

# LAVORARE NELLA QUARTA VIA

## ATTRAVERSO G.I. GURDJIEFF E MADAME JEANNE DE SALZMANN

([www.scuoladifilosofiaorientale.it](http://www.scuoladifilosofiaorientale.it))

### Brani letti nella lezione 5

“Se sono nella posizione dell’ascoltatore è necessario un cambiamento nel mio stato. Se sto cercando un’attenzione più attiva, più libera di ascoltare, più libera da associazioni e reazioni, forse è più possibile esplorare la domanda, andare più a fondo dentro di essa. Se l’attenzione è impegnata più attivamente, ci può essere una partecipazione che permette lo scambio in entrambe le direzioni e attiva una modalità di ascolto sia in chi domanda sia in chi ascolta. Ma se non si ricerca quest’attenzione attiva, se ricevo la domanda con la mia attenzione ordinaria (cioè passivamente), rispondo passivamente e non avviene alcuno scambio, per quanto le mie parole possano essere intelligenti e per quanto possa essere potente la mia forza emotiva”.

“La nostra natura essenziale è l’immobilità, la grande forza vitale in cui appare ogni movimento. Tuttavia, allo stesso tempo, siamo energia in movimento, un movimento continuo che non si ferma mai.

Un cambiamento del nostro essere può avvenire con la trasformazione dell’energia, un lavoro che si sviluppa in stadi successivi nel corso del tempo. Prima di tutto c’è uno stato di osservazione, un’osservazione ‘critica’ in cui divento consapevole di un atteggiamento falso al mio interno. Poi, quando vengono riconosciute e sentite le falsità, si verifica un abbandono degli impedimenti. L’opposto del fare. Si scioglie ciò che si era irrigidito, viene abbandonato un modo di pensare che trasforma tutto in un oggetto. Significa accettare quello che avviene senza rifarsi ad alcuna rappresentazione mentale.

Il terzo stadio è contraddistinto dal diventare coscienti dell’Essere essenziale. La forma dell’io diventa permeabile. Nel quarto stadio c’è fiducia nell’essenziale, riconoscimento di ciò che è privo di forma, senza classificarlo o nominarlo. Stato in cui non si cerca più di comprendere, cioè stare sotto lo splendore dell’Essere e rimanervi.

Nella trasformazione il punto non è come raggiungere uno stato più aperto, ma come accettarlo. L’energia è qui. Il nostro ruolo non è di farla apparire in noi, di fare in modo che ci attraversi, ma di lasciare che ci attraversi. Se non mi sottometto a questa azione, il passaggio non avverrà. Di fatto, più ‘ci provo’, più la strada è bloccata. Quel che cerca di essere attivo (il pensiero, che vuole sempre qualcosa) ha bisogno di rimanere passivo. Allora l’attenzione può essere attiva. Compare un sentimento che trasforma tutto, perché permette una relazione”.

“Per fare esperienza di un centro di gravità, devo sentirne l’esigenza in ogni istante e ricevere l’impressione della vita in me. A questo scopo ci deve essere una sottomissione, un’accettazione di questa azione. Devo continuamente darle spazio. Deve diventare una parte costante della mia vita quotidiana: è la mia sottomissione alla vita. La cosa più difficile da ottenere è la sottomissione della mente. La passività volontaria porta sempre una sofferenza per l’ego, che riesce ad accettarla solo per brevi momenti. Non appena mi avvicino al vuoto, dal mio ‘io’ centrato su di sé giunge subito un pensiero o un’emozione che spezza quello stato.

Se prima ero rilassato e morbido, divento teso e duro. La mia volontà di *fare*, il mio ego, ha di nuovo preso il sopravvento. Non ho più fiducia nella forza vitale che sperimento in questo centro di gravità. Ancora una volta mi fido soltanto di ‘me’”.

“C’è in noi sempre una chiamata dalle profondità dell’essere. Come se ci fosse un’energia differente che vuole essere ascoltata. In uno stato di immobilità, nella quiete, questo contatto può essere stabilito meglio.

L’azione creativa della forza vitale appare solo dove non ci sono tensioni, cioè solo nel vuoto. Devo arrivare a questo punto in cui non c’è tensione, che percepisco come vuoto, come ignoto. È vuoto di ego... è qualcosa che non conosco: la mia essenza.

Comincio a capire cosa si intende per sensazione pura, quella che appare quando il pensiero è libero e vede senza alcuna immagine. Sotto l’azione di questa visione il mio corpo si lascia andare. Giunge da sé il rilassamento. Questa sensazione è il primo segno di obbedienza a qualcosa di più alto. Ho bisogno di riconoscere una forza superiore, una guida, e sentire la sua autorità. Questo riconoscimento sopraggiunge quando l’io ordinario, l’ego, smette di creare i suoi propri movimenti. Allora appare un’energia di qualità molto speciale, irresistibile e molto potente nella misura in cui la si riconosce e le si obbedisce. È l’energia a cui, in linea con tutte le tradizioni, potremmo dare il nome di ‘amore’, se sapessimo cosa significa l’amore. La sensazione cosciente è il primo passo verso questa forza.

Per andare verso una sensazione cosciente, una sensazione di *ciò che è*, ho bisogno di un pensiero nuovo, un pensiero libero da ogni conoscenza e convinzione, libero persino dall’esperienza passata. Questo pensiero vede in un solo momento tutte le contraddizioni e il disordine, ed è contemporaneamente capace di rimanere del tutto quieto e tranquillo. Allora riesco a sentire il corpo completamente passivo. Il mio primo strumento di potere sul corpo è mantenere questo stato di passività.

Percepire una sensazione pura all’interno del corpo fisico può condurre a un’esperienza spirituale”.

“Devo sapere che ho una doppia natura, che agiscono in me due forze: la forza discendente della manifestazione e la forza ascendente del ritorno alla sorgente.

Finora è stata padrona della mia Presenza solo la corrente discendente, senza mai essere messa a confronto. La corrente ascendente ha la sua origine nella volontà di *essere*: non ‘volontà’ nel senso usuale, ma ‘volontà’ come ‘desiderio di *essere*’. È necessario innanzitutto liberare questa volontà, farle spazio. Devo accettare di essere passivo, realmente passivo, affinché una vibrazione attiva possa essere percepita dal mio sentire. Il solo sforzo che mi spetta è uno sforzo di passività volontaria: uno sforzo cosciente”.

“Sulla mia Presenza agiscono due poli opposti e comunicano vibrazioni totalmente diverse. Sono sensibile all’attrazione della terra; le obbedisco. E sono sensibile all’attrazione che mi giunge dalle sfere più alte, e obbedisco anche a essa. Perché la forza superiore venga assorbita da quella inferiore e influenzi la materia più pesante deve esserci una corrente di intensità intermedia. Questa corrente appare quando mi risveglio alla visione di queste due forze che agiscono contemporaneamente. Non appena mi desto a questa visione, sono afferrato da una volontà, un desiderio che è l’essenza del sentimento dell’io in tutta la sua purezza. È la volontà di essere quello che sono, di risvegliarmi alla mia vera natura: «Io sono».

Oggi si è aperto qualcosa che mi chiama a una relazione con una dimensione più alta, ma non viene da sé. Sento di dover obbedire a un’energia superiore. E ho bisogno di servirla per non perdere la relazione con essa. Esistono due tipi di obbedienza: se cerco di obbedire dal mio stato di passività, inconsciamente, mi perdo. Ma se entro in uno stato più attivo, posso obbedire e sottomettermi volontariamente. Ciò richiede uno stato di passività cosciente in cui solo l’attenzione è attiva e le funzioni vengono volontariamente mantenute in uno stato di passività. Devo mettere a tacere la mia attività abituale, disinserendo e acquietando pensiero, emozioni e sensazioni. Nell’atto di essere

presente, obbedisco volontariamente e mi sottometto, rinunciando alla mia volontà e al tempo stesso esercitando una volontà diversa sulle mie funzioni.

Il primo segnale di obbedienza a qualcosa di più alto è la sensazione cosciente. E posso provare una sensazione cosciente solo se sono volontariamente passivo: quando sento la mia insufficienza, la mancanza, il bisogno di cambiare e la fame, il bisogno di essere nutrito. Il pensiero viene chiamato a una sensazione profonda, che risveglia un sentimento. Ma è un sentimento debole e mi fa paura. Non gli credo ancora, e così il sentimento scompare. L'ego si riafferma e tutto si disperde. Ho bisogno di vedere che per me sono necessarie umiltà e sincerità. O obbedisco alla corrente che mi dà forza, oppure a quella che me la sottrae. Se l'attenzione non è diretta su qualcosa in maniera cosciente, viene sottratta. È una legge da cui non si scappa. Non basta che le due energie siano rivolte l'una verso l'altra: ci deve essere un movimento dell'una verso l'altra abbastanza attivo da provocare un movimento interno che richiami il sentimento”.