullo sfondo del non attaccamento verso i beni "terreni" e anche verso la vita in questo corpo.

Proviamo ad imparare ad amare aiutando anche le piante. Se vediamo il ramo secco, cerchiamo di levarlo. Se qualcuno ha buttato sull'erba un pezzo di qualcosa che coprendo la luce porta la pianta alla morte, noi dobbiamo salvarla. Se abbiamo notato che qualcuno ha appeso qualcosa sull'albero che gli impedisce di perfezionarsi nella sua bellezza dobbiamo aiutare questa creatura vivente a liberarsi e purificarsi.

Sicuramente all'amore non corrisponde l'appiccare fuochi (senza la necessità) perché può danneggiare la vita delle piante e degli animali, anche il raccogliere i fiori, tagliare gli alberi "di Natale" per avere soddisfazione ammirando la loro lenta morte...

Bisogna capire che nei corpi delle piante e degli animali ugualmente come nei nostri corpi avviene lo stesso processo dell'evoluzione, il quale noi non possiamo interrompere, escluso i casi di necessità. A questi casi appartengono l'uso delle piante per nutrirsi, l'uso delle legna per costruire o per scaldarsi ecc.

Gli animali possono essere uccisi soltanto per difesa.

Ricordiamo uno dei comandamenti che sono stati dati da Dio tramite Mosè: "Non uccidere!". Nemmeno Mosè lo seguì e dopo di lui tutti i giudei. Lo

stesso principio ripeteva Gesù Cristo¹² ma tutti coloro che si chiamavano cristiani non hanno dato nessuna importanza a questo comandamento di Dio.

È impossibile avvicinarsi al Creatore senza apprendere completamente l'aspetto dell'AMORE che si chiama COMPASSIONE! Inoltre la compassione deve essere verso tutte le creature viventi e non soltanto verso quelle incarnate...

“Dio è Amore” così insegnava Gesù Cristo. Se noi vogliamo diventare Divini, realizzando con questo la Volontà del nostro Creatore, anche noi dobbiamo trasformarci nell'Amore irreprensibile!

... Se noi impariamo soltanto a vivere nel costante sottile stato dell'amore allora il paradiso per noi è garantito.

Se noi con l'aiuto delle speciali tecniche meditative sperimentiamo l'Unione con lo Spirito Santo e ci abituiamo a vivere nell'Unione con Lui, allora noi rimaniamo in Lui, diventando Lui, e anche dopo la morte del corpo fisico.

Ma la Meta Finale è la sperimentazione del Creatore nella Sua Dimora e l'Unione con Lui tramite la consapevolezza sviluppata.

... Ricordiamo: lo stato al quale noi ci abituiamo durante la vita nel corpo sulla Terra è lo stesso stato nel quale noi rimaniamo per molto tempo dopo la morte del corpo.

Lo stato emozionale è lo stato della consapevolezza. Questa è l'emozione dominante alla quale noi ci siamo abituati durante la vita sulla Terra.

E dopo la morte del corpo noi ci trasferiamo nello stato adeguato a noi dello spazio pluridimensionale, adeguato secondo il livello di *sottigliezza* — *grossolanità*. Lì noi ci troviamo fra quelli che ci somigliano: fra gli abitanti dell'inferno o del paradiso, o nello Spirito Santo o nella Dimora del Creatore.

E dopo nessun tipo di tradizioni e nemmeno le preghiere di qualunque altro sono in grado di cambiare questa situazione.

Dunque dove noi vogliamo stare?

* * *

Sperimentare Dio è reale, nonostante che la maggioranza dei seguaci dei moderni movimenti “cristiani” è convinta nel contrario.

¹² [10,18].

Il Formatore del cristianesimo, Gesù Cristo, insegnava come sperimentare Dio [10,18].

E Dio realmente si può sperimentare nell'aspetto dello Spirito Santo e nell'aspetto di Gesù Cristo disincarnato. È molto più difficile, ma anche è possibile conoscerLo nell'aspetto di Dio-Padre.

Ma per realizzare tutto questo bisogna essere non il falso cristiano che parla continuamente di Cristo, ma vive nel completo contrasto con il Suo Insegnamento, no, il cristiano vero vive non per se stesso, ma per Dio, nell'amore, nel desiderio di servirLo, di conoscerLo e di unirsi nell'amore con Lui!

Invece per quei "cristiani" convinti che sia impossibile sperimentare Dio, per quelli che si ubriacano, uccidono, odiano, maledicono, Lui davvero non è conoscibile. Perché loro non sono cristiani!

“L'albero della conoscenza del bene e del male” (lezione)

Sullo schema della struttura dell'Assoluto¹³ sono presenti le finestre, le porte, i portoni nei "mondi diversi" e il principale di loro porta nella Dimora del Creatore. Proprio esso Gesù ha chiamato "il Sole di Dio"¹⁴, grazie alla sua intensiva tenera e sottile luminosità che ricorda la luce del gigantesco sole mattutino. Proprio tramite esso il devoto che anticipatamente ha sperimentato e acquisito tutto il necessario per raggiungerlo, penetra nella Dimora del Creatore.

Sullo stesso schema si vede che le anime si creano dal Creatore proprio nel paradiso, anche se qui si tratta non ancora delle anime umane, ma soltanto dei loro embrioni, che s'incarnano prima nei corpi vegetali e dopo in quelli animali. (Ecco la verità che ha trovato il suo riflesso nel racconto biblico sull'Eden).

Incarnandosi e sviluppandosi nel mondo della materia, qualche anima, grazie alla libertà della volontà (per il miglioramento del proseguimento nel Processo dell'Evoluzione) conserva la propria purezza dalla sporcizia delle emozioni grossolane.

¹³ Guarda le ultime pagine del libro.

¹⁴ [35].

Le altre “si attaccano” agli oggetti materiali, inclusi i propri corpi, s’innamorano di essi e perciò dalle proprie tendenze nascono l’egocentrismo e l’inimicizia verso le altre creature incarnate come se fossero concorrenti, per esempio, nel possedere del cibo, degli oggetti di lusso, o anche si arrogano il diritto di uccidere gli animali per soddisfare la loro ghiottoneria.

Tale scelta fra il bene e il male si disegna schematicamente come la diramazione che somiglia a quell’esistente sul ramo dell’albero. La scelta della via del male è quella che nella Bibbia è chiamata “caduta nel peccato” dell’uomo.

In seguito Dio, costantemente, continua ad offrire ad ogni anima la possibilità di scegliere nelle situazioni eticamente significanti: agire per il bene di se stesso e danneggiare gli altri o sacrificare se stesso per gli altri, con altre parole, creare il male o il bene.

Così si disegna il grafico del percorso d’ogni anima nel suo sviluppo come tante diramazioni, dove si sceglie sempre una direzione fra le due offerte. E da qui è nata l’immagine *dell’albero*.

Come risultato del cammino su queste traiettorie le anime si dirigono o nella Dimora del Creatore o nell’inferno scelto da loro.

... Esiste anche un’altra spiegazione della leggenda “sull’albero della conoscenza del bene e del male” e che anche è giusta e completa la prima spiegazione.

L’errore della gente è che è stata dimenticata la cosa più importante. Gli uomini hanno scordato che tutto quello che avviene nei loro destini è controllato da Dio, come se fosse guidato da fuori; e da questo punto di vista il bene e il male hanno lo stesso valore. E l’uno e l’altro sono le manifestazioni dei metodi educativi nei nostri confronti del nostro amato e saggio Genitore. Perciò noi dobbiamo vedere tutto ciò che riceviamo come il bene che arriva da parte di Dio.

Dunque dobbiamo cercare di capire l’idea di Dio se incontriamo il male sul nostro percorso. E dopo che abbiamo capito e abbiamo trovato il motivo in noi stessi dobbiamo migliorare e cercare di correggerci.

Invece le reazioni sbagliate possono portarci a peggiorare le cose, per esempio cercare di vendicarci con qualcuno che ci ha offeso, dimenticando il Gestore dei nostri destini, Dio.

In alcune organizzazioni religiose per spiegare le cause del male hanno “dato” la forza che è quasi simile a quella di Dio ad un Suo “rivale” chiamato Satana, Lucifero o gli altri nomi. Tali spiegazioni primitive pos-

sono nascere per esempio lì dove l'infinito universale Dio è stato presentato come il vecchietto che vola sulla nuvoletta...

... Il giusto modo di spiegare le situazioni dell'incontro con il male è importantissimo! Esiste un meccanismo della trasformazione di se stesso che si chiama la SINTONIZZAZIONE della consapevolezza con lo stato dell'altro oggetto.

Sintonizziamoci con la bellezza del sole che sorge, con il canto degli uccelli mattinieri e in questo modo anche noi saremo pieni della raffinatezza e dell'armonia della natura!

Noi cerchiamo il Creatore e proviamo a sintonizzarci con Lui e così ci avviciniamo a Lui. E Dio ci aiuta in questo!

Se invece noi... ci attacchiamo con le indrie della coscienza in una porcheria incarnata o non incarnata, allora senza volere ci sintonizziamo con il suo stato, lo stato infernale; anche noi diventiamo uguali al suo status emozionale. E se dobbiamo lasciare il corpo senza aver tempo per correggerci... allora finiamo nell'inferno seguendo questa porcheria...

Ecco perché Gesù Cristo ci ha lasciato il comandamento: non vendicare, non maledire gli offensori, ma perdona tutti, abbi compassione verso tutti, non pretendere mai di avere indietro qualcosa di tuo che ti è stato preso; è meglio dare ai rapinatori più di quello che loro vogliono prendere, ma non uscire mai dallo stato dell'amore!

Sono stato tradito tante volte e alla fortemente. Sono stato vittima di quelli che mi volevano vedere morto e dopo morivo piano con tante sofferenze durante molti mesi. Ma io rimanevo sempre cristiano: non volevo vendicarmi, non sono diventato uguale a loro, non mi sono sintonizzato con il loro stato emozionale. Io continuavo a cercare l'Unione con il Creatore e alla fine ho raggiunto la Vittoria! Ho aiutato tanti in questo. E aiuterò ancora!

Fate nello stesso modo e anche voi vincerete!

Gli scalini del Percorso spirituale (lezione)

La persona che si trova sicura sul giusto Percorso religioso può superare i seguenti sette scalini:

1. L'acquisizione della giusta comprensione della Meta superiore e dei metodi per raggiungerla.

2. La trasformazione di se stesso che deve corrispondere all'idea di Dio riguardo all'etica tramite l'eliminazione delle imperfezioni etiche e lo sviluppo delle qualità necessarie. La principale di quelle qualità è l'amore.

3. La raffinazione di se stesso come consapevolezza, con lo scopo della penetrazione nei superiori strati dello spazio pluridimensionale (eoni, lochi), il più sottile dei quali è la Dimora della Consapevolezza Primordiale Universale, cioè Dio-Padre, il Creatore.

4. Lo sviluppo quantitativo della consapevolezza raffinata.

5. L'acquisizione dei metodi dell'Unione con Dio.

6. Il rafforzamento dello stato di se nell'Unione con il Creatore.

7. L'acquisizione delle capacità Divine e l'aiuto alle creature incarnate nella qualità di Spirito Santo.

Per la maggior parte dei lettori, dopo le informazioni che loro hanno avuto in precedenza, tale impostazione del problema può sembrare inaspettata e poco credibile. Ma proprio questo Dio c'insegna durante tutta la storia dell'umanità, tramite i profeti e anche Lui di persona, manifestandosi nel corpo umano come Messia, Avatar, Cristo (queste parole hanno lo stesso significato nelle lingue diverse).

Il senso della vita di ognuno di noi è lo sviluppo di se stessi come consapevolezza, prima dentro il corpo, che è una capienza temporanea, e dopo fuori dai suoi confini e anche nell'infinito universo pluridimensionale.

Questo sviluppo segue due direzioni principali: quantitativa e qualitativa.

La prima direzione ha tre componenti: intellettuale, etica e anche la raffinatezza.

La direzione quantitativa sottintende la crescita del "grumo" dell'energia della consapevolezza individuale, il quale in seguito, tramite i metodi speciali meditativi, si riunisce all'Oceano della Consapevolezza Primordiale Universale, chiamato nelle lingue diverse: il Creatore, Dio-Padre, Geova, Allah, Tao, Ishvara, Svarog ecc.

... L'Universo è pluridimensionale. Questo non è un ragionamento matematico, ma una realtà che potrebbe essere sperimentata proprio dall'uomo. Le dimensioni spaziali sono state conosciute dai pratici reli-

giosi moltissimo tempo fa. Nella lingua greca essi si chiamavano eoni, in sanscrito — loca, in Agni-yoga è stato usato il termine “strati”.

La suprema primordiale dimensione spaziale è la Dimora della Consapevolezza Primordiale Universale, la Quale, com’era descritto nel modo approfondito nella Bhagavad Gita, periodicamente crea il mondo “manifestato” tramite la densità delle particelle elementari dell’energia cosmica (protoprakriti) sino allo stato materiale. Sulle “isolette” create dalla sostanza densa vanno ad abitare le particelle microscopiche di un altro tipo di energia — protopurusha, esse sono destinate, tramite numerose incarnazioni nei corpi organici, a sviluppare se stesse per diventare la Divinità e dopo riunirsi alla Consapevolezza Primordiale, arricchendoLa.

Questo processo dello sviluppo delle anime inizia dalla primaria formazione dei grumi dell’energia sui cristalli, dopo seguono le incarnazioni nei corpi vegetali, in seguito animali e alla fine in quelli umani.

Il compito degli umani è, essendo la tappa conclusiva dello sviluppo dell’anima individuale, usare tutte le forze per *raggiungere* in breve tempo la Divinità e l’Unione con il Creatore.

* * *

“La Creazione del mondo” non è la manifestazione di tutto l’universo. Gli astronomi osservano continuamente la nascita dei nuovi sistemi stellari e planetari.

Gli altri che hanno concluso la loro vita muoiono nei “buchi neri” creati da Dio. Questa è la loro “fine del mondo”. Le anime che non hanno fatto in tempo a raggiungere la Divinità si disfano e tornano allo stato di protopurusha. E la materia degli “isolotti” e dei corpi materiali degli umani, animali e vegetali torna ad essere protoprakriti, diventando il materiale per le nuove future creazioni.

Insieme protoprakriti e protopurusha si chiamano con il termine *akashā*.

Abbiamo già parlato tanto della struttura dell’universo pluridimensionale. Adesso vorrei chiarire che tale struttura è come per esempio le onde radio che hanno la frequenza delle vibrazioni diversa, che esistono contemporaneamente nello stesso spazio senza incrociarsi e quasi non agiscono l’una sull’altra. E tutte si trovano nella profondità della pluridimensionalità sopra il mondo della materia solida, inclusi i nostri corpi materiali; noi nelle condizioni naturali non le percepiamo.

Proprio in questo modo gli spiriti che abitano negli eoni grossolani non vedono e non percepiscono quello che accade negli eoni sottili che sono in *profondità*. Nonostante siano guidate proprio da lì.

... Trasferirsi negli eoni più sottili è possibile soltanto nello stato incarnato tramite gli sforzi spirituali. La trasformazione (“trasmutazione”) dell’energia della coscienza accade solamente nella specializzata “fabbrica della trasmutazione” che in realtà è un corpo, capace di assorbire e consumare l’energia ricevuta dalla lavorazione del cibo materiale che è necessario per la trasformazione e la crescita del “grumo” della coscienza.

Adesso diventa semplice capire che nessun altro con le sue preghiere potrà mai trasferire le anime dall’*eone dell’inferno* nell’*eone del paradiso*. La leggenda che Gesù Cristo ha liberato i peccatori dall’inferno contiene un’informazione che è stata cambiata: Lui salvava i peccatori, ma quelli incarnati, donando loro l’Insegnamento di Dio tramite il Quale essi si liberavano dalle sofferenze terrene e non, tramite la raffinatezza della consapevolezza con l’aiuto dell’amore-tenerenza, il perdono, la compassione, la liquidazione dell’*egocentrismo* e della *grossolanità*.

* * *

Vorrei attirare la vostra attenzione sul fatto che in letteratura a volte si può trovare l’uso del termine “la quarta dimensione” non adeguato. La stessa cosa si può vedere anche nel “Libro di Gesù Cristo”¹⁵, nel quale Gesù usava questo termine parlando con l’ascoltatore “nella sua lingua”, cioè operando con le parole che erano usate dall’ascoltatore e con i loro significati che lui conosceva. Nello stesso libro questo termine è stato usato in due significati diversi e tutti due non erano adeguati: come la *Dimora di Dio-Padre* e come un insieme d’*eoni non materializzati*.

In realtà basandosi sulla logica della creazione di questo termine “la quarta dimensione” è proprio il mondo materiale, l’esistenza nella quale corrisponde non a tre “dimensioni”, ma a quattro: *lunghezza, larghezza, altezza e tempo*.

* * *

Adesso continuiamo il discorso sull’*Evoluzione universale*.

¹⁵ [35].

I primi ad abitare “sull’isolotto” della Creazione sono gli Spiriti che hanno già raggiunto la Divinità durante la Loro evoluzione sugli altri “isolotti”. Proprio Loro diventano i *Costruttori* e *Curatori* dell’evoluzione della vita su tali pianeti.

Tutto lo spazio dentro e intorno della nostra Terra è penetrato dalle Loro Consapevolezze gigantesche e l’Insieme di Loro si chiama lo Spirito Santo o il Brahman.

Con altre parole, come adesso il lettore può capire, lo Spirito Santo non è “l’irradiamento” di Dio-Padre (o di Dio-Padre e di Dio-Figlio). No! Lo Spirito Santo è un insieme delle Vive Consapevolezze Divine raffinate che ci amano, c’insegnano, c’educano, si trovano continuamente dentro e fuori dai nostri corpi. Loro sono sempre liete quando noi stiamo rivolgendolo a Loro la nostra attenzione con l’amore verso Loro e con la prontezza di accettare il Loro aiuto per avvicinarci a Loro, al Loro stato.

La stessa cosa si può dire anche della Consapevolezza del Creatore. Essa si trova nella *profondità* della pluridimensionalità, è infinita.

Essa come lo Spirito Santo esiste dentro (nella *profondità* pluridimensionale) sotto ogni cellula dei nostri corpi. La distanza da Lui non è più grande... dello spessore di un foglio di carta, com’è stato detto da Gesù Cristo¹⁶.

Non c’è bisogno di volare o andare lontano alla ricerca di Dio: Lui è qui e adesso, proprio in noi. Solo nell’*eone* diverso. E soltanto la nostra grossolanità per causa dell’ignoranza religiosa e della coscienza poco sviluppata ci separa da Lui.

Dentro di noi stessi, nel profondo dei nostri cuori spirituali dobbiamo cercare Dio. Questa formula famosa non è una bellissima metafora, ma una concreta indicazione della direzione del compiere i nostri sforzi.

... Esistono anche altri eoni che si distinguono secondo il livello della *sottigliezza-grossolanità*. I più sottili dei quali sono del paradiso, invece i più grossolani sono dell’inferno.

Quindi, se vogliamo evitare l’inferno dopo l’abbandono del corpo morto, allora dobbiamo già da adesso imparare ad esistere solidamente soltanto negli stati puri e sottili della consapevolezza.

Perché lasciando il corpo, dopo noi rimaniamo nello stato al quale ci siamo abituati durante la vita nel corpo.

¹⁶ [35].

In corrispondenza a questo noi saremo nell'eone, abitato dalle creature simili a noi: cattive, rabbiose, irritate, false o al contrario tenere, calme, premurose, amorevoli...

Come realizzare l'Amore verso Dio? **(lezione)**

Il nostro amore verso Dio deve portarci oltre il raggiungimento del paradiso, verso l'altissimo livello spirituale, verso l'Unione con il Creatore nel Suo eone superiore. Proprio questo Lui sta aspettando da noi. Perché in questo è la Sua Evoluzione, la Sua Vita! E se noi Lo amiamo veramente allora dobbiamo realizzare tutto ciò! Tutto questo è per Lui, non per noi stessi!

Sarebbe perfetto innamorarsi realmente di Lui a tale livello che sentiremmo la Sua mancanza e non potremmo trovare la pace sulla Terra senza di Lui!

L'amore verso il Creatore deve essere simile all'amore passionale verso un uomo! Si sottintende anche l'aspirazione verso la reale Unione, Unione delle consapevolezze, che somiglia all'unione di due anime umane che ardono con l'amore l'una verso l'altra.

Per innamorarsi così di Dio è necessario sapere di Lui più possibile.

E allora Lui potrà essere realmente sperimentato e non soltanto con la mente!

Lui diventa visibile soltanto per coloro che si avvicinano a Lui per il loro stato dell'anima.

Dio è Amore. Soltanto colui che diventa grande, forte e raffinato Amore può in questo modo percepire Dio. L'Unione con Lui diventa la pratica di tutta la sua vita e non soltanto parole vuote.

... Coloro che hanno raggiunto l'Unione con il Creatore diventano per sempre le Sue Parti inseparabili.

Ma per necessità, per esempio per compiere le Loro Missioni sulla Terra o sui altri pianeti, Loro possono di nuovo diventare Parte di Se, continuando ad essere uniti con Lui.

Gesù ha descritto questa situazione con i simboli della vite dell'uva (Giovanni 15): dal "Suolo" (Consapevolezza del Dio-Padre Universale) si sporge il "Tronco", Consapevolezza del Maestro Divino, Che con le Pro-

prie Mani-Rami sostiene tantissime anime incarnate che contano sul Suo aiuto.

Proprio in questo modo Si manifestano i Maestri Divini per la gente incarnata. Possono avere anche corpi materiali (essere incarnati) o non averli.

E anche avendo il corpo materiale hanno la capacità di partecipare nello stesso momento, in qualunque parte del mondo, con le Parti di Se-Consapevolezze. Perché Loro (come Consapevolezze) hanno la grandezza che supera quella del nostro pianeta; nei corpi sono presenti soltanto piccole parti di Loro.

* * *

Vorrei formulare, ancora una volta, per coloro che ancora non hanno capito fino in fondo la differenza fra gli "dei" dei pagani e le Manifestazioni personali di Dio-Padre. La confusione nel capire la risposta a questa domanda si basa sulla mancanza di idee giuste riguardo la pluridimensionalità dello spazio della gente religiosa.

Il criterio è tale: la Parte di Dio-Padre può essere soltanto Quello Che si trova nell'Unione con Lui nel superiore, unico per tutto l'universo infinito eone primordiale.

Gli "dei" dei pagani sono i personaggi inventati del folklore popolare e gli spiriti reali che appartengono al livello inferiore dell'avanzamento dell'evoluzione.

Dio negli aspetti del Creatore, del Maestro Supremo e della Meta per tutti noi è proprio *Uno* benché sia composto dalla numerosa quantità delle Consapevolezze Perfette Che sono sciolte Una nell'Altra. Loro sono unite perché tutte si trovano nella Dimora della Consapevolezza Primordiale e si mettono in azione sugli "isolotti" della Creazione uscendo da essa.

È tutto chiaro adesso?

Allora non rimane altro che penetrare *Lì* e stabilirsi *Là* nell'Unione con il Creatore.

* * *

La cosa più importante per iniziare questo Percorso diventa la realizzazione delle funzionalità del cuore spirituale (le energie del chakra

anahata, del dan-tian centrale). Questa struttura energetica dell'organismo è in realtà un organo che produce le emozioni dell'amore.

Pochissime persone hanno il cuore spirituale sviluppato dalla nascita (dall'incarnazione precedente).

Le donne raggiungono lo sviluppo delle funzionalità di quest'organo abbastanza facilmente tramite l'armonia della vita matrimoniale, perché l'organismo femminile ha gli ormoni adatti. La possibilità di perfezionare il proprio amore tramite la cura verso i bambini e altri membri della famiglia permette alle loro anime, incarnate nei corpi femminili, di avere un vantaggio davanti ai "forti" uomini (nelle loro grossolanità e prepotenza).

Per la maggior parte della gente l'unica possibilità per trasformare se stesso in modo radicale rimane la pratica delle tecniche psichiche speciali che sono state elaborate nelle scuole spirituali dell'induismo, del buddismo, del cristianesimo, del taoismo, dell'islam, e anche delle altre tradizioni religiose.

... Dio è Amore. Lui Stesso afferma questo. Anche quelli che Lo hanno sperimentato possono affermare la stessa cosa.

Anche noi per diventare simili a Lui dobbiamo imparare ad essere Amore nel senso di questa parola.

Come all'inizio dobbiamo abituarci a vivere in modo stabile concentrando la coscienza nel nostro chakra anahata.

La coscienza entra nello stato dell'amore.

In seguito, tramite gli esercizi meditativi, dobbiamo diffonderci gradualmente senza uscire da questo stato per diventare più grande dei nostri corpi, e dopo abbracciamo con il nostro cuore spirituale tutta la Terra e alla fine con noi-Amore abbracciamo Dio...

In questo modo noi diventeremo i *cuori spirituali universali* e ci riuniremo all'Oceano del Creatore dell'Universo.

Per realizzare realmente questo semplice schema bisogna fare tantissimo. Il problema è uno solo, che Lui non Si fa avvicinare da quelli che non sono degni.

Adesso parleremo come realizzare tutto questo dall'inizio per aiutare tutti a diventare degni della completa Autorealizzazione spirituale già in questa vita terrena.

* * *

Il lavoro spirituale deve essere cominciato dallo studio del concetto del Percorso e l'accettazione di esso. Dopo l'iniziale trasformazione etica di se stessi. Dopo di che il Percorso spirituale e l'avanzamento su esso.

La parola *spiritualità* deriva dalla frase detta da Gesù Cristo: Dio è lo Spirito. Con le altre parole spiritualità significa somigliare a Dio-Spirito. Il Percorso spirituale è il Percorso della trasformazione graduale di se in Lui. Essa si realizza tramite il cambiamento qualitativo e la crescita prima di tutto del cuore spirituale. Per crescita spirituale si sottintende la crescita di se come cuore spirituale.

Abbiamo già raccontato in precedenza come diventare cuore spirituale e come trasformarci. Vorrei far notare soltanto che il criterio del primo successo sarà la capacità di osservare il mondo con gli occhi dell'anima direttamente dalla gabbia toracica (nel senso diretto della parola!).

Quando noi cominciamo a percepire noi stessi come coscienze libere e non come corpi allora cominceremo ad avere la vista dell'anima, quella che usano coloro che hanno già lasciato i corpi materiali e sono diventati, come diciamo noi, spiriti.

La stessa vista la usa anche Dio per vedere quello che succede nella Sua Creazione con tutti noi.

Si può anche dire che il Creatore è Il *Cuore* di Dio, Dio nell'aspetto dell'Assoluto.

Ecco perché per sperimentarlo e unirsi a Lui è necessario diventare il perfetto cuore spirituale.

* * *

Una delle grandi spirituali fonti letterarie, Bhagavad Gita, ha una reticenza che ha provocato tantissimi errori negli sforzi di quelle persone che cercavano senza successo di raggiungere il Perfezionamento senza amore, non tramite l'amore.

Proprio nel discorso con Arjuna, Krishna indicando con il gesto la propria gabbia toracica diceva che è qui nel mezzo di queste "sopracciglia" (questo era lo scherzo: Lui indicava i peli sul Proprio petto maschile), bisogna aprire l'uscita dell'Energia Atmica...

Ma il Suo gesto non è stato descritto nella Bhagavad Gita e perciò lo scherzo non è stato capito dai lettori, e tantissima gente cominciò a cercare di “aprire il terzo occhio”, occhio dell’anima, non dal cuore spirituale, ma da uno dei più grossolani chakra, il chakra ajna.

I risultati erano sempre corrispondenti: la coscienza diventava più grossolana e, a volte, si verificavano lo stress e la perdita della salute. (Qualche volta si manifestava la capacità di vedere i colori che corrispondevano agli stati emozionali degli altri; ma purtroppo questo non serviva a niente sul Percorso spirituale e “rafforzava” tale tradizione sbagliata).

Con altre parole il “terzo occhio” (trikuttu) bisogna aprirlo, non nel mezzo della fronte, ma nel mezzo del proprio petto.

Se adesso voi non mi credete potete chiedere direttamente a Krishna, come l’ho fatto io. Ma prima voi dovete avvicinarvi al Suo stato ed imparare a vederLo come Consapevolezza Divina, trasformandovi nel cuore spirituale sviluppato. (Diversamente voi sentirete qualunque cosa da qualcuno che chiamerà se stesso con il nome Krishna).

La pratica dell’Esicasmò moderno (lezione)

Il movimento spirituale che è stato conosciuto sotto il nome di ESICASMO ha avuto l’inizio fra i ricercatori spirituali cristiani. Prima di parlare in modo approfondito su esso chiariamo che cosa è il cristianesimo.

Come prima cosa questo è l’Insegnamento su Dio e sul Percorso verso di Lui, che è stato lasciato per noi dal Messaggero del Creatore, Gesù Cristo, che Si è incarnato nel corpo umano.

Quali sono i Suoi Insegnamenti:

1. Voi dovete essere perfetti, come è perfetto il vostro Padre Celeste (Matteo 5:48).
2. Io e il Padre siamo Uno (Giovanni 10:30).
3. Io sono la Vite (Giovanni 15:1).
4. Come il Padre conosce Me ed Io conosco il Padre (Giovanni 10:15).
5. Io amo il Padre (Giovanni 14:31).
6. Padre giusto! Io ti ho conosciuto! (Giovanni 17:25).

7. E imparate da Me (Matteo 11:29).
8. Dio è Amore (1 Giovanni 4:16).
9. Tu devi amare Dio con tutto il tuo cuore e con tutta la tua anima e con tutta la tua mente e con tutta la tua forza (Marco 12:30).
10. Devi amare il tuo prossimo come te stesso (Marco 12:31).

Eccoli, sono i principi basilari del cristianesimo. In essi Gesù fa un appello alla gente di **DIVENTARE TALI COME LUI**. E nello stesso modo come Lui conoscere il Padre Celeste e diventare con Lui Uno.

Il Nuovo Testamento è pieno dei Comandamenti di Gesù. Il compimento di essi ci aiuta a realizzare questo. Sono richiami di:

essere assolutamente onesti verso l'altra gente, non avere i debiti e non appropriarsi di quello che non è il nostro,

essere premurosi con gli altri più che con noi stessi,

essere pacifici,

essere teneri e dolci l'uno verso l'altro,

aiutare tutti in tutto il bene,

perdonare, non vendicare, non maledire,

non odiare, non criticare,

non accumulare i beni "terreni": altrimenti si perde la possibilità di arricchirsi spiritualmente,

non perdere il controllo davanti ai primitivi aggressivi, che possono danneggiare soltanto il nostro corpo, ma non quello con il quale noi appariremo davanti al nostro Padre Celeste dopo la morte del esso, cioè l'anima.,

non usare gli alcolici,

non essere superbi, ma essere modesti e rispettosi verso gli altri,

non mettere il sesso al primo posto, altrimenti esso sposterà Dio dalla nostra attenzione, la ricerca privata di Dio e il servizio a Lui devono rimanere sempre nella nostra vita al primo posto.

Vorrei dimostrare qualche citazione:

Vi do un nuovo comandamento, che vi amiate gli uni gli altri; come vi ho amati Io, anche voi vi amiate gli uni gli altri! (Giovanni 13:34)

Soprattutto, abbiate intenso amore gli uni per gli altri, perché l'amore copre una moltitudine di peccati! (1 Pietro 4:8)

Se qualcuno fa la dichiarazione: "Io amo Dio", eppure odia il suo fratello, è bugiardo. Poiché chi non ama il suo fratello, che ha visto, non può amare Dio, che non ha visto. (1 Giovanni 4:20)

Diletti! Continuiamo ad amarci gli uni gli altri, perché l'amore è da Dio!

Chi non ama non ha conosciuto Dio, perché Dio è Amore! (1 Giovanni 4:7-8)

Se continuiamo ad amarci gli uni gli altri, Dio rimane in noi!... (1 Giovanni 4:12)

Non siate debitori di nulla a nessuno, se non di amarvi gli uni gli altri! (Romani 13:8)

Non c'è timore nell'amore, ma l'amore perfetto caccia via il timore. ... Chi ha timore non è stato reso perfetto nell'amore! (Giovanni 4:18)

Se parlo le lingue degli uomini e degli angeli ma non ho amore, sono diventato un pezzo di rame risonante...

E se io ho il dono di profezia e conosco tutti i sacri segreti e tutta la conoscenza, e se ho tutta la fede da trapiantare i monti, ma non ho amore, non sono nulla.

E se io do tutti i miei averi per nutrire altri, e se consegno il mio corpo, per potermi vantare, ma non ho amore, non ne ho nessun profitto.

L'amore è longanime e benigno,

l'amore non è geloso,

l'amore non si vanta,

non si gonfia,

non si comporta indecentemente,

non cerca i propri interessi,

non si irrita,

non tiene conto del male,

non si rallegra dell'ingiustizia, ma si rallegra della verità...

L'amore non viene mai meno, ma se ci sono profezie, saranno eliminati; se ci sono lingue, cesseranno... (1 Corinti 13:1-8)

Continuate ad amare i vostri nemici e a pregare per quelli che vi perseguitano!... (Matteo 5:44)

Felici i pacifici!... (Matteo 5:9)

Tutte le cose dunque che volete che gli uomini vi facciano, anche voi dovete similmente farle loro... (Matteo 7:12)

Dà a chiunque ti chiede, e a chi toglie le tue cose non le richiedere. (Luca 6:30)

Poiché se voi perdonate agli uomini i loro falli il vostro Padre Celeste perdonerà anche a voi, mentre se voi non perdonate agli uomini i loro falli, neppure il Padre vostro perdonerà i vostri falli. (Matteo 6:14-15)

Chi è saggio e ha intendimento fra voi? Mostri mediante l'eccellente condotta le sue opere con la mitezza che appartiene alla sapienza. Ma se avete nel vostro cuore amara gelosia e contenzione, non vi vantate e non mentite contro la verità. Questa non è la sapienza che scende dall'alto, ma è terrena, animale, demoniaca... (Giacomo 3:13-15)

Poiché questa è la Volontà di Dio, che facendo il bene mettiatelo a tacere il parlare da ignoranti degli uomini irragionevoli! (1 Pietro 2:15)

Chi dice di essere nella luce e odia il suo fratello è nelle tenebre fino ad ora. (1 Giovanni 2:9)

Il vostro amore sia senza ipocrisia!

Aborrite ciò che è malvagio, aderite a ciò che è buono!

Con amore fraterno abbiate tenero affetto gli uni per gli altri!

Nel mostrare onore gli uni agli altri prevenitevi! (Romani 12:9-10)

Continuate a benedire quelli che vi perseguitano, benedite e non maledite! (Romani 12:14)

Non rendete a nessuno male per male! (Romani 12:17)

Non vi vendicate! (Romani 12:19)

Ma se il tuo nemico ha fame dagli da mangiare, se ha sete, dagli qualcosa da bere! (Romani 12:20)

Non farti vincere dal male, ma continua a vincere il male col bene! (Romani 12:21)

Ma tu, perché giudichi il tuo fratello? O anche tu, perché disprezzi il tuo fratello? Poiché tutti compariremo davanti al tribunale di Dio; così, dunque, ciascuno di noi renderà conto di se stesso a Dio!

Perciò non giudichiamoci più gli uni gli altri, ma sia piuttosto questa la vostra decisione, di non mettere davanti al fratello pietra d'inciampo o causa per incespicare. (Romani 14:10-13)

Se un uomo fa qualche passo falso prima che se ne renda conto, voi che siete spiritualmente qualificati cercate di ristabilire tale uomo con uno spirito di mitezza, badando a te stesso affinché anche tu non sia tentato. (Galati 6:1)

Non esca dalla vostra bocca nessuna parola corrotta, ma qualunque parola che sia buona per edificare secondo il bisogno, affinché impartisca ciò che è favorevole agli uditori! (Efesini 4:29)

Quando sei invitato da qualcuno ad una festa nuziale, non giacere nel posto più eminente!... Poiché chiunque si esalta sarà umiliato e chi si umilia sarà esaltato. (Luca 14:8-11)

Smettete di accumularvi tesori sulla terra, dove la tignola e la ruggine consumano, e dove i ladri sfondano e rubano. Piuttosto, accumulatevi tesori in Cielo!...

Poiché dov'è il tuo tesoro, là sarà anche il tuo cuore. (Matteo 6:19-21)

Tutte le cose sono lecite; ma non tutte le cose sono vantaggiose... (1 Corinti 10:23)

Non potete essere schiavi di Dio e della Ricchezza¹⁷! (Matteo 6:24)

Quale beneficio avrà un uomo se guadagna tutto il mondo ma perde l'anima sua? (Matteo 16:26)

Avete anche udito che fu detto agli antichi¹⁸: "Non devi giurare senza adempiere, ma devi pagare a Dio i tuoi voti"... Ma io vi dico: "Non giurate affatto!... La vostra parola Sì significhi Sì, il vostro No, No!" (Matteo 5:33-37)

E non vi ubriacate di vino, in qui è dissolutezza, ma continuate ad essere pieni di Spirito!... (Efesini 5:18)

È bene non mangiare carne né bere vino né fare alcuna cosa nella quale il tuo fratello inciampa. (Romani 14:21)

Come di giorno camminiamo decentemente, non in gozzoviglie e ubriachezze, non in rapporti illeciti e condotta assoluta, non in contesa e gelosia! (Romani 13:13)

¹⁷ Dio pagano della ricchezza.

¹⁸ Mosé.

Ciascuno continui a cercare non il proprio vantaggio, ma quello altrui! (1 Corinti 10:24)

Con modestia di mente considerate che gli altri siano superiori a voi! (Filippesi 2:3)

Chi non raccoglie con Me disperde! (Matteo 12:30)

E non abbiate timore di quelli che uccidono il corpo ma non possono uccidere l'anima!... (Matteo 10:28)

Ma ora realmente allontanatele tutte da voi: ira, collera, malizia, parlare ingiusto e discorso osceno dalla vostra bocca! (Colossesi 3:8)

Vi ho detto queste cose affinché la mia gioia sia in voi e la vostra gioia sia resa piena!

Questo è il Mio Comandamento: che vi amiate gli uni gli altri come vi ho amati Io! (Giovanni 15:11-12)

Queste cose vi comando, che vi amiate gli uni gli altri! (Giovanni 15:17)

* * *

Rivolgiamoci a noi stessi: abbiamo capito nel modo giusto quello che insegnava e continua ad insegnare Gesù?

Il cristianesimo è proprio questo! Perché proprio così insegnava ed insegna Gesù Cristo! Tutto il resto è settarismo.

Vorrei sottolineare che Gesù durante la Sua vita terrena che conosciamo tutti noi insegnava ai Suoi Allievi-Apostoli anche le pratiche meditative, senza di quelle è impossibile sperimentare il Padre Celeste.¹⁹

Nel nuovo Testamento c'è una frase di Gesù: "Dio è uno Spirito, e quelli che l'adorano devono adorarLo con spirito e verità" (Giovanni 4:24). Questo significa che il Percorso verso Dio deve essere fatto capendo nel modo giusto l'essenza di Dio e il compito umano evolutivo. "AdorarLo" (meglio tradurre come onorarLo) bisogna non con i movimenti dei corpi, ma con le anime, che gradualmente si liberano, grazie alle pratiche meditative dell'autoperfezionamento, dalla dipendenza dei propri corpi.

¹⁹ Le ricche esperienze del lavoro meditativo sotto la guida di Gesù appaiono nelle Sacre Scritture degli Apostoli Giovanni, Filippo, Tomaso e anche Paolo. Di questo potete leggere nei libri [10,18].

* * *

Nelle pratiche delle chiese cristiane esistono tante tradizioni nei loro templi, benché questo non avesse posto nell'Insegnamento di Gesù Cristo. Proviamo a rispondere alla domanda se sia bene o male che esista tutto questo.

Da una parte la persona ragionevole capisce che Dio si trova nel tempio tanto quanto sia fuori. E bisogna cercarlo nelle *profondità* dell'universo e non nell'edificio materiale.

Però dall'altra parte i templi sono apparsi come delle necessità naturali degli uomini riuniti nella loro comune aspirazione spirituale, per riunirsi insieme per un semplice emozionale rapporto con i compagni di fede, per lo scambio delle idee che appartengono alle esperienze, per l'aiutare gli uni gli altri, per imparare.

Anche l'usanza dei riti spesso è molto utile, essa favorisce che la gente riunita si concentri sulla percezione del Divino e si fermi il loro flusso dei pensieri sulle cose "terrene". Su tale sfondo tanti di loro per la prima volta nella vita ricevono le dimostrazioni della realtà mistica: percepiscono il tocco delle mani invisibili, i flussi energetici che provengono da icone, le idee e anche le voci degli interlocutori invisibili...

Per qualcuno in questo modo si manifesta Dio, per altri no... Tutto dipende dal livello della purezza etica dell'uomo concreto.

La purezza etica della maggior parte degli uomini dipende dal livello del loro avanzamento spirituale. Questo è molto importante... Perché molto spesso propagandano le cose che sono completamente contrarie a quelle che appartengono al vero cristianesimo...

Quando noi parliamo delle diversità fra le correnti religiose mettiamo l'accento non sui riti! I riti possono rimanere così come sono! Il problema è in un altro fattore: nella mancanza del completo apprendimento dell'esistenza dell'Esistenza della Consapevolezza Universale, ma nello specifico del suo aspetto evolutivo!

Cominciamo dal momento che lo spazio universale è realmente pluridimensionale (non soltanto dal punto di vista matematico) e composto di sette livelli della pluridimensionalità.

Essi sono diversi l'uno dall'altro secondo il livello della sottigliezza delle energie che li riempiono.

Lo strato più profondo e sottile "nell'Oceano" universale pluridimensionale è Assoluto, la Consapevolezza Primordiale che può essere chiama-

ta anche Dio-Padre, il Creatore, Il Padre Celeste, Geova, Allah, Ishvara, Svarog, Tao, Odino, e tanti altri nomi secondo contesti e lingue diversi.

Dall'altra parte della scala della pluridimensionalità si trova l'inferno, "il pozzo nero" dell'Evoluzione, dimora delle creazioni con lo stato energetico grossolano. Sono quelle che durante la vita nel corpo fisico si trovavano negli stati emozionali grossolani.

Adesso è diventato chiaro perché Dio ci consiglia di vivere negli stati emozionali del tenero amore e non della rabbia, dell'odio, dell'ira, della condanna e dell'irritazione?...

... Non sempre l'uomo riesce a migliorare il proprio carattere in modo semplice e veloce. A volte lui semplicemente non sa cosa deve fare? E allora come aiuto può essere usato il sistema dell'autoregolazione psichica che è stato elaborato e descritto in modo dettagliato nei nostri libri. Esso è basato sull'acquisizione del controllo delle funzioni dei propri chakra che sono gli organi responsabili della produzione delle nostre emozioni.

Il chakra più importante è il chakra anahata che si trova nella gabbia toracica. Proprio in esso nascono le emozioni dell'amore "cordiale", dello stato che realmente ci fa avvicinare a Dio e che è stato predicato da Gesù Cristo e da Suoi Apostoli.

Sopra l'anahata, nel collo, si trova il chakra vishuddha, responsabile della percezione estetica delle situazioni dell'ambiente circostante.

Ancora più in alto, nella testa si trovano due chakra "mentali".

Invece sotto l'anahata, nella pancia e al livello del perineo, si trova il blocco di tre chakra, che si chiama dan-tian inferiore o hara. Esso si chiama il *blocco di forza* dell'organismo che alimenta con la bioenergia le sue funzionalità diverse.

Proprio l'anahata con il suo composto prezioso, con il cuore spirituale, è la parte più importante di ognuno di noi. Perciò dobbiamo tenerlo pulito e cercare sempre di svilupparlo, farlo crescere..., cioè noi dobbiamo crescere, diventando il cuore spirituale, trovarci come *anima* in esso, "abitare" in lui.

* * *

Dio è l'Amore. E per avvicinarci a Lui, noi dobbiamo anche trasformarci in Amore.

L'unica possibilità per realizzarlo è controllare le proprie emozioni nel modo consapevole, usando la propria volontà, escludendo gli stati emozionali grossolani e coltivando soltanto quelli raffinati.

Questo non può essere realizzato diversamente, se non tramite i metodi del lavoro spirituale.

Se noi ci impegniamo intensivamente sulla nostra trasformazione etica secondo i principi dell'etica Divina descritti sopra, allora ci meritiamo l'aiuto nel nostro avanzamento spirituale da parte dei Maestri Divini, dei Rappresentanti di Dio-Padre. Loro insieme sono Quello Che è stato chiamato lo Spirito Santo.

... Il Creatore è interessato al nostro sviluppo positivo. È stato Lui a mandarci a svilupparci nelle condizioni delle incarnazioni terrene! Qual è il motivo? Per farci arrivare al necessario livello di sviluppo e dopo di che riunirci a Lui, arricchendolo con noi stessi.

Sicuramente unirsi a Lui con la consapevolezza proprio adesso non è una cosa che possono fare tutti. Perciò Lui ci manda ad incarnarci non una volta sola, ma tantissime volte. E l'età dell'anima di ognuno di noi è diversa: qualcuno s'incarna nel corpo umano per la prima volta, invece l'altro è già stato incarnato cento volte.

Prima delle vite umane terrene noi tutti come anime eravamo ad evolverci nei corpi delle piante e dopo degli animali. E quelli che adesso sono incarnati nei corpi di essi sono ... futuri uomini.

La comprensione di questo deve diventare la base del nostro comportamento verso tutte le creature viventi, incarnate sulla Terra con il rispetto e con la compassione.

... Dio ha dato a Mosè il Comandamento: "Non ammazzare!". Mosè era il primo che non lo ha seguito... E da quel tempo questo Comandamento non è stato accettato dalle masse di quelli che si chiamavano i cristiani o i musulmani.

Ma Dio non ha raccomandato tramite Mosè di "Non ammazzare gli uomini!". Lui ha scritto sulla tavola la formula con un senso molto più ampio: non ammazzare nessuno! Lui anche ha spiegato:

"...Ecco vi ho dato tutta la vegetazione che fa seme che è sulla superficie dell'intera Terra e ogni albero sul quale è il frutto di un albero che fa seme. Vi serve di cibo." (Genesi 1:29).

E dopo ha chiarito ancora (Genesi 9:1-4): solo non dovete mangiare quelli nei corpi dei quali scorre il sangue! A loro appartengono tutti i mam-

miferi, i rettili, gli anfibi, i pesci, i molluschi ... quasi tutte le creature viventi, escluso le piante.

Anche se non credete alla Bibbia provate a ragionare: è giusto uccidere quelli, che soffrono dal dolore e non vogliono morire, soltanto per la soddisfazione del proprio palato? E come facciamo con il principio dell'AMORE, amore verso tutto il vivente?

Ecco perché ci sono le persone che proprio per motivi etici passano all'alimentazione con i vegetali, i latticini e le uova.

E vi assicuro che senza questo passaggio Dio non accetterà mai qualunque amore essere perfetto!

* * *

Imparando ad amare tutto il Creato, cominciando dalle sue piccole manifestazioni, noi gradualmente sviluppiamo in noi stessi la capacità di amare così, come ama il Creatore Stesso.

In questo modo noi ci avviciniamo a Lui secondo lo stato delle anime.

Così noi ci sviluppiamo noi stessi nella quantità dell'Amore.

E come risultato acquisiamo la capacità di innamorarci anche del Creatore.

Diventando l'Amore perfetto noi ci riuniamo al Creatore, diventando la Sua Parte Fissa.

Parlando brevemente proprio di questo è composta l'essenza dell'Insegnamento di Dio che Lui sta cercando di dare alla gente.

I ricercatori spirituali che hanno raggiunto la perfezione etica ricevono l'aiuto da parte dei Maestri Divini per arrivare al Perfezionamento di se, come anime, come consapevolezze. E allora queste persone si riuniscono al Creatore nella Sua Dimora.

Nella Dimora del Creatore tutte le Consapevolezze individuali, Coloro che hanno raggiunto la Perfezione, sono riunite in *Uno*.

Proprio questo permette di dimostrare con tutta la responsabilità che Dio è *Unico*.

Ma Loro sono capaci di nuovo di acquisire la propria individualità parziale, uscendo dalla Dimora del Creatore come Sue Parti. Li chiamano i Maestri Divini, gli Spiriti Santi o il loro insieme, lo Spirito Santo.

Fra Loro ci sono quelli che hanno l'aspetto maschile e quello femminile, secondo la loro ultima incarnazione.

Ognuno di Loro è assolutamente libero nel Suo spostamento e può apparire in qualunque parte dello spazio. A volte è possibile osservarli uniti insieme in un gruppo nello stesso posto.

Si manifestano Loro spesso come forme umane gigantesche (Mahadubli) avendo l'altezza e la base da dieci metri fino a qualche chilometro. Sulla cima appare l'Immagine Divina. Loro escono dalla Dimora del Creatore, rimanendo uniti a Lui, e facilmente penetrano con Se Stessi tutto lo spazio terreno e tutte le cose materiali come trasparente Fiamma Divina.

Tanti di Loro hanno una o più "zone di responsabilità" sulla superficie della Terra, dove ognuno di Loro cerca di aiutare la gente incarnata a migliorare, crea per loro le situazioni che gli insegnano ad acquisire l'etica, come la cosa principale. Loro insegnano anche a quelli che sono già consapevoli di essere allievi di Dio e comunicano direttamente con i propri Maestri Divini disincarnati.

Per esempio, sopra San Pietroburgo è possibile osservare l'Immagine Divina dell'Apostolo Andrea. Ma esistono anche i posti precisi dove si può comunicare con Gesù, Sathya Sai Baba, l'Apostolo Filippo e gli Altri.

A volte per sbaglio Gli danno nome del "Patrono" della città. No! Loro non sono i Patroni, ma nostri Educatori, a volte severi, quando è necessario, e negli altri casi teneri e premurosi. Ma sono sempre Saggi. Loro sono Coordinatori dei nostri destini: quelli che ognuno di noi merita.

Nei rapporti con i Loro concreti allievi incarnati, ognuno di Loro cerca di regalare le conoscenze e i metodi che nel passato erano le basi del Loro Percorso Spirituale. A volte le Loro esperienze si riuniscono. Questo accelera la crescita dell'allievo e anche, permette di perfezionare continuamente la metodologia del perfezionamento spirituale, secondo le concrete condizioni ecologiche e culturali dell'insegnamento.

* * *

La fantasia umana ha creato l'immagine del diavolo: con le corna, con gli zoccoli, con la coda, del sesso maschile e spesso... un maniaco sessuale.

Ma questo è uno sbaglio molto nocivo. Nocivo perché le persone che seguono la via della propria realizzazione diabolica non si rendono conto

del proprio stato: perché la coda e le corna non crescono allora secondo loro tutto va benissimo!

Nelle condizioni della dominante ignoranza religiosa, diventare diavoli, per tanti è diventata una cosa semplicissima! Noi possiamo osservarli fra i leader politici, nelle organizzazioni "spirituali", fra gli ubriaconi.

Loro possono essere di sesso maschile o anche femminile.

Chi sono loro? Come fare a riconoscerli?

La loro caratteristica principale è l'intensivo stato cronico emozionale grossolano (rabbia, odio, irritazione). Falsità, meschinità, aggressività anche queste sono le loro qualità.

Loro rimangono così anche dopo la morte dei loro corpi. La loro dimora sarà l'inferno, dove loro abiteranno fra i loro simili e saranno puniti da loro.

Ma qualcuno di loro potrà ancora per un periodo di tempo continuare a danneggiare la gente incarnata come quando anche loro avevano i corpi fisici.

I diavoli incarnati possono danneggiare fisicamente: uccidendo, violentando, picchiando, massacrando, rubando, organizzando gli altri con gli stessi scopi simili ai loro...

I diavoli incarnati e disincarnati sono capaci di creare i grossolani campi energetici che spesso provocano le malattie psichiche delle loro vittime. I dottori danno le diagnosi: la schizofrenia con i sintomi del delirio. Ma per loro questo non è delirio, ma realtà. Qualcuno finisce la vita come suicida, non trovando la via d'uscita.

Perché vi racconto tutto questo? Non per spaventarvi! Al contrario, per aiutarvi a trovare la decisione giusta in caso vi troviate in simili situazioni.

Prima di tutto, anche nei casi delle catastrofi e delle disgrazie, bisogna ricordare che tutto ciò che succede è tutto reale davanti agli occhi di Dio. Allora Lui permette che questo accada.

E anche di più. E' proprio Lui che crea queste situazioni!

È importante capire il perché. Che cosa Dio mi vuole insegnare, che cosa vuole dire con questo, che insegnamento mi vuole dare e in che cosa mi vuole correggere?

Dio non vive sul pianeta accanto! Lui non è un uomo invisibile che non riesce a tenere sotto controllo tutto ciò che succede con noi! Dio è l'Oceano

Universale della Consapevolezza, esistente dappertutto, in ogni punto dello spazio e come una sottile *coperta* divide il Creatore dal Suo Creato.

E non succede niente a nessuno di noi senza beneficio per noi stessi!

Per esempio, il dolore serve per imparare ad avere compassione per il dolore degli altri e per insegnarci a non danneggiare le altre creature.

Le azioni ingiuste ci insegnano come ci si sente ad essere dall'altra parte e permettono di studiare sulla pratica la psicologia umana.

A volte possono significare che è il momento di "cambiare"...

Tutto per il nostro bene!

Nel mio libro sulla mia autobiografia²⁰ io ho descritto come Dio, usando personaggi negativi, cambiava le situazioni della mia vita in modo radicale, e tutto per il mio bene!

Una volta, essendo ferito gravemente mi sono rivolto a Dio con la richiesta di spiegarmi il motivo, Lui cominciò con le parole: "Un giorno tu mi ringrazierai!"...

In seguito proprio così è successo!

E l'altra cosa importante: in tutte le situazioni difficili bisogna cercare di appiccicarsi a Dio! Spesso i problemi esistono proprio per questo motivo.

Gesù Cristo insegnava: "Dà a chiunque ti chiede, e a chi toglie le tue cose non le richiedere!" (Luca 6:30). Tanti dimenticano questo Comandamento. Come uno dei miei conoscenti (ha litigato con il suo ex socio che non voleva restituire i soldi) lo ha dimenticato, nonostante lo conoscesse. Ma l'Insegnamento di Dio bisogna, non soltanto leggerlo, ma anche compiere!

Il secondo sbaglio che lui ha fatto è stato di spostare la propria attenzione sul diavolo, invece di correre verso gli abbracci di Dio. E lui realmente ha *perso Dio* nel senso diretto della parola!...

Come conclusione lui non ha passato l'esame di etica...

Anche io mi trovavo situazioni simili. Ma al contrario di lui le ho usate per rinforzare la mia Unione con il Creatore: nel corpo stavo male, ma nella Dimora del Dio-Padre si stava così bene!

A me questi incontri con i diavoli mi hanno aiutato tantissimo.

... Ma la cosa peggiore è non incontrare il diavolo, ma diventare il diavolo. Questo sì che porta ad un destino pauroso!

²⁰ [9,15].

Una volta Dio, tramite un profeta, ci ha fatto conoscere un principio: **“Tutto è per il nostro bene!”**²¹. Cerchiamo di ricordarlo da adesso per non dimenticare nel momento del bisogno, quando sarà il momento dell’esame **“etica pratica”** davanti Dio.

Dio ci insegna anche ad accettare il male controllato da Lui come catalizzatore dello sviluppo del bene. Anche qui c’è da pensare e da ricordare.

... Tante volte io ho sentito sentenziare: **“Se Dio esiste, Lui deve essere buono! Lui non potrà mai permettere di fare cose brutte! Tutto il male proviene dal diavolo!”**...

Questo è il tipico sbaglio nel capire i principi dei rapporti fra uomo e Dio che è caratteristico per la nostra società. Le persone che pensano in questo modo hanno l’egocentrismo così **“profondo”** che vedono Dio come il loro **“schiavo onnipotente”**, che è obbligato ad organizzare la MIA vita secondo il MIO desiderio! Inoltre io non Ti conosco! E forse non esisti nemmeno!...

Ma Dio esiste. Lui veramente è onnipotente. Soltanto il carattere dei rapporti fra Lui e le creature incarnate è diverso.

Perché in realtà Lui e noi non siamo creature così tanto diverse. Noi siamo le sue particelle (particelle di Lui, come l’Assoluto) che sono state mandate da Lui sulla Terra per maturare!

E l’unico scopo della nostra esistenza è maturare!

Lui è il nostro premuroso Pastore che conduce noi, dal punto di vista obiettivo, soltanto con un unico scopo: che noi raggiungendo il livello della perfezione necessaria ci riuniamo a Lui, come anime, diventiamo Lui, facendo arricchire Lui con noi stessi!

In questo è la SUA Vita, la SUA Evoluzione!

Non esiste l’altro senso della nostra esistenza!

E tutti coloro che maturano con il successo, usando la propria libertà di volontà, ricevono le Sue benedizioni. I personaggi negativi si trovano fra i **“rifiuti dell’Evoluzione”**, nell’inferno, nel **“buio esterno”**.

L’unico giusto principio nei rapporti con Dio da parte nostra è la completa **OBBEDIENZA** davanti alla Sua Volontà e la sensibile percezione di tutti i Suoi Insegnamenti!

Il nostro egocentrismo deve essere scambiato con il Diocentrismo!

²¹ [10].

“Fatta la Tua Volontà come nel Cielo così è sulla Terra!” – questa frase deve essere letta, pronunciata a voce alta e anche cantata! Questo deve diventare la formula dei *nostri* rapporti con Dio per tutti noi!

Fatta la Tua Volontà, o mio Dio!

Per me sei Mio Onnipotente ed Infinitamente Supremo Padre Universale!

Tu sei il *Tutto*!

Sono il Tuo umile bambino, Ti amo e imparo da Te! Vorrei conoscerti interamente e unirmi a Te nell’amore!

Guidami verso la Tua Dimora per la Via Retta!

*** * ***

Tantissime volte non mi hanno restituito grandi somme di denaro! Quante volte distribuirono la diffamazione su di me! Mi descrissero con le caratteristiche che erano contrarie a quelle che io ho in realtà!

Poco tempo fa è stato scoperto che un certo scrittore ha rubato un capitolo dal mio libro (“L’Insegnamento di Juan Matus”): lo ha semplicemente copiato e pubblicato sotto il suo nome...

Tutto questo l’ho considerato come una specie di test per misurare la mia fedeltà verso Dio. senza distrarsi! La vita continuava senza odiare o vendicare nessuno, senza pretendere di avere il risarcimento “per i danni fisici e morali”...

In caso io avessi cominciato uno di questi conflitti, avrei perso la cosa più importante: il motivo per il quale noi siamo mandati sulla Terra, e non riuscirei mai ad aiutare la gente che ha ricevuto e riceverà ancora il mio aiuto nella guarigione delle anime e nell’avanzamento spirituale!

Oltre a questo, se io infrangevo i Comandamenti di Gesù e smettevo di essere un vero cristiano...

... “I cani abbaiano, ma l’elefante continua il suo percorso”, così ha detto una volta Sathya Sai Baba del Suo atteggiamento verso le situazioni di questo genere.

Chiunque abbia l’anima pura davanti a Dio e davanti agli uomini e segue il proprio Percorso spirituale può prendere questo principio per se.

E un'altra cosa: "Io gestisco tutti. Non ti arrabbiare con nessuno!", così mi insegnava Dio.²² A me le Sue parole hanno aiutato tantissimo. Spero che aiutino anche voi!

* * *

L'unica possibilità di sfuggire alle disgrazie terrene, adesso e in futuro, è il perfezionamento spirituale. Perché esso porta verso la giusta crescita della coscienza come quantità, provocando la "cristallizzazione" (come l'analoga crescita dei cristalli nelle condizioni che corrispondono a questo tipo di crescita). Questo dà la forza di resistere al male nel modo più efficace.

Ricordiamo il Comandamento: "non farti vincere dal male, ma continua a vincere il male col bene!" (Romani 12:21).

* * *

Il termine *esicasmo* deriva dalla parola greca *hesychia* che significa il *silenzio interiore*.

Senza questo *silenzio interiore* la *meditazione* diventa impossibile, essa è la base dello sviluppo della coscienza durante il Percorso spirituale dopo la tappa dello studio e della comprensione dei principi etici della nostra vita sulla Terra, che sono stati proposti da Dio.

Proprio l'aspirazione di raggiungere *hesychia* e andare verso il conoscere Dio ha formato la corrente di "raja-yoga cristiana" che è stata conosciuta come *esicasmo*.

La particolarità importante e il prezioso valore di questa corrente consiste nell'idea che gli *esicasti* proprio dall'inizio hanno capito che eseguire le indicazioni di Gesù Cristo per sviluppare la capacità di amare si può soltanto tramite il lavoro con il cuore spirituale.

Loro hanno scoperto che spostando la concentrazione della coscienza dalla testa nel cuore spirituale si può fermare il "dialogo interno", che escludeva fino a questo momento la meditazione.

Continuando gli sforzi durante il completo alloggio della coscienza nel cuore spirituale, l'uomo, all'improvviso, per la prima volta nella sua esperienza capisce che cosa sottintendeva Gesù quando parlava dell'amore spirituale!

²² [9].

La vita si trasforma! Gli uomini possono davvero amarsi gli uni gli altri e tutto intorno con il vero amore cristiano: "come se stesso" e anche molto di più di se stesso!

L'ulteriore sviluppo del cuore spirituale portava alla possibilità di fare entrare anche Dio nel proprio amore.

Dio ci aiuta sempre, dando la possibilità di percepire Se come Amore. Come conclusione vi è l'Unione dei due amati negli Abbracci dell'Amore.

Gli esicasti hanno inventato la metodica dello sviluppo del cuore spirituale che ha avuto il nome di *preghiera di Gesù*. Le sue formule potevano essere diverse: "Signore Gesù Cristo, figlio di Dio, abbia pietà di me peccatore!" o una variante più semplice come la supplica-appello all'Amato Gesù di entrare nel proprio cuore spirituale, ripetendo con l'umiltà il Suo nome: "Gesù! Gesù!...".

... Nei secoli seguenti furono pochi che riuscirono ad avere il risultato positivo dall'applicazione della "preghiera di Gesù". Esisteva l'opinione che "il suo segreto fosse stato smarrito"...

In realtà non è così. In realtà, fra i "fedeli" è stata persa la comprensione di che cosa è il vero cristianesimo, loro rifiutavano l'etica, proposta da Gesù Cristo. E come risultato: mancanza dell'approccio integrato e scientifico dello sviluppo spirituale dell'uomo. Con altre parole, non c'era la direzione scientifica-religiosa che adesso stiamo creando noi, che è stata chiamata la *Metodologia del perfezionamento spirituale*.

... Vorrei sottolineare ancora una volta che bisogna cominciare il proprio sviluppo spirituale non dalla pratica della meditazione, ma dalla completa e dettagliata conoscenza teorica della filosofia religiosa e dall'accettazione dell'etico Insegnamento di Dio, descritto prima.

In caso contrario lo stato del praticante non sarà mai stabile e lui non riuscirà a superare i test etici che saranno senz'altro proposti da Dio ad ognuno di noi. Questo può portare anche disturbi psichici.

* * *

Adesso vorrei farvi conoscere le idee più importanti del libro dei primi esicasti che si chiama *Filocalia*²³:

²³ [25].

Dagli *Insegnamenti Ascetici* del beato Diadoco, vescovo di Fhotiki:

Il limite o il confine della perfezione della fede, è... l'immersione della mente in Dio.

Limite del disinteresse è desiderare di non avere così come gli altri desiderano di avere.

Limite dell'umiltà è la dimenticanza perenne delle proprie buone azioni.

Limite dell'amore è la moltiplicazione dell'atteggiamento amichevole verso quelli ci maledicono e ci offendono.

Dagli *insegnamenti Ascetici* di Efrem il Siro:

Monaco, non avere i desideri di carne e non bere il vino, inoltre la tua mente si indurisce...

Non avere passione verso la carne e il vino, per non fare diventare la tua mente incapace di ricevere i doni spirituali.

Dio ha creato l'uomo libero, perciò lui riceve le punizioni e gli onori.

Lo sguardo che si sposta continuamente porta tante amarezze a chi lo segue. Se non riuscirai a resistere non potrai costruire la strada retta per la castità.

Con l'intelligenza allontanati dagli incontri nocivi, per fare stare in pace il tuo uomo interno.

Se vuoi vincere l'amore per il denaro, allora innamorati del disinteresse e del risparmio.

Se vuoi vincere la rabbia, allora acquisisci la generosità e la gentilezza.

Potresti permetterti di essere triste soltanto quando fai un peccato, ma anche in questo caso regolati per bene, per non arrivare alla disperazione.

Se vuoi vincere la vanità, allora smetti di amare lodi, onori, bei vestiti, preferenze, ma impara ad amare quando ti incolpano, ti profanano ed inventano bugie su di te...

Se vuoi vincere l'orgoglio, qualunque cosa farai non dire che è stata opera delle tue mani, ma devi dire sempre che soltanto grazie all'aiuto di Dio si fa tutto, ma non grazie alla tua forza o il tuo impegno.

Dagli *insegnamenti Ascetici* di Abba Dorofei:

Ho sentito una storia su un frate che quando veniva a trovare qualche altro frate e trovava la sua cella in disordine, allora diceva a se stesso: beato lui, che ha lasciato le faccende e le preoccupazioni terrene e tutta la sua mente ha diretto verso la montagna, che alla fine non trova il tempo per ordinare la cella.

Andava a trovare l'altro frate e vedeva che la sua cella era tutta ordinata e pulita, allora diceva a se stesso: com'è pulita l'anima di questo fratello, così è pulita anche la sua cella, perché lo stato della cella corrisponde allo stato della sua anima.

Non desiderare che tutto succeda come vuoi tu, ma desidera che tutto succeda così come sarà e allora sarai sempre in pace con tutti.

Abbi fiducia che i disonori e i rimproveri sono le medicine che curano l'orgoglio della tua anima e prega per quelli che ti fanno i rimproveri, perché loro sono i veri guaritori della tua anima...

Come risposta sulle false accuse devi dire: perdonatemi e pregate per me! Quando loro ti domandano come tutto è successo, allora racconta la verità, dopo inchinati con l'umiltà e di nuovo digli: perdonatemi e pregate per me!

Non preferire mai la volontà tua a quella del tuo fratello.

Dai *Discorsi spirituali* di Giovanni Cassiano:

(Esiste) lo stato che comprende la contemplazione dell'unico Dio e l'amore focoso verso di Lui, quando la mente è piena di quest'amore conversa con Dio da vicino.

Dagli *Insegnamenti Ascetici* di Nilo di Sinai:

Quando sarai disonorato rallegrati; perché in caso questo sia ingiusto allora per te sarà una grande ricompensa, se invece era giusto allora tramite esso ti liberi dal flagello della punizione.

Esiste la preghiera dei perfetti: ... quando con i gemiti inespressi dello spirito loro si avvicinano a Dio, Egli vede il loro cuore aperto.

Dagli *insegnamenti Ascetici* di Isacco di Siro:

Un saggio non si ferma mai ad osservare una folla unita, non da attenzione alle parole, ai discorsi, perché lui non desidera avere tante cose ed essere sempre indaffarato, ma in qualunque momento essere libero e non avere gli impegni.

Il saggio non è mai frettoloso, non ha mai i pensieri facili e caldi, ma in qualunque momento si trova in pace. Non esiste niente che potrebbe stupirlo, metterlo in imbarazzo, spaventarlo... Tutta la sua allegria e gioia è in quello che è gradevole al suo Padrone.

Il saggio, ... quando abbassa la testa e il suo sguardo interno del cuore è diretto verso i cancelli del posto Santo di tutti Santi... allora solo così può permettersi di parlare e pregare: sia con me la Tua volontà, o Signore mio!

Il deserto fa addormentare le passioni e desideri. Ma non è soltanto questo che deve fare l'uomo, fare addormentare le proprie passioni, ma farle sparire per sempre, cioè sradicarle... Le passioni addormentate possono svegliarsi appena si incontra il motivo del loro arrivo.

Chi desidera di innamorarsi di Dio più di tutte le altre cose deve preoccuparsi della purezza della propria anima.

La purezza dell'anima si raggiunge tramite la vincita delle passioni.

(Colui che non riuscirà a vincere le passioni, non entrerà) nella parte pura e senza peccati del proprio cuore.

Non odiare il peccatore, perché tutti noi saremo giustificati.

Dagli insegnamenti Ascetici di Teodoro di Edessa:

Quando facciamo morire le passioni, ci liberiamo dalla lussuria e la saggezza della mente sarà guidata dallo Spirito, allora arriva il momento di prendere la nostra croce e seguire Cristo.

“L'Allontanamento dal mondo” è in realtà la liberazione dalle passioni e la manifestazione della vita occulta nel Cristo.

* * *

I gradini del Percorso Spirituale si possono dividere in tre gruppi principali:

1. Preparativi (la conoscenza della teoria e il suo accertamento, l'inizio del lavoro etico su se stessi, introduzione nella vita quotidiana delle procedure di igiene basilari: lavaggio del corpo giornalmente, prendere il Sole tutto l'anno o lampada a quarzo).

2. I metodi di base includono l'acquisizione del rilassamento del corpo e della mente, la purificazione delle strutture bioenergetiche dell'organismo tramite i metodi speciali e, la cosa più importante, l'acquisizione del-

la capacità di “vivere” concentrandosi con la coscienza nel proprio chakra anahata e guardare da lì nel mondo che circonda.

3. L'ulteriore sviluppo di se stessi in qualità del cuore spirituale fino al raggiungimento dell'unione con il *Cuore dell'Assoluto*: con la Consapevolezza Primordiale Universale, con Dio-Padre, con il Padre Celeste.

* * *

La crescita dell'anima che è stata trasformata nel cuore spirituale non ha confine.

Monastico stile di vita, pieno del servizio a Dio, tramite l'aiuto alla gente nel loro avanzamento spirituale, aggiungendo le pratiche meditative in posti speciali trovati proprio per questo motivo, i punti di forza, permettono durante qualche anno di fare crescere se stessi (come il cuore spirituale) per raggiungere le dimensioni del nostro pianeta e dopo ancora di più. Durante questo periodo, in modo parallelo, l'ascetico spirituale acquisisce lo spostamento per tutti gli eoni principali dell'Assoluto, impara a diffondersi con la consapevolezza negli eoni superiori (superfini).

Come conclusione impara a sciogliersi nell'Unione col Padre Celeste, che per i successivi anni dei proseguiti sforzi spirituali diventa sempre più forte.

Dopo l'acquisizione dei primi successi su questo Percorso, il praticante si libera dalle malattie che poteva avere per anni prima di questo momento. Se lui continua anno dopo anno a sperimentare i nuovi livelli spirituali, allora anche il suo corpo si purifica fino a diventare *trasparente*, e sarà visibile soltanto tramite la chiaroveggenza. La Luce Divina comincia a fluire nel mondo materiale attraverso di esso! La Consapevolezza sviluppata per diventare Divina già da adesso, durante l'esistenza dell'attivo e sano corpo fisico, vive nell'Unione con il Creatore ed esce dalla Sua Dimora in posti necessari del Creato.

... Ma anche questo ancora non è tutto. Esistono prospettive ancora più interessanti.

“Il Sole di Dio” o Come diventare l’Oceano del Puro Amore (lezione)

Il termine “Sole di Dio” è stato inventato da Gesù Cristo con B.Cullen – un profeta del secolo passato, che ha vissuto negli U.S.A. Il libro è stato pubblicato negli U.S.A. nel 1992, e pubblicato anche in Russia²⁴ (purtroppo con molti errori d’ortografia).

Il messaggio principale che Gesù ha voluto dare alla gente attraverso questo libro, sta in questi termini:

Dio è perennemente vivente. Gesù stesso, era sulla terra, non solo 2000 anni fa, ma è presente ancora oggi giorno fra la gente incarnata (sebbene Lui non sia incarnato).

Molti credenti sono intenti in esercitazioni assolutamente prive di speranza ed insignificanti: eseguono senza fine movimenti corporei rituali, ripetendo preghiere, il più delle volte, non soltanto inutili ma anche nocive.

Essi perdono il loro tempo, invece di fare degli sforzi per una reale trasfigurazione spirituale di se stessi attraverso la realizzazione del programma che Dio ha predisposto per loro. Questo programma consiste nel conoscere Dio e nel fondersi consapevolmente con Lui nell’Amore.

Gesù afferma di camminare nelle chiese fra i credenti che si rivolgono a lui nella preghiera, tuttavia (costoro) non lo vedono, non lo percepiscono, non lo ascoltano e non lo sentono...

Invece di fare queste sciocche esercitazioni, Gesù propone ai suoi discepoli di servire Dio mettendosi al servizio degli altri e di fare degli sforzi personali per conoscere il Creatore.

Inoltre, non ha alcun senso cercare Dio nel cielo: si dovrebbe cercare “il cielo” spirituale non sopra la superficie del nostro sferico pianeta ma nella *profondità* dello spazio pluridimensionale. La residenza del Creatore è vicinissima a noi: la distanza da Lui non è più grande dello spessore di

²⁴ [35]. La lingua ed il contenuto del libro corrispondono a come vede il mondo la persona che ha ricevuto le informazioni: Dio comunica sempre con le persone usando la lingua ed i termini a loro comprensibili (si tratta di questo: il libro descrive le immagini di una nave spaziale e Cristo che lascia la terra su essa). Il libro, però, contiene informazioni molto importanti.

Citazioni più importanti di questo libro potete trovare nel [10].

un foglio di carta. La Via che conduce alla Residenza (del Creatore) inizia dentro lo sviluppo del nostro cuore spirituale.

L'ingresso nella Sede del Creatore è visto, dai cercatori spirituali che sono riusciti ad avvicinarsi a Lui, come un gigantesco e tenero sole simile a quello che ci accarezza di mattina, ma mille volte di più grande.

Conoscere tutto questo ed entrare attraverso il Sole di Dio, nel *Cuore di Dio* è il fine ultimo della nostra vita, dello sviluppo personale per ognuno di noi.

Sul percorso del nostro auto-perfezionamento personale e nei nostri sforzi per aiutare altri cercatori spirituali siamo sostenuti sempre dallo Spirito Santo. Gesù lo descrive come una forza dalle possibilità illimitate che proviene dalla residenza del Creatore. Lo Spirito Santo è sempre pronto ad aiutare i degni cercatori, ed *aspetta sempre l'occasione per farlo*.

Noi, però, dovremmo adeguatamente prepararci per rendere il nostro stato abbastanza simile alla condizione dello Spirito Santo e Gesù Cristo, per vederLi, percepirLi, sentirLi, per fonderci con Loro nell'Amore e diventare come Loro e quindi conoscere il Creatore con il Loro aiuto.

* * *

Parliamo adesso di come trovare il "Sole di Dio".

Lo sviluppo di una coscienza specifica è possibile soltanto nella condizione incarnata, questo è il vero significato dell'incarnazione. Infatti, il corpo materiale è "la fabbrica" che trasforma l'energia alimentare usuale in energia della coscienza.

L'organismo di un uomo incarnato (non il corpo!) è pluridimensionale.

Dovrei far notare che lo schema dei "sette corpi" sviluppato dagli occultisti, è metodologicamente errato. È più adeguato considerare una potenziale presenza dell'uomo su tutti gli strati principali dell'Assoluto Pluridimensionale; è questo potenziale che si dovrebbe realizzare.

Questo concetto, a tale proposito, è descritto nella Bibbia come somiglianza fra uomo e Dio — Dio nell'aspetto di Assoluto pluridimensionale.

Può diventare più facile capire tutto ciò guardando lo schema della struttura dell'Assoluto.²⁵

²⁵ Guardare alla fine del libro.

Forse questo schema non è così facilmente comprensibile perché non è possibile rappresentare in modo completo la pluridimensionalità dello spazio in forma grafica, però, per capirlo si dovrebbe accettare che ogni strato della pluridimensionalità indicato più in basso nello schema, in realtà è situato *più in profondità* sulla scala pluridimensionale, in cui ogni strato più *profondo* è più sottile confrontato a quello precedente.

La Residenza del Creatore è situata nel più *profondo*, quello è il più sottile strato d'energia della struttura pluridimensionale dell'Assoluto. Dovremmo, infatti, cercare (il Creatore) proprio là. La direzione metodologica del lavoro dovrebbe consistere in un perfezionamento della nostra consapevolezza cominciando dall'acquisire padronanza della propria sfera emozionale.

Tutto il processo di tale insegnamento (incluso la teoria, gli esercizi pratici e anche esami) proseguono sotto la guida dello Spirito Santo; Lui non lascia mai nessuno senza il Suo aiuto e la Sua attenzione. Non succede mai niente con nessuno senza il Suo controllo.

Quindi, che cosa dobbiamo fare, sapendo tutto questo? Probabilmente bisogna cominciare immediatamente la trasformazione spirituale di se stessi: proprio da oggi giorno!

Come comprendere la parola Dio (lezione)

Con la parola *Dio* non dobbiamo capire, prima di tutto, il Creatore.

Ma esiste anche la parola *Assoluto*, cioè pluridimensionale *Assolutamente Tutto*, escluso la "fogna" dell'inferno.

Nel cristianesimo esiste anche il concetto Trinità: Dio-Padre, Cristo (Dio-Figlio) e Spirito Santo.

Dio-Padre non è un vecchietto sulla nuvoletta, come a volte Lo disegnano sulle icone. Lui non è un uomo onnipotente che conduce, trovandosi su un trono su qualche pianeta. Lui non è nemmeno una donna e non è una creatura bisessuale. Lui non ha personalità.

Lui è un'Insieme di tutti Coloro Che una volta nel passato durante il Loro sviluppo hanno raggiunto la Dimora del Creatore, il più sottile strato dell'Assoluto pluridimensionale, e sono rimasti ad abitare lì per sempre.

Dio-Padre è un'Insieme delle Tante Consapevolezze Perfette e Raffinate, fuse fra Loro e Che si trovano nello stato della Beatitudine Suprema Eterna.

La Loro caratteristica più importante è la Supersottilità.

Ma Quelli Che esistono nella Dimora del Creatore possono con la Parte di Se uscire da essa con lo scopo di aiutare la gente incarnata. Queste manifestazioni "personali" del Creatore si chiamano, nell'insieme, Spirito Santo (Brahman).

Spirito Santo, come Dio-Padre, sono parole che significano, non stati individuali di Dio, ma collettivi.

Ma comunicando con lo Spirito Santo in ogni caso concreto abbiamo a che fare proprio con le Personalità Divine, con i nostri Maestri Divini disincarnati.

I Maestri Divini vengono nel mondo "creato", rimanendo nello stesso livello della raffinatezza. Ma, entrando nel paradiso, addensano la Parte di Se fino al livello della raffinatezza delle anime concrete: per facilitare la percezione da parte loro.

I Maestri Divini sono visibili tramite "gli occhi del cuore" degli uomini incarnati che sono avanzati spiritualmente. Loro si presentano come gigantesche Manifestazioni antropomorfe (Mahadubli) che sono composti della tenera, morbida, sottile Luce Divina di colore bianco-dorato, a volte focosa, ma mai bruciante per i veri allievi di Dio.

Gli allievi dei Maestri Divini devono usare tutte le loro forze per purificarsi nel modo graduale dalla grossolanità energetica e, attraverso le pratiche meditative, sintonizzarsi tramite la propria consapevolezza con il Maestro. E con questo avvicinarsi alla Dimora del Creatore.

Quegli allievi che hanno già imparato a vivere nell'Unione con la Consapevolezza del Maestro (anche se non avevano ancora il permesso di entrare nella Sua Dimora), hanno già l'esperienza dell'esistenza come Spirito Santo.

A volte succede che i Maestri Divini s'incarnano nei corpi umani. Loro lo fanno come sacrificio di Se alla gente incarnata, per dare loro aiuto spirituale e salvare le anime perse. (Ma ... spesso costoro Li tormentano e uccidono).

Messia, Cristo, Avatar così Li chiamano nelle lingue diverse.

Ognuno di Loro, incarnandosi nel corpo umano, continua a vivere con la Propria Gigante e Raffinata Consapevolezza nella Dimora del Creatore,

essendo la Sua Parte inseparabile. Ma questa Consapevolezza è legata anche con il corpo fisico, tramite il quale Dio cerca di fare arrivare alla gente incarnata la verità sul senso della loro esistenza sulla Terra e come realizzarlo.

... Per l'allievo di Dio che ha avuto il successo di entrare nella Dimora del Creatore, questo non è un atto immediato e irreversibile, ma il lungo e difficile processo del graduale insegnamento di vivere negli stati che sono principalmente diversi dalla vita negli altri eoni. Questo processo è pieno della felicità suprema dal contatto diretto con Dio. Questo è un graduale trasferimento nella "nuova sede", la conoscenza di questo posto e l'acquisizione delle caratteristiche di Messia.

Realizzare questo è possibile solamente con il monachesimo.

... Capitano i casi in cui qualcuno si presenta (o lo presentano gli altri) come "Nuovo Cristo" o "Avatar". Tali situazioni si creano con lo scopo di arricchirsi personalmente o sono messe in atto da persone con problemi psichici.

Dall'altra parte i primitivi spesso cercano di profanare proprio i veri Maestri Divini.

Perciò è necessario determinare i criteri che ci aiutino a distinguere i primi dai secondi.

I criteri principali sono tre:

Il primo: proprio la raffinatezza della Consapevolezza del vero Maestro Divino, Che esiste come il Gigantesco Cuore Spirituale, non è capace di emozioni grossolane.

Il secondo: la comprensione di tutto ciò di cui stiamo parlando adesso, l'acquisizione di tutti i metodi che sono necessari per gli allievi allo scopo di raggiungere la Realizzazione Divina.

Il terzo: l'assenza dell'egocentrismo in Lui; invece la presenza del Dio-centrismo, cioè la vita e il servizio per l'Evoluzione Divina, ma non per se stesso o per qualche gruppo di persone.

* * *

La sostanza di tutto quello che succede nell'universo è l'Evoluzione dell'Assoluto.

Essa è guidata dal Creatore. Secondo i Suoi comandi nei posti diversi dell'infinito spazio universale cominciano a crearsi dalla protoprakriti

gli agrumi della materia primaria (prakriti). In essi, dopo ancora, per tanto tempo accadono i processi che portano alla creazione delle condizioni favorevoli per la vita dei corpi organici. Da qualche tappa comincia l'incarnazione delle maiuscole particelle della protopurusha nelle particelle della materia della stessa misura... Si formano gli organismi unicellulari, dopo i pluricellulari...

Dirigendo il processo delle mutazioni genetiche il Creatore crea gli organismi sempre più complessi. Appaiono i vegetali, gli animali, gli umani...

Gli agrumi della purusha trovandosi nel processo dello sviluppo si incarnano come corpi organici sempre più complessi e cominciano a riprodursi da soli. Grazie a questo loro crescono come quantità, si ingrandiscono, le loro forme di vita diventano sempre più complicate e anche il loro comportamento. Gli animali sviluppano la sfera emozionale, la memoria, la capacità di pensare e anche creativamente... Per esempio alcuni tipi di uccello manifestano le capacità estetiche e l'ingegnosità nel costruire i nidi, i miracoli di premurosità e sacrificio nella difesa dei piccoli, gli uomini devono imparare da loro!... Il livello intellettuale di alcuni tipi dei mammiferi già chiaramente supera quello di qualche rappresentante dell'umanità... incluso quelli che negano la presenza della mente e la capacità degli animali di amare e soffrire...

Tutti noi, ogni umano, eravamo nel nostro passato un vegetale, poi animali di più di tipo biologico...

E adesso noi dobbiamo trattare le piante e gli animali come futura gente, senza danneggiare nessuno, anzi al contrario aiutando...

Non dobbiamo distruggere e ammazzare le piante e neanche gli animali, perché loro non vivono per diventare il nostro cibo o per sacrificare la propria pelle al fine soddisfare le nostre necessità...

Loro vivono per lo stesso motivo: per il processo dello sviluppo delle anime incarnate nei corpi fisici. Loro come gli umani partecipano insieme a noi nell'unico processo dell'Evoluzione dell'Assoluto, essendo come noi le Sue particelle...

... Lo scalino superiore nell'evoluzione dei corpi organici sulla Terra è il corpo umano.

Lo scalino successivo allo sviluppo per l'uomo (non come corpo, ma come anima, la coscienza) è Dio, nell'aspetto del Creatore.

... Nei corpi umani noi ci incarniamo tantissime volte. La cosa più difficile per noi è sviluppare la funzionalità intellettuale della coscienza

per riuscire a capire sufficientemente e realizzare in pratica tutto ciò di cui stiamo parlando adesso. La maggior parte della gente è totalmente incapace anche soltanto di pensare a tutto questo... E anche se provano, spesso capitano nelle organizzazioni, dove promettono "la salvezza" come ricompensa per la ripetizione delle preghiere o per la partecipazione a qualche tipo di rito...

... Che cosa favorisce lo sviluppo dell'intelletto? Lo studio nelle scuole, il diverso lavoro scientifico, l'auto insegnamento in certi tipi di conoscenze che hanno significato per la crescita spirituale. Anche l'aiuto agli altri nell'acquisizione di tutto questo.

Che cosa impedisce lo sviluppo dell'intelletto? Stile di vita poco produttivo, alcoolismo, l'uso dei diversi tipi di droga che distruggono l'anima, la vita negli stati emozionali grossolani, che ci "accompagnano" direttamente nell'inferno...

Raggiungendo durante le moltissime incarnazioni precedenti lo stato umano, tantissima gente continua la strada non verso il Creatore, ma dalla parte apposta. E alla fine del loro viaggio si trova nel "buio esterno", cioè nell'inferno, e dopo "cadono" indietro nella protopurusha, essendo già distrutti come anime... Su questa informazione è stata basata la formazione dell'immagine della "Gehenna focosa", dove muoiono in agonia le anime dei peccatori.

Invece l'altra gente, i migliori, acquisiscono la dimora per sé, la dimora del Creatore. E continuano la Vita Infinita nella Suprema Beatitudine e nell'attivo e creativo Amore, diretta verso i degni allievi di Dio in tutti i posti ovunque loro siano, in tutto l'universo.

Religione, i movimenti religiosi e le scuole (lezione)

La parola *religione* tradotta dalla lingua latina significa *avvicinamento, Unione con Dio, o Percorso verso tale Unione*.

Tutti i movimenti religiosi dell'umanità, per essa creati da Dio, avevano proprio questo scopo.

Ma questi movimenti con il tempo sono stati trasformati dalla gente e volti fino alla versione completamente contraria, perché coloro che avevano il potere, nelle organizzazioni create, non erano veri ricercatori spi-

rituali, ma individui aggressivi, egoisti, primitivi.²⁶ Le organizzazioni create e inventate da Dio, la gente le trasformava in sette.²⁷

Ma, nei vari paesi del mondo, nella lotta contro il male delle perversioni religiose, maturavano i nuovi eroi che avevano conosciuto il Creatore e vivevano per servire Lui senza pensare ai propri interessi.

Molto spesso essi furono massacrati e uccisi dai fanatici delle sette. Ma tutti, nonostante ciò, sono riusciti a creare le Scuole spirituali e a fare avvicinare al Creatore un numero d'anime luminose.

E anche adesso, in diversi paesi, esistono dei leader religiosi che creano le proprie organizzazioni.

Comunque queste organizzazioni sono molto diverse fra loro. E non si può dire che tutte quante mirino nella direzione giusta, benché i loro leader spesso approvino che sia proprio Dio a guidarli, che loro sentono e realizzano le Sue indicazioni... Allora perché ci sono tutte queste differenze? Come capire?

... Abbiamo già detto in precedenza come in una stessa società, allo stesso tempo, vivono persone diverse. Fra loro c'è sempre:

— la maggior parte di anime incarnate sono psicogeneticamente giovani,

— una percentuale più o meno alta (dipende dalle tradizioni culturali di tale società) di gente piena di vizi e di peccati; essi si preparano all'inferno, coltivando in sé gli stati emozionali grossolani: l'odio, la rabbia, l'irritazione, la degenerazione anche con droga e alcol,

— in ogni paese una quantità di persone con problemi psichici dalla nascita; per esempio le reincarnazioni degli alcolizzati o dei drogati, che nascono in famiglie con destini sfavorevoli (creati da loro),

— persone con il livello d'intelletto medio o superiore alla media, che hanno il successo nelle loro attività sociali,

— persone che hanno già i livelli dello sviluppo della coscienza che permettono in questa incarnazione di avvicinarsi realmente alla Divinità, e anche di acquisirla.

A seconda di tutto questo, anche la religiosità di questi gruppi di persone è diversa.

²⁶ Guardare [6].

²⁷ Sette sono le associazioni religiose che si sono allentate nel loro modo di vedere il mondo dalle vere conoscenze, proposte da Dio per gli uomini.

Io ho incontrato una setta dove gli adepti sviluppavano volontariamente la capacità di odiare intensivamente con lo scopo di raggiungere il potere magico sull'altra gente...

L'altro gruppo di "maghi" con lo stesso scopo "si caricava" sui punti di forza negativi con l'energia infernale...

Esistono anche le sette e i gruppi creati da maniaci sessuali che nascondono la loro vera attività con le immagini pseudo religiose.

Qualche scuola "della psicologia moderna" ha creato le personalità diaboliche, che hanno la passione di umiliare le altre persone e anche la passione per il bullismo. Loro presentano come motivo del proprio comportamento... la necessità di distruggere l'"io inferiore" delle proprie vittime...

... Se si prende come esempio il livello "decente" del settarismo, allora possiamo trovare gli errori tipici della metodologia, come la sbagliata comprensione della localizzazione, della struttura e delle funzionalità dei chakra, l'attenzione soltanto verso qualche gruppo di chakra, la nociva colorazione dei chakra con i colori dell'arcobaleno, i metodi assurdi del lavoro con la kundalini, che secondo loro si trova nel coccige, il culto delle fantasie astrologiche, gli orientamenti sui "maestri" dal mondo degli spiriti o degli "extraterrestri", invece che dello Spirito Santo, ecc.

... Adesso parliamo delle manifestazioni positive nell'ambiente pseudo religioso per capire che cosa in realtà è utile sviluppare in sé per avvicinarsi alla finale Meta Suprema:

— Abbiamo già parlato della necessità dello sviluppo dell'intelletto. E' molto importante accumulare le conoscenze naturali della medicina, della biologia, della psicologia fondamentale, dell'etnografia, dell'astronomia e della storia dello sviluppo delle idee religioso-filosofiche. È necessario comprendere la politica. Perché lo studio spirituale serve per crescere al fine di raggiungere la Divinità. Soltanto tramite le pratiche meditative è impossibile raggiungerLa: bisogna cercare di avvicinarsi alla competenza Divina in tutto ciò che è più importante! Perciò è necessario avere una grande apertura mentale!

— È molto importante imparare a comunicare con la natura viva in armonia. Per imparare ad amare il Creatore bisogna prima capire che significa amare il Suo Creato con tutte le creazioni. Questo è impossibile realizzarlo in casa, in museo, in laboratorio o in un tempio. Invece il paesaggio naturale pieno di armonia e delle diverse manifestazioni della vita, con l'aiuto del giusto atteggiamento verso esse (con la cura e l'amore), ci permetteranno di raggiungerlo in modo semplice ed efficace.

— È molto importante avere una buona salute: la purezza della coscienza e la sua crescita quantitativa sono impossibili da raggiungere senza il dovuto livello di salute corporea. Perciò bisogna studiare e seguire i principi del sano stile di vita: nell'alimentazione, nel modo migliore di vestire il proprio corpo e come curarlo dai malesseri comuni.

— Le abilità artistiche nei suoi aspetti diversi: nella musica, nella danza, nella pittura, nella fotografia ecc. Esse saranno necessarie nel lavoro di raffinamento della conoscenza.

— La forza del corpo, sviluppata tramite il lavoro fisico e gli allenamenti sportivi, sarà favorevole per l'accumulo della forza della coscienza sottile. È molto utile per tutti acquisire le capacità di auto-difesa, per essere sicuri e coraggiosi in caso di contatto con i rappresentanti della parte peggiore dell'umanità. Importante è non esagerare, perché l'indulgenza (avere troppo interessamento) delle arti marziali, non può essere considerato come una cosa utile nel Percorso spirituale: Percorso spirituale è il Percorso dell'Amore, ma non dell'aggressività!

— Le capacità dell'autoregolazione psichica, inclusa la capacità del rilassamento del corpo e della mente, la capacità del trasferimento arbitrario della concentrazione della coscienza dentro il proprio corpo (inclusi i chakra e i meridiani principali) e anche fuori da esso, tutto ciò è il complesso di cose senza il qual è impossibile raggiungere il successo nel lavoro spirituale.

— Tutto quanto detto prima è necessario. Senza di questo è impossibile. Ma la cosa più importante è lo sviluppo di se stessi in qualità di cuore spirituale, dell'organo dell'amore cordiale. Perché "Dio è Amore"! Perciò per avvicinarsi a Lui l'uomo deve trasformarsi anche in Amore. Con altre parole bisogna abituarsi a vivere senza uscire dallo stato dell'amore, anche verso quelli che uccidono e massacrano il tuo corpo!

— E altra cosa importantissima: le conoscenze vere su Dio, sul senso delle nostre vite e sui metodi per realizzarlo. Se non sarà formato l'atteggiamento verso Dio come verso il Reale, Vivo Maestro Supremo, non verrà raggiunta la Meta che deve essere conosciuta e sperimentata, il Principale Oggetto dell'Amore; il lavoro di qualunque tipo di associazione religiosa non sarà mai efficace al dovuto livello.

* * *

... L'ultima cosa: come distinguere le profezie vere date da parte di Dio da quelle che appartengono agli scherzi degli abitanti dell'inferno o degli altri spiriti?

Per gli allievi di Dio, che sono arrivati in alto spiritualmente, questa domanda non è attuale. Loro vedono con gli occhi del cuore i propri Interlocutori e facilmente comunicano con Loro. È impossibile confondere i Maestri Divini con qualcun altro: perché Loro sono gigantesche Consapevolezze Raffinate. Anche i colori delle Consapevolezze sono contrari a quelli dell'inferno. Da una parte il colore tenero-dorato, invece dall'altra il nero-grossolano.

I mistici principianti, coloro che ancora non hanno imparato a sintonizzarsi con la sottigliezza Divina, spesso sbagliano.

Allora esistono i criteri della differenza di tale informazione nel caso in cui ancora non vedi la sua fonte diretta? Sì.

Dio non propone mai il compimento delle azioni che possono danneggiare qualcuno.

Dio spiega come avvicinarsi alla Perfezione e come aiutare gli altri in questo. Invece i diavoli, con delle belle parole vuote, provocano le azioni stupide e inutili. Dio non si occupa mai di predire, tranne che per le situazioni concrete: per esempio, andate in quel posto non prima di quel giorno, perché fino a tale giorno sarà brutto tempo...

Dio non partecipa mai alla promozione di viziosi desideri umani, tipo del desiderio di arricchirsi.

Lui favorisce soltanto alla realizzazione di quello che serve a Lui nella Sua Evoluzione.

I desideri terreni della gente irragionevole promuovono soltanto le creature disincarnate che vivevano prima con questi desideri e sono competenti in questo...

“L'angusta Strada” verso la Meta Suprema (lezione)

Gesù ha proposto di dirigerci verso il Creatore attraverso la “porta stretta”, per “l'angusta Strada”, “perché ampia e spaziosa è la strada che conduce alla distruzione” (Matteo 7:13-14).

Che cosa significa “angusta Strada”?

Questa è la Strada del monachesimo.

Il monachesimo è il completo dedicarsi ad un solo e unico scopo: la sperimentazione e la conoscenza del Creatore e l'aiuto alle altre persone in esso.

Come distinguere il vero monaco dall'altra gente?

Sicuramente non per i vestiti! E neanche per le nuove parole straniere o per i nomi antichi! Non per la quantità degli inchini o d'altri tipi di movimento!

... Guardiamo adesso: qual è il significato che una persona normale dà alla parola *lavoro*?

Prima di tutto quello in cambio del quale si ricevono soldi!

Ma il monaco vero, con *lavoro*, intende tutto ciò che deve essere fatto e si fa per *Dio*.

Con altre parole, il primo lavora innanzi tutto per sé, invece il secondo ha il vettore dell'orientamento dei propri sforzi nella direzione contraria: egli compie le proprie azioni, non per sé (o per qualche piccolo gruppo di persone), ma *da sé*, per il bene degli altri nel Flusso comune dell'Evoluzione positiva della Consapevolezza Universale.

"Siate perfetti come è perfetto il vostro Padre Celeste!", questo è lo scopo indicato proprio da Gesù Cristo, che è presente continuamente davanti al monaco!

Sicuramente per realizzare questo compito è necessario avere la completa metodologia del perfezionamento spirituale e anche metodi concreti.

Proprio di queste cose noi stiamo parlando durante le nostre lezioni.

... Abbiamo già chiarito che il lavoro spirituale è composto dalle due tappe: esoterica ed essoterica.

La parte essoterica contiene due componenti:

— lo studio e la completa accettazione del concetto del Percorso, che è stato proposto da Dio,

— l'iniziale trasformazione etica di se stessi secondo questo Insegnamento.

Parlo adesso proprio dell'*iniziale* trasformazione etica, perché, fare tutto in questo aspetto del lavoro su se stessi è impossibile: la perfezione etica continua fino alla fine del Percorso verso la Dimora del Creatore.

... In condizioni normali l'uomo, spesso dalla prima infanzia, è coinvolto dall'ambiente religioso (o ateo) che domina nella regione in cui vive

o in quella alla quale appartengono i propri genitori. Ed essa molto spesso non è opportuna.

E, soltanto maturando intellettualmente (se questa maturità è possibile), l'uomo comincia ad analizzare i diversi concetti religiosi e filosofici, cerca di capire i motivi delle loro differenze e dopo, con la propria ricerca, arriva alla comprensione dell'Origine.

E allora in questo momento diventa possibile l'avanzamento sul vero "stretto Sentiero".

... Non sono tante le persone che trovano subito le sane scuole spirituali e in questo modo evitano la ricerca della vera direzione dei propri sforzi spirituali che a volte è molto lunga e dolorosa...

E dopo, di solito, comincia la lotta per il proprio diritto di essere diverso dagli altri che lo circondano, perduti e affogati nei vizi.

A volte qualcuno si arrende, senza riuscire a superare i conflitti, preferendo per se stesso la vita tranquilla "come hanno tutti"; il desiderio di andare verso il Creatore in fondo non è così forte come sembrava.

Invece gli altri si procurano dei bellissimi destini per il futuro. Gli esempi dell'eroismo possiamo vederli fra i primi cristiani, successivamente fra le vittime dell'inquisizione e anche fra i primi musulmani e dopo fra quelli che sono andati contro l'islam, gli aderenti alla fede bahà'i e i sikh.²⁸

Anche io ho dovuto resistere alle persecuzioni politiche e alle minacce del massacro fisico da parte dei religiosi fanatici primitivi. E' accaduto anche il massacro reale che è stato la causa della ricchissima esperienza delle mie due morti cliniche.²⁹ Sono riuscito a rimanere in vita dopo tutti questi pericoli e ho continuato a seguire la "Strada angusta". Ho aiutato anche tanti uomini degni (e spero ancora di aiutare anche tante altre persone).

... Se sugli scalini essoterici della Via i viaggiatori sono stati messi alla prova da parte di Dio, tramite il superare le avversità e le ostilità di quelli che sono incapaci di comprenderli, invece sugli scalini iniziali esoterici le persone spesso si trovano davanti delle prove di carattere mistico: per esempio, gli attacchi energetici dei diavoli incarnati e non. Questa è la prova della paura mistica. Ritirarsi, cedendo a essa, significa che l'uomo ancora non ha sviluppato abbastanza l'amore verso il Creatore: esso ancora non è diventato assolutamente stabile e non ha ancora la dominante vitale.

²⁸ [6,38,41].

²⁹ [9,15].

“Non c’è timore nell’amore, ma l’amore perfetto caccia via il timore. ...Chi ha timore non è stato reso perfetto nell’amore” (1 Giovanni 4:18).

Per superare la propria paura è necessario avvicinarsi al proprio Maestro Divino ancora di più e capire che tutte queste difficoltà sono state create da Dio per il nostro bene. E dopo Lui ci osserva per vedere come ci stiamo comportando in tali situazioni.

In questo sono le manifestazioni del Suo Amore Divino: questo è l’unico modo per farci aiutare a diventare Perfetti.

Senza imparare a superare le difficoltà, l’avanzamento diventa impossibile.

* * *

Inoltre i devoti aspiranti dell’amore verso il Creatore devono svilupparsi nella qualità di cuori spirituali che superino la grandezza dei loro corpi. E dopo devono, in modo graduale, diventare sempre più sottili e sempre più grandi. In seguito devono imparare a spostarsi negli eoni sottilissimi dell’Assoluto pluridimensionale, sperimentandoli uno dopo l’altro, e pian piano arrivare alla Dimora del Creatore.

Il Creatore è il *Cuore dell’Assoluto*. Il processo dell’avanzamento spirituale è simile alla graduale *assimilazione* di Lui.

Ragioniamo ancora una volta: di che cosa essa è composta?

... La struttura dell’Assoluto deve essere sperimentata in pratica completamente tutta. Questo è possibile soltanto tramite il cuore spirituale che ha raggiunto la grandezza cosmica. Le Anime Gigantesche che sono fatte della trasparente, mobile, luminosa e fluida energia dell’Amore, si spostano facilmente nello spazio pluridimensionale. Il Loro organo di spostamento si presenta come le Mani della Consapevolezza, consustanziali a Loro.

In pratica tutto questo è facile sperimentarlo sui *punti di forza* corrispondenti ad ogni meditazione. È importante sapere *come*?

Il ricercatore spirituale che è riuscito a sperimentare tutti gli eoni dell’Assoluto, adesso si trova in libero possesso di tutta la gamma della scala della pluridimensionalità. Lui facilmente penetra tutti gli eoni: dalla frontiera con l’inferno fino alle Profondità della Dimora del Creatore.

Il criterio del successo nell’acquisizione della Dimora del Creatore è la capacità di illuminare *da essa* come il “Sole di Dio”.

Soltanto la completa comprensione di tutto quello che è stato detto prima permette di dire che il processo dell'Autorealizzazione spirituale è stato completato, con altre parole, è stata raggiunta la Diorealizzazione, l'Illuminazione completa, il Nirvana supremo, accompagnato dal Samadhi supremo.

Di queste tappe difficili dell'auto perfezionamento è impossibile raccontare più dettagliatamente, sia nelle lezioni che sulle pagine del libro. Non si può neanche sperimentare da soli, senza l'aiuto del Maestro Divino. Perché è proprio Lui che mostra quella "scala" della "Strada angusta" e spiega dove "mettere i piedi" su questa "scala" e come bisogna comportarsi negli spazi universali che stiamo sperimentando per la prima volta.

Così l'uomo diventa Dio, unendosi all'Oceano universale del Super-sottilissimo Amore del Creatore. La Sua energia di kundalini adesso è "disarchiviata" e unita con il Creatore; i chakra, nel corpo, nel loro stato precedente, da questo momento non esistono più, esiste soltanto l'infinito Cuore Spirituale nella Dimora del Creatore. Tutto il meglio ed il sottile è stato estratto anche dai dan-tian e riunito alla Consapevolezza Primordiale. Il corpo, appartenente a Lui continua ad esistere sulla Terra e permette facilmente di trasmettere le conoscenze sulla Via alle altre persone.

... A proposito, mi hanno chiesto di raccontare del lavoro con la kundalini. Dedicheremo ad esso la prossima nostra conversazione.

Atman e Kundalini (lezione)

La parola *Atman* (in sanscrito si pronuncia come *Atma*) significa l'Essenza Principale dell'uomo, il suo "Io" Superiore. In questa parola l'"A" è la particella negativa. "Tma" ha lo stesso significato della parola russa *ignoranza*. Dalla stessa radice proviene la parola *tamas* — ignoranza, insipienza spirituale. Quindi, "A-tma" o *A-tman* è il contrario dell'ignoranza, brillante.

In sostanza, l'Atman è la parte migliore, Divina dell'organismo pluridimensionale di ognuno di noi.

L'Atman è il Fuoco Brahmanico, col quale diventiamo tutt'uno, è l'energia Atmica della kundalini — il prezioso contenuto del "salvadanaio", nel quale sono depositati gli accumuli di tutto ciò che di meglio siamo riusciti a mettere da parte durante tutte le incarnazioni precedenti.

... Risulta che in ogni nuova incarnazione non tutta l'anima si reincarna nel corpo, ma, prima di tutto, quella parte che deve essere corretta. La parte migliore, cioè, quello che ognuno di noi ha coltivato in sé sullo sfondo dell'emozione del vero amore finissimo, è messo da parte da Dio per conservarlo in questo "salvadanaio". Eppure, la kundalini fa parte dell'organismo pluridimensionale dell'uomo e partecipa alla sua attività vitale.

Il cibo materiale comune, di cui tutti ci alimentiamo, serve alla crescita ed al rinnovamento delle cellule del corpo; inoltre esso distribuisce: a) l'energia che viene consumata per il funzionamento dei muscoli, del sistema nervoso, delle ghiandole e per altre necessità dell'organismo, b) l'energia che è depositata nell'organismo in forma di legami biochimici speciali a livello molecolare, c) l'energia ai chakra ed alle altre strutture bioenergetiche, d) l'energia che garantisce la crescita diretta della coscienza.

In tal modo, la crescita quantitativa e qualitativa delle coscienze individuali viene garantita, da un lato, dalla qualità e la quantità del cibo materiale e, d'altro lato, dall'intensità e la qualità di vita (cioè non spirituale o spirituale, nel vero senso di queste parole).

Quando giunge "la fine del mondo", tutti le kundalini affluiscono nella Coscienza del Creatore. Ma le anime che non hanno fatto in tempo ad unirsi con l'Atman, vengono distrutte fino allo stato di protopurusha.

Ritorniamo al tema della trasformazione delle energie. I nostri corpi, essenzialmente, sono delle specie di fabbriche che trasformano le energie "materiali" nell'energia della coscienza. La qualità della coscienza che cresce dipende, prima di tutto, dalle emozioni in cui viviamo: fini o finissime oppure "grigie" o "nere", grossolane.

Da quanto detto, ne consegue che Dio "si alimenta" e "cresce", evolvendo, per mezzo della trasformazione, dentro i nostri corpi, del cibo che Lui stesso ha posto nell'akasha, energia che si crea nei nostri corpi, grazie al cibo, si trasforma in energia Atmica, che Lui "versa" dentro di Se stesso. Così diventa del tutto chiaro a cosa serva la "creazione del mondo" ed il ruolo di tutti gli esseri viventi, compresi noi, uomini, nella Sua Evoluzione.

Dunque, partecipiamo attivamente a questo processo, se amiamo Dio! Come vediamo, è sensato esprimere amore verso Dio, non implorando qualcosa davanti alle icone, ma aumentando i propri potenziali Atmici, conducendo una vita attiva nell'amore emotivo.

... Diversi uomini hanno accumulato diverse quantità di energia kundalini. Ciò dipende dalla quantità e dalla qualità delle vite vissute, nonché da come viviamo in questa vita.

Le kundalini, di solito si trovano *nell'akasha* dentro il corpo del nostro pianeta.

Sulla kundalini sono nate varie fiabe: si afferma che ogni persona abbia la sua "anima-gemella", con la quale può avvenire un incontro desiderato.

La kundalini è collegata al corpo di ognuno di noi per mezzo di un canale energetico speciale; questo canale si lega al corpo nella parte anteriore del chakra muladhara. La kundalini partecipa alla vita dell'organismo, "alimenta" anche la parte incarnata della coscienza. Quanta più kundalini possiede la persona, tanto più essa è ricca nel suo potenziale spirituale e nelle sue rivelazioni spirituali.

Nonostante la kundalini sia energia Divina (cioè, identica all'energia del Creatore per qualità), essa è ancora individualizzata. E' come una goccia non affluita ancora nell'Oceano della Consapevolezza Primordiale.

Quando, dopo un susseguirsi di incarnazioni l'uomo matura fino al grado, nel quale la sua attuale incarnazione potrebbe risultare finale, e quando sono eliminate tutte le imperfezioni nella parte incarnata della coscienza, arriva il momento di portare la kundalini al corpo, farla passare attraverso il corpo ed unire con esso la parte restante della coscienza individuale. Poi è necessario confluire, insieme ad essa, nel Paramatman (cioè, il *Supremo Atman*, l'Oceano della Consapevolezza Primordiale Universale del Creatore nella Sua Dimora).

* * *

... Le persone accumulano la kundalini solamente quando si trovano nello stato emotivo dell'amore affettuoso. Proprio questo richiede Dio alla gente. Proprio a questi stati Egli ci richiama. Per esempio, Gesù insegnava: "Vi do un nuovo comandamento: amatevi l'un l'altro!" (Giovanni 13:34), "Più... dell'altro, provate l'amore zelante uno all'altro!..." (1 di Pietro 4:8), "Amanti! Amiamoci l'un l'altro!..." (1 In 4:7), "Che siate amanti fraterni con tenerezza uno dell'altro!" (Roma 12:10).

Dove possiamo trovare simili stati? Prima di tutto, nei rapporti sessuali armoniosi impregnati di tenerezza, ispirati dalla comprensione che l'armonia sottile e pulita dell'amore è proprio quello che Dio più di tutto si aspetta da noi, che questa è un'importante parte integrante della Via che porta a Dio, che con questo arricchiamo non solo noi stessi ma anche Lui. Impariamo ad amare anche nella felice ed affettuosa maternità, nell'unione con la tenera armonia della natura, sintonizzandoci con le opere artisti-

che fini e sature di tenerezza. Le persone che si sono consolidate in questi stati, risultano poi capaci di provare la suprema beatitudine anche nel contatto diretto con Dio.

Dio aspetta da noi proprio questi stati, chiamati in generale *sattva*, perché proprio in essi cresciamo (come coscienza) preparandoci alla completa Unione con Lui, partecipiamo direttamente alla Sua Evoluzione.

Invece i nostri stati opposti non lo favoriscono, quindi, non sono desiderati da Lui. Coltivando questi stati diventiamo “i rifiuti dell’Evoluzione”, ci predestiniamo al suo “immondezzaio” — all’inferno — indipendentemente dalla nostra appartenenza ad una tale o tal altra organizzazione religiosa e dal nostro fervore ad eseguire riti e “sacramenti”.

... E’ indicativo che proprio i rappresentanti del guna tamas sono caratterizzati dall’aggressività e dalla violenza, sono inclini a far diventare tutti gli altri come loro.

Così, nascono le guerre “per la fede”, vengono introdotti l’alcoolismo, l’alimentazione dei corpi degli animali ammazzati, la profanazione della bellezza e del pregio dei rapporti sessuali.

Oppure, analizziamo le condizioni “religiose” di contrarre matrimoni legali “alla cieca”, senza conoscere la compatibilità sessuale.

La gente è così diversa secondo le caratteristiche sessuali! Le coppie felici in questo senso sono piuttosto rare e non una regola! La maggioranza dei coniugi nei matrimoni “religiosi” invece soffrono e si tormentano l’un l’altro nella disarmonia sessuale...

Ma le sette di solito ostacolano in tutti i modi il divorzio...

E Dio lo vuole?

... Il guna *sattva* (lo stato di *sattva*) è lo stato al quale Dio invita tutti noi.

Il guna *sattva* è beatitudine!

Anche lo stato di Dio è Beatitudine!

Coloro che hanno imparato perfettamente a permanere nello stato di beatitudine sulla Terra, entrano facilmente nella Beatitudine di Dio.

D’altronde, per entrare nella Sede del Creatore, si richiedono alcuni sforzi aggiuntivi. Il *sattva* non deve diventare per noi una “trappola”, tranquillizzandoci con la beatitudine “terrestre” e facendoci rinunciare agli sforzi attivi per conoscere il Creatore nella Sua Sede, entrare in Essa unendoci a Lui.

Sì, se ci cresciamo (come le consapevolezze) permanendo negli stati del finissimo amore e mettendo nelle “fornaci” dei nostri corpi il cibo adeguato alla Via spirituale, non proveniente dai corpi degli animali ammazzati, senza alcool, droghe ed altri veleni, ricco di vitamine, contenente sufficienti proteine, allora realizziamo con buon esito i nostri *programmi-minimi* personali davanti a Dio.

Egli però ha riservato a noi anche un *programma-massimo*, consistente nel portare alla Perfezione, già adesso, quella nostra parte che vive nel corpo (*jiva*), fuori dalla kundalini. Allora potremo entrare in Lui completamente conservando in Lui la piena consapevolezza e poi, dal livello Divino Superiore. Questo permette aiutare attivamente le persone incarnate come fanno i nostri Maestri Divini spesso menzionati da me.

... Torniamo ora al lavoro con la kundalini.

Il termine “innalzamento (o risveglio) della kundalini” conosciuto nella letteratura yoga ed in quella occulta, sta a significare un metodo per portare questa energia al corpo e dopo farla passare attraverso il corpo.

La parola *kundalini* significa il *serpente*. La provenienza di questa parola sarà più chiara dopo di aver letto le informazioni che seguono.

Abbiamo già affermato che soltanto un Maestro Divino può far arrivare la kundalini al corpo. Ma le successive tappe del processo vengono effettuate con la partecipazione personale dell'adepto.

Dio, però, è in difficoltà, come dice Egli stesso, perché le conoscenze del lavoro con la kundalini — in forza del dominio dell'ignoranza umana sulla Terra — sono state perse.

Perciò il lavoro con la kundalini risulta possibile soltanto in poche scuole spirituali che hanno raggiunto livelli superiori di competenza.

Vorrei notare che tutti i tentativi di “risvegliare la kundalini” battendo il coccige contro il pavimento, per esempio, come raccomandano di fare vari pseudoguru, non hanno niente in comune con la verità. Essi ritengono che la kundalini si trovi proprio lì, nel chakra muladhara, nel coccige. Invece, in realtà sia la muladhara, sia “la kundalini” non hanno niente a che vedere con il coccige. Tali tentativi possono provocare solamente turbe bioenergetiche e psichiche.

... Dunque, all'inizio Dio avvicina la kundalini al corpo del Suo degno discepolo. (Devo far notare che la kundalini sviluppata è grande qualche chilometro).

Poi è necessario fare un lavoro molto sottile facendola passare attraverso il corpo.

Ma condizione preliminare di tutto ciò è che siano completamente pulite e sviluppate tutte le strutture energetiche necessarie dell'organismo: tutti i chakra, il sushumna, il cittrini, il meridiano anteriore e quello centrale, inoltre deve essere presente la chiaroveggenza.

Il processo di "innalzamento della kundalini" di solito dura molti giorni, circa un mese ed anche più. (Però utilizzando i *punti di forza* corrispondenti, questo periodo può essere ridotto nel modo radicale).

Il lavoro va eseguito in posizione sdraiata, in più riprese.

Ogni volta, è il praticante da solo a dare il via al passaggio della kundalini attraverso il corpo: egli introduce la mano della coscienza, introduce attraverso il muladhara nella kundalini, che è stata collegata al corpo, e come se fa smuovere il capo alzato di un serpente arrotolato. Allora, l'energia kundalini comincia a scorrere attraverso il corpo, lavandolo e pulendolo con la forza Atmica, curando le ultime lesioni. L'adepto poi, come un accogliente padrone di casa, deve far entrare l'energia che scorre, attraverso questo o quel meridiano, in tutti i chakra, in tutte le parti del corpo.

La kundalini, passando attraverso il corpo, si riversa fuori attraverso il chakra sahasrara, concentrandosi dietro la testa. Bisogna imparare ad essere lei, unendosi con essa in questo suo accumulo. Si impara, così, a permanere nello stato Atmico, secondo del livello di finezza.

L'energia Atmica della kundalini che è stata smossa attraverso il corpo in questo modo riesce ad unirsi al Paramatman (Supremo Atman Divino, il *Cuore dell'Assoluto*). E anche il praticante riesce a trovarsi Lì con la sua parte principale.

Servizio a Dio (lezione)

Ogni bambino, subito dopo la nascita, comincia lo studio... dell'egoismo: perché inizialmente egli non è in grado di fare nulla per se stesso, gli altri fanno tutto per lui, servendolo. E' impossibile fare diversamente...

Il bambino cresce... e la sua giusta educazione comincia ad includere la graduale rinuncia alle dominanti egocentriche. Comincia l'educazione di avere cura degli altri...

Storie divertenti si possono osservare nel comportamento degli animali, per esempio, i piccoli di corvo.

Essi, raggiungendo la grandezza fisica degli uccelli adulti, continuano, per abitudine, a chiedere da mangiare ai propri genitori! Questi ultimi, esauriti dalla stanchezza, sono completamente disperati:

— Non abbiamo più cibo! Che cosa faremo adesso? Abbiamo già girato ovunque nei dintorni! Cercate anche voi da soli: siete già grandi!

Finalmente i genitori riescono a trovare ancora altro cibo. Glie lo portano e lo mettono ai loro piedi. E loro? Mangiano? No! Loro urlano ancora più forte: pretendono che il cibo venga alzato da terra e messo loro nella bocca!

... Un'altra scena. Degli uomini hanno fatto abituare il piccolo del corvo a mangiare direttamente dalle mani. Adesso esso è cresciuto diventando un uccello adulto. Il becco è diventato enorme e la gente con paura gli mette in bocca pezzettini di pane, e se toccasse il dito?! A volte i pezzettini cadono a terra e lui, invece di alzarli e mangiarli, comincia a lamentarsi nella sua lingua:

— L'avete messo male!!! Mica sono io che devo inchinarmi a prenderlo?!

... Ma, col passare del tempo, il bisogno lo costringe a cercare il cibo da solo e ad abbassarsi per prenderlo... Dopo arriveranno i propri figli... i quali saranno per lui la scuola che gli insegnerà ad avere cura degli altri, la scuola dell'altruismo...

... Anche la vita degli uomini segue uno schema simile. Ma in questo caso l'educazione giusta o sbagliata hanno un significato più importante.

Spesso possiamo osservare nelle persone adulte e anche negli anziani l'egocentrismo totale!... Anche in quelle che appartengono alla categoria dei "credenti"...

Ma l'amore vero, quello che Dio desidera vedere in noi, è il contrario del *volere per se stessi*, non è la propria passione-desiderio!

L'amore vero, l'unico con il quale noi possiamo avvicinarci a Dio è l'azione del bene verso tutti, anche sacrificando se stessi!

Le persone completamente egocentriche non riescono a capire tutto questo, ed anche nelle azioni altruistiche di altre persone, cercano motivi per condannarle e odiarle... Loro non potranno mai capire Dio! E né avvicinarsi a Lui...

* * *

Come capiscono gli uomini il significato del servizio a Dio?

Qualcuno pensa che “servire Dio” significhi essere “servitori” nei templi o nelle chiese. Altri pensano in modo più profondo e cercano di partecipare di persona alle meditazioni o alle preghiere comuni. Altri ancora cantano e ballano in onore di Dio.

Invece Dio vuole da noi molto più di questo.

Anche Gesù e altri Maestri Divini³⁰ insegnano che il servizio a Dio bisogna intenderlo come l'aiuto a tutti nel bene. E tutto questo deve essere fatto non per motivi egoistici, ma per coloro che devono essere aiutati, siano essi piante, animali o uomini. Attraverso loro non dimentichiamo di vedere l'interesse di Dio.

Per distinguere le azioni davvero buone da quelle che sembrano soltanto essere tali, bisogna cercare di vedere queste situazioni dalla posizione del Piano strategico del Creatore. In realtà dobbiamo essere consapevoli dell'essenza del Processo universale Evolutivo e trovare il posto per noi stessi in Esso.

E allora in questo caso possiamo, non soltanto cercare di compiere i comandamenti concreti di Dio, ma anche vedere il loro significato nell'origine della comune Strategia del Creatore. Questo significherà avere una comprensione più profonda dei propri compiti e di come meglio aiutare gli altri. Così noi potremo diventare i partecipanti attivi al processo dell'Evoluzione della Consapevolezza Universale, gli aiutanti attivi del Creatore.

La partecipazione attiva nel processo evolutivo bisogna considerarla come composta da due direzioni principali: a) del personale perfezionamento spirituale, b) dell'aiuto agli altri.

Come insegnava l'apostolo Paolo (1 Corinzi 12,14), bisogna cercare di servire gli altri con quelle nostre capacità superiori che abbiamo e anche cercare di acquisirne altre ancora superiori.

L'essenza del Piano del Creatore nella creazione dei mondi materiali (incluso il piccolo “isolotto” della materia nell'universo, il nostro pianeta) è la trasformazione dei componenti energetici dell'Assoluto da meno sviluppati a perfetti; Le Consapevolezze individuali che raggiungono la completa Perfezione si riuniscono al Creatore.

³⁰ [10,14,18].

Perciò il perfezionamento personale e l'aiuto alle altre anime nel loro sviluppo evolutivo sono entrambi benefici dal punto di vista di Dio.

In particolare, se noi ci sviluppiamo tramite le pratiche meditative, anche la qualità del nostro servizio cambia: perché ci avviciniamo, secondo la qualità della coscienza, al Creatore e impariamo a vedere il mondo diversamente, avvicinandoci alle Sue capacità del vedere e del capire.

Ci perfezioniamo anche grazie alle nostre attività nell'aiutare gli altri, aumentando le conoscenze su come realizzare questo aiuto. Esse ci serviranno anche dopo la disincarnazione.

... Percepriamo (o almeno immaginiamo per ora) che esiste soltanto l'Unico Universale Macrorganismo, l'Assoluto, dentro il Quale procede il Suo sviluppo, che si chiama Evoluzione Universale. Percepriamo l'integrità, l'interrelazione del *tutto* in Esso Unico. Percepriamo la nostra inseparabilità da Lui: la completa appartenenza di noi al Suo Organismo, al Suo Processo dello Sviluppo. Percepriamo la gioia di questo sentimento! E, adesso, con la completa comprensione, dirigiamo tutti i nostri sforzi verso la trasformazione di tutti i grumi individuali dell'energia delle coscienze per fare entrare loro nella Consapevolezza esistente nella Dimora del Creatore.

Noi tutti siamo *l'Uno* nell'Organismo dell'Assoluto. Questa è la base del principio proposto da Gesù Cristo: amare il prossimo come te stesso, e anche più di te stesso. Qui si tratta dell'aspetto dell'AMORE che si nomina come CURA, la manifestazione superiore della quale vi è il sacrificio di sé per il bene degli altri. Tutto questo ha dimostrato Gesù, dandoci l'esempio della Cura con la Sua vita terrena e la morte. Somiglieremo anche noi a Lui in questo!

* * *

Ma verso la conoscenza dell'Assoluto e la ricerca del Creatore è diretta solo una piccola parte di gente.

Il resto sono persone educate nell'ateismo o dalle correnti religiose pervertite, sono soddisfatte di "assaggiare il frutto proibito" (proibito da Dio) dall'albero "della conoscenza del bene e del male".

Loro rischiano di finire all'inferno: perché gli attaccamenti "terreni" provocano soltanto le emozioni grossolane: l'ira, la rabbia, l'ansia, la preoccupazione, la gelosia, l'invidia, l'irritazione, l'odio ecc. E quelle persone

per le quali tali stati della coscienza diventano naturali e anche abituali, si abitano all'inferno e finiscono lì dopo la disincarnazione.

Il frutto del Regno Celeste, viene acquisito soltanto da coloro che hanno trovato la pace dell'anima lontani dalle passioni "terrene" e hanno sviluppato l'Amore altruistico ad un altissimo grado, che sono diventati capaci di innamorarsi del Creatore e di avvicinarsi a Lui tramite questo Amore. Lui incontra costoro con il Suo Amore Supremo!

... I primi (dei descritti):

– "amano" se stessi,

– chiamano "amore" i propri desideri³¹,

– pretendono dagli altri il grande amore, accontentando il proprio egocentrismo e odiando gli altri se loro poco LI! accontentano o non fanno quello che Loro! vogliono.

* * *

Tutte le creature, incarnate e disincarnate, si differenziano fra loro per l'età dell'anima.

L'età dell'anima è una delle caratteristiche principali anche d'ogni uomo.

Le altre caratteristiche importanti sono le qualità come lo sviluppo intellettuale, lo stato etico, lo stato della sottigliezza o della grossolanità della coscienza. Il valore qualitativo dipende dalla grandezza dell'anima.

Lo sviluppo d'ogni anima procede gradualmente durante tantissime incarnazioni terrene. Non è possibile aspettarsi che, le anime che si trovano nelle loro prime incarnazioni, abbiano un alto potenziale spirituale; tutto questo arriva più tardi in caso la loro evoluzione sia favorevole.

Perciò diventa chiaro che non tutte le persone attualmente incarnate, anche coloro che sono in contatto con le conoscenze spirituali, potranno già in questa vita terrena raggiungere la Dimora del Creatore, nonostante tutti i loro sforzi.

Anzi, il coinvolgimento d'anime molto giovani, in un lavoro esoterico molto serio, può provocare che queste, dal momento che smettono di capire, comincino a "giocare nella religione" come i bambini piccoli nei loro giochi infantili. Può cominciare la percezione inadeguata di se stessi,

³¹ I desideri appassionati del "terreno".

come fanno i bambini quando fanno il gioco della “guerra” e immaginano di essere “generalisti”. Nei casi peggiori possono svilupparsi le malattie psichiche.

Perciò i leader religiosi devono essere attenti con le conoscenze esoteriche e metodiche, ricordando del loro effetto distruttivo sulle persone che ancora non sono pronte eticamente e intellettualmente.

Tutti noi, che cerchiamo i successi spirituali, dobbiamo valorizzare in modo critico le nostre possibilità e non salire sugli scalini della “scala” dello sviluppo spirituale sui quali ancora non possiamo rimanere stabili.

A proposito, ad essere consapevoli di appartenere alle anime giovani non c'è niente di male. Al contrario, questo significa che voi non avete vizi dai quali dovete liberarvi.

L'anima giovane è quella che ha davanti tutto il felice e gioioso Percorso spirituale!

Non perdetevi soltanto il tempo inutilmente!

* * *

... Io di persona ho vissuto una vita terrena molto intensa. E quando costruivo per me e per gli amici la strada verso il Creatore nel “flusso” creato da me sulle diverse tappe, inserivo moltissime persone. All'inizio sembrava tutto perfetto. Ma, dopo, tanti perdevano la comprensione logica di quello che succedeva e cominciarono a tornare indietro o verso i divertimenti. Ma, siccome io non avevo intenzione di giocare, allora avevano un atteggiamento di malcontento, di protesta e a volte d'ostilità.

La comprensione che si possono regalare le conoscenze e le metodiche segrete a tutti coloro che te lo chiedono è arrivata a me non subito. Io dovevo ricevere la grand'esperienza dell'aiuto spirituale e a volte anche drammatica (per me). (Adesso io condivido con voi quest'esperienza per aiutarvi ad evitare gli stessi errori).

Ma queste avvertenze non devono spaventare nessuno dagli sforzi spirituali: basta che ognuno scelga per sé quello che corrisponde alle proprie forze.

E uno degli obiettivi realmente raggiungibili per ognuno di voi sarà la sicurezza di trovare il paradiso dopo la fine di tale incarnazione e la garanzia per il futuro di un destino migliore.

Raggiungere questo non è difficile! Bisogna sapere come? E proprio di questo noi stiamo parlando.

È necessario accettare che il successo si raggiunge soltanto tramite i propri sforzi, ma non partecipando a riti tradizionali o tramite le preghiere di qualcuno.

Non confondiamo la preghiera con la meditazione (sono due concetti legati fra loro). I significati principali di queste parole: la preghiera è la richiesta del favore da parte di Dio e spesso dei beni terreni; la meditazione è il lavoro della coscienza diretta verso la conoscenza di Dio che favorisce il successo su questo Percorso se è tutto a posto con l'intelletto e l'etica.

L'arte e lo sviluppo spirituale (lezione)

Che cosa significa la spiritualità?

Negli anni "sovietici" si considerava che il significato di questa parola fosse... andare al cinema, a teatro, al concerto della musica classica che, a proposito, è stata creata negli anni dell'inquisizione...

Ma in realtà questa parola ha avuto inizio quando Gesù ha pronunciato la frase: "Dio è uno Spirito..." (Giov. 4:24). Si usa questa parola quando si parla degli atteggiamenti, dei processi e dei fenomeni, che riguardano la gente e che l'aiutano al loro avvicinamento alla Divinità — come la qualità della consapevolezza e dell'anima. La gente spirituale può essere chiamata così soltanto se hanno realizzato tanti progressi su questa strada.

L'arte può e deve avere la parte più importante del processo dell'evoluzione positiva delle consapevolezze.

Ma succede davvero così nella realtà?

Per esempio i film, in cui si mostrano la violenza e le uccisioni come modo di vita normale di tutti i giorni, fanno abituare le anime giovani a quel tipo di vita... L'attività dei registi e di chi diffonde le opere di questa "contro-arte" bisogna considerarla come criminale davanti agli uomini e davanti a Dio.

Con quest'esempio, per la gente ragionevole, sarà tutto chiaro. Ma succedano i casi non così evidenti. Allora appare una domanda: quali sono i criteri oggettivi per la giustificazione?

Per esempio, molto spesso i pazzi cercano di esprimersi attraverso l'arte. E possono dividere con altra gente le loro emozioni non sane, in modo abbastanza forte. Casi simili succedono molto spesso. Vi faccio soltanto un esempio della mia esperienza, molto educativo.

Una volta un pittore di mia conoscenza mi mostrava i lavori del suo, come diceva lui, maestro. Erano esempi di disegni di carta dai parati. Io ho guardato e gli ho chiesto se il suo maestro era ammalato di schizofrenia e se si è tolto la vita. Lui è rimasto impressionato e ha detto che tutto è successo proprio così.

I disegni erano davvero tremendi! Il loro ornamento faceva effetto sulla psiche come una stregoneria, faceva provocare la confusione della consapevolezza. Spero che questo schizzo sia rimasto per sempre soltanto uno schizzo. Ma se per caso questo fosse diventato una carta da parati e si fosse usato in casa, sicuramente avrebbe fatto male alla psiche di tanta gente, che non si rende conto di niente in questi casi.

La stessa cosa spesso accade con le opere d'arte ove si esprimono gli stati depressivi o aggressivi degli autori! Quali effetti producono nella gente che li vede o ascolta?

Ci sono gli esempi ancora più semplici. Ricordate quali discussioni erano sull'astratto? Questo è il bene o è il male? E quando discutevano della danza, come rock-n-roll. Questo è bene o è male?

C'è sempre la gente che appoggia le cose nuove. Ma ci sono anche gli altri che negano sempre qualunque cosa nuova. Tutti dimostrano i loro argomenti. Allora dove è la verità? Come distinguere i fattori soggettivi, che influiscono sulla giustificazione delle cose nuove, — da quelli obiettivi? Come capire?

Gheorghij Gurdgiev, è una persona straordinaria, che ha lasciato un gran segno nella storia.

Lui lavorava in Russia all'inizio del 20 secolo. Insegnava a Mosca e Pietroburgo. La guerra civile ha costretto la sua scuola di spostarsi fuori della Russia. Qualcuno si è trasferito in Francia, altri in America e in Inghilterra. Lì creavano le filiali della loro scuola. Le opere letterarie di Gurdgiev e dei suoi allievi sono stati tradotti in tutte lingue principali dell'Europa.

Gurdgiev, cominciando dalla prima infanzia, si è formato come una persona straordinaria. Lui molto presto ha messo davanti a sé uno Scopo: imparare tutto ciò che cosa sa la gente. Per arrivare al suo scopo lui aveva bisogno di tanti anni. Lui ha imparato a nuotare sotto l'acqua, a commerciare, a lottare, a cucire, a riparare gli strumenti domestici che esistevano a

quei tempi. Quando era grande e aveva bisogno di soldi, per fare la spedizione, lui arrivava in qualunque città, affittava le due camere, metteva fuori un annuncio: "Riparazioni" e di giorno riceveva i clienti, e di notte riparava le loro cose, pezzi di ricambi che trovava nelle spazzature urbane. In questo modo lui riusciva durante due settimane a raccogliere i soldi necessari, trovava gli aiutanti e andava a cercare le conoscenze spirituali. Lui ha visitato tante scuole spirituali, i monasteri. Dopo che ha finito di raccogliere tutto quello che secondo lui era importante, creandosi una completa concezione del mondo, Gurdgiev ha cominciato a fondare la propria scuola.

Non bisogna idealizzare Gurdgiev. Tanto quello che lui faceva non deve essere ripetuto. La maggior parte delle sue conoscenze oggi possono essere interessanti dal lato storico, ma non di più. Perché al posto loro sono arrivate le conoscenze più complete. Però i momenti più significativi del suo insegnamento, anche oggi sono attuali e noi siamo grati a Gurdgiev e li usiamo e li useremo ancora nel futuro.

Per esempio, Gurdgiev insegnava che esistono le leggi obiettive dell'arte. Purtroppo a lui non è riuscito formularli.

In ogni caso, noi non abbiamo trovato la lista di queste leggi, anche se abbiamo letto tanti i suoi libri. C'erano soltanto gli indizi. Gurdgiev ha fatto una cosa importante, ha dichiarato l'esistenza di queste leggi. Adesso parleremo di questo.

Il principio più importante (lui lo chiamava legge) è la necessità di seguire la strada della raffinatezza della consapevolezza.

Proprio l'uso di questo principio ci permette di diventare competenti non soltanto nel mondo della materia, ma anche in tutto l'universo pluridimensionale, ci permette di raggiungere la Consapevolezza del Suo eone principale e unirsi a Lui.

Per fare questo, già all'inizio dello studio bisogna passare la raffinatezza sul piano fisico, allontanarsi dalla grossolanità, nella quale vive la maggior parte della gente.

Il modo più semplice per fare questo è trovarsi nella stessa tonalità emozionale della finezza totale, che possiamo trovare nella natura. Per esempio, mentre sorge il sole e distende nella foschia della nebbia i suoi primi raggi sull'acqua, sull'erba, sui fiori, sulle foglie, quando i primi uccellini mattutini cominciano a fare sentire le loro voci, i pesciolini giocano nell'acqua, e sopra di tutto, piano, nel silenzio, continua a distendersi la nebbia, illuminata dalla tenera luce dei primi raggi solari, che bellissime sensazioni ci regala la natura in momenti come questo.

Però non dimentichiamo che è impossibile consolidare in sé questo stato senza, per prima cosa, possedere dello studio sui principi etici, quali ci propone il Dio (guarda il libro "Il Dio parla. Il libro del testo") e senza metterlo in pratica nei confronti di se stesso, e dopo, senza l'assimilazione dell'arte d'autocontrollo psichico, al quale appartiene necessariamente la capacità di tenere sotto controllo i nostri chakra (guarda il libro "Le pratiche spirituali. Il libro del testo").

Per questo, la concezione del Gurdgiev, che si chiama "La scala degli idrogeni", ha un gran valore per noi. Questa è una delle più interessanti concezioni della storia della ricerca spirituale! Che cosa sono questi "idrogeni"? È un termine dell'alchimia. Mentre lavorava Gurdgiev, esistevano anche le scuole, che tutti non potevano frequentare. E allora i loro addetti codificavano le loro conoscenze preziose. Oggi i matematici hanno il codice delle lettere. Ma in quei tempi esisteva la lingua fatta apposta, dove il codice era creato con l'aiuto dei nomi d'elementi chimici.

Probabilmente tutti noi da piccoli ridevamo trovandosi sotto l'effetto dell'ignorante propaganda dell'ateismo, quando sentivamo la storia degli alchimisti, che cercavano di fare una trasformazione, dicendo che il piombo diventava oro e con questo si arricchiva. Ma in realtà, la parola "piombo" aveva altro significato, non era il metallo, ma lo stato iniziale dell'uomo, che ancora non ha cominciato la pratica spirituale. E la parola "oro" significava lo stato definitivo dell'uomo, che arrivava alla sua perfezione sulla Strada spirituale. "Elisir d'oro", a proposito, è quella Luce dorata dello Spirito Santo, che noi vediamo, facendo meditazione latihan e con il Quale noi possiamo riempire i nostri corpi.

E invece quelle reazioni strane, che descrivevano gli alchimisti sono proprio i simboli delle diverse fasi della trasformazione spirituale dell'uomo.

Per esempio, altri simboli: "carbonio" è un elemento attivo della reazione, "ossigeno" è passivo, "azoto" è catalizzatore, necessario per lo svolgimento della reazione. "Idrogeni" sono elementi o stati, che si trovano fuori della reazione. Da qui ha preso l'inizio il termine "la scala degli idrogeni".

Allora di che cosa si tratta, parlando di questa concezione? Le sostanze, i fenomeni, tutti gli stati dell'universo si possono posizionare in una fila, secondo il loro livello di finezza — grossolanità. Su questa scala si trovano i minerali, i pianeti, le stelle, i diversi tipi del cibo — cominciando dai corpi dei cadaveri, con i quali si nutrono molte persone, — fino a, per esempio, le fragole del bosco. Su questa scala possono trovare il loro posto

lo stato dei chakra, lo stato emozionale dell'uomo. In pratica tutto. "Idrogeni" hanno il loro significato numerico, che permette di trovare qualche stato, come campione, che aiuta a valorizzare il nostro progresso sulla scala della grossolanità — finezza, con altre parole sulla "scala degli idrogeni".

Per esempio, il sole mattutino — la sua luce — è H-6 — uno dei finissimi fenomeni della natura.

Le emozioni, che appaiano nel momento della fioritura armonica della funzione riproduttiva: la tenerezza, colorata sessualmente, il rapporto fra genitori e figli, il comportamento dei giovani animali nei loro giochi, gli stati energetici delle gemme primaverili, che si stanno aprendo, tutto questo è — H-12.

Esiste uno stato del nostro organismo molto interessante — il piano energetico del meridiano chitrini (altro nome — Brahmanadi, meridiano dello Spirito Santo) è H-3, uno dei principali stati dello Spirito Santo.

Da H-3 fino a H-1 rimane poco. H-1 è il piano della Consapevolezza Iniziale del Creatore.

Non è assolutamente possibile dagli stati primitivi grossolani, che caratterizzano la gente normale, trasferirsi subito nello stato finissimo, affondare nelle profondità del mondo pluridimensionale, conoscere il piano iniziale del Creatore! Assolutamente è impossibile!

Si può soltanto muoversi avanti gradualmente sulla "scala degli idrogeni". Prima bisogna passare una parte della strada della raffinatezza, che si trova nel mondo materiale, — e solo dopo "affondare" nelle altre dimensioni.

In qualche scuola dell'occultismo allievi, che non hanno cambiato il tipo di alimentazione, non sono passati al cibo pulito energicamente e eticamente, ma hanno conservato la loro grossolanità iniziale (e a volte ne stanno facendo anche un culto, per dominare sulle conoscenze dell'altra gente, per avere la potenza; tutto questo appartiene alle scuole della magia nera), e cercano di staccarsi dai loro corpi materiali. Se riescano, dove che vanno a finire? Cascano nel grossolano mondo astrale, nell'inferno, s'incontrano lì con i fenomeni, che appartengono al mondo della rabbia, dell'odio, della paura e della menzogna. Là si spaventano, si perdano... A parte di questo, loro fanno "l'amicizia" con gli abitanti di quel piano, spesso molto fastidioso. Tanti ciò li fa impazzire...

Per questo, il più importante principio della crescita spirituale e anche quello dell'arte spirituale, che aiuta nello sviluppo spirituale, è — seguire la strada della finezza della consapevolezza.

Nell'arte l'uomo può realizzarsi e come un creatore e come un osservatore o un ascoltatore. Tutte e due le varianti possono dare la possibilità favorevole per lo sviluppo.

Voglio sottolineare che proprio qualunque opera d'arte può essere valorizzata sulla scala della finezza — grossolanità. Ogni campione dell'alta qualità deve servire per dare la tonalità giusta. O indicare la strada da *tamas* (la grossolanità iniziale, ignoranza, ottusità) — attraverso *rajas* (la ricerca attiva dell'uscita verso la luce della Verità, quando un uomo, che soffre e patisce, diventa un uomo, che lotta), — verso *sattva* (la purezza, la finezza, l'armonia) e ancora più in alto.

Sulla strada della Perfezione impossibile evitare *sattva*. Ma non è possibile anche direttamente dal *tamas* o dal *rajas* diventare Perfetti. Non si può "saltare", evitando lo scalino del *sattva*. La strada della raffinatezza, dello sviluppo dell'armonia, della capacità d'amare — è necessaria per tutti. Nessuno deve pensare, che "questo non è per me, lascio fare ad altri, io arrivo alla Perfezione in modo mio". No! La legge dell'evoluzione umana, descritto da Krishna in *Bhagavad Gita*, è composta dalla conseguenza delle fasi, che abbiamo descritto prima (gli scalini — i *guna*), e soltanto dopo, può cominciare la fase superiore del lavoro sul se stesso.

Con l'aiuto dell'arte si può anche educare gli uomini energici, che corrispondano al *guna rajas*. Per esempio, rock. La danza dinamica — chi era contro? — La gente del *guna tamas*, che si trovano ancora lontano dalla pura e vera energia. Contro erano i cattivi profani del tutto, i deboli, ai quali manca una propria energia. Se queste persone, da giovani, imparavano la danza rock-n-roll, allora anche oggi si muovevano per la vita più energeticamente.

L'energia, che non è grossolana, è necessaria per la gente nel suo cammino spirituale, perché l'energia sviluppa la forza personale, permette di accumulare la riserva dell'energia, che dopo si può dirigere, per esempio, sul lavoro meditativo.

Allora in questo modo, con l'aiuto della musica e della danza dinamiche si può sviluppare nel se stesso queste capacità mancante. Ma usando altre varianti della musica e della danza si può assimilare gli stati superiori: la calma, il silenzio interno (*hesychia*).

In questo possono aiutare anche la pittura, la poesia, l'arte dell'est, tipo *ikebana*...

Bisogna impadronirsi della calma, nello stesso modo, come dell'energia; questo è assolutamente necessario sulla Strada spirituale! Bisogna di-

ventare universali: sapere e rilassarsi e attivare al massimo la propria attività, quando è necessario.

Attraverso le opere d'arte anche si può fare la pressione energetica sugli ascoltatori e osservatori, guidata non direttamente.

Ci sono più di una possibilità. Prima ci sono le icone. Probabilmente, tanti sanno sulla propria esperienza, che attraverso la visione delle icone noi possiamo ricevere i canali delle energie finissime. Diverse icone trasmettono diversi tipi d'energia, secondo il loro aspetto che fa variare l'intensità e livello della finezza — grossolanità. A proposito, noi abbiamo incontrato icone, che emanavano la grossolana, diabolica energia...

Queste qualità hanno a volte anche certe opere d'arte diverse dalle icone. Ma loro devono essere create da un pittore forte. Per esempio — i quadri di Nikolaj Roerich. Tutti questi quadri possono essere valorizzati sulla "scala degli idrogeni", ad ognuno si può dare il significato numerico. I quadri di Roerich sono rajas. Nella fase iniziale possono avere influenza positiva, ma dopo non più.

Esiste anche più concreta influenza attraverso l'arte, non direttamente sull'energia intera dell'uomo, ma soltanto su i suoi chakra. La musica, le canzoni, la danza possono provocare gli stati della risonanza in un o in un'altro chakra dell'ascoltatore o dell'osservatore, o nella meridiana. Così si possono sviluppare queste strutture, semplicemente facendo entrare le vibrazioni, uscite dal produttore.

Per esempio, ascoltiamo il solista che si concentra cantando nel suo, — allora i nostri anahata passivamente si sintonizzano con il suo, e in questo momento nasce un adeguato stato emozionale.

Questo fenomeno si chiama svara, la parola di sanscrito. Nel libro di Menon "I suoni della musica indiana. La strada verso raga", svara è stato descritto, come un fenomeno mistico, il meccanismo del quale non è stato scoperto. In realtà il meccanismo di svara é il lavoro dell'esecutore con le sue bioenergostrutture. Lui semplicemente sposta la concentrazione della consapevolezza da un chakra all'altro, o nell'altra struttura, e se lui lo fa abbastanza forte appaiano le condizioni della risonanza.

Lo stesso meccanismo si attiva anche nel momento della danza, quando noi stiamo osservando il danzatore, nel caso in cui lui possenga lo svara.

Anche attraverso i suoni, creati dallo strumento musicale, si può richiamare le condizioni della risonanza di risposta in chakra e meridiane degli ascoltatori. Esempio — tango dell'Oscar Strok, del "Re del tango". Le sue opere d'arte lui costruiva così che quasi tutte le sue note influivano atti-

vamente sul vishudda. E per questo i vishudda d'ascoltatori "si riempivano oltre misura" e apparivano forti stati emozionali dell'entusiasmo e dell'estasi.

Anche ora ci sono i gruppi dei musicisti, i quali nella loro composizione non usano nemmeno una nota, che è capace di fare la risonanza nel chakra della testa. Ma per gli ascoltatori questa musica è più adatta per il riposo, il rilassamento della gente impegnata nel lavoro intellettuale.

Gli addetti della Strada spirituale, che si trovano sicuri nello stato del sattva, che si sono sbarazzati per sempre anche della potenziale possibilità di entrare nello stato delle emozioni grossolane, possono provare ad usare il metodo "laya". Esiste una corrente di yoga, che si chiama laya-yoga. "Laya" significa sparizione, scioglimento di sé nell'Armonia dell'Assoluto. S'intende lo stacco della mente, che si trova nel chakra ajna, per fare lavorare l'organismo sotto la guida di Dio, ma non come risultato dei comandi del cervello. Com'esempio può essere fatto quello della "danza spontanea" nello stato della meditazione latihan, che è un tipico esempio dell'allenamento di laya-yoga.

Esistano anche altri metodi. Si può, per esempio, "staccare", "dare a laya" la nostra mano, che regge la cornice per le ricerche dei campi biologici, e con il suo aiuto scoprire le cose invisibili all'occhio: ricevere le risposte sui giacimenti di minerali, sulle comunicazioni sotterranee, fare la diagnostica medicinale e tante altre cose. Biolocazione — è una specie di laya-yoga.

Analogamente è possibile imparare a disegnare, quando la mano dirige "da sola" la matita. Ugualmente si può imparare a scrivere i testi... In tutti questi casi la mano è guidata da uno spirito e se la persona lo merita, questo può essere anche lo Spirito Santo, lo Spirito Divino.

Per imparare a dare il corpo a laya, mentre si balla, esistono i metodi, che ci aiutano. Se alziamo le braccia, il corpo si muove più facilmente, la spina dorsale s'inclina meglio. Allora diventa tutto molto più facile! Se invece si tengono le braccia in basso, sarà difficile ballare in questo modo.

Così è in qualunque altro tipo d'arte, se noi vogliamo usare il principio di laya: bisogna conoscere i metodi di lavoro, essere specialisti. Per esempio, per disegnare è necessario sapere di mescolare i colori. Per scrivere: saper tenere la penna in mano.

Parlando di laya, vi devo avvertire che la perdita d'autocritica può fare diventare noi gli zimbelli. Questo succede quando s'infrangono i principi etici. Perché l'etica è la base dell'Armonia. Ma se con l'etica tutto è a posto, l'Armonia, con tutto e con tutti, incluso Dio, può diventare ideale.

... Con l'aiuto dell'arte si può stimolare il processo intellettuale. Pensiamo insieme: come si può fare questo?

I principi fondamentali dell'insegnamento dell'autoregolazione psichica ai bambini e agli adolescenti (lezione)³²

Le esperienze accumulate delle diverse forme d'insegnamento dell'autoregolazione psichica ai bambini agli adolescenti, permettono di formulare le seguenti raccomandazioni:

1. Il lavoro etico guidato dall'insegnante sullo sfondo dell'insegnamento dell'autoregolazione psichica deve formare negli allievi le basi della morale.

2. Esistono delle varianti nel creare gruppi composti soltanto dai bambini o anche dai bambini insieme ai loro i genitori. Nell'ultimo caso il programma si costruisce basandolo sui piccoli, ma i genitori partecipano volentieri. Uno dei lati positivi, della seconda variante del lavoro, è che si creano gli interessi comuni in famiglia e si vince la disunione in essa.

3. Senza il consenso del medico non devono essere eseguiti gli esercizi con i chakra e i meridiani con i bambini (escluso dei semplici esercizi con l'anahata). Il motivo è che questi esercizi è vietato farli usando alcool e tabacco durante e dopo. Quindi non si può essere sicuri che i bambini che fanno tali esercizi oggi, continuino anche in futuro a seguire questa regola.

4. L'accento, nel lavoro, deve essere messo non sui risultati, ma sull'ampliare gli orizzonti, sull'informazione agli allievi per aiutarli a scegliere la via della vita nel futuro. Arricchite gli esercizi con l'estetica e con lo sport. Si può aggiungere la musica, la danza, l'arte fotografica, la pittura, il turismo, l'ecologia, la filosofia, cercando gli insegnanti competenti.

O al contrario arricchire gli insegnamenti artistici specifici con gli elementi dell'autoregolazione psichica.

5. E' vietato insegnare lo shavasana ai bambini fino 12 anni d'età.

³² La lezione è stata copiata dal libro [8].

Come eccezione si può essere guidati da un medico specialista.

La causa di questo è che i bambini hanno difficoltà ad uscire dallo stato di rilassamento profondo.

6. Si praticano gli esercizi con i chakra e i meridiani guidati da medici specializzati nelle guarigioni delle malattie psichiche e neurologiche dell'infanzia.

Questo è molto efficace nella correzione dei disturbi della socializzazione.

7. L'acquisizione degli esercizi con le immagini figurative, da parte dei bambini, procede molto facilmente. E' più difficile per loro acquisire la concentrazione dell'attenzione. Proprio quest'ultima è molto importante per studiare a scuola nel modo più effettivo.

Un grande aiuto in questo senso lo daranno: l'esclusione dal loro menu del cibo "ucciso" (preparato con i corpi degli animali) e l'aumento della quantità di proteine derivate dal latte e dalle uova.

Questa raccomandazione sarà utile per tutti, senza eccezioni.

8. L'effetto positivo molto interessante lo dà la presenza (non la partecipazione alla pari) dei bambini durante gli insegnamenti pratici dei genitori.

In questo momento parte il meccanismo molto importante dell'insegnamento: l'imitazione. Loro imparano ad amare e rispettare la natura e tutte le manifestazioni della vita, imparano a vivere nella tenda, accendere il fuoco, preparare da mangiare sul fuoco, imparano ad essere disciplinati (alzarsi presto, fare la ginnastica, il bagno all'aperto), a vedere la bellezza intorno a sé e sapere sintonizzarsi con essa.

Vorrei parlare del nuoto invernale all'aperto per i bambini. Questa procedura benefica, permette di allargare la gamma del comfort della temperatura dell'organismo in crescita per tutta la sua vita. È necessario seguire le regole:

1. La volontà spontanea del bambino senza doverlo pregare: il bambino sa da solo quando è il momento migliore, quando il suo organismo è pronto.

2. La situazione favorevole dal lato emozionale da parte di tutti gli adulti presenti.

3. Esclusione dei tentativi di guarigione con il nuoto invernale all'aperto per i bambini indeboliti a causa di lunghe malattie.

Queste procedure sono efficaci nella cura dei processi locali delle malattie dei bambini, che in questo momento si trovano in buono stato di salute.

Il meccanismo che guarisce è lo stress bioenergetico come risposta all'attacco del freddo. Ma l'organismo, indebolito dalla lunga malattia, non ha questo potenziale energetico, che permetterebbe di far partire questo processo.

In tali casi saranno efficaci i bagni nell'acqua calda, sauna [31].

L'arte di essere felici **(la lezione nel bosco che accompagna il film)**

La capacità di sintonizzarsi, attraverso le proprie le emozioni, con la BELLEZZA, con la TENEREZZA e la SOTTIGLIEZZA della natura viva, ci permette di acquisire l'armonia interna. Questo è il fattore necessario per l'acquisizione dello stato e della percezione costante della FELICITA' nella VITA. Esso è anche un componente importante del perfezionamento spirituale.

Questa BELLEZZA è un elemento della Creazione di Dio.

Capire questo è molto importante! Soltanto dopo aver imparato ad amare la Creazione è possibile imparare ad amare il suo Creatore! Senza questo amore sincero non si può essere felici.

L'amore deve essere necessariamente reciproco! L'amore Suo verso di me, a sé stante, non mi farà essere felice! Cercate di diventare quelli che amano invece di essere amati! Dovete amare non come egoisti (qualcuno chiama "amore" i desideri sessuali personali), ma con il desiderio di DONARE VOI STESSI A LUI!

L'amore verso Dio comincia dal desiderio di conoscerLo, prima con la mente e dopo nel modo complesso, così che le emozioni di tutto il nostro amore si riuniscano con le emozioni del Suo amore! E dopo, pian piano, arriva la completezza dell'Unione con Lui di me-consapevolezza, sviluppata durante il processo della ricerca di Lui e del servizio a Lui!

È molto importante durante questo Percorso avere amici concordi. È molto più facile percepire la felicità dell'esistenza creativa essendo in un gruppo spirituale, anche se è piccolo!

L'uomo che è sano moralmente riceve il piacere quando DONA le proprie conoscenze, se stesso agli altri, cercando di farli felici!

Proprio questo processo di donare e vedere i risultati positivi fa diventare felice anche lui!

Che cosa bisogna fare per trovare degli amici degni? Bisogna offrire se stesso: dimostrare agli altri la propria utilità! Ognuno deve condividere con tutti tutto ciò che sa fare!

... Per essere felice è importante anche avere la salute.

Ma da che cosa essa dipende?

A volte si può sentire che le nostre sofferenze e disgrazie succedono perché... Adamo ed Eva hanno commesso un peccato tanto tempo fa... Questa pazzesca fantasia ha anche un termine specifico "Il peccato originale"... Secondo me tale punto di vista è la caratteristica della mancanza del ragionamento di quelli che credono e di quelli che lo predicano...

Gli altri danno la colpa ai medici non competenti, all'inquinamento dell'ambiente o a quelli che provocano lo stress e li fanno arrabbiare e preoccupare...

Ma no! Soltanto noi siamo colpevoli delle nostre disgrazie!

Per la gente ignorante nella filosofia religiosa capire questo concetto è molto difficile! Ma la verità è che proprio Dio, che ci ama, crea tutti questi problemi indicando la nostra inadeguatezza rispetto a come Lui ci vuole vedere!

Parlando semplicemente si può dire: se noi facciamo del male a qualche creatura, allora in questo modo stiamo programmando delle situazioni analoghe anche nella nostra vita, nel nostro destino ma, in tal caso, saremo noi la vittima. Questo si chiama "legge del karma": la legge della formazione dei destini. Proprio così Dio ci insegna a non commettere azioni cattive, ci insegna ad avere compassione per il dolore degli altri, ad avere pietà e ad essere commiserevoli. Tutto questo tramite il proprio dolore.

Bisogna ricordare che la "legge del karma" funziona non durante una sola vita terrena, ma va ben oltre... Ecco perché a volte nascono i bambini malati...

Qualcuno può fare la domanda: ma a che cosa serve tutto questo a Dio? Perché Lui ci vuole vedere "buoni" dal Suo punto di vista?

In precedenza abbiamo già parlato del senso della vita dell'uomo sulla Terra in tutti i nostri libri. Adesso dirò brevemente: noi siamo le particelle della Consapevolezza universale che si trova nell'Evoluzione; che ha il nome dell'Assoluto. E nei nostri corpi procede l'Evoluzione dell'Asso-

luto! Ecco perché per Lui ogni anima è così preziosa! Ecco perché Lui, con tanta attenzione, osserva tutti e cerca sempre di correggere ognuno di noi, escluso soltanto quelli che hanno dimostrato la loro inutilità; loro saranno mandati nell'inferno, nella "fogna" dell'Evoluzione...

... Quindi "per prendere il nostro destino nelle nostre mani" prima di tutto bisogna studiare le regole proposte dal Creatore, secondo le quali noi dobbiamo vivere. Lui ci ha dato queste regole tramite i Suoi Messia e profeti.

Per eseguirle bisogna imparare a controllare le nostre emozioni.

Bisogna abituarci a vivere sempre negli stati emozionali puri e sottili, senza dipendere dalle circostanze! In questo modo saremo sempre ben desiderati per gli amici, potremo garantirci la salute fisica e mentale, e la nostra dimora sarà come minimo il paradiso!

Invece le emozioni grossolane come l'ira, la gelosia, l'invidia, l'irritazione e tanti altri stati simili sono sgradevoli per gli altri e per noi stessi, ma sono anche nocivi per la salute di tutti e alla fine ci garantiscono la vita nell'inferno dopo la disincarnazione!

Come imparare a controllare le proprie emozioni? Anche di questo abbiamo parlato nei nostri libri. Adesso dirò soltanto che la base della costruzione della giusta sfera emozionale è lo sviluppo del cuore spirituale.

Il cuore spirituale si basa nel chakra anahata e da lì comincia la sua crescita. Esso è un organo bioenergetico che produce le sottili emozioni positive.

Gesù Cristo, gli altri Maestri Divini e i profeti ci consigliavano di sviluppare proprio esso!

Grazie al suo sviluppo noi acquisiamo la salute, troviamo i veri amici e ci avviciniamo con lo stato dell'anima allo stato nel quale vive Dio: nell'aspetto dello Spirito Santo e in quello del Creatore!

Proprio tramite questo Dio diventa per noi una Realtà sperimentabile!

... Come esempio, vorrei raccontare di me. Io sono completamente sano, nonostante abbia superato i 60 anni. Il mio corpo da qualche tempo... si ringiovanisce!

Quando il mio corpo aveva 59 anni è stata l'ultima volta che ho sentito il commento dei passanti per la strada: "Così giovane e ha già la barba lunga!"...

Mi sento così giovane, pieno di energie e maturo! Vivo sempre nello stato puro e stabile, della gioia tranquilla!

Ho dimenticato cosa significa sentire la rabbia, l'angoscia, la preoccupazione, la paura ecc. Vivevo prima e vivo anche adesso senza il desiderio di vendicarmi verso quelli che una volta cercarono di uccidermi e, in seguito ai loro tentativi, ho trascorso sei mesi in cui stavo morendo lentamente e due volte ho avuto la morte clinica. Non sento né rabbia né odio, né paura né desiderio di vendetta neanche verso quelli che negli anni seguenti mi minacciavano per i miei libri su Dio e sulla felicità della Sua sperimentazione.

Inoltre mi sono avvicinato tantissimo a Dio che adesso posso comunicare con Lui liberamente. Posso riempire con Lui tutto il mio corpo.

Volete anche voi vivere così?

Allora seguite questo Percorso, studiato e sperimentato per tutti coloro che lo desiderano!

*** * ***

Su punti come questo è bello meditare, unendosi alla sottigliezza della bellezza mattutina della natura, con la raffinatezza degli Spiriti Santi, dei nostri Maestri Divini e Realizzatori dei nostri destini...

Se abbiamo deciso di seguire il Percorso spirituale allora dobbiamo imparare tutto questo, perfezionando noi stessi: la Via dell'amore verso la Creazione e il Creatore, la Via della ricerca di Lui, Che deve essere necessariamente conosciuto e sperimentato!

Per realizzare questo bisogna anche leggere libri su di Lui e sul Percorso verso di Lui!

Altre persone vanno nelle chiese e partecipano ai riti. Anche questo può aiutare all'inizio, l'importante è non contaminarsi dalla gente con l'ideologia dell'odio, purtroppo spesso succede proprio in questo modo... In genere la partecipazione aiuta i principianti a spostare l'attenzione dagli oggetti del mondo materiale...

E dopo? Bisogna capire che nei templi c'è Dio, ma non più di quanto sia fuori. Nella situazione in cui ci si trovi faccia a faccia con Dio, lontano dalla folla, nella natura si può percepire meglio il beato TOCCO di Dio, cominciare a SENTIRE i Suoi pensieri diretti verso di noi, imparare a VE-

DERE gli Spiriti Santi-Maestri Divini, **ABBRACCIARCI** con Loro, entrare nei Loro Corpi non materiali, **RIUNENDOCI** con Loro...

Per sperimentare Dio, per il proprio perfezionamento è molto importante la **CALMA INTERNA**, il possesso di essa permette di sperimentare la **BEATITUDINE DELLA CALMA E DELLA PACE**, che sono presenti nella Dimora del Primordiale...

Il canto degli uccelli, il fruscio della canna da zucchero umida dalla rugiada o del fogliame degli alberi, non disturba, ma aiuta a far diventare il **SILENZIO** dell'**ALBA** più emozionale!

Bisogna capire che la completezza della percezione di tutto il bello che può regalarci la natura, la possibilità di sperimentare il suo Creatore e i Suoi Rappresentanti, gli Spiriti Santi, la può raggiungere soltanto l'ascetico preparato a dovere. Bisogna prepararsi a questo nell'aspetto etico e intellettuale e anche tramite la purificazione e lo sviluppo delle strutture bioenergetiche del proprio organismo: i chakra e i meridiani.

... Si può raccogliere anche i doni commestibili della natura. Sono i frutti del bosco, i funghi e le diverse erbe. Tutto questo si può mangiare subito e anche conservare per il futuro.

Per esempio, al posto del the si possono usare gli infusi, adoperando le piante fresche o facendole essiccare per l'inverno.

Per esempio, l'ortica. Tanti non la amano perché lei "punge". Ma lei "punge" proprio per questo, perché la gente non la vuole mangiare. Quando la pianta è giovane ha un buon sapore e ha delle preziose caratteristiche medicinali: stimola il sistema immunitario dell'organismo, aiutando a liberarsi da tanti tipi del malessere!

Se la essiccate, durante l'inverno, potrete fare degli infusi.

Per mangiarla è sufficiente metterla per qualche minuto nell'acqua bollente, raffreddarla e accompagnarla con la maionese! Che bontà!

Noi da soli prepariamo il miele, al posto delle api, per esempio con i fiori del *Prunus Padus*. Racconto come:

Raccogliere i fiori, mettere nella casseruola, coprire con l'acqua non bollente (questo perché nel caso in cui ci fosse qualche insetto avrebbe il tempo di salvarsi), portare ad ebollizione e lasciare per la notte.

Il giorno dopo strizzare e buttare via i fiori. Mettere il liquido nelle pentole, portare ad ebollizione, aggiungere lo zucchero. Mescolare bene e fare arrivare di nuovo ad ebollizione. Dopo versare nei barattoli sterilizzati.

Il miele profumato e fatto da noi è pronto!

Durante tutto l'anno noi mangiamo i funghi. A casa consumiamo quelli sott'olio e durante i viaggi, per il ritiro spirituale nel bosco, quelli secchi.

Essi sono, non soltanto buoni, ma anche ricchi di proteine.

La dimostrazione di questo è la nostra salute, perché noi ci alimentiamo proprio in questo modo da più di dieci anni! Questo ci permette non soltanto di sopravvivere nelle condizioni economiche difficili, ma anche di ESSERE FELICI!

Durante la stagione in cui non crescono i funghi, noi prepariamo i panini con il formaggio, cotti alla brace. L'importante è non usare, durante la cottura del panino, i rami degli alberi vivi, ma quelli già secchi.

Provate, vedrete vi piacerà!

... Così noi viviamo nello stato della VERA felicità "cronica"!

Perché io ho evidenziato la parola VERA? Perché la FELICITA' non dipende soltanto dai buonissimi funghi e dai panini con il formaggio! Tutta la vita deve essere in ARMONIA CON DIO. Di preciso:

non danneggiare possibilmente nessuno,

perfezionarsi spiritualmente di continuo,

vivere sotto la Sua guida,

regalare il bene quello che possiamo condividere!

Vi auguro di avere tanto successo in questo Percorso!

Sattva delle nebbie **(lezione nel bosco che accompagna il film)**

Pace a voi, amici!

Vi piace questa bellezza?

Siete riusciti a percepirla, a *sintonizzarvi*, a *riunirvi* con essa. A diventare parte di essa?

... Una volta noi abbiamo incontrato, sul lago del bosco, un fotografo professionista e per lungo tempo eravamo insieme a lui a godere la nebbia che dolcemente e senza intoppi ballava unita ai raggi del sole appena sorto sopra l'orizzonte...

Egli pronunciò: "Io ho visto *questo* e adesso posso morire!"

La sua emozione (purtroppo di un ateo) noi l'abbiamo capita! Ma sarebbe stato giusto disincarnarsi proprio in quel momento, dopo aver conosciuto una tale *superbellezza* della Creazione e non aver ancora conosciuto il suo Creatore?

... Proviamo a ragionare insieme: qual è il senso della vita dell'uomo, incluso ognuno di noi?

Questa non è una "pseudo domanda", cioè una domanda che non ha nessuna risposta, come una volta l'ha dichiarata qualche filosofo-materialista!

No: questa domanda ha la risposta molto completa dal punto di vista della scienza moderna biologica: la scienza sulla VITA. Adesso io parlerò con voi proprio di questo come scienziato-biologo che ha dedicato insieme ai suoi colleghi tutta la propria vita a studiare questa materia.

Come inizio la risposta può essere formulata così: il senso della vita è lo sviluppo positivo di noi stessi come anime, consapevolezza.

Adesso parliamo più dettagliatamente. Bisogna rispondere su tali domande: a che cosa serve tutto questo?, perché bisogna svilupparci positivamente?, perché diventare migliori?

Prima di tutto, ognuno di noi, deve rompere in sé l'immagine di essere separato da Dio, che fra noi esista un "insormontabile" divario, che Dio sia il severo Giudice, che mette in punizione noi peccatori. E che il sogno umano supremo, difficile da avverare, sia trovare la strada verso il paradiso... E per realizzare questo sogno bisognerebbe dedicare tutta la nostra vita a chiedere "il perdono" a Dio (dire le preghiere, "pregare") e partecipare a riti speciali. Esiste anche il punto di vista che per avere l'effetto più grande sia necessario sacrificare ed ammazzare gli "eretici" e quelli che appartengono alle religioni diverse...

In realtà non è così.

Noi non siamo separati da Dio. Ma per capire meglio questo bisogna chiarire il significato della parola Dio: fra la gente non esiste un significato unico nemmeno in questo; la gente spesso lo spiega diversamente.

Questa parola può essere usata nel senso *dell'Assoluto*, cioè *Assolutamente Tutto*; il Creatore consustanziale con la Sua Creazione pluridimensionale. E ognuno di noi è la Sua parte, come per esempio, la particella di sangue, che abbia la sua indipendenza dentro il corpo nel quale essa abita e al quale essa sta servendo, ma nello stesso momento essa è la sua parte.

L'altro significato della parola *Dio* è il Creatore, la Consapevolezza Primordiale, chiamata anche come il Dio-Padre e con altri nomi. Lui si trova nella *profondità* dell'Assoluto pluridimensionale. Lui è senza confini. Lui occupa tutto lo spazio dell'universo infinito. Ma Lui esiste nell'altro strato della pluridimensionalità secondo gli strati nei quali abitiamo noi.

È impossibile conoscerLo per quelli umani che cercano Dio nel cielo, sugli altri pianeti ecc.

Ma quelli che seguono le Sue indicazioni su come bisogna vivere sulla Terra, che veramente amano il loro Creatore, sono innamorati di Lui e cercano di somigliare a Lui, facendo crescere se stessi come amore...

“Dio è l'Amore” così insegnava Gesù!

Questo significa che per avvicinarci a Dio secondo lo stato dell'anima noi dobbiamo coltivare noi stessi in qualità d'amore.

Invece, quelli che coltivano se stessi in qualità di odio, di arroganza, di grossolanità, di disprezzo verso le altre Manifestazioni della Vita dell'Assoluto, vanno nell'inferno. L'inferno è una dimensione dello spazio, la più grossolana, il posto dove abitano le anime che hanno sviluppato in se le qualità contrarie alle qualità della Consapevolezza Primordiale.

Al contrario, il paradiso, è la dimensione più sottile, la dimora delle anime che si sono sviluppate seguendo il percorso della raffinatezza, della tenerezza, della premurosità, della dolcezza: cioè il percorso dell'amore.

Ma *come* svilupparci seguendo il percorso della raffinatezza?

I nostri *stati emozionali* sono gli stati di noi in qualità di anime, coscienze. Noi possiamo farci abituare alla vita negli stati emozionali secondo la nostra scelta: quelli grossolani o quelli sottili. Con questa scelta noi facciamo predeterminare il nostro posto nell'Assoluto pluridimensionale: l'inferno, il paradiso, la Dimora del Creatore...

Proprio questo insegnavano Gesù Cristo e Suoi Allievi. Questa parte dell'Insegnamento lo ha descritto nel Vangelo l'Allievo di Gesù: l'Apostolo Filippo.

L'Apostolo Filippo scrive che le persone che si sono sviluppate al loro dovere e nella giusta direzione si accettano dal Creatore nella Sua Dimora, si riuniscono come Consapevolezze sviluppate a Lui e diventano la Sua Parte inseparabile.³³

³³ [10,18].

Dopo, Coloro che hanno *Raggiunto* quello, possono uscire come Parte di Sé dalla Dimora del Creatore, per aiutare la gente incarnata, manifestandosi come Spiriti Santi. (queste *Manifestazioni* del Creatore si chiamano insieme Spirito Santo).

A volte Loro, con lo stesso scopo, s'incarnano di nuovo nei corpi umani...

Tale Incarnazione di Dio nel corpo umano nelle lingue diverse si chiama: Messia, Cristo, Avatar.

* * *

Che cosa bisogna fare del concreto per andare avanti secondo questa direzione?

Anche questo è stato descritto nell'Insegnamento di Gesù Cristo e negli Insegnamenti degli altri Maestri Divini.³⁴

Come inizio bisogna accettare il principio del non danneggiare possibilmente al massimo alle altre creature incarnate.

Noi danneggiamo gli altri, non soltanto tramite l'uccisione o il dolore fisico. Noi creiamo il danno dicendo le bugie, rubando, mancando di rispetto agli altri, calunniando, invidiando, rifiutando di aiutare e anche semplicemente trovandoci negli stati emozionali grossolani! Perché con le nostre emozioni noi creiamo dei campi energetici: favorevoli e sfavorevoli per le altre creature! Perciò il nostro stato "interno" non è per niente soltanto il nostro "affare privato"!

Il secondo passo è acquisire le capacità del controllo volontario sulle proprie emozioni. Questo si chiama arte *dell'autoregolazione psichica*. Realizzarlo non sarà difficile, basta sapere *come*.

Il completo controllo della propria sfera emozionale si raggiunge tramite la conoscenza sulle funzioni dei propri chakra, perché essi come organi bioenergetici determinano i nostri stati psichici: le emozioni, il vigore, le capacità fisiche e mentali ecc.

Dalla purezza energetica e dal livello dello sviluppo dei chakra dipende in grosso modo anche lo stato della salute.

Tutti i chakra e tutti i meridiani principali dell'organismo devono essere purificati e ben funzionanti. Ma il chakra anahata è il chakra più im-

³⁴ [10,18].

portante. Perché dentro di esso può maturare il *cuore spirituale* la parte più importante dell'organismo spirituale durante il Percorso spirituale. Perché soltanto lo sviluppo del cuore spirituale permette all'uomo di trasformarsi nell'Amore, fare crescere se stesso fino a raggiungere lo stato che permette di avere il diritto di avvicinarsi al Creatore ed entrare nella Sua Dimora.

Di tutto questo, in modo dettagliato, noi abbiamo già parlato nei nostri libri e nei film che sono stati creati dal nostro gruppo di ricerca.

Non usare mai in nessun modo la droga, per esempio, a scopo "mistico" per arrivare negli "altri mondi"! Cascate negli abbracci delle creature dell'inferno, distruggete i corpi e le anime! Non bisogna cercare i "mondi diversi" ma la Dimora del Primordiale! I metodi sono completamente diversi! Essi sono stati da noi studiati, descritti e dimostrati nei film.

* * *

Esiste un principio vero e molto importante dell'islamismo: "Non c'è Dio, escluso (unico) Dio!" Questa breve formula visualizza il principio del *monoteismo*. Ragioniamo se quello che ho detto io non contraddice questo principio?

Parliamo su questo tema ricordando i due significati della parola *Dio* che io ho descritto prima.

Con il primo significato (Dio come Assoluto) è tutto chiaro: l'Assoluto è unico universale Organismo Vivente e non può esistere l'altro, anche secondo il senso della parola.

Quello che tratta del secondo significato (Dio come Creatore, Dio-Padre, Consapevolezza Primordiale): anche in questo caso dobbiamo rinunciare alle idee primitive e false su Dio-Padre come un vecchietto sulla nuvoletta!

In realtà il Creatore è tanto infinito quanto l'Assoluto. Lui è davvero grandissimo, enorme, senza fine!

La formula islamica: "Allah akbar!" stimola gli adepti *ragionevoli* a studiare e sperimentare la GRANDEZZA INFINTA del CREATORE, tramite la *crescita quantitativa* dell'anima, per rispettare con il nostro amore di figli la Sua Grandezza e cercare di "immergersi" con la coscienza nell'Oceano Infinito della Consapevolezza *Divina*!

Il Creatore è la *profondità* (nel senso della pluridimensionalità dello spazio) e la Parte *principale* dell'Assoluto. Lui Stesso Si chiama *Cuore*

dell'Assoluto (parola *Cuore* significa il Cuore Spirituale, la Parte più Importante, non un organo anatomico pulsante).

Il criterio dell'appartenenza a questo *Cuore dell'Assoluto* è la presenza continua in Esso. Inoltre tutti coloro che si trovano lì vivono nello stato *unito e diffuso* fra loro. Cioè il *Cuore dell'Assoluto* è veramente la Struttura unica nei limiti di tutto l'Assoluto.

La ri-creazione degli Individui accade soltanto tramite la Loro uscita come Parte di Sé di questo Unico *Cuore dell'Assoluto*.

(Tutto questo non è la fantasia mia o di qualcun altro: Questo si può sperimentare tantissime volte se si diventa degni.

Noi lo sperimentiamo!)

Con altre parole il Creatore è *Unico*, ma composto da *Tanti*. Questi *Tanti* sono sempre in aumento grazie ai nuovi Entranti in Lui che Lo arricchiscono con Sé.

Proprio in questo è la *vita* dell'Organismo Universale, chiamato dagli uomini *l'Assoluto*, in questo è la Sua Evoluzione.

E se noi amiamo Dio allora dobbiamo partecipare a questo processo, sviluppando noi stessi ed aiutando in questo gli altri.

L'amore verso Dio è uguale a quello fra gli uomini: perché è composto dal desiderio di conoscere l'amato, riunirsi a lui e regalare a lui se stesso.

Il contrasto a questo è pseudo amore, che spesso viene chiamato come "amore". Esso è composto dal desiderio di avere il possesso sull'altra persona o dalla voglia (primitiva, egoistica)...

* * *

Questo è il *sensu* supremo della *vita* di ognuno di noi. Adesso rimane soltanto di precisare i momenti metodologici.

L'amore verso Dio è unito allo studio e alla sperimentazione di Lui. Perché senza la conoscenza è impossibile amare!

Le conoscenze iniziali si possono trovare nei libri, durante le lezioni o le comunicazioni con l'altra gente. È giusto che i principianti nella religione comincino dalla ricerca degli amici e della possibilità di condividere le informazioni, partecipare alle riunioni o a riti religiosi tradizionali.

La partecipazione ai riti permette di ricevere per la prima volta la percezione dei *tocchi* mistici, con i quali le *creature disincarnate* cercano di

farsi notare. Mentre la mente è piena di pensieri senza senso e in tale situazione si distrae da loro e si rilassa. E come risposta alla domanda che ci visita in questo momento a noi sembra arrivata dal “vuoto”.

(Dovrei aggiungere che queste risposte e i tocchi non sempre provengono dai Maestri Divini, Spiriti Santi; loro possono appartenere anche alle anime poco sviluppate o anche alle creature dell’inferno: tutto dipende dallo status etico del praticante).

Ma dopo qualche tempo sarebbe bene se il ricercatore che ha dimostrato il proprio sviluppo positivo avesse cominciato il terzo stadio della conoscenza e della sperimentazione di Dio: fuori dai templi materiali, nella vastità della Creazione nel bosco, nella steppa, vicino al fiume o sulla riva del mare, lì dove è possibile aprirsi con il cuore spirituale e riempire tutto a destra, a sinistra, in alto e in profondità! Usando tali possibilità è molto facile crescere come cuore spirituale raggiungendo la grandezza fino a centinaia e migliaia di chilometri...

Proprio *qui* noi impariamo, non soltanto ad amare la natura viva con tutte le sue migliori manifestazioni concrete, ma anche, tramite questo, il suo Creatore! Perché è impossibile amare il Creatore senza innamorarsi prima della Sua Creazione!

Proprio qua e anche tramite il rapporto con gli amici noi impariamo le regole dell’etica giusta e dell’amore premuroso!

Superando le difficoltà noi acquisiamo la forza delle conoscenze e dei corpi.

Riceviamo la possibilità per il migliore giusto sviluppo della sfera emozionale, tramite la sintonizzazione con il *bello* della natura viva.

Studiando l’energetica dello spazio circostante, trovando i *punti* di forza positivi e negativi, allenandosi tramite questo nello studio pratico sulle diversità principali qualitative dentro lo spazio pluridimensionale, noi pian piano acquisiamo le conoscenze sulla struttura dell’Assoluto.

Sui tanti punti di forza noi scopriamo la possibilità del contatto diretto, parlante e visibile, con gli Spiriti Santi, Che diventano i nostri Maestri Divini e ci guidano in avanti verso la Loro Dimora: Dimora del Creatore.

Questa direzione del lavoro sullo studio è una delle parti dell’ecologia, della scienza sul rapporto fra l’organismo e l’ambiente che lo circonda. Essa ha il proprio nome: la *psicologia ecologica* (o *l’ecopsicologia*).

* * *

Ripetiamo ancora una volta:

Tramite la lettura dei libri, la partecipazione alle lezioni e alle riunioni religiose, noi riceviamo la possibilità di acquisire soltanto l'iniziale informazione su Dio (vera o falsa).

Che cosa io chiamo l'informazione falsa? Quella informazione che dice che Dio è un vecchietto sulla nuvoletta e anche molto distruttivo per qualche setta, invece dell'Infinito oceano della Consapevolezza. Anche quella che insegna che Dio è il nostro schiavo e il Suo dovere è di accontentare i nostri capricci terreni... Perciò noi dobbiamo continuare ad insistere con i nostri lamenti infiniti: "Dammi, Signore! Dammi Signore!..."

Tutto questo è una schifosa bugia! Il vero amore verso chiunque, incluso Dio, non è un *desiderio* di ricevere qualcosa! L'amore è prima di tutto l'aspirazione verso la voglia di donare, verso il servire per il bene dell'Amato!

Dio è pronto a fare avvicinare a Sé, non quelli che hanno raggiunto la "perfezione" nello sviluppo in sé delle caratteristiche di un parassita! Ma quelli che hanno rinunciato ai propri interessi e servono Dio nel modo completo!

* * *

Vediamo adesso come procede dopo lo sviluppo spirituale dell'uomo.

L'acquisizione dell'arte dell'autoregolazione psichica, attraverso gli esercizi che procedono nelle palestre o a casa, permette di migliorarsi e prepararsi in questo modo per il lavoro spirituale molto serio, cioè allo stato in cui l'uomo sarà in possesso non della *fede*, ma delle *conoscenze* su Dio!

Ma la diretta conoscenza di Dio e il rapporto vivo continuo con Lui-Maestro, diventano reali e completamente possibili soltanto durante il lavoro ecopsicologico.

Proprio sui punti di forza, fra la natura, appaiono le possibilità infinite per la completa finale perfezione dei chakra e dei meridiani, per la guarigione di tutte le malattie corporee. Permettono anche di allargarsi con il cuore spirituale fuori dal corpo e continuare l'insegnamento direttamente dai concreti e visibili Rappresentanti del Creatore. La comunicazione con

il Quale diventa simile a quella con le persone incarnate, per quanto diventa facile!

Questo è impossibile raggiungerlo dentro i muri degli edifici!

Non sarà possibile diversamente (soltanto sui punti di forza corrispondenti a questo scopo durante la vita del proprio corpo materiale) conoscere il paradiso (come posto dell'abitazione) e sperimentare la vita in esso! E anche impossibile acquisire le tante varianti della possibilità di entrare nella Dimora del Creatore, di imparare non soltanto a vivere in essa ma anche ad uscire da lì!

* * *

L'ultimo consiglio per non sbagliare: non dobbiamo dimenticare le parole del Nuovo Testamento: "Dio è Luce e non ci sono tenebre in Lui" (1 Giovanni 1:5). I Rappresentanti del Creatore si manifestano come le Creazioni fatte della sottile e trasparente Luce bianca, perché la Consapevolezza del Creatore e degli Spiriti Santi è il più sottile stato che esiste nell'universo.

Di sperimentarLo, di contattarLo direttamente sono capaci soltanto le anime che si sono avvicinate a Lui così vicino sulla via della raffinatezza, tramite la sintonizzazione con le nebbie, penetrate dalla luce del tenero sole mattutino!

(Vi ricordo che in modo dettagliato su questo argomento potete trovare le informazioni nei nostri libri e nei film).

Vi auguro di avere tanto successo su questa Via!

Il nostro Creatore è molto vicino a Noi, dentro e fuori dei nostri corpi, bisogna soltanto fare gli sforzi giusti per sperimentarLo... e riunirsi con Lui!

Gesù indicava (questo è scritto nel Libro di Gesù di Ben Kuplen) che la distanza, fra ognuno di noi e il Creatore, non è più del sottile foglio di carta. E questo veramente è così: Questo diventa completamente sicuro sui *punti di forza* durante il lavoro sul programma dell'ecopsicologia!

Gesù diceva anche su questo: "Beati i puri di cuore, perché loro conosceranno Dio" (Matteo 5:8).

Krishna tramite Bhagavad Gita (11:54) indicava sulla stessa cosa: "Soltanto l'amore può sperimentarMi nella Mia Essenza e riunirsi con Me".

“il più necessario è il *cuore* che *ama*. La prima meditazione è la meditazione *dell'amore* in esso voi dovete stabilire il vostro cuore nell'aspirazione verso il bene di tutte le creature” queste sono le parole di Gautama Buddha.

Della stessa cosa dicevano i Maestri Divini tramite *l'Etica Viva* di Agni-yoga: **“Bisogna prima abituarsi alla sottigliezza delle proprie emozioni per soddisfare lo spirito con gli interessamenti necessari verso il mondo della bellezza. In questo modo la comprensione dello standard (della bellezza) si scambia con la vera comprensione della *bellezza*...**

La raffinatezza delle emozioni deve fare parte della vita.

Nel bosco cercate le Mie indicazioni.

Nelle montagne ascoltate il Mio richiamo.

Nel mormorio del ruscello ascoltate il Mio borbottio.

AmateMi, la vostra forza aumenta di *amore*!

Tutto il mondo è il corpo di Dio. Il Cuore Mio è la Casa per voi.”

Anche l'Avatar dei nostri giorni Sathya Sai Baba insegna: **“Non esiste niente nel mondo che non sarebbe la Manifestazione di Dio. Non dubitate che tutto il cosmo penetrato da Dio e tutto (quello che succede) si trova in Lui. Non esiste nemmeno un atomo nell'universo che non sarebbe stato penetrato dal Divino!**

Io parlo dell'Amore! Io ti dirigo sul Sentiero dell'Amore.

Di tutto questo è il *cuore* che è più importante di tutto!

... Il destino dell'uomo è andare dall'umano verso la Divinità.

Lo scopo della vita è crescere nell'amore, moltiplicare questo amore e unirsi a Dio, Che è l'Amore e tutto ciò si fa meglio tramite il servizio. Per liberarsi dall'egoismo non c'è niente di meglio del servizio.

Noi dobbiamo... *amare* finché non diventiamo anche noi l'Amore e non ci riuniamo a Dio Che è l'Amore. Tutto è semplice.

Dio è l'Amore e la strada più diretta e veloce verso di Lui è tramite amore nell'azione, nel servizio disinteressato alla gente.

CercateLo con il cuore ma non con gli occhi aspiranti sull'esterno.”³⁵

³⁵ [10,18].

Sattva della primavera

(premessa per il film)

Adesso noi cercheremo di riempirvi con la bellezza sottile!

A quale scopo? È semplice, questo è uno dei più importanti metodi del lavoro spirituale.

Osservando dalla posizione evolutiva tutti noi abbiamo cominciato la nostra storia privata nel paradiso. Tutto questo diventa facile da capire dopo aver studiato lo schema della struttura dell'Assoluto³⁶. Le anime si formano e cominciano a svilupparsi proprio nel paradiso. Ma queste anime ancora non sono le anime degli uomini. Esse sono i rudimenti delle anime umane che passano le tappe iniziali della propria evoluzione, prima nei corpi vegetali, e dopo in quelli animali.

Dopo tantissime di quelle incarnazioni raggiungono la possibilità di diventare finalmente esseri umani; noi, ... "non si sa per quale motivo", cominciamo a formare i nostri forti attaccamenti verso gli oggetti materiali e facciamo germogliare il nostro egocentrismo che si manifesta nell'atteggiamento sprezzante verso le altre creature.

La mancanza della possibilità di accontentare completamente i desideri viziati, come l'aver il possesso sull'oggetto del desiderio, produce in noi stabili emozioni negative e porta alla formazione di caratteristiche come: irritabilità, aggressività, gelosia, suscettibilità, rabbia ecc.

Così la maggior parte della gente perde il paradiso...

Nel paradiso abitano le anime che sono abituate agli stati puri, sottili, amorevoli, teneri della coscienza.

L'inferno è l'ereditarietà delle persone grossolane che sono abituate ancora, avendo il corpo fisico, agli stati emozionali grossolani.

Gli stati dell'appartenenza al paradiso chiamano anche sattvici, invece quelli infernali tamasici e quelli intermedi rajasici.

Per tornare di nuovo nel paradiso, sapendo dell'esistenza di questi esempi, noi dobbiamo imparare l'autoregolazione psichica, che è diretta verso l'eradicazione in se stessi degli stati grossolani e la coltivazione di quelli sottili. Potete leggere, in modo più dettagliato, delle più perfette metodiche dell'autoregolazione psichica nei nostri libri. Adesso parliamo di una cosa che è il più importante: *la sintonizzazione con il Bello!*

³⁶ Guarda le ultime pagine del libro.

Questo Bello noi possiamo trovarlo prima di tutto nella natura viva.

... In più, sperimentare e conoscere Dio nell'aspetto del Creatore, è possibile soltanto dallo stato dell'anima che appartiene al paradiso: *sattva*.

Perché il Creatore è la Parte della Consapevolezza Primordiale più sottile!

Sattva è lo stato dell'anima più vicina allo stato Divino!

Dio è realmente sperimentabile per le persone che seguono queste conoscenze!

E' anche vero che Dio non è conoscibile per la gente del *tamas* e del *rajas*!

... E l'altro aspetto molto importante: Dio è Amore! E potremo avvicinarci a Lui soltanto tramite la coltivazione in noi dell'emozione dell'Amore, prima verso le manifestazioni e le creature *sattviche* e dopo verso di Lui, verso Dio.

Dunque cominciamo ad immergerci nel *sattva*, sintonizzandoci, riunendoci con esso, diventando esso!...

Le chiavi dei misteri della vita. L'acquisizione dell'Immortalità (lezione nel bosco che accompagna il film)

Perché noi viviamo sulla Terra? Quale è il senso delle nostre vite?

Nella storia della filosofia vi è una lunga fila di prove per trovare le risposte a queste domande che non hanno avuto successo.

Per esempio, alcuni fra i rappresentanti dell'esistenzialismo, affermavano che la vita di ognuno di noi sulla Terra è soltanto un'assurda casualità; in più nessuno dava il permesso a nessuno per vivere. Loro si lamentavano di tutto ciò e vedevano, nel suicidio, l'unica soluzione per risolvere questa "situazione assurda".

Loro erano atei.

Invece, tanti moderni *credenti* in Dio, non pensano nemmeno di trovare le risposte a queste domande. Loro... soltanto sognano la vita terrena senza problemi e pensano a come evitare l'inferno dopo la morte del corpo... Che cosa bisogna fare per raggiungere questo obiettivo? Secondo loro

basta partecipare a riti "religiosi", pentirsi dei peccati veri e falsi e anche "pregare", cioè, prima di tutto insistere sulle richieste di "salvezza" dall'inferno a Dio o agli altri "dei" o "santi" inventati dai rappresentanti delle diverse confessioni.

I sacerdoti di tali correnti religiose partecipavano a questi assurdi rituali. Loro convincevano i "credenti" che Dio fosse un Mostro rabbioso, che l'unica cosa che Egli facesse fosse punire e perciò bisognava avere tanta paura di Lui! Invece, noi sacerdoti, siamo i vostri difensori davanti Dio: noi "preghiamo" per voi ed insegniamo anche a voi a "pregare" nel modo giusto...

Perché io chiamo questa forma della pseudo religione assurda? Perché in realtà noi, secondo la Volontà di Dio, dobbiamo PERFEZIONARE NOI STESSI (come anime) secondo il Suo Insegnamento, ma non lamentarci delle nostre manifestazioni dei peccati! E non chiedere davanti a Dio i beni "terreni", ma cercare di diventare "perfetti come è perfetto il nostro Padre Celeste", parlando con le parole di Gesù Cristo!

E un'altra cosa: ma davvero pensate che la paura favorisca l'avvicinamento di qualcuno con chiunque altro? No! Soltanto l'amore! Perciò Gesù ed altri Maestri Divini ci insegnano a non avere paura, a non odiare, ma ad AMARE!

Esiste ancora un altro tentativo di spiegazione del senso della nostra vita che è sempre falso, ma di un livello più alto. Io parlo proprio del suo livello più alto, perché in questo modo esso ha almeno un piccolo significato positivo. Secondo questa spiegazione noi siamo apparsi sulla Terra perché Dio nella Sua Dimora... si annoiava da solo... E perciò Egli divise parte di Se in piccoli pezzettini, le anime. Per quale motivo? Per divertirsi in questo modo, per osservare Se Stesso da fuori... E allora cosa deve fare ognuno di noi in questo caso? Soltanto essere consapevole di essere unito con Lui come Sua particella.

Cosa pensare su questa spiegazione?

Essa somiglia un po' alla verità... Però è troppo povera!

Perché povera? Primo perché non c'è la DESCRIZIONE di DIO. E non c'è nemmeno l'indicazione di dove cercarlo per percepire questa unione con Lui...

La causa di tutti questi sbagli è che la maggior parte delle persone incarnate sono giovani psicogeneticamente e sono incapaci di comprendere con la mente le manifestazioni come, per esempio, la pluridimensionalità dello spazio. Senza l'accettazione di questo tipo di visione del mondo

è impossibile comprendere la sostanza di Dio e la via della conoscenza di Lui.

In modo più dettagliato abbiamo già parlato di questo tema nei nostri libri! Leggeteli! Adesso io vi dirò brevemente che le dimensioni dello spazio somigliano ai piani della Creazione del Mondo (che si chiama Assoluto), che sono diversi fra loro secondo il livello della scala della *grossolanità-sottigliezza*.

Il Creatore (Dio-Padre, la Consapevolezza Primordiale, Ishvara, Tao, Allah, ecc., non importa come Lo chiamate nelle lingue diverse), è la Parte più sottile della Creazione del Mondo, la Sua Parte PRINCIPALE, INFINITA per la Sua grandezza ed esistente PER SEMPRE.

Dalla parte completamente apposta di tale scala della *sottigliezza-grossolanità* si trova l'inferno, dimora delle anime aggressive, rabbiose, composte dall'energia nera.

* * *

In realtà le anime individuali, secondo la loro creazione, non sono delle particelle della Consapevolezza Primordiale, ma sono le particelle dell'altra componente della Creazione del Mondo, della protopurusha.

Il compito di queste anime (cioè incluso ognuno di noi) è muoversi nel proprio sviluppo verso la Consapevolezza Primordiale, verso il Creatore.

Sarà più facile immaginare questo se osserviamo lo schema della struttura dell'Assoluto sul quale si vede anche la dinamica dei processi in Lui.

Alla fine le Anime che hanno raggiunto la Perfezione Si riuniscono al Creatore, arricchendolo con Se. Rimanendo per sempre nella Dimora del Creatore vivono solo nell'Unione con Lui, diventando la Sua Parte inseparabile. In questo modo Loro continuano a lavorare, aiutando le altre anime nella loro evoluzione. Nel mondo delle creature incarnate Loro Si manifestano come i Rappresentanti del Creatore, chiamati anche Spiriti Santi (o nell'insieme come Spirito Santo).

Ecco qual è il senso dell'esistenza di tutta la Creazione, il senso della nostra esistenza e dell'esistenza di tutte le creature!

Invece quelli che non seguono questo Percorso e, al contrario, sviluppano in se la grossolanità, la rabbia, la cattiveria, vanno in un unico posto: l'inferno.

Quello che voi state ascoltando adesso non è stato inventato da colui che parla adesso. No: questa conoscenza appartiene a Dio, essa è quella che i Maestri Divini, cioè i Messia e gli Spiriti Santi, insegnavano sempre ed insegnano anche adesso alla gente incarnata.

La stessa cosa insegnava anche Thoth l'Atlantideo (Ermete Trismegisto nella Sua seguente Incarnazione Divina), e Pitagora, e Krishna, e Gautama Buddha, e Gesù Cristo, e i Maestri Divini delle epoche successive e Quelli dell'epoca moderna. (Questa informazione, nel modo completo, la troverete nel nostro libro *Classica della filosofia spirituale e l'attualità*).

* * *

Che cosa bisogna fare per andare avanti con successo verso la propria vera e finale Meta?

È necessario:

– studiare la Volontà di Dio e cercare di raggiungere la perfezione etica,

– sviluppare se stessi in ogni modo intellettualmente,

– eseguire la cura della pulizia energetica della salute perfetta del proprio organismo pluridimensionale e cercare di raggiungere la sua massima purificazione,

– acquisire i metodi di autoregolazione psichica, che permetteranno di trasformare se stessi nel cuore spirituale crescente e raffinare se stessi (cercare di diventare sempre più sottili come l'anima, come la coscienza); l'invulnerabilità della coscienza significa la sua incapacità di uscire dagli stati puri e sottili, indipendentemente dalle circostanze,

in più:

– acquisire la capacità di vivere nello stato del silenzio interno (he-sychia), perché il lavoro meditativo può avere successo soltanto su questo sfondo,

– dopo bisogna coltivare se stessi nel modo quantitativo (come coscienza); La consapevolezza individuale può raggiungere la grandezza di migliaia e di milioni volte superiore alla grandezza del corpo umano,

– sperimentare, con la consapevolezza sviluppata a dovere, la struttura dell'Assoluto pluridimensionale, "visitare" costantemente i Suoi "piani" sempre più sottili, fino ad arrivare alla Dimora del Creatore,

— ed aiutare su questo Percorso gli altri uomini.

Vorrei far notare che i tentativi di usare sostanze chiamate droghe, con lo scopo di visitare “altri mondi” sono inaccettabili: questo porta alla distruzione della salute del corpo e della coscienza.

Penso che dovrò dare qualche chiarimento su alcuni dei punti elencati.

Per esempio, qualcuno potrebbe dire: “Adesso è tutto chiaro! Mi dirigo verso Dio, imparo a meditare! Adesso lo so e allora non importa finire gli studi scolastici, non ha senso frequentare l’Università!”. Questa conclusione è sbagliata. Qualunque tipo di istruzione vi arricchisce con le varie informazioni e consente anche di sviluppare la FUNZIONE MENTALE DELLA COSCIENZA. Senza l’intelletto sviluppato l’uomo non potrà mai arrivare fino in fondo a questo Percorso: egli senz’altro sbaglierà la via, si perderà.

* * *

Sono utili le conoscenze per impedire l’inquinamento dell’organismo e quelle sui metodi della sua purificazione. Dovete:

— lavare il corpo con il sapone, se possibile tutti giorni,

— alimentarvi con il cibo diverso, contenente proteine e vitamine; “il cibo ammazzato” (cioè preparato con i corpi degli animali uccisi) bisogna escluderlo completamente: tale alimentazione è inaccettabile dal punto vista etico e da quello bioenergetico, perché impedisce di raggiungere la sottigliezza della coscienza, e provoca le diverse malattie del corpo,

in più:

— dovete cercare di non entrare nei rapporti emozionali con le persone che hanno l’energia grossolana; tali contatti, in particolar modo, sono indesiderati nei rapporti sessuali,

— bisogna spesso trovarsi fra la natura, in particolare ai tramonti, la mattina o la sera; la sintonizzazione della coscienza con la sottile bellezza della natura è il potente purificatore dell’anima; abbiamo dimostrato questo nei film creati da noi,

— esistono anche i metodi speciali di raja-yoga, che permettono di raggiungere la purificazione rapida delle strutture energetiche dell’organismo: i chakra e i meridiani,

— e dopo il lavoro dell'espulsione dall'organismo delle energie extra e sulla DEIFICAZIONE delle CELLULE del CORPO, si continua sullo scalino del buddhi-yoga.

* * *

Quali sono le differenze fra raja-yoga e buddhi-yoga?

Raja-yoga è la fase della purificazione e del continuo auto perfezionamento, dentro il corpo fisico e del "bozzolo" energetico che lo circonda.

Quando tutto il necessario su questa tappa è concluso, allora si può continuare il lavoro secondo i metodi di buddhi-yoga, cioè del perfezionamento di se stessi (come coscienza), ma adesso fuori del corpo e del "bozzolo". Proprio tramite questi metodi l'uomo può diventare Mahatma, l'Atman Supremo. E proprio questo gli permette, ricevendo le conoscenze necessarie e la benedizione di Dio, di entrare nella Dimora del Creatore e continuare la Propria Esistenza in essa, nell'UNIONE ETERNA con il CREATORE.

Qui è importante capire che, uscire fuori dal proprio corpo fisico nei "piani" Divini della Creazione del Mondo, è possibile soltanto per il corpo che ha raggiunto il livello necessario della purezza. Invece dal corpo sporco di energie grossolane e perciò malato, si può cascare soltanto nei corrispondenti spazi grossolani immateriali. Perciò non serve a niente avere fretta con i tentativi di uscire fuori dal corpo.

Le tecniche dell'affinamento e dell'aumento del volume della coscienza, l'aumento delle sue capacità nel mondo materiale, i metodi della sperimentazione diretta della Creazione del Mondo pluridimensionale, si chiamano meditazioni. Esse sono tante. Una delle meditazioni superiori descritte nelle antiche fonti letterarie si chiama "Croce": la meditazione insegnata da Gesù Cristo ai Suoi Allievi (essa è stata descritta nel Vangelo dell'Apostolo Filippo). C'è anche la meditazione "Piramide" descritta da Thoth l'Atlantideo, la meditazione di Krishna dalla Bhagavad Gita "Il trattenere di tutte le creature sui palmi delle mani nell'amore" e anche la meditazione di Lao-Tzu "Oceano". (Di tutte esse si può leggere nel nostro libro *Classica della filosofia spirituale e l'attualità*). Ma compiere queste meditazioni senza una seria preparazione è impossibile.

L'efficacia dell'attività della coscienza che ha raggiunto la libertà dal proprio corpo materiale (ma il corpo rimane in vita e completamente sano e attivo), dipende prima di tutto dalla grandezza della coscienza. Il valore

della coscienza individuale definisce anche quello che chiamano “forza individuale”.

È molto importante capire che sul Percorso per ottenere i successi spirituali supremi ha valore soltanto la crescita della coscienza sottile; lo stato della raffinatezza deve diventare completamente naturale, principale. Se non si raggiunge questo status diventa facile “ricascare” nella grossolanità e in questo caso, invece di trovare la Dimora del Creatore, l’uomo trova la sua dimora nell’inferno. Spesso, in questi casi, una persona da sola, non riesce ad accorgersi del proprio stato di involgarimento...

Ma esistono degli standard per raffinare la coscienza. Gli Spiriti Santi ce li forniscono. Essi si chiamano Mahadubli. Loro si sollevano sopra la terra e sopra l’acqua e hanno di solito forme antropomorfe gigantesche. Loro sono le vive Consapevolezze Divine, i nostri Maestri Divini.

La coscienza del guerriero spirituale che ha raggiunto il Loro livello di raffinatezza Divina della coscienza è capace di VEDERLI, COMUNICARE direttamente con Loro. Loro diventano, per tali discepoli, personali Maestri Divini. Il riempimento con noi stessi, delle Loro Forme di Mahadubli, da l’esperienza inapprezzabile della prima Unione con Dio.

Questo è soltanto l’inizio dell’acquisizione della Divinità.

Dopo bisogna imparare, solo con l’aiuto dei Maestri Divini, a vivere nella Loro Dimora comune: nella Dimora della Consapevolezza Primordiale. E solo nello stato della FUSIONE solida con Essa.

Tutto questo è raggiungibile e deve essere raggiunto ancora avendo il corpo fisico; dopo sarà tardi. Perché proprio il corpo materiale costituisce la struttura che permette di trasformare (o come dicono sublimare) l’energia che noi riceviamo dal cibo nell’energia della coscienza che si trova nello stato dello sviluppo.

* * *

Nei capolavori lasciati dai Maestri Divini che Si incarnavano nei corpi umani, cioè Messia, Avatar, si diceva della possibilità dell’uomo di raggiungere l’Immortalità. Che cosa significa? Qual è il senso di queste parole?

Esistono due forme di tale Immortalità.

La prima è l’uscita dalla “ruota delle nascite e delle morti” cioè dalla necessità di NASCIRE E MORIRE con i corpi sulla Terra. Questo si raggiunge tramite l’acquisizione dell’Unione finale con la Consapevolezza

Primordiale nella Sua Dimora. Le seguenti incarnazioni di coloro che hanno raggiunto questo, sono solo per motivo della Loro Volontà, ma non per continuare il proprio perfezionamento, soltanto per creare le condizioni favorevoli per aiutare gli incarnati.

Ma esiste anche un'altra forma di Immortalità quando sulla base dei successi raggiunti si acquisisce l'immortalità anche del corpo fisico. Le cellule del corpo materiale devono essere completamente divinizzate.

Tali esempi si possono incontrare nel nostro libro *Classica della filosofia spirituale e l'attualità*. Fra i Titolari dei Corpi Immortali noi conosciamo Gesù Cristo, Adler, Thoth l'Atlantideo. Loro ci hanno spiegato come si può raggiungere l'Immortalità e questo è reale.

* * *

Spero di essere riuscito ad ispirarvi agli sforzi del Percorso Spirituale. Camminate su tale Percorso! Con questo noi realizziamo la Volontà di Colui Che ci ha mandati a vivere sulla Terra!

Adesso, quando il senso delle nostre vite qui sulla Terra diventa chiaro per noi, non sarà più giusto dedicare il tempo che resta alla sua realizzazione?

Camminate! E anche se non farete in tempo a completare tutto il Percorso, ma soltanto parte di esso, la vostra vita sarà più felice lo stesso: in questa incarnazione e anche dopo di essa! E sarà più facile continuare il Percorso la prossima volta!

La conclusione generale

1. Sulla storia della religione

1:1. Non ci sono dubbi che le persone capaci di pensare filosoficamente, durante tutta la storia dell'esistenza dell'umanità, si posero la domanda sul senso delle proprie vite terrene, sulla possibilità della propria esistenza nello stato disincarnato e anche sull'esistenza di Dio.

Questi pensatori avevano idee filosofiche più meno adeguate, successivamente, intorno a loro, si crearono gruppi esoterici e filosofici, scuole e anche movimenti religiosi.

1:2. Dio, da parte Sua, ripetutamente dava alla gente incarnata il Proprio Insegnamento tramite i Suoi Inviati (Messia, Avatar) e profeti. L'informazione veniva data nella forma adeguata per un concreto gruppo di persone, considerando il livello di capacità di comprendere dal punto di vista religioso-filosofico, rispettando le condizioni concrete dell'esistenza in quel momento concreto (per esempio durante la guerra o la pace, durante i primi passi della formazione dei concetti religiosi o sullo sfondo della loro esistenza stabile in questa regione).

1:3. In ogni luogo delle conoscenze religiose creato da Dio, sempre, con il passare del tempo, si verificarono le distorsioni dell'Insegnamento ricevuto, fatte dagli uomini.

Per esempio:

— le persone avevano come funzione religiosa la partecipazione ai riti del "salvataggio"; i movimenti tradizionali del corpo, insieme alle preghiere dello standard, diventarono le occupazioni religiose principali dei credenti, prendendo il posto degli sforzi reali del perfezionamento di se stessi sulla via della propria evoluzione spirituale,

— si creò il "fondamentalismo" religioso con il quale la vita religiosa diventò la coazione violenta per una parte di gente che costrinse altri a seguire delle "regole di comportamento" che in realtà non avevano nessun significato religioso, mentre invece avrebbe dovuto verificarsi l'acquisizione delle conoscenze su Dio, sul senso della vita, l'insegnamento dei metodi del perfezionamento spirituale e l'aiuto in questo agli altri,

— si formarono i falsi concetti delle "religioni nazionali" e degli "Dei nazionali", quando invece Dio è uno solo e non soltanto per la gente del nostro pianeta Terra, ma anche per tutto l'universo; come risultato: la sostanza principale dell'ideologia della denominazione religiosa diventò l'odio verso gli "eretici" e verso quelli che appartenevano a religioni diverse, e come conseguenza vi fu il terrore e le guerre aggressive.³⁷

1:4. Per tutte le persone ragionevoli del nostro pianeta deve essere chiara la necessità dello studio, l'accettazione e l'introduzione, nella mentalità dei popoli di tutti i paesi, del concetto religioso basato sulle conoscenze scientifiche moderne, sull'insieme dell'esperienza storica religiosa raccolta da tutti gli uomini, e anche su quello che Dio c'insegna ogni giorno.

³⁷ I meccanismi di degenerazione delle denominazioni religiose sono stati descritti nel nostro libro [6].

2. Che cosa s'intende con la parola Dio

2:1. Prima di tutto bisogna accettare che lo spazio universale è realmente pluridimensionale (non soltanto matematicamente).

Le sue dimensioni (eoni, loki) sono conoscibili per la coscienza sviluppata dell'uomo. Tale sviluppo della coscienza si raggiunge tramite il vero lavoro spirituale, che ha come una delle componenti la pratica meditativa multistadia.

2:2. Esistono le dimensioni: il paradiso, l'inferno, "il deposito del materiale costruttivo" per formare la materia e le future anime e c'è la Dimora del Creatore.

2:3. Storicamente è accaduto che la parola *Dio* aveva tanti significati; e la gente spesso si confonde in essi.

2:4. Il significato principale di questa parola è Creatore, Consapevolezza Universale Primordiale, esistente nella dimensione spaziale primordiale. Questa Consapevolezza è lo stato energetico universale più sottile, se si considera la Sua posizione nella scala della *sottigliezza-grossolanità*.

(Sul lato opposto di questa scala si trovano le creature dell'inferno: gli stati nei quali loro esistono sono i più grossolani dal punto di vista della valutazione del loro status emozionale stabile).

2:5. Il secondo significato della parola *Dio* include il Creatore insieme a tutta la Sua Creazione pluridimensionale, generata da Lui, sdraiata su di Lui come su una fondazione, che non è capace di esistere senza di Lui o di essere isolata da Lui. In questo senso Dio è *l'Assolutamente Tutto* (Assoluto), il Tutto, escluso soltanto l'inferno con i suoi abitanti. (Secondo la descrizione di Gesù Cristo, l'inferno è la "tenebra esterna", esterna rispetto a Dio-Assoluto).

2:6. Il concetto *Dio* include la Manifestazione del Creatore nella Creazione, chiamata Spirito Santo (Brahman).

Lo Spirito Santo Si manifesta per la gente incarnata più spesso sotto forma di Maestri Divini usciti dalla Dimora del Creatore.

Loro riescono a addensare la propria energia della Consapevolezza fino allo stato di essere percepiti e, a volte, anche visti dalla nostra normale vista.

2:7. La manifestazione del Maestro Divino sulla Terra, tramite la Sua incarnazione nel corpo umano, si chiama Messia, Cristo, Avatar.

Lui, come Spirito Santo, è la Parte Inseparabile del Creatore (della Consapevolezza Primordiale).

2:8. L'affermazione che Dio è unico, è vera. Tutti coloro che abitano nella Dimora del Creatore sono Le Parti composite dell'Unica Consapevolezza Primordiale.

I criteri del riconoscimento sono: il posto in cui dimorano, ed il fatto che la Loro Dimora è la dimensione iniziale dello spazio; è da lì che esce ognuno di Loro nel mondo della Creazione, ma soltanto con una parte di Sé, rimanendo consustanziale al Creatore.

2:9. Tutte le individuali manifestazioni concrete che appartengono al mondo della Creazione (soggetti, corpi, inclusi i nostri, anime incarnate e disincarnate, escluse quelle infernali), devono essere considerate come le cellule dell'infinito pluridimensionale Organismo Universale di Dio nell'aspetto dell'Assoluto.

2:10. L'essenza di tutti i processi che avvengono nell'universo è l'Evoluzione della Consapevolezza Divina Universale, l'Evoluzione dell'Assoluto.

2:11. Nel concetto "Dio" non possono essere inclusi i personaggi mitologici, inesistenti, che appartengono al folclore popolare (i seguaci di tale tipo di rappresentanze, che sono false nella loro essenza, si chiamano "pagani", cioè seguaci delle primitive credenze "popolari").

Anche i tentativi di rappresentare Dio, come una creatura invisibile, volante, che abbia la grandezza e l'aspetto del corpo umano, sono ingenui e falsi.

Dio non deve essere descritto come l'"informazione", "il campo informativo", "la mente aggregata umana" e altre determinazioni simili che sono incompetenti e superficiali.

La conoscenza di Lui non ha niente in comune con "la comunicazione con gli extraterrestri", "i voli astrali", lo spiritismo, i riti magici e le fantasie astrologiche.

La presentazione di Dio, come un Mostro dispettoso che punisce la gente per i peccati è una perversione falsa e ingenua, che allontana le persone dall'amore verso Dio, dall'avanzamento sul Percorso spirituale.

Simile a questo, nella religione, si presenta il modo di mettere al centro dell'attenzione l'immagine del diavolo e d'altri fattori spaventosi.

La coltivazione della paura mistica, al posto dell'Amore creativo, è la causa principale del degrado spirituale e dello sviluppo della psicopatologia.

logia di massa fra gli adepti che appartengono a tali forme di pseudoreligioni.

2:12. Dunque, al concetto Dio appartengono:

– il Creatore, chiamato anche Dio-Padre, la Consapevolezza Primordiale, Allah, Ishvara, Tao e gli altri sinonimi delle lingue e delle direzioni religiose diverse,

– l'Assoluto,

– i Maestri Divini incarnati e disincarnati (Loro sono tantissimi) che escono dalla Dimora del Creatore.

Questa è l'essenza vera della monoteistica comprensione dell'essenza di Dio.

2:13. Il Creatore dalla Sua Dimora crea "isolotti" di materia nelle parti diverse dello spazio infinito dell'universo; dopo, quando la necessità di uno di loro o del gruppo intero scompare, Lui li smaterializza.

Lo scopo di tutto questo è creare le condizioni per incarnare sui substrati materiali le nuove anime, sulle quali loro ricevono la possibilità di svilupparsi.

Raggiungendo la Divinità, queste Anime si riuniscono al Creatore, arricchendolo con Sé.

2:14. Le incarnazioni nel mondo della materia sono necessarie per lo sviluppo delle anime, perché proprio nei corpi fisici accade la formazione dell'energia, che serve per la crescita dei "grumi" delle coscienze individuali. Il materiale d'origine per l'ottenimento di tal energia è, prima di tutto, il cibo materiale, quello che noi mangiamo.

Ma non tutti i tipi di cibo materiale garantiscono la consegna nell'organismo delle energie favorevoli per la giusta crescita dell'anima: le caratteristiche favorevoli sono presenti soltanto nei prodotti della dieta "senza uccisione", cioè senza i prodotti preparati con i corpi degli animali uccisi.

L'alimentazione con il cibo "ammazzato" non corrisponde alle norme etiche superiori e porta al ricongiungimento delle anime degli animali morti ai corpi di quelle persone che hanno ucciso o hanno mangiato la carne dei loro corpi. Tali ricongiungimenti (chiamati "ossessioni") diventano la causa delle violazioni psichiche e somatiche, e anche di malattie come il tumore.³⁸

³⁸ Il meccanismo delle malattie oncologiche è la violazione locale del genotipo di un gruppo di cellule del corpo, che diventa la causa dei tumori e d'altre patologie.

I fattori che sono causa di tali violazioni possono essere le irradiazioni dai raggi

I cibi naturali per gli uomini sono le piante commestibili, latte e latticini, preparati senza caglio animale, e anche le uova degli uccelli.

2:15. L'evoluzione d'ogni anima individuale inizia dalla formazione del suo rudimento sulla base minerale, in seguito vi sono le numerose incarnazioni, prima nei corpi delle piante piccole, dopo sempre più grandi, poi nei corpi degli animali in misura crescente e nella complicazione tipica, e alla fine nei corpi umani.

Ognuno di noi, in origine, era prima una pianta e poi un animale.

E adesso nei corpi delle piante e degli animali noi dobbiamo percepire altre anime in crescita. Noi dobbiamo imparare a rispettare le loro vite e a non danneggiare loro in nessun modo senza motivo.

“Non uccidere” come ideologia di vita nel rapporto fra gli uomini e gli animali, la rinuncia di danneggiare invano (senza necessità) le piante, deve diventare la norma della vita di ognuno di noi.³⁹

2:16. Dio, nell'aspetto del Creatore, è una Verità realmente percepibile dalla coscienza umana sviluppata. In questo caso può essere descritto come l'Oceano Benedetto e la Tenera Sottile Viva Luce-Consapevolezza.

L'uomo deve aspirare alla Sua conoscenza, deve imparare ad amarLo, deve diventare innamorato di Lui e questo diventa la premessa per comprendere la Sua Essenza e riunirsi a Lui. L'anima individuale, nella parte finale della propria evoluzione, deve unirsi all'Anima Universale del Creatore, che è la Parte Principale dell'Assoluto.

3. Che cos'è l'uomo

3:1. L'uomo non è un corpo. L'uomo è il grumo dell'energia della coscienza (anima), capace d'essere consapevole, di ricordare, di pensare, di

“hard”, le violazioni dei geni trasmessi ereditariamente, gli agenti cancerogeni chimici, gli effetti virali e anche le “ossessioni”.

Nell'ultimo caso lo spirito “ospite” comincia a adattare la parte dell'organismo dell'uomo a sé come “alloggio”, trasformando attivamente nella variante più comoda per sé i tessuti del corpo umano.

Tutto quanto detto non è una fantasia o “un'ipotesi scientifica”. È stato osservato tantissime volte sui malati, con l'aiuto della chiaroveggenza. Il pentimento per le uccisioni e per la golosità egoistica, in particolare se tutto questo è accompagnato dalle procedure di guarigione, conducono alla guarigione e all'abbandono dello spirito “ospite”.

³⁹ Com'eccezioni ci possono essere soltanto i casi d'autodifesa, per esempio, dagli animali e dagli insetti aggressivi.

muoversi, di svilupparsi quantitativamente e qualitativamente, ma anche capace di degradare.

L'incarnazione nel corpo fisico è composta dall'unione dell'anima con il corpo, che si prepara a nascere, creato da Dio.

La morte significa la loro completa separazione.

3:2. Dio fa incarnare gli uomini nei corpi fisici per far loro attraversare le tappe successive della propria evoluzione. Ognuno ha la significativa libertà della volontà, cioè ha il diritto di scegliere la direzione strategica del proprio avanzamento evolutivo (verso la Dimora del Creatore o nell'inferno), e anche di scegliere le soluzioni ai problemi attuali.

Dio, nell'aspetto dello Spirito Santo, fa proposte continue ad ognuno di noi: come diventare migliori. Proprio in questo è la manifestazione del Suo Amore-Premurosità per ognuno di noi.

Gli interventi "coatti", da parte di Dio, nella realizzazione per la gente dei propri desideri, sono cosa rara.

Dio, come Pastore Supremo, ci "pasce" sulla superficie del pianeta Terra, come al Suo "pascolo". Lui è interessato al nostro sviluppo verso la direzione necessaria che ci porta a Lui: noi dobbiamo diventare Anime Perfette e unirci a Lui nella Sua Dimora, arricchendolo con noi stessi.

E se qualcuno vive la propria vita terrena in modo sgradevole secondo Lui, allora Dio fa male a quest'uomo tramite le malattie e il dolore. Come risultato, qualcuno comincia a ragionare ed inizia a correggersi. Altri diventano purtroppo ancora più aggressivi, degradandosi sempre più velocemente.

Così, nella realizzazione da parte degli uomini della *propria libertà* della volontà si effettua la "selezione naturale" fra le anime incarnate da Dio.

Le migliori saranno prese nella Sua Dimora, le buone andranno per qualche periodo nel paradiso, e dopo s'incarneranno di nuovo nelle condizioni favorevoli per continuare lo sviluppo; la dimora delle cattive anime è l'inferno, qualcun'avrà la possibilità di incarnarsi di nuovo anche da lì per provare ancora una volta; le peggiori, senza speranza agli occhi di Dio, si disfaranno per sempre (ecco perché le immagini del folclore descrivano l'inferno come "geenna focosa" che "dimora i peccatori").

3:3. L'uomo deve essere consapevole che lui non è il corpo e nemmeno la mente, ma l'anima incarnata (coscienza): soltanto da questa posizione è possibile la giusta comprensione di come vivere sulla Terra.

Le espressioni letterarie tipiche come “la mia anima”, “la sua anima”, “le nostre anime” sono inesatte. Dovremo capire che noi siamo le anime.

3:4. Gli uomini di tutte le nazionalità e di tutte le razze, e anche di entrambi i sessi, sono pari davanti a Dio e fra loro; esistono altre differenze significative: l’età dell’anima e il livello dello sviluppo delle qualità positive e negative.

I principi fondamentali dell’avanzamento spirituale sono gli stessi per tutte le persone, indipendentemente dal sesso, dalla nazionalità, e dalle altre simili caratteristiche. Ma i metodi del lavoro spirituale sono diversi, dipendono da: a) l’età dell’attuale incarnazione, b) l’età psicogenetica (l’età dell’anima), c) il livello dello sviluppo etico ed intellettuale nel momento attuale, d) la parte del Percorso spirituale che è già stata superata.

3:5. Il compito promettente d’ogni uomo è conoscere Dio in tutti i Suoi aspetti e nelle Sue Manifestazioni e, raggiungendo la Perfezione spirituale, entrare nell’Unione con il Creatore nella Sua Dimora, per continuare anche dopo, ma adesso è da lì, a partecipare all’Universale Processo Evolutivo, aiutando le creature incarnate.

Ma bisogna iniziare proprio dallo sviluppo intellettuale e dalla trasformazione etica di se stessi.

4. Le basi della metodologia del perfezionamento spirituale

4:1. La perfezione del Creatore è composta da tre qualità principali: l’Amore, la Saggezza e la Forza. Perciò ogni uomo, nella propria evoluzione, deve perfezionarsi secondo questi tre parametri.

4:2. Ogni uomo deve cominciare con la decisione che i suoi principi più importanti saranno:

“Non fare all’altro quello che non desideri per te stesso!” e

“Aiuta tutti nel bene!”.

Dopo sarà giusto cominciare ad acquisire le funzioni del proprio cuore spirituale, dell’organo che produce le emozioni dell’amore.

4:3. Il cuore spirituale è la struttura bioenergetica che è situata nella gabbia toracica. Il primo livello del suo sviluppo può essere considerato superato quando esso occupa tutta la gabbia toracica e l’uomo è capace di trovarsi con la concentrazione della coscienza in esso, percepire il mondo

esterno direttamente tramite esso e reagire *da esso* e anche parlare *da esso*. Quando l'uomo ha acquisito tutto questo, finché si trova con la concentrazione della coscienza nel cuore spirituale, non può più entrare negli stati emozionali diversi escluse le varianti delle emozioni dell'amore cordiale.

Perciò radicalmente cambia il carattere del rapporto con l'ambiente che lo circonda, incluse le altre persone; migliora la salute.

Colui che si è abituato a vivere in questo stato e vivrà in esso fino alla fine della propria incarnazione terrena, si troverà in modo garantito nel paradiso fra, le anime simili a lui.⁴⁰

Le metodiche della realizzazione di quello che è stato detto, sono state sviluppate dettagliatamente da noi, descritte nei nostri libri e sono state illustrate nei nostri film.

4:4. Per avere successo nell'avanzamento spirituale, l'uomo deve trasformare se stesso nella grand'anima, composta nella sua maggior parte dal cuore spirituale.

Egli deve imparare a vivere in modo tale da non uscire mai dalle emozioni dell'amore: dalla tenera freschezza, dalla premurosità, dalla disponibilità di aiutare sinceramente e disinteressatamente tutti nel bene, dalla deferenza verso tutti i meritevoli, dalla gratitudine verso tutti coloro che lo aiutano, dal perdono di tutti i trasgressori, dall'altruismo. E anche combattendo per il bene degli altri, lui non deve uscire mai dallo stato dell'amore.

Ognuno deve lottare per l'eradicazione delle proprie manifestazioni dell'arroganza, dell'egoismo, dell'avidità, della violenza, delle emozioni dell'ira di tutti i tipi, incluse le emozioni della condanna, della vendetta, dell'invidia, della gelosia. Tutti questi stati emozionali sono opposti all'Amore.

Imparare a controllare le proprie emozioni si può tramite il lavoro intellettuale contro i vizi (incluso il pentimento), tramite la coltivazione in se stessi delle qualità positive; il grande aiuto in questo ce lo dà lo sviluppo

⁴⁰ Quelli che hanno letto questo libro hanno capito che il modo sbagliato di capire il significato della parola "cuore" come il punto dove si riuniscono tutte le emozioni generalmente, incluse anche la passione sessuale, l'odio, la rabbia ecc., non ha niente in comune con lo spirituale. Le espressioni "vivere con il cuore", devono significare "vivere con l'amore, nell'amore", ma non "seguire la corrente delle emozioni non controllabili dalla mente".

L'ultimo significato è purtroppo entrato nella "classica" letteraria e ciò non favorisce la cultura spirituale dei lettori di tali libri.

dei metodi dell'autoregolazione psichica, basati sul lavoro con le strutture emozionali del nostro organismo.

4:5. "Dio è l'Amore" questo concetto è stato formulato da Gesù Cristo. Lui Stesso era l'Amore. Questo è un testamento per tutti noi: anche noi dobbiamo diventare Amore.

Avvicinarci al Creatore, Che è Amore, noi possiamo soltanto diventando Amore. Non esistono altri metodi.

Questo non è uno slogan, composto da bellissime parole, inesistente in pratica. Questo è il sistema delle conoscenze e dei metodi sperimentati e dimostrati dai tanti ricercatori spirituali.

4:6. È molto importante per l'avanzamento spirituale sviluppare l'intelletto. I bambini devono ricevere la completa educazione e l'istruzione. Gli adulti devono imparare le cose nuove che hanno il valore concreto nel Percorso spirituale.

4:7. Il proprio lavoro subordinato (attività lucrativa) deve essere dedicato non al perseguimento del denaro e all'accumulo delle ricchezze materiali, ma prima di tutto, per imparare più cose possibili e dopo, utilizzando le conoscenze accumulate, servire con esse Dio, tramite l'aiuto alla gente.

4:8. Proprio fare il bene, tramite l'aiuto totale alle anime che si trovano nell'evoluzione, deve diventare lo stimolo principale nella vita sociale di ogni uomo!

Tale attività deve diventare il dono sincero! Allora anche gli altri, fra i migliori, cominciano a ricambiarsi con i propri doni. Così si formano gruppi di veri e fedeli amici, uniti dagli scopi spirituali comuni.

4:9. La nascita e la giusta educazione dei bambini, anche questo è un servizio a Dio.

4:10. Nel lavoro dell'educazione dei bambini, possono essere utilizzati con successo i metodi speciali, che preparano loro per il serio lavoro spirituale nell'età matura.

4:11. I bambini devono partecipare al lavoro creativo secondo il livello della loro età.

Devono aiutare gli adulti nel loro lavoro, il programma scolastico deve includere il lavoro d'istruzione.

Tramite questo i bambini imparano a creare e ad apprezzare tutto il bene creato con le mani e con la mente delle altre persone.

In caso contrario tanti bambini, crescendo, diventano distruttori.

4:12. Il matrimonio e l'educazione dei bambini ci permettono di perfezionarci secondo tanti parametri, incluso lo sviluppo in sé degli aspetti dell'amore come la premurosità, la tenerezza, l'altruismo.

Ciò arricchisce anche la sfera intellettuale, dando molte lezioni sulla psicologia.

Dio è lo *Psicologo Principale*. Anche noi dobbiamo studiare la psicologia.

4:13. L'opinione che il compito dell'uomo sia soltanto "pregare" e il resto non serve a niente è profondamente sbagliata e dannosa. Bisogna capire che a Dio non servono le nostre preghiere, l'essenza di alcune delle quali è l'accattonaggio.

Dio ha bisogno, prima di tutto, di giustizia etica nell'atteggiamento verso le altre persone, verso tutte le creature vive, e anche verso di Lui.

In particolare, Lui ha bisogno che noi cominciamo a cercare Lui, servire Lui, che impariamo ad amare Lui e cerchiamo di sviluppare noi stessi fino ad un livello tale che ci permetta di diventare il dono per Lui, il più perfetto possibile.

Proprio questo dono è il sacrificio più piacevole per Dio da parte dell'uomo.

4:14. Invece l'uccisione degli animali e anche delle piante come "sacrificio a Dio" non Gli servono affatto; essi fanno parte della criminalità, ma non delle azioni "gradite a Dio".

4:15. L'imporre alla gente delle idee false sulla nostra disperata peccaminosità e sull'eterno contrasto fra l'uomo e Dio, è un comportamento penale agli occhi di Dio. Esse sono contrarie al Piano del Creatore nei nostri confronti e impediscono la crescita spirituale degli uomini.

4:16. La base dello sviluppo della forza dell'anima può essere il lavoro fisico. Se adesso questo è impossibile, allora in questo caso possono aiutare gli esercizi sportivi.

Per avere successo nell'avanzamento sul Percorso spirituale bisogna avere il corpo sano e forte.

In seguito l'aspetto della forza della coscienza si sviluppa attraverso i metodi speciali dello sviluppo delle strutture energetiche dell'organismo e tramite la meditazione particolare. Essi possono essere fatti solo dalla gente matura intellettualmente e che ha lo status stabile nelle emozioni dell'amore e nella raffinatezza della coscienza.

4:17. L'opinione che nel paradiso o nell'inferno le persone capitino a causa del compimento di qualche atto è completamente sbagliata. Le azioni che hanno significato etico determinano il destino nello stato incarnato, in questo o in quello futuro.

Ma la presenza, dopo la morte del corpo, negli spazi dimensionali infernali, del paradiso o in quegli altri (inclusa la Dimora del Creatore), si determina in base allo *stato della coscienza* al quale l'uomo si è abituato durante la vita nello stato incarnato.

Se egli si è abituato a vivere negli stati emozionali grossolani, allora anche nella sua esistenza senza il corpo lui dovrà continuare proprio in essi e anche fra i suoi simili.

Se invece durante la sua vita (e anche nel momento prima di lasciare il corpo) ha vissuto nel sottile, puro e cordiale amore, l'uomo va in paradiso.

Per stabilirsi nella Dimora del Creatore, dallo stato del paradiso, ci vuole un lungo e faticoso lavoro meditativo sotto la guida del Maestro Divino o dei Maestri Divini.

Tutta la vita deve essere dedicata a questo.

Sottolineiamo che l'uomo da solo non potrà mai superare questa parte del Percorso. Gli errori possono avere conseguenze disastrose. Per esempio, si può "perdersi" nelle dimensioni spaziali... Un giorno cascare seriamente negli stati emozionali grossolani, sotto l'influenza di qualche fattore stressante che può provocare malattie gravi oppure il "crollo" di tutto quello che è stato raggiunto.

4:18. Il lavoro spirituale non può avere successo se la persona fa uso di droga, di alcol e di tabacco.

4:19. L'organismo dell'uomo incarnato è pluridimensionale e simile in questo caso all'Assoluto che è anche pluridimensionale. Perciò il processo di conoscenza di se stessi corrisponde in gran parte al processo di conoscenza dell'Assoluto.

4:20. Il compito più importante del lavoro spirituale è la sostituzione dell'egocentrismo umano con il Diocentrismo: nella mente e nella realizzazione meditativa.

4:21. I livelli superiori dell'avanzamento spirituale possono essere superati solamente con il monachesimo.

4:22. Il monachesimo è l'unica direzione dell'attenzione dell'ascetico spirituale verso una sola Meta: la completa conoscenza di Dio e l'Unione

con il Creatore nella Sua Dimora, e anche l'aiuto a tutti coloro che sono degni su questo Percorso.

4:23. I compiti dei monaci non possono essere realizzati indossando abiti speciali, ricevendo nuovi nomi, effettuando inchini e preghiere standard. Tutto questo non ha niente in comune con il vero monachesimo.

4:24. Il modo di vita parassitario è in realtà un vizio e ha effetto negativo sul destino degli adepti di tale perversione.

L'accattonaggio, agli occhi di Dio, è l'occupazione degli individui osceni [10,18].

4:25. Il celibato (il divieto alla vita sessuale) non è una vera virtù del monachesimo. Esso, nel Percorso Spirituale, danneggia anziché aiutare. Perché esso crea la dominante sessuale (la dominante dell'insoddisfazione sessuale) al posto dell'unica dominante che deve essere il Creatore e in più la cura del prossimo.

Il celibato non permette neanche di manifestare aspetti molto importanti dell'amore come la tenerezza e la premurosità verso i membri della famiglia.

Il celibato può anche danneggiare la salute, provocando le prostatiti (adenoma prostatico) negli uomini e la nevrosi in entrambi i sessi.

4:26. Il sesso non è "peccato",

a) se non è violento e non danneggia la salute,

b) se il partner è adeguato,

c) se non domina gli altri aspetti più importanti della vita.

La vita sessuale armoniosa è norma per tutte le persone adulte sane, incluse anche quelle che hanno dedicato tutta la vita agli scopi spirituali superiori.

Ma nel matrimonio devono essere unite le persone simili secondo lo status spirituale [10,18].

4:27. Negli ultimi tempi si sta diffondendo l'idea che "più sesso significa più spiritualità"; ciò è l'estremo opposto e danneggia la crescita spirituale: perché in questo caso al centro dell'attenzione vi è il sesso, ma non il Creatore nella Sua Dimora, non l'auto perfezionamento spirituale, non la partecipazione al Processo dell'evoluzione tramite il servizio a Dio, che è composto dall'aiuto alle altre persone nella loro esistenza sulla Terra e nella loro crescita spirituale.

“Dov’è il tesoro vostro, anche lì è il cuore vostro” così insegnava Gesù Cristo (Luca 12:34).

5. La struttura dell’organismo umano e la struttura dell’Assoluto

5:1. Com’è già stato detto prima, l’uomo non è il corpo. L’uomo è la coscienza (anima) che s’incarna per un periodo in corpi materiali.

5:2. Si può parlare della multidimensionalità dell’organismo (ma non del corpo!) dell’uomo incarnato.

Vorrei far notare che lo schema descritto in qualche libro dei “sette corpi” dell’uomo non è giusto. E’ giusto parlare in questo caso della presenza potenziale d’ogni uomo in tutti gli strati principali dell’Assoluto pluridimensionale; questo potenziale l’uomo deve realizzarlo. Proprio di questo si dice nella Bibbia quando si parla della somiglianza fra l’uomo e Dio, Dio nell’aspetto dell’Assoluto pluridimensionale.

5:3. Questo diventa chiaro se si osserva lo schema della struttura dell’assoluto, che potete trovare sulle ultime pagine del libro.⁴¹

Capire questo schema non è facile, perché è impossibile dimostrare sulla carta, in modo completo e adeguato, la multidimensionalità dello spazio.

Perciò bisogna capire quale strato della multidimensionalità designato sullo schema sotto in realtà si trova *più profondo* secondo la scala della multidimensionalità. E ogni strato più profondo è il più *sottile* secondo il precedente.

La Dimora del Creatore si trova nel più *profondo*, cioè il più *sottile* strato energetico della struttura pluridimensionale dell’Assoluto. E allora proprio lì dobbiamo cercarlo.

La direzione metodologica del lavoro sarà la raffinatezza della coscienza, cominciando dall’acquisizione della regolazione della propria sfera emozionale.

5:4. Il lavoro esoterico, in avanti, può concludersi con lo studio dello spostamento con la concentrazione della coscienza in tutti i livelli di questo schema (nel reale spazio pluridimensionale), simile allo spostamento della concentrazione della coscienza dentro il proprio corpo materiale.

⁴¹ Per la prima volta questo schema è stato pubblicato nel libro [7].

5:5. Tutto il processo del nostro insegnamento (incluso lo studio della teoria, gli esercizi pratici, gli esami) procede sotto la guida dello Spirito Santo; Lui non lascia mai nessuno senza l'attenzione e senza l'aiuto, non succede niente a nessuno, senza il Suo controllo e alla Sua insaputa.

6. Come deve essere la pratica delle associazioni religiose

6:1. Le forme rituali della pratica religiosa servono per i principianti nella religione. Ma bisogna capire che l'unico beneficio che esse possono dare è che fanno abituare la gente a ricordarsi dell'esistenza di Dio.

I riti possono avere nomi diversi e avere, secondo i credenti, significato diverso, ma non possono da soli risolvere il problema della realizzazione del senso della vita umana.

6:2. L'attività delle associazioni religiose non deve essere composta soltanto dalla ritualità. Bisogna parlare, spiegare che cos'è Dio, qual è il senso della vita dell'uomo, qual è il percorso per realizzarlo. Il lavoro etico deve essere composto dalle discussioni sui principi etici, sul pentimento significativo, dall'analisi collettiva dei problemi etici, sugli esempi concreti della vita pratica, descritti nei libri, nelle riviste, nei film e nelle altre fonti.

L'estetica può occupare uno dei posti più importanti, inclusa la sintonizzazione con le manifestazioni sottili della natura viva e con le opere d'arte corrispondenti. La sottile e raffinata bellezza del corpo umano può occupare un posto in questa fila.

Il lavoro spirituale sarà più efficace se arricchito con le lezioni dell'ecologia, gli esercizi sportivi, le conversazioni sul sano stile di vita.

Le lezioni sull'autoregolazione psichica devono avere l'accento sulla completa acquisizione delle funzioni del cuore spirituale.

6:3. Non bisogna insegnare i profondi metodi del lavoro meditativo ai bambini e agli adulti insolventi intellettualmente ed eticamente. Ciò potrebbe provocare malattie psichiche e impedire l'evoluzione positiva dell'anima.

Le iniziazioni nelle conoscenze spirituali devono realizzarsi gradualmente, secondo l'acquisizione delle tappe precedenti.

6:4. Le caratteristiche principali di Dio sono l'Amore, la Saggezza e la Forza.

L'uomo che cerca la Perfezione deve sviluppare se stesso proprio secondo questi tre parametri.

Esistono tre direzioni del lavoro spirituale unite fra loro: etica, intellettuale e psicoenergetica.

L'aspetto etico dello sviluppo è il principale sul Percorso del perfezionamento spirituale.

Il criterio per capire se l'orientamento religioso sia giusto o sbagliato è la direzione etica.

Il motto: "Dio è Amore!" è giusto.

L'odio verso chiunque, l'uccisione degli animali e degli uomini come "norma", l'alcoolismo, l'uso della droga, l'aggressività, l'ira, la falsità, il narcisismo, l'arroganza e l'egoismo, tutto questo è sbagliato, è il male e non ci porterà mai verso Dio.

6:5. Così, il principio maggiore dello sviluppo evolutivo dell'uomo è l'AMORE che ha tanti aspetti:

- inizia dall'atteggiamento compassionevole verso tutte le manifestazioni della vita,

- è inviato dalla giusta comprensione dell'aspetto religioso-filosofico della nostra esistenza,

- si basa sullo sviluppo di sé in qualità di cuore spirituale,

- ci guida, tramite l'amore verso la Creazione, all'amore verso il Creatore.

6:6. L'amore verso il Creatore ci permette di conoscere Dio in tutti i Suoi aspetti e Manifestazioni, e unirci, tramite la coscienza, con il Creatore.

6:7. Con questa Vittoria si termina l'evoluzione individuale dell'anima durante la fase umana del suo sviluppo.

Ma la vita dei Raggiunti continua, adesso in qualità di Parti Inseparabili del Creatore.

6:8. Una delle manifestazioni dell'attività dei Raggiunti è il Loro aiuto alle creature incarnate in quantità di Spiriti Santi.

In alcuni casi i Rappresentanti del Creatore s'incarnano di nuovo nei corpi umani per realizzare un aiuto ancora più efficace alla gente incarnata.

Bibliografia

1. Agni-yoga. Gerarchia. Naberezhnye Chelny, 1991 (in russo).
2. Agni-yoga. Mondo del Fuoco. III. "Detskaia literatura", Novosibirsk, 1991 (in russo).
3. Agni-yoga. Sovramundano. "Sfera", M., 1995 (in russo).
4. Agni-yoga. Comunità. "Detskaia literatura", Novosibirsk, 1991 (in russo).
5. Akinfiev I.J. — Vegetarismo dal punto di vista biologico. Ekaterinoslav, 1914 (in russo).
6. Antonov V.V. — Cuore Spirituale. La religione dell'Unità. "Polus", San Pietroburgo, 1999 (in russo).
7. Antonov V.V. — La nuova Upanishad: Struttura dell'Assoluto e la Sua cognizione. "Polus", San Pietroburgo, 1999 (in russo).
8. Antonov V.V. (red.) — Lavoro spirituale con i bambini. "Reality", San Pietroburgo, 2001 (in russo).
9. Antonov V.V. — Come sperimentare Dio. Autobiografia dello scienziato che studiava Dio. "Polus", San Pieterburgo, 2002 (in russo).
10. Antonov V.V. — Dio parla. Libro di testo di religione. "Polus", San Pieterburgo, 2002 (in russo).
11. Antonov V.V. — Sessuologia. "Fainder-Plus", San Pietroburgo, 2002 (in russo).
12. Antonov V.V. (red.) — Cuore Spirituale: la Via verso il Creatore (le poesie-meditazioni e Rivelazioni). "Reality", San Pietroburgo, 2003 (in russo).
13. Antonov V.V. (autore e formatore) — Pratica del moderno esicasm. "K.P.OGT", Odessa, 2004 (in russo).
14. Antonov V.V. (red.) — Dio Parla. Libro 2. Maestri Divini su Se Stessi. "Vilna Ucraina", Lvov, 2005 (in russo).
15. Antonov V.V. (red.) — Come sperimentare Dio. Libro 2. Autobiografie degli allievi di Dio. "Vilna Ucraina", Lvov, 2005 (in russo).
16. Antonov V.V. (red.) — Dobrynia. Epopee. "Druk", Odessa, 2006 (in russo).
17. Antonov V.V. (red.) — Tao Te Ching. "Druk", Odessa, 2007 (in russo).
18. Antonov V.V. (red.) — Classica della filosofia spirituale e l'attualità. "Druk", Odessa, 2007 (in russo).
19. Babaji imperscrutabile. "Libris", M., 1997 (in russo).
20. Besobrasov P.V. — Sui diritti degli animali. M., 1904 (in russo).
21. L'armonia tramite il vegetarianismo. "La società della cultura Vedica", San Pietroburgo, 1996 (in russo).

22. Gorky M. (A.M. Peshkov) — Confessione. V: Raccolta delle opere in 39 volumi. V. 8. "Hud. Lit.", M., 1952 (in russo).
23. Grenader A.B. — Influenza dell'indurimento dell'organismo con il freddo e con i bagni invernali all'aperto. La seconda conferenza scientifica-metodica sull'indurimento dell'organismo con il freddo e con i bagni invernali all'aperto".Minsk, 1967 (in russo).
24. Danilov B.A. (formatore) — Sfaccettature di Agni-yoga. "Alghim", Novosibirsk, 1995 (in russo).
25. Filocalia. "Molodaia guardia", M.,1992 (in russo).
26. Demin V.N. — I sentieri delle tribù slave. "Fair-press", M., 2002 (in russo).
27. Dowling L.H. — L'Evangelo di Gesù Cristo sull'epoca dell'Acquario. "La società della cultura Vedica" San Pietroburgo, 1997 (in russo).
28. Dymshits E.O. — Sul vegetarianismo. "Izd. Rosenberga", Ekaterinoslav, 1911 (in russo).
29. Zhbakov R.G. — Il compito e le prospettive dell'indurimento dell'organismo con il freddo e con i bagni all'aperto. "La seconda conferenza scientifica-metodica sull'indurimento dell'organismo con il freddo e con i bagni all'aperto". Minsk, 1967 (in russo).
30. La vita di Sant'Issa, del migliore figlio dell'umanità. V: Intorno a Gesù. "La società della cultura vedica", Kiev, 1993 (in russo).
31. Salmanov A.S. — La saggezza segreta dell'organismo umano. "Scienza", M.-L., 1966 (in russo).
32. Castaneda M.R. — Il magico viaggio con Carlos Castaneda. "Mif", Kr., 1998 (in russo).
33. Kisling B. — Le proprietà curative del sesso. "Piter", San Pietroburgo, 1997 (in russo).
34. Kluchnikova M.Y. (formatore) — Etica viva. "Respublica", M.,1992 (in russo).
35. Kullen B. — Il libro di Gesù. "Polus", San Pietroburgo, 1997 (in russo).
36. Lu Kuan Yu — Yoga Taoista. Alchimia e immortalità. "Oris", San Pietroburgo, 1997 (in russo).
37. I racconti sinceri di un viaggiatore al suo padre spirituale. Kasan, 1911 (in russo).
38. Perkins M., Hainsworth F. — Fede Baha'i. M.,1990 (in russo).
39. Platen M. — Il nuovo metodo del trattamento. "Prosveshenie", San Pietroburgo 1902 (in russo).
40. Radughin V.V. — Il vegetarianismo e le cause della sua rinuncia. Shuia, 1908 (in russo).

41. Religione di Sikh. Dio è unico e soltanto unico. "Il centro missionario di sikh", 1997 (in russo).
42. Sandvays S. — Sathya Sai Baba è il santo... lo psichiatra. San Pietroburgo, 1991 (in russo).
43. Sathya Sai Baba — Gli insegnamenti. "Il centro Sathya Sai Baba", San Pietroburgo, 1991 (in russo).
44. Sathya Sai Baba — Prema Vahini. Il flusso del Sacro Amore. "La società della cultura Vedica", San Pieterburgo, 1993 (in russo).
45. Sathya Sai Baba — Sandeha Nivarini. I dubbi risolti. "La società della cultura Vedica", San Pietroburgo 1993 (in russo).
46. Sathya Sai Baba — Prashnothara Vahini. Il flusso delle domande e delle risposte. "La società della cultura Vedica", San Pietroburgo, 1993 (in russo).
47. Sathya Sai Baba — Jnana Vahini. Il flusso della Saggezza Divina. "La società della cultura Vedica", San Pietroburgo, 1997 (in russo).
48. Sathya Sai Baba — Yoga delle azioni. Il significato del servizio altruistico. "Centro di Sathya Sai Baba", San Pietroburgo, 1997 (in russo).
49. Sathya Sai Baba — L'arte della vita. "Sai Veda", San Pietroburgo, 1999 (in russo).
50. Sathya Sai Baba — Prashanti Vahini. Il flusso Del Mondo Supremo. "Sathya", San Pietroburgo, 1996 (in russo).
51. Sathya Sai Baba — Sutra Vahini. "Sai Veda", San Pietroburgo, 1999 (in russo).
52. Tolstoj L.N. — L'alimentazione senza uccisione o il vegetarianismo, i pensieri degli scrittori diversi. "Posrednik" 1911 (in russo).
53. Tolstoj L.N. — Critica della teologia. V: "La raccolta completa delle opere di Tolstoj L.N.", redattore Berukov P.I. Isd. Sytin I.D., 1913 (in russo).
54. Uspenskij P.D. — In cerca del miracoloso. Isd. Chernyshov, San Pietroburgo, 1966 (in russo).
55. Haig A. — Dieta e cibo nel rapporto con la forza, la sopportazione, l'allenamento e l'atletica. Kiev, 1908 (in russo).
56. Haich E. — Iniziazione. M., "Sfera", 1998 (in russo).
57. Hindhede M. — Riforma della nostra alimentazione. "Novyj chelovek", San Pietroburgo, 1914 (in russo).
58. Hislop J.S. — Le conversazioni con Bhagavan Sri Sathya Sai Baba. "La società della cultura Vedica", San Pietroburgo, 1994 (in russo).
59. Chertkov V.G. — Il brutto divertimento. I pensieri sulla caccia. "Posrednik", 1890 (in russo).
60. Shiam R. — Io sono l'Armonia. Il libro su Babaji. "L'associazione 'Il

- Mondo tramite la cultura", M., 1992 (in russo).
61. Bennett T.G. — Concernine Subud. "Hedder & Stoughton", 1958 (in russo).
 62. Blofeld J.E. — The Tantric Mysticism of Tibet. "Dutton", N.Y., 1970 (in russo).
 63. David.Neel A. — Magic and Mystery in Tibet. "Univ. Books", N.Y., 1958 (in russo).
 64. Hislop J.S. — My Baba and i. "Sri Sathya Sai Books and Publications Trust", Prasanthi Nilaym, 1985 (in russo).
 65. Yogananda — Autobiography of a Yogi. "The Philosophical Library", N.Y., 1946 (in russo).

Videofilms (in inglese)

1. L'immersione nell'armonia della natura. La Strada verso il Paradiso. (Slide-show). 90 minuti (CD o DVD),
2. Cuore Spirituale. 70 minuti.
3. Sattva (Armonia, Purezza). 60 minuti.
4. Sattva delle nebbie. 75 minuti.
5. Sattva della primavera. 90 minuti.
6. L'arte di essere felici. 42 minuti (HD-video).
7. Le chiavi dei misteri dell'esistenza. L'acquisizione dell'Immortalità. 38 minuti (HD-video).
8. Bhakti-yoga. 47 minuti (HD-video).
9. Kriya-yoga. 40 minuti (HD-video).
10. Yoga di buddismo. 135 minuti, due parti (HD-video).
11. Advaita-yoga. 47 minuti (HD-video).
12. Ashtanga-yoga. 60 minuti (HD-video).

I file musicali

Il suono delle campane — www.it.spiritual-art.info/musica.html

La musica che aiuta a purificare i chakra — www.it.spiritual-art.info/musica.html

Libri e film possono essere ordinati sui siti:

<http://stores.lulu.com/spiritualheart>,

<http://ru.spiritual-art.info>.

Sul sito www.swami-center.org — sono riportati i nostri libri, le foto e altri materiali, tradotti in lingue diverse.

Gli altri materiali potete trovarli sui siti:

www.swami-center.org/it

www.it.pythagoras.name

www.it.atlantis-and-atlanteans.org

www.it.spiritual-art.info

www.new-ecopsychology.org/it

www.philosophy-of-religion.org.ua

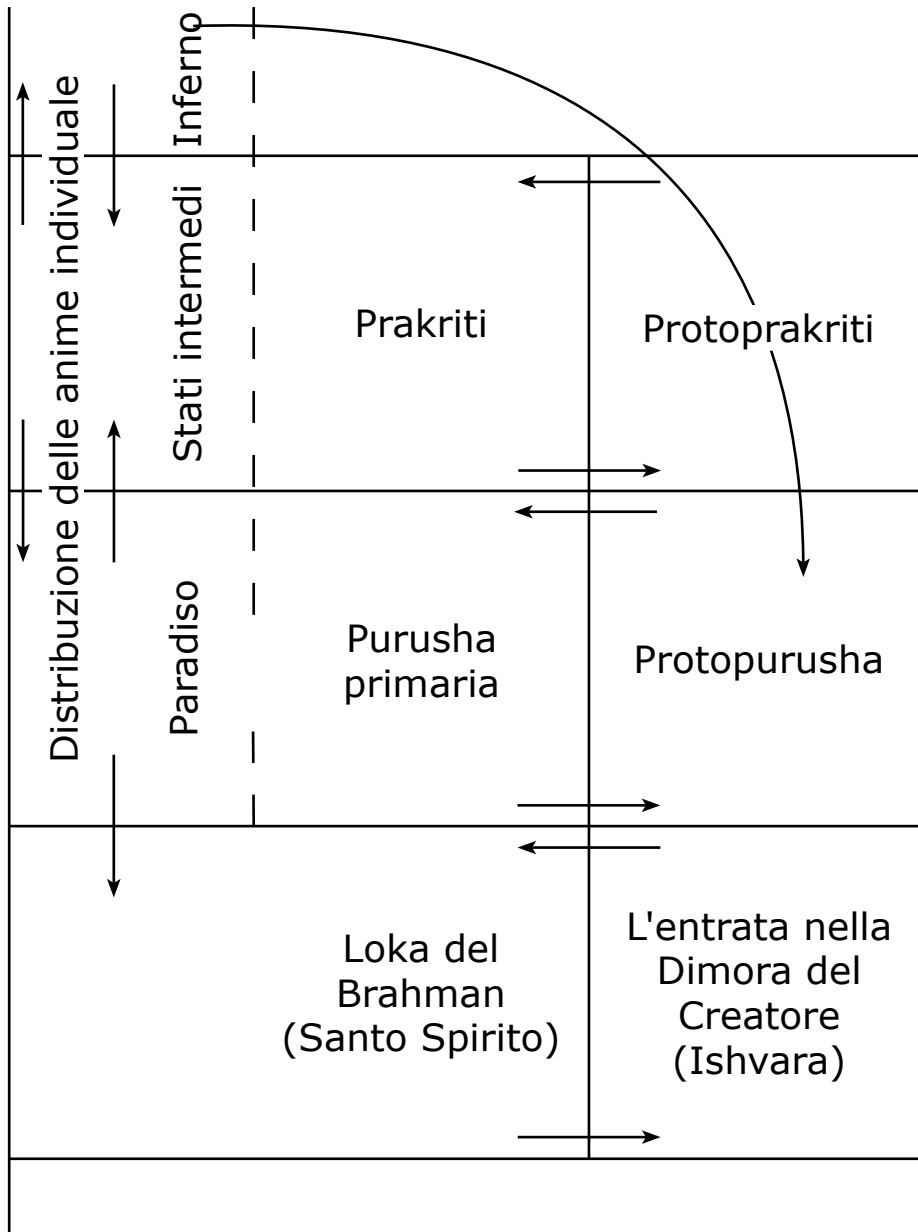
www.path-to-tao.info

www.native-american-spirituality.info

www.encyclopedia-of-religion.org

**Design è di
Ekaterina Smirnova.**

Schema per lo studio della struttura dell'Assoluto



NB: Le frecce indicano la direzione dei processi nell'Assoluto.