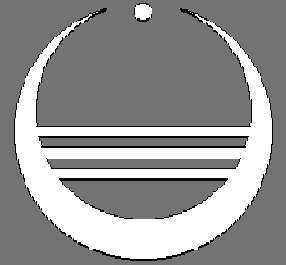


2010



I. IL METODO

Preparazione alla Via Tantrica



*Maheshvara e Maheshvari
Centro Sperimentale Tantra Contemporaneo
01/01/2010*



INDICE

INTRODUZIONE.....	1
1. IL METODO È :	2
I passo CONSTATAZIONE DELLA REALTÀ	2
II passo ATTENZIONE FISSA AL PRESENTE	2
III passo CONCENTRAZIONE SUGLI EVENTI.....	2
IV passo MEDITAZIONE SULLE AZIONI	2
V passo COSCIENZA DELLA NATURA INTERIORE.....	2
2. IL METODO È FONDAMENTALE PER L'ESPERIENZA.....	5
3. IL METODO È L'AGENTE EFFICACE DI OGNI CAMBIAMENTO	8
4. IL METODO RICHIEDE VIGILANZA CONTINUA, NON CONTRASTO.....	10
5. IL METODO NON È CONTROLLARE, COMANDARE, SOTTOMETTERE.....	11
6. IL METODO SI PUÒ ADATTARE ALLE SITUAZIONI PERSONALI	12
7. IL METODO COINVOLGE ESSENZIALMENTE IL PROSSIMO	13
8. IL METODO TIENE CONTO DI RELAZIONI E POSSIBILITÀ	15
9. IL METODO UTILIZZA LA PERSONALITÀ PER COMUNICARE.....	16
10. IL METODO È AZIONE PERSONALE, MA NON EGOISTICA	17
11. IL METODO È UN PROCESSO, QUINDI SENZA UNA MORALE.....	18
12. IL METODO CONDUCE AL FONDAMENTO DELLA STABILITÀ	20
13. COMPRENDERE IL METODO RENDE LIBERI DI SCEGLIERE.....	21
14. IL METODO SI APPLICA CON GRADUALITÀ'.....	23
15. IL METODO PRESCRIVE UN SISTEMA SIMBOLICO	24
16. IL METODO FORNISCE UNA VISIONE DELLA VITA	26
17. IL POTERE È UNA CONSEGUENZA DEL METODO.....	28
18. IL METODO SI REALIZZA IN RELAZIONI E CONSENSO.....	29
19. È NECESSARIA L'INTIMITÀ E LA FIDUCIA	30
20. IL METODO STABILISCE EQUILIBRIO TRA TE E GLI ALTRI.....	31
21. IL METODO PRESCRIVE IL RICEVERE IN RELAZIONE AL DARE	32
22. IL FINE DEL METODO È L'ARMONIA CON LA VITA	35

INTRODUZIONE

Questo testo costituisce la base teorica e pratica della preparazione degli aspiranti alla Via Tantrica, affinché abbandonino le strutture di comportamento e di pensiero proprie della vita ordinaria sostituendole con altre più idonee.

La comprensione degli Aforismi richiede uno studio approfondito e costante, e soprattutto un approccio sperimentale: è importante che la meditazione sui contenuti sia dinamica, cioè collegata alle esperienze personali di vita.

Il commento rappresenta un aiuto finalizzato ad accelerare la comprensione e a fornire una traccia per meglio seguire il percorso.

Oltre ad allenare le facoltà superiori della mente e mettere a fuoco i punti critici dell'esistenza, il Metodo correttamente applicato produce uno stato di serenità, cioè favorisce il raggiungimento dell'armonia nell'Essere Umano, intesa come interazione pacifica, permanente e feconda fra il suo Mondo interiore e la Vita che lo circonda.

Chiamiamo Guide coloro che hanno raggiunto un livello esperto nella conoscenza e nell'applicazione del Metodo, anche se non esaustivo; mentre per Apprendisti intendiamo coloro che sono semplicemente disposti a praticarlo.

I Livelli di apprendimento che caratterizzano il rapporto Guida-Apprendista sono tre:

- | | | |
|-------------|----------------------|--|
| I. | INSEGNAMENTO | Acquisizione di informazioni |
| II. | ADDESTRAMENTO | Pratica delle nozioni apprese |
| III. | TRASMISSIONE | Contatto con la Corrente Tantrica |

Ciò che abbiamo scritto, frutto di un'esperienza ormai ventennale, intende essere un insegnamento e in parte un addestramento: la trasmissione è infatti possibile solo di persona, attraverso il rapporto continuativo e intimo che da sempre caratterizza la relazione iniziatica.

Auguriamo a tutti coloro che proveranno a realizzare questa filosofia di vita, felicità e saggezza.

1. IL METODO È :

- I passo CONSTATAZIONE DELLA REALTÀ**
- II passo ATTENZIONE FISSA AL PRESENTE**
- III passo CONCENTRAZIONE SUGLI EVENTI**
- IV passo MEDITAZIONE SULLE AZIONI**
- V passo COSCIENZA DELLA NATURA INTERIORE**

Intraprendere una Via spirituale autentica è per alcuni una vocazione precisa, ma nella maggior parte dei casi l'attrazione verso la dimensione consapevole dell'Essere è un richiamo forte ma indistinto, specie nel mondo contemporaneo dove esiste la possibilità di scegliere fra molte alternative.

La Via Tantrica che proponiamo non è facile: è un Cammino antico, anche in passato riservato a pochi, poiché per percorrerlo bisogna possedere le qualità dell'eroe, coraggio, perseveranza, onestà e senso dell'umorismo.

Chi comincia non può sapere se è adatto oppure no: il Metodo permette di provare, di capire concretamente se si è disponibili a cambiare punto di vista oppure se si vuole solo soddisfare semplici curiosità.

Il Metodo rappresenta quindi la tappa iniziale di un percorso, ma può essere utilizzato indipendentemente, così come imparare a risolvere delle equazioni non obbliga per forza a laurearsi in matematica; molti dei suggerimenti possono servire a fare chiarezza nella propria esistenza, ad esplorare un mondo interiore spesso caotico, trascurato e imprevedibile, a scoprire parti di se stessi nascoste o sepolte, ad alleviare le sofferenze più grossolane ed inutili oppure semplicemente a nutrire l'anima, mantenendola e sana e vitale.

I Passi fondamentali sono cinque:

- | | |
|--------------------------------------|--|
| 1. CONSTATAZIONE della realtà: | L'Essere testimonia il presente. |
| 2. ATTENZIONE fissa al presente: | L'Io-sono dà significato agli eventi. |
| 3. CONCENTRAZIONE sugli eventi: | L'energia genera azioni significative. |
| 4. MEDITAZIONE sulle azioni: | La realtà muta costantemente. |
| 5. COSCIENZA della natura interiore: | L'Essere può conoscere se stesso. |

La sintesi del Metodo nei 5 Passi nasce dalla scomposizione dell'attività coscienziale: tale operazione è possibile solo grazie ad un notevole rallentamento del processo, normalmente automatico e incompleto, poiché non oggetto di insegnamento da parte di qualsiasi cultura.

Si può riconoscere un uomo che ha raggiunto un alto livello evolutivo dal fatto che la realtà che lo circonda non costituisce più per lui un significato separato dal suo essere: in altre parole egli è cosciente che la realtà percepita da un essere senziente è in

sostanza una sua proiezione e come tale è unica, comincia e finisce insieme a lui, è condivisa ed è condivisibile solo in parte.

L'Intelligenza, non quella analitica (*manas*), che è troppo lenta, bensì quella intuitiva (*buddhi*), permette di compiere correttamente i cinque Passi.

Per la constatazione è sufficiente il confronto con il punto di vista altrui, i tre Passi successivi richiedono l'addestramento di una Guida, mentre l'ultimo può essere realizzato solo attraverso la Trasmissione.

L'essere in relazione ai significati si manifesta in quattro Modalità d'azione differenti:

- **RUOLO** Azione motivata dall'adattamento all'ambiente (Es.: madre che si comporta come la cultura di appartenenza si aspetta da lei, nessuna scelta)
- **MASCHERA** Azioni dovute all'assunzione volontaria di una personalità (Es.: madre anticonformista che sceglie adottare uno dei modelli materni che conosce)
- **TIPO** Azioni che esaltano una particolare personalità (Es.: donna che si comporta come una madre con tutti i suoi cari, indipendentemente dalla necessità di esserlo)
- **ARCHETIPO** Azioni guidate dall'identificazione con una Matrice di personalità (Es.: essere umano che si sente madre di tutti gli esseri viventi perché questa è la sua natura profonda)

Il Ruolo si constata soltanto, la Maschera deriva dallo sviluppo dell'attenzione, il Tipo richiede concentrazione costante, l'Archetipo nasce dalla meditazione e si perfeziona attraverso la coscienza di sé.

L'esercizio dei cinque passi conduce ad un grado di coscienza più elevato, una posizione "neutra" che permette di guardare dentro e fuori di noi con precisione e attendibilità:

- **IL DISTACCO** Conoscenza non perturbata

Quando, con la pratica, la constatazione diviene naturale, si comprende che tutto ciò che accade nella sfera di percezione di un uomo è qualcosa che "gli" accade: così si comincia ad eliminare spontaneamente dall'esistenza tutte ciò che risulta dannoso e/o inutile. Indicatore primario della correttezza dell'operazione è la graduale diminuzione del dolore esistenziale.

Grazie al distacco, che dona la lucidità della visione complessiva, è possibile agire evitando i più grossolani effetti della legge karmica e raggiungere:

- **L'IMPECCABILITA'** Azione perfetta

L'azione perfetta non è reazione, ma comportamento che mantiene l'equilibrio fra mondo interiore ed esteriore, cioè fra ciò che si è e ciò che è.

L'applicazione del Metodo conduce alle seguenti considerazioni, da esaminare accuratamente in modo da coglierne l'impatto profondo rispetto al modo convenzionale di guardare alla vita:

- *La realtà non ha significato intrinseco*
- *La Realtà ultima non è conoscibile*
- *L'essere proietta la realtà*
- *L'Io-sono, cioè il senso di esistere, dà significato agli eventi*
- *L'esistenza è l'insieme dei significati dati agli eventi*

Il Metodo è utile a coloro che vivono uno stato di coscienza fondamentalmente duale, e quindi non comprende gli insegnamenti relativi agli stati superiori di coscienza, quali la Vacuità, la Pervazione con il Tutto, l'Unione con il Divino, ecc. accessibili solo tramite l'Iniziazione tantrica.

ESERCIZI:

Descrivere un evento cui si è partecipato e confrontarlo con la descrizione di uno o più testimoni.

Non stupirsi delle differenze nei resoconti, talvolta eclatanti.

Ricapitolare dettagliatamente la giornata appena trascorsa, sforzandosi di ricordare gli atti insignificanti e gli automatismi.

Non giudicare se stessi.

Compiere un'azione banale affrontando la situazione come se si trattasse di un evento di vitale importanza.

Cercare di mantenere la velocità abituale.

Ridere di se stessi.

Si può tentare in un primo momento di riportare alla memoria una situazione seria e cercarne a posteriori gli aspetti comici, per poi provare a farlo mentre accade.

Evidenziare un aspetto di sé che si considera inerente alla propria natura e non frutto di condizionamento.

All'inizio la ricerca può essere infruttuosa.

2. IL METODO È FONDAMENTALE PER L'ESPERIENZA

L'essere perviene alla Dimensione umana per sperimentare ciò che gli manca: senza entrare nel merito di quale sia l'origine della pulsione a manifestarsi, è facile constatare in se stessi l'incompletezza o quantomeno un non meglio identificato desiderio di soddisfazione.

Durante l'esistenza terrena, l'uomo è impegnato a realizzare ciò che la sua stessa natura gli suggerisce, e cerca di farlo in modo esaustivo, cioè vivendo le situazioni fino ad esaurirle: i ripetuti tentativi in tal senso formano le esperienze.

Ripetere un'esperienza, come spesso accade, è il segno evidente della sua incompletezza, così come la fame è il sintomo di un pasto insufficiente o nella quantità o nella qualità.

La convinzione più diffusa sull'argomento vede invece l'esperienza come fonte di insegnamento, come se lo scopo ultimo dell'esistenza fosse quello di acquisire i parametri chiave del "comportarsi bene" relativamente all'etica corrente.

Questo è profondamente inesatto, tant'è che l'uomo ripete sempre, era dopo era, gli stessi errori.

L'esperienza è soltanto uno scambio energetico senza proprietà migliorative, poiché in se stessa la vita non ha un significato da perseguire o un perché da scoprire: la medesima esperienza può considerarsi buona o cattiva, valida o superflua, ecc. a seconda di chi la compie o del contesto in cui viene compiuta.

Dal punto di vista del metodo, un'esperienza è positiva quando si conclude senza conti in sospeso, ovvero quando nel suo complesso soddisfa l'anelito che ha generato l'impulso a viverla: solo la comprensione dei propri veri movimenti interiori dà la possibilità di capire lo stato attuale di un'esperienza e quindi il Metodo risulta un prezioso strumento evolutivo.

Ogni individuo tende infatti a completare a caso le esperienze che l'esistenza gli presenta, sentendo vagamente la possibilità di reintegrarsi in uno stato di perfezione originaria dove il desiderio sia finalmente sopito: esaurire un'esperienza, cioè comprenderla e padroneggiarla perfettamente, dà la sensazione di avere salito un gradino verso la comprensione della natura universale.

Il Metodo è un Sistema efficiente per rendere completa un'esperienza nel volgere del minor numero possibile di tentativi.

Per applicare il Metodo la concezione odierna della realtà oggettiva come esterna all'individuo e intrinsecamente stabile è inadeguata; è più utile immaginare una sostanza onnipervadente, un'energia che è anche spazio fisico, vita e materia insieme: gli elementi grossolani sono forme condensate di questa sostanza, un essere vivente ne è una condensazione maggiore, un essere senziente un'altra ancora più intensa. In altre parole una visione olistica, come quella proposta dalla fisica contemporanea, che non trova soluzione di continuità fra gli atomi che formano un corpo e quelli contigui dell'aria che lo circonda, aiuta a superare la sensazione di essere isolati dal resto dell'universo.

Per chiarire il modo in cui si formano gli esseri e lo svolgersi delle loro esperienze, possiamo servirci di una metafora.

Si immagini una grande superficie d'acqua su cui galleggiano innumerevoli petali di fiori: il vento, lo scambio termico e altre cause concomitanti, creano correnti e formano vortici, i petali si incanalano in questi movimenti, dando origine a figure, come un fiore o altro; queste figure si incontrano con altre e le modificano o ne sono modificate.

L'essere è una di queste figure che si condensano nello spazio: gli elementi che si sono aggregati per darvi origine, sia fisici sia psichici, si combinano, variando istante per istante la forma che si è originata, finché un qualunque fattore definitivo interviene a sciogliere completamente la figura; questo momento è chiamato morte.

Da questo punto in poi gli elementi costitutivi ritornano nello spazio e si ricombinano per dare origine a ulteriori forme.

Tutti gli esseri senzienti, in misura diversa, possiedono mezzi propri per interagire con la cosiddetta "realtà esteriore": i sensi.

Nell'uomo esistono però capacità percettive quasi peculiari, cioè il riconoscimento dell'essere individuale o autoconsapevolezza (aham-kara, cioè sentimento di essere o Io-sono) e soprattutto, la facoltà di cogliere il Sé (atman): si può dire che è dotato, almeno in potenza, di una capacità superiore della mente che gli permette di supervisionare gli eventi dentro e fuori di sé, come se non vi fosse coinvolto.

L'analisi della natura del Sé è un argomento classico di speculazione all'interno della filosofia e della religione, quindi non lo tratteremo in questo contesto: useremo però alcuni termini propri della Tradizione Tantrica sia per brevità, sia perché non esistono equivalenti nella lingua italiana.

Il concetto di Atman come scintilla di superiore consapevolezza presente nell'uomo è complementare a quella di Brahman, una sorta di coscienza collettiva che abita l'intero universo, impersonale (fato) o personale (Dio), che l'uomo in qualche modo avverte come reale e a cui dà un'etichetta, in modo da collocare il particolare in un ambito più generale.

Lo sforzo di dare un volto al Brahman è sovrumano, poiché la mente discriminante (manas) è inadatta a concepire e manipolare astrazioni quali l'infinito, il vuoto, l'assoluto, ecc.: per fare questo occorrono altri organi di natura non meccanica (buddhi, la mente intuitiva), che è presente spesso solo allo stato embrionale.

Lo scambio di energie derivante dalle esperienze non modifica in nessuna misura il Sé, ma la coscienza del Sé può modificare i significati attribuiti all'esperienza in modo sostanziale.

Lo svolgersi delle esperienze risponde in grandissima parte a meccanismi legati alla sfera istintiva, emotiva e mentale, che si producono automaticamente: la legge di causa-effetto governa infatti le azioni a partire dai condizionamenti e dagli effetti delle azioni compiute in precedenza (Karma).

La classificazione continua che il manas opera sulla realtà è soggettiva, cioè vincolata da significati predeterminati: ognuno vede ciò che vuole vedere e non vede ciò che non vuole vedere, allo scopo di proteggere l'Io (aham-kara), l'aggregato energetico e la rappresentazione mentale che convenzionalmente si associa (e/o altri associano) a se stessi.

L'Io è composto dal senso di esistere, da un corpo, dalle tendenze caratteriali (temperamento), da una serie di idee fisse e da un'etichetta: quando ci si presenta a qualcuno, si evidenziano le caratteristiche pubbliche dell'Io (il corpo, nome e cognome) per poi passare a quelle private (il lavoro, la famiglia) e se occorre a quelle intime (i sentimenti, le idee, ecc.).

Normalmente le esperienze si sviluppano come interazioni fra l'Io e tutto ciò che non è l'Io: il dolore è frutto di una necessaria modificazione dell'Io che rifiuta il cambiamento o semplicemente è incapace di integrarlo senza danni.

Più tempo si impiega per risistemare l'Io, più si soffre, più elastico è l'Io, più velocemente si ritorna alla serenità interiore: se poi si ha coscienza dell'atman, il processo diventa assai rapido e la sofferenza si attenua quasi fino a sparire.

Il Metodo espande l'Io e lo conduce alle soglie del Sé, dove, volendo si può proseguire con tecniche più sofisticate.

ESERCIZIO:

Descrivere un evento della propria vita che rappresenta un'esperienza periodicamente ricorrente.

Inizialmente può essere più facile osservare il fenomeno della ripetitività negli altri.

3. IL METODO È L'AGENTE EFFICACE DI OGNI CAMBIAMENTO

Per l'Uomo cambiare significa generalmente concludere un'esperienza esistenziale e iniziarne un'altra.

Anche se può sembrare altrimenti, la natura umana, essendo scarsamente espansa dal punto di vista coscienziale, non consente di condurre più esperienze significative contemporaneamente: anzi in alcuni casi una vita intera può essere spesa in attesa di una sola esperienza fondamentale che dura pochi secondi.

Il Metodo è indispensabile per cambiare; in quest'epoca non è possibile ottenere risultati in altri modi: secoli di abitudini e condizionamenti sociali hanno cristallizzato l'interiorità degli esseri umani, a volte irrimediabilmente.

Si riconosce un essere completamente cristallizzato (spiritualmente morto) da come ha condotto la propria esistenza: se ha seguito le indicazioni sociali e religiose della maggioranza senza sussulti né ribellioni, sin dall'infanzia, conformando ad esse la propria esistenza, in età matura le sue possibilità di vita interiore sono minime.

La caratteristica peculiare di una persona cristallizzata è la conformazione del proprio dialogo interiore, basato su circuiti pregiudiziali.

Questi circuiti sono da sempre origine di veri e propri disastri sociali, perché portano a considerare giuste cose palesemente irrazionali e distruttive.

La storia fornisce esempi clamorosi: guerre disastrose hanno prodotto migliaia di morti in nome di un'idea o di ragioni che, dopo pochi anni, la maggioranza delle persone appartenenti allo stesso popolo che le ha originate, trova assurde (v. nazionalsocialismo Tedesco, Santa Inquisizione, ecc.).

La difficoltà di interrompere e poi eliminare questi circuiti è enorme; il primo passo sta nel riconoscere di esservi immersi, e già per questo è necessaria una notevole quantità di energia; in seguito nasce il desiderio di volerlo fare e a questo scopo il Metodo offre mezzi più o meno rapidi e radicali.

Uno di essi è quello di fare sempre il contrario di ciò che ci verrebbe spontaneo di fare. È evidente che non è possibile applicare questa regola indiscriminatamente e a lungo, in quanto ci si troverebbe in contrasto con vere e proprie esigenze di sopravvivenza, ma già attuare questo in alcune situazioni che coinvolgono emotivamente, dà risultati notevoli.

Il dialogo interiore di cui, con i circuiti di pensiero pregiudiziale, abbiamo visto un aspetto, è costituito da tre livelli:

- *Fisico: gesti e azioni coatte (fumare, tic, abitudini alimentari, ecc.).*
- *Emotivo: nasce dal sentire le esperienze della vita come bene o male (in genere ciò che fa piacere o fa comodo è bene, tutto il resto è male).*
- *Mentale: ragionare attraverso i circuiti pregiudiziali, traendo quindi conclusioni sulla base di preconcetti (è più forte di me, sono fatto così, non posso, devo, ecc.)*

Lo sviluppo completo dell'Intelligenza del Cuore elimina gradualmente il dialogo interiore a tutti i livelli.

ESERCIZIO:

Scegliere un'esperienza ricorrente e utilizzare la constatazione per evitarne la ripetizione.

Attenzione a non sostituire una tale esperienza con un'altra equivalente.

4. IL METODO RICHIEDE VIGILANZA CONTINUA, NON CONTRASTO

Scoprire la validità di un metodo, abbracciarne la pratica ed amarne la teoria, comporta il contatto con un determinato flusso energetico.

Il Metodo di cui si sta trattando è di vasta portata poiché appartiene a un livello di astrazione assai raffinato: è possibile quindi comprendere in esso tutti i sistemi codificati di apprendimento.

Spesso dedicarsi completamente a una disciplina porta a un irrigidimento su linee prestabilite, considerate giuste a prescindere.

Estremizzato, questo processo diventa fanatismo, ed è l'esatto contrario di ciò che si vuole raggiungere, cioè l'estrema fluidità.

La comprensione del Metodo, vale a dire il suo assorbimento, rappresenta un processo continuo di rinnovamento interiore.

A differenza di altri mezzi evolutivi, non vi sono vere e proprie regole: è prescritto soltanto un modo di essere focalizzato costantemente sulla Realtà, intesa come insieme interattivo di fatti interiori ed esteriori.

La difficoltà principale consiste nella convinzione, profondamente radicata nell'Uomo, relativa alla legittimità dei moventi che lo spingono ad agire.

I pregiudizi volti all'auto giustificazione e al mantenimento dello status quo portano a dare per scontata la correttezza di un comportamento, poiché per qualsiasi azione, anche la peggiore, la mente può trovare motivazioni logiche che la rendano accettabile.

Per vigilare è necessario metter in dubbio l'interpretazione del proprio modo di porsi nell'esistenza e osservare continuamente gli effetti di un'azione come se fosse stata compiuta da un altro.

Vigilare significa essere svegli, rimanere in costante attesa, tendere un agguato a se stessi con cautela, astuzia e pazienza.

La mente è inadatta a compiere tale operazione con velocità e destrezza adeguate, mentre il cuore, inteso come sede sottile della consapevolezza di Sé, ha un'intelligenza propria che percepisce i movimenti dell'energia in un tempo sufficientemente breve.

Contrasto significa invece difesa, lotta, paura, sfiducia: questi meccanismi usano la menzogna e l'ipocrisia come mezzi essenziali di espressione, per evitare di guardare in faccia la realtà dei fatti.

Chi si contrappone si identifica con il suo dialogo interiore, dimostrando di non desiderare l'insegnamento, ma di voler fare da solo.

Il Metodo serve a chi ha innanzitutto capito e poi accettato con umiltà di non essere in grado di cavarsela con i suoi mezzi.

Il contrasto è tipico di chi considera il suo metodo migliore del Metodo: questo non è un errore, ma il segno che la sua Via segue altre strade.

ESERCIZIO:

Osservare il movimento dei sentimenti attrattivi o repulsivi nei confronti di persone o situazioni.

Si può cominciare osservando le espressioni emotive di un'altra persona per poi passare ad esaminare le proprie, evitando comportamenti non spontanei.

5. IL METODO NON È CONTROLLARE, COMANDARE, SOTTOMETTERE

Il Metodo e la Disciplina sono due componenti che viaggiano insieme e devono procedere di pari passo. L'addestramento nella Via, quando è assorbito con sincerità e perseguito con costanza, produce degli effetti evidenti, fra cui una maggiore volontà e una determinazione non comune.

La mente ben allenata accresce in breve tempo la sua efficienza fino a diventare ordinata: l'unico effetto indesiderato è spesso una reazione emotiva al contatto con gli altri, l'insofferenza per chi interiormente è più confuso o non sa concentrarsi a lungo. Da questo nasce l'impulso, permeato di buone intenzioni, a imporre il Metodo: la maggior energia di cui si dispone è applicata in modo istintivo, cercando di cambiare il punto di osservazione di chi è meno esperto e di costringerlo quindi in una forma interiore che non ha ancora maturato.

In realtà è uno sforzo vano, o persino dannoso, perché non corrisponde alla sostituzione graduale di un Sistema Simbolico con un altro, ma alla sovrapposizione artificiale di un sistema a quello precedente.

Il processo risulta permanente soltanto se vi è una forte determinazione volontaria da parte di chi desidera cambiare.

Secondo la quantità di energia impiegata nel processo di impressione, il sistema imposto avrà vita più o meno lunga: la conclusione sarà comunque sempre la stessa e cioè, alle prime difficoltà, la persona ritornerà al suo stadio iniziale.

La dinamica è la seguente:

1. CONTROLLO

Si inizia con un'ingerenza nella vita altrui, tesa a capire la situazione che un altro sta vivendo: purtroppo, se manca il necessario distacco emotivo, nascono una serie di giudizi. Per esempio, se il principiante non riesce ad attenersi alla disciplina, significa che non è adatto alla Via.

2. COMANDO

Se manca la padronanza delle tecniche sottili di addestramento, si assume un atteggiamento autoritario, che, per il suo impatto violento, penetra nella psiche altrui: peccato che imporre la propria volontà, anche a fin di bene, genera una responsabilità karmica.

3. SOTTOMISSIONE

Quando la persona che apprende il Metodo non ha i mezzi per ribellarsi al comando, mancando di un Sistema Simbolico ben strutturato, lascia che la sua guida invada il suo mondo interiore e ne diventi padrone. Ecco creato uno schiavo al posto di un uomo libero.

Tutto ciò è contrario al Metodo, che è finalizzato all'Autonomia (Svatantra).

ESERCIZIO:

Verificare qual è la propria posizione abituale nel contatto con gli altri.

Gli atteggiamenti più comuni si dividono in aggressivi e remissivi: non è difficile costatare le proprie tendenze a imporre o a spiegare, esprimere o reprimere, ecc.

6. IL METODO SI PUÒ ADATTARE ALLE SITUAZIONI PERSONALI

Un elemento essenziale del Metodo è il Servizio, che è una forma d'amore.

L'Amore (prema = amore unitivo o comprensivo) può essere di due tipi:

- *Sahaja prema = amore spontaneo, innato per cui ci si aspetta qualcosa in cambio;*
- *Daiva prema = amore divino, che si esprime nel Servizio disinteressato.*

Appena si scopre che il Metodo può condurre a una maggiore consapevolezza di Sé, è fondamentale metterlo a disposizione di chi è sinceramente interessato, senza tornaconto alcuno.

Il nucleo del Servizio è lo sviluppo del Cuore.

Il Cuore è un organo interiore che, a differenza di quello fisico, non si possiede sin dalla nascita, ma si sviluppa con il lavoro assiduo nella Via, e consiste nella capacità di annichilire a volontà il proprio ego in modo da poter comprendere profondamente le esigenze della persona che ci sta di fronte.

Attraverso il Cuore s'impara con il tempo anche a capire la propria situazione personale: all'inizio l'adattamento del metodo è prerogativa esclusiva di chi guida, che possiede sufficiente distacco per evitare aggiustamenti di comodo.

Imparare a scegliere ciò che è più proficuo per l'evoluzione spirituale propria e altrui richiede pazienza e perseveranza, impeccabilità e coraggio, ma soprattutto equilibrio fra severità e tolleranza.

Di conseguenza, nell'affrontare le situazioni, il Metodo non può fornire regole prestabilite valide a priori: non deve, infatti, essere considerato un insieme di leggi o di prescrizioni/divieti, ma una serie di punti di riferimento coerenti fra loro, che servono a orientarsi correttamente.

Davanti alle differenti circostanze che la vita propone, è utile porsi le domande di colui che cerca la conoscenza:

Perché mi/gli accade questo?

Che cosa posso/può apprendere da ciò che sto/sta vivendo?

Che cosa significa in rapporto alla mia/sua esistenza?

Che cosa non ho/ha capito?

Delle due possibilità che ho/ha davanti, qual è potenzialmente la più proficua per me/lui?

ESERCIZIO:

Scegliere una vicenda personale e scoprire l'insegnamento che se ne può trarre.

La vicenda può essere personale o essere stata vissuta da altri: è comunque interessante confrontare le varie interpretazioni.

7. IL METODO COINVOLGE ESSENZIALMENTE IL PROSSIMO

Un modo per classificare le Tradizioni Iniziatiche è suddividerle in base alle pratiche che propongono. Ne risultano due macro-categorie generali: da un lato le pratiche ascetiche, dall'altro le pratiche che utilizzano la vita nel mondo come campo dell'esperienza.

Il Metodo fa parte di queste ultime, di conseguenza i rapporti con gli altri sono utilizzati in modo strumentale, cioè quali mezzi privilegiati di apprendimento: lo scopo è di ottenere un'esperienza adeguata dell'energia che anima gli esseri senzienti e la conoscenza delle Leggi che ne governano i movimenti.

Per questo motivo entrare in rapporto con chi pratica il Metodo in modo corretto, significa espandere la propria visione del mondo, anche se tale ampliamento non richiesto può suscitare reazioni negative.

Il processo, scoraggiando episodi anche involontari di prevaricazione e promuovendo la collaborazione in attività condivise, tende all'equanimità, cioè a creare un equilibrio soddisfacente fra persone di natura differente che si trovino a condividere una situazione.

Applicare il Metodo in gruppo crea una forte accelerazione nell'apprendere, poiché è molto più facile verificare la propria impeccabilità.

Il reciproco aiuto volto al miglioramento individuale fa parte dell'Intento primario che porta all'attivazione di una Corrente Spirituale.

Una situazione così propizia è però spesso difficile da accettare se non si crea confidenza, unione vera, fatta di fiducia e affetto, fra le persone coinvolte.

I due principali ostacoli a un profondo coinvolgimento personale sono:

- l'eccessiva smania di conquistare i favori delle Guide, dell'apprendista più dotato, della donna più affascinante, ecc.;*
- la paura ossessiva del giudizio altrui.*

La Vita è un gioco cui partecipano tutti. Ognuno è imbozzolato nel proprio universo, tanto da non riuscire a vedere che tutti gli altri sono una parte di sé (Realtà ultima) o perlomeno sono sulla sua stessa barca (Realtà limitata).

Quando la coscienza si rischiarà, nel bozzolo si formano delle aperture: colui che sta più vicino, il prossimo, è il primo a essere scorto.

Coinvolgere essenzialmente un'altra persona significa dividerne in parte l'esistenza: tale parte deve essere essenziale, ovvero nella scala di valori personale di entrambi deve occupare un posto assai privilegiato. L'esperienza del Sacro è il modo più diretto ed efficace per ottenere questo risultato; subito dopo vengono le esperienze mentali, emotive e fisiche, che possono essere considerate buone basi per rapporti duraturi solo se veramente armoniche con la natura profonda di chi le compie.

La Tradizione Tantrica riporta che l'esperienza di coppia, condotta secondo gli insegnamenti più segreti della dottrina, può diventare il cardine della realizzazione spirituale, poiché chi è in grado di risolvere l'unione della polarità fondamentale può con facilità guidare la propria coscienza a fondersi con l'Assoluto.

ESERCIZIO:

Definire una situazione personale in cui gli altri sono stati inclusi ed una in cui sono stati esclusi.

Lo scopo è di comprendere la differenza fra un rapporto formale e la condivisione di un'esperienza.

8. IL METODO TIENE CONTO DI RELAZIONI E POSSIBILITÀ

Approdare alla Via significa trovare una Rete (Tantra = trama) di riferimenti stabili, cui fare capo nella propria esistenza: essa è costituita dall'esempio delle Guide e degli Apprendisti più esperti, dalla propria esperienza del Sacro e dai Principi illustrati nel Metodo.

Non necessariamente sopraggiungono delle rivoluzioni nei rapporti personali, sia intimi, sia sociali, ma sicuramente vengono proposti dei cambiamenti: il percorso individuale, che conduce prima all'accettazione e poi all'applicazione del Metodo, procede dal punto di vista dell'evoluzione interiore secondo uno sviluppo armonico dell'essere.

Il Metodo è stato concepito come strumento per la Conoscenza di Sé: chi inizia ad applicarlo è spinto dal desiderio fondamentale di mutare la propria esistenza conformemente alla sua natura profonda, ma è anche altrettanto vero che si trova invischiato in una rete di rapporti che ha creato in precedenza senza altro movente che l'istinto e/o le convenzioni sociali.

Chi ha già realizzato il Metodo, anche in parte, sa per esperienza che le situazioni vitali vanno ridotte alla loro forma più semplice affinché sia possibile operare delle scelte fondamentali.

La sobrietà esistenziale è quindi un traguardo da raggiungere: la strada per giungervi viene in un primo momento preparata dalle Guide, che individuano e sottopongono all'apprendista le linee essenziali delle sue relazioni personali, costringendolo per gradi ad assumersi la responsabilità delle azioni che compie.

Il nuovo modo di affrontare la vita implica un graduale abbandono della meccanicità nelle proprie decisioni e fa sì che l'interesse per le possibilità che esse comportano diventi più intenso.

Il processo appena descritto, infatti, si autoalimenta: la constatazione della propria incapacità a considerare tutte le variabili in gioco, induce il giusto stato di umiltà che permette di apprendere; il livello di attenzione nell'agire cresce e l'energia necessaria è tale da rendere indispensabile evitare gli sprechi; gli eventi che accadono realmente si collocano al centro delle facoltà percettive, prima ostruite da costruzioni mentali immaginarie; le azioni formano la base di una nuova constatazione.

Una volta assimilato il Metodo, la concentrazione si allarga alla rete di possibilità che si dirama dall'ambiente vitale considerato nel suo complesso: così le Guide scoprono nuove strade attraverso cui il Metodo può continuare a perpetrarsi senza risentire in modo rilevante dell'influenza del contesto temporale.

ESERCIZIO:

Immaginare tutti gli scenari possibili derivanti da una decisione importante.

L'esercizio deve essere svolto per iscritto, in modo da poterne verificare l'esito nel tempo.

9. IL METODO UTILIZZA LA PERSONALITÀ PER COMUNICARE

Chi si accosta al Metodo, vi giunge con un bagaglio di caratteristiche interiori che sono il frutto delle esperienze vissute fino a quel momento: esse di per Sé non hanno alcun significato, ma entrando in contatto con la natura di una persona stimolano una serie di reazioni a catena.

L'esito del processo d'interazione fra gli eventi e le tendenze innate, produce la personalità: questa costruzione, che filtra la realtà prima che raggiunga la consapevolezza, è costituita da un insieme di modus operandi automatici.

Il criterio portante che rende necessaria la personalità è l'ottimizzazione delle proprie risorse naturali in funzione delle necessità di sopravvivenza: in altre parole ottenere il massimo risultato con il minimo sforzo.

Gli schemi auto conservativi dipendono dalla prevalenza di una delle due principali strategie reattive di fronte all'ambiente:

- *Passività: tecniche di difesa, di adattamento, di resistenza, di assorbimento energetico (rinuncia alla lotta, fuga, mimetismo, vittimismo, introversione, ecc.).*
- *Attività: tecniche di attacco, di dominio, di controllo, di proiezione energetica (competitività, comando, sopraffazione, manipolazione, estroversione, ecc.).*

La tendenza delle culture occidentali odierne spinge l'individuo all'isolamento e contemporaneamente alla competizione: la personalità che ne risulta, a tratti schizofrenica ed emotivamente fragile, è oltremodo utilitarista ed ha scarsa propensione alla comunicazione, requisito indispensabile sia alla cooperazione sociale, che all'autoconsapevolezza.

Poiché la personalità è una particolare risultante di forze naturali esterne e interne all'uomo, il Metodo non ne prescrive la distruzione, bensì il ridimensionamento e la rieducazione funzionale.

La personalità deve essere depurata degli elementi che impediscono o distorcono troppo la comunicazione, sia quella interiore (Io/Sé), sia quella esteriore (Io/altri/mondo): è possibile renderla armonica disgregando poco a poco le formazioni psichiche spurie e coatte e rafforzando le possibilità creative, spesso nascoste.

La personalità diventa così uno strumento equilibrato ed efficace, i cui elementi costitutivi (per esempio, competitività o inclinazione a isolarsi) sono volti a un fine superiore (per esempio, impeccabilità o analisi profonda).

ESERCIZIO:

Scegliere una modalità di comportamento ed utilizzarla per trasmettere un insegnamento.

Si possono paragonare i diversi effetti dell'esercizio utilizzando elementi differenti per trasmettere il medesimo insegnamento e osservando le reazioni conseguenti.

10. IL METODO È AZIONE PERSONALE, MA NON EGOISTICA

Applicando il primo Aforisma, si giunge inevitabilmente alla conclusione che il concetto di altruismo è inteso spesso in modo improprio.

Quasi nessuno fa qualche cosa solo per il bene altrui; neppure gli atti di generosità più evidenti sono del tutto disinteressati, nella migliore delle ipotesi all'origine vi è l'auto gratificazione.

Indagando nella psiche, più si va a fondo e più i "nobili intenti" si rivelano essere qualche cosa di diverso: tentativi traslati di risolvere sensi di colpa, modi per costruire poteri economici occulti e non, esercizio di potere psichico su esseri più deboli, ricerca di una riabilitazione a seguito di fallimenti familiari, sociali, di lavoro, ecc.

La disillusione sui propri ideali può avere due effetti opposti:

- l'abbandono del piano dell'azione nel mondo a favore di forme di ascetismo o di nichilismo e, nelle conseguenze estreme, di depressione e autodistruzione;*
- la perdita di freni inibitori etici e morali con la conseguente trasformazione del proprio mondo in un insieme di esseri e situazioni da cui ricavare per se stessi il massimo del piacere o dell'esperienza senza preoccuparsi di null'altro che delle conseguenze sociali.*

L'Apprendista sostituisce i fumosi concetti di solidarietà civile e/o religiosa con il Metodo, ed ha ben chiaro che lo vuole realizzare per se stesso, perché questo lo porta a una maggiore felicità.

Occuparsi di altri e di problemi che vanno oltre la propria sfera personale è parte integrante dell'addestramento poiché serve a spostare l'attenzione dal proprio ego a spazi più vasti, favorendo l'espansione della coscienza.

La consapevolezza delle dinamiche karmiche, che governano l'esistenza, rende evidente che il comportamento egoistico è svantaggioso, certamente per gli altri, ma anche per se stessi. In sintesi:

- Ognuno raccoglie ciò che semina, quindi un atteggiamento di misericordia e comprensione sarà ripagato nel tempo con egual moneta e viceversa.*
- L'interesse a fini personali nelle situazioni della Vita genera identificazione con esse: di conseguenza, quando non si concludono nel modo desiderato, provocano dolore.*
- L'azione impeccabile, senza aspettative, lascia liberi e sereni qualunque sia il risultato.*

ESERCIZIO:

Compiere un'azione disinteressata utile a un'altra persona.

Occorre riflettere bene sul concetto di "utile" riferito al contesto in cui vive e alla natura propria del destinatario del nostro atto di generosità.

11. IL METODO È UN PROCESSO, QUINDI SENZA UNA MORALE

Per comprendere correttamente il Metodo è indispensabile eliminare i concetti di bene e male, che sono il fondamento sia delle regole sociali, sia degli schemi di comportamento personali costruiti dall'individuo in risposta ad esigenze fisiche e psicologiche .

La vita degli esseri umani è guidata dalla legge di minor resistenza: il codice etico, essendo condizionato dalle consuetudini, è meccanico e assorbito passivamente.

Il Metodo introduce una variante significativa a questo stato di cose. La sua applicazione mette spesso l'Adepto in condizione di contrasto con le convenzioni sociali, ma anche con le proprie convinzioni religiose, politiche, ecc.

È necessario che la validità del Metodo sia evidente a chi lo vuole applicare, in modo che abbia stimoli sufficienti a superare le difficoltà interiori ed esteriori che si presenteranno.

Il Metodo è un processo, cioè prevede un insieme di esperienze predefinite e conseguenti, che ne determinano le varie fasi: questo non significa che saranno per tutti identiche nella forma, ma che nella sostanza sono previste delle tappe, raggiunte le quali occorrono cambiamenti con caratteristiche analoghe.

La durata media dell'addestramento per portare un Apprendista ad avere una parziale autonomia, in condizione cioè di elaborare stimoli efficaci per Sé e per altri, è di dieci anni.

Questo dato non vale per tutti: sia le condizioni karmiche, sia la predisposizione naturale, possono influire in modo decisivo in un senso o nell'altro.

Esistono due ostacoli principali legati alla natura del processo: il primo è costituito dalle esperienze che, essendo volte a obiettivi aventi poco o nulla in comune con quelli socialmente propugnati, spesso causano situazioni e comportamenti che entrano in contrasto con quelli convenzionali.

All'inizio possono essere regole banali, come l'astenersi da un cibo (per esempio la carne) o il non permettere che si fumi in casa propria, ma procedendo nell'addestramento, la necessità di coinvolgere la sfera intima dell'essere (rapporti familiari, controllo delle emozioni, pratiche rituali, ecc.) può condurre l'Apprendista a sentirsi un alieno rispetto al mondo.

Il secondo è determinato dal fatto che, per aiutare l'Apprendista a passare da un ciclo di esperienze a quello successivo, la Guida è costretta ad azzerare a ogni nuovo livello il valore dei risultati che l'allievo ha raggiunto in precedenza, provocando vere e proprie crisi energetiche.

È compito di coloro che si occupano dell'addestramento acquisire le capacità per alternare la Severità con la Misericordia, fornendo a chi sta imparando un supporto energetico nei momenti difficili e uno stimolo, anche duro, in presenza di autocommiserazione o lassismo.

La Via Tantrica, proponendosi di raggiungere yoga (l'unione con il Sé) e bhoga (il benessere) non può prescrivere (yama) né proibire (niyama), ma continuamente cerca il modo migliore per rendere all'essere la sua libertà originaria.

ESERCIZIO:

Adottare un comportamento volto a invertire l'idea che gli altri hanno di noi.
Si consiglia di provare a modificare aspetti marginali della propria personalità.

12. IL METODO CONDUCE AL FONDAMENTO DELLA STABILITÀ

La disponibilità al continuo cambiamento che l'Apprendista deve raggiungere in una prima fase, e la vera e propria ricerca di questi cambiamenti che interviene quando si sviluppa la consapevolezza che solo in questo modo potrà accelerare il proprio processo evolutivo, non sono in antitesi con l'Aforisma.

La stabilità nasce dalla perfetta sovrapposibilità della Vita alla Via: qualunque cosa la Vita proponga, il Tantrico impara a rispondervi con prontezza e rispetto, pur rimanendo consapevole del Gioco (Lila).

Avendo ogni evento un significato simbolico e costituendo esperienza fondamentale e insostituibile, poiché unico, esso richiede la massima attenzione.

La concentrazione sulla realtà genera inevitabilmente l'esigenza di avere un punto fermo, l'assenza del quale rende impossibile una comprensione corretta; un esempio, diventato ormai classico può servire a chiarire: osservando dal finestrino di un treno un altro treno partire, è impossibile capire quale dei due si stia muovendo.

La realtà dell'essere umano è polare; la prima polarità evidente è costituita dal "Sé" e dall'"Ego", o, per maggiore chiarezza, dall'Essere e dalla Personalità.

L'Essere è tale a prescindere dagli avvenimenti, la Personalità invece è un aggregato formato dalle tendenze ereditarie cui si sovrappone l'imprinting generato dagli eventi. L'Uomo ha la possibilità di identificarsi con entrambe: se si identificherà con la Personalità, sarà in balia degli eventi; se si identificherà con l'Essere, diventerà un osservatore e uno sperimentatore, e delegherà alla Personalità il compito di procurargli il materiale per i propri esperimenti.

ESERCIZIO:

Elencare i dieci punti che si considerano fondamentali per la propria vita e stabilirne l'ordine di priorità.

È necessario comprovare con fatti verificabili le proprie affermazioni.

13. COMPRENDERE IL METODO RENDE LIBERI DI SCEGLIERE

L'idea di Libertà che si è sviluppata all'interno della cultura globale dominata dal consumismo è superficiale, a tratti infantile e dannosa sia all'individuo, sia alla collettività: essere liberi significa poter soddisfare bisogni per lo più indotti, la cui natura prevalente è fisica, emotiva e a breve termine.

In realtà non esiste Libertà senza Realizzazione e non esiste Realizzazione senza Disciplina.

Quanto asserito è di una tale evidenza che solamente Mahamaya, la grande Potenza dell'Illusione riesce a tenerlo nascosto alla maggioranza degli esseri umani.

La gratificazione personale è frutto del possesso temporaneo e fittizio di cose e persone: il messaggio dei media, dovunque riesca a diffondersi, si traduce nello schema felicità = piacere = possesso, rendendo difficile la reazione critica della mente.

Identificare tutto questo con la Libertà è perverso oltre che assolutamente irrealistico, come mostra un'analisi anche poco approfondita.

Per cominciare la combinazione genetica che si verifica all'atto del concepimento e determina la costituzione psicofisica di un individuo non si può controllare; non vi è giurisdizione sul momento della nascita, né sul luogo, né per mezzo di chi; non vi è scelta di chi sarà preposto a formare l'organo cognitivo attraverso l'educazione e le prime e più importanti impressioni: il Sistema Simbolico di riferimento che servirà a codificare gli avvenimenti dell'esistenza non compete minimamente al soggetto pensante.

La Vita inoltre esercita sull'uomo un potere se non assoluto, certo totalitario: non possiamo fare a meno di respirare, mangiare, evacuare; in qualsiasi istante la malattia e la morte possono interrompere il corso dell'esistenza, derubando chiunque del frutto di sforzi e sacrifici durati anni.

L'idea di costruire per sé o addirittura per i propri figli un futuro appare un azzardo se si pensa che un qualsiasi agente atmosferico, politico o solamente psichico può annullare tutto in un momento senza che vi sia modo di impedirlo.

Ogni struttura culturale costringe le forme interiori, sia intellettive, sia emozionali, del pensiero in configurazioni già prestabilite: il bello e il brutto, il sacro e il profano, il lecito e l'illecito, il dovere e il piacere, e così via in una serie interminabile di preconcetti.

Proseguire nel descrivere l'impossibilità oggettiva di essere liberi sarebbe come percorrere una strada in discesa, ma riteniamo che quanto già scritto sia sufficiente.

L'unica forbice di libertà concessa agli esseri umani risiede nella Coscienza: essa si espande man mano che la consapevolezza cresce e si evolve e non si esprime nel controllo degli eventi ma nella loro interpretazione.

Si può scegliere l'acquiescenza a una visione del mondo preconfezionata da altri, oppure è possibile costruirne un'altra differente e personale.

Il Metodo aiuta a distruggere i condizionamenti, a creare spazi vuoti dove sperimentare altri sistemi d'interpretazione della realtà.

Il Metodo cessa la sua funzione quando i limiti intrinseci di qualsiasi modus operandi diventano evidenti: la Realtà Ultima, infatti, substrato dell'esperienza degli esseri senzienti, non può essere conosciuta, né afferrata, né tantomeno trasmessa ad altri, ma solo indicata.

La possibilità che l'Uomo possiede di compenetrarsi ad Essa, costituisce l'unica, vera, specialissima forma di Libertà che possiede.

ESERCIZIO:

Riconoscere un pregiudizio di cui si è vittima e liberarsene.

Analizzare procedendo con calma, determinazione e massima accuratezza, perché all'origine di un pregiudizio spesso ce n'è un altro più generale e radicato.

14. IL METODO SI APPLICA CON GRADUALITÀ

Non è possibile passare rapidamente da una vita condotta seguendo le proprie tendenze istintive, a una vita regolata dal Metodo.

Procedere con gradualità significa iniziare dall'analisi del I Aforisma in relazione alla propria esistenza, stabilizzando ciò che già è conforme al Metodo e ponendosi l'obiettivo di integrare uno ad uno gli altri punti.

Il Metodo va letto e riletto più volte, per averne una visione d'insieme, senza cercare una coerenza logica formale con la razionalità, ma cercando di assorbirne lo spirito: esistono sistemi filosofici ben più complessi e inattaccabili dialetticamente, ma spesso inapplicabili, mentre il Metodo è stato concepito come strumento rozzo ed efficace per chi cerca di migliorarsi.

Discutere il Metodo, dibatterne i Principi e i limiti, metterlo alla prova in qualsiasi circostanza, persino modificarlo, sono pratiche caldamente consigliate affinché rimanga vivo e attuale.

Lo scopo del Metodo non è l'Illuminazione, ma far sì che l'Apprendista compia un passo in avanti rispetto a dove si trova.

La Disciplina va dosata secondo la capacità di assorbimento della persona, la quale va portata gradatamente ad assorbire un modo di essere che a volte può risultare addirittura alieno.

Nessuno chiederebbe a un bambino che procede carponi di iscriversi alle olimpiadi per correre i cento piani: gradualità significa avere pazienza, ripetere, dimostrare e poi ancora ripetere; fermarsi, ma non mollare; dare fiducia e autonomia; correggere con fermezza; capire il ritmo dell'Apprendista (due passi avanti e uno indietro, mordi e fuggi, salto in alto e pausa, la falcata del maratoneta, ecc.) e sapersi adeguare.

Gradualità non è invece né lasciar fare, né lasciar correre, né aspettare in eterno una decisione, un'azione, un cambiamento: il Metodo non è per tutti.

ESERCIZIO:

Mettere a fuoco un cambiamento realizzato grazie al Metodo e analizzare i punti di debolezza e di forza del processo.

Si può anche elaborare un sistema alternativo che conduca al medesimo risultato in maniera più efficace/efficiente, indolore, veloce, ecc.

15. IL METODO PRESCRIVE UN SISTEMA SIMBOLICO

L'Uomo possiede un meccanismo interno di significazione dell'esistenza che agisce indipendentemente dalla sua volontà e gli permette di collocare e quindi conservare le esperienze che fa nella Vita.

Il Sistema Simbolico è un aggregato di strutture di comportamento sintetizzate in una serie di icone che ne permettono l'attivazione.

Si può paragonare al pannello di comando di una macchina complessa, come per esempio un aereo: indicatori, pulsanti e leve sono simboli, nel senso che azionando ciascuno di essi si innesca una successione di meccanismi noti al pilota.

Il pilota ha competenze tecniche assai limitate, nel senso che non sa progettare, costruire, mantenere o riparare un aereo, ma sa cosa deve fare se vuole decollare, atterrare, virare, ecc.

Allo stesso modo noi impariamo a usare i Sistemi Simbolici senza sapere esattamente come sono fatti, come si elaborano e come si possano modificare.

Ci serviamo dunque di quelli preconfezionati, formando un amalgama scarsamente personalizzato con le tendenze genetiche, le tradizioni familiari e la cultura di appartenenza, rappezzando all'occorrenza i buchi più evidenti in modo artigianale e approssimativo solo se costretti da eventi eccezionali.

I Sistemi Simbolici determinano le leggi interne di funzionamento dell'individuo e della collettività, assai più che le norme legali.

Per riuscire a farsi un'idea di come appare un insieme di Sistemi Simbolici formatosi spontaneamente, si può immaginare un mosaico costruito da un dilettante: i tasselli saranno accostati malamente, spesso pezzi nuovi non s'incastreranno e quindi si dovrà scalpellare per fare spazio; addirittura alcune tessere impossibili da collocare daranno origine a formazioni isolate, contribuendo alla disarmonia dell'insieme e inficiando lo scopo estetico dell'opera.

Collocare i pezzi è difficile se si ignora l'aspetto finale del disegno e si procede per tentativi, tenendo e scartando le piastrelline secondo il gusto e l'umore del momento.

Per questi motivi la Guida aiuta l'Apprendista a distruggere il proprio sgangherato Sistema Simbolico sostituendolo nel frattempo con un altro fondato sulla conoscenza diretta della Realtà e costruito sui Principi del Metodo.

Un Iniziato realizzato non ha più un solo Sistema Simbolico, ma la sua interiorità diventa un mosaico perfettamente livellato e appare come un'unità armonica in cui qualunque Sistema Simbolico trova la sua naturale collocazione e forma con quelli esistenti connessioni spontanee.

ESERCIZIO:

Descrivere gli elementi portanti (principi ed icone) di un Sistema Simbolico attivo nella propria cultura di appartenenza (Es.: cristianesimo, capitalismo, ecc.).

Evitare le valutazioni positive o negative del Sistema Simbolico e concentrarsi sul funzionamento e sulle capacità di adattamento del Sistema nel tempo.

16. IL METODO FORNISCE UNA VISIONE DELLA VITA

La Vita di per Sé è di una tale semplicità che non vi è modo di spiegarla o definirla con le parole.

Esiste però un bisogno fondamentale nell'Uomo di attribuire un senso agli eventi, poiché le sue azioni sono determinate dal valore assegnato alle circostanze: più la sua coscienza è espansa e ricca di conoscenza più le sue azioni risultano impeccabili, più l'ignoranza domina la sua vita interiore, più le sue azioni sono incontrollabili e controproducenti.

Di solito non ci si preoccupa molto dei significati che si danno all'esistenza, prendendo per buoni i luoghi comuni, la morale corrente, i messaggi pubblicitari, qualche principio ereditato dalla famiglia di origine e magari i consigli di un amico che si ammira perché ha avuto successo.

L'Apprendista invece attraverso il Metodo elabora coscientemente il proprio modo di vedere l'esistenza.

Esaminiamo quindi come sia possibile strutturare una visione completa e profonda della Realtà.

I pilastri basilari sono costituiti dai Principi, ovvero da elementi concettuali irrinunciabili che non si possano ridurre ulteriormente e formino un insieme coerente ed esaustivo.

I Principi devono fornire un'interpretazione dei seguenti livelli dell'Essere:

- 1. Fisico: ciò che è relativo alla materia, alle sue componenti e alle interazioni fra esse;*
- 2. Percettivo/proiettivo: riguarda le capacità di ricevere informazioni dall'ambiente e agire di conseguenza;*
- 3. Intellettivo: comprende l'autoconsapevolezza e tutte le facoltà mentali;*
- 4. Collettivo: è costituito dalle matrici degli esseri viventi suddivise in classi;*
- 5. Naturale: è formato dagli elementi costitutivi di qualsiasi essere vivente;*
- 6. Condizionale: annovera i parametri che permettono a una determinata forma di vita di manifestarsi e i limiti ad essa inerenti;*
- 7. Formale: stabilisce il grado di separazione della coscienza di una forma di vita dalla Coscienza Universale;*
- 8. Trascendente: è il livello della Realtà Ultima, che può essere descritto in forma intelligibile ma imperfetta e parziale.*

I primi due livelli e parte del terzo sono meccanici e quindi individuarne i principi può essere relativamente facile, ma assai complesso; la scienza moderna si applica in modo quasi maniacale al primo livello (ad eccezione della fisica quantistica), ha costruito un'impalcatura di base per comprendere il secondo e comincia ad approcciare il terzo: per tutto il resto ci sono le filosofie e le religioni, che non sono considerate scienze (la matematica pura sopravvive a stento nella categoria).

La grande maggioranza degli esseri umani si preoccupa solo del funzionamento dei primi due livelli, una percentuale variabile a seconda delle culture prende in considerazione il terzo, dal quarto in avanti esistono solo interessi di nicchia diffusi abbastanza omogeneamente su tutto il pianeta e in ogni epoca.

La ragione della scarsa attenzione a quelli che potremmo definire "massimi sistemi" è forse genetica, nel senso che impiegare energie per indagare la natura di se stessi e del mondo non incrementa le possibilità di sopravvivenza della specie, anzi paradossalmente sembra agire in senso opposto.

Vivere coscientemente è più complicato e faticoso che lasciarsi vivere: i problemi nascono solo dall'inconscia pretesa dell'umanità di affrancarsi dalla condizione di dolore e insoddisfazione senza affrontare lo sforzo titanico di espandere la coscienza.

Accettare la Vita semplicemente e integralmente per ciò che è, conduce alla serenità, ma ciò che è naturale per un animale è difficilissimo per chi sa di dover morire, di poter ammalarsi o impazzire, di avere i mezzi per creare e per distruggere.

L'anelito alla conoscenza è la chiave di volta della coscienza: laddove l'apparenza basta a se stessa, l'emotività spadroneggia, il desiderio tortura l'anima e la mania di essere o avere qualcosa di diverso non dà tregua, troveremo delusione, insofferenza, rabbia, avidità, risentimento.

L'ignoranza, ovvero una conoscenza mutila di ciò che siamo, è la fonte primaria di un'angoscia indefinita e inascoltata, che si manifesta in mille forme distruttive.

Il Metodo non è una panacea, non risolve, ma aiuta a capire dove intervenire: un chirurgo può operare, ma la guarigione spetta al paziente fiducioso e collaborativo. Per chi fosse interessato, il Metodo fa riferimento al Sistema di 36 Principi descritti dalla Tradizione Tantrica kashmira, alla cui scoperta e meditazione invitiamo vivamente.

ESERCIZIO:

Analizzare i valori fondamentali che hanno finora governato la propria esistenza e sintetizzarne i Principi.

Attenzione a non scambiare gli ideali in cui si crede solo teoricamente o le aspirazioni personali con i modelli di pensiero che si sono concretizzati in azioni.

17. IL POTERE È UNA CONSEGUENZA DEL METODO

Nella Tradizione Tantrica il concetto di potere è legato alla Shakti, la forma divinizzata dell'Energia che permea l'intero universo; l'Iniziato è chiamato shaktipat, cioè colui che ha padronanza dell'energia.

Come insegna la fisica, ogni entità è riconducibile a una forma di energia: in natura esistono energie immediatamente percepibili, quali ad esempio quella termica e quella meccanica, altre potenziali e immanifeste come quella atomica.

Gli esseri senzienti sono tali in quanto partecipi di una particolare forma di energia non misurabile chiamata "Coscienza".

La fonte primaria della Coscienza è trascendente: la sua presenza è condizionata in qualità e quantità da una libera scelta che non risponde alle leggi di causa-effetto.

Facoltà dell'uomo e obiettivo dell'Iniziato è facilitarne la ricezione e favorirne l'accumulo, eliminando gli sprechi: si ottiene così il Potere, cioè una Conoscenza in grado di trasformare la Volontà in Azione.

Il Metodo, come tutte le discipline, aiuta, ma da solo non determina il risultato finale, così come le prestazioni di uno sportivo non sono solo il frutto delle sue capacità tecniche, ma anche del suo talento naturale e dell'abilità tecnica dell'allenatore.

Il Potere, infatti, è trasmissibile e la vera comprensione del Metodo avviene soltanto quando la Coscienza della Guida entra in contatto diretto con quella dell'Apprendista. Se la Trasmissione non avviene, significa che la Guida e/o l'Apprendista non hanno sufficiente Potere.

La Via Tantrica è in grado di fornire una notevole quantità di Potere a chi la percorre: per questo è considerata assai pericolosa e sconsigliata a molti.

Il Metodo, essendo una pratica propedeutica, è però quasi esente da rischi: il Potere che ne deriva è quello sufficiente e necessario alla sua comprensione e applicazione di base.

ESERCIZIO:

Fare un bilancio del Potere di cui si dispone, esaminando i tipi di energia che si utilizzano più spesso e meglio per ottenere i propri obiettivi (es.: affascinare per attrarre, parlare per essere al centro dell'attenzione, commiserarsi per ricevere aiuto, ecc.).

Può essere interessante osservare anche quali tipi di energia si evitano e se non si usano per naturale idiosincrasia o per imposizioni esterne.

18. IL METODO SI REALIZZA IN RELAZIONI E CONSENSO

Uno dei supporti essenziali affinché il Metodo possa vivere e svilupparsi è rappresentato dal contatto fra Esseri che hanno lo stesso intento, cioè quello di evolversi.

La Libertà è un fattore irrinunciabile nell'applicare il Metodo; a nessuno deve essere negata la possibilità di tentare, ma questo nulla ha a che vedere con il proselitismo peculiare dei movimenti religiosi.

Le relazioni fra Guida e Apprendista, fra due o più Guide, fra due o più Apprendisti e quelle iniziatiche all'interno di un Gruppo Tantrico (Kula = famiglia spirituale) determinano il grado di efficienza del Metodo.

L'obiettivo primario di tali relazioni è la stabilità, ovvero i rapporti dovrebbero essere sufficientemente solidi da resistere alle inevitabili crisi, causate di solito dalle reazioni dell'ego che sente minacciata la propria continuità.

E' necessario evitare di applicare tecniche o imporre discipline inerenti il Metodo nelle relazioni con persone che non lo abbiano spontaneamente richiesto o accettato di propria volontà, anche e soprattutto quando esistono legami di sangue.

Un discorso a parte merita il vincolo coniugale: se si decide di percorrere la Via nonostante la disapprovazione più o meno palese dei congiunti più stretti, farlo senza che il proprio partner lo condivida (o almeno lo approvi senza riserve) è da considerarsi un'impresa impossibile, in altre parole voler proseguire in tale condizione conduce inevitabilmente alla separazione.

La dichiarazione di intenti relativa alla Via tantrica è parte dell'iniziazione e deve essere esplicita, preferibilmente scritta: poiché siamo tutti soggetti a continui mutamenti, questo aiuta a ricordare meglio cosa si sta facendo e perché, costituendo un punto di riferimento in situazioni critiche o dubbie.

A parte qualche rara eccezione, chi inizia ha una comprensione superficiale di ciò che vuole ottenere e di ciò che con il Metodo si può realizzare, e ancor più raramente le due cose coincidono; inoltre, salito un gradino, il prossimo rappresenta comunque un'incognita.

La Guida deve quindi trovare il modo di trasformare i desideri grezzi dell'Apprendista in un percorso per lui evolutivo, esponendogli ripetutamente possibilità, difficoltà e rischi. L'Apprendista deve chiedere senza stancarsi finché ha dei dubbi, ma soprattutto deve ascoltare attentamente le risposte; se possiede una certa esperienza ed ha un'ottima relazione con la Guida, può non chiedere nulla e fidarsi semplicemente, consapevole che la responsabilità dell'azione è comunque sua; se non è fermamente convinto, è suo diritto rinunciare ed allontanarsi; qualora volesse riprendere l'addestramento, ripartirà dal livello che le Guide riterranno adeguato.

ESERCIZIO:

Dichiarare a una persona con cui abbiamo una relazione importante, la natura del legame che la sostiene.

Farlo in completa sincerità può provocare effetti indesiderati, occorre esercitare il distacco.

19. È NECESSARIA L'INTIMITÀ E LA FIDUCIA

La sfera dell'Essere che il Metodo coinvolge tende ad essere sempre più profonda per cui le relazioni con gli altri assumono anch'esse, naturalmente, tale profondità.

Questo è possibile soltanto se si instaura un rapporto di naturale fiducia sia con il Metodo stesso, sia con coloro che vi partecipano e lo trasmettono.

Con l'aumentare della comprensione, una luce nuova rende evidente la falsità e l'inconsistenza dei rapporti sociali, di amicizia e spesso anche di quelli familiari.

Contemporaneamente aumenta l'intimità fra coloro che condividono l'esperienza tantrica, al punto di percepire come estranei tutti gli altri e viceversa.

Il rapporto di fiducia reciproca va trattato come un oggetto prezioso e delicato: la certezza che l'altro non intende farci del male, che non ci ricatterà affettivamente, che non farà pettegolezzi con le nostre confidenze, che non sarà invidioso dei nostri risultati, che non ci frequenta solo per carpire energia, ecc. non deve mai vacillare.

L'Apprendista non dovrebbe mai sentirsi abbandonato, la Guida andrebbe apprezzata, sostenuta e se possibile aiutata, ma se così non è, entrambi devono saper conservare egualmente la fiducia.

Provocare lesioni serie ai rapporti basati sulla fiducia, è pericoloso, non solo per se stessi, ma anche per gli altri.

Il percorso tantrico è simile a una scalata, si procede in cordata: le Guide migliori del mondo non possono nulla contro la leggerezza, l'incoscienza, la presunzione, il panico del singolo; le misure di sicurezza garantiscono di aver salva la vita, non di rimanere incolumi: dichiarare le proprie debolezze è un atto di onestà e di generosità, se unito alla volontà e alla fiducia di superarle insieme.

È importante quindi entrare in intimità con i propri compagni, eliminando gradualmente pudori e menzogne e costruendo invece nuovi e diversi rapporti affettivi; restare a metà strada censurando sistematicamente la personalità per compiacere il prossimo è infantile e comunque dura poco.

È consigliabile una certa prudenza nell'esprimere in modo chiaro le proprie idee a chi non partecipa dell'esperienza del Metodo; seguire una disciplina spirituale mette in risalto la futilità e l'infondatezza dei presupposti del vivere sociale: viene quindi spontaneo cercare di convincere le persone con cui si è più a contatto, oppure dare giudizi negativi sul loro modo di condurre l'esistenza.

Questi atteggiamenti non solo sono inutili e talvolta controproducenti, ma non rispecchiano la filosofia del Metodo: la Vita è Maestra suprema, e chi è al mondo impara comunque, volente o nolente, prima o dopo.

Il Metodo fornisce soltanto un mezzo, cioè permette una maggiore velocità di apprendimento e un profitto più elevato: questo non significa che tutti debbano applicarlo.

ESERCIZIO:

Confessare un segreto che si ha difficoltà a svelare.

Osservare le reazioni dell'interlocutore e le proprie, relativamente alle aspettative.

20. IL METODO STABILISCE EQUILIBRIO TRA TE E GLI ALTRI

Equilibrio significa sentirsi in pace con se stessi e immersi nella Corrente.

Attraverso l'applicazione assidua dei 4 Passi del Primo Aforisma l'Apprendista riesce ad ottenere una lucidità mentale che non lascia dubbi sull'egoismo della natura umana in genere.

Chi applica il Metodo non giudica, né tantomeno condanna i difetti e i limiti di coloro cui si avvicina ma, se ne ha l'occasione, fornisce uno stimolo volto a risvegliare nella altrui coscienza il bisogno di migliorarsi.

Il Metodo, dando priorità allo sviluppo interiore e consapevolezza della responsabilità personale, ostacola il vittimismo, l'ipocrisia sistematica, le manie di controllo e di persecuzione, il perfezionismo, ecc. tutte cause di squilibri psicologici spesso intesi come difetti caratteriali, anziché lievi e pericolose malattie mentali che minano l'autenticità delle relazioni.

La tolleranza verso i propri e altrui limiti fanno del Tantrico una persona che non ha preclusioni nei confronti di nessuno; questo spesso induce, in coloro che gli vivono vicino, il desiderio di confidare i propri problemi più profondi.

Chi è equilibrato ha infatti un punto di vista equidistante da cui osservare le situazioni, non modificabile da condizionamenti emotivi o mentali; un tale atteggiamento interiore apre la porta a relazioni aperte e durature.

Naturalmente ciò vale per i rapporti basati su lealtà e rispetto reciproci: il tantrico non è indifeso, non accondiscende alla finzione, non si vendica, ma conosce (ed applica) i movimenti dell'energia per allontanare da sé i malintenzionati.

La sua interazione con il mondo, essendo omnicomprensiva, comporta il contatto con un grande varietà di contesti: gli ostacoli dovrebbero essere superati o aggirati con maestria ed eleganza, mentre le occasioni favorevoli sfruttate per agevolare il percorso proprio e di coloro che lo seguono.

ESERCIZIO:

Di fronte ad una situazione critica e sfavorevole, esercitando il distacco, trovare il modo di invertire la polarità energetica.

Le situazioni migliori che si possono usare per fare esperienza sono quelle in cui si è convinti di non poter fare nulla.

21. IL METODO PRESCRIVE IL RICEVERE IN RELAZIONE AL DARE

Nella Via Tantrica è indispensabile stabilire un corretto rapporto tra il dare ed il ricevere.

Dare significa contribuire sostanzialmente nel portare un altro ad un più alto livello di Coscienza: soltanto una Guida e, in minor misura, un Apprendista esperto, sono in grado di dare veramente e soltanto dopo aver ricevuto l'Iniziazione.

I principianti e coloro che hanno accumulato ancora scarsa esperienza, possono soltanto riequilibrare ciò che ricevono, con un atteggiamento devoto ed un impegno entusiasta.

Per devozione qui non si intende l'adorazione delle Guide, ma l'intento di onorare ciò che viene fatto senza tornaconto; facilitare la vita di chi cerca di dare una mano, alleggerirla magari dai problemi spiccioli, offrire un dolce o un fiore sono atti di riconoscimento e di rispetto che servono non tanto a chi li riceve, ma a chi li compie.

Il denaro nella società occidentale merita un discorso a parte, visto il simbolismo di cui è carico: l'insegnamento non può né deve essere mai retribuito economicamente.

Se una Guida o un Apprendista si trovano in difficoltà economiche, chi ha le possibilità può intervenire, ma prestare è meglio che regalare, poiché non lede la dignità dell'altro, anzi, l'atto della restituzione, rafforza la sua autostima.

Da un certo livello di addestramento in poi il problema si sposta: la Corrente comincia a manifestarsi nella vita dell'Apprendista, inviando persone che vogliono ricevere da lui/lei, consigli, suggerimenti o un addestramento vero e proprio, di solito questi eventi sono utili per mettere alla prova il livello di Coscienza e le capacità di chi trasmette.

È compito dell'Apprendista trovare un modo affinché chi liberamente a lui si affida abbia l'opportunità di pareggiare il proprio karma, negativo o positivo: solo in questo modo potrà diventare infatti un essere libero.

Per ciò che riguarda il passato è necessario esaurire le proprie pendenze, che spesso si concretizzano sotto forma di paure, veri e propri aggregati di energie emotive indipendenti dalla propria volontà: è difficile sbarazzarsene, ma essi impediscono di raggiungere la chiarezza interiore ed il conseguente contatto con piani di Coscienza superiori.

L'Apprendista, saldati i debiti/crediti macroscopici (es.: dipendenza dai genitori, dipendenza dei figli), riequilibra ciò che riceve solo comprendendo che il fine della Via tantrica non è personale e che partecipare al Kula è un'occasione e un privilegio: capito questo, la giusta azione scaturirà spontaneamente al momento opportuno.

Si acquisisce così, esercitando l'impeccabilità, l'attenzione necessaria a tenere sotto controllo le entrate e le uscite del bilancio esistenziale: l'obiettivo ideale è il pareggio, ma l'imperfezione umana consiglia di ricercare un leggero attivo.

Un Guida utilizza il dare ed il ricevere, all'interno del Kula, come strumenti di insegnamento.

All'inizio fornisce la propria Energia all'Apprendista affinché, se quest'ultimo ha il Cuore aperto, percepisca la differenza di qualità tra il suo modo di Essere, sereno e potente, e quello delle persone che ha sino ad allora incontrato.

Nell'Apprendista nasce così il desiderio di imitare la Guida e realizzare per se stesso quel modo di Essere.

Con il passare del tempo questo legame diventa così forte che il dolore più grande di un Apprendista è rappresentato dalla perdita dell'allineamento interiore con la propria Guida.

Utilizzando questa leva, la Guida a poco a poco mette l'Apprendista nelle condizioni di distaccarsi dagli altri legami, favorendo in tal modo la soluzione del suo karma: gradualmente nell'Apprendista un nuovo modo di essere si sostituisce al vecchio, senza che sia distrutta la sua natura intima, ma solamente le tendenze indotte.

La Guida utilizza ogni circostanza della Vita, anche quelle più insignificanti (all'occhio dei profani), per addestrare, e quando queste non sono sufficienti, ne crea di artificiali; in tutti e due i casi gli eventi vengono dilatati fino all'inverosimile, in modo da non poter rientrare nei parametri normalmente utilizzati per catalogare la realtà.

Tradizionalmente queste circostanze vengono chiamate prove, e di solito si tratta di situazioni di conflitto in cui la Guida stessa si pone nella condizione di oggetto di risentimento.

Inoltre esistono momenti in cui la Guida ritira la propria Energia dall'Apprendista al fine di verificare se questi si sia stabilito saldamente su un determinato piano di Coscienza e possa quindi procedere autonomamente.

Solo sviluppando capacità di intuizione e distacco, proprie di stati di Coscienza Superiori, l'Apprendista può comprendere cosa accade realmente.

Per poterle ottenere egli è costretto ad acquisire un nuovo Sistema Simbolico, cioè a dare agli eventi della Vita significati completamente differenti e soprattutto esoterici: se non riuscirà a farlo entrerà in un circuito mentale fatto di giudizi e relative condanne che lo porteranno inesorabilmente ad allontanarsi dalla Guida e dalla Via tantrica.

I Simboli sono significati particolari della Vita, gli Esseri Umani stessi sono Simboli: l'Uomo che riesce a dare alla Vita significati diversi e più ricchi fa sì che la Vita lo consideri con più attenzione.

Per coloro che partecipano al Cerchio Interno del Kula (chakra), vi è un momento in cui iniziano a sperimentare la Trasmissione ad altri di ciò che hanno assimilato, questo costituisce una verifica e si tratta di un'esperienza molto delicata e pericolosa.

Le conoscenze acquisite, anche se incomplete, conferiscono sul prossimo un notevole ascendente; la sensazione di Potere che ne deriva può portare l'Apprendista a credere di aver realizzato un risultato definitivo ed indurlo quindi ad approfittarne per scopi personali.

Non esistendo a nessun livello il modo perfetto di applicare il Metodo, e non dipendendo i risultati solo dall'operato del singolo, l'insegnamento efficace è una manifestazione della Corrente tantrica.

Un Guida in contatto con la Corrente riconosce la qualità dell'Energia prodotta e da essa, piuttosto che da ciò che viene detto o fatto, si lascia guidare, cercando instancabilmente, nel successo e nell'insuccesso, la strada migliore.

ESERCIZIO:

Offrire un dono a chi ci ha aiutato in una situazione critica.

Il dono deve essere significativo non per chi lo fa, ma per chi lo riceve.

22. IL FINE DEL METODO È L'ARMONIA CON LA VITA

La cultura occidentale identifica la manifestazione con un'incessante competizione: l'uomo contemporaneo tende quindi a considerare la Vita come un antagonista.

Il risultato di questo modo di Essere è la continua preoccupazione, cioè la tendenza ad occuparsi costantemente e spesso senza una reale necessità di ciò che deve ancora accadere (provocando stati d'ansia) in relazione a ciò che accade o è già accaduto (generando stress), vale a dire l'atteggiamento opposto a quello che il Metodo suggerisce nel I Aforisma.

L'elucubrazione continua su ciò che sarà e/o su ciò che è stato richiede una notevole quantità di Energia che viene sottratta alla possibilità di comprendere ciò che si sta vivendo, e crea delle aspettative che il più delle volte si trasformano in paure e delusioni.

L'angoscia causata dalla competizione con la Vita è la principale causa dell'infelicità dell'Uomo, il quale sa che, a dispetto di tutto ciò che riesce ad ottenere, la sua è una battaglia senza possibilità di vittoria, finirà comunque con perdere ogni cosa.

Ecco perché il cercatore di Conoscenza fa della Vita il proprio Alleato, mentre gli altri si sforzano di strapparle quanto più possibile, nascondendosi poi come ladri.

Le condizioni della Vita non sono un mistero: chi nasce morirà, nessuno possiede nulla ma tutto è in prestito, tutti le cose sono collegate fra loro e interdipendenti, e via dicendo, poche e chiare regole che tutte le tradizioni popolari hanno codificato in perle di saggezza.

Cercare un'Alleanza è un compito impegnativo, perché la Vita non si fa comprare.

Gli strumenti di un buon diplomatico sono:

- accortezza
- pazienza
- consapevolezza dei propri limiti
- coraggio
- fiducia in se stessi
- umiltà

La Vita è Conoscenza, così chiederLe di favorirci o almeno di non ostacolarci per poterci dedicare alla Conoscenza, all'espansione della Coscienza significa parlare un linguaggio a Lei noto.

Un simile Trattato di Alleanza realizza la Pace interiore e contemporaneamente il Potere, poiché la Vita è lo Stato più potente.

Una Guida non è altro che l'Ambasciatore della Vita, colui che, conoscendola sufficientemente bene, suggerisce le condizioni indispensabili affinché un tale Alleato ci possa accettare.

Da sempre l'Uomo cerca l'Alleanza attraverso la proiezione simbolica di Divinità che rappresentano i vari aspetti della Vita: come la Vita, gli Dei possono essere terrifici o benevoli, punire o premiare, a seconda che l'Uomo sia o meno in sintonia con le Loro Leggi.

L'unico modo per non essere in balia di eventi al di fuori del nostro controllo è in primo luogo accettarli e poi acquisire una Dignità tale che la Vita ci rispetti: così come le Divinità hanno a cuore i propri Sacerdoti, la Vita ha a cuore coloro che la amano e con Lei giocano a viso aperto.

ESERCIZIO:

Scegliere un'esperienza fondamentale che si è vissuta e riconoscere le circostanze perfette, spesso fuori dal controllo personale ed altamente improbabili, che l'hanno generata.

Ricordare che la Vita gioca, anche se talvolta il suo senso dell'umorismo ci lascia un po' perplessi.