

Sentiero



Corso basico di crescita auto-iniziata Redatto da Fraternity il Portale della Fratellanza

Sommario

- 1° - Ulteriore passaggio evolutivo
 - 2° - Mondo personale e qualità della coscienza
 - 3° - Pensiero positivo
 - 4° - Fratellanza e Impersonalità
 - 5° - Estirpazione degli aspetti indesiderati
 - 6° - Suono e sintonizzazione mentale
 - 7° - Parola e ricerca della Verità
 - 8° - Anima Cosciente Cicli e Servizio
 - 9° - Amore-Saggezza e Attività Intelligente
 - 10° - Energie dell'Anima
 - 11° - Contatto con l'Anima
 - 12° - Divino Adeguamento
- Appendice

Sentiero Presentazione

"**Sentiero**" è un corso basico in 12 lezioni in cui è esposto in modo chiaro, semplice e sintetico il percorso di crescita auto-iniziata.

Tratto da *Il Sentiero dell'Iniziazione* di Lucille Cedercrans, ricercatrice Spirituale americana ispirata direttamente dal Maestro Rakoczi meglio conosciuto come Conte di Saint Germain, educa alla Saggezza attraverso l'applicazione del "**Divino Adeguamento**", focalizzando il pensiero sui piani Spirituali della mente, per ricevere le energie di trasmutazione.

In esso sono racchiuse informazioni, istruzioni ed esercizi atti a disciplinare il principiante e predisporlo al servizio dell'Anima e dell'Umanità.

Come tutti i percorsi Spirituali, il corso è uno strumento per invocare le energie dai Piani Divini e riversarle sulla Terra attraverso gli Uomini di Buona volontà che sono pronti a porsi al servizio della Vita Una assolvendo al compito che è espresso nella "*Grande Invocazione*".

Grande Invocazione

Dal punto di Luce entro la mente di Dio
affluisca luce nelle menti degli uomini.

Scenda luce sulla Terra.

Dal punto d'Amore entro il Cuore di Dio
affluisca Amore nei cuori degli uomini.

Possa il Cristo tornare sulla Terra.

Dal centro ove il Volere di Dio è conosciuto
un proposito guidi i piccoli voleri degli uomini.
Il proposito che i Maestri conoscono e servono.

Dal centro che vien detto il Genere Umano
si svolga il Piano d'Amore e di Luce
e sigilli la porta dietro cui il Male risiede.

Che Luce Amore e Potere
ristabiliscano il Piano Divino sulla Terra.

"Questa Invocazione o Preghiera non appartiene ad alcuno né ad alcun gruppo, ma a tutta l'Umanità. La bellezza e la forza di essa stanno nella sua semplicità, e nel suo esprimere certe Verità centrali che tutti gli esseri umani accettano, in modo innato e normale: la Verità che esiste un'Intelligenza fondamentale cui, vagamente, diamo il nome di Dio; la Verità che, dietro ogni apparenza esterna, il potere motivante dell'Universo è Amore; la Verità che una grande Individualità, dai Cristiani chiamata il Cristo, venne sulla Terra, e incorporò quell'Amore perché potessimo comprendere; la Verità che sia Amore che Intelligenza sono effetti di quel che vien detto il Volere di Dio; e infine l'evidente Verità che solo per mezzo dell'Umanità stessa il Piano Divino troverà attuazione".

Alice A. Bailey

Sentiero lezione 1

Ulteriore passaggio evolutivo

(da *Il Sentiero dell'iniziazione* di L. Cedercrans)

L'uomo sta intraprendendo un ulteriore passaggio evolutivo in un nuovo regno, il Regno delle Anime coscienti. Molti hanno già compiuto questo passaggio: sono coloro che sono consapevoli di sé quali Anime, e che come tali lavorano nel mondo per attuare il Proposito evolutivo. Essi cercano di aiutare gli uomini nella loro lotta per espandere la coscienza di sé fino alla coscienza dell'Anima.

Questo insegnamento si basa sulla Saggezza antica tramandata fino a noi attraverso le scuole iniziatiche. Il Cristo ne è il cuore e il modello di riferimento. Il suo scopo è quello di rendere idonei gli aspiranti Spirituali a servire con i Maestri nell'opera di preparazione della coscienza mentale della razza all'apparizione del Cristo. Esso si basa su alcuni concetti di fondo che possono essere sinteticamente indicati come segue:

A. Governo

1. Esiste un *Creatore* o "*Logos*" a governo del Sistema Solare e uno per il nostro Pianeta.
2. Esiste un gruppo di *Guide Spirituali*, o Maestri di Saggezza, con a capo il Cristo, che rappresentano il corpo di governo del Creatore per tutta la vita che evolve su questo particolare Pianeta.
3. Esiste un gruppo di *Discepoli* nel mondo che sta aiutando il gruppo dei Maestri nel suo enorme compito. Questi individui sono Anime evolute che si sono incarnate per dedicare la loro vita al servizio.
4. Esistono 7 Energie Cosmiche o "*Raggi*" che qualificano tutta la creazione. Esse sono utilizzate entro il Sistema Solare, il Pianeta e l'Umanità quali agenti creativi. Le prime 3 manifestano gli aspetti del Divino: **Volontà**, **Amore**, **Intelligenza**, e le seconde 4 gli attributi che l'Anima incarnata utilizza per creare forme: **Armonia** mediante il conflitto, **Scienza** e conoscenza, **Ideale** e devozione, **Legge e Ordine** o magia cerimoniale.

B. Leggi universali

1. **Legge di Evoluzione.** È la Legge Divina che governa tutta la creazione, poiché ogni livello di coscienza sta evolvendo verso l'alto, e ogni cosa progredisce. Il piano fisico non è che la scuola per questo grande ciclo di creazione evolvente.
2. **Legge di Reincarnazione.** Potrebbe essere definita come il metodo Divino di ascesa. L'Anima si incarna più volte in forma umana, così crescendo alla scuola dell'esperienza verso un più alto stato di coscienza.
3. **Legge del Karma.** Ogni causa genera un effetto che, prima o poi, ritorna alla causa. Questa Legge rappresenta il fattore determinante per l'evoluzione di ogni individuo. È essa che fa capitare all'uomo tutto ciò che gli tocca. Se una volta egli dà, un'altra volta riceve, cosicché impara che è bene dare.

C. Espansione di coscienza

La forma fisica non è altro che il veicolo dell'Anima, e la personalità lo strumento attraverso il quale l'Anima si esprime. Dopo che la personalità si è evoluta fino ad un certo stadio, si verifica un periodo di crescita nel quale la consapevolezza personale si espande fino ad includere la coscienza dell'Anima. Questa espansione copre cinque iniziazioni:

1. La **Nascita del Cristo:** La personalità scopre la sua Anima Spirituale e rinasce nella Coscienza cristica, che è quello stato superiore dell'essere che adombra l'Umanità.

Raggiungere questa iniziazione indica che l'individuo ha finalmente scoperto il suo Vero Sé, e che egli vive, sta e si muove nella Luce del Cristo, distribuendo quella luce a tutti coloro con cui viene in contatto.

2. Il **Battesimo**: In questa iniziazione l'individuo si sottopone a un processo di purificazione. Attraverso un esercizio di disciplina, che solitamente si estende per diverse incarnazioni, i suoi moventi e desideri si raffinano; infine, il suo corpo diventa puro, ed egli conquista il controllo della natura inferiore del desiderio.
3. La **Trasfigurazione** o Illuminazione: È la prima iniziazione maggiore, nella quale la coscienza viene illuminata dalla Luce della Verità. L'individuo registra un grande risveglio e comincia, con Saggezza, a scorgere la causa occulta di quanto osserva e vive. Egli è consapevole della realtà che sottende l'intera manifestazione esteriore, e comincia a pensare e a lavorare in termini di energia.
4. La **Crocefissione**: L'individuo crocifigge quella parte di sé che gli impediva di raggiungere la completa libertà. Egli sacrifica ogni desiderio e ambizione personale alla Vita Una che dimora in tutte le forme; si dedica totalmente al Lavoro per l'evoluzione e si affida completamente alla Vita Una, abbandonando ogni visione particolare e ogni aspirazione individuale. La sua motivazione al Lavoro è unicamente quella di amare e servire l'Umanità.
5. L'**Ascensione**: Questa iniziazione è così avanzata che di essa si può dire ben poco. Con essa l'iniziato raggiunge la libertà e la padronanza nei tre piani dello sforzo umano: il piano fisico, il piano astrale e il piano mentale. L'individuo è liberato dalla necessità di reincarnarsi per imparare nuove lezioni, e si incarna in forma umana soltanto per motivi di necessità al fine di guidare l'Umanità.

Oggi l'uomo sta affrontando una difficile transizione, della quale si sa ancora poco; come razza, egli sta completando la prima iniziazione e si sta avvicinando alla seconda. Il suo compito, in questo periodo, è attuare il passaggio dal piano emotivo a quello mentale; sta imparando a reagire alla vita con intelligenza, piuttosto che con le sole emozioni. Man mano che diventa sempre più polarizzato sul piano mentale, egli si avvicina sempre di più alla rivelazione della sua stessa Anima.

Questionario motivazionale:

1. Ti sei mai interrogato sul senso ultimo della vita?
2. Quali motivazioni ti hanno condotto a questo Sentiero?
3. Che cosa significa per te il termine "Spiritualità"?
4. Che significa per te "servire il mondo"?
5. Ti sei mai interrogato sulle cause e sugli effetti delle tue azioni?
6. Pensi sia credibile l'ipotesi della reincarnazione?
7. Credi nel potere del pensiero?
8. Pratichi la meditazione? Se sì, di che tipo?
9. Che cosa ti aspetti da questo insegnamento?

Sentiero lezione 2

Mondo personale e qualità della coscienza

(da *Il Sentiero dell'iniziazione* di L. Cedercrans)

Il piccolo mondo personale in cui ciascuno di noi vive non è altro che la rappresentazione di quello che abbiamo pensato nelle incarnazioni precedenti, nel passato recente e di quello che pensiamo attualmente.

A. Incarnazioni precedenti: L'Anima umana si incarna molte volte, apprendendo una sempre maggior quota di Verità da ogni esperienza assimilata. In effetti, l'entità che si incarna determina, in un'incarnazione, il tipo di vita che manifesterà in quella successiva. Essa crea molti rapporti e si reincarna più e più volte sempre insieme allo stesso gruppo di Anime. Si crea molti sogni o fantasticherie riguardo a che cosa vorrebbe fare, avere, ecc., in tal modo costruendosi inconsciamente da sé il mondo nel quale ritornerà. Questi stessi pensieri sono, quindi, la causa delle situazioni nelle quali ci siamo trovati a nascere.

B. Passato recente: I pensieri recenti costruiscono le condizioni nelle quali ci troveremo in futuro. Abbiamo spesso un forte desiderio di qualcosa, che però ben presto viene sostituito dal desiderio di qualcos'altro. Quello che abbiamo desiderato lo otterremo, molto probabilmente, nel momento in cui ci saremo già resi conto che in realtà non lo volevamo veramente, o che non ne avevamo più bisogno. Pertanto bisogna fare molta attenzione alla qualità dei nostri desideri.

C. Pensieri attuali: I pensieri attuali generano, infine, quei piccoli aspetti della nostra vita che nel loro insieme determinano il grado di felicità. Non sono le cose che ci accadono a determinarla, piuttosto la nostra reazione ad esse.

La felicità come atteggiamento mentale può essere infatti raggiunta in ogni condizione. La vita sul piano fisico non è mai scevra da conflitti apparenti, perché il conflitto produce crescita; ma la vita può essere comunque piacevole. Se affrontiamo la sfida della vita al meglio delle nostre capacità, se impariamo ad accettare il cosiddetto male insieme al bene, e pratichiamo il pensiero positivo, saremo persone felici e, soprattutto, serene.

La coscienza è l'entità incarnata che agisce e pensa; essa interpreta il pensiero e lo usa nella sua vita quotidiana. La qualità della coscienza è determinata dalle emozioni e dai sentimenti, che sono l'attività del corpo emotivo, e dai pensieri che, raccolti dalla mente attingendo dall'immaginario collettivo, determinano la mentalità della persona media secondo la loro qualità. Un uomo che ami realmente, raccoglie dal mondo della mente pensieri costruttivi di ordine elevato, mentre al contrario, l'uomo che odia raccoglie pensieri distruttivi di basso livello.

La mente è un corpo di sostanza mentale, che compenetra ogni cellula del corpo fisico. Essa trasforma l'energia potenziale in forma-pensiero. Il corpo mentale è come un apparecchio ricetrasmittente in grado di raccogliere impulsi elettrici, tradurli in un pensiero elaborato e ritrasmetterli.

Queste due funzioni principali, di ricezione e trasmissione, si possono assommare in modo tale da rendere la mente creativa. Tutti sono creativi in una certa misura, senza però di solito esserne consapevoli, e senza aver sviluppato in pieno il proprio potenziale creativo. Il cervello è lo strumento della mente, nonché il suo substrato fisico. La mente impressiona il cervello con i pensieri che essa ha raccolto. I cinque sensi, che hanno una loro

controparte mentale, impressionano il cervello con quanto registrato nel corpo fisico e nell'ambiente. La mente traduce in significato gli impulsi prodotti dai cinque sensi, e impressiona il cervello con quel significato.

Dal che, si evince che il cervello di per sé non pensa affatto; esso è uno strumento a disposizione della mente e della coscienza della personalità.

I pensieri fluttuano di continuo nel mondo della mente. Sono pensieri buoni e cattivi, pensieri utili, inutili, pensieri costruttivi e distruttivi. Un dato ambiente produrrà un certo tipo di condizioni a seconda della qualità dei pensieri. Tutti coloro che concorrono a costruire quell'ambiente, concorrono, quindi, anche a determinarne la condizione generale, secondo i pensieri originati. Se vogliamo cambiare qualcosa nella nostra vita, cambiamo, dunque, i nostri pensieri su di essa.

Le emozioni e i sentimenti rappresentano l'apparato che sintonizza la mente su aree di pensiero di diversa frequenza. In effetti, la nostra coscienza vive contemporaneamente in tre mondi. Vive nel mondo del pensiero, nel mondo delle emozioni e dei sentimenti, e infine, nel mondo dell'attività fisica.

Quindi, la qualità dei pensieri che emaniamo è solitamente determinata da ciò che sentiamo. Noi siamo quello che pensiamo secondo ciò che sentiamo. Ma il nostro sentire, molto spesso, deriva dalla memoria immagazzinata nel nostro corpo emotivo, il quale, attraverso ciò che ha memorizzato, reagisce automaticamente agli impulsi esterni degli eventi. Dobbiamo imparare ad acquietare il corpo emotivo in modo che i pensieri siano captati dalle dimensioni superiori dell'Anima in diretto contatto con il Proposito del Piano evolutivo.

Esercizio: Controllare i pensieri e le emozioni

- Scrivi un elenco di pensieri, positivi e negativi, collegati alle emozioni, e scopri quali sono quelli su cui più ti soffermi.
- Che tipo di influenza tali pensieri ed emozioni esercitano sugli altri? È costruttiva? La tua influenza è un'energia di bene?
- Vi sono somiglianze tra le tue emozioni e quelle di chi è intorno a te? Tra i tuoi pensieri e i loro?
- Controlla ogni giorno l'elenco, e verifica quanti, dei pensieri e delle emozioni negative ad essi collegati, riesci ad eliminare dalla mente.

Questionario: Tipologia della mente

1. Come pensi debbano essere le relazioni affettive e di lavoro.
2. Quale pensi sia il tuo modello sociale ideale.
3. Quali sono le tue preoccupazioni dominanti.
4. Quali sono le tue speranze.
5. Quali sono i tuoi convincimenti irrinunciabili su religione, politica, giustizia e benessere.
6. Quale è per te il valore più importante in assoluto.
7. Quale è il tuo problema più assillante.

Sentiero lezione 3

Pensiero positivo

(da *Il Sentiero dell'iniziazione* di L. Cedercrans)

L'iniziazione rappresenta un nuovo inizio, in un certo senso una nascita. Un sentiero è la via di minor resistenza per qualcuno che si stia spostando da un punto ad un altro; il sentiero dell'iniziazione è dunque la via di minor resistenza per la nascita dell'Anima all'interno della consapevolezza umana.

L'uomo si differenzia dall'animale per la sua capacità di realizzare l'autocoscienza; a sua volta l'**Anima Cosciente Incarnata** si differenzia dall'uomo medio per la sua capacità di realizzare la coscienza dell'Anima. Il prossimo passaggio evolutivo dell'Umanità sarà rappresentato dall'ingresso nel Quinto Regno di natura, quello dell'Anima Cosciente Incarnata.

Il passo iniziale sul Sentiero consiste nel retto pensare, poiché il pensiero è la causa di tutta la manifestazione. Per manifestazione si intende l'apparizione di una qualsiasi forma materiale: un oggetto, una persona, una situazione. Ciascun pensiero da noi pensato prenderà alla fine forma nella nostra vita, in relazione al suo grado di chiarezza e di forza. Per comprendere bene noi stessi e la nostra vita, dobbiamo innanzitutto **osservare i nostri pensieri**; renderci conto di che cosa pensiamo, di perché lo pensiamo e comprendere da dove viene quel pensiero.

Scopriremo che molti pensieri, dei quali non siamo consapevoli, si agitano nella nostra mente. Essi sono diventati abitudini che si ripresentano automaticamente senza alcun intervento della volontà. Guardiamo poi alle nostre emozioni, ricordando con esattezza quale era il nostro stato d'animo nel momento in cui è sorta una particolare emozione, dato che è in esso che risiede la ragione del nostro pensiero. Le emozioni rappresentano, dunque, l'apparato che sintonizza la mente su aree di pensiero di diversa frequenza.

Una data situazione produrrà un certo tipo di condizioni a seconda della qualità delle emozioni e dei pensieri dei membri che in essa vivono. L'uomo non ancora evoluto tende a replicare i pensieri di coloro che gli stanno vicino; di solito è privo di un suo pensiero autonomo, ma poiché risponde alle emozioni degli altri, raccoglie anche i loro pensieri e li fa propri. Nel momento in cui dà spazio a questi pensieri nella sua mente, questi si manifestano nella sua vita e nelle situazioni che vive, e in tal modo egli diventa vittima delle circostanze.

Evolvendo, l'uomo acquista sempre più **autonomia rispetto ai pensieri** e alle emozioni del suo ambiente, riuscendo anche, con il suo apporto, a favorirne lo sviluppo. Consideriamo anche che al mondo esistono pensieri che non sono ancora stati colti da nessun uomo, e che quindi non hanno mai assunto una forma concreta. Quando l'uomo sviluppa le sue potenzialità creative, è in grado di ricevere anche questi particolari pensieri, e di "materializzarli"; diventa allora un compositore, un artista, uno scienziato, un inventore, un creativo, ecc.

Molti, con il loro pensiero e le loro azioni, possono generare del male, ma esso è soltanto apparente, e ad esso Dio consente. Dio ha creato l'uomo e gli ha dato il diritto di esercitare la volontà, sapendo che presto o tardi egli avrebbe compreso la Volontà Superiore e l'avrebbe fatta sua. Ciò all'inizio risulta difficile da accettare, perché quando prendiamo in

considerazione, ad esempio, tutte le cose spiacevoli che finora ci sono capitate nella vita, ci viene subito da chiedere come sia possibile che siamo stati noi stessi ad averle portate in essere col pensiero. Per dimostrare la verità di questo assunto, è però sufficiente che ripensiamo a tutti i piccoli inconvenienti di ogni giorno che incontriamo di continuo, e che facciamo mente locale su qual'è il nostro pensiero su di essi.

Per comprendere meglio, possiamo seguire la seguente traccia:

- Pensiamo a un inconveniente che ci capita almeno una volta al giorno e osserviamo i pensieri che si presentano quando esso si verifica: si tratterà naturalmente di pensieri negativi. Reagiamo quindi con il "**pensiero positivo**".
- Smettiamo di provare fastidio e iniziamo a provare interesse per il fenomeno: Che lezione contiene? Perché sono arrivati proprio "quei" pensieri? Perché essi provocano fastidio?
- Amiamo quell'inconveniente. L'Amore è la legge sovrana dell'universo, che guarisce e tramuta la natura di ciò che pensiamo da negativa in positiva.
- Consideriamo che il Male è solo apparente e dietro ad esso vi è il proposito di Dio: "*misteriose sono le vie attraverso le quali Dio opera i suoi miracoli*".
- Con l'Amore nel cuore, sostituiamo sistematicamente i pensieri negativi con quelli positivi.
- Scriviamo tutti i pensieri positivi opposti a quelli negativi, e ripensiamoli ogni volta che questi ultimi ci vengono di nuovo in mente.

Questionario:

1. È possibile e utile, a tuo parere, praticare una "igiene del pensiero"?
2. Si può cioè, vigilando costantemente sui propri pensieri, pacificarli ed elevarli?
3. I tuoi pensieri riguardano prevalentemente: il tuo passato, il tuo presente, il tuo futuro?
4. Quanto spesso vigili sulle motivazioni delle tue azioni?
5. Quanto spesso i tuoi pensieri sono "positivi" ed "evolutivi"?

Lista: Emozioni, sentimenti e pensieri non più graditi

Fai una lista di emozioni, sentimenti e pensieri che vuoi cambiare poiché ora li ritieni non più rispondenti alla tua necessità evolutiva. In definitiva non ti piacciono più. Ciò vale anche per i comportamenti da essi derivati.

Esercizio: Riflessione individuale su uno dei seguenti pensieri

- *L'energia segue il pensiero.*
- *La mente precede le cose, le domina e le crea.*
- *La mente è il risultato del pensiero nel tempo. Essa diventa ciò che pensa e può creare qualsiasi cosa, qualsiasi illusione.*
- *Come un uomo pensa nel suo cuore, così egli è.*
- *Semina un pensiero e raccoglierai un'azione;*
- *Semina un'azione e raccoglierai un'abitudine;*
- *Semina un'abitudine e raccoglierai un carattere;*
- *Semina un carattere e raccoglierai un destino.*

Sentiero lezione 4

Fratellanza e Impersonalità

(da *Il Sentiero dell'iniziazione* di L. Cedercrans)

Diventare positivi verso il proprio ambiente

Noi influenziamo tutti coloro con i quali entriamo più frequentemente in contatto. Domandiamoci pertanto che tipo di influenza esercitiamo sugli altri, se essa è costruttiva, se è un'energia di bene. Naturalmente questo dipenderà dal modo in cui reagiamo agli altri, dal grado di determinazione o di forza di volontà con cui esercitiamo la nostra influenza; dalla nostra positività o negatività.

Un pensiero negativo è sempre letteralmente un pensiero di negazione; se neghiamo a una persona il diritto al nostro Amore, violiamo il rapporto basilare che intercorre tra due esseri umani; rapporto che è caratterizzato dall'Amore, ovvero: la fratellanza. Tutti hanno un Diritto Divino al nostro Amore, poiché tutti gli uomini sono nostri fratelli.

Negare questo Amore significa infrangere la legge universale di Relazione, e portare squilibrio nella nostra vita. Se avvertiamo una situazione come sgradita, stiamo rifiutando la nostra stessa crescita; perché ogni situazione rappresenta per noi una preziosa lezione; ricordiamo che siamo noi stessi ad esserci procurati, in un modo o nell'altro, quello che ci capita, che sia piacevole o meno.

L'esperienza è il Grande Maestro, ed è una delle leggi di Dio; noi facciamo esperienza di quello che ci siamo procurati. Impariamo quindi ad amare ogni situazione per quello che è, vale a dire una lezione, e cerchiamo di cogliere la Verità che essa contiene. Una volta che avremo compreso la lezione che quell'esperienza sgradevole sta a rappresentare, tale situazione verrà meno.

Per diventare un'energia di bene nel nostro ambiente, dobbiamo diventare positivi verso di esso e amare ogni persona e cosa intorno a noi. Se conosciamo qualcuno che è pieno di risentimento, rendiamoci conto che nel cuore di ogni uomo vi è del bene, e che il fatto stesso di riconoscere quell'elemento di bontà e di focalizzarci su di esso, lo aiuterà a venir fuori nella luce del giusto rapporto.

Attraverso l'Amore facciamo appello al buono che è in ogni persona e cosa. Inoltre, rendiamoci conto che nella mente di ogni uomo vi è intelligenza. La mente è di per sé intelligente; e, se sembra non esserlo, è solo perché non è stata educata a pensare con inclusività. Essendo consapevoli di tutto ciò, portiamo ogni essere umano nel nostro cuore, amandolo perché è nostro fratello. Gradualmente, diventiamo positivi, ossia, determiniamo l'effetto unificante che vogliamo ottenere rispetto alle situazioni del nostro ambiente e offriamo il nostro aiuto là dove richiesto.

Dare consigli

Tutti coloro che intraprendono il sentiero dell'iniziazione avvertono la spinta ad aiutare gli altri; questo è tipico dell'evoluzione. L'Anima si è risvegliata, ed essi vedono sempre più le connessioni nascoste che uniscono creatura a creatura, così propendendo alla collaborazione e al servizio. Per Amore dei suoi fratelli, e per la compassione ed empatia che prova verso di essi, l'Anima serve. Questa chiamata al servizio è ciò che motiva molti religiosi, gli autentici insegnanti, molti medici, operatori nel sociale, ecc.

Man mano che la chiamata al servizio diventa sempre più forte, l'uomo si sente frustrato per la sua incapacità di aiutare gli altri; vorrebbe dare loro qualcosa che sarebbe realmente d'aiuto. Allora incomincia a mettersi alla ricerca della Verità; ed è questa la vera ricerca, in cui l'essere umano è motivato da un desiderio autentico di aiutare gli altri. Tuttavia, prima di essere qualificato a dare consigli, l'aspirante deve imparare alcune cose fondamentali, e una di queste è: **“Non giudicare se non vuoi essere giudicato”**.

Egli non deve criticare o condannare un altro per le sue azioni – nemmeno tacitamente – e quindi il suo criterio di giusto o di sbagliato deve valere soltanto per lui; deve rendersi conto che tutto ciò che un individuo sta facendo è giusto per lui, perché, evidentemente, quello è il punto a cui arriva la sua comprensione e che le cose che l'individuo sta facendo gli insegneranno le lezioni necessarie e gli daranno una comprensione più ampia. Rendendosi conto di ciò, egli cerca, allora, di comprendere che cos'è che l'altro non capisce. Vede – senza giudicare – qual'è la lezione che quell'uomo si trova a dover apprendere; allora sì che è in grado di aiutarlo, ma senza mai imporre la sua volontà.

Diventato impersonale, egli spiega chiaramente, ma senza esercitare alcuna pressione, dove sta il problema. Il suo apporto tende ad evidenziare la soluzione, a mettere in luce la causa delle difficoltà riscontrate, e ad evidenziare il modo in cui queste possono essere superate e risolte, mettendo l'altro nella condizione di utilizzare al meglio i propri strumenti. Mentre fa questo, egli riversa Amore sul suo fratello, tenendo sempre presente nella sua mente il grande potere terapeutico dell'Amore.

Inoltre, per essere sicuri che i nostri semi crescano, dobbiamo sapere qual'è la stagione giusta per la semina, e saperla riconoscere. Dobbiamo sapere qual'è il terreno fertile, e collaborare a produrre quelle condizioni che favoriscono, appunto, la crescita. Come il contadino, dobbiamo imparare a riconoscere il momento propizio, cioè a rispondere alle indicazioni che l'altro dà, preparandogli il terreno per la semina. Questa preparazione consiste in quel riversamento d'Amore e di comprensione silente di cui si è parlato.

La seconda regola da rispettare consiste nel fatto che non dobbiamo mai offrire il nostro aiuto se non è richiesto. Ovviamente la richiesta a volte è sottintesa anche se non palesemente dichiarata. Questo affinché il nostro intervento non sia di ostacolo allo scioglimento del karma dell'individuo a cui vogliamo portare soccorso.

Non sta a noi conoscere, né tantomeno giudicare, le vie segrete che l'Anima percorre per arrecare alla propria persona quelle sperimentazioni ed esperienze che sono propizie alla crescita, lungo il cammino del perfezionamento, incarnazione dopo incarnazione. Possiamo solo rispondere prontamente all'appello per alleviare la sofferenza indotta dalla resistenza al karma stesso, senza mutarne la direzione e l'insegnamento.

Esercizio: Diventare impersonali

1. Rivedi vividamente una situazione vissuta che ha provocato in te risentimento o rifiuto e nota le reazioni di allora;
2. Con la tua nuova consapevolezza, muta la parte della scena che ti riguarda: vedi te stesso osservare impersonalmente l'accaduto e agire con calma e comprensione, tenendo fermo nella mente e nel cuore il potere terapeutico dell'Amore;
3. Applica, infine, al tuo ambiente quanto hai ricostruito dentro di te.

Sentiero lezione 5

Estirpazione degli aspetti indesiderati

(da *Il Sentiero dell'iniziazione* di L. Cedercrans)

L'estirpazione delle "erbacce"

Per l'uomo avviene ciò che avviene al terreno: latenti in lui ci sono le "erbacce", cioè quegli aspetti indesiderabili che sono stati acquisiti in anni e secoli di vita. I più comuni sono: **paura, avidità, gelosia, criticismo, risentimento, pregiudizio, orgoglio, intolleranza, ira**. Potremmo riassumerli nei sette vizi capitali.

Molte di queste erbacce che risiedono nei corpi Mentale, Emotivo ed Eterico-fisico, o i tre *Deva* della personalità, non hanno però ancora avuto la possibilità di evolvere nella qualità corrispondente, a causa della mancanza di nutrimento Spirituale. Per stimolare un qualsiasi tipo di crescita sono necessarie certe condizioni, e l'uomo, come tutte le altre forme in natura, procede per cicli o stagioni.

Molti individui stanno attraversando l'*inverno* della loro attività ciclica. In altre parole, essi si trovano in una fase di apparente ristagno per quanto riguarda la loro crescita in coscienza: l'entità incarnata, apparentemente, non aumenta la sua comprensione. Poi arriva la *primavera*, e la coscienza si ridesta alla Vita Una che dimora in ogni forma. Come il fiore, essa solleva il capo verso la luce del sole, e la sua attenzione si sposta da ciò che è materiale verso ciò che è Spirituale.

Quando agisce in tal modo, l'uomo riceve immediatamente nuove energie Spirituali, che stimolano la crescita della sua coscienza. Accade, però, che le energie della vita che fluiscono in lui dalla sua stessa Anima alimentano e nutrono sia ciò che è stato piantato ed è desiderabile, sia anche ciò che era latente in lui, ed è invece indesiderabile. La negatività che egli ha conservato nei propri corpi, cresce anch'essa vigorosa, al pari delle qualità positive che sono l'espressione in Bellezza della Verità e del Bene. Così, spesso capita di vedere un uomo che ha compiuto un passo avanti sul sentiero della più vasta comprensione Spirituale, sviluppare anche qualche caratteristica sgradevole che gli diventa d'ostacolo nel suo cammino verso ulteriori progressi. Molto spesso manifesta atteggiamenti di critica e di orgoglio, a volte anche di superbia, considerando la sua crescita come un conseguimento che lo colloca al di sopra degli altri.

Come trasmutare gli aspetti indesiderati

Il **primo passo** da fare per eliminare questi comportamenti involutivi, è renderci conto che queste erbacce ci sono e cresceranno, e che devono essere estirpate, nel senso di essere tramutate nel loro opposto evolutivo. Nessun individuo è esente da questo processo, sebbene molti non lo riconoscano.

Il **secondo passo** è quello di imparare a non scoraggiarci quando scopriamo un'erbaccia, riconoscendole il suo significato karmico. Essa ci indica l'aspetto che dobbiamo elaborare, secondo la nostra linea di minor resistenza, per trasmutarlo in qualità al servizio del Piano.

Il **terzo passo** è quello di scoprire e di sradicare l'erbaccia, al momento opportuno. Nel senso che questa dovrà essere emersa e diventata palese sia nel nostro carattere che nel comportamento; nello stesso tempo però non dovrà aver messo radici così profonde da non poter essere più estirpata. È il momento in cui il difetto, o comportamento negativo, è da noi riconosciuto cogliendone l'effetto nocivo sugli altri. Siamo pronti a cambiarlo poiché non ci piace più.

Il **quarto passo** consiste nell'estrazione stessa dell'erbaccia; la trazione va esercitata dall'alto, ossia, tramite la Luce dell'Anima che è invocata entro la persona per trasmutare l'erbaccia in un fiore profumato di virtù. L'Anima precipita entro la coscienza il modello perfetto o Archetipo che sottende all'immagine distorta (erbaccia). Via via che l'immagine

corretta penetra, essa trasforma l'imperfezione ridonandole la sembianza ideale, poiché reindirizza l'energia potenziale nella direzione del Bene. Quando questa fuoriesce si rivela nella sua vera forma svelando la funzione che ha assolto.

In questo caso, i nostri attrezzi sono rappresentati dall'Amore Divino e dalla Volontà Divina e il modello ideale è quello del Cristo, esempio della perfezione umana, riflesso della Divinità. Comprendiamo che siamo noi il giardiniere, l'Anima incarnata, e che l'aspetto del giardino dipende da noi. Possiamo lasciare che esso diventi un letto di erbacce, oppure un meraviglioso luogo in cui il profumo dei fiori infonda armonia.

La caratteristica precipua dell'Amore è l'**attrazione magnetica**. Essa attrae tutto ciò che serve per dar vita ad una totalità integrata e disperde ciò che non è consono, ossia, intonato. L'Amore trasforma il difetto nella virtù che è in potenza, purificandolo dalle scorie separative. Facciamo in modo che la nostra applicazione della Volontà e dell'Amore sia così graduale da non spezzare l'erbaccia, e nello stesso tempo così ferma da assicurarne la completa trasmutazione. Saremo, così, in grado di aiutare, in seguito, anche gli altri.

Addestrare i Deva

Come si è detto, la nostra persona è composta da tre Corpi, che in sanscrito si chiamano "Deva". Il corpo Mentale, l'Emotivo detto anche Astrale, e l'Eterico-fisico. In realtà il corpo fisico o di apparenza è un mero riflesso del corpo Eterico, vero conduttore dell'energia vitale. Senza l'Eterico il corpo fisico non è attivo. Questi Deva sono entità con un loro proprio carattere, qualità e difetti, una memoria antica e un'attività ripetitiva che spesso manifestano come risposta automatica.

Sono i veicoli per mezzo dei quali noi, Coscienza, ci muoviamo, pensiamo, proviamo sentimenti ed emozioni. A dire il vero, sono i Deva che danno forma al pensiero, alle emozioni e alle azioni con la loro attività che, tuttavia, abbiamo il compito di programmare, addestrandoli alle nostre necessità evolutive. Senza di loro non è possibile rapportarci con le altre Coscienze. È per questo che ci incarniamo, poiché evolviamo solo mediante un'incarnazione che ci consente di sperimentare le forme della materia attraverso i nostri Deva. Essi rispondono alla qualità della sostanza di cui sono formati. Sostanza che è impregnata da "umori" antichi spesso in contrasto con il compito evolutivo della Coscienza, poiché ha ricevuto un imprinting diverso durante la precedente incarnazione del Sistema Solare. Senza addentrarci in questo tema, accettandolo come dato di fatto, procediamo nel conoscerli meglio.

Questi nostri veicoli si comportano, in definitiva, in modo molto simile ad animali selvatici che devono essere addomesticati e addestrati. È di aiuto pensare alla Coscienza come a un Cavaliere che per spostarsi ha bisogno di montare a cavallo. Deve, per prima cosa catturare un cavallo selvaggio bello e possente, poi domarlo e, quindi, addestrarlo ad essere guidato, affinché lo porti per ogni dove a compiere le gesta eroiche per le quali lui, il Cavaliere, è stato "ordinato". In questo caso i cavalli sono tre, uno per ogni Deva. Il corpo Emotivo è senz'altro il più difficile da domare. Allo stesso modo del cavallo selvaggio, mal sopporta di essere imbrigliato ed avverte istintivamente quando il cavaliere cerca di sellarlo, scalciando in malo modo. Ecco perché quando ci apprestiamo a sottoporre i nostri Deva a una disciplina che li educi, si ribellano immediatamente. Una volta che il Deva-Cavallo ha accettato di portarci in groppa, dobbiamo addestrarlo a rispondere ai nostri comandi per guidarlo nella direzione voluta; altrimenti ci porterà a spasso dove lui vorrà.

Il sistema migliore per addomesticarlo è quello di somministrargli una ricompensa quando esegue i comandi e una punizione quando li rifiuta. In altri termini, dobbiamo usare il bastone e la carota.

È, tuttavia, indispensabile che manteniamo un'uniformità di azione, oltre che di intento, ossia, che attuiamo una disciplina e un addestramento costante, in modo che la ripetizione reiterata di comandi appropriati stabilisca una cadenza e un ritmo. Ci dobbiamo astenere dal cambiare metodo e strumenti, pena la perdita del ritmo e della disciplina. Se, ad esempio, decidiamo di sostituire l'oggetto della ricompensa, in questo caso la carota, con un biscotto, o mutiamo il comando, pronunciando parole diverse da quelle fino allora utilizzate, il Deva-Cavallo andrà in confusione. La carota è lo strumento o tecnica di persuasione che applichiamo per addestrarlo, e il comando è l'atto attraverso il quale deve eseguire l'ordine impartito. Cambiandoli entrambe, non riconoscerà più il da farsi. Il Deva-Cavallo è estremamente abitudinario ed impara solo per stratificazione di stimoli uguali e costanti nel tempo. È, dunque, buona norma, applicare una sola tecnica e un sol metodo per ottenere il miglior risultato. In questo modo avremo il dominio sui nostri Deva. Essi risponderanno prontamente alle nostre richieste e collaboreranno con abnegazione, sfoggiando le qualità migliori per aiutarci ad attuare il Proposito Divino.

Funzione e trasmutazione dei vizi

Vizi e difetti sono aspetti di cui si è equipaggiata l'Anima incarnandosi entro la persona, per spingere in espressione le qualità latenti che andranno a sostituirli. Dunque, da questa prospettiva, si comprende la funzione dei propri vizi, difetti e paure che non vanno repressi, bensì osservati con amorevolezza, sperimentati e, infine, trasmutati nel loro opposto polare, facendo così emergere le qualità sottostanti.

Ora esamineremo i vizi capitali da cui derivano i difetti e tutti i fastidi che comunemente fanno scattare le nostre risposte automatiche o reazioni inconsce.

Superbia: serve a sperimentare il potere in tutte le sue forme, dalla fama alla ricchezza, al dominio sugli altri.

Trasmutazione: Umiltà intesa come conoscenza e misura dei propri limiti e delle proprie capacità. Da "umus" terra fertile.

Invidia: serve a sperimentare la competizione e spronarci ad essere più di quello che siamo, ossia, portare in emersione le qualità dell'altro che vorremmo possedere ma che ancora sono latenti o non espresse con la stessa forza.

Trasmutazione: Riconoscimento delle qualità dell'altro come complementari alle nostre.

Ira: serve a sperimentare la forza vitale che irrompe poiché repressa o trattenuta a lungo. È uno sfogo o ribellione forzata ai condizionamenti di qualunque tipo.

Trasmutazione: Accoglienza della Vita e dell'altro nella calma propositiva.

Avarizia: Serve a imparare ad accumulare energia, forza e sostanza, ossia cose e beni mediante l'applicazione della forza centripeta.

Trasmutazione: Generosità, applicazione della forza centrifuga dall'io verso il noi, con il conseguente impulso a donare.

Gola: serve a provare piacere per il cibo e tutti gli altri desideri in modo smisurato fino a saziarsene.

Trasmutazione: Distacco mediante misura e ritmo fino a percepire il piacere dell'essenziale.

Lussuria: serve a sperimentare l'attrazione e la seduzione del corpo e, in senso lato, l'attrazione delle polarità della coppie di opposti nella forma materiale.

Trasmutazione: Riconoscimento della sacralità del corpo e delle forme materiali, come tempio o dimora dello Spirito.

Accidia: serve a sperimentare la passività intesa come assoluta mancanza di intento o impulso a muovere. La stasi o inattività che prelude al cambiamento.

Trasmutazione: Intento ad agire mediante il riconoscimento di appartenenza e la responsabilità di contribuire al benessere dell'Umanità.

Le 3 virtù Teologali

Fede: 1°r. Assoluta certezza, indipendente dalla ragione, del Piano e Proposito Divini e delle nostre capacità a servirlo.

Speranza: 2°r. Forza propulsiva dell'attuazione del proposito d'Amore che permea il Piano Divino. La speranza da forza magnetica alla direzione attuativa del proposito.

Carità: 3°r. Riconoscimento della uguaglianza essenziale degli esseri umani che stimola la solidarietà e la cooperazione.

Le 4 virtù Cardinali

Temperanza: 4°r. Equilibra e rende armoniche le coppie di opposti. Crea la giusta tensione della corda (coscienza) provocando il suono armonico.

Prudenza: 5°r. Capacità di discriminare tra le qualità dell'Anima e le caratteristiche della persona.

Fortezza: 6°r. Rafforza l'ideale dell'Anima rendendolo stabile nella persona.

Giustizia: 7°r. Porta la Legge Divina entro le forme creando ordine.

La **Verità** illumina la coscienza rendendo l'Umanità libera da ogni condizionamento, e L'**Amore** salva l'Umanità dalla separatività infondendo la **Bellezza** Divina in tutte le forme.

Esercizio 1: Le "erbacce"

1. Pensa ad una delle "erbacce" elencate all'inizio di questa lezione (paura, avidità, ecc.) che si ripresenta puntualmente nella tua vita; a qualcuna di esse potresti essere anche attaccato, considerandola parte essenziale di te stesso o addirittura un aspetto "simpatico" o un "pregio" del tuo carattere.
2. Alla luce dell'Anima, la osservi ora con l'occhio del "testimone distaccato" e ne vedi gli aspetti involutivi nascosti dietro la cecità dell'attaccamento e dell'egoismo.
3. Con l'immaginazione creativa visualizzi te stesso nel comportamento ideale, opposto a quello che vuoi cambiare. Sentine il piacere cogliendo il buon effetto che produce sugli altri.

Esercizio 2: Estirpare un'abitudine

1. Cerca un'abitudine antica, dura da estirpare, che ti danneggia nel cammino verso la perfezione.
2. Esaminala da ogni punto di vista, vedila all'opera, sentine gli effetti in te stesso e negli altri.
3. Ricorda le situazioni in cui tale abitudine ti ha danneggiato nell'intimo, nel rapporto con te stesso e con il mondo.
4. Prova profondamente la volontà di rinnegare tale abitudine e il desiderio di esserne liberato e chiedi all'Anima il sostegno per tale cambiamento.
5. Invoca la qualità necessaria a trasmutare la condizione indesiderata; immagina "come già esistente" la nuova condizione desiderata e sentiti infine rigenerato e libero dalla vecchia abitudine.

Sentiero lezione 6

Suono e sintonizzazione mentale

(da *Il Sentiero dell'iniziazione* di L. Cedercrans)

Il **suono** mette in moto la sostanza di cui sono fatte tutte le forme. Tutta la sostanza è in movimento; la velocità di questo movimento si definisce come la sua **frequenza** e si manifesta come suono; questo in ogni caso ha sempre un effetto che ha a che fare con la sua frequenza vibratoria. Sappiamo che ogni particella di sostanza, dentro e fuori del nostro corpo, si muove con una certa frequenza e fa risuonare la sua specifica **nota**. L'insieme di tutte queste note all'interno di una forma (ad es. un corpo umano) emette una particolare nota dominante che rappresenta la vibrazione chiave di quel particolare organismo.

La nota o vibrazione dominante può essere riconosciuta nella qualità del tono di voce, nella qualità delle emozioni e nell'effetto che l'individuo produce sul suo ambiente. Così, quando un individuo parla, egli rivela il grado di maggiore o minore armonia che sta portando in manifestazione. Quando ogni singola particella di sostanza è stata messa in un giusto rapporto con tutte le altre e con la Vita centrale dell'Anima, il suono che si produce è del tutto armonioso e può sintonizzarsi con la "*musica delle sfere*", ossia, l'intero creato.

Ogni nuovo suono produce un effetto su tutti i suoni preesistenti e può essere diretto consapevolmente per creare la condizione desiderata. Si nota facilmente che il **suono di una voce** ha effetto sul suono delle particelle di sostanza di un corpo, sia aumentandone o diminuendone la frequenza, sia creando una condizione di armonia o di dissonanza. Una parola gentile, ad esempio, detta al momento giusto e con il giusto tono di voce, può calmare ansie o angosce e portare armonia in una condizione disarmonica. Può anche indurre una sensazione di benessere in un ammalato e, se pronunciata da un essere umano evoluto e sapiente, può anche guarire.

Quando l'uomo è in grado di sintonizzarsi su pensieri astratti e di riceverli, può rivestirli di sostanza mentale concreta e dar loro forma. Così un'astrazione può diventare un brano musicale o un testo letterario o un dipinto, ecc. In ciò consiste la funzione creativa della mente, che deriva dalla capacità di ricevere il pensiero e di proiettarlo: una forma-pensiero viene così materializzata in una forma fisica.

Queste astrazioni, che gli artisti creativi "precipitano" sotto forma di musica, arte, letteratura, invenzioni, ecc., rivestono un ruolo importante nella costruzione della civiltà. Esse, per così dire, conducono l'Umanità a sperimentare la Bellezza acquisendo esperienze che possono essere condivise da tutti.

La **musica** è una delle discipline che producono cultura e che plasma la civiltà lungo certe linee direttrici. Essa produce l'effetto principale sulle emozioni della razza, apportando una consapevolezza emotiva delle relazioni che altrimenti non sarebbe possibile ottenere.

Ad esempio, l'uomo che non sa cantare né suonare uno strumento né comporre musica, può tuttavia ancora esperire la tonalità emotiva di certe relazioni semplicemente ascoltando la musica. Ascoltiamo diversi tipi di musica e analizziamone gli effetti su di noi, prestando particolare attenzione a ciò che sentiamo. Che tipo di esperienza essa è destinata a produrre? Che effetti ha sulle masse che l'ascoltano?

Consideriamo quindi che nello stesso modo in cui il compositore riceve l'astrazione e le dà una forma concreta, così anche noi possiamo usare il suono (la parola) per produrre una certa condizione nel nostro ambiente. Decidiamo per prima cosa quale effetto intendiamo produrre, e per quale finalità. Siamo motivati da un desiderio egoistico o da quello di aiutare qualcuno?

Se intendiamo pacificare le emozioni agitate di qualcuno che ci sta a cuore, possiamo:

1. Pensare a quell'individuo con Amore e comprensione, portandolo nel nostro cuore e sentendo la pace che vorremmo fargli provare.
2. Rivolgerci a Dio per trovare le parole giuste da dirgli o i pensieri giusti da inviargli.
3. Quando sentiamo di averli trovati, pronunciamo quelle parole o pensiamo quei pensieri, e su un'onda d'Amore affermiamo: "Che così sia".
4. Proviamo a farlo per un po', senza avere alcun contatto fisico con il fratello che intendiamo sostenere. Quando parliamo di lui, pensiamo anche all'aiuto che gli stiamo inviando e al sentimento d'Amore che proviamo per lui e infine osserviamo il nostro tono di voce. Noteremo in esso un preciso cambiamento, il quale produrrà sicuramente il suo effetto in quella situazione.

Esercizio 1: Ascoltare suoni e rumori esterni

Pensa ai vari suoni che ti colpiscono ogni giorno: il suono delle voci di quelli con cui vieni in contatto, la TV, gli aerei, le automobili nelle strade, gli elettrodomestici della tua casa, gli animali, il vento, i suoni della natura. Analizzali uno per uno distintamente, percepiscine il tono e valutane gli effetti che producono dentro di te e nel tuo ambiente.

Esercizio 2: Ascoltare la propria voce

1. Risenti il suono della tua voce così com'era prima di questa lezione. Qual era la sua intonazione? Quali impressioni esercitava su di te e sugli altri? Che tipo di effetto aveva? Era positivo o negativo? Come ti senti ricordandolo?
2. Adesso pronuncia il tuo nome lentamente e con attenzione, con il tono di voce più naturale possibile.
3. Analizza il tono. È morbido, basso, acuto, stridulo, aspro, deciso, controllato?
 - a) il tono malfermo che tende a farsi più acuto sul finale delle parole indica che siamo scissi al nostro interno, che mente ed emozioni non sono allineate.
 - b) il tono troppo forte indica che siamo incentrati su noi stessi, che abbiamo atteggiamenti di superiorità e che siamo insicuri dal punto di vista emotivo.
 - c) il tono spontaneamente melodioso indica che abbiamo sviluppato un notevole grado di armonia fra i tre aspetti della nostra natura: il mentale, l'emotivo e il fisico.
 - d) il tono troppo basso e indistinto indica che siamo preda di paure immaginarie, ci preoccupiamo per cose non essenziali, abbiamo un complesso di colpa sepolto in profondità nel nostro inconscio.
 - e) il tono aspro e stridulo indica che non ci siamo adattati all'ambiente, che non accettiamo le difficoltà e che siamo preda di sentimenti ostili.

Sentiero lezione 7

Parola e ricerca della Verità

(da *Il Sentiero dell'iniziazione* di L. Cedercrans)

Il potere della parola

La parola consente all'essere umano di comunicare i suoi pensieri e i suoi sentimenti; attraverso la comunicazione hanno inizio e si sviluppano relazioni che si possono trasformare in veri e propri rapporti di fratellanza. La parola riveste anche un altro ruolo: è uno strumento che può essere usato per "portare in manifestazione". Essa cristallizza un pensiero e un sentimento in una forma concreta, suscitando così, nella sostanza del piano fisico, una vibrazione che li attrae in manifestazione. Sebbene la parola si sviluppi come risultato di uno stato di coscienza, e sia quindi un effetto, può diventare a sua volta causa, producendo come suo effetto un'evoluzione della coscienza.

Ad esempio, un uomo primitivo, avendo concepito l'idea del bisogno di cibo, coniò un suono che era l'equivalente del termine "bisogno". In seguito, l'uomo avvertì molti altri bisogni, finché dopo molti secoli, si affacciò alla soglia di una nuova consapevolezza sperimentando la richiesta della sua Anima che aspirava all'Amore di Dio. Il suo bisogno si tramutò allora in aspirazione. Lo stato di coscienza che aveva prodotto la parola "bisogno", maturato attraverso l'esperienza, lo ha portato ad aspirare a Dio.

Agli studenti di scuole esoteriche si insegna a vigilare sulle parole emesse e a parlare soltanto dopo aver pensato attentamente, perché le parole possono produrre effetti indesiderabili. Ad esempio, se qualcuno continua ad affermare "io sono tanto povero, ho bisogno di più soldi", con le sue stesse parole si sta creando la povertà in cui vive: le leggi della Natura e l'inconscio concorrono a portare in manifestazione le sue parole con precisione.

Le parole "**io sono**" rappresentano un'affermazione della nostra autorità sul mondo in cui viviamo; sappiamo che siamo noi stessi a creare quel mondo con i nostri pensieri e le nostre emozioni. Quando affermiamo "io sono" stiamo asserendo la nostra padronanza su di esso e qualsiasi cosa segua questa dichiarazione viene a costituire un comando che sicuramente si attuerà. Per cui il fatto di dire "io sono povero" o "io sono malato" assicura necessariamente il protrarsi della nostra condizione di povertà o di malattia. Tale è la Legge.

L'uomo ha creato molte lingue e fa uso di molti termini per descrivere le diverse sfumature del suo pensiero e dei suoi stati d'animo, le tonalità di un suo sentimento, ecc. La parola OM indica perfettamente il vero Sé, l'Anima di tutto ciò che vive e, quando è pronunciata con piena comprensione, produce un suono che crea. Attraverso il controllo della vibrazione della sostanza, il suono OM crea la forma in cui un pensiero è reso manifesto, dandogli così il giusto rivestimento per la sua apparizione nella Manifestazione.

La Verità

Da sempre l'uomo ricerca la Verità attraverso innumerevoli esperienze. I cosiddetti bene e male sono il risultato del grande desiderio dell'uomo di conoscere; la motivazione dell'indefinita inquietudine che egli percepisce, e che lo sospinge a passare da un'esperienza all'altra, altro non è che la sua richiesta di Verità.

La Verità che l'uomo ricerca è in realtà la sua stessa Identità, la realizzazione di essere un Figlio di Dio, un'Anima Cosciente Incarnata. Nel corso delle ere, qualche uomo ha trovato questa Verità, ha riconosciuto come dato di fatto la sua stessa Divinità, e mosso dall'Amore altruistico per i suoi fratelli, ha provato a portare questa Verità a tutti gli uomini.

Nei tempi attuali, la domanda di conoscenza è emersa ancor di più dall'inconscio della razza, e l'Umanità nel suo insieme è consapevole di questa richiesta come di una grande necessità che deve essere soddisfatta. Man mano che l'aspirazione umana supera l'inerzia del sé separato, la domanda di Verità dell'Umanità diventerà così forte da essere esaudita; l'uomo sarà infine libero: *“Conoscete la Verità, e questa vi renderà liberi”*.

Il momento esatto del mezzogiorno è stato scelto in tutto il mondo per una comune sintonizzazione sui livelli del pensiero e dei sentimenti da parte di tutti gli allievi della Verità e dei Servitori del Mondo. Anche noi possiamo servire aderendo a questa attività; un Grande Potere di Bene viene messo in moto dall'unione delle menti, al fine di aiutare gli uomini nella ricerca della Verità. Quando ci sintonizziamo, riversiamo il nostro Amore su tutti i fratelli; Esso è una realtà tangibile, e grande è il suo potere di guarigione.

Nella nostra vita di ogni giorno, applichiamo la Verità Vivente:

- Impariamo a pensare con chiarezza invocando l'Amore per la Verità nella nostra mente.
- Facciamo in modo che le nostre emozioni siano tali da attirare la Verità nelle nostre menti attraverso l'aspirazione costante al contatto Divino.
- Impariamo a formulare la Verità nel linguaggio più idoneo, in modo innocuo, comprensibile ed accettabile, così che le nostre parole diventino uno strumento di servizio.
- Facciamo sì che il suono da noi emanato sia armonioso e diventi il veicolo della nostra accoglienza e comprensione dell'altro.
- Cerchiamo di entrare sul Sentiero del discepolato preparandoci a servire Dio nel mezzo della nostra vita quotidiana.
- Teniamo un diario Spirituale in cui segniamo i vari modi in cui siamo riusciti a vivere la Verità e ad applicarla là dove ci siamo trovati ad operare.

Esercizio 1: Le parole dette

Rifletti su ogni parola che dici. Se ti sfugge una parola o un'espressione non adeguata, che hanno potuto creare disarmonia:

1. riformulala e ripensala dentro di te Amorevolmente trasformata;
2. così modificata, inviala dal centro del tuo Cuore alla persona che avresti potuto offendere, rivestendola dei colori che consideri più idonei.

Esercizio 2: L'OM (per un mese)

1. Pensa con intenzione: “Io sono un'Anima Cosciente Incarnata”.
2. Fai risuonare l'OM, emettendolo nella tonalità che senti a te più consona.
3. Percepiscine la vibrazione armonizzante e unificante.

Sentiero lezione 8

Anima Cosciente Cicli e Servizio

(da *Il Sentiero dell'iniziazione* di L. Cedercrans)

L'Anima cosciente

“Anima” è la definizione data alla coscienza. Questa coscienza contiene dentro di sé la **Volontà Divina**, che è l'impulso motivante dell'evoluzione, la Volontà di essere e di progredire; l'**Attività Intelligente**, che è l'aspetto di costruzione della forma che esprime tale Volontà, ed infine, l'**Amore Divino**, che rappresenta la qualità di questa espressione.

L'Anima in realtà è unica ma si esprime in miriadi di forme. Tutte le forme visibili possono essere classificate tra quelle costituenti il regno Minerale, Vegetale, Animale, Umano e quello Spirituale o Regno delle Anime Coscienti Incarnate. A questo Regno pervengono tutti i figli degli uomini che si sono illuminati. Alla fine sarà l'Umanità intera a raggiungere il glorioso coronamento. Avremo allora una razza di Anime Coscienti Incarnate nella forma, che in essa manifesteranno la perfezione del Piano Divino.

L'Anima Una, differenziata in tutte le unità di coscienza, indipendentemente dalle diversità apparenti, ha l'unico Proposito di perseguire e manifestare lo scopo dell'evoluzione che consiste nell'Unità coniugata con l'individualità. Ciascuna unità rappresenta, quindi, una differente modalità di espressione dell'Anima. Essa è un atomo del corpo dell'Anima unica, che ha preso coscienza di sé. All'inizio non è consapevole dell'intero, ma in virtù delle sue caratteristiche intrinseche, è portata in incarnazione proprio per sviluppare questa consapevolezza e per aiutare l'Anima Una ad evolvere. Per tutto questo tempo, l'Intero è viceversa consapevole di ogni nuovo aumento di consapevolezza dell'unità di coscienza e la sostiene durante il lungo periodo di crescita, fintantoché anch'essa diventi a sua volta consapevole dell'Anima Una di cui è parte.

L'attività in cui l'unità di coscienza incarnata nella persona è impegnata è il Servizio ai suoi fratelli. Se i moventi non sono ancora puri, lo divengono man mano che, attraverso esperienze dolorose, essa avverte il non senso dell'illusione che la circonda, l'inevitabilità del cambiamento, l'insoddisfazione nonostante l'appagamento del desiderio. Tutte queste esperienze dolorose la spingono infine a cercare soddisfazione nel *Servizio all'Umanità*. Ora è pronta ad intraprendere la lunga scalata al monte dell'Iniziazione.

Alcune regole, se seguite, saranno d'aiuto all'allievo che provi la sincera aspirazione di imparare per il beneficio degli altri:

1. Flessibilità della coscienza. Questa qualità è più comunemente intesa come “avere una mente aperta”, ed è un atteggiamento di grande importanza per un aspirante.
2. Accettare soltanto ciò che evoca una risposta dal profondo di se stessi. Non siamo ciechi nella nostra accettazione, ma accettiamo solo quello che vediamo con il nostro occhio interiore e che sentiamo vero con il cuore.
3. Non considerare falso ciò che non accettiamo. Lasciamo semplicemente andare tutto quello che non riusciamo a comprendere e ad accettare; in futuro lo rivedremo alla Luce dell'Anima e riconosceremo qual è il posto di ogni particolare nello schema complessivo.
4. Percepire oltre il trasferimento dei concetti. Una parola, o una frase, non sono il concetto che queste cercano di trasmettere; un concetto astratto non è contenibile all'interno di una parola o di una frase. La mente deve essere libera di coglierne la pienezza del significato.

I cicli di manifestazione

Si impara dai regni inferiori di natura che esistono cicli di manifestazione nei quali le forme vengono e vanno, secondo un flusso e riflusso alternati. Questa grande Legge dei Cicli costruisce il ritmo dell'intera manifestazione. Attraverso l'osservazione, possiamo scoprire quando ricorrono i nostri periodi di grande efficienza nell'azione esterna e quando invece si presentano i periodi in cui ci ritraiamo da essa, per poter raccogliere le nostre energie vitali, anziché disperderle.

Vi sono, tuttavia, alcuni cicli universali comuni, che possono essere utilizzati da tutti. Il tempo del Plenilunio, ad esempio, è un periodo di grande attività dell'Anima e dei Maestri Spirituali. È il momento in cui un Maestro può essere contattato con più facilità dai suoi allievi, poiché i suoi pensieri sono rivolti verso il gruppo. Il discepolo, nutrito da queste energie superiori, può allora svolgere meglio il proprio Servizio. Egli cerca di servire nel modo più opportuno, con gioia e dimentico di sé.

Il Servizio

È a questo punto opportuno specificare che cosa si intende realmente per Servizio:

1. Il Servizio è indicato dall'ambiente stesso in cui ognuno si trova; dipende dall'intenzione con cui viene svolta un'attività. È il valore aggiunto dell'Amore a qualsiasi azione.
2. Il Servizio non consiste nel dare consigli non richiesti; al contrario, il discepolo aiuta solo quando richiesto, diventando un esempio di armonia per il suo ambiente. Condivide la sua saggezza manifestando quella saggezza che è in lui e stimola l'Amore Divino, perché egli è diventato espressione di quell'Amore.
3. Il fine del Servizio è l'atto di suscitare la perfezione dell'Anima all'interno di ogni forma; il Servizio di un individuo avanzato aiuta l'Anima a manifestarsi come un perfetto veicolo d'espressione.
4. La costanza e l'umiltà sono qualità necessarie per adempiere al proprio servizio. Occorre imparare a lavorare senza che vi sia alcun riscontro immediato o riconoscimento gratificante.

Esercizio 1: Qual è la nostra motivazione alla ricerca Spirituale?

Esamina i tuoi moventi.

- Che cosa stai cercando e perché?
- Che cosa farai di questo Insegnamento, una volta che lo avrai appreso?
- Ti proponi il miglioramento dell'Umanità, o sei alla ricerca di successi personali?

Esercizio 2: Amore e Servizio

Crea l'immagine di te stesso che si rivolge con attenzione Amorevole a persone con le quali ti rapporti abitualmente in modo meccanico o poco comprensivo; attraverso l'immaginazione creativa gioca un ruolo diverso e dirigi quanto hai visualizzato al tuo corpo emotivo. Compi poi nella realtà quell'atto che hai ideato e vivificato con l'immaginazione.

Sentiero lezione 9

Amore-Saggezza e Attività Intelligente

(da *Il Sentiero dell'iniziazione* di L. Cedercrans)

L'Amore-Saggezza

L'*Amore* è la qualità che determina l'attività risultante tra due o più persone in rapporto tra loro; quando la qualità della relazione è l'Amore Divino, vi è una chiara visione dei moventi, una perfetta comprensione dei significati e anche una precisa conoscenza degli effetti.

La *Saggezza* è, quindi, la capacità di applicare ciò che si è intuito e di tradurre la conoscenza in Attività Intelligente. In questo attuale schema evolutivo, l'Amore-Saggezza Divino rappresenta la lezione che deve essere appresa, la qualità che deve essere perfezionata da tutti. Nell'individuo avanzato, l'aspetto Amore-Saggezza si ritrova nel corpo emotivo superiore (Cuore) che, non avendo le caratteristiche distruttive dell'emotivo inferiore (plesso Solare), può diventare strumento evolutivo e potente agente di trasmutazione, poiché, attraverso il potere del *giusto desiderio*, può attrarre tutto ciò che è necessario alla costruzione di una personalità totalmente integrata.

Nell'aspirante Spirituale questo stato interiore evolvente si manifesta come "*sincera Aspirazione*". Dopo svariate esperienze, l'individuo in via di risveglio, non soddisfatto della conoscenza acquisita, aspira alla Verità e al contatto con il Sé superiore.

Infine, dopo aver colto anche solo una parte della visione, aspira a concretizzarla in se stesso attraverso:

- l'autodisciplina, per cui dà nuova forma al suo pensiero, alle emozioni e alle sue azioni fisiche per rappresentare l'Ideale cui fa riferimento;
- la pratica dell'innocuità nel pensiero, nella parola e nell'azione;
- l'atteggiamento del distacco dalla forma;
- la Fratellanza e la pratica dei Retti Rapporti, per cui darà importanza all'unità dell'Anima, e non alle differenze della personalità;
- l'acquisizione della capacità di guarire, che consiste più che altro nel riversare l'Amore-Saggezza Divino dalla Fonte Divina alla persona da guarire attraverso il proprio strumento inteso quale canale.

L'Attività Intelligente

L'*Attività Intelligente* è la forma che assume l'impulso all'evoluzione. Per la Legge universale di Economia tutta la sostanza è intelligente; è motivata dalla Volontà Divina; è tenuta insieme dalla qualità coesiva dell'Amore Divino e infine è spinta in azione. La forma che questa attività assume è proprio Intelligente.

Nella vita dell'aspirante l'Attività Intelligente si manifesta, dapprima, come un caos apparente, causato dalla contemporanea presenza delle vecchie forme e delle nuove, attivate dal risveglio coscienziale.

L'individuo, dopo aver affrontato tutta una serie di esperienze, dolorose e piacevoli, si rende conto che tutto quello che gli è successo aveva uno scopo preciso; riconosce l'esistenza di un modello (il Cristo) e comprende che l'azione dell'Anima ne è all'origine. Nello stesso tempo, riceve un afflusso di energie Divine, provenienti dall'Anima, che attivano qualità desiderabili ma contemporaneamente anche aspetti latenti indesiderati.

Accade allora che:

- Nell'aspetto mentale, sorgono e si manifestano pensieri sia personali che di servizio. Il corpo mentale è attivato, e l'individuo diventa consapevole della sua vita di pensiero.
- Nella natura emotiva, desideri ed ambizioni inesprese riemergono di colpo, entrando in conflitto con l'aspirazione appena risvegliata.
- Nell'aspetto fisico si registrano numerosi effetti diversificati, e nuovi malesseri fisici.

Il risultato di queste prove dipende dalla capacità dell'aspirante di diventare un centro di stabilità; il che ovviamente dipende dalla sua polarizzazione. In questa fase, il lavoro consiste, infatti, nello spostare la polarità dalla natura emotiva a quella mentale e, di conseguenza, portare la personalità sotto la guida dell'Anima Spirituale.

Per effettuare questo lavoro di innalzamento della polarizzazione bisogna tener presente che, pur se manca un insegnante fisico:

1. Chiunque aspiri al contatto con il Sé superiore è per ciò stesso in diretto contatto con un insegnante, vale a dire la sua stessa Anima; e attraverso un'aspirazione continua diverrà ben presto consapevole di questo contatto.
2. Mediante la corretta aspirazione l'aspirante è messo in grado di contattare livelli ancora più alti di consapevolezza, dai quali potrà cogliere quei concetti di Verità che daranno fondamenta alla sua Comprensione e amplieranno la sua Visione.
3. L'aspirante impara a riconoscere nell'esperienza della vita un grande insegnante, e, attraverso i suoi sforzi di vivere la Verità che ha colto, sviluppa, nella scuola dell'esistenza, una coscienza matura e ricca di comprensione.
4. È importante che l'aspirante assuma l'atteggiamento del *distacco da sé*, ovvero abbandoni i moventi egoistici della personalità, e quello dell'*Osservatore*, ovvero si estranei da se stesso osservando le proprie abituali reazioni ed attaccamenti. Scoprirà improvvisamente la ragione di ciò che gli capita; gli eventi assumeranno un disegno preciso; imparerà che non è le sue emozioni e apprenderà a gestire la propria vita.

Questionario

Rispondi con onestà alle seguenti domande:

1. L'Amore nella tua vita è stato rivolto agli altri in modo disinteressato o i rapporti si sono basati sul desiderio della tua personalità?
2. Hai sempre tenuto conto che il vero Amore non chiede nulla in cambio? Hai amato lasciando libero chi amavi, oppure il tuo Amore ha assunto la forma di vincoli con i quali tenevi gli altri legati a te per il tuo egoismo?
3. Hai avuto nemici nella tua vita? E perché proprio quei nemici?
4. Hai provato risentimento verso gli altri? Per quale motivo? Non è stato forse perché il tuo piccolo io si sentiva solo e poco considerato?
5. Ti sei mai messo nei panni degli altri e hai provato a considerare te stesso dal loro punto di vista?
6. Quando coloro che amavi sono morti, ti sei addolorato effettivamente per loro o per il senso di abbandono verso te stesso?

Sentiero lezione 10

Energie dell'Anima

(da *Il Sentiero dell'iniziazione* di L. Cedercrans)

I tre tipi di energia

Tre sono le caratteristiche intrinseche dell'Anima che si manifesta nella forma perfezionata, ovvero la **Volontà** Divina, l'**Amore** Divino e l'**Intelligenza** Divina; esse possono essere considerate quali tre tipi di energia vibratoria che influenzano l'aspirante in ragione della sua **Aspirazione, Meditazione e Applicazione**, affinché egli le utilizzi per recepire il Piano Divino e, di conseguenza, costruisca forme adeguate a manifestarlo.

Dapprima si ha la condizione dell'Aspirazione, che per così dire, mette l'allievo in sintonia con l'Anima stessa, dopo di che nella routine giornaliera dell'allievo si aggiunge la Meditazione.

La Meditazione è una comunione con l'Anima, o con più elevati stati di coscienza. È una liberazione, piuttosto che una tensione della coscienza personale, che induce a contemplare il Divino. Se viene condotta con fretta o con sforzo non conduce al contatto con l'Anima; servirà soltanto a creare disagio al corpo e alla mente.

Succedono vari fenomeni durante la Meditazione. Alcuni dei più comuni sono rappresentati da uno sprazzo di luce abbagliante, comunicazione sotto forma di parole, immagini evocative, ecc. Tutto questo va benissimo, e può anche essere vero per le persone coinvolte, ma non rappresenta però un criterio. Ogni individuo fa esperienza delle energie dell'Anima a modo proprio. Certi, infatti, non vedono mai nessuna luce, non colgono nessuna immagine, non odono mai nulla. Diciamo che tutte queste diverse possibili modalità o esperienze sono il risultato della trasposizione della mente entro la personalità. La forma più pura di comunicazione dell'Anima è quella di una conoscenza istantanea e simbolica. Tutto il resto è un mezzo, non il fine.

L'Applicazione, infine, si manifesta come **adattabilità**. L'aspirante impara ad adattarsi al suo ambiente, e quindi, ad applicare all'ambiente il frutto della sua evoluzione. L'Ordine e la Legge Divini si riaffermano così prima nella sua coscienza e poi nella sua vita di relazione.

L'adattamento consiste nella capacità della coscienza di cogliere un aspetto evolutivo dal piano dell'Anima e tradurlo in esperienza manifestandolo in una forma perfezionata che vada a determinare uno sviluppo della sperimentazione nel piano d'apparenza. Così la coscienza evolve e la materia aumenta il proprio stato vibratorio. L'attività circolare e ripetitiva della *routine* quotidiana si trasforma in movimento evolutivo a spirale.

L'aspirante, dunque, si inserisce con serenità nel suo ambiente, imprimendone una spinta positiva, e l'ambiente, lentamente ma inevitabilmente, risponde al flusso di energia propositiva esercitato da lui su di esso.

Costruzione delle forme

L'aspirante si impegna allora a costruire quelle forme che favoriscono l'espressione dell'Anima. Osserva tutte le sue attività, notando la forma particolare che ciascuna di esse tende ad assumere.

Egli allora:

1. Comincia a sorvegliare le sue parole e così facendo viene meglio a conoscenza della sua vita di pensiero. Diventa consapevole del tipo, della forza e della qualità dell'energia mentale con cui è solito lavorare, come pure dell'uso corretto o scorretto che fa di essa.
2. Disciplina la sua attività fisica per far sì che essa corrisponda all'immagine mentale che egli ha del proposito dell'Anima. Distingue l'attività che è in risposta al lato forma della vita da quella che è in risposta all'Anima. Vede tutte le attività passate come veicolo d'espressione della sua coscienza in divenire. Scorge in ogni attività che si presenta un'opportunità di esprimere una qualità dell'Anima e coglie quell'opportunità attraverso la giusta azione, in accordo con la Legge.

Questa comprensione motiva ad una maggiore autodisciplina per quanto riguarda:

1. **Il Pensiero.** Il Pensiero ha, come ogni altro elemento della Natura, una sua frequenza vibratoria. È per questo che parliamo dei pensieri come di forme-pensiero, ovvero di idee infuse d'Anima, cui è stata data forma concreta. L'autentico servitore del mondo costruisce per l'Umanità un mondo migliore attraverso la sua stessa vita di pensiero.
2. **La parola.** Le parole dell'aspirante sono anch'esse causa di manifestazioni nel tempo e nello spazio, e hanno effetto su tutte le altre vite. Egli vigila affinché siano esatte.
3. **Le emozioni.** L'emozione è l'effetto prodotto dall'impatto di energia astrale sul sistema sensorio del corpo fisico e sull'ambiente circostante. A questo stadio di sviluppo l'aspirante deve innanzitutto purificare la sua natura emotiva. Egli impara quali delle sue emozioni esercitano un effetto dannoso sugli altri, e le elimina dalla sua attività vibratoria con il costante esercizio della trasmutazione; utilizzando la gentilezza, l'Amore impersonale e la tolleranza, il suo veicolo emotivo diviene un fattore di forza, guarigione, ed esempio per gli altri.
4. **Le azioni e le reazioni.** Ogni gesto compiuto dallo strumento fisico è dotato di una sua precisa frequenza vibratoria, il cui impatto esercita un influsso sull'ambiente. Ogni azione fisica è effetto di una causa superiore, astrale, mentale o Spirituale; e questo effetto è sempre a sua volta causa di altri effetti: l'intera manifestazione è quindi il risultato di energia che si muove attraverso i vari piani vibratori. L'azione fisica diventa causa di un effetto noto come reazione; una reazione mentale, emotiva o fisica sarà pertanto il risultato di una conseguente attività nell'ambiente, a meno che coloro che ricevono l'impatto vibratorio non siano capaci di gestirlo, riorientarlo e trasmutarlo. Il reagire appartiene alla piccola personalità che si risente e recita i copioni ripetitivi di orgoglio e autodifesa dell'io. L'agire è dell'Anima libera che non si fa condizionare dagli accadimenti e dal Suo piano dirige la persona nella giusta azione. L'aspirante, identificato, alla fine, nella coscienza, comprende lo scopo evolutivo del suo strumento personale, rendendolo idoneo a gestire le energie Spirituali al fine del miglioramento dell'Umanità.

Esercizio: Il Proposito interiore dello strumento fisico

1. Guarda le tue mani e cerca di comprendere la loro funzione nel Piano evolutivo: Attraverso di esse affluiscono le energie dell'Amore Divino? Di che qualità sono le azioni che compi con esse? Rifletti sul fatto che esse possono ricevere e scambiare forza invece che prenderla e trattenerla? Pensi che la loro funzione può essere indirizzata a risanare e benedire? Qual è lo scopo Divino per il quale sono stati fatti gli occhi? Pensi che la loro funzione è quella di ricevere e registrare la Bellezza del Piano di Dio sulla Terra?
2. Osserva in tal modo le varie parti del tuo strumento fisico, comprendendone il significato interiore, e, attraverso una disciplina autoimposta, rendile strumenti idonei per l'Anima.

Sentiero lezione 11 Contatto con l'Anima

(da *Il Sentiero dell'iniziazione* di L. Cedercrans)

L'aspirante contatta l'Anima attraverso la sincera **Aspirazione** e la **Meditazione**, quindi, mediante l'**Applicazione**, pratica quanto ha ricevuto, nel suo contesto di vita.

Desiderio e Aspirazione

Il desiderio è un'attività del corpo emotivo inferiore (chakra del plesso Solare) messa in moto dalla volontà egoistica della personalità. Essendo limitato alla soddisfazione dell'individuo, è sempre separativo.

L'Aspirazione è, invece, un'attività della natura emotiva superiore indotta dall'Anima. È il risultato di un impulso elettrico che, invocato dal cuore, pone la Volontà Divina polarizzata alla mente attraverso l'Anima. L'impulso discende fino alla ghiandola pineale entro il cervello, così stimolando nell'aspirante la visione del Piano evolutivo. In questo modo egli è impegnato nell'evocazione della Volontà Divina che lo induce a divenire fervente *servitore* dell'Umanità e propugnatore della Fratellanza.

Il termine stesso di "aspirante" denota un certo grado di sviluppo, e non è usato in riferimento ad un qualsiasi allievo. Quando l'aspirante è ben avviato nella fase di crescita, il suo atteggiamento mentale può essere descritto dall'invocazione: "*Non la mia volontà, o Anima, ma la Tua*".

Meditazione

La Meditazione, quando è eseguita correttamente, porta l'aspirante in contatto con gli aspetti luminosi dell'Anima; ne rende possibile il riconoscimento e, attraverso l'intuizione, che è l'Amore dell'Anima in azione, consente l'incarnazione delle qualità nel quotidiano.

La Meditazione è svolta nel modo seguente:

- **Rilassamento**: i corpi fisico, emotivo e mentale sono privi di tensione e posti in quiete;
- **Allineamento**: la coscienza incarnata o personalità allinea con il chakra Ajna (intercigliare) i corpi fisico, emotivo e mentale in un unico punto;
- **Focalizzazione**: la coscienza dal chakra Ajna si concentra in quel centro eterico detto della "Cavità" che corrisponde all'area del cervello tra le ghiandole epifisi ed ipofisi.
- **Ricezione**: l'aspirante contatta l'Anima e riceve, in contemplazione, le Sue impressioni di Verità per riconoscere frammenti del Piano Divino e sapere come portarli in manifestazione.
- **Assorbimento**: l'aspirante assorbe dentro di sé le impressioni o illuminazioni ricevute dall'Anima e le elabora con la mente razionale per ricavarne concetti attuativi. L'atteggiamento è quello della riflessione.
- **Precipitazione**: è il periodo in cui l'aspirante mette alla prova la verità della sua comprensione. Egli precipita nel suo ambiente l'ispirazione che ha ricevuto e assorbito, e adotta un comportamento che sia l'esempio vivente dei suoi sforzi di applicazione del Piano Divino. Così, perfezionando i suoi corpi, li rende strumenti di Verità e di Amore.

Per essere fruttuosa, la meditazione dovrà essere effettuata secondo lo schema del ciclo lunare dal Novilunio al Plenilunio (fase di **Ricezione** dall'Anima), e dal Plenilunio al Novilunio (fase di **Precipitazione** nell'ambiente), in due momenti quotidiani che rispecchiano le due fasi: al mattino la **Ricezione**, dall'alba a mezzogiorno, e alla sera la

Precipitazione, dal tramonto alla mezzanotte. Un unico **Pensiero-seme** deve occupare il ciclo in modo da realizzare, infine, una risposta che sia la forma attuativa totale dell'elaborato di ogni giorno.

Contatto, ricezione, elaborazione e precipitazione

Il contatto, ricercato dall'aspirante attraverso l'Aspirazione e la Meditazione, è la via di minor resistenza, riguardo ad ogni attività manifesta, per ricevere l'influsso illuminante dell'Anima nella soluzione dei problemi e nel compimento delle giuste scelte. Esso produce un'onda vibratoria il cui impatto innalza la frequenza dei corpi dell'individuo, che elabora nuove risposte precipitando un cambiamento nei suoi pensieri, emozioni, parole, azioni, in modo da perfezionare se stesso e influenzare positivamente l'ambiente.

Vivere applicando la Verità

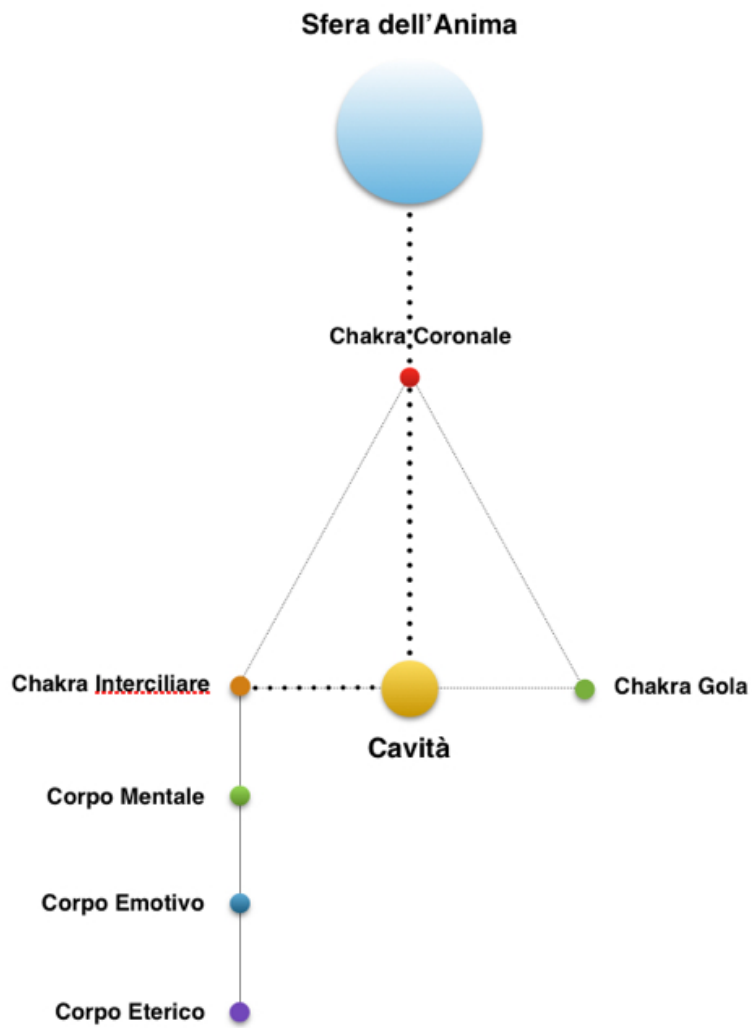
Sappiamo che l'aspetto Volontà dell'Anima è espresso dall'Aspirazione persistente dell'allievo, e che l'aspetto Amore-Saggezza è realizzato dalla capacità di meditare. Il terzo aspetto, quello dell'Attività Intelligente, è manifestato dallo sforzo esercitato dall'aspirante di vivere la Verità.

Il "lavoro" consiste nel saper applicare la qualità vibratoria del contatto con l'Anima sul suo ambiente, costruendo una forma coerente di relazione. L'effetto armonico del suo agire risuona negli altri stabilendo retti rapporti. È importante che l'aspirante applichi l'**innocuità** nel pensiero, nella parola e nell'azione; egli impara che è innocuo solo se il suo impatto vibratorio risulta in una espressione di comprensione e accoglienza, così diventando un esempio vivente della manifestazione del Piano Divino.

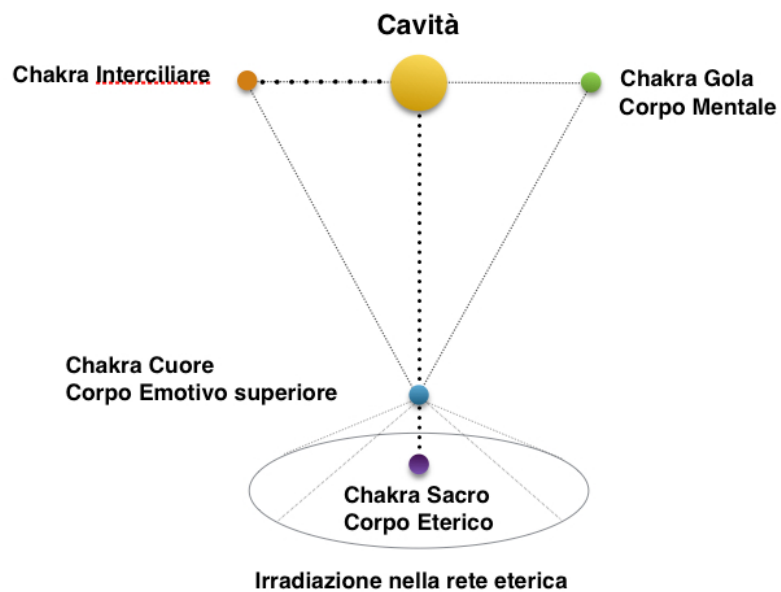
Esercizio di meditazione:

1. Al mattino allinea i corpi eterico-fisico, emotivo e mentale come punti su una linea di luce verticale e con un OM silenzioso aspirali nel chakra Ajna (il centro tra le sopracciglia).
2. Tracciando una linea di Luce sposta la tua coscienza da Ajna alla Cavità nel centro del cervello (centro eterico che è il laboratorio alchemico della coscienza e attiva il campo magnetico tra le ghiandole epifisi (legata all'Anima) ed ipofisi (connessa alla persona).
3. Entro la Cavità formula un *pensiero-seme* che è la domanda alla risposta che vuoi ottenere dall'Anima; quindi invialo con un OM silenzioso tracciando una linea di luce verticale che, passando dal chakra Coronale, arriva alla sfera luminosa dell'Anima.
4. L'Anima recepisce la domanda e invia Luce e Amore. Stai in ricezione contemplativa della Sua risposta che arriva sotto forma di simbolo o, più tardi, come illuminazione o intuizione improvvisa, o come segnale indicatore nel trascorrere della giornata.
5. Mantieni la risposta o *Tocco* dell'Anima entro la Cavità durante l'arco del giorno in modo che maturi e prenda sostanza.
6. Alla sera poniti entro la Cavità in riflessione su ciò che è stato in gestazione durante il giorno ed elaboralo con la mente razionale in una forma-pensiero o concetto attuativo che possa essere applicato in pratica nelle tue azioni e nelle tue relazioni quotidiane.
7. Focalizzati di nuovo come coscienza nel centro Ajna e da lì precipita la forma-pensiero dalla mente al cuore in modo che riceva la forza del sentimento per diventare un potente agente di manifestazione, mezzo di risveglio delle coscienze.
8. Irradiala, infine, come dono, dal chakra del cuore, mediante un Om udibile, entro la rete eterica (la rete invisibile che collega tutta l'Umanità), affinché chi è pronto ad accoglierla ne riceva l'influsso benefico. Segui l'onda radiante mentre distribuisce la sua qualità all'intera l'Umanità e poi si dirige verso l'alto per fare ritorno alla Casa del Padre.

Triangolo di ricezione



Triangolo di precipitazione



Sentiero lezione 12

Divino Adeguamento

(da *Il Sentiero dell'iniziazione* di L. Cedercrans)

Il Piano Divino è sempre in manifestazione, tuttavia, le forme che lo manifestano possono avere delle distorsioni dovute all'erronea interpretazione del Piano da parte dell'Umanità errante.

Le forme distorte, quali accadimenti negativi, forme separative, fastidi, difetti e vizi, sono forme in via di perfezionamento; ciò nonostante, manifestano il Piano. Spetta a noi uomini e donne di buona volontà trasmutare quelle forme imperfette in forme perfettamente riflettenti il Piano Divino mediante il **Divino Adeguamento**. In pratica, sostituiamo la forma ancora imperfetta con il suo Archetipo o opposto polare che è perfetto, poiché è la manifestazione della perfezione della forma secondo il modello esemplificato dal **Cristo**.

Un difetto sarà trasmutato nella qualità opposta; un vizio in virtù; un accadimento negativo nel suo opposto positivo. La "Guerra", ad esempio, è una forma ancora imperfetta. Essa ha in sé il seme della "Pace" non ancora pienamente espresso. Se trasmutiamo, entro la nostra coscienza, l'immagine personale della guerra nella nostra personale immagine della pace, la magia è compiuta e l'immagine della pace avrà sostituito, in noi, quella distorta della guerra. In tal modo, ripetendo via via l'Adeguamento, ci pacificheremo e potremo meglio manifestare il Piano Divino trasmutando altre forme ancora imperfette.

Quando precipitiamo il Divino Adeguamento entro una forma che ha un certo grado di imperfezione (una forma negativa che distorce con il suo effetto il senso del Piano Divino) trasmutiamo quella forma entro la nostra mente, mediante l'afflusso di Luce dall'Anima, sostituendola con il suo opposto polare che è perfetto. Una volta creata la nuova forma-pensiero la rivestiamo del sentimento corrispondente, sentendolo crescere entro il nostro corpo emotivo. Sentimento che darà alla forma forza attrattiva di manifestazione. Immettiamo, dunque, la forma, irradiandola come dono, dal chakra del cuore entro la rete eterica (la rete invisibile che collega tutta l'Umanità), affinché chi è pronto ad accoglierla se ne avvalga a sua volta. In ciò consiste il nostro *Servizio impersonale*.

L'effetto di tale trasmutazione è quello di non farci più sentire condizionati dalla distorsione della forma, ma di vedere in essa la manifestazione del Piano Divino, anche se quella forma, agli occhi di chi non ha compiuto l'Adeguamento Divino, appare ancora negativa, distorta e imperfetta.

Il Divino Adeguamento cambia il modo interiore di percepire le forme. Non ne siamo più condizionati poiché "*vediamo*" l'Archetipo della Volontà d'Amore entro la distorsione di ogni forma; quindi la distorsione è dissolta, ai nostri occhi, dall'Archetipo. Non è un fatto oggettivo, bensì soggettivo. A noi quella forma rivela il Piano Divino in azione, nonostante che, per altri individui condizionati da essa, continui ad essere celato.

Se il comportamento di una persona, un accadimento, un nostro o altrui difetto o una sofferenza provocata dal non riequilibrio del Karma ci pesano, pur sapendo che quel peso è una distorsione che in qualche modo ci appartiene poiché è riflessa in noi, possiamo distaccarcene rifacendoci all'Archetipo. Una volta riconosciuto l'Archetipo che è intriso di Volontà d'Amore, precipitiamo quella Volontà d'Amore entro la forma, e il peso o difetto in noi, magicamente scomparirà, poiché vedremo e sentiremo solo il riverbero dell'Amore in quella forma. Avremo, cioè, liberato quell'Amore che, imprigionato, non consentiva alla forma di essere perfetta. La trasmutazione sarà avvenuta entro di noi, nel nostro modo di

"guardare" con altri occhi. Se non riusciamo ad individuare l'Archetipo soggiacente alla imperfezione, invochiamo il modello del Cristo, chiedendoci come si comporterebbe al posto nostro, e lasciamo che il Suo infinito Amore agisca entro di noi liberando i nodi che ancora ci imprigionano.

Quello che importa è che avvenga la trasmutazione nella nostra coscienza, perché se guardiamo il mondo e le forme focalizzandoci sull'Archetipo Divino che sottostà ad esse, avremo cambiato il mondo dentro di noi. Se ognuno lo avrà cambiato entro di sé, lo avremo tutti cambiato fuori. **La realtà avrà preso il posto dell'apparenza!**

Il cambiamento è sempre soggettivo finché la soggettività condivisa esprime una condivisa oggettività.

Ricordiamoci che cambiare il mondo significa cambiare la nostra visione interiore del mondo. Una volta compreso ed accettato questo concetto, può iniziare il processo di trasmutazione di tutte le forme imperfette entro la nostra coscienza. Noi siamo ciò che pensiamo e possiamo influire sull'ambiente intorno a noi in base alla conformazione dei nostri pensieri. Se diamo forma alla negatività creeremo un ambiente tetro ed oscuro; se, al contrario ci focalizziamo sulla luce vedremo un mondo luminoso. Se diamo ascolto alla separatività tutto ci sembrerà diviso e in conflitto; se saremo sintonizzati sull'onda dell'Amore, tutte le forme lo rispecchieranno ai nostri occhi.

Quando lo Spirito è libero nessuna cella potrà mai imprigionarlo e per quanto angusta potrà essere, lo sguardo dell'Anima spazierà oltre ogni limite. D'altro canto, il sole brilla sempre sopra le nuvole. Se innalziamo il nostro sguardo, anziché le nuvole, vedremo risplendere il sole.

Il Divino Adeguamento e l'Amore intelligente

La precipitazione di Volontà, Luce e Amore dai Piani superiori dello Spirito serve per illuminare la mente della coscienza entro la persona. Tale mente si illumina per effetto della Luce d'Amore che la inonda; Luce che proviene dall'Anima adombrante che, a sua volta, ha recepito il Proposito di Volontà di Amore della Monade che è la Scintilla Divina o lo Spirito focalizzato. L'illuminazione della mente porta chiarezza di intento alla coscienza incarnata che vede e coglie le cause ed i significati inerenti la manifestazione del Piano Divino. In questo modo l'anima incarnata nella personalità elabora le forme-pensiero atte a trasmutare gli effetti erronei e distorti, che causano sofferenza, in forme coerenti che, liberando l'Amore, diffondono Bellezza per far trionfare il Bene e la Verità.

Lo schema sottostante illustra il processo che avviene durante l'atto meditativo che, mediante la precipitazione di energia, forza e sostanza dai livelli animici a quelli personali, compie il Divino Adeguamento delle forme distorte. Divino Adeguamento che concerne la costruzione nel cervello di una forma-pensiero utilizzando la sostanza intelligente che nel corpo emotivo prende forza magnetica attraverso la creazione di un sentimento d'Amore a servizio dell'Umanità.

Il sentimento così costituito è irradiato dal chakra del Cuore nella rete eterica e, quindi, immesso nell'ambiente. L'irraggiamento d'Amore intelligente ha così l'effetto inclusivo di influenzare altre menti che innescano nei cuori una reazione a catena di fratellanza. L'onda si espande in progressione esponenziale e le forme distorte vengono sanate redimendo l'Umanità tutta, così portando il Cielo in Terra e la Terra al Cielo.

Esercizio del Divino Adeguamento

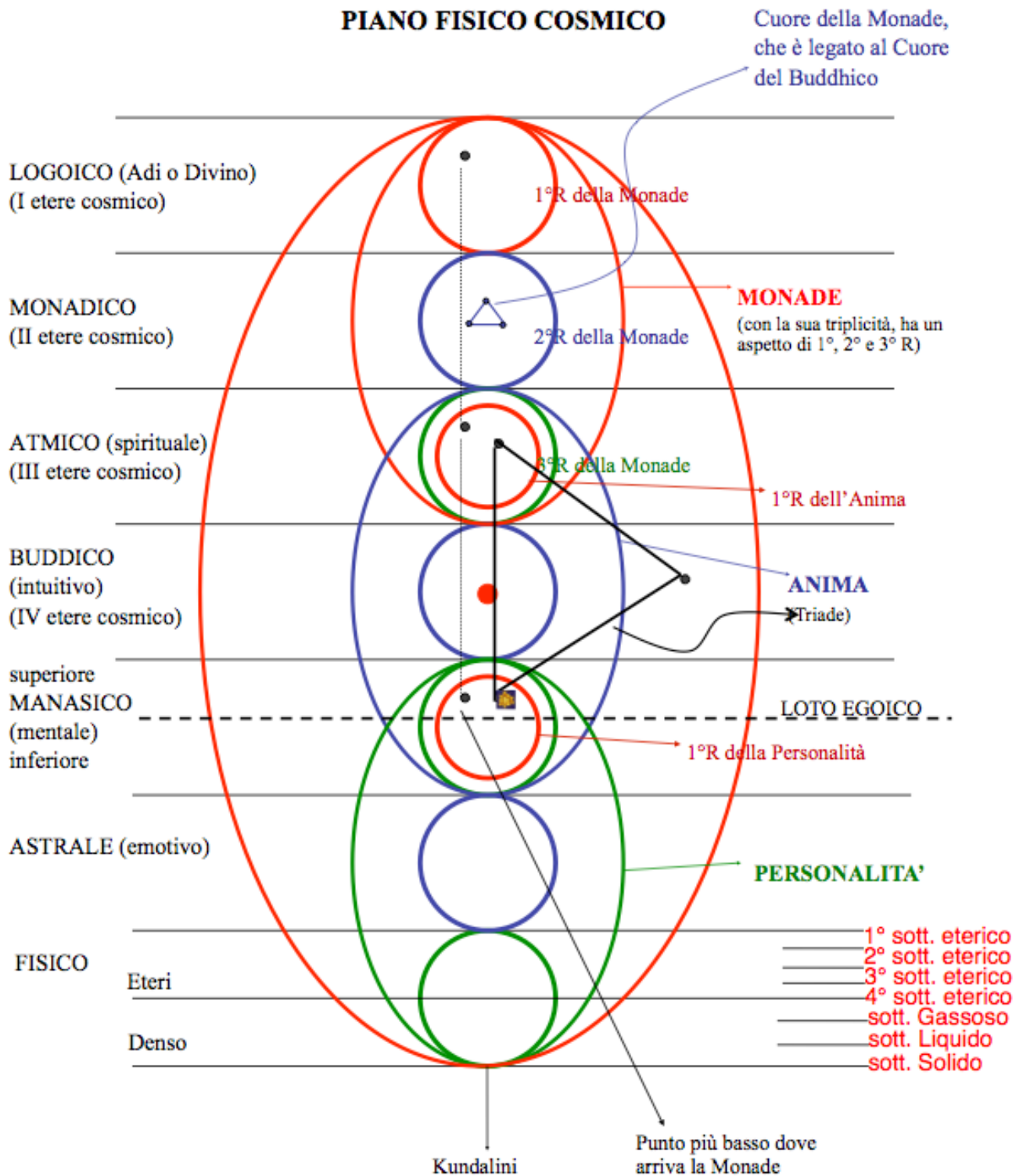
1. La tecnica consta di 5 fasi che vanno eseguite in sequenza:
Allineati all'Anima, al principio Cristico e al Padre Divino. Per fare ciò è necessario che eserciti un atto di volontà: *"Io, anima incarnata nella persona, mi allineo all'Anima adombrante e al Padre mio per servire il Piano"*.
2. Riconosci che la condizione apparentemente negativa che stai sperimentando, è il risultato dell'attuazione della Legge e dell'Ordine Divino. Diventa ricettivo al Proposito (Archetipo) che li sottende e invoca la sua presenza.
3. Evoca il Proposito Divino presente all'interno della limitazione, separazione, negazione della forma che lo imprigiona (il proposito entro la forma della "Guerra" è il suo opposto, ossia, la "Pace") e lo vedi radicarsi entro la coscienza. Ascolta la voce della Sua Verità.
4. Accogli la radianza della Verità emergente che disperde l'oscurità prodotta dall'ignoranza. La luce della coscienza animica irradia e trasmuta la forma separativa, in realtà inclusiva (la tua immagine della "Guerra" è trasmutata nella tua immagine della "Pace" all'interno della coscienza).
5. Poni il sigillo dell'Ordine Divino pronunciando dentro di te: *"Possa il Piano Divino manifestare il Divino Adeguamento all'interno di questa condizione (forma imperfetta) nella Legge e nell'Ordine Divino"*.



fraternity.it
 Appendice
 Piani Materia

1° sottopiano 1° sotto-raggio del piano Logico (materia volitiva) 1°r. Volontà-Potere
2° sottopiano eterico. 2° s-r.
3° sottopiano eterico. 3° s-r.
4° sottopiano eterico. 4° s-r.
Gassoso 5° s-r
Liquido 6° s-r
Solido 7° s-r
1° sottopiano 1°s-r. del piano Monadico (mat. coesiva) 2°r. Amore-Saggezza
2° sottopiano eterico. 2° sot.r.
3° sottopiano eterico. 3° sot.r.
4° sottopiano eterico. 4° sot.r.
Gassoso 5° s-r.
Liquido 6° s-r.
Solido 7° s-r.
1° sottopiano 1°s-r. del piano Atmico o Spirituale (mat. archetipica) 3°r. Intelligenza
2° sottopiano eterico. 2° s-r.
3° sottopiano eterico. 3° s-r.
4° sottopiano eterico. 4° s-r.
Gassoso 5° s-r.
Liquido 6° s-r.
Solido 7° s-r.
1° sottopiano 1°s-r. del piano Buddhico o Intuitivo (mat. intuitiva) 4°r. Armonia
2° sottopiano eterico. 2° s-r.
3° sottopiano eterico. 3° s-r.
4° sottopiano eterico. 4° s-r.
Gassoso 5° s-r.
Liquido 6° s-r.
Solido 7° s-r.
1° sottopiano 1°s-r. del piano Manasico o Mentale sup. (mat. astratta) 5°r. Equazione
2° sottopiano eterico. 2° s-r.
3° sottopiano eterico. 3° s-r.
4° sottopiano eterico. 4° s-r. inizio del Mentale inferiore (mat. mentale concreta)
Gassoso 5° s-r.
Liquido 6° s-r.
Solido 7° s-r.
1° sottopiano 1°s-r. del piano Astrale sup. o emotivo (mat. d'aspirazione) 6°r. Ideale
2° sottopiano eterico. 2° s-r.
3° sottopiano eterico. 3° s-r.
4° sottopiano eterico. 4° s-r. inizio dell'Astrale inferiore (mat. del desiderio)
Gassoso 5° s-r.
Liquido 6° s-r.
Solido 7° s-r.
1° sottopiano 1°s-r. del piano Fisico-Eterico (mat. vettoriale) 7°r. Legge-Ordine
2° sottopiano eterico. 2° s-r.
3° sottopiano eterico. 3° s-r.
4° sottopiano eterico. 4° s-r. Inizio Magia cerimoniale
Gassoso 5° s-r. Inizio del piano Denso (mat. densa)
Liquido 6° s-r.
Solido 7° s-r.

Monade Anima Persona



Centri energetici eterici della persona

