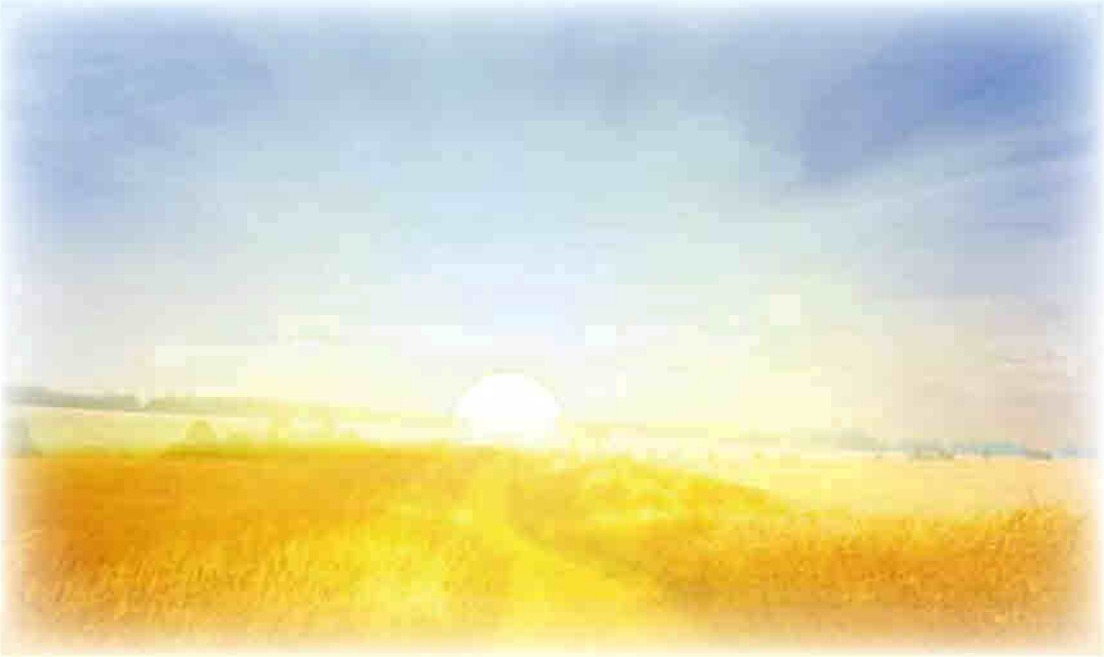
Bruno Enrico Giuliano Fuoco



La Via Luminosa nella Vita Quotidiana

secondo l'Opera di Omraam Mikhaël Aïvanhov

Stella Mattutina Edizioni

Collana Universitaria Athena

04

Bruno Enrico Giuliano Fuoco

La Via Luminosa nella vita quotidiana

secondo l'Opera di Omraam Mikhaël Aïvanhov

Collana Universitaria Athena

Stella Mattutina Edizioni

Collana | Collana Universitaria Athena
UA 04

Titolo | La Via Luminosa nella vita quotidiana secondo l'opera di Omraam Mikhaël Aïvanhov
Autore | Bruno Enrico Giuliano Fuoco
Email autore | frere@libero.it
Elaborazione grafica copertina | Stella Mattutina Edizioni®
ISBN | 9788899462338

© Tutti i diritti riservati all'Autore
Nessuna parte di questa Opera può essere riprodotta
senza il preventivo assenso dell'Autore e dell'Editore

Copyright © 2017 Stella Mattutina Edizioni
All Rights Reserved

Stella Mattutina Edizioni®
Via del Lago n. 26; 50018, Scandicci (Fi) - Italy
Tel./Fax +39/055.769044; 3402418469
Web: www.stellamattutinaedizioni.com
e-mail: stellamattutinaedizioni@gmail.com

La Fraternità è come una nave …
La nave si sta avvicinando alla riva,
naviga da secoli, tutto è calcolato in
modo che arrivi al porto in sicurezza.
Le Belle anime si ritroveranno
insieme per realizzare
l'Età d'Oro sulla Terra

Omraam Mikhaël Aïvanhov
24 dicembre 1961

Sommario

Introduzione 9

Capitolo I 11

Omraam Mikhaël Aïvanhov: filosofo, pedagogista e Maestro spirituale, fondatore di Scuole di formazione per la vita fraterna

Capitolo II 26

Approccio metodologico allo studio delle fonti dell'Insegnamento: le conferenze

Capitolo III 32

Nuovi orizzonti nel percorso di crescita spirituale: il lavoro su di sé nell'Insegnamento di O. M. Aïvanhov e nei Vangeli

Capitolo IV 43

La "Via Luminosa" nella vita quotidiana. Analisi di un percorso

Capitolo V 96

Riferimenti scientifici

Capitolo VI 117

La Via Luminosa e l'Età d'Oro dell'umanità: l'ultimo ciclo di conferenze tenute da O. M. Aïvanhov nel 1985

Introduzione

Il lettore che si accosti per la prima volta allo studio dell'Opera di Omraam Mikhaël Aïvanhov e cerchi riferimenti di natura concettuale può incontrare talune difficoltà di approccio, se consideriamo che sono reperibili sul web, con facilità, soltanto notizie di carattere biografico, oltre che estratti delle conferenze audio e video in molteplici lingue. In relazione al contenuto della sua Opera, non si rintracciano studi sistematici.

Molti ricercatori conoscono, essendo diffusissimi in internet, i "Temi di meditazione"[1] e non immaginano che l'Insegnamento di O. M. Aïvanhov possa contenere una ampia offerta di metodi spirituali idonei ad apportare, da subito, valore aggiunto nell'esistenza quotidiana, e immediatamente sperimentabili per far fronte alle difficoltà della vita e alle esigenze di perfezionamento individuale.

La finalità della nostra riflessione è proprio quella di agevolare l'approccio iniziale del lettore interessato a questa Opera, cercando di illustrarne alcune peculiarità e alcune direzioni di lettura rinvenibili in essa, senza alcuna finalità o pretesa di esaustività.

Il presente volume trova la sua genesi negli anni 1985-1986, allorché il suo autore si trovava a Parigi per motivi di studio. In quel periodo storico, ha letto i primi libri e ha deciso di sperimentare i contenuti dell'Insegnamento, recandosi presso le Scuole fondate direttamente da Omraam Mikhaël Aïvanhov, in Francia e in Svizzera, al fine di ascoltare le conferenze dalla sua viva voce. Nello stesso periodo temporale, l'autore ha compiuto uno *stage* presso le menzionate Scuole al fine di sperimentare direttamente anche le regole pedagogiche della vita collettiva trasmesse dall'Insegnamento.

Prima di avviare il nostro itinerario sulla "Via Luminosa" proposta dal Maestro O. M. Aïvanhov, ci piace ricordare che il suo Insegnamento valorizza in ogni essere umano la consapevolezza di poter svolgere un ruolo effettivamente importante nella Vita: «anche se siete uno sconosciuto nella vita, voi potete diventare sublime. È l'idea, la direzione della vita che può renderci inestimabili»[2]. Possiamo essere senza talenti, possiamo svolgere un lavoro insignificante secondo i criteri stabiliti dagli uomini, ma possiamo avere un ideale divino, cioè orientare tutte le nostre energie per un fine spirituale. Ed è proprio questo fine, perseguito in modo impersonale e disinteressato, che ci rende importanti agli occhi del Cielo. Grazie a questo ideale il Cielo ci riconoscerà e ci darà il suo sostegno[3].

[1] I Temi di meditazione "*Pensieri Quotidiani*" sono editi da Prosveta edizioni (www.prosveta.it) e sono consultabili *on line*.
[2] O. M. Aïvanhov, *Conférence 4 mai 1952*, Éditions Prosveta, www.prosveta.com.
[3] Ibidem.

Questo ideale fa ritrovare all'uomo l'impronta Divina inscritta nella sua Anima. L'essere umano avverte in profondità questa grandezza ma ritiene al momento, a causa della sua inconsapevolezza, di sperimentarla nella direzione opposta. Ma non bisogna dimenticare che ogni uomo «qualunque sia il grado di decadimento e di disperazione in cui potrà cadere… finirà per essere salvato, poiché porta l'impronta divina inscritta profondamente dentro di sé, ed è lei che lo trattiene come una mano potente e gli dona la possibilità di riprendere il cammino della luce. Ricordate bene questo: anche se l'uomo è preda delle forze che lo intrattengono verso il baratro, niente è mai irrimediabilmente perduto, in quanto il Creatore ha messo in lui una sorta di catenaccio di sicurezza, una Scintilla che per l'eternità testimonierà la sua appartenenza divina»[4].

L'Insegnamento di O. M. Aïvanhov non si ferma a una esortazione fraterna al perfezionamento spirituale, ma offre ampi itinerari, *argomentati e sperimentabili*, per ritrovare in sicurezza la nostra identità divina, partendo proprio dalla nostra umanità quotidiana: «non c'è un altro modo di conoscersi se non quello di partire dal proprio Sé umano nel quale c'è comunque una parte del Sé divino… così Dio ha permesso all'uomo di ritrovare la sua origine divina»[5].

[4] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 20 novembre 2002, Prosveta Edizioni.

[5] O. M. Aïvanhov, *Conférence 24 mai 1941*, Éditions Prosveta. Le conferenze in lingua francese richiamate nelle note del presente volume, sono state tradotte in italiano a cura dell'Autore e sono state consultate presso le biblioteche delle Scuole in Francia e in Svizzera.

Capitolo I

Omraam Mikhaël Aïvanhov: filosofo, pedagogista e Maestro spirituale, fondatore di Scuole di formazione per la vita fraterna

1. Nelle pubblicazioni relative all'opera di Omraam Mikhaël Aïvanhov troviamo, talvolta, differenti definizioni delle caratteristiche essenziali del Suo Insegnamento, alcune delle quali necessitano, a nostro avviso, di opportuni approfondimenti.

Se partiamo dalla considerazione che la "filosofia" esprime «l'atteggiamento esistenziale e conoscitivo di coloro che desiderano conoscere l'origine e l'essenza delle cose e a tale scopo orientano la loro vita»[1], senza dubbio, O. M. Aïvanhov può essere definito, a pieno titolo, un filosofo anche perché ha trasmesso nelle sue conferenze un vero e proprio "sistema filosofico".

Ma cosa è un sistema filosofico? Per "sistema filosofico" possiamo intendere, come osservano gli esperti in materia, «una visione sistematica, unitaria di tutte le problematiche e un'interpretazione completa e razionalmente coerente della realtà, della vita, dell'uomo, dell'universo in base a principi che si riconoscono come fondamento della visione stessa»[2]. Un sistema filosofico raccoglie le risposte del pensiero «alle domande fondamentali lungo il corso dei secoli: che cos'è la realtà, che cos'è la vita [...] chi è l'uomo, quali sono la sua origine, la sua natura, il suo destino e così via»[3].

Questo apparato filosofico è ben presente in Aïvanhov il quale precisa, a questo proposito, che "*le système philosophique*" da lui offerto ci rivela innanzitutto:

- chi siamo;
- su quale materia dobbiamo lavorare;
- di quali strumenti disponiamo a tal fine;
- il cammino che dobbiamo percorrere;
- e, infine, la mèta divina che dobbiamo raggiungere[4].

Aïvanhov in più occasioni sottolinea l'importanza di avere un "sistema filosofico" di orientamento nella vita: «anche quando vogliono impegnarsi in un cammino spirituale, gli esseri umani sono sempre sviati da un'abitudine molto diffusa nella nostra epoca, quella cioè di accumulare conoscenze, nozioni, sapere

[1] J. Hake, voce "Filosofia" in *I concetti fondamentali della teologia*, Quirinia, 2008, p.289.
[2] M. Rigetti, A. Strumia, *L'arte del pensare. Appunti di logica*, Ed. Studio Domenicano, 1997, p.7.
[3] Ibidem.
[4] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 4 aprile 2000, Prosveta Edizioni.

tutto su questo e su quello, conoscere tutto, essere al corrente di tutto, senza mai lavorare su se stessi. È vero che l'umanità è arrivata a fare progressi giganteschi in molti campi [...] ma per quanto riguarda la vita spirituale, questo è un pessimo metodo. Per fare un vero lavoro spirituale, ci si deve attenere a una sola filosofia, a un solo sistema e approfondirlo, altrimenti nell'organismo psichico avviene ciò che avviene nell'organismo fisico: se si assumono gli alimenti più disparati, ci si sente male [...]. Allo stesso modo lo stomaco psichico può fare indigestione di tutto quello che avete voluto fargli ingurgitare [...] Se volete veramente avanzare nella vita spirituale, cercate di attenervi a un solo sistema che rappresenta le fondamenta del tempio interiore che state costruendo apportando ogni giorno nuovi materiali»[5].

2. Aïvanhov è stato, senza dubbio, anche pedagogista, non solo per il lavoro svolto in Bulgaria nel campo educativo[6] e per l'attività etica-pedagogica svolta a favore di tutti coloro, ed erano moltissimi, che ne chiedevano lumi, sostegno e consigli. Ha osservato a questo proposito uno studioso di pedagogia, che «Aïvanhov – nel distinguere tra il piano orizzontale dell'intellettuale e quello verticale ed interiore dello spiritualista – faceva consistere la funzione del Maestro non solo nel trasmettere amore e tenerezza, ma anche severità e schiettezza, cosi da incoraggiare alla ricerca interiore attraverso l'autoriflessione»[7].

Aïvanhov ha anche offerto un modello educativo completo[8] ove la componente teleologica (la finalità da seguire cioè il perfezionamento spirituale e l'acquisizione della coscienza della fraternità) si sposa con la componente teorico-pratica (cioè con metodi di perfezionamento e modi di vivere). Egli ha trasmesso un "sapere sull'educazione dell'uomo" e ha progettato e fondato peculiari ambienti di apprendimento cioè le scuole spirituali di vita fraterna[9].

3. Nell'Insegnamento di O. M. Aïvanhov, si è acutamente osservato, «la filosofia e la pedagogia camminano insieme e si rafforzano reciprocamente»[10].

---

[5] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 5 giugno 2001, Prosveta Edizioni.

[6] Sulla biografia di O. M. Aïvanhov, cfr. L. M. Frenette, *Omraam Mikhaël Aïvanhov. Vita di un Maestro occidentale*, Stella Mattutina Edizioni, 2016.

[7] G. Mollo, *Linee di pedagogia generale*, Morlacchi, 2005, p.100.

[8] «Il modello educativo rappresenta uno schema che salda in una medesima configurazione concettuale la componente teleologica (una finalità da perseguire) con quella pratica (i concreti modi di fare educazione). Esso riveste essenzialmente una funzione "normativa": guida e giustifica la pratica alla luce di una finalità» (M. Baldacci, *Teoria, prassi e modello in pedagogia* in *Education Sciences And Society*, 2010, pp.68-69). Cfr. anche O. M. Aïvanhov, *L'educazione inizia prima della nascita*, Prosveta Edizioni; Idem, *La galvanoplastica spirituale e l'avvenire dell'umanità*, Prosveta Edizioni.

[9] O. M. Aïvanhov, *La pedagogia iniziatica* I e II, Prosveta Edizioni; Idem, Vita *e lavoro alla Scuola Divina* I e II, Prosveta Edizioni.

[10] A. Lejbowicz, *L'éducation prénatale dans la philosophie d'Omraam Mikhaël Aïvanhov*, in *Misli* n.3/2016, p.18, Stella Mattutina Edizioni.

La filosofia che «egli trasmette suppone una pedagogia sperimentata che riesce a trasformare "l'uomo affetto da una natura grossolana" – come dice Kant – in un uomo spirituale»[11]. La filosofia ha bisogno della pedagogia per affinare, tramite un appropriato modo di comportarsi, la vita psichica. Ma la stessa pedagogia, a sua volta, ha bisogno della filosofia per guidare l'essere umano verso orizzonti più vasti ed elevati[12].

4. O. M. Aïvanhov è, inoltre, Maestro spirituale e fondatore di Scuole spirituali di vita fraterna, tuttora attive, come già accennato[13]. Altri Centri fraterni sono stati fondati, successivamente, in molti paesi, dai discepoli, intesi nell'accezione semplice di coloro che hanno scelto di studiare e praticare l'Insegnamento. O. M. Aïvanhov è riconosciuto quale Maestro spirituale sia da studiosi[14] che dalle migliaia di persone che lo hanno conosciuto e che tuttora lo incontrano idealmente tramite i libri che raccolgono le sue conferenze.

Larry Dossey, famoso scrittore americano, ha ben interpretato questa attitudine di spontaneo riconoscimento della sua qualità di Maestro spirituale: «vi sono rari momenti nella vita in cui la scoperta di un libro particolare, di un insegnamento o di parole di saggezza ci stupiscono e ci lasciano nella meraviglia, nella gratitudine e nella gioia. Noi sappiamo subito di aver scoperto un inestimabile tesoro. Nel momento in cui siamo nella sua presenza e ne cogliamo lo splendore, percepiamo immediatamente la trasformazione che opera in noi. Questo è ciò che io ho avvertito quando ho scoperto l'opera notevole del Maestro spirituale bulgaro Omraam Mikhaël Aïvanhov»[15].

O. M. Aïvanhov, scrive la scrittrice Louise-Marie Frenette, «appartiene alla famiglia dei grandi Maestri dell'umanità [...] Egli ci parla della capacità che tutti gli esseri umani hanno di diventare perfetti, *come perfetto è il Padre Celeste*, e di trasformare il mondo in cui vivono. Parla di santità e di perfezione come di un lavoro appassionante da portare a termine [...]. Tutti coloro che lo hanno frequentato hanno potuto constatare che il suo desiderio più ardente era di essere utile all'umanità, utile a chiunque incontrasse e ai suoi ascoltatori che chiamava fratelli e sorelle [...] spiegava che la trasformazione di noi stessi è fondamentale, ma lo scopo del suo progetto era anche di far sì che la Terra tornasse ad essere un giardino paradisiaco»[16].

---

[11] Ibidem.

[12] Ibidem.

[13] Per conoscere gli indirizzi delle sedi associative dei vari Paesi, cfr. www.fbu.com.

[14] Cfr. P. Riffard, *L'esoterismo*, voll. 2, Biblioteca Universale Rizzoli, 1996; M. Mirabail, *Dizionario dell'esoterismo*, Edizioni Mondadori, 2006; G. Feurstein, *La vie et l'Inseignement d'Omraam Mikhaël Aïvanhov. Le mystere de la lumière*, Éditions Prosveta; P. Giovetti, *I Grandi Iniziati del Nostro Tempo*, Edizioni Mediterranee, 2006.

[15] L. Dossey, Introduzione al volume, G.Feuerstein, *Le Mystère de la lumière*, cit.

[16] L. M. Frenette, *Omraam Mikhaël Aïvanhov*, cit., pp.10-12. Cfr. su O. M. Aïvanhov, come Maestro

5. O. M. Aïvanhov è conosciuto nel mondo anche come "esoterista". Come ha osservato J. C. Fadot «Aïvanhov est devenu un des auteurs ésotériques les plus vendus au monde, et celui dont l'impact interculturel est le plus large. Avec une diffusion annuelle dépassant les 160.000 exemplaires il est même devenu au fil du temps un des écrivains français les plus lus à l'étranger. Ce qui s'explique assez simplement: ses livres répondent à l'émergence de modes de vie cherchant à concilier spiritualité, liberté, prospérité et solidarité humaine universelle»[17].

Il termine esoterista merita, comunque, una brevissima riflessione giacché, sul piano accademico, il termine "esoterismo" è «soggetto a discussioni e il suo campo semantico è vasto»[18], tenuto conto della sua lunga storia e anche della sua matrice orientale. In una seria prospettiva culturale, quando si parla di esoterismo, si fa riferimento, in ogni caso, all'opera di autorevoli pensatori[19]. Quando si parla di esoterismo si può far riferimento a varie correnti di pensiero non solo del periodo antico, ma anche del Rinascimento (quali neo-platonismo, gnosticismo, ermetismo, astrologia, alchimia, magia, cabala ebraico-cristiana, filosofia della natura[20]), del Risorgimento, dell'Illuminismo, etc.

---

spirituale, il film-documentario d'Hubert Mansion, "*La présence d'un Maître*", Quebec, 2012.

[17] J. C. Fadot, *Naissance d'une civilisation planétaire*, 2017, www.amazon.fr.

[18] M. Conforti, in S. Caianiello, M. Cambi, M. Conforti, L. Simonutti, F. Sofia, C. Castellano e G. M. Cazzaniga, *Esoterismo. Giornata di studi intorno al volume 25 degli Annali della Storia d'Italia*, Einaudi-Laboratorio dell'ISPF, VIII, 2011, 1/2, pp.13-69.

[19] «Un pubblico dominato dai mezzi di comunicazione equipara l'esoterismo alla new age» così Voce "Esoterismo", Kohu von Stuckrad, facoltà di Theology and Religious Studies-Università di Groningen, in *I concetti fondamentali della teologia*, cit., p.107.

[20] Cambi sottolinea come «la diffusione dei temi esoterici contribuì – come già rilevato dallo storico della filosofia Eugenio Garin – a un rinnovamento filosofico e religioso dell'Umanesimo e Rinascimento in Italia. Il *Corpus Hermeticum*, ad esempio, circolava nelle Corti e nei centri intellettuali. Ci fu un momento di intensa vitalità a Firenze nel tempo che va dalle prime citazioni di Ermete Trismegisto presenti nella lettera (del 16 agosto 1374) in cui Coluccio Salutati comunica a Roberto Guidi la morte del Petrarca, agli anni di poco successivi alla morte del Magnifico (1492) e di Giovanni Pico della Mirandola (1494)» (M. Cambi, *Esoterismo. Giornata di studi*, cit.). Aggiunge questo studioso che «nella prospettiva del recupero dell'antica sapienza, Ficino traduceva i criptici scritti ermetici convinto di poter trovare in essi le indicazioni utili per intervenire sul mondo reale […] Giovanni Pico nelle Conclusiones nongentae, seguiva le tappe di una rivelazione perenne contenuta in testi di tradizioni e lingue diverse. Orfeo, Zoroastro, Ermete, Pitagora o i Caldei avevano indicato la strada (o una parte di essa) da percorrere. Anche nei "libri della scienza della Cabala" – fatti redigere da Esdra perché non andassero perduti quei misteri che agli ebrei erano stati "comunicati dalla benevolenza di Dio" – si rinveniva, per il giovane conte della Mirandola, "una fonte di saggezza", e cioè un'esatta metafisica delle forme intelligibili e angeliche; un fiume di scienza, cioè una solidissima filosofia della natura […]. La visione neoplatonica del Cosmo legittimava la ricerca dei segni del divino nelle res, delle energie "nascoste" nelle piante o del potere medicamentoso di Aromi […]. La ricca e complessa "ragnatela" del mondo incoraggiava a ritenere che ogni ambito del reale fosse, nonostante le distanze, legato a tutti gli altri mediante lo *Spiritus mundi* […]. Non era forse Plotino a sostenere che quando dal mondo degli uomini si alza una richiesta agli astri "la preghiera viene esaudita perché una parte dell'universo è in simpatia con un'altra, come in una corda tesa, nella quale la vibrazione dal basso si trasmette in alto"» (ibidem).

Alcuni studiosi, recentemente, hanno posto in luce che il pensiero esoterico non deve occupare uno spazio contrapposto alla scienza[21] o alla stessa religione cristiana, stante gli intrecci profondi esistenti tra gli stessi[22]. Si è precisato, ad esempio, che «lo studio accademico dell'esoterismo occidentale dovrebbe essere inteso come parte integrante di una più ampia analisi della storia europea della religione»[23]. Si consideri che la prima cattedra di esoterismo nasce come *Histoire de l'ésotérisme chrétien*, nel 1965, e fu tenuta da F. Secret alla *École Pratique des Hautes Études* della Sorbonne. L'esoterismo occidentale, a ben vedere, non dovrebbe essere considerato come una sorta di deviazione concettuale rispetto al Cristianesimo da identificare, *tout court*, con la dottrina della Chiesa. Giustamente, lo studioso Kohu von Stuckrad afferma che non bisognerebbe dare più per scontato che il cristianesimo istituzionalizzato (cioè la Chiesa), rappresenti, a priori, sulla base di criteri teologici delimitanti, il vero e originale cristianesimo. Occorrerebbe distinguere, sostiene questo studioso, con maggiore prudenza, la storia della Chiesa dalla storia del Cristianesimo[24].

Ciò premesso, secondo un notorio dizionario, «in ambito filosofico e religioso, si dicono esoteriche le dottrine e gli insegnamenti segreti, che non devono essere divulgati perché destinati a pochi. Nella storia delle religioni e delle filosofie, il termine è stato usato per indicare gruppi o orientamenti di pensiero che si presentano come portatori di dottrine riservate a pochi discepoli o iniziati, e ne rifiutano quindi la divulgazione, occultandole in espressioni rituali, simboliche, mitologiche che solo gli aderenti al gruppo possono comprendere [...]. Nella storia della filosofia antica, si dicono esoteriche in quanto destinate ai discepoli, ma senza perciò implicare alcun carattere segreto, le opere di Aristotele nate dal suo insegnamento, dalle sue lezioni nell'ambito della scuola»[25].

A ben vedere, le conferenze di Aïvanhov non sono destinate a una cerchia limitata. Nella Sua scuola non si rilasciano diplomi o attestati cartacei, e non trovano spazio gradi gerarchici spirituali o prove rituali. La sua Scuola spirituale

[21] Ad esempio, si è detto che «il naturalismo rinascimentale fu caratterizzato, ovunque in Europa ma in particolare, in Italia, da un impegno sia sul fronte "magico" e "occultista" che su quello di un abbozzo dei metodi e soprattutto delle pratiche che oggi potremmo definire "scientifiche". La discussione di questi temi, una discussione aperta da alcuni decenni nel campo della storia della scienza e della storia della filosofia [...] è stata vivace e presenta spunti interessanti per una discussione dei diversi modelli di razionalità, della loro funzione sociale e intellettuale, dell'importanza della dimensione del "segreto" e dell'iniziazione nell'età che va dal tardo Medioevo all'Illuminismo. Del resto, studiosi di diverse provenienze, in gran parte storici della filosofia, avevano messo in rilievo l'impossibilità di separare con nettezza i due settori e i due modelli di razionalità» (M. Conforti, in *Esoterismo. Giornata di studi*, cit.).

[22] Voce "Esoterismo", *I concetti fondamentali della teologia*, cit., p.107.

[23] Ibidem.

[24] Ibidem.

[25] Voce "Esoterismo" in *Enciclopedia*,Treccani.

è aperta formalmente a tutti[26]. Le prove, amava sottolineare, nella nostra epoca non si svolgono più nei templi, ma nella vita[27]. In un passato lontano, la scienza spirituale era effettivamente segreta, ma già con i Vangeli si è «iniziato a spiegare»[28].

Le conferenze di Aïvanhov esprimono sì una "scienza esoterica" o "iniziatica"[29] ma queste parole sono sinonime di una disciplina spirituale finalizzata alla trasformazione interiore dell'uomo. Infatti, i riferimenti alla scienza esoterica in senso stretto compaiono nell'Insegnamento di Aïvanhov quali strumenti e occasioni di comprensione interiore e di perfezionamento morale[30]. L'Alchimia, l'Astrologia, la Magia e la Kabbala sono posti in stretta relazione alla vita dell'organismo umano: nella nutrizione occorre trovare l'Alchimia, nella respirazione l'Astrologia, nella parola e nel gesto la Magia, e nel pensiero la Kabbala[31].

Il discepolo di una Scuola esoterica «deve comprendere che deve vivere la sua vita quotidiana con il fine di dare, aiutare, illuminare, riscaldare [...] è il più grande lavoro agli occhi della scienza esoterica [...] cercare di diventare un essere

---

[26] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 6 aprile 2003, Prosveta Edizioni: «In passato chi voleva essere ammesso in una Scuola iniziatica doveva sottostare a certe prove che dovevano rivelare le sue qualità mentali e psichiche [...]. Adesso le scuole iniziatiche sono aperte a tutti, il che da una parte è una cosa buona, poiché ciascuno al suo livello può, se è sincero, trovare almeno una verità che gli permetterà di progredire».

[27] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 5 maggio 2001, Prosveta Edizioni.

[28] O. M. Aïvanhov, *Conférence 15 avril 1955*, Éditions Prosveta.

[29] La scienza esoterica, spiega Aïvanhov, studia l'essere umano, la sua struttura, la sua vita interiore e le sue relazioni con l'Universo, e considera l'uomo (microcosmo) un riassunto della Creazione (macrocosmo). Mentre l'insegnamento materialistico porta alla separatività tra gli esseri umani perché considera soltanto il lato esteriore della vita, quello materiale e misurabile, l'insegnamento esoterico, invece, porta all'unità e alla fraternità in quanto considera non solo il lato oggettivo ma anche il lato interiore, il lato vivo e sottile della vita, le energie dei pensieri e dei sentimenti (cfr. O. M. Aïvanhov, *Lo yoga del Sole, gli splendori di Tipheret*, p.234; Idem, *Conférence 1 janvier 1964*, Éditions Prosveta).

[30] O. M. Aïvanhov, *Lo yoga del Sole*, cit., p.46. In merito all'impiego della parola "occultismo", è sufficiente riportare quanto osservato dallo stesso Aïvanhov: «questo crescente interesse che si riscontra sempre più per le opere che trattano di scienze cosiddette "esoteriche" o "occulte" è piuttosto inquietante, perché non esprime il bisogno di una vera spiritualità, ma il desiderio di immergersi in un campo sconosciuto e misterioso [...]. D'altronde, l'occultismo non è la vera scienza spirituale; inoltre, la parola "occulto" non mi piace, perché le scienze occulte rappresentano il bene e il male mescolati [...]. Il sapere che io vi trasmetto non vi condurrà mai verso quelle pratiche» (O. M. Aïvanhov, La diffusione delle scienze occulte e i suoi pericoli in *Cercate il Regno di Dio e la Sua giustizia*, Prosveta Edizioni).

[31] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 19 marzo 2007, Prosveta Edizioni. Sulle discipline menzionate, cfr. i volumi editi da Prosveta Edizioni: O. M. Aïvanhov, *I frutti dell'Albero della Vita. La tradizione kabbalistica*; Idem, *Lo Zodiaco chiave dell'uomo e dell'universo*; Idem, *Il lavoro alchemico ovvero la ricerca della perfezione*; Idem, *Centri e corpi sottili: aura, plesso solare, centro Hara, chakra*; Idem, *Il linguaggio delle figure geometriche*; Idem, *I segreti del libro della natura*; Idem, *Natale e Pasqua nella tradizione iniziatica*; Idem, *Il libro della magia divina*; Idem, *Le porte dell'invisibile*; Idem, *Dall'uomo a Dio, Sephirot e gerarchie angeliche*; Idem, *La pietra filosofale, dai Vangeli ai trattati alchemici*.

perfetto, luminoso, caloroso»[32]. Quindi, le conoscenze esoteriche non hanno la finalità di soddisfare la curiosità intellettuale, ma quella di offrire un sapere per trasformare se stessi, la propria natura umana, contribuendo in questo modo all'elevazione della collettività[33].

Con un linguaggio semplice e profondo, possiamo dire che la scienza esoterica ci aiuta concretamente a:

- «comprendere che siamo discesi sulla Terra prima di tutto per assolvere i debiti che abbiamo contratto nelle nostre precedenti incarnazioni;
- in seguito a comprendere la situazione in cui ci troviamo attualmente;
- infine a comprendere che dobbiamo lavorare per perfezionarci in tutti i campi. La maggior parte degli esseri umani non conosce la ragione della propria vita sulla Terra, si domanda persino che cosa ci fa e, nell'attesa di ripartire, si accontenta di mangiare, di bere, di dormire, di divertirsi e di litigare... Per il discepolo della Scienza iniziatica invece, tutto è chiaro: egli sa che deve rimediare agli errori commessi nelle sue vite precedenti. In seguito egli cercherà di comprendere perché si trova in quel paese, in quella famiglia, perché possiede certe facoltà o certe lacune e che cosa ci si attende da lui. Infine lavorerà per sviluppare tutti i semi di quelle qualità e virtù che il Creatore ha posto in lui dall'eternità. Ecco perché una Scuola iniziatica è così indispensabile: non vi è nulla al di sopra della Luce che essa apporta al discepolo sul senso della vita terrestre»[34].

Ciò chiarito, tenuto conto dei limitati fini classificatori della presente riflessione, la qualità di "esoterista" può essere ritenuta assorbita da quella di Maestro spirituale il quale necessariamente, per essere tale, deve essere Maestro anche della "Vita interiore". Ricordiamo che quando parliamo di esoterismo intendiamo riferirci anche a ciò che è "più interno", *esôterikòs*, cioè "interiore".

6. Talvolta, si legge che l'Insegnamento di Aïvanhov è espressione di una "corrente universalista"[35]. L'espressione appare a noi un po' generica.

Morin, ad esempio, osserva che occorre una corrente universalista *d'umanesimo planetario*: «stiamo vivendo un processo di globalizzazione plurale e che ciò che sarebbe necessario oggi è una regolamentazione e un controllo delle fluttuazioni dell'economia [...]. Credo che bisognerebbe sviluppare una coscienza civica propria della comunità planetaria [...] vi è una corrente universalista d'umanesimo planetario che oggi è indispensabile. Se questa corrente d'umanesimo planetario prende corpo sarà questa che potrà guidare la mondializzazione, diversamente questa andrà verso la catastrofe». Morin allude a Montaigne, alla filosofia

[32] O. M. Aïvanhov, *Lo yoga del Sole*, cit.,p.268.
[33] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 14 settembre 2002, Prosveta Edizioni.
[34] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 10 agosto 2003, Prosveta Edizioni.
[35] Voce "Universalismo" in *Enciclopedia* Treccani.

Illuminista, alla internazionale socialista, all'idea degli Stati uniti del mondo proposta da Victor Hugo…[36].

Altri pensatori condividono il bisogno di una corrente universalista *di spiritualità planetaria*. In questa ampia prospettiva, il termine "Universalità" nell'Insegnamento di Aïvanhov fa riferimento, ad esempio, al fatto che esso è rivolto a tutti i popoli giacché esprime una nuova sintesi degli orientamenti spirituali apparsi nel passato sulla Terra ed è fondato su verità universali che si ritrovano nelle varie tradizioni spirituali di tutti i popoli. Possiamo aggiungere che questa Universalità non comporta la primazia di istituzioni religiose o laiche di un Paese, di una singola religione o di una singola persona sulle altre: «Io non parlo per una singola parte – affermava spesso Aïvanhov – Io voglio legarmi a tutte le fratellanze della Terra [...]. Il mondo cambierà quando tutte le fratellanze saranno unite per lavorare insieme»[37]. L'insegnamento è universale anche perché concepisce l'idea di una famiglia unica sulla Terra: «Universalità significa anche non attaccarsi soltanto a poche persone, ad una donna, a dei bambini, no, ma significa voler essere tutti uniti, legati reciprocamente, immersi insieme nell'oceano della vita, dell'amore, della bellezza e della gioia»[38].

7. Alcuni commentatori quando devono interpretare le opere che non si collocano negli schemi a loro abituali o congeniali, assumono, talvolta, posizioni parziali. Così si spiegano le affermazioni che collocano la matrice dell'Insegnamento nella cultura religiosa di una nazione, in una dottrina esoterica occidentale, nell'induismo, oppure, in dottrine panteiste o, addirittura, in culti solari.

7.1 Senza dubbio, non appropriato appare il collegamento a eventuali dottrine "panteiste", giacché nell'Insegnamento di Aïvanhov la Natura fisica che vediamo e osserviamo non è identificata con Dio, ma è concepita come una Sua manifestazione, come un Suo linguaggio che dobbiamo interpretare, come un Libro vivo che dobbiamo leggere[39]. Peraltro, anche nei Vangeli, molte verità spirituali sono espresse mediante esempi tratti dalla Natura vivente. Invece, la dottrina panteista, come è noto, identifica Dio con il mondo[40].

7.2 Del tutto inesatto è anche il riferimento al Sole fisico quale principale riferimento dell'Insegnamento. È vero che Aïvanhov afferma «il mio Maestro è il Sole». Ma non è il Sole che vediamo in Cielo, ma il "Sole spirituale" di cui il Sole

[36] http://istruzione.comune.modena.it/memo/allegati/morin.pdf

[37] O. M. Aïvanhov, *Conférence 13 septembre 1954*, Éditions Prosveta. «Io non parlo per una "parte" [...] il nostro Insegnamento comprende tutti gli Insegnamenti, li ingloba» (Idem, *Conférence 10 août 1963*, Éditions Prosveta).

[38] O. M. Aïvanhov, *L'Acquario e l'arrivo dell'età d'Oro*, cit.

[39] O. M. Aïvanhov, *La Bible miroir de la création*, tomo 1, 2014, Éditions Prosveta, p.20.

[40] Voce "Panteismo", *Dizionario filosofico* Treccani.

fisico è solo un fondamentale e benefico tramite[41]. Dunque, il Sole fisico non è Dio, ma un Suo significativo rappresentante[42].

Il riferimento solare dell'Insegnamento va, allora, posto in relazione allo stesso "Sole spirituale" e alla stessa Luce spirituale di cui parlano i Vangeli.

Non si tratta, quindi, di un culto solare come ha precisato lo stesso Aïvanhov: «fermarsi al Sole fisico come se fosse un idolo, significa ritornare alla mentalità dei primitivi, i quali adoravano le forze della natura»[43].

La Luce spirituale di cui parlano Aïvanhov e i mistici non è, quindi, la luce fisica creata il quarto giorno, secondo il racconto della Genesi, ma quella grazie alla quale il mondo è stato creato[44]. Un autorevole professore di fisica della Princeton University scrive che «quando San Giovanni dice che Dio è Luce, vera Luce, non si tratta di una metafora letteraria poiché non indica nient'altro che la pura verità, così l'intese San Giovanni [...] anche Sant'Agostino, tre secoli dopo, quando afferma che «non si dice che Cristo è luce, così come lo si definisce come una roccia, poiché la prima affermazione è da prendersi alla lettera, mentre, la seconda è solo una figura del discorso»[45]. Sant'Agostino, in effetti, parla della Luce spirituale quale energia reale, in più occasioni:

- «i manichei non hanno un'idea della Luce in cui regnava Dio prima di creare la luce di questa Terra! Costoro infatti conoscono soltanto la luce che vedono con gli occhi del corpo. Noi al contrario dobbiamo comprendere

[41] O. M. Aïvanhov, *Per diventare un libro vivente, Elementi autobiografici I*, Prosveta Edizioni, 2011, p.268.

[42] O. M. Aïvanhov, *Conférence 21 novembre 1965*, Éditions Prosveta. Idem, *Conférence 29 julliet 1960*, Éditions Prosveta. «Il Sole è per noi la migliore rappresentazione di Dio, ma per impregnarvi di questa verità, avete tutto un lavoro interiore da realizzare con la sua immagine. Potete infatti guardare il Sole per anni e anni, ma finché non sentirete che vibra, irradia e palpita dentro di voi, esso vi rimarrà estraneo... verrete riscaldati e vivificati un po', e riceverete qualche caloria, qualche "vitamina". Tutto qui. Attraverso il Sole fisico, dovete sforzarvi di trovare quel Sole interiore che è il segno che la Divinità abita in voi; ed è così che un giorno non avrete più bisogno di alcun intermediario tra voi e Dio, neppure del Sole: sarà in voi stessi, nel vostro Sole interiore, che Lo troverete» (O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 27 agosto 2007, Prosveta Edizioni).

[43] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 19 maggio 2008, Prosveta Edizioni.

[44] «Il primo giorno Dio creò la luce [...] Il quarto giorno creò il Sole, la Luna e le stelle. Dato che per noi la luce viene dal Sole e dagli astri, ci si chiede come Dio abbia potuto crearli dopo la luce. Ebbene, significa semplicemente che la luce che Egli ha creato il primo giorno non è affatto la luce visibile che viene dai corpi celesti» (così O. M. Aïvanhov, *Nuova luce sui Vangeli*, Prosveta Edizioni). Non a caso, «alcune lingue hanno due vocaboli per definire la luce. In bulgaro, per esempio, esiste la parola *svetlina* che è la luce fisica, quella che possiamo vedere, e *videlina*, la luce spirituale, la luce primordiale, quella che Dio creò in principio, quando disse: "Che la luce sia!". Fu soltanto al quarto giorno, quando Dio creò il Sole, la Luna e le stelle che apparve *svetlina*. *Svetlina* è la manifestazione visibile di *videlina*. Il Sole, che in realtà non è quella sfera di fuoco che gli uomini immaginano, ma un'entità vivente dotata di coscienza, riceve la luce sottile (*videlina*) trasformandola in luce visibile (*svetlina*) grazie alla quale esso illumina l'Universo» (Idem, *Pensieri Quotidiani*, 13 settembre 2006). Cfr. O. M. Aïvanhov, cap. "Luce visibile e luce invisibile" in *Le porte dell'invisibile*, cit.

[45] D. Park, *Natura e significato della luce*, Princeton University, 1997, p.96.

ch'esiste un'altra Luce in cui abita Dio, dalla quale deriva la Luce di cui nel Vangelo si legge»[46];

- «questo Sole nascosto infonde quella Luce ai nostri occhi interiori»[47];
- «ignoravo che un'altra Luce doveva illuminarla [l'anima], se voleva godere della verità»[48].

Dunque, secondo Sant'Agostino, per citare un mistico molto conosciuto, vi è una Luce reale, portatrice di gioia e di pace, ancorché non sia visibile agli occhi fisici. Quando i mistici parlano di Luce, dunque, non impiegano una metafora o una immagine poetica. Anche Hildegard von Bingen afferma: «vedo all'interno di questa luminosità un'altra luce, che chiamo "Luce Vivente". Non so dire quando e come io la veda; ma, allorché la vedo, si allontanano da me tristezza e dolori»[49]. Anche nella prospettiva di Aïvanhov questa Luce è uno «Spirito vivente»[50]. Questa Luce non si esaurisce semplicemente in onde o vibrazioni, essa è una forza Intelligente, cosciente ed armoniosa. La consapevolezza dell'esistenza di questa Luce spirituale è alla base della contemplazione del sorgere del Sole e della meditazione sulla luce[51]. Ma su questo aspetto torneremo in altra parte del volume.

7.3. Secondo quanto lo stesso Aïvanhov ha più volte precisato, l'Insegnamento ha elementi presenti in molteplici correnti mistiche sia di matrice occidentale che orientale, giacché è un Insegnamento che volutamente ed espressamente apporta una sintesi e l'idea di fraternità. L'Insegnamento «apre gli occhi su tutte queste ricchezze e sceglie le più perfette tra esse e vi aggiunge qualcosa di nuovo che non è esistito prima [...]: una sintesi, la pienezza assoluta» e nuovi metodi adatti alla nuova epoca[52]. I metodi devono evolvere e, infatti, variano in ciascuna epoca, mentre i principi sono eterni e immodificabili[53]. Da taluni commentatori l'Insegnamento di Aïvanhov è definito sincretico, oppure, eclettico al fine di poterlo collocare semplicisticamente nella *New Age* intesa come «movimento religioso di tipo sincretistico, in cui confluiscono forme spirituali, terapeutiche e politiche alternative, basate su una concezione della natura intesa come essere vivente e su una religiosità tendenzialmente panteistica»[54]. Il termine "sincretismo", peraltro, per taluni autori, ha una accezione negativa in quanto esprime in ambito religioso

[46] S'Agostino, *La Genesi, difesa contro i Manichei*, libro primo, 3, 6.
[47] S'Agostino, *De beata vita*, 4, 35.
[48] S'Agostino, *Le Confessioni*, IV, 15, 25.
[49] A. H. King e Lenzmeier, *Ildegarda di Bingen. La vita e l'opera*, Gribaudi, 2004, p.226.
[50] O. M. Aïvanhov, *Luce spirito vivente*, Prosveta Edizioni.
[51] O. M. Aïvanhov, *Meditazioni al sorgere del Sole*, Prosveta Edizioni.
[52] O. M. Aïvanhov, *Conférence 27 mars 1946*, Éditions Prosveta. Il fatto che l'Insegnamento contenga riferimenti presenti in varie correnti mistiche non vuol dire che esso discenda da queste ultime, come chiarito espressamente da Deunov (cfr. *Le grain de Blé*, 1970, p.29) e Aïvanhov (cfr. *Conférence 31 janvier 1959*, Éditions Prosveta).
[53] O. M. Aïvanhov, *Conférence 25 décembre 1961*, Éditions Prosveta.
[54] Voce "New Age", in *Enciclopedia* Treccani.

il tentativo di conciliare ciò che si considera inconciliabile[55]. Ma l'Insegnamento di Aïvanhov, in verità, apporta la "Sintesi" e non l'aggregazione dell'esistente[56].

La sintesi «per sua stessa natura, esclude ogni sincretismo. Il sincretismo consiste nell'accozzare dal di fuori elementi più o meno eterogenei, i quali, visti in tal modo, non possono mai essere veramente unificati; in definitiva, si tratta di una sorta di eclettismo, con tutto quel che quest'ultimo sempre comporta di frammentario [...] è dunque qualcosa di puramente esteriore e superficiale; gli elementi vengono così raccolti da diverse parti e riuniti in tal modo artificialmente [...]. Al contrario, la sintesi è sempre effettuata dal di dentro; con ciò intendiamo dire che essa consiste in modo proprio nel prendere in considerazione le cose nell'unità del loro stesso principio, nel vedere come esse derivino e dipendano da questo principio, nell'unirle in tal maniera – o meglio, nel prendere coscienza della loro unione reale, in virtù di un legame del tutto interiore, inerente a ciò che di più profondo c'è nella loro natura»[57].

La sintesi mette assieme, in modo organico e armonico, parti tra loro distinte, dando vita a un organismo nuovo e vivo. La vera sintesi anima, vivifica: «Che cos'è l'analisi? Una discesa nella materia. E la sintesi? Un'ascesa verso lo spirito. Più si sale, più si perde di vista il dettaglio delle cose, ma si vede apparire l'insieme [...]. Più si sale, più si è obbligati a fare la sintesi, e grazie a questa sintesi si afferra un'unità, perché sotto un principio unico si scopre il legame che esiste tra una moltitudine di fatti e di oggetti. È così che si avanza»[58]. Certamente «quando ci si trova di fronte ad un problema è necessario analizzarlo; ma per trovare la soluzione migliore, il metodo più efficace è la sintesi, vale a dire ricollocare il problema nel cuore di un insieme [...]. Che cos'è l'individualismo? Una specie di analisi che spinge gli esseri a staccarsi, a isolarsi, a separarsi dagli altri, a rinforzare le mura, le frontiere [...]. Una collettività, una fratellanza, viceversa, è una sintesi che apporta la vita. Finché gli esseri umani non vorranno realizzare la fratellanza universale nel mondo, si distruggeranno. Per vivere, bisogna avere un Alto ideale, e questo ideale è il Regno di Dio: la vera Fratellanza universale»[59].

[55] Voce "Sincretismo" in *Enciclopedia* Sapere: «Il termine, che pare sia stato usato per la prima volta da Plutarco, in origine definiva un'alleanza di tutti i Cretesi contro un comune nemico [...] il vocabolo passò a significare ogni accostamento disarmonico fra elementi fra loro discordi e inconciliabili. Nell'epoca moderna, il termine fu adottato dapprima per un'ipotesi di umanesimo cristiano, superante la separazione della cristianità in cattolici e protestanti (a partire da Erasmo da Rotterdam, sec. XVI); quindi, in senso peggiorativo, dalla polemica rigorista (sia cattolica sia protestante) contro ogni tentativo di conciliare ciò che si considerava inconciliabile. Al di là di questi limiti teologici e filosofici, il termine fu ripreso dagli studiosi di storia delle religioni per indicare una forma di religione pagana dell'antichità, recettiva di prodotti di culture diverse (orientali innestati in un corpo greco-romano), in opposizione a un cristianesimo che non ammetteva compromessi con altre religioni».

[56] O. M. Aïvanhov, *Conférence 27 mars 1946*, Editions Prosveta.

[57] R. Guenon, *Considerazioni sulla via iniziatica*, Gherardo Casini Editore.

[58] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 8 novembre 2007, Prosveta Edizioni.

[59] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 27 marzo 2009, Prosveta Edizioni.

7.4. Nell'Insegnamento di Aïvanhov vi sono moltissimi riferimenti ai testi sacri del cristianesimo[60]. Numerose conferenze sono dedicate, infatti, a puntuali spiegazioni delle parabole e all'Insegnamento di Gesù. Sempre Aïvanhov precisa che il suo fine non è quello di sostituire i principi su cui si fonda la religione cristiana, giacché non possono esistere principi migliori di quelli che si trovano nei Vangeli. Le verità fondamentali per evolvere, osserva, sono nel Vangelo[61]. D'altronde, l'Insegnamento, come chiariremo in seguito, non introduce una fede religiosa e, in ragione di ciò, è compatibile con la pratica delle fedi religiose alle quali ciascuno di noi può sentirsi legato. Aïvanhov ha chiarito: «Io non sono contro l'Autorità della Chiesa»[62]. «Non sono – afferma – contro il fatto di andare in Chiesa [...], ma dico che bisogna considerare l'Universo come la Chiesa di Dio e adorare Dio in Spirito e Verità»[63], secondo quanto riportato nello stesso Vangelo di Giovanni. Ed è questo il cristianesimo originario che deve essere realizzato![64] Per ulteriori approfondimenti sulla relazione esistente tra l'Insegnamento di Aïvanhov e l'Insegnamento dei Vangeli, rinviamo al capitolo III.

8. In conclusione, la qualificazione da noi suggerita in merito a O. M. Aïvanhov è quella di "filosofo, pedagogista e Maestro spirituale, fondatore di una Scuola spirituale". Questa Scuola ha la finalità di far maturare e realizzare sulla Terra, a livello individuale e collettivo, la coscienza di unità e fraternità, mediante un Insegnamento che apporta la *sintesi qualitativa tra le quintessenze* degli Insegnamenti spirituali di Occidente e Oriente[65], aggiungendovi nuove argomentazioni e

[60] O. M. Aïvanhov, *Conférence 31 janvier 1959*, Éditions Prosveta. Cfr. *Le parabole di Gesù interpretate dalla Scienza iniziatica*, Prosveta Edizioni; Idem, *Nuova luce sui Vangeli, cit.*; Idem, *Commento all'Apocalisse*; Idem, *Voi siete dèi - Vangelo di Giovanni 10:34, L'essenza divina che è in noi*, Prosveta Edizioni; Idem, *Cercate il Regno di Dio e la sua Giustizia - Vangelo di Matteo 6:33*, Prosveta Edizioni.

[61] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 31 ottobre 2003, Prosveta Edizioni.

[62] O. M. Aïvanhov, *La Bible, miroir de la creation*, cit., p.50.

[63] O. M. Aïvanhov, *In Spirito e Verità*, Prosveta Edizioni; Idem, La Chiesa esoterica di San Giovanni in *I Frutti dell'Albero della Vita*, Prosveta Edizioni; Idem, *Conférence 9 avril 1958*, Éditions Prosveta; Idem, Parte VI (In spirito e verità) in *Cercate il Regno di Dio e la sua giustizia* cit.

[64] O. M. Aïvanhov, *Conférence 4 julliet 1950*, Éditions Prosveta. Idem, cap. IV (L'avvento della Chiesa di San Giovanni) in *La filosofia dell'Universalità*, Prosveta Edizioni. «Bisogna apprendere a trovare Dio dappertutto, in Spirito e Verità» (O. M. Aïvanhov, *Conférence 30 avril 1961*, Éditions Prosveta).

[65] I metodi esposti nelle conferenze e praticati nelle Scuole fraterne esprimono la quintessenza dell'unione dei metodi di avanzamento di ispirazione occidentale, tesi prevalentemente al lavoro sulla Terra e di quelli di ispirazione orientale, tesi prevalentemente al lavoro sul piano interiore, O. M. Aïvanhov, *Conférence 6 avril 1947*, Éditions Prosveta. Entrambe le tendenze, orientali e occidentali, sono buone a condizione che siano unite, altrimenti i mistici continueranno a lasciare la Terra abbandonata nelle mani dei soli materialisti, Idem, *Conférence 7 avril 1952*, Éditions Prosveta. L'Insegnamento, afferma Aïvanhov, esprime, quindi, «un cammino completo, da noi vi sono tutti i colori, è la pienezza, è la quintessenza di tutto ciò che di buono vi è stato nel passato, è il meglio di tutto ciò che è apparso in tutte le religioni. Il nostro Insegnamento non è un piccolo cammino particolare. Ma noi non critichiamo nessuno» (Idem, *Conférence 1 août 1954*, Éditions Prosveta). L'Insegnamento intende portare l'uomo alla pienezza poiché indica il cammino congiunto e coordinato del cuore e dell'intelletto, il cammino delle virtù e quello del

nuovi metodi adatti a questa epoca e validi per tutti gli uomini che cerchino il perfezionamento, a prescindere da adesioni a fedi religiose e dalle cittadinanze possedute.

La precisazione sulla Scuola è importante in quanto non tutti i Maestri progettano e fondano Scuole di vita spirituale. Peraltro, queste Scuole non hanno carattere devozionale e non sono destinate a semplici ritiri spirituali, ma sono progettate pedagogicamente per lo sviluppo della coscienza di fraternità e unità. Queste Scuole sono, quindi, coerenti con il "*compito realizzativo*" al quale Aïvanhov ha fatto molteplici riferimenti diretti nelle sue conferenze[66].

---

sapere, cammini necessari per l'armonia individuale: «quando si è umili, buoni [...] è nello stesso tempo si conoscono le verità della vita, allora, ci si sente soddisfatti, felici e si è nella pienezza» (Idem, *Conférence 12 avril 1945*, Éditions Prosveta).

[66] Occorre premettere, prima di fornire, a favore del ricercatore, puntuali elementi bibliografici sui contenuti del richiamato compito "realizzativo", una riflessione sulle relazioni intercorrenti tra P. Deunov (1864-1944) e O. M. Aïvanhov (1900-1986). Si può affermare che siamo in presenza di due riconosciuti Maestri spirituali, aventi compiti diversi nell'ambito della stessa direzione spirituale: la realizzazione sulla Terra dei valori spirituali del cristianesimo autentico. Vi è un profondo *trait d'union* tra i Vangeli, l'Insegnamento di Deunov e l'Insegnamento di Aïvanhov (O. M. Aïvanhov, *Conférence 21 julliet 1983*, Éditions Prosveta). Proprio Aïvanhov dirà in una *conferenza del 6 agosto 1966*: «Il mio lavoro è diverso da quello di Peter Deunov, del tutto diverso. E non c'è nessuna contraddizione fra di noi. Camminiamo sulla stessa strada, nella stessa direzione, sempre verso la Luce» (cfr. L. M. Frenette, *Omraam Mikhaël Aïvanhov*, *cit.*, p.257). Dunque, non vi sono contraddizioni e nemmeno duplicazioni. Vi è un *Esprit* di continuità tra i due Maestri e i relativi Insegnamenti. Sul peculiare compito di Aïvanhov, a titolo di orientamento, cfr. la *Conférence 7 septembre 1983*, Éditions Prosveta. Va precisato che Aïvanhov è stato, per un determinato periodo di tempo, discepolo di Deunov (cfr. *Alla Scuola del Maestro Peter Deunov, elementi autobiografici 2*, Prosveta Edizioni). Deunov ha apportato, come è noto, nella cultura spirituale metodi fondamentali, valorizzati nell'Insegnamento di Aïvanhov, quali, a titolo di esempio, la Paneuritmia, gli esercizi di ginnastica e i canti mistici. Precisamente, Aïvanhov incontrerà Deunov nel 1917 in Bulgaria. Dopo un ventennio, nel 1937, Aïvanhov lascerà la Bulgaria per recarsi in Francia (cfr. L. M. Frenette, *Omraam Mikhaël Aïvanhov*, cit., p.308) su incarico proprio di Deunov, il quale lascerà fisicamente la Terra, come rilevato, nel 1944. Negli anni successivi, Aïvanhov, autonomamente, fonderà l'Associazione spirituale a Sèvres, vicino Parigi, progetterà e realizzerà Scuole di Vita spirituale (in Europa: in Francia e in Svizzera), tuttora attive. Lo stesso nome spirituale ("*Omraam*"), gli verrà conferito non da Deunov, ma in India nell'anno 1959 (cfr. O. M. Aïvanhov, *Per diventare un libro vivente*, cit., p.66; L. M. Frenette, *Omraam Mikhaël Aïvanhov*, cit., p. 231). Aïvanhov fino al 1985 trasmetterà un Insegnamento spirituale completo in sé ed espressamente consacrato, anche sul piano metodologico, al suo compito "realizzativo" (cfr. L.M. Frenette, *Omraam Mikhaël Aïvanhov*, cit., pp.144-145). Il "compito realizzativo" ha riscontri anche negli stessi contenuti del suo Insegnamento, se consideriamo che vi si ritrovano non soltanto pensieri illuminanti e ispiranti ma percorsi compiuti, ben esplicitati e sperimentabili, finalizzati all'acquisizione della coscienza di unità e fraternità. Uno di questi percorsi è indicato nel presente volume. Ciò chiarito, in numerose conferenze O. M. Aïvanhov illustra il senso spirituale del suo "compito realizzativo". Sulle relazioni esistenti tra il compito spirituale di "realizzatore" e l'Età d'Oro di cui parlavano anche gli antichi testi dei *Purana*, cfr. O. M. Aïvanhov, *conférences 5,10, 11 e 25 avril 1982* e *18 août 1985*, Éditions Prosveta. Sul ruolo di Melchitsedek nell'Età d'Oro, cfr. Idem, *Conférence 20 mars 1971*; Idem, cap. III (Melchitsedek e l'insegnamento dei due principi) in O. M. Aïvanhov, *Commento all'Apocalisse*; Idem, cap. VI (Gesù, sommo sacerdote secondo l'Ordine di Melchisedek) in *Cos'è un figlio di Dio*, Prosveta Edizioni; Idem, cap. XX (La Terra dei viventi) in *I Frutti dell'Albero della*

«Il nostro Insegnamento – precisa Aïvanhov – è nuovo nel senso che è l'applicazione effettiva, adattata alla nostra epoca, di verità già conosciute e a tal fine, offre i migliori metodi psicologici adatti allo sviluppo delle qualità divine» e allo sviluppo della vita fraterna nell'ambito della quale possono fiorire le virtù necessarie al progresso dell'umanità intera[67].

Vita, cit. Sulle relazioni tra Aïvanhov e Melkitsedek, il Maestro dei Maestri, cfr. O. M. Aïvanhov, cap. I in *Vita e lavoro alla Scuola Divina I*, Prosveta Edizioni; L. M. Frenette, *Omraam Mikhaël Aïvanhov*, cit., p.263 e ss.

L'epoca della "realizzazione" è presentata da Aïvanhov con molteplici immagini: pensiamo alla quinta fatica di Ercole (simbolo dell'Iniziato che arriva ogni 2000 anni per svolgere un compito nuovo per rinnovare l'umanità) concernente il lavoro di ripulitura delle stalle del Re Augia in un solo giorno, cfr. *Conférences 11 avril 1982* e *19 mai 1985*, nonché cap. V (Le dodici fatiche di Ercole) in *Linguaggio Simbolico, Linguaggio della Natura*; pensiamo all'Era dell'Acquario, ove un saggio versa l'acqua, simbolo di un nuovo Insegnamento che purifica l'umanità e la Terra, cioè le stalle del Re Augia, nel simbolismo precedente (cfr. *Conférences 19 mai e 21 julliet 1985*); pensiamo al diciannovesimo Grande Maestro dell'Umanità atteso per apportare, sotto il segno del Sole, l'età d'Oro sulla Terra (cfr. *Conférences 23 mai* e *2 septembre 1963*); pensiamo al *Kalki avatar* raffigurato nella cultura indiana su un cavallo bianco (cfr. *Conférences 21 julliet, 4* e *25 août 1985;* L. M. Frenette, *Omraam Mikhaël Aïvanhov*, cit., p.291); pensiamo all'era Mikhaëlique di cui parla Rudolf Steiner (cfr. *Conférences 23 mai 1963, 8 août 1965, 15 avril 1971* e *21 julliet 1985* e L. M. Frenette, *Omraam Mikhaël Aïvanhov*, cit., p.244); pensiamo al periodo apocalittico nel quale il Drago è vinto dall'Arcangelo Michele (cfr. *Conférence 16 julliet 1972* e cap. XI - *L'arcangelo Mikhael abbatte il drago* - in *Commento all'Apocalisse*, Prosveta Edizioni). Infine, sulle relazioni esistenti tra il compito di "realizzatore" e la "Gerusalemme celeste" (cfr. *Conférence 18 août 1985*, Éditions Prosveta; cap. XI - *La nuova Gerusalemme e l'uomo perfetto* - in *I Segreti del Libro della natura*, cit.; cap. XI - *Le porte della Gerusalemme celeste* - in *I Misteri di Iesod*, Prosveta Edizioni).

[67] O. M. Aïvanhov, *Conférence 30 mai 1942*, Éditions Prosveta. Certamente, nel passato vi sono stati importanti insegnamenti mistici che hanno valorizzato, a seconda dei casi, la ricerca delle virtù, la purezza del corpo fisico, la conoscenza di Dio, la conoscenza dell'uomo, oppure la vita quale servizio divino sulla Terra, ma tutti questi insegnamenti, precisa Aïvanhov, rivolti a determinati popoli in determinate epoche storiche sono rami dello stesso grande Albero della *Fraternité Blanche Universelle*, il quale li contiene tutti (Idem, *Conférence 27 mars 1946*, Éditions Prosveta). Il riferimento al colore bianco (*Fraternitè Blanche*), quale sintesi di tutti i colori intende, coerentemente a quanto detto, porre in luce che l'Insegnamento esprime una sua pienezza, purezza e completezza e che è rivolto a tutti gli esseri umani, senza eccezioni e distinzioni. L'espressione *Fraternitè Blanche Universelle*, va inserita, quindi, al fine di poterne cogliere il significato autentico, nella dottrina mistica, ove essa identifica, non una organizzazione umana o una singola religione, ma la fraternità esistente sul piano spirituale tra tutti i grandi esseri che sono apparsi nella storia presso i vari popoli della Terra (santi, apostoli, martiri, iniziati, fondatori di religioni) apportando valori di bontà, intelligenza, nobiltà e disinteresse. Questa fraternità mistica, dunque, «non è una chiesa o una setta» (P. Deunov, *Le grain de Blè*, cit., p.29). A questa stessa fonte, a questa comunità mistica presente, con nomi diversi, in molte religioni (cfr.: O. M. Aïvanhov, Le Anime glorificate in *I Frutti dell'Albero della Vita*, cit.) devono essere ricondotti gli Insegnamenti di Deunov e di Aïvanhov (L. M. Frenette, *Omraam Mikhaël Aïvanhov*, cit., p. 79). Il nome *Fraternitè Blanche Universelle* ha, poi, un significato sul piano umano al fine di individuare sulla Terra, non gli aderenti a una dottrina religiosa, ma tutti gli uomini di buona volontà e cioè coloro che, noti o meno noti, a qualunque movimento o religione appartengano, ne abbracciano con sincerità i valori spirituali: «Quando io parlo della Fratellanza Bianca Universale, sottintendo tutti gli esseri nel mondo che possiedono la luce e che lavorano per la luce [...] abbraccia tutte le religioni» (O. M. Aïvanhov, *Vita e Lavoro alla Scuola Divina*, cit., pp.53-54).

Il percorso interiore e pedagogico proposto va al di là, come detto, delle singole fedi. L'insegnamento non aggiunge un'altra fede alle numerose fedi già esistenti, giacché si muove su un'altra linea di azione e perfezionamento. Aïvanhov precisa che «è indifferente che io sia protestante, cattolico, ortodosso, buddista o musulmano. Bisogna elevarsi al di sopra di queste designazioni e andare più lontano [...]. Dio si occupa di tutti i popoli e le diverse forme di espressione del sentimento religioso, sono dovute alla differenza di mentalità tra i popoli abitanti nei diversi luoghi»[68]. Tutte le religioni provengono dalla stessa matrice. Non dobbiamo, allora, promuovere divisioni o il dominio di una religione sulle altre, ma dobbiamo perseguire una reale qualità di vita fraterna ed è su questa qualità, su questo piano sostanziale, che tutti possono incontrarsi pacificamente ed armoniosamente.

[68] O. M. Aïvanhov, *Conférence 31 janvier 1959*, Éditions Prosveta.

Capitolo II

Approccio metodologico allo studio delle fonti dell'Insegnamento: le conferenze

1. Va osservato, innanzitutto, che il sistema filosofico e pedagogico proposto da O. M. Aïvanhov non è ricavabile da testi redatti per iscritto, ma, esclusivamente, da migliaia di conferenze tenute gratuitamente nel corso di circa 50 anni e cioè dal 1938 al 1985[1].

Le fonti dirette del Suo Insegnamento sono, dunque, soltanto le conferenze pronunciate. Conseguentemente, i libri cartacei o digitali, si limitano a riprodurre dette conferenze per intero o per estratto.

Ogni libro è preceduto da una nota dell'Editore con la quale si chiarisce che il testo scritto è tratto da conferenze "improvvisate". Questa precisazione è da intendere nel senso che la singola conferenza tenuta dall'Autore ha uno svolgimento non correlato a un testo previamente scritto[2]. Nel corso della giornata, potevano svolgersi conferenze programmate (ad esempio, in occasione del pranzo in comune) e conferenze non programmate (ad esempio, subito dopo il levar del Sole). In tutti questi casi, le conferenze erano sempre "improvvisate" nel senso appena indicato, e cioè senza l'ausilio di un testo o di una traccia scritta. Aïvanhov spiega così questa scelta: «Io ho bisogno che quello che mi accingo a dire scenda in modo naturale dall'Alto. Per questo, prima di prendere la parola, devo rimanere concentrato affinché, giunto il momento, la Sorgente fluisca in me [...] perché non ho altra preoccupazione se non quella di essere utile [...] in seguito quando entro nella sala non prendo immediatamente la parola, ma incominciamo a meditare insieme per potere creare le migliori condizioni»[3].

2. Appare fondamentale evidenziare che la singola conferenza non è finalizzata a esprimere, in modo esaustivo, il pensiero completo di Aïvanhov su un dato argomento. Il suo obiettivo non è quello di presentare con la singola conferenza un sistema ben definito e definitivamente chiuso[4]: «sono come un pittore davanti ad una immensa tela, l'Universo, ed anche il mio quadro è in via di creazione»[5].

---

[1] Ad oggi, le conferenze sono state tradotte in trenta lingue: www.prosveta.com. Le conferenze sono edite in lingua Italiana dalla Casa editrice Prosveta, www.prosveta.it.

[2] Nelle conferenze svolte in sale aperte al pubblico, i presenti potevano anche rivolgere direttamente domande al Maestro, come nel caso della *Conférence 26 octobre 1946*, Lyon, Éditions Prosveta.

[3] O. M. Aïvanhov, *Per diventare un libro vivente*, cit., p.293 e ss. Idem, *Conférence 3 juin 1945*; Idem, *Conférence 5 octobre 1951*, Éditions Prosveta.

[4] O. M. Aïvanhov, *Per diventare un libro vivente*, cit., p.298.

[5] Ibidem.

Le singole conferenze hanno, infatti, una finalità pedagogica, e non quella di fornire un sapere astratto, e per tale ragione, esse non contengono il Suo pensiero complessivo su una data materia, ma esprimono, di volta in volta, solo alcuni aspetti di un dato problema o di un dato argomento al fine di favorirne una maggiore apprendibilità e di illustrarne le relative implicazioni rispetto alla nostra vita quotidiana e alla trasformazione della nostra condotta di vita, interiore ed esteriore[6].

Il tema trattato nella singola conferenza, pur concernendo profili particolari di una determinata questione, non è, comunque, parcellizzato o scollegato da una visione unitaria della Vita. Ogni conferenza, in ragione dell'approccio seguito, è una sorta di piccolo manuale di vita a mo' di ologramma[7]. Peraltro, oggi anche la cultura ufficiale riconosce la bontà di questo approccio metodologico quando afferma che non bisogna «studiare un pezzettino dell'identità umana, scollegandolo da tutti gli altri»[8]. Osserva Aïvanhov che «bisogna studiare le cose come fanno gli scienziati, con precisione, intelligenza, ma senza mortificarle, senza separarle dal tutto [...] lo studio deve convergere verso la vita collettiva e universale, verso il centro dell'Universo. In questo modo, ogni fatto, ogni cosa trova il suo posto nell'Armonia collettiva [...] gli esseri che lavorano individualmente non hanno mai conosciuto il piano di questo architetto che è Dio stesso»[9].

3. Le conferenze non sono rivolte a coloro che possiedono una preparazione culturale specialistica, ma a tutti coloro che hanno la sincera attitudine a voler perfezionare se stessi e la loro condotta di vita. Le conferenze sono costruite in modo tale da risultare accessibili da molteplici punti di vista, simbolicamente parlando, percorribili a seconda delle caratteristiche soggettive maggiormente sviluppate (intellettuali, di cuore o volitive) dall'uditore.

Il linguaggio adoperato nelle conferenze è volutamente chiaro e semplice: «io mi sono promesso di parlarvi – precisava già nel 1938 – con un linguaggio chiaro, semplice e ricco di immagini»[10]. Nelle conferenze il ricorso frequente

---

[6] O. M. Aïvanhov, *Conférence 11 août 1956*, Éditions Prosveta. La scelta di toccare vari argomenti e di non fermarsi sulla stessa questione nell'ambito della stessa conferenza è motivata, ad esempio, nella *Conférence 27 mars 1960*, Éditions Prosveta.

[7] O. M. Aïvanhov, *Conosci te stesso. Jnana yoga* - I, Prosveta Edizioni, p.55.

[8] «Il nostro modo di conoscenza parcellizzato produce ignoranze globali", E. Morin, *La via. Per l'avvenire dell'Umanità*, Raffaello Cortina, p.133.

[9] O. M. Aïvanhov, *Conférence 25 décembre 1961*, Éditions Prosveta.

[10] O. M. Aïvanhov, *Conférence 29 janvier 1938, Éditions Prosveta*. L'assenza nelle conferenze di citazioni di opere conosciute o di autori famosi avrebbe potuto fare apparire Aïvanhov come un conferenziere meno autorevole: «ma perché non rendere semplici e accessibili le grandi verità anche ai bambini? Ecco una qualità che Dio mi ha dato, saper presentare le cose con chiarezza e semplicità» (Idem, cap. I, *Lo yoga del Sole*, cit.). Parlare con chiarezza, semplicità e per immagini era proprio anche del linguaggio evangelico (O. M. Aïvanhov, *Conférence 27 mars 1960*, Éditions Prosveta).

alle immagini si spiega con l'esigenza di rendere accessibili i contenuti a tutti e di toccare più in profondità la coscienza dei partecipanti giacché le immagini, a differenze delle astrazioni, sono più facilmente trattenute dal cervello e continuano a lavorare in noi[11].

Aïvanhov, per esaminare talune problematiche, partiva volutamente non da concetti astratti ma dalle esperienze vissute, dalla vita quotidiana al fine di favorire, attraverso specifiche riflessioni e argomentazioni, nuovi stati di consapevolezza: «parto dalle esperienze vissute per condurre a stati di coscienza nuovi da vivere [...] è un nuovo metodo pedagogico»[12]. Queste riflessioni sono volutamente fondate sull'osservazione di ciò che accade intorno a noi e nella Natura al fine di estrarne importanti lezioni di vita: infatti, affermava Aïvanhov, «le nostre conferenze sono basate sul legame esistente tra le realtà esteriori e le realtà interiori»[13].

Le conferenze si dipanano in modo da toccare l'uomo inteso nella sua integralità (e non quale contenitore di informazioni), partecipandogli metodi suscettibili di agire quale leve del proprio cambiamento. Esse si prefiggono di veicolare un sapere che, contestualmente, aiuti a trasformare se stessi e il modo interiore di vivere la vita: «quello che il Maestro dice tocca tutte le corde dell'essere umano, poiché egli non presenta mai una verità solamente in una forma intellettuale, ma la riveste sempre affinché il cuore la senta, l'immaginazione le dia forma, e la volontà nutra il desiderio ardente di realizzarla. Chi lo avvicina comincia non solo a comprendere i propri problemi e a dominarli, ma anche a cambiare il proprio atteggiamento di fronte a tutti gli interrogativi che agitano e turbano l'umanità. Diventa così più forte per resistere agli scossoni, alle disgrazie, ai dispiaceri; diventa più sensibile per apprezzare l'amore, la bellezza, la purezza e risvegliarli in sé stesso; con questa maggiore consapevolezza, comprende più facilmente le leggi dell'esistenza e si libera creando in sé un essere nuovo. Nelle parole del Maestro ognuno può attingere ciò di cui ha bisogno»[14].

4. Non è, dunque, l'Accademico che parla, ma il Maestro che propone gli Insegnamenti che già vive ed applica. Non è il professionista del sapere che parla, ma il Pedagogista disinteressato che gratuitamente e fraternamente, con un linguaggio chiaro e semplice, si prefigge di dare una nuova comprensione e un nuovo slancio, una ispirazione al miglioramento interiore per favorire lo sviluppo del lato divino e nobile degli esseri umani, incoraggiandoli sempre verso il camino di perfezione.

---

[11] O. M. Aïvanhov, *Conférences 27 mars* e *23 août 1960*, Éditions Prosveta.
[12] O. M. Aïvanhov, *Conférence 23 août 1960*, Éditions Prosveta.
[13] O. M. Aïvanhov, *Conférence 2 mai 1943*, Éditions Prosveta.
[14] A. Lejbowicz, *Omraam Mikhaël Aïvanhov e l'Insegnamento della Fratellanza*, Edizioni Prosveta.

La parola di Aïvanhov «è pedagogica secondo il riferimento greco dell'etimologia e cioè essa conduce. La sua parola, infatti, è sostenuta da un impulso che conduce il suo uditorio verso un "mondo di Luce", quel mondo che lo ispira quando parla»[15].

5. Per quanto abbiamo sopra rilevato, bisogna porre molta attenzione – e ciò vale beninteso per tutti i pensatori – a non estrapolare e generalizzare affermazioni contenute nelle singole conferenze. Lo studioso imparziale e disinteressato è obbligato, se vuole evitare sviste interpretative, a leggere o ascoltare un certo numero di conferenze al fine di poter utilmente inquadrare e ricostruire il reale pensiero dell'Autore su una tematica di proprio interesse.

Occorre compiere un prudenziale giro d'orizzonte sul suo lavoro anche al fine di non confondere il senso letterale di talune espressioni con il senso simbolico, comunque, esplicitato dallo stesso Autore nell'insieme delle sue conferenze. Emblematica, è la confusione, cui abbiamo già accennato, tra Sole fisico e Sole spirituale cui incorrono alcuni commentatori, spinti dall'esigenza di elaborare rappresentazioni ad effetto, a causa delle quali lasciano intendere ai loro lettori significati diversi da quelli realmente attribuiti da O. M. Aïvanhov.

Occorre, quindi, un propedeutico lavoro iniziale di paziente ascolto o lettura per ottenere una prima e ragionevole comprensione intellettuale. Occorre, in seguito, per chi voglia saggiarne anche effettivamente la portata, la successiva sperimentazione nelle parti ritenute di interesse. Ad esempio, il ricercatore potrebbe decidere di sperimentare, per un certo periodo di tempo, la visione proposta circa il modo di nutrirsi e in seguito svolgere le proprie valutazioni favorevoli o critiche. L'applicazione, d'altronde, è un atto biologico necessario per una completa comprensione di una determinata Idea, come avremo modo di evidenziare nel prosieguo.

Lo studioso è chiamato a un certo sforzo di volontà giacché potrebbe essere indotto a transitare da una lettura all'altra, sospinto dal bisogno di conoscere e di trovare continue fonti di ispirazione. Non bisogna dare per scontato che non vi siano difficoltà applicative anche perché siamo assorbiti da continue sollecitazioni presenti nella realtà che ci circonda.

Se l'approccio all'Insegnamento è agevole in ragione del linguaggio chiaro e semplice, più complessa appare, quindi, la comprensione effettiva, giacché essa esige non solo studio intellettuale ma l'impegno del cuore e della volontà per cambiare se stessi, ovvero, esige sforzi applicativi sul nostro modo di vivere e sulle aree più sensibili del nostro ego. E questo, beninteso, vale per tutti gli Insegnamenti che perseguono valori morali o spirituali.

Per poter affrontare questo Pensiero occorre dunque accettare di entrare in una prospettiva comportante una messa in discussione di se stessi. E questo non

[15] A. Lejbowicz, *L'éducation prénatale*, cit., p.10.

è facile per nessuno di noi. Si è detto, in generale, che il modello di formazione funziona quando «le abilità da acquisire sono di tipo cognitivo (magari per essere in grado, a propria volta, di trasmettere un insegnamento) o sono di tipo operativo (per modificare un processo di funzionamento pratico/tecnico). Ma mostra una profonda inefficacia quando l'apprendimento intellettuale dovrebbe incidere sul modo di sentire e di agire quotidiano delle persone per orientarlo ad un cambiamento. Spesso le persone mostrano di aver capito, ma di non esser cambiate: al cumulo di nozioni intellettualmente apprese non segue una serie di comportamenti coerenti. Anzi, il maggior apprendimento di informazioni, valori, significati [...] allarga la frattura tra l'ideale (conosciuto e proclamato) e il vissuto reale (la pratica di vita quotidiana)»[16].

Le conferenze di Aïvanhov si prefiggono di superare questa "*impasse*" in quanto favoriscono, per quanto già evidenziato, il coinvolgimento del partecipante, uditore o lettore, stimolandone un avanzamento reale sul piano dello stato di coscienza.

Pertanto, a nostro avviso, è importante per il ricercatore non limitarsi alla lettura di estratti o di singoli pensieri, ma accedere alle conferenze integrali se desidera entrare nella dimensione cognitiva e pedagogica del tema trattato.

6. Infine, osserviamo che la singola conferenza si colloca in un contesto di trasmissione del Sapere che è intellettualmente e moralmente rigoroso e, nel contempo, affettuoso, costruttivo, fraterno, denso di speranze e incoraggiamenti, come ha potuto sperimentare direttamente l'autore di queste brevi riflessioni. Peraltro, già nel 1942 lo stesso Aïvanhov chiariva di non voler essere un conferenziere da ascoltare a distanza per avere prestigio, gloria e onori, ma di volere, piuttosto, la semplicità e il ravvicinamento dei cuori anche tra tutti coloro che partecipano all'incontro[17].

Questi contesti straordinari non fanno parte della nostra normalità e ciò costituisce anche per i più giovani una grande lacuna. Purtroppo nei luoghi ufficiali abbiamo disgiunto la bellezza dell'attività intellettuale dalla bellezza e coerenza della vita interiore ed esteriore le quali portano, se tra loro unite, allo sviluppo dell'identità e autenticità elevata della persona.

Da troppo tempo, siamo abituati a un sapere che agisce solo sulle competenze tecniche da possedere per svolgere un mestiere o una professione intellettuale, o per acquisire posizioni nelle relazioni sociali. Questo sapere si è rivelato molto insufficiente, perché è slegato dalla vita vissuta e dal nostro benessere reale. Infatti, malgrado le notevoli conoscenze intellettuali possedute siamo così infelici e così dannosi da mettere in crisi la sopravvivenza sul pianeta. Siamo sommersi da parole e da proclami che non curano l'uomo e il pianeta. Ciò vuol dire che ci

[16] I. Seghedoni, *Dare buoni consigli non basta: formare la coscienza*, in *Tredimensioni* n. 2, (4) 2007, p.144 e ss.
[17] O. M. Aïvanhov, *Conférence 7 juin 1942*, Éditions Prosveta.

manca un sapere sostanziale, un sapere che non viene insegnato nelle Istituzioni: questo sapere è chiamato da Aïvanhov la «Scienza della vita»[18].

Molti studiosi cominciano ad osservare che si è creato un distacco notevole tra cultura e modo di vivere, un distacco che occorre ricucire necessariamente. Nella nostra cultura, «il filosofo inteso come "Maestro di vita" o "sapiente" è una figura praticamente scomparsa [...] nella nostra civiltà ha prevalso una particolare concezione quella che fa coincidere la sapienza con il sapere razionale, cioè "logico"»[19].

Questa osservazione coglie nel segno. Forse, proprio in ragione di ciò, taluni pensatori, temendo di perdere credibilità nel loro ambiente di riferimento, sono ben lontani dal dare spazio e visibilità ai pensieri riconducibili ad autori conosciuti anche come "Maestri spirituali". I Maestri rappresentano figure ostiche alla cultura intellettualistica, soprattutto, di matrice occidentale la quale, vede in essi, con un notevole salto logico, non una fonte di cultura cui confrontarsi, ma una automatica *deminutio* della libertà intellettuale e una sorta di asservimento della ragione.

Questa visione preconcetta nasce dall'esigenza celata di non mettere in discussione il proprio ego, ma anche dalle attitudini di coloro che intendono promuovere la bontà degli Insegnamenti morali o spirituali, in modo fideistico e devozionale, prescindendo dal fornire adeguate argomentazioni o esempi. Il principio di ragionevolezza deve essere un compagno fedele delle teorie esposte, soprattutto, allorché queste si rivolgano al modo di vivere dell'uomo. Infatti, gli insegnamenti spirituali devono essere *argomentati e verificabili* cioè *sperimentabili nella vita* affinché ciascuno possa liberamente formarsi il proprio convincimento.

Forse, l'insieme dei pregiudizi sopra indicati, tra i quali l'idea che i Maestri siano portatori di dogmatismi e non di Sapere, generano negli studiosi alcune difficoltà a ben collocare il pensiero di Aïvanhov nell'ambito della cultura pedagogica e filosofica ufficiale, malgrado la sua diffusione sia sempre crescente tra il pubblico. Basti pensare che i suoi libri sono tradotti in oltre 30 lingue, come già osservato.

Ma con il tempo, anche la cultura ufficiale, a nostro avviso, saprà attribuire il giusto ruolo alle prospettive culturali che valorizzano le facoltà intellettuali finalizzate alla ricerca e concretizzazione dei valori etici, senza ritenere che ciò solo comporti una subordinazione dell'Io alla sfera religiosa o a forme di dogmatismo.

---

[18] O. M. Aïvanhov, cap. I (La vita) in *Le Potenze della Vita*, Prosveta Edizioni.

[19] R. Madera e S. Tenca, *La filosofia come stile di vita. Introduzione alle pratiche filosofiche*, Bruno Mondadori, 2013, p.112.

Capitolo III

Nuovi orizzonti nel percorso di crescita spirituale: il lavoro su di sé nell'Insegnamento di O. M. Aïvanhov e nei Vangeli

1. Filosofi, scienziati, sociologi, politologi, economisti e cittadini impegnati nella società civile si interrogano sulla necessità di dare uno spazio importante alla coscienza di fraternità al fine di prevenire e risolvere i conflitti[1]. Appare fondamentale, osserva un famoso scienziato, la coscienza di far parte di una famiglia terrestre: «nei prossimi decenni, la sopravvivenza dell'umanità dipenderà dalla nostra capacità di comprendere i principi che sostengono la vita e di vivere in conformità con questi. Pertanto, la consapevolezza di essere parte di "un tutto" e di come funzionano i sistemi viventi che ne fanno parte dovrà diventare una competenza imprescindibile per i politici, gli amministratori, gli insegnanti e costituire la parte più importante dell'istruzione a tutti i livelli, dalle scuole primarie e secondarie, fino all'università e alla formazione permanente»[2].

La caratteristica principale della «famiglia terrestre è la sua capacità intrinseca di sostenere la vita [...] noi tutti dovremmo cercare di mantenere e alimentare questa capacità [...]. Una comunità sostenibile viene progettata e gestita in modo che i suoi stili di vita, la sua organizzazione economica e la sua tecnologia non compromettano la capacità della natura di sostenere durevolmente la vita [...] sia negli ecosistemi sia nella società umana, la sostenibilità scaturisce da un'intera rete di relazioni e non da un solo individuo»[3]. Il concetto di famiglia terrestre richiama necessariamente quello di fraternità. Ha osservato Morin che ci sono dei momenti storici nei quali il problema cruciale è quello della libertà, soprattutto, nelle condizioni di oppressione, e ve ne sono altri nei quali il problema maggiore è quello della fraternità e della solidarietà ed è il caso del nostro tempo[4].

L'uomo, afferma Aïvanhov, deve capire di far parte di un Insieme: chi prende coscienza di appartenere realmente ad un Insieme più vasto, si sente obbligato ad armonizzarsi con quell'Insieme, come accade in una orchestra o in una corale[5]. Occorre ampliare la coscienza alle dimensioni dell'intera umanità, afferma Aïvanhov, al fine di diventare sensibili alle conseguenze del nostro modo di vivere su coloro

[1] Cfr. "L'appello del Pensiero contemporaneo ai principi di cooperazione fraterna nell'era della globalizzazione e delle interdipendenze", in B. Fuoco, *Le nostre scelte nella Rete della Vita*, 2015, www.nuoveattitudini.it.
[2] F. Capra, *La scienza della vita*, Bur, 2002, p.337.
[3] Ibidem.
[4] Citato in www.nuoveattitudini.it
[5] O. M. Aïvanhov, *Un ideale di vita fraterna*, Prosveta Edizioni, 2015, p.5.

che ci stanno vicini e su tutte le altre creature: «solo questa consapevolezza di far parte di un insieme che li supera e con il quale devono armonizzarsi può favorire l'evoluzione degli esseri umani. Così, a poco a poco, essi entrano in risonanza con l'intelligenza cosmica che ha creato l'universo secondo le Leggi dell'unità e dell'armonia, e in loro si verificano molti miglioramenti»[6].

Peraltro, l'idea di fraternità non deve essere inventata dall'uomo. Il modello fraterno esiste già in Natura, afferma Aïvanhov, e proviene dal nostro organismo che lavora *con amore e disinteresse* per noi. Questo modello può aiutarci a comprendere anche i reali contenuti comportamentali della fraternità e a superare alcuni luoghi comuni idonei a creare una certa confusione e anche certi timori[7].

Ma come arrivare a una società fraterna? Come arrivare alla percezione di far parte di un Insieme, ad uno stato di coscienza di unità e fraternità che è la *condicio sine qua non* per cambiare realmente i comportamenti individuali e sociali?

In effetti, occorrono una nuova filosofia e pedagogia che supportino il progetto di cambiamento verso la coscienza dell'unità e fraternità, verso la Natura divina dell'uomo. Gli insegnamenti spirituali dovrebbero concentrarsi verso questa nuova direzione di lavoro spirituale. Una parte della collettività avverte, effettivamente, il bisogno di una nuova direzione di vita sia a livello individuale che collettivo.

Precisa Aïvanhov[8] che nel passato, l'insegnamento spirituale era volto, soprattutto, al lavoro individuale. Le persone venivano istruite per sviluppare facoltà individuali. Le persone lavoravano nella solitudine, come eremiti e asceti. Bisognava sviluppare l'intelligenza, la meditazione, la concentrazione, l'autocontrollo, il giudizio e la volontà. Gli asceti erano nella pace, si occupavano di se stessi e ascoltavano la loro voce interiore[9]. Lo sviluppo eccessivo della vita individuale, ha portato però alla emarginazione del cuore giacché esso era ed è il motore della vita collettiva. Senza lo sviluppo del cuore, la vita collettiva diventa insopportabile, ci si sente separati e divisi. Oggi, infatti, gli esseri non si sopportano più e sono pronti alla rivolta e alle guerre. Lo sviluppo della vita individuale ha portato allo sviluppo eccessivo dell'intelletto e l'uomo ha tagliato i legami con la Natura e non sente dentro di se che le sue radici sono nel Cosmo, nell'Universo. La coscienza dell'uomo è diventata troppo individuale[10]. Se lo sviluppo della vita individuale era necessario nel passato in quanto permetteva la formazione dell'Io ora, al contrario, occorre dare spazio alla vita collettiva e quindi alle qualità del cuore, qualità rilevanti sul piano cognitivo e comportamentale[11].

---

[6] Ivi, p.6.
[7] Cfr. B. Fuoco, "Le ragioni della cooperazione fraterna" in *Le nostre scelte nella Rete della Vita*, cit.
[8] O. M. Aïvanhov, *Conférence 4 julliet 1950*, Éditions Prosveta.
[9] Ibidem.
[10] Ibidem.
[11] Ibidem.

La vita collettiva permette lo sviluppo di nuove qualità oggi necessarie per la nostra sopravvivenza: bontà, dolcezza, tolleranza, perdono, amore. Perché sviluppare queste virtù? Per avere una nuova umanità che lavori insieme come in una famiglia e che ponga al bando guerre e ostilità e che viva sulla Terra in modo fraterno con tutti e con tutto il Creato, con le piante, gli animali, per fare della Terra un giardino del Paradiso[12].

Molti insegnamenti spirituali hanno diffuso l'idea, spiega Aïvanhov, che la Terra è un luogo di esilio dove l'essere umano è condannato a vivere nell'attesa di ritornare nella sua patria celeste. Ma noi, in realtà, non siamo in esilio in quanto abbiamo un lavoro da fare e un essere umano, precisa Aïvanhov, che non si assume la responsabilità spirituale della propria vita sulla Terra, non ha una vera vita nemmeno nel Cielo[13]. Certamente, «quando preghiamo, noi volgiamo il nostro sguardo interiore verso il Cielo [...], ma non per allontanarci dalla Terra [...] ma per diventare noi stessi conduttori del Cielo, per fare scendere sulla Terra tutto ciò che è bello, puro, luminoso, eterno [...]. Perché il Paradiso deve esistere solo in Alto e qui sulla Terra sempre miseria, povertà, squallore? No, il Paradiso deve scendere sulla Terra».[14] «Gesù quando ha detto "come in Cielo, così in Terra", ci ha fatto prendere coscienza del legame che esiste tra la Terra e il Cielo e del lavoro che occorre compiere sulla Terra»[15]. Ma il primo significato della parola "*Terra*" a cui alludeva Gesù va posto in relazione alla nostra "*Terra*", cioè all'essere umano: ciò vuol dire che la Luce che è nel Cielo «deve scendere nel nostro cervello, nel nostro cuore, nei polmoni [...] in tutto il nostro corpo»[16]. A questo lavoro tutti dobbiamo partecipare: «Non esiste attività più nobile [...]. Bisogna che ne prendiate coscienza e che partecipiate con tutti i mezzi, grandi o piccoli che siano [...]. Quando ci sono le elezioni si chiede al popolo di essere particolarmente intelligente e capace per votare [...]. Ebbene, anche noi dobbiamo votare per il Regno di Dio e la sua Giustizia, partecipare alla sua venuta sulla Terra, essere felici e fieri di contribuire alla sua realizzazione. Davanti al Cielo non c'è nulla di più importante»[17].

Gesù – afferma Aïvanhov – «voleva degli operai sulla Terra [...], ma gli operai fuggirono la Terra!»[18] Per queste ragioni, coloro che, invece, accettano e praticano questo impegno sono considerati, afferma sempre Aïvanhov, come collaboratori

[12] Ibidem. Sugli apporti dell'intelligenza del cuore, cfr. B. Fuoco, *Le nostre scelte nella Rete della Vita*, cit., p.151 e ss.

[13] O. M. Aïvanhov, *De la terre au Ciel. Le sens de la prière*, Éditions Prosveta, 2016, p.17.

[14] Ibidem.

[15] *Ivi*, p.18.

[16] *Ivi*, p.19.

[17] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 1 novembre 2001, Prosveta Edizioni.

[18] O. M. Aïvanhov, *Conférence 2 janvier 1970*, Éditions Prosveta. «Noi non dobbiamo abbandonare il corpo per andare in altri mondi, giacché noi li abbiamo lasciati per venire qui. Il Cielo non vuole che andiamo a vivere nei conventi, nelle foreste [...]. Certamente, noi siamo venuti per pregare, meditare, ma non per restare eternamente nei luoghi solitari e sperduti [...]. Il piano di Dio è la realizzazione del Suo Regno sulla Terra» (Idem, *Conférence 1 mai 1941*, Éditions Prosveta).

nei mondi spirituali per la ricostruzione del mondo[19]. La Terra è un cantiere, nulla vi è di completato, tutto è in via di realizzazione[20]. Ma per poter influenzare tutta la Terra, dobbiamo iniziare necessariamente dalla nostra "*Terra*". Non si può pensare che un ordine spirituale sulla Terra possa avvenire dall'esterno o con la forza. Può solo arrivare dall'interno dell'uomo[21].

Lavorando sulla nostra "*Terra*", sulla nostra materia (cioè sulla nostra natura umana, sul nostro corpo fisico tramite il quale ci manifestiamo e sulla materia della Creazione) noi ci arricchiamo di nuovi valori racchiusi in essa, come in uno scrigno, giacché la materia è luce condensata[22]. Contrariamente alle apparenze, precisa Aïvanhov, «la nostra discesa nella materia non ci esilia lontano da Lui, poiché la materia appartiene all'essenza stessa di Dio, ed è una condensazione della forza divina»[23].

---

[19] O. M. Aïvanhov, *Conférence 3 mai 1952*, Éditions Prosveta. «Quando gli esseri umani si scontrano e si distruggono a vicenda, lavorano contro il Creatore. Anche se Dio li ha creati diversi, tali differenze non devono mai servire loro da pretesto per combattersi. Agli occhi di Dio, niente giustifica l'odio verso una razza o un popolo, o il bisogno di asservire una classe sociale. Tutti gli esseri viventi sono scaturiti da Dio, e Dio soffre dei loro conflitti. Gli esseri umani hanno adottato la filosofia della separatività nel nome di interessi che essi ritengono superiori, ma che il più delle volte sono ispirati dal loro egoismo e dalla ristrettezza di vedute. La difesa di quegli interessi va contro gli interessi della Creazione nella sua totalità, e ciò trascinerà l'umanità alla rovina. I veri interessi degli umani si fondono con quelli del Creatore, e solo l'incontro degli interessi degli umani con quelli del Creatore produce benedizioni per tutti» (O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 23 aprile 2017, Prosveta Edizioni).

[20] O. M. Aïvanhov, *Conférence 15 avril 1946*, Éditions Prosveta.

[21] O. M. Aïvanhov, *De la terre au Ciel*, cit., p.11.

[22] O. M. Aïvanhov, cap. VI (Materia e Luce) in *Vita e Lavoro alla Scuola Divina*, cit. «Il primo giorno della Creazione, Dio disse: "Che la luce sia!" Se si mette questa frase in relazione con l'inizio del Vangelo di San Giovanni, "In principio era il Verbo e il Verbo era con Dio e il Verbo era Dio", si fa una scoperta essenziale: la luce è la sostanza che il Verbo divino ha fatto apparire perché divenisse la materia della Creazione. Direte che quando si guardano le pietre, le piante, gli animali e anche gli esseri umani, non si vede assolutamente che siano fatti di luce. Certo, perché in essi la luce si è talmente condensata da divenire opaca. E se generalmente si contrappone la materia alla luce, è perché si ignora che ciò che chiamiamo "materia" è in realtà luce condensata» (O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 4 ottobre 2010, Prosveta Edizioni). Che la materia non sia pura passività ma abbia delle *rationes seminalis*, cioè dei germi da portare a manifestazione, ad esempio, lo affermava anche San Bonaventura di Bagnoregio, per il quale la «materia aveva una potenza attiva che svolgendosi si fa forma, a quel modo che il bocciolo schiudendosi diventa rosa" (B. Nardi, *Studi di filosofia medioevale*, Roma, 1960, p.79). Afferma Aïvanhov: «Ogni anno, in primavera, con il ritorno della luce e del calore, tutte le sementi nascoste nella terra iniziano a crescere. Questo lo sapete, l'avete visto, ma non avete compreso che un fenomeno identico può verificarsi anche in voi. Sì, perché anche in voi ci sono dei semi, delle sementi, ossia le qualità e le virtù che Dio ha deposto fin dall'origine; e se non germogliano, è perché voi non pensate a esporvi ai raggi del Sole spirituale. Se fin dai primi giorni di primavera andiamo tutte le mattine a vedere il Sole che sorge – il Sole, che è l'immagine più pura della Divinità – è per assicurare alle nostre sementi le condizioni migliori per crescere e manifestarsi. Nessuno deve credersi abbastanza intelligente, sapiente o ragionevole da disprezzare questa pratica: sul piano spirituale, come sul piano fisico, i semi germogliano unicamente al Sole» (O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 28 marzo 2017, Prosveta edizioni).

[23] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 11 aprile 2016, Prosveta Edizioni. «Noi vogliamo che la

Ma in quali occasioni lavoriamo sulla "*Terra*" e sulla materia? Quando noi pensiamo, mangiamo, amiamo, respiriamo, sentiamo, agiamo… noi lavoriamo necessariamente sulla materia, cioè lavoriamo sulla Creazione, su tutti i suoi elementi. Ad esempio, quando ci nutriamo, assorbiamo e trasformiamo la materia e quindi una piccola parte della Creazione[24]. Difficilmente ci soffermiamo su questo aspetto, pur essendo evidente. Dunque, l'uomo deve «comprendere che ha ricevuto il compito grandioso di trasformare e sublimare tutta la Creazione: egli deve trasformare, migliorare e abbellire tutto ciò che vede, tutto ciò che tocca, tutto ciò che mangia [...], noi abbiamo il compito di apporre il sigillo dello Spirito sulla materia, di spiritualizzare tutto, divinizzare tutto [...]. Noi mangiamo, beviamo, respiriamo, lavoriamo, trasformiamo la materia per cercare di darle ciò che possediamo, vale a dire più vita, più amore, più intelligenza [...]. Osservate la madre: riceve una materia che essa modella e vivifica meravigliosamente, tanto che nasce un bambino»[25].

Restando nella stessa prospettiva pedagogica, lavorare sulla nostra "*Terra*" vuole anche dire acquisire una nuova consapevolezza della sessualità, del concepimento, della gravidanza e della educazione al fine di popolare la Terra di esseri umani migliori, cioè maturi e consapevoli, e di favorire, così, le manifestazioni spirituali sulla Terra. Questa è senza dubbio la strada pedagogica autentica, solida ed equilibrata per rinnovare l'umanità[26].

---

materia non impedisca di vedere la vera luce […]. Quando lo Spirito lavora sul corpo iniziano a manifestarsi tramite l'essere umano, la bellezza, la finezza, la dolcezza, la delicatezza» (O. M. Aïvanhov, *Conférence 1 julliet 1951*, Éditions Prosveta).

[24] O. M. Aïvanhov, cap. X (Il lavoro dello spirito sulla materia) in *Lo yoga della nutrizione*; Idem, cap. XIV (Il lavoro dello spirito sulla materia: la coppa del Graal) in *La Bilancia cosmica*, cit.; Idem, cap. XI (La rigenerazione della materia: la croce e il crogiolo) in *La pietra filosofale*, *cit.*; Idem, *Lo Spirito e la Materia*, conferenza - dvd; Idem, capp. II (Il vero matrimonio: lo spirito e la materia) e XII (L'amore trasforma la materia) in *Sessualità forza del cielo*, cit.

[25] O. M. Aïvanhov, *Hrani yoga, Il senso alchemico e magico della nutrizione*, Prosveta Edizioni.

[26] In questa prospettiva, Bianca Buchal, in coerenza con l'Insegnamento di Aïvanhov (*L'Educazione inizia prima della nascita*, Prosveta Edizioni) scrive: «È necessario cominciare ad acquisire una maggiore consapevolezza rispetto al concepimento e al periodo che lo precede. Ciò aiuta la coppia ad affrontare con fiducia e serenità questo delicato momento, per poter trasmettere con sensibilità e delicatezza e nel massimo rispetto l'essenza del loro amore… attraverso una ricca letteratura e grazie a ricerche che si stanno svolgendo in tutto il mondo, il bagaglio di conoscenze si è arricchito moltissimo ed è alla portata di tutti. Per esempio, ora si sa che il nascituro è bene equipaggiato di capacità sensoriali, è reattivo alle situazioni ambientali, è in grado di provare sentimenti ed emozioni, ed è intimamente coinvolto nel mondo affettivo e relazionale dei genitori. Inoltre egli è sensibilissimo ai suoni, soprattutto alla voce della madre. Quando la sente, ed essa è tranquilla, il suo piccolo cuore batte regolarmente, mentre il ritmo cambia immediatamente quando sente la voce di un'altra persona. Ciò fa pensare che il bambino, per crescere bene, abbia bisogno che la sua mamma sia tranquilla e che nell'ambiente circostante regni l'armonia e la serenità. Gli studi sulla vita prenatale confermano, senza ombra di dubbio, che il feto non solo partecipa a tutta la vita emotiva della madre, ma che è in grado di ricevere il suo amore, la sua accettazione, o anche il suo rifiuto. Tutto ciò può influire fortemente sulla sua personalità e sulla sua salute mentale. Osservazioni psicologiche e psicoanalitiche dimostrano che il bambino percepisce le emozioni della madre e registra i sentimenti, i pensieri e gli ideali che ne occupano il cuore e lo spirito. Tutto questo gli viene trasmesso in parte per via ormonale,

Anche il nostro cervello può essere paragonato alla nostra "*Terra*" da coltivare. Il cervello va curato e coltivato giacché esso è suscettibile di essere modificato, in senso migliorativo o peggiorativo, dai pensieri e dalle idee che noi nutriamo, come comprovato dalla plasticità del sistema neurale[27]. I pensieri che simbolicamente piantiamo nel cervello hanno un forte impatto, come è evidente, sull'intero organismo psico-fisico.

Quanto fin qui detto, spiega il perché l'Insegnamento di Aïvanhov si soffermi molto sul saper amare, mangiare, respirare, pensare, sul concepimento, sull'educazione... giacché queste sono tutte attività con le quali possiamo spiritualizzare la nostra natura umana, la nostra materia, e acquisire una nuova coscienza. Non è possibile prescindere da queste attività se vogliamo percorrere un itinerario di autentico cambiamento individuale e collettivo. La "Via luminosa" si percorre, necessariamente, tramite gli atti della vita quotidiana.

Occorre ricordare che siamo chiamati a lavorare sulla "*Terra*", cioè sulla materia anche in altre circostanze importanti della nostra vita: pensiamo a quando riceviamo dagli altri una materia grezza e pesante come una offesa, una diffamazione, una calunnia, un atto di collera etc. A questo proposito, Aïvanhov ci ricorda che il vero discepolo conosce l'arte della trasformazione e con gli ingredienti ricevuti, anche se non appetitosi, deve, comunque, preparare una pietanza squisita, straordinaria: deve trasformare la collera in dolcezza, la cattiveria in amore, la gelosia in tenerezza[28]. Noi invece, quando riceviamo una materia grezza ci dimentichiamo di essere chiamati a svolgere un compito che può farci evolvere, dimentichiamo di essere sottoposti ad una prova e ricambiamo con altra materia grezza. Ma del nostro gesto, spiega Aïvanhov, saremo chiamati a rispondere, giacché, come chiarito dall'ammonimento evangelico, non conta ciò che entra in noi, ma ciò che esce da noi[29].

Quando decideremo veramente di iniziare questo lavoro di spiritualizzazione dell'esistenza e della nostra materia, diventeremo operai della Vigna, cioè del

---

ma anche e soprattutto grazie all'empatia che sta alla base del legame madre-bambino. Dallo spirito, dalla disponibilità, dall'impegno, dalla preparazione ricevuta e soprattutto dall'Amore che la donna sarà in grado di riversare sul figlio che porta in grembo, dipenderà la qualità dell'umanità del domani, affinché sia formata da una popolazione di individui equilibrati e armoniosi. Si avrà così quel "Mondo migliore" che tutti desideriamo: tutto comincia dalla nascita… Proviamo a immaginare un mondo in cui nascano soltanto bambini desiderati, in cui la creatura che deve nascere sia amata ancor prima di essere concepita, in cui la nascita di un figlio sia considerata un evento sacro, nel rispetto della donna che deve partorire e del bambino che viene alla luce…. Se ciò potesse realizzarsi, nel giro di poche generazioni vivremmo certamente in quel mondo migliore che tutti desideriamo, mentre in breve tempo potremmo già osservare significativi miglioramenti sul piano delle relazioni sociali, con una riduzione dei livelli di violenza, di aggressività e di disagio psicologico a livello collettivo» (cfr. B. Buchal, *La Donna, Madre dell'Umanità*, www.gravidanzaconsapevole.org/testi-bianca-buchal/).

[27] Cfr. capitolo V.

[28] O. M. Aïvanhov, *Conférence 19 avril 1943*, Éditions Prosveta.

[29] Ibidem.

mondo[30]. Lavorando in questo senso, afferma Aïvanhov, «si riuscirà un giorno a trasformare tutta la Terra. Sì, anche la Terra vibrerà, canterà e diverrà cristallina, e tutti vivranno perennemente nell'incanto, saranno potenti, raggianti, belli, entusiasti. È questo l'impulso che adesso va dato agli esseri umani, i quali sono talmente spenti, stagnanti, mummificati, infelici. Sì, perché hanno trascurato lo spirito […]. Tutto ciò che si fa, occorre farlo con entusiasmo, con amore e convinzione!»[31]. Evidentemente, la trasformazione della Terra come collettività e come materia richiede molto tempo! Ma a livello individuale «è sufficiente spostare di poco il velo per sentire subito nell'anima il Regno di Dio»[32]. I tesori contenuti nell'Insegnamento di Aïvanhov aprono realmente orizzonti di straordinaria bellezza e consapevolezza.

2. L'Insegnamento di Aïvanhov propone, dunque, un messaggio universale che è in stretta relazione con il messaggio originario dei Vangeli, come abbiamo già rilevato. Il cristianesimo che ha apportato la pienezza, afferma Aïvanhov, ha introdotto la consapevolezza del lato superiore dell'essere umano e anche il rifiuto e la disapprovazione delle cose inferiori. Ma bisognava arrivare, osserva Aïvanhov, a regolarizzare la natura inferiore al fine di evitare disequilibri. Ma molte cose sono state, successivamente, aggiunte dagli uomini all'Insegnamento di Gesù e sono proprio queste aggiunte che hanno portato come risultato al disequilibrio interiore[33]. Mortificando la natura umana si è deformato il messaggio cristiano, giacché bisognava non sopprimere o reprimere, ma armonizzare la natura inferiore dell'uomo.

Il lato inferiore deve essere unito a quello superiore[34], altrimenti, si generano nell'uomo ogni sorta di inautenticità e di disequilibri, come è accaduto nell'ambito delle istituzioni religiose, in modo visibile a tutti, allontanando molti dal messaggio spirituale.

La natura umana e il corpo fisico (la nostra "*Terra*") non vanno rinnegati o rimossi. Essi non sono un errore del Creato, ma vanno resi obbedienti alla Natura divina, altrimenti lo Spirito non potrà manifestarsi sulla Terra.

Una novità dell'Insegnamento di Aïvanhov, già segnalata, è proprio quella di offrire metodi argomentati per svolgere questo lavoro spirituale sulla natura umana la quale, se posta al servizio della Natura divina, diventa fonte di esperienze costruttive e armoniose. Nell'Insegnamento, si cerca, dunque, di unire le due nature al fine di arrivare alla pienezza[35].

---

[30] O. M. Aïvanhov, cap. VIII (I primi saranno gli ultimi) in *Nuova luce sui Vangeli*, cit.
[31] O. M. Aïvanhov, *Hrani Yoga*, cit.
[32] O. M. Aïvanhov, *Conférence 22 juin 1944*, Éditions Prosveta.
[33] O. M. Aïvanhov, *Conférence 3 mai 1947*, Éditions Prosveta.
[34] Ibidem; O. M. Aïvanhov, cap. IV (L'economo infedele) in *L'alchimia Spirituale*, Prosveta Edizioni.
[35] O. M. Aïvanhov, *Conférence 3 mai 1947*, Éditions Prosveta.

La Natura superiore dell'uomo non può manifestarsi sul piano fisico fino a quando quella inferiore non si è calmata, armonizzata, fino a quando le nostre cellule non rispondono a noi, fino a quando le nostre passioni e agitazioni perdurano. Anche per queste ragioni si ha difficoltà a meditare e a concentrarsi[36]. È fondamentale «conoscere le tendenze delle due nature che sono nell'uomo e arrivare ad armonizzarle durante il soggiorno sulla Terra, senza uccidere l'una o l'altra [...]. Prima di dominare le passioni, la sensualità, l'orgoglio, la collera, la gelosia della natura inferiore, anche i Santi hanno dovuto vivere sofferenze!».[37]

Paradossalmente, in contrasto con il messaggio originario dei Vangeli, questo lavoro sulla "nostra materia" è stato rappresentato come impossibile e utopistico, stante l'asserita debolezza della nostra natura umana. Si è legittimata una retorica e una ritualità della spiritualità nella piena accettazione delle proprie e irreversibili debolezze umane e i risultati sono visibili a tutti. Gli uomini sono stati così «suggestionati ad accettare il loro stato giacché si è sempre detto loro: "Voi siete peccatori e lo resterete". È stata annientata nell'uomo la fede nella sua divinità e ora l'uomo non sa più di possedere nelle sue profondità una particella divina che deve sviluppare»[38].

L'insegnamento, spiega Aïvanhov, al contrario non promuove la debolezza dell'uomo, ma l'idea che l'uomo possiede una componente spirituale ed è figlio di Dio e che deve prenderne coscienza, al fine di lavorare al perfezionamento di se stesso e del mondo nel quale vive, essendo in possesso interiormente di tutte le risorse necessarie. L'insegnamento valorizza la presa di coscienza delle nostre facoltà interiori per riscattare la nostra esistenza nella nostra esperienza di vita.

Occorre ricercare «la *plenitude* voluta da Dio. Dio è buono. Non è crudele come Lo si rappresenta. Egli vuole che siamo felici sia nella natura inferiore come in quella superiore. Le due nature devono riunirsi [...]. La *plenitude* vuole dire che il corpo fisico, così come il cuore, l'intelletto, l'anima e lo spirito, ha i suoi elementi necessari. Bisogna evitare che lo spirito e l'anima soffrano perché il corpo ha preso tutto, ma dare tutto all'anima e allo spirito non è preferibile»[39]. La *plenitude* «è avere tutti gli elementi: saper nutrirsi, saper sentire, guardare, pensare... e allora, arriveranno salute, bellezza e perfezione [...] con semplicità»[40]. D'altronde è anche questo il significato di «Date a Cesare quel che è di Cesare e a Dio quel che è di Dio»[41].

La spiritualità «non consiste nel disprezzare la materia, bensì nello scendere in essa, nel lavorare su di essa per vivificarla e organizzarla. E per "materia"

[36] O. M. Aïvanhov, *Conférence 3 avril 1958*, Éditions Prosveta.
[37] O. M. Aïvanhov, *Conférence 19 novembre 1950*, Éditions Prosveta.
[38] O. M. Aïvanhov, *Conférence 12 julliet 1970*, Éditions Prosveta.
[39] O. M. Aïvanhov, *Conférence 3 mai 1947*, Éditions Prosveta.
[40] Ibidem.
[41] O. M. Aïvanhov, cap. XIV (Date a Cesare ciò che è di Cesare) in *La Chiave essenziale per risolvere i problemi dell'esistenza*, Prosveta Edizioni.

si intende anche il corpo fisico. Se lo si trascura… a poco a poco anche le sue funzioni si indeboliranno. Non si deve lasciare il corpo fisico nello stato di una casa abbandonata […]. Scendere nella materia con questa intenzione non è mai una caduta […]. "Scendere" nella materia è una cosa, altra cosa è "lasciarsi cadere". Noi dobbiamo scendere nella materia per animarla, illuminarla, e per fare del nostro corpo la dimora del Dio vivente»[42].

Dobbiamo considerare che noi ci manifestiamo sulla Terra tramite il nostro organismo psico-fisico, costituito anche dalla vita delle nostre cellule. E tutto ciò esercita una influenza di primaria importanza sulla nostra esistenza. Precisa Aïvanhov che quando un giorno, ancora lontano, la nostra "materia" diventerà sottile e luminosa, lo spirito potrà, tramite essa, riconoscere se stesso e sarà una nuova vita e un nuovo mondo. Ma fino ad allora il nostro spirito incontrerà le limitazioni note a tutti noi: continueremo ad identificarci erroneamente con il corpo fisico esteriore e i suoi bisogni, non sentiremo di essere un Essere cosmico e ci sentiremo separati dal Creatore e dall'Universo[43].

Ma con il lavoro spirituale, possiamo iniziare ad uscire gradualmente dalla coscienza limitata al piccolo Sé umano, per percepire l'Unità della vita e adottare nuove attitudini. Con il lavoro spirituale, aggiunge Aïvanhov, possiamo superare le nostre rappresentazioni illusorie che ci vedono come singoli esseri, soli, indipendenti e separati: «la nostra Scuola ha la finalità di permettere questo lavoro sulla materia ed è la sola che insegna come vivere, pensare, sentire, agire, e per quale ragione»[44].

A ben vedere, gli esercizi spirituali, per quanto possano essere molto diversi, «hanno come solo e unico scopo la fusione della creatura umana con la Divinità. Gli Iniziati dell'India hanno riassunto questo sublime stato di coscienza con la formula: "Io sono Lui". Ciò significa che solo Lui esiste, io non sono che un riflesso, una ripetizione, un'ombra. Esisto solo in quanto sono capace di fondermi in Lui. In realtà noi non esistiamo come creature separate dal Signore, ma facciamo parte di Lui. Per tale ragione, la Scienza Iniziatica insegna all'uomo

[42] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 26 settembre 2016, Prosveta Edizioni.

[43] O. M. Aïvanhov, *Conférence 27 mars 1942*, Éditions Prosveta. «L'essere umano, come lo conosciamo oggi, è il punto d'arrivo di una lunga evoluzione. Sono stati necessari milioni di anni perché il suo spirito giungesse a prendere possesso del suo corpo fisico, che discendesse nelle sue cellule per animarle e fare di lui un essere capace di pensare, di sentire e di agire. Imparando a manifestarsi sempre più sul piano fisico, l'uomo ha perso però il contatto con il Cielo, fino al punto che ora nega l'esistenza di quel mondo di cui nemmeno si ricorda più. Faceva certamente parte dei piani dell'Intelligenza cosmica che l'uomo imparasse ad agire nella materia, ma questo è avvenuto a spese della sua potenza spirituale. Perciò ora deve ritrovare il contatto con le realtà del mondo invisibile […]. Da un lato, la tecnica e il progresso materiale assumono un'importanza sempre maggiore, dall'altro comincia a destarsi l'interesse per la Scienza iniziatica, perché le persone hanno bisogno di ritrovare il legame con il Mondo divino» (O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 12 settembre 2001, Prosveta Edizioni).

[44] O. M. Aïvanhov, *Conférence 2 août 1965*, Éditions Prosveta.

i metodi da utilizzare per distaccarsi dalle rappresentazioni illusorie che ha di se stesso. Dicendo "Io sono Lui", comprendiamo che non esistiamo al di fuori del Signore, e ci leghiamo a Lui, ci avviciniamo a Lui, fino al giorno in cui diventeremo come Lui»[45].

Aïvanhov spiega ancora che «il nostro essere interiore è sempre legato a Dio, sempre immerso nella sua Luce [...] non possiamo uscire da Lui [...]. È nella nostra coscienza invece che possiamo essere separati o uniti»[46]. Infatti, una parte di noi, la nostra testa, cioè il nostro Sé superiore, vive già nella Luce e nella gioia, mentre un'altra parte di noi, cioè simbolicamente la nostra coda, vive nella materia[47]. Al momento, abbiamo la coscienza soltanto della nostra coda, cioè del nostro corpo fisico e ne subiamo i limiti, pur vivendo, inconsapevolmente già nella Luce.

Ma quando il nostro Sé superiore si manifesterà tramite il nostro cervello allora ci riconosceremo con pienezza e manifesteremo sulla Terra la saggezza, l'amore e la potenza del nostro Sé superiore e avvertiremo di essere figli di Dio. Dunque, il segreto è non identificarsi con il corpo fisico ma «lavorare nella materia per conoscere effettivamente chi siamo»[48]. Gesù «conosceva questi misteri [...] era chiaramente consapevole Lui, di essere Figlio di Dio[49], mentre noi nella nostra coscienza ancora non lo sappiamo[50] [...] La prova che Egli sapesse queste cose la troviamo nelle Sue parole: "Io e mio Padre siamo uno" e "Voi siete dèi". Ecco la religione cristiana nella sua profondità [...]. Se la testa (Sé superiore) si lega alla coda (corpo fisico), si forma un cerchio. Il cerchio lega l'inizio alla fine. Infatti, Cristo diceva anche: "Io sono l'Alfa e l'Omega", voleva a dire: "Sono costantemente la Supercoscienza fino nelle mie cellule più piccole. Grazie a questo posso esprimermi attraverso la materia" [...]. Noi al momento abbiamo vivificato solo qualche cellula nel cervello [...]. Verrà un giorno in cui tutte le nostre cellule saranno illuminate»[51].

---

[45] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 18 gennaio 2005, Prosveta Edizioni; Idem, cap. III (Siate Perfetti come è perfetto il Vostro Padre celeste) in *Le parabole di Gesù interpretate secondo la scienza iniziatica*, cit.

[46] O. M. Aïvanhov, *Conférence 27 mars 1942*, Éditions Prosveta.

[47] Ibidem.

[48] Ibidem.

[49] Ibidem.

[50] Ibidem.

[51] Ibidem. «Dio è in noi e fuori di noi, e lo stesso vale per il nostro Sé superiore, che vive nelle regioni sublimi e vive anche in noi. Ma come possiamo percepire la presenza di quell'entità divina...? È difficile, certo, ma dobbiamo cominciare cercando in noi stessi tutte le tracce di questa presenza, sapendo che è essa il nostro vero Sé. È stato detto: "Conosci te stesso". Per conoscersi veramente, è necessario conoscersi in Alto, nel Mondo divino. Finché l'essere umano non avrà coscienza di esistere in Alto come una particella della Divinità, non si conoscerà. "Conoscersi" significa trovare se stessi e al contempo trovare Dio. Trovando Dio, si trovano l'amore, la luce, la libertà e la gioia, e li si trova non solo in se stessi, ma in tutti gli esseri umani, e anche negli animali, nelle piante e nelle pietre! Quando si è trovato Dio dentro di sé, Lo si scopre ovunque, e questo significa veramente conoscersi» (O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*,12 marzo 2017, Prosveta Edizioni).

Nell'attesa di questo evento, occorre ricordare a se stessi il precetto fondamentale secondo il quale, quanto più avanziamo spiritualmente, tanto più dobbiamo essere umili sul piano fisico, quanto più siamo forti interiormente tanto più dobbiamo mostrarci indulgenti e pazienti[52]. Gesù, evidenzia Aïvanhov, è riuscito a conciliare mirabilmente i due poli: «ha riunito in se stesso l'immensità dell'uomo, l'infinitamente grande all'infinitamente piccolo [...]. Diceva di essere figlio di Dio, ma nel contempo sul piano fisico non si mostrava come un potente che doveva essere servito, ma come un umile servitore di tutti. Dietro questa attitudine non si è compreso che Gesù riconciliava l'Onnipotenza di Dio con il piano fisico. Gli stessi spiritualisti non hanno osservato che Gesù ha mostrato che bisogna essere interiormente grandi come Dio ma nel piano fisico infinitamente piccoli, dolci e umili»[53]. Ed è questo il modello di umanità auspicato e promosso dalla Scuola Spirituale di O. M. Aïvanhov.

Il lavoro sulla propria materia adesso che soggiorniamo sulla Terra ha un'altra implicazione importante, a livello individuale: è qui sulla Terra che si lavora per la propria liberazione in vista della vita che ci attende quando lasceremo il corpo fisico. Le virtù si acquisiscono in questa vita, qui sulla Terra, e non successivamente. Dopo è troppo tardi. Qui, occorre acquisire le virtù, quali la pazienza, la dolcezza, la bontà[54]. Altrimenti si coltiva una grave illusione. Il Mondo fisico, affermava Deunov, è una porta del Mondo divino: se in questo mondo tu non puoi entrare nel cammino che porta a Dio, nell'altro mondo tu non potrai farlo[55]. Altrimenti detto, chi partirà per l'altro mondo senza diploma, affermava sempre Deunov, resterà, simbolicamente parlando, affamato e senza pane: cioè chi non si è esercitato nelle virtù non potrà essere utilmente impiegato[56]. In questa prospettiva, si comprende l'importanza del pentimento e del ritorno verso Dio, anche nell'ultimo istante di Vita. Tutto ciò che si fa nella vita terrestre è di una grande importanza per la nostra vita successiva. Tutti i semi positivi che abbiamo qui piantato, ancorché non abbiano ancora fruttificato, sono di grande giovamento quando li vedremo dall'altra parte[57].

---

[52] O. M. Aïvanhov, *Conférence 4 mai 1957*, Éditions Prosveta.
[53] Ibidem
[54] O. M. Aïvanhov, *Conférence 26 mai 1941*, Éditions Prosveta.
[55] Citato in O. M. Aïvanhov, *Conférence 23 julliet 1950*, Éditions Prosveta.
[56] Citato in O. M. Aïvanhov, *Conférence 6 octobre 1951*, Éditions Prosveta.
[57] O. M. Aïvanhov, *Conférence 9 avril 1952*, Éditions Prosveta.

Capitolo IV

La "Via Luminosa" nella vita quotidiana. Analisi di un percorso

Sommario: 1. L'esperienza interiore dell'Unità della Vita tra sapere mistico e scientifico e il contributo metodologico dell'opera di O. M. Aïvanhov 2. Le tappe del cammino di cambiamento e la tessitura della coscienza di unità e fraternità 3. Le ragioni della sacralizzazione della vita quotidiana 4. Identificarsi con la propria Natura divina al fine di lavorare sulla natura umana 5. La Natura nel percorso di cambiamento. Partecipare interiormente e aprire la coscienza alla vita del Cosmo e ai suoi ritmi. I canti mistici e l'empatia 6. Saper interagire con la legge di causa-effetto e la Provvidenza 7. Sintesi del percorso di cambiamento e dei suoi effetti benefici a livello individuale e collettivo 8. La Tavola sinottica: strumento per autovalutare e migliorare il percorso di cambiamento.

1. L'esperienza interiore dell'Unità della Vita tra sapere mistico e scientifico e il contributo metodologico dell'Opera di O. M. Aïvanhov

1. Molte volte coloro che si soffermano sul pensiero di Aïvanhov sono attratti emotivamente – e ciò è naturale – dalla prospettiva mistica. In questa prospettiva rivestono particolare rilevanza sia la biografia con i suoi eventi peculiari, sia le conferenze concernenti argomenti facenti parte, per tradizione, delle materie spirituali.

Ma questa prospettiva, certamente corretta, può anche presentare, se è racchiusa in ambito emotivo, alcuni inconvenienti e cioè quello di porre in secondo piano il contenuto reale di un pensatore e, nel nostro caso, il sistema filosofico e pedagogico proposto dallo stesso Aïvanhov. Le prospettive "emotive" sono in effetti le più facili ad avviarsi ma sono, forse, nel contempo, le meno costruttive.

A noi preme, infatti, porre in luce che l'obiettivo dei Mistici non è quello di attirare l'attenzione sulla loro persona – aspettativa questa forse frutto della proiezione dei nostri bisogni personali –, ma quello di:

- partecipare al mondo il percorso di vita vissuta, rendendolo comprensibile e apprendibile;
- oggettivare quanto più possibile la loro esperienza di vita in modo da poter essere di aiuto a un maggiore numero di persone, offrendo all'umanità una cultura che possa favorire il percorso evolutivo che loro stessi hanno saggiato e sperimentato nel corso della loro Vita.

Nell'ambito di questo "Sapere" disinteressato, destinato alla collettività, si colloca l'Insegnamento di Aïvanhov e in particolare quella che noi possiamo chiamare, ai soli fini di chiarezza espositiva, la "filosofia e la pedagogia per la formazione della coscienza dell'Unità e di fraternità"[1].

2. Ha scritto un sociologo che il mistico percepisce che «tutto si riduce a unità ed è mirabilmente legato, che c'è armonia tra ogni parte del mondo esterno e l'esperienza interiore [...] questa armonia è l'intuizione che l'uno prevale sul due, che l'unità interiore e di tutto il Cosmo supera dualismi e divisioni»[2]. Questa percezione di Unità non si esaurisce in una prospettiva concettuale, ma tocca integralmente la sfera della vita vissuta. Chi ha attitudini mistiche percepisce dentro di sé il senso di Unità e ciò ha conseguenze naturali sul suo modo di pensare e di vivere. Se consultiamo una autorevole enciclopedia apprendiamo che la parola "mistica" denota un atteggiamento spirituale in relazione pienamente armonica con la realtà del Divino «inteso diversamente nell'ambito delle differenti esperienze mistiche», e che si manifesta in aspetti non solo "speculativi", ma anche *"etico-pratici"*[3].

Ma quali contenuti esprime la coscienza di Unità? La coscienza del senso di Unità è così definita da Aïvanhov: «L'essere umano si definisce tale per il fatto che possiede una coscienza, ma questa coscienza compare veramente solo quando si risveglia in lui la sensibilità ai concetti di collettività e di universalità. Questa facoltà gli permette di entrare nell'anima e nel cuore degli altri a tal punto che quando gli capita di farli soffrire, prova egli stesso il dolore che infligge loro. Egli comprende che tutto ciò che fa agli altri, sia il bene che il male, è a se stesso che lo fa. Certo, apparentemente ogni essere è isolato, separato dagli altri; ma la realtà è che una parte di noi stessi è legata alla collettività e vive in tutte le creature, in tutto il Cosmo. Se in voi questa coscienza collettiva è risvegliata, sentirete, nelle relazioni con gli altri, che i vostri pensieri, i vostri sentimenti, le vostre parole, i vostri atti tutto ritorna a voi come un'eco, poiché il vostro essere, che si estende in tutto l'Universo, è divenuto un'entità collettiva. Ed è questa, veramente, la fratellanza»[14].

Ma, l'attitudine mistica dalla quale discendono fraternità, gioia, entusiasmo e comportamenti virtuosi anche sul piano civico e sociale, è frutto di una illuminazione improvvisa, di una qualità posseduta fin dalla nascita, oppure, può essere maturata anche a seguito di un percorso di vita? Cioè, il sapere di chi vive con attitudini mistiche è ineffabile e intrasmissibile?

---

[1] Sull'evoluzione storica dell'idea di fraternità, cfr. *Le nostre scelte nella rete della Vita*, cit.
[2] G. Gasperini, *La spiritualità del quotidiano*, Editori Studium, 2010, p.27.
[3] Cfr. la voce "Mistica" in *Enciclopedia* Treccani.

3. La scienza ha assottigliato i confini tra il "sapere mistico" e il sapere ordinario e scientifico. Questo lo sottolineano anche due autorevoli scienziati i quali ci spiegano che il senso di unità percepito dal Mistico «è pienamente confermato dalla comprensione della realtà nella scienza contemporanea [...] vi sono numerose somiglianze fra la visione del mondo dei mistici, sia orientali che occidentali, e la concezione sistemica della natura che si sta sviluppando in numerose discipline scientifiche. La consapevolezza di essere connessi con tutta la natura [...] relazione e interdipendenza sono concetti fondamentali. Quando guardiamo il mondo che ci circonda, scopriamo che non siamo gettati nel caos e nella casualità, ma che siamo parte di un grande ordine [...]. Ogni molecola nel nostro corpo è stata parte precedentemente di altri corpi-viventi o non viventi, e sarà parte di altri corpi in futuro; condividiamo con il resto del mondo vivente non solo le molecole della vita, ma anche i principi di organizzazione di base. E poiché anche la nostra mente è incarnata, i nostri concetti e le nostre metafore sono incarnati nella rete della vita insieme con i nostri corpi e i nostri cervelli. Certamente, apparteniamo all'universo, e questa esperienza di appartenenza può rendere la nostra vita profondamente significativa»[4].

Gli studiosi da tempo hanno già avviato le ricerche sui neuroni grazie ai quali ciascun uomo possiede: la «capacità di immergersi nella meditazione, fino al punto di pensare di essere in un altro mondo e non rendersi conto del tempo che passa; la disponibilità a sacrificarsi per un ideale; la sensazione di far parte di un tutto; la fede nel trascendente [...] tutti questi comportamenti e queste esperienze hanno la loro origine a livello cerebrale, ma lo studio empirico del loro substrato neuronale è sempre stato problematico [...]. L'auto-trascendenza riflette una riduzione del senso di sé a favore della capacità di identificarsi come parte integrante dell'universo come un tutto»[5].

Ha osservato uno scienziato che «le esperienze mistiche sono incredibilmente comuni. L'unità di ricerca dell'esperienza religiosa dell'Università di Oxford, fondata nel 1963, dal biologo Alister Hardy ha scoperto che migliaia di persone in Inghilterra avevano la sensazione di essere in contatto con un Essere più grande e le esperienze mistiche avevano cambiato la vita della maggior parte di queste persone»[6].

Peraltro, anche dal punto di vista medico si è rilevato che «lo studio attento dei racconti dei mistici ha convinto seriamente un gruppo di neurologi che in questi racconti vengono descritte esperienze "reali", percepite realmente da chi le vive, simili in tutti coloro che le hanno vissute, indipendentemente dalle epoche, dalla

---

[4] F. Capra e P. L. Luisi, *Vita e natura. Una visione sistemica*, Aboca, pp.368-369.

[5] *Scoperti i neuroni della spiritualità*, *Le Scienze*, 10 febbraio 2010: «Uno studio italiano è riuscito a individuare le aree del cervello il cui funzionamento potrebbe spiegare la tendenza alla spiritualità e l'attitudine dell'uomo a superare i confini spazio-temporali del corpo».

[6] R. Sheldrake, *Le illusioni della scienza.10 dogmi della scienza moderna*, Apogeo edizioni, 2013, p.126.

cultura di appartenenza e persino dalla religione. Si può affermare che il cervello umano è capace di provare beatitudine, estasi, rapimento e senso di comunione con l'Assoluto e con gli altri esseri creati, e che la persona umana può arrivare a sperimentare uno stato emotivo e di consapevolezza che descrive come "sentirsi amata da Dio". Sono stati eseguiti numerosi studi rigorosi che hanno analizzato cosa accade nell'organismo e nel cervello quando si prega profondamente o si medita e cosa accade in un soggetto che sta vivendo uno stato d'estasi e possono essere descritti ormai in dettaglio i circuiti cerebrali che vengono attivati e quelli invece che vengono bloccati durante l'esperienza di trascendenza, così come le variazioni del respiro, della frequenza cardiaca e del metabolismo»[7].

In questo rinnovato contesto culturale e scientifico si comprende non solo la vantaggiosità ma anche la fattibilità di una cultura che aiuti a sviluppare dentro di sé la percezione dell'Unità, perché ciò vuol anche dire percepire gli interessi della collettività, assumere comportamenti più cooperativi, empatici, pacifici e meno egocentrici nella esistenza quotidiana, e riscoprire quella nostra natura superiore che porta con sé gioia, benessere, perdono e riconciliazione, cioè fraternità, con gli eventi e le persone che incontriamo nella vita quotidiana.

Ampliare la coscienza verso l'Unità vuole anche dire, implicitamente, ampliare il proprio Sé, nel senso di manifestare il proprio Sé divino e fraterno che abita in noi.

La coscienza di Unità è la condizione fondamentale per il cambiamento umano. Questa coscienza di Unità genera l'etica della cura, in quanto è la coscienza che «chaque chose est vivante afin de la respecter, de la garder, de la protéger»[8]. Questa coscienza genera una filosofia di vita collaborativa e costruttiva: «c'est approfondir en soi l'esprit de construction»[9]. Questa coscienza di Unità, comporta, sul piano logico che la mia coscienza è aperta all'Umanità e al Cosmo intero. Solo questa coscienza può favorire la progettazione di una nuova vita anche sociale ed economica sul pianeta.

L'attitudine conflittuale, antagonista e separatista, fonte di tante sofferenze nella vita sociale, paradossalmente presente a volte anche nei movimenti spirituali, è, quindi, estranea all'attitudine mistica e alla coscienza dell'Unità. La fraternità è in primis uno stato di coscienza. Infatti, l'idea di fraternità dell'Insegnamento non poggia sull'unione fisica o sulla condivisione dello stesso credo religioso, ma sull'unione interiore, cioè sul livello di coscienza maturato interiormente: «Prima di manifestarsi sul piano fisico la fratellanza deve esistere nelle nostre anime. Così si realizzerà obbligatoriamente nel mondo visibile. Io non voglio creare una fratellanza fisica poiché essa non potrà che essere superficiale. La fratellanza

[7] M. Semizzi, *Le basi biologiche della contemplazione*, Centro di documentazione interdisciplinare di Scienza e Fede, novembre 2010.
[8] O. M. Aïvanhov, *Pensées Quotidiennes*, 9 janvier 1982, Éditions Prosveta.
[9] Ibidem.

dovrà essere libera, slancio spontaneo di anime che si riuniscono [...]. Ecco perché nella nostra *fraternité* tutto è basato sulla libertà»[10].

La conoscenza intellettuale, libresca o meramente fideistica, non deve essere confusa con le acquisizioni della Coscienza, essendo queste ultime molto profonde e vive in noi. Grazie ad esse possiamo sentire effettivamente dentro di noi il Mondo. Le acquisizioni della coscienza toccano sia la sfera intellettuale che quella della sensazione, e sono la premessa indispensabile per la nascita di nuovi comportamenti individuali e sociali.

Il ricercatore interessato allo studio e all'acquisizione di questo Sapere, interessato cioè alla acquisizione di una coscienza più ampia ed universale e alla manifestazione di comportamenti sempre più coerenti ed autentici, può trovare nell'ampia opera di Aïvanhov, numerosi percorsi costruiti espressamente per tali finalità.

Il fatto che occorra coinvolgere la coscienza ben si spiega anche scientificamente. Osserva lo scienziato Damasio: «anche attenendosi alla semplice definizione ordinaria del vocabolario (la coscienza come consapevolezza che un organismo ha di se stesso e di ciò che lo circonda) appare più che probabile che nell'evoluzione umana la coscienza abbia potuto aprire la via verso un nuovo ordine di creazioni, che altrimenti non sarebbe stato possibile: la coscienza morale, la religione, le organizzazioni sociali e politiche, le arti, le scienze e la tecnologia [...]. La coscienza è la funzione biologica critica che ci permette di conoscere il dolore o la gioia, di conoscere la sofferenza o il piacere, di sentire imbarazzo o orgoglio, di essere addolorati per un amore perduto o per una vita perduta. Che lo si provi personalmente o lo si osservi, il *pathos* è un sottoprodotto della coscienza, come pure il desiderio. Non conosceremmo mai alcuno di questi stati personali senza la coscienza»[11]. Come è stato affermato, «la volta appiattita del cielo e il centinaio di cose che vediamo sotto di essa, e fra esse il cervello, in sintesi il mondo intero, esistono per ciascuno di noi solo perché fanno parte della nostra coscienza»[12]. Ci ricorda lo scienziato Boncinelli che «per poter essere comunicate, e spesso anche per poter essere perfezionate, le idee devono passare per la coscienza»[13]. Quindi se gli stati empatici e fraterni sono da noi conoscibili tramite la nostra coscienza, non può esservi un cambiamento comportamentale civico, implicante nuovi pensieri e sentimenti, senza l'intermediazione della coscienza. Questa semplice osservazione ci aiuta a comprendere le ragioni della diffusione delle espressioni "coscienza empatica", "coscienza fraterna", "coscienza universale". Non esiste

[10] O. M. Aïvanhov, *Conférence 10 julliet 1938*, Éditions Prosveta.

[11] A. Damasio, *Emozione e coscienza*, Adelphi, 2000, p.17.

[12] G. Tononi, G. Edelman, *Un universo di coscienza*, Einaudi, 2000, p.4.

[13] E. Boncinelli, *Mi ritorno in mente: il corpo, le emozioni, la coscienza*, Tea, 2012, p.172. Rileva Boncinelli: «Quasi tutto posso osservare, almeno in linea di principio, e studiare [...]. Perché possa dire di conoscerlo, tutto deve passare per la mia coscienza, perché quello è lo strumento con il quale "registro" tutti gli eventi, esterni e interni» (*ivi*, p.1).

una via coattiva per la società fraterna, ma una via spontanea, e quella spontanea passa per la coscienza individuale che può diventare, con il tempo, coscienza sociale. Il cambiamento, una volta affiorato come esigenza nella coscienza, diventa intenzione e motivazione nel fare cose, e poi comportamento concreto. I comportamenti umani, è bene ricordarlo, differiscono proprio a causa dei diversi valori percepiti nella coscienza individuale.

4. Purtroppo, l'attuale collettività non è ancora una collettività fraterna in quanto essa è soprattutto «unione di persone che possono anche non avere alcun legame fra loro. Un paese, ad esempio, o una città è sicuramente una collettività, ma le persone che vivono al suo interno forse si conoscono, si vogliono bene, lavorano coscientemente gli uni per gli altri con amore? No, la maggior parte di essi vive senza conoscere la realtà dei legami che dovrebbero unirli agli altri, perciò non costituiscono ancora una fratellanza. Una fratellanza è una collettività che possiede una coscienza estesa, i cui membri sono uniti fra di loro e lavorano non solo gli uni per gli altri, ma anche per il mondo intero. Una vera fratellanza è una collettività che possiede una coscienza universale»[14].

Concretamente, questa affermazione vuole porre in evidenza che nella collettività fraterna, sul piano psichico o interiore, percepiamo gli altri non come antagonisti, ma come una sorta di prolungamento di noi stessi. In ragione di ciò, proviamo anche su di noi ciò che accade agli altri e ci sforziamo di fare solo del bene, poiché sentiamo e sappiamo che quel bene lo facciamo anche a noi stessi[15].

La fraternità è qualcosa, dunque, di più di una semplice aggregazione umana.

La fraternità oggi appare a molti non come una delle opzioni esperibili, ma come l'unica strada possibile anche per coloro che non hanno convincimenti spirituali. Ciò si spiega con il fatto che solo laddove vi è fraternità, come sopra intesa, non cresce il germe della separatività cioè della coscienza antagonista. La filosofia della separatività è stata portata ormai alle estreme conseguenze in tutti campi della vita, minando le basi della nostra stessa sopravvivenza. Una parte significativa della popolazione sulla Terra, secondo Tolle, «riconoscerà, se ancora non l'ha fatto, che l'umanità ora si confronta con una difficile scelta: evolvere o morire [...] la disfunzione dell'egoica mente umana, riconosciuta più di 2.500 anni fa dagli antichi maestri di saggezza e ora sempre messa in evidenza dalla scienza, sta minacciando per la prima volta la sopravvivenza del pianeta»[16].

La coscienza di fraternità, in effetti, opera sul piano delle cause in quanto in essa non alberga il seme della guerra, dell'odio, del conflitto e dell'antagonismo. L'attitudine fraterna, proprio per la ragione anzidetta, esprime l'attitudine risolutiva in quanto essa non può produrre, non avendone ab origine i germi,

[14] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 29 aprile 2001; Idem, *La filosofia dell'universalità*,1996, Prosveta Edizioni.

[15] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 10 febbraio 2014, Prosveta Edizioni.

[16] E. Tolle, *Un mondo Nuovo*, Mondadori, 2014, p.28.

conflitti e violenze. L'attitudine fraterna è l'unica attitudine che consente soluzioni sistemiche alle molteplici problematiche umane e ambientali, in quanto essa è sensibile agli interessi collettivi e non a quelli di una sola parte. L'attitudine fraterna, da non confondere con la solidarietà e la filantropia[17], può produrre questi benefici in quanto opera nella logica della famiglia umana unica, nella logica cioè dell'Unità. Per tale ragione Aïvanhov focalizza i metodi di perfezionamento sull'acquisizione dello stato di coscienza, in assenza del quale non possono maturare stabili conquiste di pace.

5. A questo punto, se accettiamo l'idea che la fraternità è, innanzitutto, uno stato di coscienza, dobbiamo chiederci come intervenire proprio sulla nostra coscienza, ovvero, quale percorso di vita ci permette di vivere interiormente il senso di Unità e fraternità.

La coscienza non è toccata in modo apprezzabile dalle adesioni meramente intellettuali (di qualsivoglia matrice, politica, religiosa, o accademica) o emotive in quanto queste, essendo superficiali, non esprimono la nostra vera vita vissuta di cui la coscienza ci dà, invece, senza artifizi, contezza oggettiva. D'altronde, anche i tormenti e le angosce che talora possiamo avvertire tramite la coscienza non nascono direttamente dalla coscienza stessa in quanto essa funge da schermo, da specchio del nostro modo di vivere[18]. Se vogliamo cambiare stato di coscienza dobbiamo cambiare il film che viene proiettato sul nostro schermo, cioè dobbiamo cambiare la nostra vita vissuta[26]. Possiamo, dunque, agire sulla coscienza per il tramite dell'insieme dei sentimenti e dei pensieri che noi nutriamo effettivamente nei comportamenti quotidiani.

A ben vedere, la peculiarità dell'Opera di Aïvanhov non sta nel fatto di sottolineare l'importanza della coscienza ai fini del cambiamento, giacché altri pensatori, pedagogisti e spiritualisti lo hanno fatto da sempre. Ad esempio, si è rilevato che il cambiamento «non dipende dalla tecnologia, poiché la tecnologia è solo uno strumento [...] se vogliamo cambiare veramente il nostro comportamento, sia come economia sia come società e cultura: è necessario un cambiamento culturale. Dobbiamo dunque cambiare la nostra coscienza, perché quando cambia la nostra visione cambiano i valori ed i comportamenti. La visione preponderante oggi è quella della separazione uno dall'altro, ma è non più supportata dalla scienza [...]. Questo deve cambiare, oggi è importante avere una visione più vasta che vede noi stessi come elementi di un processo più grande, di un processo co-evolutivo. Questo cambiamento è necessario e io penso sarà decisivo nei prossimi anni. Oggi è essenziale il ruolo dell'educazione e della scuola perché la società capisca l'importanza di questo cambiamento»[19].

---

[17] B. Fuoco, *Le nostre scelte nella Rete della Vita*, cit., p.73 e ss.

[18] O. M. Aïvanhov, cap. XI (La coscienza) in *La vita psichica*, cit.

[19] Cfr. E. Laszlo, Intervento al Convegno: "*La rete della Vita. Verso una visione integrata della*

Si è anche osservato che l'espansione della coscienza è oggi indispensabile: «il Sé si espande, accedendo a un livello più ampio e comprensivo di impegno compassionevole. Il processo dell'essere empatico estende il dominio della morale»[20].

Anche Boff ha recentemente ribadito l'importanza di «ampliare il senso del Sé [...]; il primo passo è provare ad allontanarsi da questo senso del sé così limitato. Il moderno pensiero occidentale ha circoscritto il "Sé" a quello che risiede entro i limiti della carne: tutto ciò che è al di fuori è il mondo esterno. Sin da piccoli impariamo a reprimere quella che si potrebbe definire "empatia cosmica" [...]; attraverso un processo di progressivo torpore psichico ci isoliamo sempre più dalla comunità vivente [...]; dobbiamo approfondire la nostra interiorità attraverso la partecipazione consapevole alla stessa creatività del Cosmo»[21]. Anche Naess sostiene la necessità di ampliare la propria consapevolezza e di collocarla in un "Sé ecologico": «allargare il proprio senso di identificazione verso un senso più ampio del Sé. Tutti gli uomini hanno questa capacità insita nella propria natura, come altri hanno osservato comparando le diverse culture. Noi tutti abbiamo la capacità di metterci in relazione con un senso molto più vasto del Sé, che trascende l'ego, estendendo il nostro senso di identificazione oltre il solito punto focale dell'ego e andando verso una sfera più ampia di interrelazioni. Non è difficile, per noi, identificarci con gli altri esseri viventi. Possiamo veramente praticare e coltivare questa capacità. Un modo è quello di agire estendendo la nostra cura e il nostro senso»[19]. Questo ampliamento della coscienza è presentato da K. Wilber come nuova esperienza del Sé "Eco-noetico" grazie al quale accogliamo in noi la prospettiva globale della Terra e del Cosmo e riusciamo ad agire in coerenza con essa[21]. L'universo deve essere vissuto come un grande Sé, sostiene Berry[22].

La peculiarità dell'Opera di Aïvanhov sta nel fatto di illustrare concretamente come i singoli pensieri, sentimenti e atti, cioè come un dato modo di vivere possa arrivare a illuminare e risvegliare concretamente la sacralità dell'organismo umano, il proprio Sé divino e la consapevolezza dell'Unità della vita che circola in tutto il Cosmo. Il Suo Insegnamento si prefigge di offrire gli strumenti per intraprendere il lavoro di tessitura dei fili di questa nuova coscienza: l'Insegnamento «amplia il cerchio della coscienza fino a renderci capaci di apprezzare il valore di tutto ciò che Dio ci ha donato: il valore del corpo fisico [...], il valore dell'umiltà, della bontà, della purezza e della gentilezza, il valore del sapere, della potenza, ecco la

realtà" (in www.cartadellaterra.org).

[20] J. Rifkin, *La civiltà dell'empatia*, Mondadori, 2009, p. 164.

[21] L. Boff e M. Hathaway, *Il Tao della liberazione*, Fazi Editore, 2014, pp. 206-207. Secondo questi autori, espandere la nostra percezione del Sé aiuta a vincere l'impotenza interiorizzata che può assumere la forma della dipendenza e dell'avidità, della negazione e del torpore psichico.

perfezione»[22]. Se ci *focalizziamo sulla qualità* della vita, su pensieri e sentimenti *sacri e unificanti*, la coscienza si amplia, e allora possiamo introdurvi il mondo intero perché c'è posto per tutte le creature; se, invece, ci *focalizziamo sulla quantità*, sovraccarichiamo il cervello con le nozioni e viviamo nel disequilibrio, nel senso di separatività e nella sofferenza psichica[23].

L'Opera di Aïvanhov contiene un poderoso lavoro sistematico che, a nostro avviso, non pare avere eguali per estensione dei temi trattati e per la ricchezza argomentativa e metodologica.

2. Le tappe del cammino di cambiamento e la tessitura della coscienza di unità e fraternità

Numerosi sono i modi di rappresentare i percorsi di cambiamento. Con la presente riflessione ci prefiggiamo di esporre lo schema logico di uno dei percorsi sperimentabili per avviare il processo di acquisizione della coscienza della Unità e di fraternità. Il percorso deve essere, evidentemente, vivificato e illuminato dal ricercatore con la propria "nota musicale", con la personale lettura diretta delle fonti e con la personale applicazione.

1. La prima tappa di un percorso sperimentabile relativamente all'argomento di nostro interesse, consiste nella comprensione del significato autentico degli atti quotidiani, oggi vissuti automaticamente, tramite i quali possiamo ricostruire la nostra identità nel mondo. Infatti, molte conferenze pongono in luce il "senso" archetipale degli atti della vita quotidiana e della vita relazionale, al fine di risacralizzare la nostra esperienza quotidiana.

Pensiamo, ad esempio, ai seguenti temi della vita quotidiana:

- *la nutrizione*[24];
- *la respirazione*[25];
- *la sessualità*[26];
- *la vita di coppia*[27];

[22] O. M. Aïvanhov, *Conférence 12 avril 1945*, Éditions Prosveta

[23] O. M. Aïvanhov, *Conférence 9 mai 1956*, Éditions Prosveta.

[24] O. M. Aïvanhov, *Hrani yoga*, cit.; Idem, *Lo yoga della nutrizione*, Prosveta Edizioni.

[25] O. M. Aïvanhov, *La respirazione*, Prosveta Edizioni.

[26] O. M. Aïvanhov, *Amore e sessualità*, Prosveta Edizioni; Idem, *Sessualità forza del Cielo*, Prosveta Edizioni; Idem, *La forza sessuale o il drago alato*, Prosveta Edizioni. Idem, capp. VII (L'atto sessuale dal punto di vista della Scienza Iniziatica) e VIII (Sull'essenza solare dell'energia sessuale) in *La galvanoplastica spirituale e l'avvenire dell'umanità*, cit.

[27] O. M. Aïvanhov, capp. VIII (Come ampliare il concetto del matrimonio) e XXII (La gioventù dinanzi al problema dell'amore) in *Amore e sessualità*, cit.; Idem, cap. IV (Il matrimonio, simbolo universale) in *I segreti del libro della Natura*, *cit.*; Idem, cap. II (Il vero matrimonio: lo spirito e la materia) in *Sessualità forza del Cielo*, cit.; Idem, capp. IV (Amare senza essere possessivi), V (Come

- *la relazione tra concepimento e gravidanza*[28];
- *la relazione tra genitori e figli*[29];
- *la rilevanza spirituale del corpo fisico e dei gesti*[30];
- *la relazione armoniosa con i quattro elementi della Natura*[31];
- *la relazione con il Cosmo quale organismo vivente*[32];
- *la risoluzione delle conflittualità presenti nella vita quotidiana*[33];
- *la ricerca della purezza in tutti gli ambiti della vita quotidiana*[34].

2. In seguito – e questa è la seconda tappa –, ciò che abbiamo compreso intellettualmente deve essere da noi amato, sentito con il cuore. Occorre amare anche le intenzioni più nobili di cambiamento, altrimenti esse resteranno confinate nella sfera intellettuale e non si concretizzeranno in comportamenti autentici: finché non cerchiamo di elevare il nostro amore, cioè di far sì che il nostro cuore si leghi agli intenti più nobili e più spirituali, potremo cambiare tutto ciò che vogliamo, ma incontreremo, avverte Aïvanhov, le stesse difficoltà e le stesse sofferenze. La forza sprigionata dai sentimenti può essere comprovata anche dall'analisi delle situazioni ricorrenti nella vita individuale: talvolta il pensare porta sofferenze e dolori giacché è disturbato, condizionato dall'azione esercitata da istinti e desideri disarmoniosi che albergano in noi. In questi casi, si preferisce cloroformizzare la propria attività mentale, ricorrendo a distrazioni di varia natura. Al contrario, in altri casi, il pensare ci porta gioia e serenità perché è libero e favorito da sentimenti elevati[35]. D'altronde, come precisa Aïvanhov, la stessa meditazione e concentrazione non sono di per sé sufficienti, se non amiamo l'oggetto al quale pensiamo e sul quale siamo concentrati[36].

---

migliorare i modi di manifestare l'amore) e VI (Solo l'amore divino preserva l'amore umano) in *La galvanoplastica spirituale e l'avvenire dell'umanità*, cit.

[28] O. M. Aïvanhov, capp. IX (Il concepimento) e X (La gestazione) in *La galvanoplastica spirituale e l'avvenire dell'umanità*, cit.; Idem, cap. XI (I poteri della madre durante la gestazione) in *L'alchimia spirituale*, cit.

[29] O. M. Aïvanhov, *L'educazione inizia prima della nascita*, cit.

[30] O. M. Aïvanhov, *Conférence 28 décembre 1958*, Éditions Prosveta; cfr. cap. VIII (La magia del gesto) in *Creazione artistica e spirituale*; Idem, *La Ginnastica* (libro e dvd), 2016; Idem, capp. XII (La mano) e XIII (Lo sguardo) in *Il Libro della Magia divina*, Prosveta Edizioni; Idem, cap. IV (La potenza magica del gesto e dello sguardo) in *I due Alberi del Paradiso*, Prosveta Edizioni; Idem, cap. XI (Le geste) in *Connais-toi toi-même*, p. II, Éditions Prosveta.

[31] O. M. Aïvanhov, *Le rivelazioni del fuoco e dell'acqua*, Prosveta Edizioni; Idem, cap. VII (I quattro elementi) in *I Frutti dell'Albero della Vita*, cit.; Idem, *La nuova Terra*, Prosveta Edizioni.

[32] O. M. Aïvanhov, *I segreti del libro della natura*, Prosveta Edizioni. Cfr. Idem, L'amore sparso ovunque nell'universo in *Forza sessuale*, cit.; Idem, La struttura dell'universo in *Luce Spirito Vivente*, Prosveta Edizioni.

[33] O. M. Aïvanhov, *La Chiave essenziale per risolvere i problemi dell'esistenza*, cit.; Idem, cap. XVIII (L'utilità di avere dei nemici) in *I semi della felicità*, Prosveta Edizioni; Idem, cap. VII (Alternanza e opposizione: la legge dei contrari) in *La Bilancia cosmica*, cit.

[34] O. M. Aïvanhov, *I Misteri di Iesod*, cit.

[35] O. M. Aïvanhov, *Les monde des Archetypes*, conférence - cd, Éditions Prosveta.

[36] O. M. Aïvanhov, *Conférence 1 mai 1941*, Éditions Prosveta.

3. Infine – questa è la terza tappa –, ciò che abbiamo compreso intellettualmente e desiderato con il cuore deve essere da noi applicato con la volontà sospinta dall'amore verso un Alto Ideale di vita[37]. In particolare, dobbiamo adottare le attitudini, peraltro, ampiamente esplicitate nelle conferenze di Aïvanhov, che ci permettono di sperimentare questa nuova comprensione della sacralità degli atti della vita quotidiana, nell'area della nutrizione, delle relazioni affettive, etc.

4. Le tre tappe (comprensione, sentimento e azione o volontà) sopra indicate, evidentemente non sono nettamente distinte nel funzionamento della nostra vita, ma sono interrelate. Nondimeno, partire da una corretta comprensione intellettuale è importante. La comprensione intellettuale riveste un peso importante in tutto il processo in quanto, peraltro, non si può applicare ciò che non si comprende. Ma questa comprensione per essere piena, deve toccare anche il nostro sentimento per arrivare, infine, a modificare la nostra realtà comportamentale. Tra la comprensione (inizio) e l'applicazione (fine), vi è, dunque, il sentimento (intermediario) senza il quale ciò che pensiamo non diventa azione[38]. Una volta completato questo processo, tramite l'azione, la comprensione si ritroverà arricchita a sua volta di nuovi contenuti[39].

Come avremo modo di chiarire, nella prospettiva dell'Insegnamento, tutto l'organismo partecipa alla conoscenza, e ciò vuole dire riconoscere, come appena evidenziato, che anche dalla stessa applicazione concreta (cioè dall'organismo in azione) si attivano nuovi processi cognitivi che ci fanno conoscere altri aspetti fondamentali di quel valore, a un punto tale che essi cominciano ad appartenerci. Quando ciò accade siamo persone autenticamente aderenti a quel dato valore. Quindi anche un gesto può risvegliare un sentimento che a sua volta agisce sulla comprensione intellettuale. Che l'applicazione integri la comprensione è verificabile immediatamente da tutti noi, se pensiamo ai casi nei quali il fare determinate cose ha fatto scattare in noi la comprensione di qualcosa che all'inizio ci sfuggiva intellettualmente.

Questo lavoro spirituale, va detto, non si costruisce con le sole letture, ma matura e si manifesta anche nel contesto della vita collettiva, giacché lo sviluppo delle virtù spirituali è collegato, nell'Insegnamento, allo sviluppo delle qualità connesse alla vita in fraternità. Il lavoro su se stessi è un lavoro sì individuale, ma non è finalizzato esclusivamente a se stessi: l'interesse individuale deve essere armonico a quello collettivo. Le Scuole di vita fraterna sono state, infatti, progettate da Aïvanhov non quali luoghi alternativi alla vita sociale o familiare, ma quali luoghi di apprendimento e di tirocinio delle virtù fraterne. Si «è – egli afferma – in proporzione a ciò che si fa per la collettività; se lavoriamo per la

[37] Cfr. Cap. XI (L'alto Ideale), in *Potenze della Vita*, Prosveta Edizioni.
[38] O. M. Aïvanhov, Come il pensiero si concretizza nella materia in *L'armonia*, Prosveta Edizioni.
[39] O. M. Aïvanhov, *Conférence 20 août 1957*, Éditions Prosveta.

collettività siamo collaboratori di Dio, siamo operai nel Suo campo e ogni giorno riceveremo un salario…»[40].

Possiamo riassumere questo percorso anche con un esempio efficace tratto dalla vita quotidiana[41]. Pensiamo ad una persona che stia cercando di vedersi in uno specchio ricoperto di polvere. Questa persona non riuscirà a vedersi bene, cioè a conoscersi, fino a quando non avrà pulito lo specchio. Quando ci sarà riuscito, tutto ad un tratto, tramite lo specchio si conoscerà con molta chiarezza. Sul piano interiore, lo specchio per conoscere veramente chi siamo, cioè per conoscere il nostro Sé superiore (Supercoscienza o Natura divina) è il nostro cervello. Ma questo cervello ancora non è perfetto, è polveroso come lo specchio e non ci permette di vedere come dovrebbe. Per lavarlo occorre andare verso il Sole spirituale. Ma perché occorre andare verso il Sole? Perché «quando noi vediamo il Sole, si risveglia nella nostra anima l'immagine del nostro Sé superiore»[42]. Questa è una delle ragioni profonde della pratica della contemplazione del levar del Sole.

Un bel giorno, quando avremo terminato di pulire lo specchio, conosceremo noi stessi e ci ritroveremo in tutto l'Universo[43]. Attualmente nel nostro specchio vediamo solo il nostro corpo fisico, i suoi bisogni e, in ragione di ciò, pensiamo di essere soltanto un corpo fisico.

Ad esempio, coloro che agiscono con inganni e provocano sofferenze e dolori ad altre creature, non hanno ancora pulito il loro specchio, giacché non si rendono conto che stanno agendo contro se stessi, e per tale ragione, a tempo debito, proveranno le stesse cose, come insegna la legge di causa ed effetto. Se le persone avvertissero con la loro coscienza di vivere in tutto l'Universo, cesserebbero immediatamente di fare la guerra. Questa semplice osservazione aiuta a comprendere l'importanza dell'Insegnamento ai fini di una convivenza pacifica e serena.

Lo stesso concetto può essere espresso anche tramite il linguaggio simbolico tradizionale: «grazie all'anima e allo spirito, l'essere umano è di essenza divina, e come tale si manifesta in Alto, nei mondi superiori. Tuttavia, deve anche dare alla sua anima e al suo spirito la possibilità di conoscersi e di manifestarsi in basso, attraverso la materia del corpo fisico. È questa coesistenza dello spirito e della materia in uno stesso individuo e le relazioni che intercorrono tra l'uno e l'altra, a fare dell'esistenza umana qualcosa di così complesso e misterioso, simboleggiato dall'immagine del serpente che si morde la coda. La testa rappresenta il Sé in Alto, lo spirito; la coda rappresenta il Sé in basso, la materia. La testa ingoia la coda: ciò significa che lo spirito lavora sulla materia per potersi manifestare

[40] O. M. Aïvanhov, *Conférence 15 août 1955*, Éditions Prosveta.
[41] O. M. Aïvanhov, *Conférence 27 juin 1942*, Éditions Prosveta.
[42] Ibidem.
[43] Ibidem.

attraverso di essa. Lo spirito che è in Alto, che è onnisciente e onnipotente, deve potersi guardare in basso attraverso la materia come in uno specchio. Ecco lo scopo dell'Iniziazione: rendere la materia capace di rinviare allo spirito la sua stessa immagine»[44]. D'altronde, quando il gatto cerca di bloccare la sua coda, riproduce il grande mistero dell'Uomo Cosmico[45]: egli non sa, inizialmente, che questa coda fa parte del suo corpo, ma quando la tocca e la morde, scopre che è legata a lui e ha una sorta di "presa di coscienza"[46]. L'uomo ha la sua testa e la sua coda alle estremità opposte dell'Universo e fino a quando non le raggiunge, non si conosce[47]. La coscienza non è ancora risvegliata per comprendere che noi viviamo anche negli altri e che siamo legati al mondo intero: noi tutti siamo Uno e tutto si riflette[48].

Nelle pagine seguenti, dapprima ci soffermeremo su singoli aspetti del percorso in esame e, in seguito, procederemo a una opportuna sintesi delle riflessioni svolte.

3. Le ragioni della sacralizzazione della vita quotidiana

1. Dalla brevissima descrizione svolta nelle pagine precedenti emerge con chiarezza che un aspetto molto importante e innovativo dell'Insegnamento, sul quale già ci siamo soffermati, concerne la sacralizzazione della vita quotidiana, cioè la progettazione di nuove attitudini nella vita quotidiana. Queste nuove attitudini esprimono il lavoro spirituale che dobbiamo compiere sul nostro organismo fisico-psichico e sulla nostra natura umana.

Queste nuove attitudini si prefiggono di purificare e rinnovare la nostra esperienza cognitiva del mondo, restituendoci il significato di sacralità propria dell'esperienza umana. L'Insegnamento abbraccia, a tal fine, tutti gli aspetti della vita, permettendoci di risvegliare e sacralizzare il nostro organismo, nell'orizzonte di un ideale di perfezionamento elevato[49]. Peraltro, anche la scienza oggi ci ricorda che ogni esperienza cognitiva riguarda tutto l'organismo umano, e quindi anche le sue percezioni, le sue emozioni, il suo comportamento: «ogni esperienza cognitiva si basa su uno specifico assembramento di cellule, in cui molte attività neurali diverse, associate (percezione sensoriale, memoria, movimento del corpo, etc.) si unificano in un insieme transitorio ma coerente di neuroni oscillanti»[50].

---

[44] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 8 luglio 2005, Prosveta edizioni.
[45] O. M. Aïvanhov, *Dizionario del libro della natura, Analogie, immagini, simboli*, Prosveta edizioni.
[46] Ibidem.
[47] Ibidem.
[48] O. M. Aïvanhov, *Conférence 4 julliet 1956*, Éditions Prosveta.
[49] O. M. Aïvanhov, *Conférence 12 avril 1945*, Éditions Prosveta.
[50] F. Capra, *Scienza della Vita*, cit., p.90.

La sacralizzazione del nostro organismo psico-fisico è, dunque, fondamentale. Chiarisce Aïvanhov che «lo Spirito è già luminoso, eterno, immortale, potente, saggio [...] non ha bisogno di evolvere [...] sono i suoi supporti materiali che occorre far evolvere affinché lo Spirito comunichi le Sue ricchezze»[51]. Le manifestazioni dell'Anima e dello Spirito sono condizionate dalla qualità dei loro strumenti terreni cioè dal corpo fisico, dal cervello, etc. La nostra materia è spessa, pesante, e va educata, spiritualizzata[52].

I metodi trasmessi dall'Insegnamento, per tali ragioni, si prefiggono di rendere l'organismo psico-fisico più sensibile, più suscettibile di captare le energie spirituali e luminose, più sensibile ai nostri propositi spirituali. Il cambiamento interiore, in effetti, per essere autentico non può essere, soltanto, intellettuale, giacché non può prescindere dalla qualità e autenticità della vita dello stesso organismo tramite il quale ci manifestiamo. Infatti, nell'Insegnamento si insiste molto sulle pratiche materiali[53]. La vita spirituale è la vita di tutto l'organismo, e la vita morale concerne tutti i nostri pensieri, sentimenti, intenzioni e atti.

La vita affetta da debolezze morali non è compatibile con la reale conoscenza spirituale[54]: non si può conoscere ciò che non si vive.

Lavorare sulla propria materia (sulla propria natura umana e sul proprio organismo) vuol dire anche poter manifestare quelle qualità morali necessarie a migliorare la vita sulla Terra affinché essa si trasformi e divenga luogo di pace, fraternità e benessere collettivo. Se non lavoriamo sulla nostra materia non possiamo manifestare in modo effettivo e autentico le qualità spirituali ed esse resteranno affermazioni puramente teoriche, intellettuali o retoriche. La Luce spirituale deve attraversare tutto l'organismo, tutte le cellule fino a spiritualizzare il corpo, solo allora i nostri problemi saranno risolti: soltanto così «l'uomo diventa una divinità che tutta la Natura riconosce!»[55] Non è sufficiente risvegliare qualche cellula del cervello e mantenere il resto nel disordine o nei vizi[56]. Non a caso chi avverte la fraternità nella vita che circola nel proprio organismo può avvertirla con pienezza anche nel Cosmo.

---

[51] O. M. Aïvanhov, *Conférence 24 mars 1944*, Éditions Prosveta.

[52] Ibidem. «Se uno dei suoi organi non è formato o sviluppato, anche la vita, la più spirituale e la più pura, non sono sufficienti, spesso, a ristabilire l'ordine e l'armonia in questo corpo. Molti uomini e donne si trovano così in contraddizione con i loro corpi. I corpi hanno un ruolo importante per l'evoluzione dell'anima» (O. M. Aïvanhov, *Conférence 6 mai 1943)*. Lo stato del cervello dipende dal nutrimento assorbito, dall'aria respirata, dalle attività vissute (Idem, *Conférence 24 mars 1944*, Éditions Prosveta). Sugli effetti dell'inquinamento atmosferico sul cervello cfr. *www.focus.it/scienza/salute/inquinamento-lascia-tracce-magnetiche-nel-cervello_*.

[53] O. M. Aïvanhov, *Conférence 24 mars 1944*, Éditions Prosveta.

[54] O. M. Aïvanhov, *Conférence 26 mai 1960*, Éditions Prosveta.

[55] O. M. Aïvanhov, *Conférence 16 avril 1960*, Éditions Prosveta.

[56] Ibidem.

2. Il lettore a questo punto si chiederà legittimamente: cosa vuole dire sacralizzazione degli atti della vita quotidiana e perché essa è fondamentale per l'espansione della nostra coscienza, per lo sviluppo della nostra natura superiore, per il nostro benessere e la vita in fraternità. Sacralizzazione vuole dire interpretare gli atti della vita quotidiana, da quando ci svegliamo fino a quando ci addormentiamo, secondo lo spartito musicale della nostra Natura Superiore, cioè secondo la nostra Natura divina.

Noi mangiamo, beviamo, respiriamo, guardiamo molti oggetti intorno a noi, ma viviamo senza sapere a cosa corrispondono queste funzioni né a cosa corrispondono in noi tutti gli oggetti che vediamo fuori di noi[57]. Nella Natura, nell'uomo e negli oggetti che osserviamo, dappertutto, in realtà, l'Intelligenza cosmica ha posto Insegnamenti per istruirci[58].

Come abbiamo già rilevato, il modo di interpretare e vivere la vita quotidiana è fondamentale perché ha un impatto causale sulla coscienza in generale e sulla coscienza di unità in particolare: se la nostra coscienza, come affermano alcuni scienziati, è legata alla vita del nostro organismo fisico, psichico e mentale (intelletto, sentimento, volontà e corpo), ne discende che dobbiamo agire sul nostro organismo per migliorare la nostra coscienza. La vita dell'organismo è la vita che viviamo quando respiriamo, ci nutriamo, lavoriamo, esprimiamo i nostri affetti, etc. La vita che noi viviamo riflette e agisce sulla nostra intelligenza, sui processi cognitivi, in un processo continuo, e sulla nostra coscienza che funge anche come una sorta di specchio. Se noi iniziamo a vivere gli atti della vita quotidiana con *pensieri e sentimenti sacri e unificanti*, andremo a rinforzare gradualmente nella coscienza la percezione dell'Unità e i legami di fraternità, e ciò si tradurrà necessariamente in comportamenti benefici per la collettività e per noi stessi. Quali siano le tipologie di *pensieri e sentimenti sacri e unificanti* da applicare agli atti della vita quotidiana è agevole apprenderlo poiché risultano ampiamente e compiutamente descritti nelle conferenze di Aïvanhov, in coerenza con il *compito realizzativo* del suo Insegnamento.

3. La scienza ci dice che la nostra identità inizia a formarsi, come è noto, fin dalla vita intrauterina[59] ed essa si dipana in una continua interrelazione con il mondo e l'umanità, anche se essi, visivamente e intellettualmente, ci appaiono esterni e separati. Ma dentro di noi, al di là di quello che riteniamo intellettualmente, le cose vanno diversamente, come ci viene spiegato dalla neuroscienza cognitiva: «il

[57] O. M. Aïvanhov, *Conférence 20 avril 1941*, Éditions Prosveta.

[58] O. M. Aïvanhov, *Les monde des Archetypes*, cit.

[59] «La coscienza di sé, lungi dall'essere caratterizzabile come un'entità monolitica, ci appare come un processo dinamico, il risultato finale di un lungo processo di sviluppo che ha inizio dai primi mesi di vita. Tale processo si dispiega in una serie di stadi successivi che iniziano con la capacità mostrata dal neonato di discriminare tra le stimolazioni tattili del proprio corpo prodotte da propri movimenti e quelle prodotte da altri» (V. Gallese, *Neuroscienze e fenomenologia*, Treccani, 2009).

nostro rapporto con la realtà è in prima istanza mediato dai sensi, canali privilegiati d'accesso al mondo che ci circonda. Comunemente si crede che esista un mondo oggettivo cui siamo costantemente legati, ma da cui al contempo ci distinguiamo, in quanto soggetti di esperienze relative a quello stesso mondo. La nozione di soggettività diviene così una linea di demarcazione, una sorta di definizione per contrasto, da cui traiamo il nostro *ubi consistam*, il solido fondamento della nostra individualità personale [...]. L'analisi del mondo esterno si configurerebbe così come un flusso di informazioni che procedono unidirezionalmente a partire dalle aree corticali posteriori (sensoriali e associative) per giungere poi alle aree motorie frontali dove si integrerebbero con il prodotto dell'elaborazione della corteccia prefrontale, sede dei processi decisionali, e, più in generale, degli aspetti più sofisticati della nostra intelligenza. I dati sperimentali acquisiti nel corso degli ultimi venti anni ci consegnano, tuttavia, un quadro completamente diverso»[60].

Infatti, si è rilevato: «consideriamo un evento: l'osservazione di un panorama con una casa, un albero, un uccello che canta, fiori che sbocciano. È un'esperienza visiva, uditiva, olfattoria [...] Immagini, suoni, odori [...] sembra che entrino dentro di noi. Non è così: le cose della realtà provocano negli organi di senso potenziali elettrici che viaggiano all'interno del cervello. Nel cervello non viaggia l'immagine della casa, ma i potenziali elettrici che la casa provoca nella retina. Arrivati alle aree della coscienza, essi producono l'esperienza della casa [...] con i dati delle neuroscienze, si è imposta la convinzione che il mondo in cui viviamo non è quello reale [...] ma il prodotto dei nostri meccanismi cognitivi»[61].

Dunque, la nostra esperienza nel mondo non è una esperienza passiva, non è un dato risultante meccanicamente dagli influssi del mondo esterno. Tutto ciò, oggi è un dato acquisito dalla scienza. Infatti, le conferenze di Aïvanhov sono

[60] Ibidem.

[61] E. Bellone, *La realtà entra nel nostro cervello?*, Sole 24 Ore, 29 maggio 2011. Tutto ciò comprova che «La realtà corrisponde a ciò che provate. Se provate gioia, splendore, pace, libertà, forza, poco importa che esistano veramente anche al di fuori di voi... Il mondo interiore ha il primo posto. È semplice, è evidente, eppure la gente cercherà la propria ragione di vita nel mondo esteriore, senza rendersi conto che il mondo esteriore non può essere vissuto ma solo guardato, osservato, misurato, disegnato... Per poterlo vivere, dobbiamo almeno possedere interiormente l'elemento corrispondente. Se non si possiede alcun senso estetico e si resta impassibili e freddi anche davanti alle meraviglie della natura; se non si sente niente è come se non si possedesse niente. Tutto il nostro lavoro, quindi, deve tendere all'arricchimento del nostro mondo interiore» (O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*,17 maggio 2001, Prosveta Edizioni). Quindi, «non esiste veramente una realtà oggettiva: per ogni essere umano, l'unica realtà è ciò che egli stesso vive, è ciò che prova... La sofferenza o la gioia che l'essere umano prova, sono forse le uniche cose di cui egli non dubita mai. E in effetti, si può dubitare di ciò che si vede, di ciò che si ode, di ciò che si tocca, ma di ciò che si prova e di ciò che si vive non si può mai dubitare; si tratta di una realtà. In questo senso si può dire che l'essere umano è il padrone della realtà, perché se egli decide di essere abitato dal Cielo, ci riuscirà, e quali che siano le condizioni, ciò che egli sentirà sarà il Cielo» (Idem, *Pensieri Quotidiani*, 29 marzo 2017); cfr. Idem, capp. XI (Mondo oggettivo e mondo soggettivo) e XII (La preminenza del mondo soggettivo) in *La verità frutto della saggezza e dell'amore*, Prosveta Edizioni.

dedicate a tematiche differenti ma tutte correlate all'esigenza di consentire di riprogettare la nostra esperienza interiore ed esteriore nel mondo. È la nostra esperienza nel mondo che ci permette di rendere la nostra esistenza più utile e meno dannosa, più felice e meno triste e spenta. Occorre, allora, partire dal nostro mondo interiore.

Per tale ragione, la reimpostazione e la sacralizzazione della vita quotidiana, illustrata con dovizia di argomentazioni e metodi, diventa il tramite necessario in virtù del quale il nostro organismo (cioè tutto il nostro essere e non il solo intelletto) può acquisire una nuova consapevolezza di Sé nel Mondo e quindi adottare comportamenti sempre più evoluti. Il modo di vivere nell'Opera di Aïvanhov è scandagliato nelle sue implicazioni psicologiche ed è illuminato nell'azione che esercita sulla nostra coscienza. E tutto ciò ci consente di riappropriarci della nostra esistenza, tessendo i fili del nostro Sé più evoluto, partendo – questo è un punto importante – dai piccoli atti quotidiani: il lavoro su di sé va avviato, infatti, non con grandi proclami, ma con pazienza e umiltà.

Nel compiere tutte le azioni della vita quotidiana, afferma Aïvanhov, «anche quelle più insignificanti, dovete imparare a mettere in moto le forze e gli elementi che vi permettano di trasporle nel piano spirituale e di raggiungere così i gradi superiori dell'esistenza. Prendiamo ad esempio una giornata normale: ci si sveglia al mattino e, immediatamente, scatta tutta una serie di processi, di pensieri di sentimenti e anche di azioni: accendere la lampada, alzarsi, aprire la finestra, lavarsi, preparare la colazione, andare al lavoro, incontrare persone, etc. Quante cose! E tutti sono obbligati a compierle. La differenza sta nel fatto che alcuni le fanno meccanicamente, passivamente; altri invece, quelli che possiedono una filosofia spirituale, cercano di introdurre in ogni momento della giornata la maggiore intensità e purezza possibili, in modo da trasformare e dare a tutto un senso di nuovo; e così facendo, ricevono continuamente delle ispirazioni»[62].

La spiritualità, affermano anche Boff e Hathaway, «è un modo di essere, un atteggiamento fondamentale da vivere in ogni momento e circostanza. Mentre sbrigano le faccende domestiche, lavorano in fabbrica, guidano l'auto, chiacchierano con gli amici, vivono un momento di intimità con la persona amata, coloro i quali hanno fatto spazio alla profondità e all'elemento spirituale restano quadrati, sereni e pervasi di pace. Irradiano vitalità ed entusiasmo»[63]. La spiritualità, hanno puntualizzato i citati autori, è diversa dalla teologia: «la teologia lavora con concetti e pensa in termini di concetti; la spiritualità esperisce emozioni profonde [...] emerge allorché dalla testa passiamo al cuore, la spiritualità non è pensare Dio nel Cosmo, è esperire Dio in tutte le cose»[64].

---

[62] O. M. Aïvanhov, *Regole d'oro per la vita quotidiana*, Prosveta Edizioni.
[63] L. Boff e M. Hathaway, *op.cit.*, p.532.
[64] *Ivi*, pp. 559-560.

In assenza del desiderio di cambiare la propria vita quotidiana anche la stessa meditazione non è di aiuto: «avendo sentito parlare degli effetti positivi della meditazione, taluni decidono di meditare [...] potranno anche assumere una postura, chiudere gli occhi e fare tutti gli esercizi yoga che vorranno, ma finché non si imporranno una certa disciplina interiore, quegli esercizi non serviranno a niente... Cosa fa un malato deciso a ritrovare la salute? Non si accontenta di prendere dei medicinali, ma segue un regime, adotta un nuovo stile di vita [...]. E voi, se volete che la pratica della meditazione sia realmente benefica, dovete apportare dei cambiamenti anche in tutto il vostro modo di vivere»[65]. Quindi, «fin dal momento del risveglio, al mattino, accogliete con gratitudine la giornata che inizia e prendete la decisione di viverla con amore. Cosa significa vivere con amore? Ebbene, significa semplicemente respirare, mangiare, camminare, guardare, ascoltare con amore. Voi credete di sapere già tutto ciò [...]. Invece non lo sapete. Quando comincerete a comprendere veramente con tutto il vostro essere cosa significhi vivere con amore, la vostra intera esistenza sarà trasformata. L'amore sgorgherà da voi senza sosta, dal mattino alla sera, persino quando dormirete! Vivere con amore significa vivere in uno stato di coscienza che armonizza tutte le azioni della vita, che conserva l'essere in uno stato di equilibrio perfetto, uno stato di coscienza che è fonte di gioia, di forza, di salute, non soltanto per se stessi ma anche per tutti quelli che si incontrano»[66].

È stato anche osservato che per ampliare il senso del Sé dobbiamo migliorare la capacità di provare empatia e compassione[67]. Questa prospettiva verso l'empatia e la compassione si può realizzare concretamente, si è precisato, giacché la «nozione della profonda connessione con la Terra e i suoi processi evolutivi è già presente in noi grazie all'inconscio ecologico. Non deve essere creata *ex nihilo*; piuttosto va risvegliata attraverso un processo che ne riporti alla coscienza, la memoria profonda. Questo risveglio deve essere alimentato dall'amore, dalla bellezza e dalla meraviglia: forze che ci aprono alla parte migliore di noi»[68]. Ma va aggiunto che questa importante capacità di risveglio può essere acquisita concretamente solo se è integrata nel proprio organismo, come sopra rilevato, cioè nell'organismo che vive e agisce anche negli atti più piccoli del vivere quotidiano.

La forza del cambiamento non può prescindere dagli atti quotidiani ritenuti "piccoli" a causa di una nostra visione abitudinaria della vita. In effetti, la visione intellettualistica, a causa della sua parzialità "cognitiva", non coglie la rilevanza degli atti quotidiani. Il metro valutativo implicito nella visione intellettualistica valorizza nella vita ciò che procura vantaggi personali e successo personale.

---

[65] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 1 aprile 2009, Prosveta Edizioni.
[66] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 2 gennaio 2005, Prosveta Edizioni.
[67] L. Boff e M. Hathaway, *op.cit.*, p.208.
[68] Ibidem.

Eppure, nelle piccole cose vi è la forza per poter fare cose più grandi. Sono proprio gli atti quotidiani ritenuti "piccoli" quelli che imprimono le qualità alla nostra giornata, sui quali possiamo radicare atti più complessi. Infatti, Madre Teresa di Calcutta affermava, prendendo spunto dai Vangeli,: «Siate fedeli nelle piccole cose, perché è in esse che sta la vostra forza»[69]. Questa non è una affermazione retorica o una frase ad effetto. Spiega, infatti, Aïvanhov che se vogliamo controllare le energie occorre risalire alla loro fonte, così se vogliamo orientare i nostri sentimenti e pensieri, dobbiamo agire fin dai piccoli atti quotidiani: «la padronanza di sentimenti e pensieri la si raggiunge più facilmente cominciando a sorvegliare i gesti che si fanno nella vita quotidiana [...] è così che a poco a poco si acquisiscono maggiori possibilità psichiche [...]. Dite di non vederne il rapporto? Eppure esiste: finché non avrete imparato a dominarvi in ogni minimo dettaglio della vita quotidiana, non potrete dominare la collera, la cupidigia, il disgusto, la sensualità, il desiderio di vendetta»[70].

Anche nell'antichità questi esercizi venivano praticati, «esercizi pratici che specialmente Plutarco ha descritto con notevole precisione: controllare la collera [...] le proprie parole, il proprio amore della ricchezza, cominciando a esercitarsi nelle cose facili per acquistare a poco a poco un'abitudine stabile e solida»[71].

Dobbiamo auspicarci che questo straordinario sapere elaborato da una umanità evoluta fin dal lontano passato non venga più messo da parte o cloroformizzato dai dibattiti "intellettuali", ma venga riportato nella vita, reso accessibile e apprendibile dal maggior numero di persone. Il progresso umano e sociale del quale molto si parla non può prescindere dalla condivisione della cultura che promuove una autentica crescita e libertà interiore. Evidentemente, questi cambiamenti non possono provenire da coloro che si adoperano per assopire la coscienza della collettività.

4. Identificarsi con la propria Natura divina al fine di lavorare sulla natura umana

1. Questo cammino di costruzione, questo lavoro di tessitura del Sé superiore e di una nuova coscienza, beninteso, ha da sempre interessato l'uomo che vi ha dedicato molte energie nell'ambito di diverse prospettive.

Ma cosa ostacola la sacralizzazione della vita quotidiana, la riprogettazione del nostro essere al mondo, la percezione dei legami di Unità, l'emersione del nostro Sé più evoluto? Cosa ostacola la voglia di cambiamento in noi? Cosa ci

[69] *Vangelo di Matteo*, 6,10: «Chi è fedele in cose di poco conto è fedele anche nelle cose importanti. Al contrario, chi è disonesto nelle piccole cose è disonesto anche nelle cose importanti».
[70] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 3 febbraio 2014, Prosveta.
[71] P. Hadot, *Esercizi spirituali e filosofia antica*, Einaudi, 1987, p.15.

fa tornare indietro nel cammino del cambiamento? Cosa ci cloroformizza, ci soggioga ed umilia nelle dipendenze? Per quale ragione vi sono persone che avvertono il bisogno di dare spazio alla loro Natura divina e persone che non avvertono nemmeno il bisogno di migliorarsi? Cosa ci frena e ci blocca nel vivere la vita con *pensieri e sentimenti sacri e unificanti*?

L'esperienza che tutti noi maturiamo nella vita quotidiana ci dà la risposta: siamo caratterizzati da una fisiologica ambivalenza. Pico della Mirandola ci ricordava che ciascuno di noi ha la libertà di fare di sé ciò che vuole fino a diventare come un animale o come Dio, usando a questo scopo tutto il Creato. Anche Pascal riconosceva, con toni coloriti, che nell'uomo vi è la componente bestiale e quella divina. Il nostro "Io" si trova al centro tra queste due direzioni, tra queste due nature e deve scegliere dove dirigersi.

Occorre avere la consapevolezza, ricorda Morin, che la barbarie del mondo è collegata anche alla nostra[72]. Come ammoniva Buber, «l'uomo deve, innanzi tutto, al di là della farragine di cose senza valore che ingombra la sua vita, raggiungere il suo Sé, deve trovare se stesso, non l'io ovvio dell'individuo egocentrico, ma il Sé profondo della persona che vive con il mondo. E anche qui tutte le nostre abitudini ci sono d'ostacolo. Bisogna che l'uomo si renda conto che le situazioni conflittuali che l'oppongono agli altri sono solo conseguenze di situazioni conflittuali presenti nella sua anima, e che quindi deve sforzarsi di superare il proprio conflitto interiore per potersi così rivolgere ai suoi simili da uomo trasformato, pacificato, e allacciare con loro relazioni nuove, trasformate»[73].

Anche lo scienziato Gallese ha recentemente stigmatizzato, in una prospettiva scientifica, la nostra ambivalenza: «La nostra costitutiva apertura agli altri può essere declinata sia in termini di violenza sociale che di cooperazione sociale».

Aïvanhov traduce il concetto di ambivalenza con i concetti di natura inferiore (natura animale, natura umana o personalità) e natura superiore (Natura divina o individualità)[74]. Tutti possiamo constatare, afferma Aïvanhov, che sulla nostra

[72] E. Morin, *Etica*, Cortina, 2005, p.86. Il problema etico centrale, secondo Morin, «per ciascun individuo è quello della propria barbarie interiore. È per superare queste barbarie che l'auto-etica costituisce la cultura psichica più necessaria di quella fisica» (*ivi*, p.83).

[73] M. Buber, *Il cammino dell'uomo*, Qiqajon, 1990, p.47.

[74] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 1 giugno 2002: «Certi comportamenti degli esseri umani restano inesplicabili perché non si conoscono le relazioni che esistono fra la loro natura inferiore e la loro natura superiore. Così accade che persone, che per anni sono stati modelli di moralità e di virtù, diventino un giorno preda di passioni incontrollate e si abbandonino ad ogni sorta di eccessi. D'altra parte si sono visti dei criminali o dei dissoluti prendere improvvisamente il cammino della bontà, della purezza e del sacrificio. L'esempio dell'albero può fornirci una spiegazione. Avete osservato come, nell'albero, i rami sono legati alle radici? Nello stesso tempo in cui i rami si allungano o si infoltiscono, anche le radici si sviluppano, affondando sempre di più in profondità nella terra. Ebbene, per l'uomo, come per l'albero, ciò che è più in alto è legato a ciò che è più in basso, e viceversa. Se egli non ne è cosciente e se non studia nella Scienza iniziatica come funzionano questi legami fra l'alto e il basso, numerosi fenomeni della vita psichica gli resteranno per molto tempo impossibili da controllare o anche solamente da comprendere».

coscienza, paragonabile, per così dire, ad uno schermo cinematografico, appaiono, di volta in volta, comparse che vengono a esprimere qualcosa della nostra natura inferiore, oscura ed egoista (personalità) oppure, qualcosa della nostra natura superiore, luminosa, vasta e disinteressata (individualità)[75]. Dentro di noi, spesso, si apre un conflitto tra queste due nature. Entrambe le nature coesistono nell'essere umano il quale decide, consapevolmente o meno, a quale delle due nature dare la possibilità di manifestarsi nelle varie circostanze della vita[76].

Il discepolo è colui che «ha compreso di doversi imporre a tutti coloro che in lui (il ventre, lo stomaco, il sesso, il fegato, il cervello, il cuore…) non smettono di inviargli i loro rappresentanti per rivendicare qualcosa […]. È vero, egli non può impedire che certi suggerimenti, sotto forma di immagini o di impulsi istintivi, giungano sino alla sua coscienza per cercare di disturbarlo nel suo lavoro spirituale, ma egli non deve cedere […]. Sforzatevi quindi di comprendere che tutte le volontà discordanti che si esprimono in voi, devono essere disciplinate e messe al lavoro nell'interesse del vostro intero essere. Imponete loro la legge dello spirito, affinché la vostra coscienza diventi Supercoscienza»[77].

Talvolta, si afferma di voler «seguire la natura, di imitare la natura, di conformarsi alle leggi della natura, e va bene; ma di quale natura si tratta? Non esiste una sola natura, ma due: quella inferiore e quella superiore. Molti di coloro che "obbediscono alla natura", come dicono, si oppongono in realtà alla natura superiore, mentre coloro che hanno deciso di liberare la propria Natura divina, si sforzano di limitare e soggiogare la natura animale. Una grande confusione regna nella mente degli esseri umani; ecco perché è necessario renderli consapevoli dell'esistenza in loro di una natura superiore, che ha manifestazioni opposte a ciò che essi chiamano "la natura umana", giacché questa natura umana è in realtà la loro natura inferiore ereditata dal regno animale. Quante volte, per giustificare certe debolezze, si sente dire: "È umano!" In realtà, se si riflette bene, queste parole significano semplicemente: è animale! Non è scritto da nessuna parte che l'uomo sia obbligato a lasciarsi andare a tali debolezze»[78].

Comunque, non per questo la natura umana deve essere, come si suol dire oggi, criminalizzata, giacché essa ha una sua storia e una sua funzione: «la nostra natura inferiore è un'eredità del regno animale e, poiché ha vissuto in condizioni molto difficili, è estremamente egoista, cattiva e crudele. Guardate quali difficoltà devono affrontare gli animali per procurarsi il cibo e un riparo per poter sopravvivere o difendersi dagli altri animali! Come volete che la natura primitiva, vissuta in tali condizioni per tanto tempo, si dimostri ora generosa e disinteressata? Giustamente ciò non avviene; per sopravvivere doveva essere

[75] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 25 settembre 2001, Prosveta Edizioni.
[76] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 21 settembre 2001, Prosveta Edizioni.
[77] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 29 marzo 2011, Prosveta Edizioni.
[78] O. M. Aïvanhov, *Natura umana e Natura divina*, Prosveta Edizioni.

aggressiva e possessiva [...]. La natura inferiore adempie perfettamente al suo compito [...]. Tuttavia essa non è l'ultima tappa dello sviluppo umano. Ora tocca allo Spirito manifestare le sue qualità, e grazie a esso si potranno equilibrare le forze istintive con le forze razionali. La natura inferiore diventerà, per così dire, il nutrimento della natura superiore che approfitterà di tutte le sue ricchezze, solo allora si raggiungerà la pienezza»[79].

Il nostro sviluppo futuro è, dunque, quello dell'affermazione della natura superiore (individualità), della Natura divina, della natura fraterna, cioè della Supercoscienza, che è già nell'uomo come germe, sviluppato molto o poco a seconda del grado di coscienza del singolo e cioè del suo lavoro interiore. Ai fini della nostra evoluzione dobbiamo, quindi, intraprendere questo lavoro spirituale di armonizzazione delle nostre due nature. Ma come iniziare?

Aïvanhov ci invita a diventare dapprima coscienti di questa ambivalenza, cioè a saper riconoscere in noi le manifestazioni delle due diverse nature e a cominciare ad osservare il mondo dal punto di vista del nostro Sé superiore, della nostra Natura divina: quando l'uomo accetterà il punto di vista del suo Sé superiore, vedrà se stesso in modo nuovo e inizierà a diventare giusto, nobile e la sua coscienza si espanderà[80]. È il segreto della nuova educazione: fino quando si resta dal punto di vista della natura personale non si cambierà giacché le radici dei comportamenti negativi sono proprio qui, nella personalità o natura inferiore[81].

Chi intende avviarsi sul cammino luminoso della ricerca dell'Unità deve, dunque, cambiare punto di vista giacché questo ha un impatto strategico ai fini di un cambiamento comportamentale autentico[82].

Peraltro, questo cambiamento di prospettiva, il passaggio cioè dalla coscienza circoscritta a se stessi alla coscienza del proprio "Sé" integrato nel mondo, nella collettività, ricade, effettivamente, nelle nostre potenzialità. Questo passaggio espansivo è fisiologico anche perché la coscienza è suscettibile di variazioni, come ben sanno coloro che si osservano nella vita. Anche gli studiosi riconoscono ormai che la coscienza «ha una struttura dinamica e processuale»[83]. La coscienza, afferma Aïvanhov, «è come uno schermo vivo che si espande e si restringe secondo l'intensità della luce proiettata [...] tutto dipende dal grado di intensità della vita che è dentro di noi»[84]. L'espansione della coscienza verso il "noi", verso la collettività, verso la percezione di una famiglia estesa è, dunque, possibile, come

[79] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 7 aprile 2001, Prosveta Edizioni.

[80] O. M. Aïvanhov, cap. XI (*Dobbiamo imparare a identificarci con l'individualità*) in *La chiave essenziale*, cit.

[81] O. M. Aïvanhov, *Conférence 11 septembre 1958*, Éditions Prosveta.

[82] Su questo percorso, cfr. O. M. Aïvanhov, *La chiave essenziale*, cit.; Idem, *«Voi siete dèi»*, cit.; Idem, *Natura umana e Natura divina*, cit.

[83] M. Santerini, *Educazione morale e neuroscienze: la coscienza dell'empatia*, La scuola, 2011, p.39.

[84] O. M. Aïvanhov, *Conférence 27 mars 1967*, Éditions Prosveta. Attualmente, sfuggono alla nostra coscienza i processi vitali (digestione, assimilazione, crescita etc.) e la vita elevata della Supercoscienza (Idem, *Conférence 21 mars 1970*, Éditions Prosveta).

hanno dimostrato grandi individualità e come è stato comprovato da coloro che si sono cimentati su questo percorso, constatandone i progressivi miglioramenti individuali. Ciò che conta è compiere la scelta di identificarsi con la parte superiore e divina che è in noi, nella consapevolezza che si tratta di un percorso graduale e progressivo. Modellare la propria materia interiore richiede impegno continuo. Ma se si persevera in un nuovo modo di vivere, la nostra coscienza inizierà ad ampliarsi e allora, come afferma Aïvanhov, sentiremo sempre più cose, appariranno sempre più evidenti i legami tra gli esseri e ci avvicineremo ad una rappresentazione della vita diversa da quella che avevamo immaginato quando la nostra coscienza era posizionata sui nostri bisogni egocentrici.

Aïvanhov formula questo esempio per farci toccare con mano il cuore del problema: «Vi sentite tristi, inquieti, irritati [...]. Queste sensazioni corrispondono a livelli di coscienza inferiori. Perché allora non cambiare livello? Così come nulla vi obbliga a restare nella vostra cantina, dove è buio e fa freddo, allo stesso modo niente vi obbliga a restare nelle vostre cantine interiori. Attraverso la concentrazione e la preghiera, sforzatevi di elevarvi fino alle regioni della Supercoscienza, la coscienza divina, dove vivrete nella Luce e nella pace. Facendo questo esercizio, constaterete che niente vi può limitare, perché il vostro essere si espande sino all'infinito. Voi vi fondete con la Luce divina, e in quella fusione, che è la sola vera esperienza di libertà, sentite, pur se per un breve istante, che il vostro Sé superiore, che è una particella di Dio stesso, prende a poco a poco possesso di voi»[85].

La coscienza, a mano a mano che si amplia, genera in noi nuove immagini mentali sulla base delle quali riprogettiamo, affiniamo e adattiamo continuamente la nostra esistenza. Questo appare essere un punto capitale del quale occorre tenere conto: come osservano anche gli scienziati Capra e Luisi, «la nostra capacità di trattenere le immagini mentali e proiettarle nel futuro non solo ci permette di identificare degli obiettivi, degli scopi e di sviluppare delle strategie e dei progetti, ma anche di scegliere tra diverse alternative e quindi ci permette di formulare dei valori e delle norme di comportamento sociali»[86]. E ciò ha un naturale impatto sulla cultura e sulla società, posto che il significato antropologico della parola "cultura" è proprio quello di «sistema integrato di valori, credenze e regole di condotta acquisiti socialmente che delimitano lo spettro dei comportamenti socialmente accettati in ogni data società»[87].

Evidenti appaiono allora i nessi tra la sacralizzazione della vita quotidiana, l'espansione della coscienza e i cambiamenti culturali e sociali.

È importante, pertanto, come ricorda Aïvanhov, che la nostra coscienza non viva imprigionata nei bisogni del nostro corpo fisico o negli oggetti che

[85] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 18 settembre 2009, Prosveta Edizioni.
[86] F. Capra e P. L. Luisi, *op.cit.*, p.393.
[87] Ibidem.

possediamo, come spesso accade, ma che abbracci l'intero Creato. Solo così potremo risorgere, avere nuove attitudini, avere l'audacia per cambiare la nostra vita e la perseveranza nel cambiamento a fronte delle difficoltà e delle cadute. Un esempio concreto, sperimentabile può chiarire meglio il concetto[88]. Ad esempio, se ci concentriamo spesso sul pensiero che siamo immortali, che abbiamo uno Spirito che non può mai morire, eterno e dotato di una esistenza senza fine, allora, qualunque cosa ci accada, non saremo mai annientati, ma manterremo in noi una fiaccola di luce che ci renderà sempre vivi. Effettivamente, quando la coscienza è nello spirito abbiamo un'altra resistenza, un altro coraggio, un'altra attitudine verso la vita.

Al contrario, quando ci allontaniamo con la coscienza dalla nostra natura superiore, perdiamo coraggio, forza, fierezza e riprendono spazio gli istinti atavici e diventiamo vulnerabili. Il segreto dell'Iniziazione, ci rivela Aïvanhov, è stato e sarà sempre l'arte di poter vivere ed esistere nello Spirito cioè con la coscienza unita e inseparabile dal Sé superiore[89].

Questo lavoro spirituale sulla nostra natura umana è già indicato nei Vangeli, ma non è stato ancora realizzato: «Gesù è venuto per insegnare agli esseri umani che il vero sacrificio non consiste nell'offrire a Dio qualcosa di esteriore a noi [...], ma che bisogna invece immolare i nostri animali interiori, poiché la natura inferiore è il rifugio [...] dei nostri vizi, dei nostri bassi istinti»[90].

Le conferenze di Aïvanhov supportano questo lavoro spirituale, cioè la presa di coscienza delle singole manifestazioni delle due nature, umana e divina, il lavoro di orientamento e armonizzazione delle stesse e l'identificazione con la propria Natura divina.

Pensiamo, ad esempio, alle conferenze in tema di:

- *conoscenza della struttura della nostra vita psichica*[91]*;*
- *conoscenza delle manifestazioni della natura umana e divina*[92]*;*
- *metodi per entrare in contatto e risvegliare il nostro Sé superiore (la nostra Natura divina, la nostra Supercoscienza)*[93]*;*

---

[88] O. M. Aïvanhov, *Conférence 9 avril 1952*, Éditions Prosveta.

[89] Ibidem.

[90] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*,19 luglio 2001, Prosveta Edizioni. Idem, cap. XII (Il significato del sacrificio nelle religioni) in *La Chiave essenziale*, cit.; Idem, cap. V (Il sacrificio) in *Conosci Te stesso*, cit.; Idem, cap. IX (Il sacrificio come trasmutazione della materia) in *Il lavoro alchemico ovvero la ricerca della perfezione*, Prosveta Edizioni; Idem, cap. X (Il sacrificio) in *Potenze della Vita*, cit. Idem, cap. X (Ogni sacrificio imprime in noi il sigillo del sole) in *Il sorriso del Saggio*, Prosveta Edizioni.

[91] O. M. Aïvanhov, *La vita psichica, elementi e strutture*, cit.

[92] O. M. Aïvanhov, *Natura umana e Natura divina*, cit.; Idem, Parte II (Cos'è la natura umana) in *Voi siete dèi*, cit.

[93] O. M. Aïvanhov, capp. VII (La coscienza) e VIII (Il Sé superiore) in *Conosci te stesso*, cit.; Idem, cap.III (Il nostro Sé superiore dimora nel Sole) in *Lo yoga del Sole*, cit.; Idem, *L'intuizione, facoltà del nostro Sé superiore*, conferenza - dvd, 2016, Prosveta edizioni; Idem, parte VI (*Le Moi supérieur, La descente du Saint-Esprit. L'Initiation, un changement d'état de*

- *metodi tramite i quali la nostra Natura divina lavora sulla natura umana*[94];
- *metodi per trasformare le singole debolezze che rendono infelici le nostre esistenze*[95];
- *metodi per orientare la sessualità e l'amore*[96];
- *metodi per rinnovare e sostituire la memoria legata alla ripetizione delle nostre abitudini nocive*[97].

Il lavoro di armonizzazione tra le nostre due nature genera il nostro benessere e nuove possibilità realizzative e per questo motivo occupa un posto fondamentale nelle conferenze. Questo lavoro spirituale ci libera da fardelli inutili, ci dà la forza interiore per capire e superare le sofferenze, fa nascere in noi momenti di resurrezione interiore giacché grazie a esso iniziamo a morire in qualcosa cioè nella natura inferiore e a rinascere nella natura superiore.

Questo lavoro di armonizzazione tra le due nature, coerente con l'Insegnamento originario dei Vangeli, è fattibile se si è consapevoli: dei pensieri favorevoli e sfavorevoli che vivono in noi; dei desideri che ci perturbano e impoveriscono o che invece costruiscono e arricchiscono; dei gesti che ci ristabiliscono, o, demoliscono[98]. Dobbiamo sapere in ogni istante quali pensieri e immagini ci attraversano e a tal fine non possiamo essere incoscienti ma vigilanti e consapevoli. Dobbiamo capire perché siamo in un certo stato di coscienza, perché siamo tormentati o, al contrario, ispirati[99].

Gli occidentali dicono di sapere tutto, eppure non riescono ad agire sui loro disturbi, a cambiare stato di coscienza e trasformare le energie negative in positive. Non possono nulla giacché il loro sapere è inefficace[100].

---

conscience) in *Et il me montra un fleuve d'eau de la vie*, Éditions Prosveta.

[94] O. M. Aïvanhov, capp. X (È la personalità che impedisce al Cielo di manifestarsi), XI (Dobbiamo imparare ad identificarci con l'individualità) e XVII (L'individualità deve assorbire la personalità) in *La Chiave essenziale*, cit.

[95] O. M. Aïvanhov, capp. VI (Le impronte), VII (L'innesto), VIII (utilizzazione delle energie), IX (il sacrificio come trasmutazione delle energie) e XI (Orgoglio e umiltà) in *Il lavoro alchemico ovvero la ricerca della perfezione*, cit.; Idem, cap. XVI (Non scoraggiarsi a causa dei propri difetti) in *Un avvenire per la gioventù*, Prosveta Edizioni; Idem, cap. II (La gelosia) in *Amore e sessualità*, cit.; Idem, cap. XII (Gli inimmaginabili tesori della pazienza) in *Alle sorgenti inalterabili della gioia*, Prosveta Edizioni; Idem, cap. I (Dolcezza e umiltà) in *Alchimia spirituale*, cit.; Idem, capp. II (Carattere e temperamento) e IV (Come misurarsi con il drago) in *Le Potenze della Vita, cit.*; Idem, cap. XX (Come addomesticare gli animali interiori) in *La Chiave essenziale*, cit.; Idem, capp. V (Il discepolo alle prese con la sua natura inferiore) e VI (Vanità e orgoglio) in *Vita e lavoro alla scuola divina*, cit.

[96] O. M. Aïvanhov, cap. IX (Un trasformatore dell'energia sessuale: l'Alto ideale) in *La forza sessuale o il drago alato*, cit.; Idem, *Amore e sessualità*, cit; Idem *Sessualità forza del cielo*, cit.; Idem, cap. XII (Come la sessualità può servire la natura superiore) in *La Chiave essenziale*, cit.; Idem, cap. XII (La sublimazione della forza sessuale) in *Lavoro alchemico e la ricerca della perfezione*, cit.

[97] O. M. Aïvanhov, cap.XVIII (La questione del doppio. Le nuove registrazioni) in *Le leggi della Morale cosmica - come si semina, così si raccoglie-*, Prosveta Edizioni .

[98] O. M. Aïvanhov, *Conférence 1 mai 1945*, Éditions Prosveta.

[99] O. M. Aïvanhov, *Conférence 31 décembre 1962*, Éditions Prosveta.

[100] O. M. Aïvanhov, *Conférence 24 mai 1941*, Éditions Prosveta.

In effetti, quando le correnti dentro di noi sono passionali, istintive, grossolane, sensuali, in luogo di cedere, credendo che non sia possibile cambiarle, dovremmo agire per migliorarle. L'uomo è potente nel campo interiore ma ignora, purtroppo, le facoltà straordinarie di cui dispone per imprimere diverse direzioni ai suoi pensieri, ai suoi sentimenti e alle sue immagini[101].

Ma non bisogna lottare, avverte Aïvanhov, con le energie della natura umana; occorre, invece, orientarle diversamente; infatti, molte conferenze illustrano, a tal fine, come liberarci dai nostri stati negativi e come trasformare in positivo le nostre energie, abbandonando ciò che è triste, penoso, pesante e sgradevole[102]. Non bisogna, dunque, lottare contro il male. Ciò che bisogna fare è neutralizzare il male con l'aiuto del bene. Il bene possiede tutte le armi e conosce tutti i medicamenti che permettono di neutralizzare le passioni[103].

Osserva Aïvanhov: «Vi ho già indicato tanti di quei metodi, nelle mie conferenze! Per tutte le circostanze della vita vi ho dato esercizi, movimenti da fare, formule da pronunciare, affinché possiate trasformare i vostri stati negativi, calmarvi, armonizzarvi [...]. Purtroppo la maggior parte degli uomini, che non conoscono questi metodi, vivono, pensano e agiscono sempre meccanicamente, inconsciamente; niente di ciò che fanno ha grandi risultati perché le loro parole, i loro gesti non sono legati ad alcun pensiero, ad alcuno scopo, e restano inefficaci [...]. Gli uomini sono tesi, pressati, bloccano il loro sistema nervoso e impediscono la manifestazione di altre cose in loro. Con i canti, gli esercizi, le respirazioni [...] miglioriamo la salute, la calma interiore, l'equilibrio così l'anima può librarsi e captare cose sottili, divine»[104].

Molte conferenze sono dedicate, conseguentemente, alla presa di coscienza e sviluppo delle nostre facoltà e delle nostre risorse, delle quali avvalerci per compiere con equilibrio il lavoro spirituale sulla natura umana.

Pensiamo alle conferenze aventi come tema:

- *i gesti*[105]*;*
- *la danza sacra*[106]*;*
- *i canti mistici*[107]*;*
- *l'ascolto della musica sacra*[108]*;*

---

[101] Ibidem.

[102] O. M. Aïvanhov, *Conférence 6 août 1956*, Éditions Prosveta.

[103] O. M. Aïvanhov, *Conférence 6 avril 1942*, Éditions Prosveta.

[104] O. M. Aïvanhov, *Conférence 23 juin 1963*, Éditions Prosveta.

[105] O. M. Aïvanhov, *La ginnastica*, libro-Dvd, Prosveta Edizioni; Idem, cap. VIII (La magia del gesto) in *Creazione artistica e spirituale*, cit. Idem, *Gli esercizi di ginnastica e la Paneuritmia* in *Cercate il Regno di Dio e la sua Giustizia*, parte III.

[106] U. Muriel, *La Paneuritmia di Peter Deunov*, Prosveta Edizioni, 2012.

[107] O. M. Aïvanhov, capp. V (La voce) e VI (Il canto corale) in *Creazione artistica e spirituale*, cit.; Idem, parte III in *Cercate il Regno di Dio e la sua Giustizia*.

[108] O. M. Aïvanhov, cap. VII (Come ascoltare la musica) in *Creazione artistica e spirituale*, cit.

- *il pensiero*[109];
- *la meditazione*[110];
- *la concentrazione*[111];
- *la contemplazione e identificazione*[112];
- *la preghiera*[113];
- *la parola*[114];
- *le proprietà della Luce spirituale*[115];
- *il ruolo del subconscio*[116];
- *Il lavoro con l'immaginazione*[117];
- *Il plesso solare e il centro hara*[118];
- *I centri sottili dell'uomo*[119].

5. La Natura nel percorso di cambiamento. Partecipare interiormente e aprire la coscienza alla vita del Cosmo e ai suoi ritmi. I canti mistici e l'empatia

1. La relazione armoniosa e viva con la Natura è fondamentale e imprescindibile nel percorso di cambiamento. In alcuni momenti della nostra Vita si acuisce il bisogno di uscire dal "torpore psichico" e di tornare a provare il gusto della vita: «molti di noi hanno imparato a guardare e ascoltare di meno, a intorpidire i propri sensi rispetto alla bellezza del mondo naturale… sentendoci vuoti ci

[109] O. M. Aïvanhov, cap. VI (I pensieri sono esseri viventi) in *Le potenze della Vita*, cit.; Idem, cap. VI (Come il pensiero si concretizza nella materia) in *L'armonia*, cit.; Idem, cap. V (La funzione del pensiero: estrarre la quintessenza) in *I Segreti del libro della Natura*, cit.; Idem, *Il Pensiero può realizzarsi solo grazie al sentimento*, conferenza - dvd, Prosveta Edizioni; Idem, *Potenze del pensiero*, cit.
[110] O. M. Aïvanhov, cap. XI (Le basi della meditazione) in *Potenze del Pensiero*, cit.; Idem, *Meditazioni al sorgere del Sole*, Prosveta Edizioni. Idem, parte III in *Cercate il Regno di Dio e la sua Giustizia*, cit.; Idem, cap. IX (Il raggio laser nella vita spirituale) in *La Luce Spirito vivente*, cit.
[111] O. M. Aïvanhov, cap. X (Il potere della concentrazione) in *Potenze del Pensiero*, cit.
[112] O. M. Aïvanhov, cap. VI (Concentration, méditation, contemplation, identification) in *Connais-toi toi-même*, cit., vol. II, Éditions Prosveta.
[113] O. M. Aïvanhov, cap. XII (La preghiera creatrice) in *Potenze del Pensiero*, cit.
[114] O. M. Aïvanhov, cap. IV (La parola magica) in *Il libro della magia divina*, Prosveta Edizioni. Idem, cap. XVI (Formule e preghiere) in *La nuova Terra*, cit.
[115] O. M. Aïvanhov, cap. V (La luce spirituale è apportatrice di felicità) in *I Semi della felicità*, cit.; Idem, cap. IX (Soltanto la luce dello spirito deve guidarci) in *Alle sorgenti inalterabili della gioia*, cit.; Idem, cap. XIII (I metodi della luce) in *La nuova Terra*, cit.; Idem, cap. X (L'onnipotenza della luce) in *Vita e Lavoro alla Scuola divina* II; Idem, *La Luce Spirito vivente*, cit.
[116] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 23 febbraio 2015, Prosveta Edizioni; Idem, cap. XII (La Subcoscienza) in *Vita psichica*, cit., Idem, cap. II (L'educazione subcosciente dei figli) in *La pedagogia iniziatica* I, cit.
[117] O. M. Aïvanhov, cap. III (L'immaginazione formatrice) in *Pedagogia iniziatica* II, Prosveta Edizioni.
[118] O. M. Aïvanhov, capp. IX (Il plesso solare ed il cervello), X (Il centro Hara) e XI (Il cuore iniziatico) in *L'Armonia*, cit.
[119] O. M. Aïvanhov, *Centri e corpi sottili*, cit.

lanciamo in attività compulsive insoddisfacenti, che non ci nutrono»[120].

Con il trascorrere degli anni, tendiamo, purtroppo, a perdere il sapore della Vita. Ci ricorda Aïvanhov: «gli uomini respirano, mangiano, camminano, vedono, ascoltano, senza che la loro coscienza prenda parte attiva a queste attività; si direbbe che la loro sensibilità sia andata affievolendosi a poco a poco. Ma ecco che qualcuno si ammala […] poi, un giorno, entra finalmente in convalescenza, e allora, all'improvviso, il cibo, l'aria e la luce gli appaiono deliziosi. E che gioia potersi di nuovo spostare liberamente, uscire a contemplare il cielo, gli alberi e tutta la natura, ascoltare il vento e il canto degli uccelli!»[121].

Ma come possiamo cogliere e ampliare questo "sapore" nella vita di tutti i giorni? L'esempio appena citato, ci indica la strada: dobbiamo partecipare "interiormente" alla vita che viviamo.

A ben vedere, il "gustare", anche al solo livello fisiologico, comporta una assimilazione dell'oggetto: se facciamo nostre le bevande e i cibi, possiamo coglierne il sapore. Lo stesso vale per la vita che viviamo: se proviamo a sperimentare la sacralità della Vita e della Natura, allora, potremo conoscerne il sapore. Il "gusto della vita" è, dunque, una esperienza vissuta consapevolmente dal nostro intero organismo psico-fisico, quando si nutre, respira, agisce, contempla…[122]. La vita vissuta, in modo inconsapevole e automatico, impedisce di cogliere il gusto e il senso della Vita.

La vita che viviamo non ha una intensità standard, ma presenta diverse gradazioni che tutti abbiamo sperimentato: quando ci siamo sentiti compressi, oppure, dilatati; sprofondati, o al contrario, elevati. Quando, ad esempio, abbiamo vissuto una sensazione di pienezza interiore e ci siamo sentiti parte viva e integrante della Natura, abbiamo sperimentato una qualità elevata della Vita.

Peraltro, anche Fritjof Capra osserva che vi sono diversi gradi di intensità della vita: «i nostri momenti spirituali sono quelli in cui sentiamo la nostra vita con maggiore intensità. Il punto culminante di questi momenti consiste in un profondo senso di unità con il Tutto, un senso di appartenenza all'intero universo […] la nuova concezione scientifica della Vita è in grado di rendere ragione di questo senso di Unità con il mondo naturale»[123].

Rinnovare la relazione interiore con il mondo naturale appare fondamentale per ravvivare l'intensità e il sapore della nostra stessa Vita. Il Sole e la Natura possono essere vissuti come risorse interiori che ci aiutano a cogliere il sapore della Vita e a risvegliare il nostro archetipo Luminoso, il nostro Sé superiore. Se non nutriamo relazioni vive e autentiche con la Natura impediamo a noi

[120] L. Boff e M. Hathaway, *op. cit.*, p.198.
[121] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 30 aprile 2014, Prosveta Edizioni.
[122] O. M. Aïvanhov, *I semi della felicità*, cit.
[123] F. Capra, *La scienza della vita*, cit., pp. 114-115.

stessi di provare stati di pienezza interiore, ha precisato Aïvanhov[124]. Purtroppo, per molto tempo, abbiamo preferito immaginare una Natura muta e vuota. Affermazioni di segno diverso, venivano considerate quali espressioni di visioni panteiste. Rifkin evidenzia, infatti, che le narrazioni di alcune religioni sono rimaste per lungo tempo «disincarnate ed extramondane, tagliando fuori così l'estensione empatica, la ricerca di comunione tra gli esseri e l'immanenza di Dio nel Cosmo»[125]. Ma queste interpretazioni materialistiche ed egocentriche, paradossalmente anche di matrice religiosa, non appaiono più in sintonia con le nostre sensibilità e le acquisizioni scientifiche. Ci ricordano Boff e Hathaway che «tutti i biografi di San Francesco attestano il suo straordinario affetto per tutte le creature; lo riempiva di una gioia mirabile e indicibile guardare il Sole o la Luna o le stelle del firmamento»[126]. D'altronde, anche l'Enciclica *Laudato si'*, va in quest'ultima direzione.

La rinnovata relazione interiore con la Natura, non va confusa, però, con la ricerca delle tradizioni legate al culto delle forze della natura e degli istinti. È opportuno fare un distinguo. Come nell'uomo sono riscontrabili una natura "inferiore" e una natura "superiore", come si evince da ciò che accade nella vita collettiva e dalla nostra introspezione, così analoghe manifestazioni sono osservabili nel mondo naturale[127]: infatti, alcuni uomini adottano modelli comportamentali ispirati a ciò che accade (violenza, astuzia etc.) nella savana, altri adottano modelli ispirati alla generosità e al calore solare, alla purezza delle cime innevate delle montagne e alla calma interiore dei limpidi laghi. La Natura, effettivamente, ci offre un grande insegnamento pedagogico che sarebbe nobile offrire già nella prima infanzia per preparare nuove generazioni in grado di apportare valori autentici nella vita sociale. La Natura, così concepita, può diventare per noi, realmente, "Madre natura", o un "Libro" da leggere e interpretare. La rinnovata relazione interiore con la Natura non va nemmeno confusa con la sola speculazione intellettuale giacché deve coinvolgere, per essere tale, il nostro cuore, la nostra condotta di vita rispettosa e grata. La Natura può istruirci in quanto è una manifestazione visibile di Dio. Tramite la Natura possiamo sentire Dio[128] ed essere istruiti sul percorso interiore della nostra vita.

---

[124] O. M. Aïvanhov, *Conférence 3 mai 1947*, Éditions Prosveta. Cfr. Idem, *Regole d'oro per la vita quotidiana*, cit.
[125] J. Rifkin, *op.cit.*, p.159.
[126] L. Boff e M. Hathaway, *op.cit.*, p.563.
[127] O. M. Aïvanhov, cap. XXI (La natura naturale e la natura antinaturale) in *La Chiave essenziale*, cit. H. Maturana osserva: «A che scopo educare? Per recuperare questa fondamentale armonia che non distrugge, che non sfrutta, che non abusa, che non pretende di dominare il mondo naturale, ma che vuole conoscerlo nell'accettazione e nel rispetto, nello stupore della sua bellezza, affinché il benessere umano si produca nel benessere della natura nella quale si vive» (*Emozioni e linguaggio*, Eleuthera, Milano, 2006, p.39).
[128] O. M. Aïvanhov, *Conférence 15 janvier 1956*, Éditions Prosveta.

Afferma Aïvanhov: «noi siamo nell'Universo come in un santuario dove dobbiamo marciare con un sentimento sacro [...] non solo la Natura è viva ma è anche intelligente e se noi ci apriamo a lei, lei ci risponde facendoci partecipare alla sua vita»[129].

Invece, gli uomini, purtroppo, afferma sempre Aïvanhov, sono preda di una terribile filosofia che mortifica tutto, perché pretende che tutto sia inanimato, privo di coscienza e di senso e che non vi sia nel mondo né giustizia, né amore. L'Insegnamento, invece, mostra come la vita ha una essenza sottile che dobbiamo apprendere ad estrarre[130]. Questa essenza si trova proprio nel contatto diretto con gli elementi della nostra vita quotidiana, con gli elementi della Natura: bisogna, a tal fine, saper mangiare (terra), bere (acqua), respirare (aria) e accogliere la luce e il calore del Sole (fuoco)[131]. Queste attività basiche fatte con attenzione, amore e gratitudine ci permettono di estrarre questo elisir di vita che è dappertutto! Nella vita «ci si deve nutrire a dosi omeopatiche, guardando, ascoltando e respirando...»[132].

In questa prospettiva di rinnovamento interiore, nell'Insegnamento di Aïvanhov troviamo, tra i vari metodi suggeriti, «due yoga semplici, accessibili a tutti, portatori di risultati straordinari: *Hrani yoga* (yoga della nutrizione) e *Surya yoga* (yoga del Sole)»[133].

2. Anche la musica e il canto mistico offrono un grande aiuto per la nostra elevazione in quanto ci permettono di entrare in comunione diretta con la Vita e i suoi ritmi. Molti lo hanno constatato nell'esperienza della loro vita.

Il canto mistico rappresenta un'occasione meravigliosa per ascoltare e manifestare la nostra interiorità, sia quando cantiamo da soli, sia quando cantiamo in una corale. Il canto ci coinvolge fin dal piano della nostra corporeità in quanto il suono prodotto è proprio il nostro!

Il canto mistico ci offre una possibilità di profonda armonizzazione con la Vita che non dovremmo lasciarci sfuggire a causa della eventuale inerzia o degli eventuali condizionamenti ambientali su presunte carenze di "voce" o di "orecchio musicale".

In una Scuola spirituale, «la musica, e soprattutto il canto, ha un grande ruolo da svolgere. Poiché nel canto siamo noi stessi lo strumento che produce i suoni, il fatto di cantare ha su di noi, sul nostro corpo fisico e sui nostri corpi sottili, degli effetti molto potenti. Attraverso il canto, emettiamo delle onde,

---

[129] O. M. Aïvanhov, *La Pierre précieuse, le trésor caché*, Éditions Prosveta, 2014, p.13.

[130] O. M. Aïvanhov, *Conférence 10 décembre 1938*, Éditions Prosveta.

[131] Ibidem.

[132] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 21 gennaio 2002, Prosveta Edizioni.

[133] O. M. Aïvanhov, *Conférence 25 décembre 1954*, Éditions Prosveta. Coloro che intendono conoscere questi due yoga possono accedere alla fonte diretta di queste discipline: O. M. Aïvanhov, *Lo yoga della nutrizione*, cit.; Idem, *Hrani yoga, Il senso alchemico e magico della nutrizione*, cit.; Idem, *Lo yoga del Sole, Gli splendori di Tipheret*, cit.; Idem, *Meditazioni al sorgere del Sole*, cit.

delle correnti di forze. Per questo è tanto importante ritrovare la funzione mistica del canto, concentrando tutta la propria attenzione non solo sulla melodia, ma anche sulle parole»[134].

La musica e il canto sono per il ricercatore spirituale, spiega Aïvanhov, come il vento che soffia a favore di colui che naviga in mare su una barca[135].

Bisogna saper scegliere la musica da ascoltare e i canti da eseguire. Per comprendere gli effetti potenti esercitati dalla musica, dannosi o vantaggiosi, si consideri che in sede scientifica si è accertato che «la musica può essere utilizzata per modificare i ritmi cerebrali [...] vi è un effetto di induzione per trascinamento sui neuroni [...] e si riproducono in noi onde cerebrali aventi lo stesso aspetto delle onde sonore ascoltate»[136].

I canti, in ragione delle loro vibrazioni e armonie di suoni, agiscono sui nostri stati di coscienza, ed è, pertanto, importante essere consapevoli degli effetti che essi suscitano in noi[137].

Le vibrazioni dei canti mistici preparati appositamente da Peter Deunov, è fondamentale sottolinearlo, hanno proprio la finalità di creare un contatto, un legame con il nostro Sé superiore, di ampliare il nostro stato di coscienza[138] e rendere la nostra materia psico-fisica più permeabile alle manifestazioni spirituali anche mediante un effetto di modellamento e purificazione della stessa[139]. I canti mistici occupano per tali ragioni uno spazio importantissimo nella Scuola spirituale.

Già nel 1947 Aïvanhov spiegava che «se cantate, accumulate energie spirituali che vi danno maggiore resistenza nella giornata [...] tutti devono cantare questa musica che non sviluppa passioni, non deforma i gusti, ma trasforma l'anima umana»[140]. Anche la scienza oggi riconosce che «la musica risincronizza il cervello per trascinamento e induce i neuroni ad attivarsi simultaneamente e il cervello riacquista efficienza [...] la musica è un mezzo per migliorare l'umore delle persone tramite la dopamina»[141]. Come sosteneva il medico francese Tomatis, «l'orecchio è come una dinamo per il cervello»[142].

---

[134] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani, 30 agosto 2009*, Prosveta Edizioni.
[135] O. M. Aïvanhov, *Conférence 13 août 1958*, Éditions Prosveta.
[136] N. Doidge, *Le guarigioni del Cervello*, Edizioni Ponte alle Grazie, 2015, p.464 e ss.
[137] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 15 agosto 2004, Prosveta Edizioni; Idem, cap. VI (Il canto corale) in *Creazione artistica e spirituale*, cit. «E guardate i giovani: preferiscono una musica eccitante che li manda in ebollizione, che li porta a gesticolare e a dimenarsi. L'altra musica, quella dei grandi compositori come Mozart, Beethoven o Haydn, quella è per gli anziani a quanto pare. Ebbene, [...] quei giovani non sanno che certi generi di musica hanno effetti assai nocivi sul comportamento e sulla sensibilità» (Idem, *La musica e il canto nella vita spirituale*, Prosveta Edizioni, p.8).
[138] P. Deunov, *Le livre qui chant*, Essenia, 2012, p.132.
[139] Ivi, p.106.
[140] O. M. Aïvanhov, *Conférence 1 avril 1947*, Éditions Prosveta.
[141] N. Doidge, *Le guarigioni del Cervello*, cit., p.468.
[142] A. Tomatis, *L'orecchio e la voce*, Baldini e Castoldi, 1993.

I canti mistici di Deunov hanno una "forza ascendente", sono come una sorgente che zampilla, sono come l'apparire di una nuova speranza[143] e risvegliano l'armonia perfetta nel nostro intelletto, nel cuore e nella volontà[144].

Dopo aver cantato questi canti, queste melodie, si creano – spiega Aïvanhov – le condizioni per legarsi a Dio, per entrare nell'Armonia, ed è importante saperlo fare con tutto il proprio cuore, senza essere tesi, irritati, ma pieni di buoni pensieri e di caldi sentimenti: questa è *l'art royal* che si apprende nell'Insegnamento[145].

Quando cantiamo, chiariva Aïvanhov, «fisiologicamente, a partire dalla gola fino al diaframma, qualcosa di potente si mette in moto, e scaturisce la voce. Ecco perché cantare libera dalle tensioni e dalle pesantezze interiori. Cosa si sa degli angeli? Ce li raffiguriamo come delle creature alate intente a cantare, proprio come gli uccelli: gli angeli e gli uccelli vengono associati all'idea di leggerezza, volo e canto. Ecco perché dobbiamo cantare per liberarci di tutto ciò che ci appesantisce. Da quanti disturbi mentali gli esseri umani potrebbero guarire se stessi attraverso il canto! [...]. Il canto è l'espressione della vita: la vita stessa altro non è che un canto. E cosa c'è di più necessario e vivificante che riuscire a liberarsi dell'atmosfera pesante che ci circonda, per entrare in quelle regioni dove tutto è armonioso, luminoso, leggero?»[146]

Quando vi sentite «nervosi, indisposti, irritati, cominciate a cantare dolcemente, ad alta voce o nella testa fino a quando il vostro stato cambia. La musica, il canto sviluppano i doni nell'uomo [...]. Se Orfeo con il suo canto poteva dominare le bestie selvagge, non potete voi con la vostra musica e il vostro canto superare le difficoltà e le condizioni sfavorevoli nella vostra vita?»[147].

I canti mistici sono stati concepiti da Deunov come risorsa spirituale a beneficio di tutti.

Musicista nell'Insegnamento spirituale è innanzitutto colui che ha una attitudine musicale nella vita e che cerca la musicalità della Natura: «Legatevi al mondo della Natura musicale. Avete già ascoltato la musica dei fiori quando sbocciano o i cori degli alberi da frutta quando i loro frutti maturano? Avete ascoltato il cuore delle acque vive o il canto dello zefiro d'estate che carezza gli alberi? [...]. Nella natura tutto vibra; tutto emette delle vibrazioni che si propagano come onde musicali»[148].

Il vero musicista cerca di armonizzare la sua vita interiore giacché il mondo è fatto di vibrazioni, di suoni e ritmi: «è con la musica che Dio ha creato l'universo»[149]. Dio, spiega Aïvanhov, «lavora sulle cose infinitesimali [...]. Un

[143] O. M. Aïvanhov, *Conférence 24 mars 1952*, Éditions Prosveta.
[144] O. M. Aïvanhov, *Conférence 5 janvier 1946*, Éditions Prosveta.
[145] O. M. Aïvanhov, *Conférence 2 février 1958*, Éditions Prosveta.
[146] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*,10 luglio 2012, Prosveta Edizioni.
[147] P. Deunov, *L'homme Parfait*, Conférence 7 mars 1930, www.beinsadouno.net.
[148] P. Deunov, *Le livre qui chant*, cit., p.42.
[149] O. M. Aïvanhov, *Conférence 13 août 1958*, Éditions Prosveta.

giorno parleranno gli atomi, gli elettroni, le stelle, le montagne; si ascolterà tutto, la musica di tutte le cose. Ogni elettrone ha una musica e la si ascolterà»[150].

Ma coloro che non hanno la possibilità, per numerose ragioni, di partecipare ai canti corali e non hanno compiuto studi di canto o di musica, devono rinunciare ai canti mistici, oppure, possono, comunque, sperimentare favorevolmente questi esercizi musicali? La risposta è affermativa, fatte salve, evidentemente, le manifestazioni di canto ove una compiuta tecnica musicale è necessaria (pensiamo, ad esempio, ai concerti).

Lo stesso Deunov chiariva: «voi dite di non poter cantare, ma in questo modo voi vi autolimitate. Ognuno può cantare, se l'uomo fosse condannato a morte e dovesse cantare per ricevere la Grazia, non apprenderebbe a cantare? Al pensiero di essere graziato, diventerebbe un bravo cantante[151]. Non bisogna soccombere allo stato di inerzia. Non dite di non poter cantare [...] la musica non è straniera alla nostra anima che è già immersa nella musica ed è proprio su questa musica che si può cantare![152] Il canto deve essere un impulso continuo nella vita dell'uomo [...] tutti devono cantare[153]. La tecnica non è che uno degli aspetti, l'aspetto più importante della musica meccanica; ma vi sono altri due generi di musica, organica e psichica, che è quella che risveglia le forze nascoste nell'anima»[154]. Il canto, presuppone certamente una tecnica musicale ma chi non può beneficiare di un apporto tecnico, può comunque assumere come guida musicale per i propri esercizi, i canti già eseguiti da professionisti reperibili agevolmente con le relative traduzioni e commenti[155].

Per approcciare il canto mistico, l'Insegnamento suggerisce una giusta attitudine di dolcezza, un sentimento profondo di apertura unito alla rappresentazione di immagini mentali, belle e vive, tratte dalla Natura e dalle nostre esperienze spirituali.

Bisogna cominciare senza sforzare la voce, studiando senza fretta in modo tale che la prima impronta nel nostro cervello non contenga errori[156]. Non bisogna cantare mollemente né meccanicamente, ma con potenza o dolcezza a seconda della natura del canto[157]. Non occorre «mettere molta forza nella voce [...] è preferibile insistere sul sentimento [...] che sottintende delle sfumature, una vita più sottile, e la voce guadagna allora in espressività. E se, alla loro interpretazione, i cantanti aggiungono anche la luce, vale a dire un pensiero, a quel punto il canto assolverà veramente la sua missione»[158].

[150] O. M. Aïvanhov, *Conférence 15 avril 1955*, Éditions Prosveta.
[151] P. Deunov, *Le livre qui chant*, cit., p.63.
[152] P. Deunov, *L'homme Parfait*, cit.
[153] P. Deunov, *Le livre qui chant*, cit., p.77.
[154] Ivi, p.80.
[155] Cfr. *I canti per singole voci e per corale*, editi da Prosveta Edizioni.
[156] O. M. Aïvanhov, *Conférence 1 avril 1947*, Éditions Prosveta.
[157] O. M. Aïvanhov, *Conférence 3 juin 1941*, Éditions Prosveta.
[158] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 11 giugno 2006, Prosveta Edizioni.

Certo, «ci si può accontentare di assistere ai concerti o di ascoltare dei dischi a casa propria. Ma fra il cantare e l'ascoltare qualcuno che canta, la differenza è enorme»[159]. La musica deve essere quindi utilizzata, non bisogna accontentarsi di ascoltarla [...] per quale ragione si utilizzava la musica nei templi? Per dare alla volontà umana la possibilità di affrancarsi dai legami terreni, creare immagini spirituali e collegarsi alla propria Natura divina e al Mondo divino»[160].

D'altronde, «il nostro primo contatto con l'esistenza è nel bozzolo delle vibrazioni del battito cardiaco di nostra madre, nel moto di risacca dei suoi respiri e della musica della sua voce con la sua melodia e il suo ritmo [...] e la nostalgia di quel mondo di sensazioni non ci abbandona mai»[161].

3. Anche l'attitudine empatica ricopre un ruolo fondamentale. "Entrare nella coscienza di", oppure, "'mettersi al posto di", sono tutte espressioni con le quali Aïvanhov invita, nelle conferenze, a espandere la nostra coscienza per meglio comprendere gli uomini, tutte le creature e per assumere migliori condotte di vita. L'essere umano ha questa facoltà che è chiamata empatia o coscienza empatica. Se la nostra natura, per davvero, è solamente utilitarista ed egoista, siamo destinati, ha osservato Rifkin, «ad una sorte non favorevole perché non sappiamo come sette miliardi di persone possano andare d'accordo sul pianeta. Ma negli ultimi anni, alcuni grandi scienziati dell'evoluzione hanno scoperto che questa non è la nostra vera natura e che siamo codificati per essere empatici e collaborativi»[162]. Lo scienziato Rizzolatti sostiene che la «natura ha creato un meccanismo per volerci bene, per capirci a un livello antico che viene prima del linguaggio. Un meccanismo naturale che ci permette di comunicare [...]. La natura ha creato questo meccanismo ma sta alla cultura renderlo più ricco o più povero. Se la cultura invita a ingannare il prossimo [...] a fare quel che si vuole [...] a essere egoisti e individualisti, il meccanismo dei neuroni specchio finisce

[159] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 7 settembre 2009, Prosveta Edizioni.

[160] O. M. Aïvanhov, *Conférence 26 mars 1946*, Éditions Prosveta. Per conoscere i benefici di alcuni canti mistici per la nostra vita quotidiana, cfr. O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 4 febbraio 2007. I canti sono in lingua bulgara, e non per rispetto formalistico della lingua originaria dei canti, ma perché le parole della lingua bulgara hanno molto in comune con la lingua sanscrita e, per le loro caratteristiche vibratorie, sono maggiormente evocative delle realtà spirituali (cfr. P. Deunov, *Livre qui chant*, cit).

[161] N. Doidge, *Le guarigioni del Cervello*, cit., p.474.

[162] J. Rifkin, *op.cit.*, p.170. Molti studiosi, afferma questo Autore, «hanno erroneamente associato l'empatia solo a sentimenti ed emozioni. Se questo fosse vero, la coscienza empatica sarebbe impossibile. Stiamo cominciando a capire che uno scambio empatico richiede sia un impegno intimo, sia una certa misura di distacco. Se i nostri sentimenti tracimassero completamente nei sentimenti dell'altro, o suoi sentimenti sopraffacessero la nostra psiche, perderemmo il nostro senso di identità e la capacità di immaginare l'altro come se fosse noi stessi. L'empatia è un atto di delicato equilibrio. Si deve essere aperti all'esperienza della condizione dell'altro come se fosse la propria, ma non lasciarsene travolgere» (*ivi*, p.161). D'altronde, è notorio che per migliorare la reciproca comprensione, occorre, talvolta, anche rispettare una certa distanza tra le persone.

con l'atrofizzarsi»[163]. L'empatia, in effetti, è una possibilità che va rafforzata e sostenuta negli ambienti familiari e scolastici: «l'empatia può essere repressa: se non hai avuto dei bravi genitori o un sistema scolastico adeguato, viene fuori la pulsione secondaria, il materialismo, la violenza, mentre la nostra pulsione primaria è provare empatia, collaborare»[164].

L'empatia ha un ruolo importante per la costruzione della nostra identità come ebbe modo, nei primi anni del Novecento, di sottolineare la Stein: la conoscenza della persona estranea ci arricchisce «ai fini della nostra autoconoscenza, essa porta a sviluppo, in quanto empatia di "nature affini" ossia di persone del nostro tipo, quel che in noi "sonnecchia" e perciò ci rende chiaro, in quanto empatie di strutture personali diversamente formate, quel che non siamo e quel che siamo in più o in meno rispetto agli altri [...]. In tal modo, con i nuovi valori acquisiti per mezzo dell'empatia, lo sguardo si dischiude simultaneamente sui valori sconosciuti della propria persona»[165].

Ma noi dovremmo «andare oltre l'empatia naturale per educarla all'etica, alla morale»[166]. Infatti, la nostra coscienza empatica, se è eticamente orientata, può essere la logica premessa per migliorare i comportamenti civici e per prenderci cura della sostenibilità della Vita. L'attitudine all'empatia può rivestire un ruolo indispensabile nella vita civica giacché può aiutarci a raggiungere una visione più impersonale degli interessi individuali e collettivi in virtù della quale diventa fattibile una convivenza fondata su basi etiche. Ciò si spiega con il fatto che l'assunzione della «prospettiva dell'altro (mettersi nei panni di) o il provare le emozioni dell'altro (sentire con) permette di eliminare le barriere e le distanze create dal pregiudizio e dai processi di categorizzazione ostile. Ai processi di "disumanizzazione" si risponde educando alla comune umanità»[167].

Apprendere a mettersi al posto degli altri, anche nella prospettiva dell'Insegnamento di Aïvanhov, è veramente importante sul piano cognitivo: «Se prendete questa abitudine, in pochissimo tempo diverrete veramente perspicaci, intuitivi [...] bisogna dimenticarsi un po' di se stessi e pensare agli altri; è il mezzo migliore per vedere e sentire l'essenziale»[168]. L'attitudine empatica ci permette di superare la prospettiva angusta del nostro interesse particolare. Come si può pensare che «gli esseri umani arrivino a comprendersi e formare un'unità, se nella loro comprensione e nei loro atteggiamenti si lasciano trasportare dagli istinti, dalle bramosie, dai loro interessi particolari»[169].

---

[163] G. Rizzolatti, *Empatia e neuroni a specchio*, Convegno Aethanaeum,15 febbraio 2013, Roma.
[164] J. Rifkin, *op.cit.*, p.161.
[165] E. Stein, *Il problema dell'empatia*, Studium Roma, 2003, pp. 227-228.
[166] M. C. Pallavicini, Intervento al Convegno Aethanaeum, cit.
[167] M. Santerini, *Educazione morale e neuroscienze. La coscienza dell'empatia*, Editrice La scuola, 2011, p.195.
[168] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*,10 giugno 2001, Prosveta Edizioni.
[169] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*,13 agosto 2002, Prosveta Edizioni.

Afferma Aïvanhov: «Troverete sempre persone pronte a sostenere che sia impossibile sapere dove sta il bene e dove sta il male [...]. Che ragionino un po', e sapranno se stanno per agire bene o male. Vogliono, ad esempio, scavalcare qualcuno o sminuirlo agli occhi degli altri? Oppure vogliono sedurlo per poi respingerlo? Ebbene, si mettano nei suoi panni... e scopriranno immediatamente che è doloroso, ingiusto e disonesto»[170].

Anche Singer mette in evidenza la necessità di porre a base dell'etica l'uguale considerazione degli interessi: «La regola aurea ci dice di andare oltre i nostri interessi personali, e di "fare agli altri ciò che vorresti fosse fatto a te". La stessa idea del mettersi al posto dell'altro è contenuta nel comandamento cristiano "ama il prossimo tuo come te stesso". Gli stoici affermavano che l'etica deriva da una legge naturale universale. Kant ha sviluppato questa teoria, fino ad arrivare alla celebre formula: "Agisci soltanto secondo quella massima che, al tempo stesso, puoi volere che divenga una legge universale"»[171]. Queste etiche convergono su un punto: «la giustificazione di un principio di etica non può essere espressa in termini di un gruppo particolare o fazione [...]. Questo significa che nel dare giudizi morali dobbiamo superare i nostri gusti personali su ciò che ci piace o non ci piace. L'etica ci chiede di andare oltre l'io e il tu, per giungere alla legge universale, al giudizio universalizzabile, al punto di vista dello spettatore imparziale»[172].

La via empatica rappresenta, dunque, un percorso necessario per la nostra convivenza in quanto, accrescendo i legami psichici, riduce aggressività e ostilità nella vita relazionale. L'empatia ci consente di superare le nostre simpatie-antipatie e di acquisire una visione più oggettiva dei comportamenti altrui. L'empatia, in altri termini, può aiutarci a formulare processi valutativi più impersonali, a risolvere eventuali conflitti, ma anche a prevenire i nostri comportamenti iniqui.

Afferma Aïvanhov che, frequentemente, il nostro cambiamento interiore è impedito dall'abitudine a ricercare le cause dei problemi soltanto negli altri e al di fuori di noi. Mentre dovremmo, dapprima, ricercare le cause partendo da noi stessi, dovremmo metterci in discussione e in empatia con il mondo, cercando di osservare la vita in una nuova prospettiva. Altrimenti, vivremo nelle critiche, nei dissidi e nella parzialità[173]. Se accettiamo di cambiare prospettiva e di cercare

[170] O. M. Aïvanhov, *Conférence 2 septembre 1954*, Éditions Prosveta. Dal fatto di non voler entrare nelle situazioni altrui, «derivano tanti errori di giudizio, tante crudeltà e ingiustizie. Nel momento in cui state per pronunciarvi su una persona, che cosa sapete della situazione in cui essa si trova? [...] Allora, prima di criticarla o di accusarla, almeno per qualche minuto, fate lo sforzo di mettervi nei suoi panni [...]. Vale la pena cercare di porsi nella situazione delle persone che vi sono antipatiche e che siete sempre pronti a condannare. Anche solo pochi minuti ogni giorno di questo esercizio, e acquisirete qualità di pazienza, di indulgenza, di dolcezza e di generosità di cui beneficerete sia voi che loro» (Idem, *Pensieri Quotidiani*, 25 ottobre 2010, Prosveta).

[171] P. Singer, *Etica pratica*, Liguori, 1989, pp. 22-23; Idem, *La vita come si dovrebbe*, Il Saggiatore, 2001.

[172] Ibidem

[173] O. M. Aïvanhov, *Conférence 31 août 1955*, Éditions Prosveta.

anche il punto di vista degli altri, ci accorgiamo che le persone in realtà sono migliori di come ci appaiono[174].

Ad esempio, «ovunque, alla radio, alla televisione, sui giornali, sentirete, vedrete e leggerete unicamente persone che criticano e accusano gli altri, facendo addirittura di questo il proprio mestiere, senza peraltro smettere di giustificare i propri errori. Anche nella vita corrente accade la stessa cosa: si ha sempre qualcosa da rimproverare agli altri, mentre per quanto riguarda se stessi, ci si trova impeccabili. Ma ecco che in una Scuola spirituale, si insegna invece che il vero lavoro consiste nell'occuparsi di se stessi, dei propri difetti, delle proprie lacune, dei propri errori [...] lasciando gli altri tranquilli!»[175].

Se usciamo dalla nostra prospettiva unilaterale ed entriamo nel cuore degli altri, allora potremo cambiare anche le nostre valutazioni. Se, ad esempio, incontriamo sulla nostra strada persone che al fine di pregare, con spirito sincero, vanno verso il levar del Sole, oppure, entrano in una Chiesa o in un altro luogo di culto, non nutriremo pregiudizi ma vedremo in tutti questi casi, così apparentemente diversi, soltanto esseri umani che sinceramente cercano Dio nella loro esistenza[176].

Nelle conferenze di Aïvanhov possiamo trovare metodi che aiutano a sviluppare questa comprensione più estesa «che ci permette di vedere le cose come Dio le ha create»[177]e non come sono pensate sulla base di elucubrazioni e prospettive unilaterali. Esercitarci ad entrare nella coscienza delle creature, per comprenderle e rispettarle è fondamentale per non vivere nelle reciproche incomprensioni e nelle sofferenze[178]. Noi siamo cittadini dell'Universo intero[179] e l'empatia può aiutarci a vivere questa vita collettiva e impersonale con tutto il Cosmo.

6. Saper interagire con la legge di causa-effetto e la Provvidenza

1. Il percorso di perfezionamento, considerato che l'uomo non è un atomo isolato nel Cosmo, si compie in un contesto ove operano le leggi di causa-effetto (leggi morali) e le leggi della Provvidenza. Con queste leggi l'uomo deve saper interagire. Molte conferenze sono dedicate da Aïvanhov al contenuto e al funzionamento delle leggi morali[180] operanti nella nostra vita alla stessa stregua

[174] Ibidem.
[175] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 24 agosto 2008, Prosveta Edizioni.
[176] O. M. Aïvanhov, *Conférence 31 août 1955*, Éditions Prosveta.
[177] Ibidem.
[178] Ibidem.
[179] O. M. Aïvanhov, *Conférence 22 avril 1962*, Éditions Prosveta.
[180] O. M. Aïvanhov, *Le leggi della Morale cosmica*, cit. Cfr. B. Fuoco, *Il codice delle leggi morali*, www.codiceolistico.it/ilcodicedelleleggimorali.pdf.

delle leggi fisiche, in relazione alle quali l'uomo può meglio comprendere il suo presente, le sue difficoltà e riprogettare, da subito, un avvenire migliore[181].

Molte persone, afferma Aïvanhov, sono scontente, infelici e in rivolta con la Creazione, con Dio e si dolgono con amarezza e dolore della Vita che conducono e si chiedono le ragioni del loro difficile presente. Queste persone non comprendono il senso delle loro difficoltà in quanto ignorano la reincarnazione che è la chiave di volta grazie alla quale possiamo comprendere il nostro presente, il nostro passato e prevedere il nostro futuro[182]: giacché si raccoglie, come è noto, quello che si è seminato.

Occorre, altresì, aggiungere che il nostro mondo interiore è sì soggetto alle leggi morali, ma non è incatenato dalle relazioni causa-effetto. La nostra esperienza ci dice che noi siamo sempre liberi nell'oggi di decidere interiormente quali semi piantare, anche se perdurano gli effetti dei nostri pregressi comportamenti. Nell'oggi, nel presente, l'uomo può sempre progettare il suo futuro, procedere a nuova semina. In caso contrario, se non ci fosse questa libertà, l'uomo sarebbe perennemente condizionato da una prima semina e non vi sarebbe la possibilità di evolvere. D'altronde, per queste ragioni, le filosofie spirituali hanno sempre invitato l'uomo a vivere il presente. Concentrarsi, esclusivamente, sul passato e sul futuro vuol dire rinunciare a modificare spiritualmente la propria vita, poiché vuol dire che "oggi", l'unico momento possibile, non abbiamo seminato i germi di un nuovo futuro. In queste situazioni, il futuro tende a riprodurre le problematiche del passato. Se si vuole un futuro diverso e migliore, occorre seminare obbligatoriamente

[181] O. M. Aïvanhov, *L'uomo alla conquista del suo destino*, Prosveta edizioni.

[182] O. M. Aïvanhov, *Conférence 12 août 1956*, Éditions Prosveta. Idem, cap. VIII (La reincarnazione) in *Le leggi della Morale cosmica*, cit.; Idem, parte IV in *Voi siete dèi*, *cit.*; Idem, *La réincarnation*, cd-audio, Prosveta Edizioni. «Il Concilio di Costantinopoli adottò 15 articoli di fede di cui uno solo riguarda la tesi della "preesistenza delle anime" e la formulazione del predetto articolo è del seguente tenore: "Se qualcuno afferma la fantastica dottrina della preesistenza delle anime ed afferma la mostruosa restaurazione (reincarnazione?) a lui anatema". Da allora tale dottrina fu bandita dalle autorità ufficiali […]. I partecipanti al Concilio non si preoccuparono di condannare un Padre della Chiesa, come Origene, che fu più vicino alle fonti apostoliche originarie dei vescovi funzionari dell'imperatore Giustiniano. È un fatto noto però che il vescovo di Roma, Virgilio, il Papa della Chiesa Latina, non ha approvato le conclusioni del predetto Concilio» (così F. Zarattini, Introduzione al volume *La reincarnazione nella Bibbia*, Prosveta edizioni, 1981). Ricorda, inoltre, questo Autore che proprio «Il più dotto dei Padri della Chiesa, Origene (186-253 d.C.), in numerosi luoghi espone la dottrina della reincarnazione e la identifica spesso con la "resurrezione". Nella sua nota opera *Contra Celsum* Origene afferma: "Non è forse più conforme alla ragione credere che ogni anima, per certe misteriose ragioni (parlo secondo l'opinione di Pitagora, Platone ed Empedocle) sia introdotta in un corpo, secondo i suoi meriti e le sue azioni passate?"» (*Ibidem*). Come ha affermato recentemente Facco, malgrado le decisioni negative del sinodo di Costantinopoli del 543 d.C., «la reincarnazione non è comunque esclusa nelle Sacre Scritture; non c'è alcuna evidenza razionale per poter pensare che una singola vita sia più realistica della reincarnazione» (E. Facco, Università di Padova, Intervento al Convegno *Dialoghi Interdisciplinari sulla Scienza della Spiritualità*, Bologna, 16 novembre 2016).

nell'oggi e occorre favorire l'operatività della legge di Provvidenza, legge superiore a quella di causa-effetto.

2. I libri di filosofia ci insegnano che l'uomo fin dall'antichità si è interrogato sulla natura delle leggi morali: quali sono e come le apprendiamo? Come operano concretamente nella realtà dell'uomo? Queste leggi hanno un fondamento oggettivo, oppure, rispecchiano necessariamente l'atteggiamento soggettivo del singolo, cioè sono il riflesso di opzioni filosofiche e religiose? Ma se queste leggi sono violate, cosa succede? Eventuali conseguenze si esauriscono nella sola sfera intima, oppure, si riflettono nel corso della vita mediante eventi concreti? La vicenda di vita del singolo uomo si esaurisce, in via definitiva, nel ciclo di una sola esistenza, dimodochè le eventuali ingiustizie subite e commesse a danno degli altri, si annullano? La vita nelle sue diverse manifestazioni (bene e male, dolore e piacere…) è organizzata sulla base di relazioni causali predeterminate tra fatti ed effetti (il seme buono genera il bene e così via)? "Raccoglierai ciò che hai seminato" esprime solo una forma di credenza popolare, oppure, esprime una legge oggettiva? Tra i fatti generatori di effetti possiamo collocare non solo le azioni materiali, ma anche i pensieri, i sentimenti e le intenzioni? Ma cosa è la Morale? La Provvidenza, se esiste, si manifesta tramite leggi, oppure, è completamente arbitraria o imperscrutabile? Dove si colloca il libero arbitrio in un mondo ove opera la legge di causa-effetto?

Nel nostro passato alcuni pregiudizi hanno ostacolato una serena ricerca di possibili Leggi Morali. Possiamo qui sottolinearne soltanto alcuni.

In primo luogo, l'avere affermato il carattere esclusivamente pedagogico ed esortativo delle prescrizioni morali in generale, e in particolare, di quelle enunciate nei Vangeli per gli occidentali. In ragione di ciò si è escluso, a priori, che le leggi morali potessero avere una valenza causale sulla vita dell'Uomo e sulla sua evoluzione. La difficoltà concreta di raggiungere il grado di perfezionamento idoneo ad orientare anche le nostre energie più intime, ha indotto molti a banalizzare il significato delle prescrizioni evangeliche le quali sono state snaturate in semplici precetti pedagogici non riconducibili a leggi dotate di conseguenze reali. L'opera di snaturalizzazione delle prescrizioni etiche è stata completata in Occidente con la banalizzazione della reincarnazione e dell'idea relativa alla prosecuzione della vita dopo l'abbandono del corpo.

In secondo luogo, l'aver identificato il proprio Sé con il corpo fisico e con i suoi bisogni, nonché l'aver recepito la visione del mondo esteriore quale sommatoria di oggetti solidi e distanti, hanno prodotto l'illusione ottica della separatività tra gli esseri umani e la Natura. Eppure, le filosofie spirituali avevano in verità, da sempre, evidenziato l'unità e l'interdipendenza di tutti gli esseri sulla base di legami effettivi, cioè di radici comuni. Esse affermavano: tutte le creature sono realmente cellule di un unico organismo. Anche alcuni

uomini che si dichiaravano laici, in verità, avvertivano nei loro cuori, nei loro ideali, questa Unità.

Oggi, «la visione emergente della realtà è più di una teoria, e coinvolge non soltanto gli scienziati. Essa ci avvicina più che mai all'atto di sollevare il velo della percezione sensoriale e di comprendere la vera natura del mondo. Si tratta di una riscoperta felice anche per la nostra vita e il nostro benessere, che convalida qualcosa che abbiamo sempre sospettato ma che in tempi moderni non potevamo esprimere [...]. Questo "qualcosa" è un senso di appartenenza, di unità. Siamo parte gli uni degli altri e della Natura; non siamo estranei nell'universo. Siamo parte coerente di un mondo coerente; né più né meno di una particella, una stella o una galassia. Soltanto che noi siamo una parte cosciente del mondo, esseri attraverso cui il Cosmo può conoscere se stesso. Questa comprensione costituisce una solida base per il recupero di un significato più profondo della vita»[183].

In ragione di questa vera Unità, colui che, accecato dall'egocentrismo, infligge colpi agli altri, silenziosamente, nel corso del tempo, li proverà su se stesso. E come se noi colpissimo una nostra gamba ritenendola erroneamente una parte distinta ed estranea al nostro essere: «la verità è che esiste un legame fra tutte le creature viventi, così come esiste un legame fra tutte le cellule del corpo fisico. Quando facciamo del male agli altri, anche se al momento non lo avvertiamo, facciamo del male anche a noi. Viceversa, quando facciamo loro del bene, quello stesso bene lo facciamo anche a noi. Ne avete senza dubbio fatto l'esperienza: se un essere che amate soffre o riceve dei colpi, è come se foste voi a ricevere quei colpi; e se gli accade qualcosa di bello, ne gioite come se quella gioia fosse capitata a voi. Perché? Perché istintivamente, intuitivamente, siete entrati nella coscienza dell'unità. Ed è proprio questa coscienza dell'unità che è il fondamento della vera morale»[184].

Aïvanhov, in sintonia con la maggioranza delle tradizioni occidentali e orientali, afferma che si può comprendere la Morale, leggendo il Libro della Natura vivente: i contadini quando non seminano, non si aspettano nessun raccolto [...]. Allora perché un uomo che semina odio e discordia dovrebbe sperare di raccogliere amore e pace? Per avere un palazzo di marmo, non si utilizzano dei mattoni. Per avere un corpo sano, non ci si ciba di alimenti avariati. Come possiamo pensare di avere una psiche solida, resistente, un'intelligenza limpida ed un cuore generoso, se continuiamo incessantemente ad agitare pensieri e sentimenti disordinati, avvelenati dall'avidità o dal rancore? È indispensabile essere *selettivi* con i pensieri e i sentimenti, esattamente, come lo si è con il cibo o con la costruzione di una casa»[185].

---

[183] E. Laszlo, *Risacralizzare il Cosmo*, Ed. URRA, 2008, p.241.
[184] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 8 febbraio 2011, Prosveta Edizioni.
[185] O. M. Aïvanhov, *Le leggi della Morale cosmica*, cit., p.16 e ss.

Il nucleo centrale delle leggi morali è, dunque, costituito dalla legge di causa-effetto: si raccoglie ciò che si semina. La legge morale ha quale corollario l'obbligo di selezionare le energie che seminiamo nel nostro mondo interiore e con i nostri atti, perché a seconda di come impieghiamo le energie della Vita, in una direzione altruistica o egocentrica, sorge la nostra responsabilità morale. Quasi tutti gli insegnamenti spirituali riconoscono un ruolo centrale a questa legge. La responsabilità morale attiene al corretto impiego delle nostre energie ed implica la consapevolezza che i nostri pensieri e sentimenti hanno per il mondo altrettanta importanza che le proprie azioni[186].

Osserva sempre Aïvanhov: «Volete che vi dia una definizione della superstizione? Essere superstiziosi è pensare che sarà possibile raccogliere ciò che non abbiamo seminato. La vera fede, al contrario, è sapere che dopo aver seminato si raccoglierà, in questa vita o in un'altra [...]. Se seminate dei buoni semi in un suolo fertile, al momento favorevole essi germineranno e cresceranno. Forse qualche seme andrà perduto, ma la maggior parte crescerà e darà dei frutti. Quanti uomini e donne che non hanno mai lavorato nel campo intellettuale, affettivo o fisico, sperano di raccogliere e, constatando il proprio insuccesso, gridano all'ingiustizia! Ma di chi è la colpa? Coloro che seminano e piantano non sono mai delusi. Quando si ha la vera fede, non si è mai delusi. Chi è deluso si aspettava dei raccolti impossibili»[187].

Lo scopo ultimo della legge morale, è bene sottolinearlo, è quello di far evolvere l'Uomo: il primo gradino di questo percorso è dato dalla necessità di far provare all'uomo ciò che egli fa agli altri, al fine di ampliare la sua consapevolezza e vincere l'istinto alla separatività. Pertanto, possiamo anche dire che il senso autentico della morale deve basarsi «sulla coscienza che l'essere umano riempie tutta la Creazione. Ecco perché dobbiamo sempre pensare a fare il bene, perché è a se stessi che lo si fa [...] a quel se stesso che si manifesta nell'altro»[188].

La legge Morale è stata promulgata dall'Intelligenza della Natura e costituisce il prolungamento delle leggi naturali nell'ambito della nostra psiche[189]. Anche secondo uno dei più autorevoli teorici di filosofia dei sistemi, la morale ha una base oggettiva: «possiamo discernere tra bene e male, giusto e sbagliato. Questo perché nel modo in cui le cose sono, alberga effettivamente un'indicazione di come dovrebbero essere. Le cose non sono passive, inerti, ma si evolvono e co-evolvono con le altre [...] possiamo dire se un'azione merita di essere considerata bene o male in relazione al fattore che dà energia al processo evolutivo: più esattamente, in relazione al fattore che, se manca, lo indebolisce. Questo fattore è la coerenza. Come una particella è coesa a un'altra, un atomo a un altro atomo

[186] Ibidem.
[187] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 24 aprile 2005, Prosveta edizioni.
[188] O. M. Aïvanhov, *La vita psichica elementi e strutture*, cit., pp.162-163.
[189] O. M. Aïvanhov, *Le leggi della Morale cosmica*, cit., p.12.

in una molecola, e una molecola, cellula, organismo [...] con altre molecole [...] così in una biosfera planetaria la coerenza permette l'evoluzione di forme più elevate per struttura e complessità accompagnate da forme più elevate di mente e coscienza. La coerenza dà forza all'evoluzione anche nel mondo umano. La coerenza in noi significa salute: il funzionamento ottimale del corpo [...] quando un organo non è coerente con il resto funziona male [...] a sua volta la coerenza intorno a noi equivale al funzionamento integrale dei gruppi e delle organizzazioni di cui facciamo parte: famiglia, comunità, nazione [...]. La coerenza in noi e intorno a noi sono collegate e si rafforzano a vicenda [...]. Tutto quello che facciamo promuove o ostacola la coerenza e quindi l'evoluzione e lo sviluppo dell'ambiente [...] comportamenti caratterizzati da equità, mutuo rispetto e solidarietà meritano di essere valorizzati e premiati», a differenza dei comportamenti antisociali e antiecologici che meritano di essere sanzionati»[190]. Per questo studioso, la capacità di intendere l'azione che «promuove coerenza dentro di noi e intorno a noi, dona alla vita una dimensione morale»[191].

In sintesi, ciò che nutriamo nel mondo interiore (pensieri, intenzioni, desideri) si sviluppa come un seme e si concretizza in seguito nella nostra vita per cui i nostri comportamenti e la nostra realtà collettiva sono la conseguenza del nostro mondo interiore. Vi è una relazione di causa-effetto tra mondo interiore e mondo esteriore.

Ci ricorda il fisico statunitense Gerald Schroeder che: «il fatto che l'esistenza possa essere l'espressione dell'informazione, di un'idea [...] non è una fantasia [...] si tratta di scienza convenzionale che proviene da Università come Princeton [...] il mondo è più un pensiero che una cosa [...] l'umanità ha avuto bisogno di millenni prima che Einstein scoprisse che, per quanto bizzarro possa sembrare, la base della materia è l'energia cioè che la materia, in effetti, è energia condensata»[192]. Dunque, come la materia che noi vediamo e tocchiamo è la condensazione di energie, così i nostri comportamenti sono la condensazione dei nostri mondi interiori.

In questo ambiente interiore albergano le cause dei nostri comportamenti, e quindi anche la genesi della problematica morale. Il mondo interiore è chiamato anche "mondo morale" proprio perché in esso elaboriamo consapevolmente o inconsapevolmente, le nostre scelte e maturano le nostre responsabilità.

Nelle conferenze di Aïvanhov, vi è il sollecito e fraterno invito ad essere consapevoli del fatto che ciascuno di noi possiede una forza progettuale e realizzativa disciplinata da leggi: ciascun essere umano ha dentro di sé le leve per attivare nella propria esistenza quei processi idonei a realizzare gli effetti desiderati e voluti. Queste leve sono costituite non solo dai nostri comportamenti

[190] E. Laszlo, *Risacralizzare il Cosmo*, cit., p.74.
[191] Ibidem.
[192] G. Schroeder, *op.cit.*, pp. 17 e 23.

esteriori, ma anche dai nostri pensieri, sentimenti e intenzioni. In particolare, nelle conferenze raccolte nel volume *Le leggi della Morale Cosmica* il ricercatore troverà una piena esplicitazione del funzionamento delle leggi morali.

Le conferenze illustrano, tra l'altro, le modalità per sostituire le vecchie registrazioni interiori, che ci vincolano a riprodurre abitudini per noi nocive. Senza questa registrazione e memoria[193], peraltro, la legge di causa effetto non potrebbe operare: infatti, le nostre scelte morali si registrano realmente in noi come fossero una sorta di semina e, in ragione di ciò, generano necessari sviluppi. La registrazione, spiega Aïvanhov, è come una lastra fotografica, come un'impronta impressa sulla materia recante linee di forza che tendono a riprodursi, come una sorta di canalizzazione costruita sul terreno: «Le cellule del nostro corpo si rinnovano costantemente; ogni giorno le cellule logore o malate sono sostituite da cellule sane. Il processo di rinnovamento si svolge nell'arco di sette anni. Ogni sette anni le molecole e gli atomi del vostro corpo vengono sostituiti da altre molecole e altri atomi. Voi direte: "Ma allora, tutto il nostro essere è già rinnovato!" No, perché anche se durante i sette anni tutte le cellule vengono sostituite con cellule nuove, si deve tenere presente che ognuna di esse possiede una memoria o, se volete, delle abitudini che trasmette sotto forma di impronte eteriche a quella che la sostituisce. Su tali impronte circolano pensieri, sentimenti ed energie come dentro solchi ben tracciati. Ciò spiega come le nuove particelle, prendendo il posto delle vecchie, ereditino la memoria di queste ultime. Nonostante i sette anni trascorsi, le cellule si trovano sempre nella stessa condizione, a volte anche peggiore. Quanti anni avete? Quanti periodi di sette anni avete già vissuto? Eppure, rimanete fedeli alle stesse abitudini, conservate lo stesso modo di pensare! Per ottenere una reale trasformazione si deve cambiare la memoria delle cellule. A mano a mano che le nuove cellule prendono il posto di quelle vecchie, occorre impregnarle di nuovi pensieri e di nuovi sentimenti»[194]. Detto in altri termini, al fine di non stampare le stesse foto, occorre cambiare la

[193] «Anche se esistono dei tribunali e dei giudici, non è all'esterno di noi che troveremo la vera giustizia. La giustizia assoluta, la Giustizia divina, è in noi perché i nostri pensieri, i nostri sentimenti, le nostre azioni, tutto si registra in noi, e non possiamo sfuggire alle conseguenze di queste registrazioni. Colui che sta da solo nella sua stanza, intento a combinare qualche progetto non molto ortodosso, può pensare: "Nessuno mi ha visto e quindi nessuno mi condannerà." Ma si sbaglia, poiché in realtà tutto è già registrato interiormente. La natura ha posto nell'uomo degli apparecchi che sono come dei computer nei quali viene scritto: quanta acqua, quanto gas, quanta elettricità [...] cioè quanti pensieri, quanti sentimenti, quante azioni, e di che natura. Tutto viene registrato. Dunque, anche se siete soli in casa vostra, cercate di realizzare delle buone cose, poiché queste buone cose vengono registrate. Si è spesso rappresentato Dio con un occhio dentro un triangolo. Era un modo di dire che Dio ha messo nell'essere umano degli apparecchi che vedono e registrano tutto» (O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 8 agosto 2002, Prosveta Edizioni). Vd. anche Idem, cap. VII (La legge di registrazione) in *L'uomo alla conquista del suo destino*, cit.; Idem, cap. XI (Le tre leggi magiche: la legge di registrazione, la legge di affinità e la legge di causa-effetto) in *Il Libro della Magia divina*, cit.

[194] O. M. Aïvanhov, cap. I (Non si versa il vino nuovo negli otri vecchi) in *Nuova Luce sui Vangeli*, cit.

lastra, cioè occorre cambiare le impronte, le tracce per canalizzare diversamente le nostre energie. D'altronde questi concetti non sono estranei ad una prospettiva scientifica se pensiamo agli studi sui concetti di traccia, di marcatori somatici e di plasticità neurale del cervello.

Aïvanhov chiarisce, inoltre, che al di sopra delle leggi di causa-effetto, opera la Legge di Provvidenza[195]. Mentre la nascita di una situazione debitoria o creditoria è stabilita sulla base dei nostri comportamenti trascorsi, in modo ineludibile e ferreo dalla legge di causalità, restano indeterminati per noi i tempi e le modalità di pagamento o di riscossione. Le filosofie spirituali spiegano che il "come e il quando" si manifestano nella nostra vita in un'ottica evolutiva e imprevedibile per noi, in quanto ogni cosa che accade è interrelata anche ad altre vite ed in ragione di ciò occorrerebbe possedere la consapevolezza del "Tutto" o "dell'Unità" che, normalmente, sfugge alla nostra coscienza ordinaria. L'individuazione esatta del momento temporale e delle modalità concrete sono rimesse alla Legge di Provvidenza, in quanto la legge di causa ed effetto non è fine a se stessa, ma preordinata all'evoluzione dell'individuo. La legge morale non impone modalità penalizzanti: «che cosa vuole il Cielo? Che noi miglioriamo. Non ha nessun desiderio di opprimerci [...]. Il Cielo vuole soltanto che diveniamo più coscienti, più saggi»[196].

La legge della Provvidenza è superiore a quella di causa ed effetto in quanto finalizza il Tutto all'evoluzione della Creazione e dell'uomo che ne è parte. Questa legge non solo dirige il "come e il quando" della legge di causalità, ma genera ulteriori situazioni di vita in termini di opportunità di crescita. Anche queste opportunità sono beninteso correlate al mondo interiore dei singoli, ma in una forma diversa da quella di causa-effetto, in quanto sono fondate sull'amore, piuttosto, che sulla giustizia retributiva. Il fatto che l'Universo favorisca la legge dell'Amore o della Provvidenza, non deve indurci, però, a sottovalutare la legge morale. Giacché solo una sincera e totale voglia di cambiamento, solo il pentimento autentico può aprire un nuovo scenario nella nostra Vita, può cioè rallentare la morsa del Karma ed ampliare la nostra libertà: «È scritto nello *Zohar* che quando Dio ebbe creato il mondo, Si rivolse

[195] «Chi vuole entrare nella regione della Provvidenza divina, deve diventare un operaio nel campo del Signore. Così, quando i suoi creditori, ossia le leggi della morale cosmica da lui trasgredite, lo rintracceranno esigendo che egli paghi i propri debiti [...] il Signore risponderà: "Lasciatelo tranquillo, perché è un mio servitore!" – "Sì, ma ha contratto dei debiti!" – "Quali? Quanti?" – "Ha commesso il tale errore, ha infranto la tal regola." – "D'accordo, ho capito, ma è un mio operaio, lavora per Me. Dunque, state tranquilli: pagherò Io i suoi debiti." Essendo giusto, Dio non scaccia i creditori, che a buon diritto reclamano, ma dice semplicemente: "Sono Io che pagherò per lui, state tranquilli." Evidentemente, questo breve dialogo tra il Signore e i creditori è simbolico: significa che saremo sempre salvati dal nostro lavoro spirituale» (O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 1 febbraio 2006, Prosveta Edizioni). Cfr. sulla Legge di Provvidenza, B. Fuoco, cap. II, in *Il Codice delle Leggi Morali*, cit.

[196] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 12 ottobre 2002, Prosveta Edizioni.

a tutte le Sue creature, una dopo l'altra. Quando la Legge si presentò dinanzi a Lui, Egli le parlò così: "Ogni volta che l'uomo trasgredirà i tuoi ordini, sarai implacabile, ma non appena si pentirà e farà penitenza, cesserai di tormentarlo, tacerai e lo lascerai libero". Ecco perché la Legge è terribile, implacabile, ma si piega non appena gli esseri umani si pentono e correggono i propri errori. Tutti avete il potere di fermare l'applicazione dei decreti più severi della Legge. Il comando di Dio è che questa si ritiri non appena avete compreso i vostri errori e cominciate a ripararli»[197]. Anche quest'ultima affermazione comprova che esiste una Legge superiore a quella della Karma, ma l'entrata in azione di questa legge Superiore nella nostra vita dipende dalla nostra ferma e luminosa iniziativa. I debiti che tutti noi abbiamo contratto non devono, dunque, bloccare il percorso evolutivo. Il Karma non deve diventare il padrone della nostra vita[198].

La Grazia «è uno di quegli argomenti che i teologi hanno contribuito a ingarbugliare. La presentano come una manifestazione arbitraria e inspiegabile della Divinità: alcuni la ricevono, altri no. Perché? Non si sa. Non dipende in alcun modo dalla loro condotta. Che ingiustizia! In realtà, la questione della Grazia è facile da comprendere se si parte da un esempio molto semplice. Voi fate costruire una casa ma, una volta terminati i muri, vi accorgete che non avete più il denaro per poter continuare, quindi vi rivolgete ad una banca. Se questa accerta che possedete un capitale, accetterà di prestarvi una certa somma. La banca presta forse il denaro a chiunque? No, ma se voi avete già un capitale, un terreno, delle proprietà, aggiungerà il necessario. Analogamente, la Grazia dirà: "Quest'uomo lavora, prega, medita, costruisce il suo tempio, quindi gli darò il necessario per terminare". La Grazia dunque va oltre la giustizia, tuttavia obbedisce ad una certa giustizia»[199].

3. Per interagire con le leggi Morali e le leggi della Provvidenza, dobbiamo necessariamente essere consapevoli della qualità dei nostri Ideali, dei nostri pensieri e sentimenti, delle nostre intenzioni.

Le idee che abbiamo in mente, spesso non elaborate personalmente, non sono neutrali nella nostra vita concreta. Non può essere libero – afferma Morin – colui che non si rende conto di quale impatto abbiano i propri pensieri sulle sue scelte e sui suoi comportamenti: «un'etica del pensiero ci richiede di essere vigili circa le idee che possediamo e da cui siamo posseduti»[200].

Abbiamo bisogno di un'autoeducazione interiore al fine di vigilare e selezionare i propri pensieri e sentimenti. Questa consapevolezza ricercata tradizionalmente

[197] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 7 settembre 2011, Prosveta Edizioni.
[198] O. M. Aïvanhov, cap. XIV (*Lo Spirito umano è al di sopra della fatalità*) in *I Frutti dell'Albero della vita*, cit.
[199] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 3 marzo 2005, Prosveta Edizioni.
[200] Citato da S. Contesini, *L'etica e il pensare bene*, www.fabbricafilosofica.it

dai mistici, dovrebbe far parte del percorso pedagogico ordinario, nel rispetto del senso di misura correlato all'età e alle diverse predisposizioni.

Le idee, ricorda Schumacher, sono filtri tramite i quali pensiamo, sentiamo, interpretiamo il mondo, e ne facciamo esperienza. Ma «se le idee-valori che abbiamo in mente sono prevalentemente modeste, deboli, superficiali e incoerenti, la vita apparirà insipida, non interessante, banale e caotica. Nei tempi moderni scarsa attenzione è stata data allo studio delle idee che costituiscono quegli strumenti per mezzo dei quali pensiero e osservazione procedono. Noi pensiamo con o attraverso idee, e quello che più in generale chiamiamo il pensare è l'applicazione di idee»[201].

Le idee, scrive Galimberti, «lavorano comunque anche ad insaputa di chi non le conosce [...] e senza ideali – avvertiva Mannheim – l'uomo diventa una creatura dominata da meri impulsi»[202].

L'idea può essere paragonata ad una sorta di mappa che contiene certi percorsi sul nostro territorio. Se così è, allora risulta fondamentale porsi nella vita Ideali elevati per esprimere potenzialità più elevate, cioè percorsi più significativi e arricchenti. Un grande Ideale è, in effetti, come una grande mappa ricca di percorsi diversi e di destinazioni elevate. E questa mappa, questo quadro o idea lavora su di noi, esercitando un'azione di modellamento profonda[203].

L'ideale di una vita egocentrica e consumistica, focalizzata sulle sole ambizioni e vanità sociali, esprime, invece, una piccolissima mappa con il suo seguito di pensieri e sentimenti generantisi automaticamente e con le sue modestissime destinazioni. In ragione di ciò, si potrebbe anche affermare: «dimmi quali ideali nutri e ti dirò la tua destinazione futura».

Però, come abbiamo già osservato, un grande Ideale, soltanto se è amato, può produrre effetti dentro di noi, cioè può darci l'energia, la determinazione di voler raggiungere la destinazione prescelta. In caso contrario, i sentimenti, i desideri tendono a condurci nella direzione opposta a quella indicata dal piano razionale. I nostri comportamenti, in effetti, tendono a soddisfare, soprattutto, ciò che abbiamo veramente desiderato e non ciò che abbiamo ritenuto razionalmente. Ecco perché occorre selezionare e nutrire i sentimenti che sono in sintonia con gli ideali scelti: «solamente quando i nostri pensieri, i nostri sentimenti e le nostre azioni saranno coordinate e dirette verso un Alto ideale, quando non vi sarà più alcuna opposizione fra loro, solo allora potremo considerare di essere sulla via della vera spiritualità. Non prima»[204].

---

[201] E. F. Schumacher, *Small is beautiful: A Study of Economics As If People Mattered*, 1973. Traduzione di F. Bossalino, w3.uniroma1.it.
[202] U. Galimberti, *Parole nomadi*, Feltrinelli, 2006, p.158.
[203] O. M. Aïvanhov, *Conférence 13 septembre 1954*, Éditions Prosveta.
[204] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 6 giugno 2003, Prosveta Edizioni.

7. Sintesi del percorso di cambiamento e dei suoi effetti benefici a livello individuale e collettivo

Vi è, dunque, una "Via luminosa" che unisce dentro di noi la natura umana alla Natura divina, la nostra Terra al nostro Cielo. Questa Via esiste da sempre. Questa Via non è distante da noi, ma attraversa tutta la nostra vita quotidiana. Omraam Mikhaël Aïvanhov ci invita, tramite argomentazioni e metodi, a percorrere questa Via luminosa: sia verso l'Alto, per conoscere la nostra identità divina e sia verso il basso per manifestare nella vita quotidiana, sulla Terra, le qualità spirituali apprese. Questa Via luminosa porta alla coscienza di Unità e Fraternità e, conseguentemente, a comportamenti pacifici, onesti, costruttivi, creativi, intelligenti, umili e cooperativi. La coscienza di Unità e Fraternità è alla base di un nuovo tipo di umanità e di società.

Questo cammino non si compie in un mese, o in una sola vita, giacché esso non è focalizzato sulla ricerca di una singola qualità, ma sull'acquisizione della coscienza di unità, cioè sulla identificazione con il proprio Sé superiore (Supercoscienza, o Natura divina). Questa via luminosa si percorre per tappe progressive. L'esito del percorso di cambiamento non è, dunque, immediato, ma giorno dopo giorno, possiamo sviluppare tasselli, immagini di una nuova Identità, di una nuova coscienza (Sé superiore) che ci farà percepire dentro di noi, a poco a poco, la vita degli altri e dell'universo intero, una coscienza armonica con gli interessi del Cosmo, grazie alla quale la nostra vita risorge e il mondo attorno a noi ci appare diverso e sempre nuovo. Questa nuova coscienza che possiamo definire anche "coscienza della fraternità e dell'unità", in coerenza con l'originario messaggio dei Vangeli, ci restituisce una nuova immagine di noi stessi che a sua volta agisce beneficamente su di noi anche in termini di autostima.

Il giorno in cui la nostra coscienza arriverà ad identificarsi definitivamente e per davvero con la Supercoscienza (Sé divino), allora si manifesterà in noi un evento glorioso, comparabile a una "seconda nascita"[205].

In attesa di questo evento, tutti gli sforzi spirituali che noi compiamo – ci ricorda Aïvanhov – non sono perduti. Se non li concretizziamo in questa vita, essi si inscriveranno nel subcosciente e in un'altra incarnazione troveremo in noi il capitale che ci spingerà a proseguire ciò che abbiamo iniziato. Questo capitale è ciò che resta del nostro passato spirituale[206]. Occorre, altresì considerare, che noi rispondiamo moralmente degli sforzi compiuti e non dei risultati ottenuti![207]

---

[205] O. M. Aïvanhov, *La seconda nascita*, cit.

[206] O. M. Aïvanhov, *Conférence 15 août 1955*, Éditions Prosveta.

[207] O. M. Aïvanhov, *Conférence 24 aout 1971*, Éditions Prosveta. Idem, *Potenze del Pensiero*, cit. Cfr. B. Fuoco, *Il valore e l'efficacia delle intenzioni nel processo di cambiamento*, in *Misli* n.1/2014, Stella Mattutina Edizioni, p.75 e ss.

In sintesi, questo percorso di cambiamento comporta un impegno interiore che agisce contestualmente su più fronti:

- *cercare il nostro Sé divino (Supercoscienza o individualità o Sé superiore) e diventare consapevoli dei pensieri e sentimenti che ci attraversano e della loro provenienza (dalla natura umana o dalla Natura divina);*
- *assumere il punto di vista del Sé divino nella visione e nell'interpretazione della nostra vita;*
- *applicare la nuova comprensione sulla sacralizzazione degli atti nella nostra vita quotidiana;*
- *sviluppare l'empatia fraterna e sentire nella propria coscienza di far parte, sempre più, di una collettività immensa, di un Tutto, del Creato, di una grande famiglia universale di creature;*
- *percepire, sempre più, gli effetti dei propri comportamenti, dei propri pensieri e sentimenti sulla collettività;*
- *perfezionare sempre più le nuove attitudini fraterne e promuovere, quali collaboratori del Creato, la dignità, la consapevolezza spirituale e il senso di appartenenza divina in tutte le creature.*

A supporto di questo percorso abbiamo segnalato un insieme di conferenze concernenti:

- *la nuova comprensione degli atti della vita quotidiana;*
- *i metodi per identificarsi con la propria Natura divina e lavorare sulla propria natura umana (pensiamo, ad esempio, al Surya yoga, allo yoga della nutrizione, alla meditazione, al canto mistico, etc.);*
- *le facoltà spirituali grazie alle quali possiamo avanzare su questo cammino luminoso.*

Alla base del nostro percorso di perfezionamento, il ricercatore deve avere però presente, stabilmente, l'idea fondamentale che «l'amore che ha creato il mondo, alimenta il mondo. Egli è la radice di tutto [...] e la luce è una conseguenza del calore cioè dell'amore [...] se voi avete dell'amore, delle buone qualità, potete nutrire la speranza che la vera Luce vi invaderà; ma se non avete che la luce fredda dell'intelletto, senza il fuoco dell'amore, del cuore la Luce spirituale non arriverà per mancanza di calore»[208]. «Il sapere e la volontà sono meravigliosi, ma non hanno morale e bontà, senza un cuore spiritualizzato. Dunque, la bontà, la dolcezza e l'umiltà sono qualità insostituibili»[209]. L'amore, quello spirituale, genera i pensieri e i sentimenti più elevati: «se amate la purezza, arriverete a vivere in modo puro. Non è la volontà che risolverà questi problemi, è l'amore. Se amate la vita splendida e pura, il vostro amore sarà mille volte più forte della vostra volontà. Se amate alcune cose della vita, la vostra volontà non si opporrà.

[208] O. M. Aïvanhov, *Conférence 15 avril 1960*, Éditions Prosveta.
[209] Ibidem.

Se il vostro amore per le cose inferiori non è grande, non sarete condotti lì [...]. Il potere dell'amore è preponderante, supera quello della volontà. Coloro che vogliono agire con la volontà incontrano l'insuccesso se non hanno abbastanza amore per la vita superiore che affermano di cercare. È per questo che dobbiamo insistere di più sull'amore delle qualità e delle virtù, piuttosto che sull'acquisizione della volontà»[210].

Lo stato di coscienza superiore al quale aneliamo «è una forza, e come forza si propaga. Questa forza è contagiosa [...] una volta che questa forza benefica è accettata e proiettata si formano delle onde che raggiungono chi ci è vicino e lo stato di coscienza corrispondente comincia a diffondersi e a conquistare gli altri. L'uomo che emana queste onde è presto circondato dalla gioia [...] e dall'affetto degli altri, che si sentono così riscaldati dalla forza del suo amore»[211]. L'amore spirituale è contagioso come il sorriso[212]. Per entrare in questo stato di coscienza, afferma Aïvanhov, «servitevi dei pensieri, dei sentimenti, dei comportamenti, delle azioni, degli esercizi, del nutrimento spirituale preconizzato dall'Insegnamento»[213]. I metodi presenti nell'Insegnamento mobilitano, a tal fine, tutte le risorse spirituali di cui l'uomo è dotato.

Questo percorso spirituale può essere definito anche come il lavoro della nostra Natura divina, svolto tramite le facoltà spirituali che noi tutti possediamo, sulla nostra materia umana (corpo fisico, pensieri e sentimenti), cioè sulla nostra *"Terra"*, con effetti altrettanto benefici per la Terra quale luogo collettivo.

In questa Via luminosa trova soluzione la grande tematica civica relativa alla moralità nella vita pubblica perché la sacralizzazione della vita quotidiana sostituisce l'attrazione interiore verso il disvalore con l'attrazione per il bene comune[214].

Nel cammino su questa Via luminosa vi è la chiave trasformativa della società umana in quanto:

- la sacralizzazione della sessualità, del concepimento, della gravidanza e della prima educazione, favorisce naturalmente un mondo migliore, ovvero, la presenza sulla Terra di esseri più evoluti e maturi perché educati *ab origine* a esprimere la Natura divina dell'uomo, come posto in luce in altra parte del presente volume;
- la sacralizzazione della vita quotidiana e l'espansione della coscienza generano comportamenti creativi, cooperativi, empatici e fraterni con benefici effetti per la vita culturale e sociale.

---

[210] O. M. Aïvanhov, *Conférence 4 avril 1942*, Éditions Prosveta; Idem, cap. VII ("Se sei luce, andrai verso la luce") in *Le leggi della morale cosmica*, cit.
[211] O. M. Aïvanhov, *Conférence 20 avril 1942*, Éditions Prosveta.
[212] Ibidem.
[213] Ibidem.
[214] B. Fuoco, *Il codice delle leggi morali*, cit.; Idem, *Le nostre scelte nella Rete della Vita*, cit. www.nuoveattitudini.it.

8. La Tavola sinottica: strumento per autovalutare e migliorare il percorso di cambiamento

La brevissima riflessione svolta nelle pagine precedenti evidenzia come i temi trattati nelle conferenze di Aïvanhov si estendano a tutta l'esperienza umana. Ma ciò non deve indurre a ritenere opportuno il lavoro simultaneo con tutti i metodi. Occorre che ciascuno selezioni quali metodi sperimentare, partendo dalle qualità personali maggiormente sviluppate. Afferma Aïvanhov: «Non avendo il medesimo temperamento, né le medesime facoltà e qualità, non potete essere tutti attratti dagli stessi metodi. Osservate per esempio le diverse discipline yoga che i Maestri dell'India propongono ai loro discepoli: *Radja yoga* (la padronanza, il dominio di sé), *Karma yoga* (l'attività disinteressata, l'abnegazione), *Hatha yoga* (il controllo del corpo fisico), *Kriya yoga* (il lavoro con la luce), *Laya yoga* (lo sviluppo della forza Kundalini), *Bakhti yoga* (la via della devozione), etc. [...] ognuna di esse, compresa in modo corretto, ha il medesimo scopo: insegnare ad avvicinarsi al Principio divino»[215].

Occorre grande equilibrio e la capacità di sapersi autovalutare. Un pedagogista spirituale ha osservato che «l'autotrascendenza dell'uomo è sempre precaria. Da sé l'autotrascendenza comporta tensione tra l'io in quanto trascende e l'io in quanto trasceso. Per cui l'autenticità umana non è mai un possesso puro, sereno, sicuro. È sempre un ritirarsi dall'inautenticità. Il nostro progresso nell'intelligenza è al tempo stesso eliminazione di fraintendimenti e di incomprensioni. Il nostro progresso nella verità è al tempo stesso correzione di sbagli e di errori. Il nostro sviluppo morale avviene attraverso il pentimento»[216].

Il ricercatore attento potrà verificare che, in effetti, alcuni metodi proposti nell'Insegnamento, sono, implicitamente, graduati secondo i propri obiettivi di avanzamento e differenziati a seconda delle diverse qualità possedute. Emblematica è la tematica della sessualità: «È possibile istruire e consigliare gli esseri umani sulla sessualità, ben sapendo però che questo problema non può essere veramente risolto se non in funzione di ogni singola persona. Voler imporre, con il pretesto della morale, regole identiche per tutti, non è ragionevole, poiché la stessa disciplina che conduce gli uni verso l'equilibrio e la vera spiritualità, può invece condurre gli altri verso la repressione, l'isteria e la nevrosi. Gli esseri umani non hanno tutti gli stessi bisogni, e chi non tiene conto di questa realtà è destinato sia a predicare nel deserto, sia ad infliggere loro degli inutili tormenti. Tuttavia, ciò non significa che non si debbano fare degli sforzi. Sì, ciascuno, al livello che gli è proprio, deve impegnarsi per dominare la forza sessuale, al fine di vivere l'amore in un modo più bello, più nobile, più spirituale, poiché quella è la sola vera regola morale»[217].

[215] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 27 settembre 2007, Prosveta Edizioni.
[216] B. Lonergan, *Il metodo in teologia*, Città Nuova, 2002, pp. 142-143.
[217] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*,13 giugno 2003, Prosveta Edizioni.

Compete, dunque, al singolo ricercatore o studioso scegliere i metodi e percorsi da sperimentare nell'ambito di quelli proposti. Lo stesso Aïvanhov, anche al fine di agevolare la scelta consapevole e l'autovalutazione, ha elaborato e presentato una *Tavola sinottica* nell'ambito della quale è possibile estrarre elementi fondamentali per elaborare un quadro orientativo[218].

A differenza della famosa tabella dei bisogni di Maslow, la Tavola sinottica pone in relazione i principi che costituiscono la struttura dell'essere umano (lo spirito, l'anima, l'intelletto, il cuore, la volontà e il corpo fisico) sia con i relativi "Ideali" verso i quali ciascuno di essi tende, sia con le relative attività umane che necessariamente occorre compiere per alimentare i predetti Ideali. La Tavola pone in luce anche gli stati di coscienza implicati dalle attività umane indicate[219].

La Tavola sinottica mette in luce, ad esempio, che «ogni nostra attività è motivata da un fine da raggiungere e dai mezzi per arrivarci. Solo che gli uomini hanno la deplorevole tendenza a confondere gli scopi con i mezzi e non si accorgono di usare le loro facoltà più elevate come mezzi per raggiungere gli scopi più meschini. Per soddisfare gli appetiti inferiori sacrificano ciò che hanno di più bello: l'intelligenza, l'integrità, la purezza»[220].

La Tavola sinottica ci offre uno sguardo d'insieme anche sulle principali attività che individualmente o collettivamente vengono sostenute e praticate nell'Insegnamento, sui loro effetti e finalità: ginnastica, esercizi di respirazione, Paneuritmia, canti mistici, preghiere, meditazione, contemplazione e identificazione.

La Tavola sinottica offre una validissima chiave di autovalutazione e di orientamento per intraprendere le azioni di miglioramento personale. Ad esempio, essa evidenzia come il lavoro spirituale non possa basarsi, esclusivamente, sulla Paneuritmia, sui canti o sulla ginnastica, oppure, come il lavoro spirituale non debba fermarsi alle attività meditative e allo studio. Si può eccellere formalmente nella danza mistica, nei canti, nella ginnastica, o nelle attività intellettuali, ma essere nel contempo, interiormente, poco etici in altre manifestazioni umane. Ecco perché la Tavola sinottica ci dice che dobbiamo lavorare per la nostra pienezza con tutto il nostro essere, altrimenti vivremo nelle lacune e, conseguentemente, nelle doppiezze e inautenticità.

La Tavola sinottica ci illumina sull'importanza dell'ideale che non è un'astrazione, ma una realtà vivente[221]. Il segreto di un Alto Ideale, ampiamente illustrato da Aïvanhov, è dato dal fatto che per quanto possa essere quasi inaccessibile e distante, in realtà, da subito, genera un impulso interiore per vivere meglio il presente. Un Alto ideale nella nostra vita agisce come «un trasformatore

[218] La Tavola sinottica è riprodotta e commentata, ad esempio, in *Conosci te stesso*, cit. cap. II (La Tavola sinottica); in *Vita psichica elementi e strutture*, cit., cap. II; in *Cercate il Regno di Dio e la Sua giustizia*, cit., Parte III, cap. I.

[219] Cfr. sulla Tavola sinottica le riflessioni di J. C. Fadot, *Naissance d'une civilisation planétaire*, cit.

[220] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*,13 febbraio 2002, Prosveta Edizioni.

[221] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 7 febbraio 2002, Prosveta Edizioni.

elettrico che modifica la tensione di una corrente»[222]. Infatti, un Alto ideale ci permette di trascendere le difficoltà, le nostre debolezze e vulnerabilità: «Qualunque cosa vi arrivi, dovete avere questo Alto ideale. Evidentemente [...] la realtà è triste e noi abbiamo un corpo fisico che è malato, che è debole, ma ciò non ha alcuna importanza, queste sono illusioni che non durano molto. Voi non avete denaro, voi siete infelici, oppressi, depressi, ma ciò non è che in apparenza. Se continuate a nutrire il vostro ideale in voi stessi, vi libererà da vostri tormenti e un giorno sentirete di essere come un figlio di Dio, e disporrete di ricchezze straordinarie. Da dove arriveranno? Dall'alto Ideale»[223].

L'Alto ideale proietta una nuova luce sulle sofferenze che attraversiamo: «L'essere umano non può trasformarsi finché si ribella alle condizioni della sua vita sulla Terra e finché il suo ideale rimane quello di vivere senza soffrire. Non dico che non si debbano cercare rimedi alle sofferenze, tutt'altro, ma allo stadio attuale dello sviluppo della Terra e al punto evolutivo in cui si trova, l'uomo non può non soffrire. La Terra è simile a una casa di rieducazione e al tempo stesso a un centro di formazione. Quando l'uomo impara come considerare la sofferenza, mette in moto forze nascoste che producono in lui un immenso lavoro. Chi non ha sofferto rimane nella povertà; è come un pittore che non possiede i colori per dipingere. Chi ha sofferto, invece, può utilizzare tutte le sensazioni vissute per dare colore, rilievo e profondità alla propria vita. Tutti coloro che hanno fatto qualcosa di importante nella vita hanno sofferto molto. Acquistato un inchiostro nero ne hanno tratto i colori più belli»[224].

La Tavola sinottica mette in evidenza anche le nostre lacune giacché ci permette di verificare quali sono le attività spirituali che ci lasciano indifferenti e non ci motivano: «Non basta scoprire la bellezza della vita spirituale per essere in grado di consacrarvisi. Lo può fare soltanto chi ha già lavorato molto [...]. Altrimenti è impossibile; anche volendo, non è in grado di farlo: il suo essere non vibra, non gioisce, non è ispirato dall'idea di consacrarsi a un ideale sublime, questo non gli dice nulla, anzi ne è spaventato. Teoricamente, a livello filosofico molti sono in grado di capire lo splendore di un simile impegno, ma in pratica non sanno decidersi ad assumerlo perché tutto il loro essere è preso da altre aspirazioni, altre necessità, altri desideri. Tuttavia, anche se per la maggior parte degli uomini è impossibile consacrare la propria vita a un ideale superiore, non è mai troppo tardi per cominciare a lavorare in quella direzione»[225].

La Tavola sinottica ci permette di capire i nostri bisogni, indicandoci che il nostro spirito ha bisogno di eternità e la nostra anima di immensità. Ma, purtroppo, «gli esseri umani non riconoscono l'esistenza dell'anima e dello

[222] O. M. Aïvanhov, *Conférence 12 julliet 1970*, Éditions Prosveta.
[223] Ibidem.
[224] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 19 agosto 2001, Prosveta Edizioni.
[225] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 12 febbraio 2002, Prosveta Edizioni.

spirito e cercano di soddisfare sempre il corpo fisico. Ebbene, il nutrimento del corpo non è il nutrimento dell'anima, e neppure quello del cuore o dell'intelletto. Ve l'ho spiegato nelle conferenze sulla Tavola sinottica. Finché gli esseri umani rifiutano d'imparare qualcosa che riguardi il campo dell'infinito e dell'eternità, che è quello dell'anima e dello spirito, nel profondo di se stessi si sentiranno sempre insoddisfatti»[226].

La Tavola sinottica ci spiega che dobbiamo soddisfare il nostro spirito e la nostra anima attraverso attività a ciò dedicate: «Se tante persone non sentono questi bisogni, questo accade perché li hanno soffocati lasciandosi andare a una vita senza ideali. Ma quei bisogni sono là, e talvolta si manifestano negli esseri senza che ne possano comprendere il linguaggio. Tutte quelle esperienze pericolose, come per esempio la droga, che attualmente allettano i giovani ma anche gli adulti, sono le espressioni di una carenza, un richiamo dell'anima affamata di infinito che reclama il suo cibo [...]. Perché, cosa resta per l'anima in una società dove si sono distrutte tutte le credenze in un Mondo divino e dove presentano per ideale la lotta politica, la riuscita economica o sociale? Dato che l'anima viene privata degli alimenti spirituali di cui ha bisogno per proiettarsi nello spazio, li va a cercare nella materia, in sostanze come il tabacco, l'alcool, la droga [...] tutto quello che viene chiamato "paradiso artificiale". Eh sì, quando non si danno all'anima quegli alimenti spirituali di cui ha bisogno, essa cerca di arrangiarsi con alimenti materiali. Ma ecco che, purtroppo, quegli alimenti distruggono l'uomo»[227].

La Tavola sinottica ci avverte che non dobbiamo coltivare illusioni nella ricerca spirituale giacché occorre applicare metodi adeguati per raggiungere determinate finalità: «Anche se vi si portassero tutti i tesori del mondo, per beneficiarne veramente dovete saperli utilizzare, altrimenti rimarrete interiormente ancora poveri come se non aveste nulla. Immaginate di trovarvi davanti a una tavola imbandita con i piatti più deliziosi: anche in quel caso, bisogna almeno fare lo sforzo di tendere la mano per prendere il cibo e portarlo alla bocca, e poi masticarlo. Qualunque cosa vi si dia, sta sempre a voi fare degli sforzi, siano essi fisici, affettivi o intellettuali, perché possiate veramente appropriarvene»[228].

[226] O. M. Aïvanhov, *Età dell'Acquario*, cit.
[227] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 13 dicembre 2004, Prosveta Edizioni.
[228] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 21 marzo 2010, Prosveta Edizioni.

Capitolo V

Riferimenti scientifici

Sommario: 1. L'efficacia dei metodi spirituali per il proprio avanzamento 2. Gli effetti della contemplazione e della meditazione al sorgere del Sole 3. Relazioni tra modo di vivere, intelligenza e coscienza.

Molte affermazioni, presenti nell'Insegnamento di Aïvanhov, hanno ottenuto numerosi riscontri scientifici. E questo è vero, evidentemente, anche per altri Insegnamenti spirituali. Molte argomentazioni che nel passato erano considerate di natura esoterica, oggi fanno parte della cultura ufficiale.

Vogliamo qui limitarci ad evidenziare alcuni riferimenti scientifici, in aggiunta a quelli già richiamati all'interno del volume, concernenti i seguenti temi:

- la rilevanza dei metodi spirituali dell'Insegnamento ai fini della auto-educazione interiore;
- la funzione benefica della contemplazione al sorgere del Sole;
- la rilevanza del modo di vivere ai fini dello sviluppo del processo cognitivo e della acquisizione della coscienza di unità e fraternità.

1. L'efficacia dei metodi spirituali per il proprio avanzamento

La scienza ha dimostrato che le pratiche spirituali, comprese quelle contemplate nell'Insegnamento, agiscono in profondità sull'essere umano. Aïvanhov, sosteneva, ad esempio, che nell'avvenire gli esseri umani avrebbero utilizzato gli elementi curativi presenti nei colori, nella musica, nelle parole, nei movimenti, ma anche nei sentimenti e nei pensieri di cui ancora non si sono studiati i poteri[1].

Oggi si riconosce senza difficoltà che la preghiera e la meditazione riescono a modificare il profilo genico e a depotenziare le sequenze cellulari pericolose per la salute[2].

Il raccoglimento interiore, si afferma, «attiva la funzione parasimpatica, riduce la frequenza cardiaca, la pressione sanguigna, rafforza la risposta immunitaria,

[1] O. M. Aïvanhov, L'avvenire della Medicina in *L'armonia*, cit. Già in una conferenza di Aïvanhov, datata 16 maggio 1941, viene fatta menzione della plasticità dell'intelligenza.

[2] *Prayer therapy, è scientifico: pregare fa guarire*, in *La Stampa* 24 dicembre 2014, ove si riportano gli esiti di alcune ricerche internazionali.

abbassando i livelli ematici di cortisolo (l'ormone dello stress)»[3]. Tra gli effetti accertati della preghiera «c'è poi l'aumento dei livelli di serotonina nel sangue, il trasmettitore responsabile nella regolamentazione di una vasta gamma di funzioni cerebrali, correlato ai disturbi dell'umore. Maggiori valori aiutano a gestire meglio la propria emotività, contrastando ansia, depressione, insonnia, impulsività e stress, ma anche ad assicurare una migliore salute in generale, lottando contro aterosclerosi, colesterolo, diabete e invecchiamento»[4].

Il premio Nobel per la medicina Alexis Carrel scriveva già nel 1943: «Quando la preghiera è abituale e veramente fervente, la sua influenza si fa chiarissima. Essa è in certo modo paragonabile a quella di una ghiandola a secrezione interna, come la tiroide o la ghiandola surrenale, per esempio. Essa consiste in una sorta di trasformazione mentale organica. Tale trasformazione si compie progressivamente. Si direbbe che nella profondità della coscienza s'accenda una fiamma. L'uomo si vede così com'è. Scopre il suo egoismo, la sua cupidigia, i suoi errori di giudizio, il suo orgoglio; si piega all'adempimento del dovere morale; tenta di acquistare l'umiltà intellettuale. Così gli si apre dinanzi il regno della Grazia. [...]. A poco a poco si produce una pacificazione interiore, un'armonia delle attività nervose e morali, una maggiore resistenza alla povertà, alla calunnia, alle preoccupazioni, la capacità di sopportare senza accasciarsi, la perdita delle persone care [...]. La calma generata dalla preghiera è un aiuto potente alla terapeutica [...] la preghiera determina, insieme con la calma, un'integrazione delle attività mentali, una specie di fioritura [...]. Essa imprime un sigillo particolare. La purezza dello sguardo, la tranquillità del contegno, la gioia serena dell'espressione, la virilità della condotta e, quando è necessario, la semplice accettazione della morte»[5].

Un famoso scienziato e ricercatore, Norman Doidge, in una recente pubblicazione ha riconosciuto che «per quattro secoli la scienza ufficiale ha ritenuto che il cervello non potesse cambiare [...] era come una macchina grandiosa in cui ogni parte svolgeva un'unica funzione mentale, sostenevano anche che i circuiti cerebrali fossero immutabili o cablati [...] i neuroplastici rifiutano tutto ciò [...] e dotati per la prima volta di strumenti in grado di osservare le attività microscopiche del cervello vivente, hanno provato che questo organo si modifica con il suo funzionamento [...] il premio nobel Kandel dimostrò come con l'apprendimento si attivino nuovi circuiti neuronali [...]. L'attività mentale non solo è il prodotto del cervello, ma plasma il cervello»[6]. In

[3] P. Rinaldi, *Pregare è come una medicina*, *Famiglia Cristiana*, 5 novembre 2016.

[4] Ibidem. «Più ci connettiamo con la natura e con il Tutto, più il nostro organismo affina la sua capacità di auto-cura: senza che ce ne rendiamo conto, noi guariamo ogni giorno da varie patologie, anche gravi [...] grazie a mutamenti chimici di cui la medicina moderna deve tenere conto, alla pari di alimentazione e stile di vita» (ibidem).

[5] A. Carrel, *La Preghiera*, Morcelliana, Brescia, 1986, pp. 28 e ss.

[6] N. Doidge, *Le guarigioni del Cervello*, cit., pp. 10-11.

particolare, questo studioso afferma che «gli scienziati occidentali cominciano a intuire e riconoscere:

- «il valore delle pratiche orientali meditative e del pensiero per stimolare i circuiti cerebrali» [*pensiamo agli esercizi di concentrazione, meditazione, contemplazione e immedesimazione presenti nell'Insegnamento*];
- «il ruolo della luce solare» [*pensiamo alla contemplazione al sorgere del Sole e alla meditazione sulla luce preconizzati dall'Insegnamento*];
- «gli effetti generati dal movimento fisico» [*pensiamo agli esercizi di ginnastica*[7] *e alla Paneuritmia*[8]];
- «l'importanza del suono e della vibrazione» [*pensiamo alle preghiere, ai canti mistici e alla recitazione di formule presenti nell'Insegnamento*];

… [*tutte queste pratiche*] «forniscono canali naturali che passano attraverso i sensi o il corpo per riattivare la capacità del cervello di guarire, essi trasmettono energia e informazioni»[9].

L'autoeducazione interiore, complessivamente intesa, tramite i metodi spirituali ha, dunque, oggi, un fondamento riconosciuto in sede scientifica. Un ricercatore – ci ricorda sempre Doidge – è arrivato a mostrare che «il pensiero, l'apprendimento e l'azione possono "attivare" o "disattivare" i geni, modellando così l'anatomia cerebrale e il nostro comportamento [*pensiamo alla facoltà di autoeducarci cioè di cambiare le nostre vecchie abitudini e di trasformarci tramite il pensiero, il sentimento e il movimento, come contemplato dall'Insegnamento*]»[10].

Si riconosce oggi che il nostro Sé non si manifesta come entità fissa, ma come un processo, giacché ha una natura plastica in virtù della quale cambia nelle diverse fasi della vita, in relazione al contesto ambientale e relazionale. La plasticità del cervello, accertata oggi scientificamente, comprova le facoltà creative e di cambiamento che possiamo imprimere nella nostra vita, a qualunque età: «Un concetto fondamentale della neurobiologia moderna è che le connessioni del sistema nervoso possono essere modificate dall'esperienza, sia in termini funzionali sia in termini di struttura […]. Tali processi sono noti come "fenomeni di plasticità neurale" e rappresentano una proprietà caratteristica, ma non esclusiva, della corteccia cerebrale […]. Quando diciamo "Ho cambiato idea" asseriamo, senza saperlo, che qualcosa è cambiato nella funzione o nella struttura del nostro cervello. Questo perché le idee sono, per così dire, "stampate" nei circuiti nervosi e non si può cambiare idea se non cambiando il "testo" cerebrale che la descrive. La plasticità è una caratteristica peculiare del sistema nervoso in sviluppo; con il passaggio all'età adulta si verifica una notevole riduzione delle potenzialità

[7] *La Ginnastica* (libro e dvd), cit.
[8] U. Muriel, *La Paneuritmia di Peter Deunov*, Prosveta Edizioni, 2012.
[9] *Ivi*, pp. 12-13. Le parentesi in corsivo sono nostre.
[10] N. Doidge, *Il cervello cura se stesso*, Repubblica, 3 novembre 2008.

plastiche dei circuiti nervosi, anche se una serie di studi ha evidenziato che un'adeguata stimolazione ambientale è in grado di indurre fenomeni di plasticità anche nel cervello adulto»[11]. Non a caso, l'esperienza e l'apprendimento fanno nascere nuovi neuroni[12]. L'essere umano, è stato affermato, possiede potenzialità multiple che vengono alla luce anche mediante l'interazione con l'ambiente. Precisamente, si è sostenuto che la nostra evoluzione sarebbe connessa a quattro livelli: genetico, comportamentale, culturale ed epigenetico[13]. Si è detto che «il Dna non contiene l'esatto disegno di come sarà fatto il cervello del nascituro, ma un generico bozzetto [...] ciò lascia aperto un grosso margine all'indeterminismo. A quanto pare è la storia personale dell'individuo e non il suo codice genetico a determinare come sarà fatto il cervello»[14].

Ma questa storia personale inizia prima della nascita, cioè durante la gravidanza come è stato dimostrato dalla letteratura scientifica in sintonia con il pensiero di Aïvanhov in tema di educazione prenatale, come abbiamo già osservato.

La nostra vita interiore è, dunque, fondamentale per il nostro sviluppo e benessere psico-fisico: una particolare branca della biologia molecolare, l'epigenetica, «ha demolito la vecchia idea delle malattie come fenomeni involontari, dovuti unicamente a eredità genetica, cattiva sorte o piani imperscrutabili di Dio, dimostrando come i pensieri ripetuti nel tempo e i sentimenti che custodiamo nel cuore possano alterare la salute. Come? Stimolando la produzione di proteine nell'organismo, capaci di modificare il Dna»[15].

2. Gli effetti della contemplazione e della meditazione al sorgere del Sole

1. Tra le energie idonee ad agire favorevolmente sul DNA dobbiamo annoverare anche la luce solare e ciò rileva ai fini della pratica della contemplazione del sorgere del Sole.

---

[11] L. Baroncelli e L. Maffei, *Plasticità neurale*, *Dizionario di medicina*, Treccani, 2010.

[12] Cfr. *Cervello, l'esperienza fa nascere nuovi neuroni e sviluppa personalità*, *Fatto Quotidiano*, 9 maggio 2013.

[13] E. Jablonka e M. Lamb, *L'evoluzione in quattro dimensioni*, Utet, 2007. Nella prefazione del libro, M. Buiatti osserva che «la visione complessiva che Jablonka e Lamb ci propongono è profondamente diversa da quella fino a poco tempo fa tradizionale, che proponeva che la evoluzione avvenga solo per cambiamento del corredo genetico o meglio, per usare il linguaggio ed i concetti della genetica di popolazione neo-darwinista, delle frequenze degli alleli (i "varanti" dei geni) che costituiscono i patrimoni genetici degli esseri viventi. Per essere chiari tuttavia, questo non significa in alcun modo che i processi che si ipotizzavano precedentemente alla recente ondata di scoperte non ci siano. Naturalmente le frequenze alleliche variano ancora e in tutti gli organismi, la selezione naturale continua ad esistere e con essa anche i processi di mutazione e di deriva genetica. Le quattro forme di ereditarietà infatti interagiscono e non si escludono, come chiariscono Jablonka e Lamb, anche se hanno un peso diverso nei diversi organismi» (ivi, p.IX).

[14] E. Coco, *Egoisti, malvagi e generosi. Storia naturale dell'altruismo*, Bruno Mondadori, 2008, p.184.

[15] P. Rinaldi, *Pregare è come una medicina*, cit.

La scienza afferma che il Sole non trasmette soltanto energia, ma anche informazioni[16]. Si è osservato, a questo proposito, tra l'altro, che il Sole, «mediante la sua Luce, trasmette un'informazione che arriva fino alle nostre cellule: qui viene recepita dal nostro DNA che ha il compito di antenna ricetrasmittente [...] riceve la luce, assimila le informazioni che contiene e le inoltra alle cellule del nostro corpo, guidando tutti i processi vitali»[17].

La luce solare «contiene e trasmette un'informazione capace di cambiare la materia, la forza vitale, le emozioni e i pensieri»[18].

Il Sole, precisa Doidge, non si ferma alla pelle, ma entra nell'organismo umano, nel cervello e nelle singole cellule: «La luce solare influenza la struttura chimica del cervello, inducendo il rilascio di serotonina [...]. Molecole differenti assorbono diverse lunghezze d'onda luminose e differenti [...] le molecole fotosensibili non si trovano solo nella retina degli occhi [...] ve ne sono altre [...]. Rodopsina nella retina, emoglobina nei globuli rossi, mioglobina nei muscoli e soprattutto citocromi in tutte le cellule [...]. I fotoni stimolano la produzione da parte dei citocromi (vettori di elettroni) di una molecola ATP simile a una batteria universale [...] essa può fornire energia utilizzabile dal sistema immunitario per riparare le cellule»[19]. Si può quindi affermare che la luce solare ha un suo linguaggio vero e proprio: «questo linguaggio è formato da un insieme di impulsi luminosi che si trasformano in differenti forme di energia: in materia (reazioni chimiche e fisiche), vitalità, emozioni, pensieri e idee, impressioni, percezioni, ecc. La luce così come nelle cellule, è presente anche nei pensieri e nelle emozioni e trasmette informazioni, diverse da individuo a individuo, capaci di regolare il nostro equilibrio e l'interazione con gli altri»[20].

Possiamo avere, si è sostenuto, anche trasformazioni coscienziali, se riusciamo ad entrare in contatto con il cuore della coscienza solare, cioè con l'Idea di una Vita impersonale e altruistica: «ogni volta che la coscienza umana si collega [*alla evoluta coscienza del Sole*] accede a specifiche frequenze che apportano un'informazione superiore riguardante la nostra evoluzione»[21].

---

[16] N. Doidge, *Le Guarigioni del Cervello*, cit., pp.190-192. Sul concetto di "informazione" in Natura e nell'Universo, cfr. E. Laszlo, *Il senso ritrovato*, Springer, 2013, p.3.

[17] D. Lumera, *Codice della Luce. Nutrirsi e guarire con il Sole*, Anima edizioni, pp. 57 e 29.

[18] *Ivi*, p.30. Osserva questo Autore che «la luce artificiale è priva dell'ultravioletto e ha molte frequenze distorte; quindi essere esposto a questa luce per lunghi periodi, sostituendola a quella solare, può provocare disequilibri a vari livelli. Queste alterazioni sembrano essere create da uno stile di vita "poco luminoso" e molte persone cercano di porvi rimedio con farmaci e cure chimiche, quando invece potrebbe essere svolta un'azione preventiva o curativa mediante la corretta esposizione alla luce solare» (*ivi*, p.26 e ss.).

[19] N. Doidge, *Le Guarigioni del Cervello*, cit., pp.190-192. Sulla capacità della luce solare di stimolare l'attività del sistema immunitario, con un meccanismo differente da quello con cui permette la produzione della vitamina D, cfr. i lavori di un gruppo di ricercatori del Georgetown University Medical Center, su *Nature Scientific Reports*, 20 dicembre 2016, www.nature.com.

[20] D. Lumera, *Il codice della Luce*, cit., p.96.

[21] *Ivi*, p.29.

Quanto fin qui succintamente riportato aiuta a comprendere in parte le molteplici ragioni del posto fondamentale occupato nelle conferenze di Aïvanhov dalla nostra relazione interiore con il Sole, modello della Natura "Superiore" cui, più volte, abbiamo fatto riferimento. Ma, come abbiamo constatato fin dalle prime pagine, il Sole di cui parla Aïvanhov ai fini della trasformazione coscienziale è quello spirituale[22].

2. La «potenza vivificante del Sole» su cui anche Leonardo investigava[23], è, dunque, una fondamentale risorsa per la nostra vita non solo fisica ma anche psichica e mentale. Ad esempio, lo scienziato C. R. Rossi, nel ricostruire la catena della Vita, afferma: «il mio Pensiero, la parola o la scrittura [...] la musica, la pittura, l'arte sono espresse tramite il potenziale elettrochimico transmembrana neuronale che viene dalla luce del Sole [...] le cellule, con la loro straordinaria e armonica complessità intesa a dare a noi la vita, parlano di Dio. La vita delle cellule: una piccola corrente elettrica dalla luce del Sole al pensiero. Guardo stupito. Ammirato, commosso»[10]. Ma se le cellule alimentate dal Sole ci parlano di Dio, occorre ammettere che il Sole, con la sua "potenza vivificante", deve contenere, a maggior ragione, un Suo elevato messaggio a noi destinato: infatti, *«de Te Altissimo porta significatione»* affermava San Francesco di Assisi nel suo famoso Cantico[24]. Ma noi non ricerchiamo questa "*significatione*". Il Sole non riceve le nostre attenzioni in quanto non lo riconosciamo come un essere vivente a causa del fatto che non ha piedi, mani, bocca, orecchie, od organi simili ai nostri[25]. E non consideriamo che è all'origine fisica di tutto ciò che vediamo, mangiamo, utilizziamo, etc. [26].

Dovremmo, allora, chiederci come può non essere ritenuta cosciente quella energia che, come sopra evidenziato, ci permette di pensare e di parlare. Dovremmo, allora, sperimentare una rinnovata relazione interiore con il Sole e considerare la luce solare, viva e cosciente, e non soltanto come un flusso di fotoni o come una vibrazione fisica[27].

---

[22] Sul Sole fisico e sul Sole spirituale, nonché sui metodi spirituali e relativi benefici, rinviamo a O. M. Aïvanhov, *Lo yoga del Sole*, cit.; Idem, *Meditazioni al Sorgere del Sole*, cit.

[23] F. Capra, *L'anima di Leonardo*, Rizzoli, p.326. Leonardo da Vinci aveva riconosciuto che «l'energia che guida i cicli biologici di crescita e rinnovamento, vita e morte, proviene dal Sole. I cicli della vita nel mondo naturale e la potenza vivificante del Sole furono le fondamentali caratteristiche della vita che Leonardo osservò e studiò» (ibidem).

[24] Peraltro, anche Filone Alessandrino aveva scritto che tutte le opere che ci circondano sono anche poemi e messaggi per l'umanità, cfr. G. Ravasi, Il canto del duplice Sole in *L'incontro*, Mondadori, 2013. Nei testi sacri è presente l'idea della "Natura" depositaria di significati. Certamente, questa presenza divina nella Natura non significa identità panteistica tra Creato e Creatore. Ci ricorda Ravasi: «nel *Salmo 19*, dedicato al Creato, è il Sole che, come un atleta o un eroe gagliardo, corre la sua orbita quotidiana divenendo quasi un araldo del suo Creatore» (in *L'armonia della Creazione nella Scrittura*, Convegno Nazionale "*Costruire bene per vivere meglio*", Roma, aprile 2008).

[25] O. M. Aïvanhov, *Conférence 10 avril 1943*, Éditions Prosveta.

[26] Ibidem.

[27] O. M. Aïvanhov, *La Luce Spirito vivente*, cit.

Anche lo scienziato Sheldrake riconosce che il sistema solare può essere cosciente: «Sì, certo, lo penso. E se un sistema come quello del Sole è cosciente, allora potrebbe avere anche delle aspettative, degli scopi»[28]. Sulla possibilità di poter entrare in contatto, tramite il lavoro su se stessi, con queste forme di coscienza superiore, come per esempio quella del Sole, questo scienziato sostiene: «Io penso che tutto il sistema solare sia sotto l'influenza del Sole, come credo tutti sappiano [...]. Quindi se il Sole è in realtà cosciente, la sua coscienza pervade completamente tutto il sistema solare. La nostra coscienza [...] tutto vive immerso nella coscienza del Sole. In questo senso siamo strettamente connessi»[29].

Questo scienziato, ancora, afferma: «rispetto alla coscienza delle stelle e dei corpi celesti, penso che siamo nella stessa posizione dell'astronomia. Non possiamo fare esperimenti sul Sole o sulla galassia, o su altre galassie. Possiamo solo osservarle, e imparare da ciò che osserviamo. Ma se c'è una coscienza del Sole, dovrebbe essere un po' più facile, perché potrebbe essere qualcosa con cui possiamo interagire. Dovremmo essere in grado d'interagire con essa attraverso la nostra coscienza piuttosto che con degli strumenti fisici. Dall'elettroencefalogramma, dall'elettrocardiogramma e da cose del genere, potrei imparare molto di ciò che accade nel tuo corpo, tuttavia non potrei sapere che cosa accade nella tua coscienza. Il solo modo di scoprirlo sarebbe incontrarti, stare insieme, parlarti, entrare in empatia, o quale che sia. Quindi, la stessa cosa si dovrebbe applicare alla coscienza del Sole o delle galassie o degli esseri celesti. Se cominciamo a comunicare con loro, lo faremo attraverso e secondo i significati della nostra stessa coscienza»[30].

Ma per sperimentare una relazione cosciente con il Sole non è sufficiente esporsi passivamente al Sole: «sapersi esporre alla luce del Sole non vuol dire semplicemente addormentarsi o rilassarsi sotto i suoi raggi [...]. La luce porta un'informazione di vita, ma è necessario essere in grado di sintonizzarsi sulla sua frequenza per poter beneficiare appieno delle sue risorse. [...]. Molte persone sono sicure che sia una tecnica particolare a fare la differenza, dimenticandosi che senza la corretta attitudine interiore nessun metodo sarà in grado di risolverci la vita. Sin dagli anni Cinquanta sono stati condotti numerosi esperimenti che hanno dimostrato come lo sperimentatore influenzi spesso l'andamento dell'esperimento. Il risultato è quindi influenzato dall'informazione prodotta da chi conduce l'esperimento. Queste scoperte sono collegate a un fatto assolutamente naturale e osservabile nel quotidiano: [...]. Può capitare di dare un consiglio a qualcuno senza che le parole dette producano alcun effetto, mentre

[28] Intervista di V. Gambino a R. Sheldrake sui campi morfici, www.innernet.it.

[29] Cfr. Ibidem. «Con la teoria di Gaia, io vedo la Terra e la vita che la abita come un solo sistema, che ha la capacità di regolare la temperatura e la composizione della superficie terrestre e di mantenerle adatte alla sopravvivenza degli organismi viventi. L'autoregolazione del sistema è un processo attivo, sostenuto dall'energia fornita dalla luce solare» (F. Capra, *La rete della vita*, cit., pp. 45-46).

[30] Cfr. intervista di Hal Blacker a R. Sheldrake, www.innernet.it.

le stesse parole dette a un'altra persona vengono accolte e producono effetti incisivi. La prima persona non era in grado di comprendere, era chiusa, non reagiva in nessun modo. Poche parole, a volte le stesse, dette a un'altra persona stimolano la sua energia e la capacità di comprendere e accettare quel messaggio. La persona capisce e cambia. La quantità, la qualità e il messaggio della luce che proiettiamo, influenza l'interazione e la realtà che ci circonda»[31].

3. Nell'Insegnamento di Aïvanhov, si assiste al levar del Sole, durante la primavera e per tutta l'estate. Si fa un lavoro interiore preparatorio per mettersi in stato da captare i raggi del Sole al momento in cui appaiono all'orizzonte, perché è in quel momento che le energie sono più sottili, più calmanti per il sistema nervoso, più luminose per il nostro Spirito, più vive per la nostra salute[32]. Guardando il Sole e meditando, «ci si bagna nella sua aura e ci si nutre della sua luce, nella meraviglia. Avvolti dai suoi raggi, ci sente vivi, riscaldati, vivificati, purificati e ci si libra nello spazio come se avessimo le ali»[33].

In numerose conferenze Aïvanhov si sofferma sugli esercizi idonei a risvegliare il nostro Sé superiore tramite la luce in occasione della contemplazione del sorgere del Sole: «vedere il levar del Sole è di una importanza capitale. Ma tutto dipende dal modo di guardarlo e di pensare. Bisogna innanzitutto conoscere il valore dell'aurora per la nostra vita psichica. In seguito perseverare, poiché non si otterranno subito grandi risultati. La nostra coscienza sa generalmente elevarsi fino alla coscienza di sé e non riesce a salire fino alla Supercoscienza. Bisogna dunque prepararla a questa ascensione»[34]. La giusta attitudine interiore, afferma Aïvanhov, consiste nel «ricevere la luce del Sole come si riceve l'aria, l'acqua e il cibo» cioè «mangiare, bere, respirare e assorbire i raggi del Sole con amore»[35].

La contemplazione al sorgere del Sole e la meditazione sulla luce possono apportare, effettivamente, profondi cambiamenti nella nostra riprogettazione della vita, in quanto possono agevolare la connessione con la nostra Natura superiore, con il nostro Sé divino. Ciò è possibile in quanto, spiritualmente parlando, la nostra natura Divina ha natura solare, cioè vive già nella Luce spirituale[36].

---

[31] D. Lumera, *Il codice della Luce*, cit., p.51.

[32] O. M. Aïvanhov, *Conférence 5 avril 1947*, Éditions Prosveta.

[33] Ibidem.

[34] O. M. Aïvanhov, *Conférence 21 avril 1941*, Éditions Prosveta. Afferma Aïvanhov: «Quando saprete guardare il Sole con il pensiero libero, sentirete che entrate in contatto con lui, con il suo spirito e che assorbite i suoi raggi come se fossero tanti germi di vita. Quando cominciate a respirare e a bere la vita del Sole, tutto cambia: la vostra anima si apre, una sorgente zampilla e voi vi impregnate dello splendore dell'alba. Qualcosa della pura luce nella quale vi bagnate penetra poco a poco in voi, e desiderate diffondere ovunque queste benedizioni affinché tutti gli esseri gustino la stessa felicità» (O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 15 maggio 2002, Prosveta Edizioni).

[35] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 8 settembre 2007, Prosveta Edizioni.

[36] O. M. Aïvanhov, capp. III (Il nostro Sé superiore dimora nel Sole) e IV (Il Sole fa germogliare in noi i semi deposti dal Creatore) in *Lo yoga del Sole*, cit.

Ma è necessario ribadire che i benefici coscienziali e spirituali dei quali parliamo non sono connessi alla luce fisica che vediamo con gli occhi, ma alla Luce spirituale intesa quale luce reale composta da una materia più sottile, da cui si è originata la luce visibile[37]. La luce visibile, afferma Deunov, è soltanto la parte esterna, «un riflesso di altre energie di un ordine più elevato [...]. I vizi e le malattie provengono dalla carenza di Luce spirituale»[38].

La luce solare fisica è soltanto il tramite di questa Luce più sottile che pervade tutto l'Universo. Il Sole fisico «che noi vediamo rappresenta per noi una traccia, un testimone grazie al quale possiamo trovare il Sole cosmico [...] non basta dunque fermarsi all'aspetto fisico del Sole, come fanno gli astronomi»[39]. Quando guardiamo il Sole, spiega Aïvanhov, «non è lui che adoriamo, per quanto sia il trasmettitore della vita e di tutte le forze necessarie agli uomini e alla Terra [...], ma l'Essere intelligente che è dietro lui»[40]. Dobbiamo cercare lo Spirito del Sole e identificarci con Lui, come ha fatto Gesù; ecco perché Egli ha potuto dire: «Io sono la Luce del mondo»[41].

L'espressione "Luce spirituale" deve essere, quindi, correlata non a una metafora, ma a una luce reale (cfr. cap. I. 7.2.) con la quale è stato costruito il mondo[42]. Questa è la luce che occorre apprendere a captare, giacché essa è legata intimamente alla nostra Natura divina e ci consente per tale motivo l'identificazione con la nostra Supercoscienza[43]. Non a caso «in bulgaro, per esempio, le parole *svet* (santo) e *svetost* (santità) hanno la stessa radice della parola luce: "*svetlina*". La santità è dunque una qualità della luce»[44].

---

[37] O. M. Aïvanhov, cap. VIII (Luce visibile e luce invisibile: *svetlina* e *videlina*) in *Le porte dell'invisibile*, cit. «Proprio l'aspetto spirituale vorrei farvi conoscere, che cosa rappresenta il Sole, che cosa rappresentano i suoi raggi [...]. Come svilupparsi spiritualmente mediante la conoscenza e la pratica del Sole, imparando a guardarlo, a contemplarlo, a penetrare in lui [...]. Il Sole è l'origine e il padre di tutte le cose, ne è la causa prima; la Terra e gli altri pianeti derivano da lui, è lui che li ha generati. Ed è per questo che la Terra contiene gli stessi elementi del Sole, ma allo stato solido, condensato. I minerali, i metalli, le pietre preziose, le piante, i gas, i corpi sottili o densi che si trovano nel suolo, nell'acqua, nell'aria e nel piano eterico della Terra provengono dal Sole. Quindi, le medicine, ottenute partendo da sostanze minerali o vegetali, derivano dal Sole [...]. Proprio così, tutti i farmaci, tutte le quintessenze che la chimica è riuscita a estrarre e a elaborare, vengono dal Sole. Capirete quindi quale visione si apra al discepolo e come, concentrandosi sul Sole, egli possa appropriarsi e captare nella loro purezza originaria gli elementi necessari al suo equilibrio e alla sua salute» (cap. I, *Lo yoga del Sole*, cit.).

[38] P. Deunov, *Grain de blé*, n. 30/1965, pp. 2-3,

[39] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 9 aprile 2007, Prosveta Edizioni.

[40] O. M. Aïvanhov, *Conférence 5 avril 1947*, Éditions Prosveta; Idem, cap. XV (Il Sole è a immagine e somiglianza di Dio) in *Lo yoga del Sole*, cit.

[41] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 9 aprile 2007, Prosveta Edizioni.

[42] O. M. Aïvanhov, cap. V (La creazione del mondo e la teoria delle emanazioni) in *I Frutti dell'Albero della Vita*, cit.

[43] O. M. Aïvanhov, capp. II (Come captare gli elementi eterici contenuti nel Sole) e IV (Il Sole fa germogliare in noi i semi deposti dal Creatore) in *Lo yoga del Sole*, cit.

[44] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 20 febbraio 2010, Prosveta Edizioni.

4. Lungi dall'essere manifestazione di una concezione panteista, la contemplazione del sorgere del Sole esprime il profondo desiderio di cogliere quell'*Alta Significatione*, al fine di portarla nella nostra esistenza quotidiana: tramite il Sole possiamo «svilupparci, armonizzarci, mettere in attività i chakra e unirci a Dio, fine supremo di tutti gli yoga»[45]. La contemplazione al sorgere del Sole valorizza le proprietà benefiche della luce solare visibile e le proprietà trasformatrici della Luce spirituale.

Il fatto che nel passato il Sole sia stato oggetto, talvolta, di culto fine a se stesso, non è un motivo intelligente per rifiutarne oggi il suo valore sapienziale, soprattutto, nel quadro della cosmologia "vivente e vitale" quale quella, ad esempio, recepita dalla *Carta della Terra*[46]. Il timore di legittimare antichi culti ci ha, talvolta, indotti nell'errore di porre nell'ombra la ricchezza della Natura, affettiva e cognitiva, della quale abbiamo bisogno per il nostro sviluppo etico. Il Sole con il quale siamo già naturalmente connessi nella comune *Rete della Vita*, può risvegliare in noi la nostra natura solare, il nostro Sé superiore, la nostra Supercoscienza. Riprendere i contatti vivi con la Natura, entrare in relazione con i suoi "Significati", contemplarne la bellezza e la purezza, può solo renderci uomini migliori e può spingerci non verso il culto delle forze o la liberazione degli istinti, ma, al contrario, a esprimere la nostra vera Natura empatica e fraterna, in sintonia anche con la *Significatione* oblativa del Sole: il Sole dona a tutti, senza distinzioni, in modo disinteressato e impersonale luce, calore ed energia per vivere.

A ben vedere, ciascuno di noi può essere, anche su scala ridotta, come il Sole: quando riusciamo, in modo disinteressato e impersonale, a portare chiarezza nelle intelligenze altrui, a riscaldarne il cuore, a stimolarne la volontà verso attività buone, ragionevoli e costruttive, siamo anche noi come un piccolo Sole![47]

3. Le relazioni tra modo di vivere, intelligenza e coscienza

1. Abbiamo già osservato che il processo della comprensione è condizionato dalla vita concretamente vissuta dall'organismo. Se così è, dobbiamo ritenere, come già rilevava Aïvanhov, che «le capacità intellettuali dell'essere umano non sono unicamente il risultato dei suoi studi o delle sue riflessioni, ma sono anche la conseguenza dello stato buono o cattivo di tutte le cellule del suo organismo fisico. Egli deve dunque mostrarsi vigile facendo attenzione alla qualità del suo nutrimento fisico, ma anche psichico (le sue sensazioni, i suoi sentimenti, i suoi desideri e i suoi pensieri)»[48]. Ed ecco perché la presa di coscienza del

[45] O. M. Aïvanhov, *Conférence 25 septembre 1954*, Éditions Prosveta.
[46] L. Boff e M. Hathaway, *op. cit.*, p.508 e ss.
[47] O. M. Aïvanhov, *Conférence 5 septembre 1954*, Éditions Prosveta.
[48] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani,18 aprile 2013*, Prosveta Edizioni.

cambiamento può sì avviarsi da uno stimolo sentimentale o intellettuale, ma poi ha bisogno, per perfezionarsi e radicarsi, del contributo di tutto il nostro essere, di tutta la nostra autenticità, di tutto il nostro modo di vivere.

Non è possibile conoscere effettivamente una qualità, limitandosi alla lettura di un libro o all'ascolto di conferenze. Tutto ciò non porta alla reale comprensione di una qualità[49]. Soltanto quando si vivono le cose si può dire che le conosciamo[50]. Il vero comprendere presuppone l'applicazione: «ogni verità con la quale entriamo in contatto va fatta scendere in noi fino a impregnarne tutto il nostro essere psichico e anche il nostro essere fisico. La comprensione, quella vera, avviene dunque non solo attraverso le cellule del cervello, ma anche attraverso le cellule del cuore, dello stomaco, dei polmoni, del fegato e di tutti gli altri nostri organi. Se le cellule di tutti gli altri organi non vengono mobilitate anch'esse in questo lavoro, ne consegue che pure le capacità del cervello diminuiscono. Per far sì che la nostra comprensione sia completa, tutte le cellule del corpo devono partecipare»[51].

Ciò vuol dire che l'intelligenza non è una prerogativa del solo cervello: l'intelligenza non sta solo nella testa, in quanto essa si esprime a livello subcellulare, cellulare o dei tessuti e a quello del sistema nervoso centrale[52]. In altri termini, «l'intelligenza che è nel cervello, non è una facoltà autonoma. Essa dipende da tutti gli altri organi»[53].

Coerente con queste affermazioni è la *Teoria della conoscenza di Santiago*[54] quando pone in luce che la stessa cognizione «non si identifica col semplice rappresentare un mondo che esiste indipendentemente dal soggetto; essa, piuttosto, potrebbe essere definita come un continuo processo in cui, attraverso la vita, viene fatto emergere un mondo [...] apprendimento e sviluppo non sono

---

[49] O. M. Aïvanhov, *Conférence 31 août 1955*, Éditions Prosveta.

[50] Ibidem.

[51] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 11 maggio 2014, Prosveta Edizioni.

[52] D. Chopra, *La dimensione interiore*, Sperling & Kupfer, 2007, p.3 e ss. Idem, *La mia via al benessere*, Sperling, 1997, p.102.

[53] O. M. Aïvanhov, *Conférence 26 septembre 1981*, Éditions Prosveta.

[54] La teoria è detta "di Santiago" in quanto Maturana e Varela erano professori dell'Università di Santiago in Cile: «il progresso decisivo della visione sistemica della vita è stato quello di abbandonare la concezione cartesiana della mente come "cosa", e di rendersi conto che la mente e la coscienza invece sono processi. Nel campo della biologia, questa nuova concezione della mente è stata sviluppata negli anni Sessanta da Gregory Bateson, che ha introdotto l'espressione "processi mentali", e da Humberto Maturana che si è concentrato sulla cognizione, il processo della conoscenza. Nel corso degli anni Settanta, Maturana e Francisco Varela hanno poi ampliato le prime intuizioni dello stesso Maturana, fino a sviluppare una teoria completa, che è oggi indicata come la "Teoria della cognizione di Santiago", una teoria sistemica che unifica mente, materia e vita. Durante gli ultimi 30 anni, lo studio della mente condotto secondo questa prospettiva sistemica è fiorito in un ricco ambito interdisciplinare, quello della scienza cognitiva, che trascende gli orizzonti tradizionali della biologia, della psicologia, e dell'epistemologia» (F. Capra e Luisi, *op.cit.*, pp. 319-320).

altro che le due facce della stessa moneta [...]. L'intuizione centrale della Teoria di Santiago consiste nell'identificazione della cognizione (cioè, del processo della conoscenza) con il processo della vita [...]. Secondo Maturana e Varela l'attività organizzativa dei sistemi viventi, a qualunque livello di vita, è un'attività mentale. E le interazioni di un organismo vivente – pianta, animale o uomo – con il suo ambiente sono interazioni cognitive. Così, la vita e la cognizione sono inseparabilmente connesse. La mente – o, per essere più precisi, l'attività mentale – è immanente alla materia a tutti i livelli della vita»[55].

Secondo questa teoria della conoscenza, "vivendo e agendo" noi conosciamo in quanto la cognizione si produce attraverso l'atto di fare qualcosa attivamente[56]; ciò comporta «che esiste una profonda co-implicazione, una co-determinazione tra quello che sembra essere fuori e quello che sembra essere dentro. In altri termini, il mondo là fuori e quello che io faccio per individuare me stesso in quel mondo non possono essere separati. Il processo stesso li rende del tutto interdipendenti»[57]. Ogni esperienza cognitiva, come già rilevato, «si basa su uno specifico assembramento di cellule, in cui molte attività neurali diverse, associate (percezione sensoriale, memoria, movimento del corpo, etc.) si unificano in un insieme transitorio ma coerente di neuroni oscillanti»[58].

Si tratta di «una radicale estensione del concetto di cognizione e, implicitamente, del concetto di mente. In questa nuova visione, la cognizione riguarda l'intero processo della vita, includendo percezioni, emozioni e comportamento»[59].

Alla visione del corpo umano come una macchina e della mente come un'entità separata se ne va sostituendo, osserva Fritjof Capra, un'altra in base alla quale «non solo il cervello, ma tutto il sistema immunitario, i tessuti corporei e ogni singola cellula costituiscono un sistema vivente e cognitivo»[60].

Che il conoscere sia legato al vivere, emerge dalle Sacre Scritture, come già osservava Aïvanhov: «Questa è la Vita eterna: che conoscano Te»[61]. La vera conoscenza e la verità sono, quindi, legate alla vita e non al solo intelletto. E ciò vuol dire che possiamo affermare di conoscere un valore, se riusciamo a viverlo.

Infatti, in una conferenza del 1951, Aïvanhov ribadiva che la vita determina la comprensione nel senso che si comprende a seconda del modo di vivere:

[55] F. Capra, *Scienza della Vita*, cit., p.73.

[56] Sul ruolo dell'azione umana nel determinare il processo di "significazione del mondo" in relazione ai neuroni a specchio, cfr. V. Gallese, *Corpo vivo, simulazione incarnata e intersoggettività. Una prospettiva neurofenomenologica*, in M. Cappuccio (a cura di), *Neurofenomenologia. La scienza della mente e la sfida dell'esperienza cosciente*, Mondadori, Milano, 2006.

[57] F. J. Varela, *Quattro pilastri per il futuro della scienza cognitiva*, in Pluriverso, V, 2000.

[58] F. Capra, *Scienza della Vita*, cit., p.90.

[59] *Ivi*, p.70.

[60] F. Capra, *Introduzione a Vita e natura*, cit., p.3.

[61] O. M. Aïvanhov, cap. I (Questa è la vita eterna: che conoscano Te, l'unico vero Dio!) in *Il granello di senape*, Prosveta Edizioni; Idem, cap. X (La vita eterna è conoscere Te, l'unico vero Dio!...) in *Nuova luce sui Vangeli*, cit.

pertanto, bisogna vivere in modo corretto per poter comprendere veramente. Ma tutto ciò, precisava, non può essere accettato da tutti i pensatori, che tendono a separare la conoscenza, il sapere, dalla vita vissuta[62]. Coloro che prediligono il parlare dei valori al vivere i valori, hanno difficoltà ad accettare che il lato morale, cioè la qualità della vita vissuta, rifletta e agisca sull'intelligenza e sulla coscienza. A ben vedere, la correlazione tra vita vissuta e processo cognitivo dovrebbe essere posta alla base del nostro sistema educativo e formativo. In effetti, la ricerca di una vita armoniosa e pura non è questione religiosa o dottrinaria, ma cognitiva. Nella stessa prospettiva si colloca la famosa frase «I puri di cuore vedranno Dio». Cioè il disinteresse, l'impersonalità e la vita pura aprono le porte alla cognizione[63].

Occorrono stili di vita rispettosi anche della nostra vita biologica: i danni provocati alle nostre cellule (pensiamo, ad esempio, al fumo, allo stress e agli eccessi alimentari) non sono soltanto fisici ma anche psichici. Gli studi scientifici in tema di coscienza hanno attestato, infatti, l'importanza del corpo per lo sviluppo dei processi cognitivi. Le cellule hanno una ricchezza percettiva e valoriale, possono depotenziarsi o sbocciare, simbolicamente parlando, come avviene ai fiori esposti ai raggi del Sole. Per queste ragioni, il corpo dovrebbe essere trattato come un tempio, facendo molta attenzione a ciò che introduciamo e a ciò che facciamo con lui[64].

Si può aggiungere che anche le diverse rappresentazioni delle nostre esperienze soggettive potrebbero essere correlate alle diverse qualità del nostro organismo psico-fisico cioè della nostra "materia", della vita delle nostre cellule. A questo proposito, si è osservato che la scienza non riesce ancora a dare contezza di come i processi elettrochimici nel tessuto cerebrale possano dare vita alla meravigliosa varietà della nostra vita interiore (con i suoi odori, sapori, le speranze, le gioie, i dolori, le gelosie, le ansie, gli slanci). La scienza cioè non ha mostrato come possano emergere gli innumerevoli stati qualitativi (tecnicamente detti qualia) da particelle, campi, forze, etc.[65]. Si è aggiunto che per spiegare come la rete neurale possa generare l'esperienza cosciente e le sue diverse qualità percettive, occorra far ricorso a un ingrediente aggiuntivo, ancora non scoperto in sede scientifica[66]. Forse, la diversità delle nostre esperienze soggettive potrebbe essere correlata in parte anche al diverso livello percettivo delle nostre cellule, al loro stato di salute psico-fisica.

In altra parte del volume abbiamo osservato come per Aïvanhov le cellule siano esseri intelligenti. In altri termini, se la nostra vita quotidiana agisce sullo

[62] O. M. Aïvanhov, *Conférence 13 septembre 1951*, Éditions Prosveta.

[63] Sul concetto di purezza nella vita spirituale e fisica, cfr. O. M. Aïvanhov, *I misteri di Iesod*, cit.

[64] O. M. Aïvanhov, *Conférence 8 septembre 1958*, Éditions Prosveta; Idem, "L'amore trasforma la materia" in *Sessualità forza del cielo*, cit.

[65] M. Di Francesco, conferenza "*La coscienza e il cervello*", Genova, 26 febbraio 2014, www.palazzoducale.genova.it.

[66] F. Capra e P. L. Luisi, *op.cit.*, p.329.

stato di salute degli organi e delle cellule, e quindi sul livello percettivo degli stessi, appare ragionevole ritenere, ad esempio, che la purezza, intesa anche come impiego armonioso e corretto del corpo e delle sue funzioni, e i pensieri e sentimenti altruistici, possano agire favorevolmente sulla vita dell'organismo e, quindi, favorire l'emersione di una coscienza maggiormente percettiva e sensibile. L'organismo psico-fisico che vive bene, in relazioni armoniche, partecipa correttamente ai processi cognitivi e agevola la generazione di immagini mentali altamente benefiche le quali agiscono a loro volta favorevolmente sulla coscienza e sui nostri comportamenti. Quanto più sacralizziamo il nostro organismo in azione (quando si nutre, pensa, ama, agisce) tanto più giungono alla nostra coscienza rappresentazioni benefiche che influenzano, a loro volta, la nostra vita, in un processo di mutuo condizionamento.

Ervin Schrödinger rilevava che «le impressioni che riceviamo dall'ambiente dipendono moltissimo dalla natura e dallo stato in cui si trovano i nostri sensi, ma inversamente l'ambiente stesso che desideriamo cogliere viene da noi modificato soprattutto dai dispositivi che abbiamo predisposto per osservarlo [...] non c'è separazione tra mondo reale e mondo percepito»[67]. Questa semplice riflessione corrobora l'idea che lavorare sulla nostra "materia", cioè rispettare anche il corpo in termini fisici e psichici, è fondamentale.

Mangiare, respirare, pensare, amare, ... sono tutte attività, come ha ben illustrato Aïvanhov, con le quali, consciamente o inconsciamente, lavoriamo anche sulla "nostra materia" psico-fisica. Migliorando la qualità della nostra "materia", miglioriamo le nostre percezioni, le nostre immagini e i nostri comportamenti. Gli scienziati oggi ci dicono, infatti, che «essere, sentire, agire e conoscere, rappresentano diverse modalità delle nostre relazioni corporee con il mondo»[68].

Questa consapevolezza è molto importante nel contesto sociale attuale, ove molti stili di vita sviliscono il fondamentale apporto cognitivo che il corpo può recare nella nostra vita e creano a nostri danni una sorta di catena emotiva[69].

2. In merito alla realizzabilità di una coscienza dell'idea di Unità e fraternità, cioè alla coscienza di far parte, per davvero, di una catena vivente di creature[70], di un grande e unico organismo, di una unica famiglia, occorre rilevare che essa trova un suo ulteriore fondamento nella considerazione che gli esseri umani non sono effettivamente separati né tra loro, né rispetto alla Natura. Afferma

[67] Citato da L. Boff e M. Hathaway, *op.cit.*, p.306.
[68] M. Ammaniti e V. Gallese, *La nascita della intersoggettività*, Cortina, 2014, p.11.
[69] O. M. Aïvanhov, cap. XXV (L'edificazione del santuario interiore) in *I frutti dell'Albero della vita*, cit.; Idem, cap. XII (La costruzione del tempio) in *Creazione artistica e creazione spirituale*, cit.
[70] O. M. Aïvanhov, cap. VIII (La catena vivente della Fratellanza Bianca Universale) in *La seconda Nascita*, Prosveta Edizioni; Idem, La catena vivente delle creature in parte VII, *Cercate il Regno di Dio*, cit.

Aïvanhov, nel 1939: «Il nostro Insegnamento lega tutte le conoscenze e tutti i fenomeni in un organismo vivente, mostrandoci che noi siamo immersi nella vita cosmica e legati a tutti gli esseri della Gerarchia cosmica. Questa presa di coscienza ci rende felici»[71].

Se un giorno avremo la possibilità, afferma Aïvanhov, di vedere tutti i legami che si tessono tra noi e l'Universo, saremo stupefatti: «tutti i giorni, senza sosta si tessono legami. Le leggi della fisica e della chimica sono esatte ma, in seguito, la scienza dovrà constatare che noi siamo tutti legati alla totalità dell'Universo e a tutti coloro che ci circondano. Quale responsabilità tutto ciò comporta!»[72]

Oggi fortunatamente, si ammette che gli uomini possono essere considerati come cellule di uno stesso organismo, o come nodi della stessa Rete della Vita. Infatti, sta emergendo sempre più, a livello scientifico, il convincimento che la nostra vita sia come un'immensa rete: «Negli ultimi anni sono state fatte molte scoperte sorprendenti. Gli scienziati più avanzati di oggi vedono nell'universo incredibili relazioni quantiche generali: ogni particella che abbia assunto lo stesso stato quantico di un'altra resta collegata a quest'ultima in maniera non-locale. Sembra che a livello cosmologico esistano gli stessi collegamenti sottili, di là dello spazio e del tempo, osservati in campo quantico. Legami altrettanto sorprendenti emergono all'interno degli organismi viventi, e tra l'organismo e il suo ambiente: "connessioni transpersonali" collegano la consapevolezza degli individui alla consapevolezza e al corpo di altre persone, a prescindere dal tempo e dalla distanza»[73].

Ormai è acclarato che mediante i cinque sensi percepiamo una realtà esteriore che non è la vera e definitiva realtà. Innanzitutto, noi percepiamo con i cinque sensi, a livello quantitativo, solo una piccolissima parte della realtà: «la materia ordinaria costituisce il 4% della massa nell'universo e rappresenta la massa visibile. La materia oscura rappresenta invece il 22%, mentre l'energia oscura ben il 74%»[74].

Non solo, ma anche le stesse forme della realtà stessa che noi vediamo non sono assolute, ma relative: cioè al livello della fisica sub-atomica, l'universo che sembrava intrinsecamente materiale ha rivelato che la sua essenza fondamentale è pura energia immateriale. I campi fondamentali di energia che costituiscono la base della realtà fisica, obbedendo alle leggi proprie della fisica quantistica, manifestano un ordine intrinseco che rivela, al livello del campo unificato, l'intelligenza più profonda della Natura[75]. Tutta la materia è energia, e «ad un

---

[71] O. M. Aïvanhov, *Conférence 10 avril 1939*, Éditions Prosveta.
[72] O. M. Aïvanhov, *Conférence 7 janvier 1954*, Éditions Prosveta.
[73] E. Laszlo, *L'esperienza Akashica. Leggere il campo di memoria e informazione del Cosmo*, in *Scienza e Conoscenza*, n. 27/2009, p.34.
[74] M. Teodorani, *Le particelle elementari*, 2007, p.153.
[75] F. Coppola, *Il segreto dell'Universo*, cit., p.57.

livello sottostante all'energia c'è l'informazione, una base totalmente immateriale per l'esistenza [...] ogni particella, ogni corpo, ogni aspetto dell'esistenza è espressione dell'informazione che attraverso il cervello o la mente interpretiamo come il mondo fisico»[76]. Tutti gli oggetti fisici e l'uomo compreso, hanno una loro frequenza vibrazionale, e quindi un campo di energia; «l'universo materiale, compresi particelle, stelle, pianeti, rocce e organismi viventi, non è materiale: tutte queste cose che sembrano materia sono onde complesse nel vuoto quantico»[77]. Tutta la materia «è caratterizzata da una frequenza e una lunghezza d'onda specifiche, cioè con un certo numero di cicli d'onda per secondo [...] ogni cosa noi compresi, ha una funzione d'onda»[78].

Il nostro corpo fisico, gli alberi, gli oggetti materiali che vediamo e utilizziamo, nella realtà più profonda non sono solidi, separati tra loro e statici, come appaiono alla vista[79].

Anche da un punto di vista semplicemente fisico, «l'idea che vi sia un confine netto tra il Sé e il mondo esterno è un'illusione. Il corpo scambia continuamente materia con il mondo esterno: ogni anno si sostituisce il 98% per cento degli atomi nel nostro corpo»[80].

La visione della separazione «l'uno dall'altro è una visione meccanicistica che non è più supportata dalla scienza [...] oggi è importante avere una visione più vasta che vede noi stessi come elementi di un processo più grande, di un processo co-evolutivo [...] è essenziale il ruolo dell'educazione e della scuola perché la società capisca l'importanza di questo cambiamento [...]. Io, come individuo, sono parte della biosfera e della società, il mio valore basilare è quello di vivere ed essere felice, e questi valori dovranno essere sintonizzati con i valori del sistema di cui faccio parte. Tutti questi sistemi hanno un unico valore di base, che è quello di co-evolvere con gli altri. Pensare che io non sia collegato ad altri porta al disfacimento del sistema, anche finanziario, che osserviamo in questo periodo»[81].

Si osserva che «quando tocchiamo un oggetto, i nostri campi d'energia e relative nubi di elettroni si incontrano, minuscole porzioni si fondono e si separano. Anche se percepiamo noi stessi come integri, in realtà, abbiamo ceduto parte del nostro campo energetico a quell'oggetto specifico acquisendo un brandello della sua energia. A ogni incontro noi procediamo a tali scambi e in seguito ci ritroviamo leggermente cambiati»[82]. Anche questa affermazione comprova quanto affermato da Aïvanhov sulla necessità del discepolo di attrarre le particelle

[76] G. Schroeder, *L'Universo sapiente*, Il Saggiatore, 2002, pp. 20 e 32.
[77] E. Laszlo, *Risacralizzare il Cosmo*, cit., p.99.
[78] G. Schroeder, *op. cit.*, pp. 42-43.
[79] F. Capra, *Il Tao della fisica*, Adelphi, p.83.
[80] L. Boff e M. Hathaway, *op.cit.*, p.207.
[81] E. Laszlo, Intervento al Convegno *La rete della Vita, verso una visione integrata della realtà*, cit.
[82] D. Chopra, *Le coincidenze*, Sperling & Kupfer, 2007, p.21.

più pure e spirituali mediante le attività spirituali: «quando noi facciamo gli esercizi al mattino [...] alcune particelle sono sostituite da altre. È meraviglioso. Così, giorno dopo giorno, anno dopo anno, si cambia [...] non è immediato, ma la materia è obbligata a cedere e a conformarsi a ciò che è dentro»[83].

L'assoluta separazione tra gli esseri umani è in effetti illusoria. Siamo parte dello stesso Universo. I nostri sensi selezionano una porzione di cambiamento, la bloccano in fase e così la possono percepire come una realtà fissa, ma la vibrazione universale non ha pause[84].

La vita si rinnova continuamente e compie continui scambi. Vi è un flusso continuo di energie che noi non vediamo con i cinque sensi, così come non constatiamo gli scambi di queste particelle con altre particelle dell'Universo.

Dunque, anche i corpi fisici sono distanti e separati, solo se osservati sotto il profilo della loro forma fisica, poiché, in realtà, essi con le loro vibrazioni sono in contatto tra loro[85]. Anche l'idea della separazione tra individuo e natura è, dunque, illusoria, è maya. Quest'ultimo concetto è notorio nelle filosofie spirituali, le quali hanno da sempre affermato che l'uomo non è un essere isolato, in quanto tramite le sue energie è in contatto con l'Universo. La nostra vita non è separata dalle altre[86].

Tra noi e la materia solida che osserviamo, non v'è la separazione che vediamo con gli occhi. Lo spazio che consideriamo vuoto, in verità, non è tale, ma è colmo di energie che vibrano a frequenze superiori a quella visiva, vi è un continuum di energie[87].

I nostri cinque sensi sono organizzati per percepire gli oggetti come tridimensionali e solidi. Ma nella realtà quantica la solidità non esiste, esiste solo energia che vibra a varie frequenze. La fondamentale unicità dell'universo, afferma Fritjof Capra, «caratteristica principale dell'esperienza mistica, è anche una delle più importanti rivelazioni della fisica moderna. Essa diviene evidente a livello atomico e si manifesta tanto più chiaramente quanto più si penetra in profondità nella materia, fino al mondo delle particelle subatomiche. I costituenti della materia e i fenomeni fondamentali ai quali essi prendono parte sono tutti in rapporto reciproco, interconnessi e interdipendenti; non possono essere compresi come entità isolate, ma solo come parti integrate del tutto. Per quanto ci addentriamo nella materia, la natura non ci rivela la presenza di nessun "mattone fondamentale" isolato, ma ci appare piuttosto come una complessa rete di relazioni tra le varie parti

[83] O. M. Aïvanhov, *Conférence 11 septembre 1958*, Éditions Prosveta.
[84] D. Chopra, *Le coincidenze*, cit., p.192.
[85] O. M. Aïvanhov, *Le Leggi della Morale cosmica*, cit.
[86] O. M. Aïvanhov, *Le Leggi della Morale cosmica*, cit., p.64.
[87] Cfr. H. Pagels, *Codice Cosmico*, Boringhieri, p.257.

del Tutto. Queste relazioni includono, inoltre, sempre l'osservatore»[88].

L'universo «non è fatto di cose e di eventi separati, di spettatori esterni e di uno spettacolo impersonale [...]. Si tratta di un intero, di un tutt'uno. A differenza del mondo despiritualizzato della fisica classica, il Cosmo non è frammentato in cose materiali e nei domini disgiunti della vita e della mente [...]. La recente scoperta dell'unità dell'universo è frutto di ricerche approfondite, basate su osservazioni e messe alla prova tramite esperimenti. Essa fornisce una visione del tutto diversa del mondo rispetto all'immagine meccanicistica, materialistica e frammentata insegnataci a scuola. Un Cosmo connesso, coerente e unito, che richiama un antico concetto presente nella tradizione di ogni civiltà; un Cosmo nuovamente impregnato di Spirito»[89].

Affermava Aïvanhov: «non vi è granello di polvere, cellula o elettrone nell'universo che con le sue vibrazioni non sia collegato a tutto l'universo [...]. Nonostante le apparenze, la separazione non esiste, è un'illusione, nulla e nessuno è separato. Anche se non ne siamo consapevoli, tutto il nostro essere è continuamente collegato a tutto il Cosmo. Quando facciamo del male agli altri, anche se al momento non lo avvertiamo, facciamo del male anche a noi. Viceversa, quando facciamo loro del bene, lo stesso bene lo facciamo anche a noi [...] nella coscienza dell'unità è il fondamento della vera morale»[90].

Inoltre, la visione parziale della realtà esteriore elaborata dai nostri cinque sensi è stata superata anche dal principio di indeterminazione: l'osservatore umano non è necessario solo per osservare le proprietà di un oggetto, ma è necessario anche per determinare queste proprietà. Il principio di indeterminazione ha evidenziato come «nei più piccoli elementi costitutivi della materia ogni processo di osservazione provoca una forte perturbazione; non è più possibile parlare del comportamento della particella, indipendentemente dal processo di osservazione [...] la scienza della natura presuppone sempre l'uomo, e noi dobbiamo, come ha detto Bohr, prender coscienza del fatto che nello spettacolo della vita non siamo solo spettatori, ma anche, costantemente, attori»[91].

Anche il fisico H. Pagels afferma: «La vecchia idea che il mondo esista effettivamente in uno stato definito non è più sostenibile. La teoria quantistica svela un messaggio interamente nuovo: la realtà è in parte creata dall'osservatore. [...]. La situazione si presenta paradossale al nostro intuito, perché stiamo cercando di applicare al mondo reale un'idea dell'oggettività che sta solo nelle nostre teste, una fantasia»[92].

---

[88] F. Capra, *Il Tao della fisica*, cit., p.81.
[89] E. Laszlo, *Risacralizzare il Cosmo*, cit., p.239.
[90] O. M. Aïvanhov, *Le Leggi della Morale cosmica*, cit.
[91] W. Heisenberg, *Natura e fisica moderna*, Garzanti, p.42.
[92] H. Pagels, *Codice Cosmico*, cit., p.257.

Se la mente dell'osservatore, con la sola intenzione di osservare, incide sulla realtà dei fenomeni osservati, ciò vuol dire che il nostro pensiero, le nostre intenzioni e cioè il nostro mondo interiore ha una influenza sulla stessa materia che compone anche la nostra struttura psico-fisica.

Le proprietà quantiche dell'universo, ha affermato il prof. Lothar Schäfer, «rivelano l'errore delle vedute di Monod. È vero che noi cerchiamo un'alleanza con la Natura. È vero che noi abbiamo dei bisogni spirituali, ma non perché siamo discendenti di animisti. Ne abbiamo bisogno perché il nostro Spirito ha bisogno di essere a contatto con ciò che è di egual natura, il fondo spirituale del reale»[93]. Questo studioso aggiunge che «gli aspetti caratteristici della realtà quantica hanno sulla nostra personale natura umana delle conseguenze potenzialmente considerevoli. Se l'universo è una rete di connessioni istantanee e non separabili, e assai probabile che noi facciamo parte di questa rete [...] dobbiamo considerarci degli attori in una realtà che non è la realtà abituale che conosciamo, ma piuttosto una realtà interconnessa, tanto metafisica quanto fisica, e con qualità spirituali»[94].

Ma la nostra coscienza può elevarsi per permetterci di accedere a questo mondo superiore dell'Unità, considerato che con la coscienza ordinaria, tramite i sensi vediamo solo un corpo solido che il nostro intelletto misura, analizza e compara?

Come sostenuto da William James: «La normale coscienza dello stato di veglia, che chiamiamo coscienza razionale, è soltanto un tipo di coscienza particolare, mentre tutto intorno ad essa, separate da schermi sottilissimi, esistono forme potenziali di coscienza completamente diverse»[95]. Scrive Laszlo: «William James, il padre della psicologia americana, percepiva tali interconnessioni. Egli scrisse: "Dalla mia esperienza emerge dogmaticamente una conclusione [...] che noi, con le nostre vite, siamo come isole nel mare, o alberi nella foresta. L'acero sussurra al pino con le sue foglie, e viceversa [...]. Inoltre, gli alberi intrecciano le radici nell'oscurità sotterranea e le isole si saldano tra loro nei fondali oceanici. Allo stesso modo, esiste un *continuum* di consapevolezza cosmica, contro la quale la nostra individualità non erige altro che recinzioni temporanee e in cui le nostre menti si tuffano come in un mare materno, o in un serbatoio"»[96].

Se teniamo conto che la nostra coscienza è intessuta implicitamente in tutta la materia e la materia è intessuta dalla coscienza – come ha affermato David Bohm – appare possibile accedere alla realtà fisica non visibile. Il pensiero, come afferma O. M. Aïvanhov, è una sorta di scala della quale dobbiamo imparare a

---

[93] L. Schäfer, *L'importanza della fisica quantica nel pensiero di Teilhard de Chardin e in una nuova prospettiva dell'evoluzione biologica*, "Un Futuro per l'Uomo" n. 9/2005.
[94] Ibidem.
[95] W. James, *The varietes of religious experience*, (*Le varie forme dell'esperienza religiosa*), 2009, p.388 (citato da F. Capra, *Il Tao della Fisica*, cit.).
[96] E. Laszlo, *L'esperienza Akashica*, cit.

servirci, per elevarci[97]: il pensiero può limitarsi a scrutare il mondo visibile e a ritenere che gli esseri umani siano separati come appaiono alla vista, ma può anche innalzarsi in Alto per scrutarne l'Unità.

3. In aggiunta, a comprova dell'illusoria separazione tra gli esseri si consideri che numerosi studi collocano la coscienza umana in una dimensione unitaria: uomo - corpo fisico - ambiente. Alcuni studi scientifici affermano, ad esempio, che non vi è netta separazione tra le coscienze. Ha affermato Varela, a questo proposito: «Una costante, nell'ambito delle scienze cognitive e delle scienze del cervello, è la semplice assunzione dell'ovvietà che una mente risieda all'interno di un cervello e che quindi la mente degli altri sia impenetrabile e opaca. Ogni violazione di questa separazione spaziale è intesa come un appello a una sorta di energia psichica magica, cosa assolutamente da evitare. La ricerca più recente nella scienza cognitiva sta cominciando a mostrare abbastanza chiaramente che l'individualità e l'intersoggettività sono complementari. Tuttora, non cessa di meravigliarmi che alcuni filosofi della mente abbiano consumato litri d'inchiostro in dibattiti per dimostrare che abbiamo una coscienza e che non siamo circondati da automi. Francamente, trovo tutto questo ridicolo. La questione è esattamente capovolta: la presenza della realtà dell'Altro è così intimamente vicina che la domanda pertinente è addirittura come sia possibile che siamo in grado di giungere alla nozione di essere separati e distinti»[98].

Si è pure osservato che «sebbene alcune interpretazioni delle neuroscienze pensino ad un "cervello singolo nel cranio" come la fonte di tutto ciò che è mentale, questa visione ristretta non è la realtà stabilita scientificamente secondo la quale la maggior parte dei cervelli che "vivono" in un corpo sono parte di un mondo sociale composto da altri cervelli. Il cervello è programmato per connettersi con le altre menti, per creare immagini degli stati intenzionali degli altri, delle espressioni affettive e degli stati corporei di arousal che, attraverso la fondamentale capacità del sistema dei neuroni specchio di creare risonanza emotiva, servono come via di ingresso per l'empatia. In questo modo vediamo che la mente è sia relazionale, sia corporea»[99].

La ricerca scientifica sui neuroni dimostra che noi esseri umani non siamo ingabbiati nella prigione della separatività, in quanto abbiamo la facoltà di "mappare" su di noi il sentire e l'agire altrui[100].

Anche il biologo Sheldrake, osserva che «ci hanno insegnato a credere che la mente sia solo dentro la nostra testa, che l'attività mentale non sia altro che

[97] O. M. Aïvanhov, Dall'Intelletto all'Intelligenza in *La vita psichica*, cit.
[98] F. J. Varela, *Quattro pilastri per il futuro della scienza cognitiva*, cit.
[99] D. J. Siegel, prefazione a *Manuale di Psicoterapia Sensomotoria*, P. Ogden, K. Minton, C. Pain, Istituto di scienze cognitive editore, Roma, 2012.
[100] M. Ammaniti e V. Gallese, *La nascita dell'intersoggettività*, cit.

attività cerebrale. Alcune prove sperimentali [...] suggeriscono che la nostra mente si estenda ben oltre il cervello; estendendosi attraverso dei campi che ci collegano al nostro ambiente e gli uni agli altri»[101].

4. Rettificare la nostra visione fisica del mondo è, dunque, importante anche perché essa ha un impatto rilevante sul piano psichico e sulla coscienza[102]. La visione meramente oculare del mondo fisico si è rilevata fallace sia sul piano scientifico, sia sul piano psicologico, in quanto ci ha portato a ritenere che noi siamo soltanto un corpo fisico separato e contrapponibile agli altri.

Invece, sulla base di quanto sinteticamente osservato in queste pagine:

- la Natura non è un insieme di oggetti separati e indipendenti da noi, come ci appare alla vista;
- gli esseri umani non sono divisi e separati tra loro, indipendenti gli uni dagli altri, come ci appaiono alla vista;
- l'uomo influenza la realtà esterna non solo tramite il corpo fisico, ovvero, tramite i comportamenti o gesti materiali, ma anche tramite la vita interiore (le energie dei pensieri, dei sentimenti, delle intenzioni etc.), la quale agisce anche sulla sua stessa materia e sulla sua salute psico-fisica;
- a uno stadio profondo della Vita, tutti gli esseri esprimono una Unità;
- conseguentemente, la condotta fraterna e impersonale rappresenta il livello relazionale fisiologico dell'essere umano in coerenza alla sua vera collocazione nel Cosmo.

I progressi scientifici degli ultimi decenni confermano, dunque, sempre più, la fondatezza scientifica dell'impianto metodologico anche dell'Insegnamento di O. M. Aïvanhov, destinato a una crescente e naturale legittimazione.

[101] R. Sheldrake, *Mente Estesa*, Apogeo, 2006, p.293.
[102] O. M. Aïvanhov, *Conférence 27 mars 1938*, Éditions Prosveta.

Capitolo VI

La Via Luminosa e l'Età d'Oro dell'umanità: l'ultimo ciclo di conferenze tenute da O. M. Aïvanhov nel 1985

1. Vi era una Primavera eterna, scriveva Ovidio, e gli zefiri con soffi tiepidi accarezzavano tranquilli i fiori[1]. Con queste parole famose lo scrittore latino iniziava la descrizione dell'Età d'Oro. Questa espressione (*Âge* d'Or) sembra aulica e soltanto di natura letteraria. Dante nella *Divina Commedia* con altre parole allude all'Età d'Oro dell'umanità, al luogo ove risplende l'Eterna Primavera: «Quelli ch'anticamente poetaro l'età de l'oro e suo stato felice, forse in Parnaso esco loco sognaro. Qui fu innocente l'umana radice; qui primavera sempre e ogne frutto; nettare è questo di che ciascun dice»[2]. Queste parole sembrano molto distanti dalle possibilità umane, soprattutto, laddove lo sguardo si volga al presente, che appare muoversi nella direzione opposta, verso una sorta di età del ferro. Ma una ricostruzione di tal fatta non rispecchierebbe fedelmente la situazione umana. Una parte dell'umanità è da tempo alla ricerca di una Vita divina sulla Terra. Il problema è che essa, ancora, risulta essere una minoranza nel seno della collettività umana. Ma questa Era arriverà, noi lo crediamo.

L'espressione *Âge d'Or* è ricorrente nelle conferenze di Aïvanhov per indicare una finalità da perseguire per il bene di tutta la collettività: uno stato di coscienza di pace e di gioia, una vita collettiva felice e luminosa.

Coloro che hanno potuto partecipare ai congressi nei Centri fraterni fondati da Aïvanhov, hanno potuto respirare effettivamente una Età d'Oro, come è accaduto all'autore di queste pagine, che ha potuto parteciparvi negli anni

---

[1] Per Aïvanhov "l'Eterna Primavera" non è una metafora letteraria: «Sulla Terra siamo continuamente esposti al dualismo. Questo è vero sia sul piano fisico che su quello psichico: gioia e dolore, entusiasmo e scoramento, luce e buio […]. Quando gli uomini vivevano nel Paradiso terrestre, in seno all'Eterno, conoscevano soltanto la luce e la gioia, ma quando hanno iniziato a scendere nella materia, hanno trovato il freddo, l'oscurità, la malattia e la morte. È così che la Scienza iniziatica ci spiega le condizioni in cui viviamo attualmente. Ma il Paradiso che abbiamo lasciato continua ad esistere; è una regione fatta di materia eterica, luminosa e raggiante in cui regna un'eterna primavera. Così, anche se sulla Terra non possiamo sfuggire al dualismo, col pensiero possiamo elevarci fino alla regione dell'eterna primavera, perché esiste, è una realtà […]. Quando arriviamo a proiettarci fino al mondo dello spirito, più nulla viene a interporsi fra noi e il Sole e siamo per sempre illuminati, riscaldati, vivificati […] meravigliati» (O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 21 marzo 2003); Idem, cap. VI (Grande primavera) in *Linguaggio simbolico, linguaggio della Natura*, cit.

[2] Dante Alighieri, *Purgatorio*, Canto XXVIII. Dante, con l'immagine dell'età d'Oro, intende far riferimento al Paradiso terrestre. Anche altri autori famosi parlano dell'Età d'Oro: Esiodo, Virgilio, etc.

1985-1986, ascoltando direttamente in Francia l'ultimo ciclo di conferenze tenute da Aïvanhov. Con questa osservazione vogliamo porre in luce che è stato possibile sperimentare nei congressi fraterni, effettivamente, una qualità della vita conforme ai valori di armonia, dolcezza, bontà, rispetto, onestà, spontanea laboriosità e condivisione. Una vita poetica che iniziava all'alba per assistere al levar del Sole e terminava la sera, in una profonda comunione con la Vita e la Natura.

Una vita scandita sia da momenti individuali che da momenti collettivi. Una vita che rafforzava l'individualità e nel contempo la armonizzava con la vita collettiva. Una vita sincera, onesta e leale ove ci si poteva guardare nella fiducia reciproca, senza sospetti e gelosie.

Si sperimentava una vita piena di speranze, si toccava con mano la fattibilità di una vita collettiva straordinaria. Anche il lavoro su stesso, spesso denso di sofferenze e irto di difficoltà, appariva più agevole grazie alle benefiche energie di una vita collettiva armoniosa. Gli eventuali inconvenienti umani erano trasformati con leggerezza e dolcezza. Si conduceva una vita fonte di ispirazione e di nuove intenzioni.

Si prendeva pian piano coscienza, grazie al sapore e alla pienezza della nuova vita, dell'aridità della cultura esclusivamente intellettuale alla quale ci si era abituati, e della povertà affettiva di una vita sociale condotta in isolamento.

Si prendeva coscienza che la vera gioia e felicità dipendevano dalla qualità dei nostri pensieri e sentimenti con i quali ci nutrivamo, cioè dipendevano da noi: «Essere amati: ecco come la maggior parte degli esseri umani concepisce la felicità. Certo, essi sono comunque d'accordo sul fatto che anche loro debbano amare un po', ma credono che la cosa più importante sia essere amati; ed ecco la prova: perché soffrono tanto, quando scoprono che l'essere che amano non ricambia il loro amore, o che non lo ricambia tanto quanto vorrebbero? Per essere felici, attendono che l'amore giunga loro dall'esterno. Se non arriva o viene loro tolto, se ne sentono privi; non credono al proprio potere, alla propria capacità di amare; hanno bisogno di ricevere l'amore da qualcuno di esterno a loro. In realtà, per trovare la pace e la gioia, non dobbiamo aspettare che l'amore ci venga dagli altri, ma dobbiamo contare unicamente sull'amore che viene da noi stessi. Perché è in noi che si trova la sorgente dell'amore, e tale sorgente è inesauribile»[3]. Si sentiva di far parte di una stessa famiglia, si avvertiva il calore spirituale di una famiglia umana e spirituale, nella piena libertà e cooperazione. Ma cos'è l'Età d'Oro? In effetti, «l'Âge d'or n'est rien d'autre que l'amour, l'entente et le bonheur mutuels»[4].

[3] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 25 febbraio 2017, Prosveta Edizioni
[4] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 5 avril 1966, Éditions Prosveta.

L'attività meditativa e contemplativa, la lettura e l'ascolto di conferenze non restavano confinate in un piccolo angolo del nostro essere, non si concretizzavano in attitudini attoriali, ma si manifestavano in affetto, in sguardi leali e sorridenti, in pensieri luminosi, in rette intenzioni di cambiamento. Si aveva la consapevolezza di partecipare a un grande progetto di cambiamento della vita individuale e collettiva, si avvertiva e si constatava la presenza di un Maestro che era riuscito a realizzare davanti a noi l'Età d'Oro che egli proponeva all'umanità.

Se si conduce una vita pura, avvertiva Aïvanhov, nella bontà e nel disinteresse, e con l'esercizio delle pratiche spirituali, la vita inizia a cambiare, ci si libera e ci si trasforma. Di conseguenza «nuovi risultati appaiono nella nostra vita in un crescendo di meraviglie: la salute migliora, la forza aumenta e poi, la gioia viene! Si comincia a comprendere meglio, la volontà si rafforza, ci si sente legati all'Universo e infine ci si sente figli di Dio e si riconosce l'unico Padre, il Creatore»[5].

In una conferenza del 1942 Aïvanhov spiegava in questi termini l'amore spirituale: «Questo amore è uno stato di coscienza nel quale tutti gli esseri devono entrare e vivere. Essi sono preparati per questo. Non si può descrivere [...] ma si può sentire [...], non si può spiegare uno stato di coscienza a chi non è pronto a viverlo [...] tutto ciò che si può fare è condurlo, a poco a poco, verso questo stato [...] il mezzo per far comprendere questo amore agli esseri umani consiste nel condurli a questo stato di coscienza di modo che essi possano sentirlo. Questo stato di coscienza ci permette di sentirci interiormente uniti con tutto l'Universo per il tramite di legami [...]. Viverlo ci dà una pace straordinaria e una buona disposizione verso tutti gli esseri, una dolce disposizione verso tutte le creature [...] verso tutto ciò che vive [...] non si sa da dove proviene questa disposizione, ma semplicemente si manifesta [...] viene e pervade tutto l'essere [...] e siete felici»[6]. Questo amore di cui parlava Aïvanhov si respirava nell'aria.

Favoriti anche dalla pratica del levar del Sole e della nutrizione vegetariana, assunta in collettività nel silenzio e nel raccoglimento interiore, preceduto da canti mistici, si apprendeva ad essere più vivi e gioiosi: «non bisogna essere duri, pietrificati, appesantiti, cadaverici, senza gioia, restare sempre nelle inquietudini, nelle tristezze e tribolazioni. Bisogna uscire un po' da se stessi e manifestare entusiasmo e porgere nuovi sguardi, vivi e sorridenti agli altri, al mondo e a tutti gli esseri. Uno nuovo sguardo non è una operazione di maquillage: per cambiare lo sguardo, bisogna cambiare tutta la propria esistenza, il modo di agire e di pensare. Attraverso lo sguardo le nostre energie si riversano sulle cose e gli esseri[7]. Bisogna dunque vivificare la propria esistenza per ricevere nuove ispirazioni[8].

---

[5] O. M. Aïvanhov, *Conférence 30 mars 1951*, Éditions Prosveta.
[6] O. M. Aïvanhov, *Conférence 14 novembre 1942*, Éditions Prosveta.
[7] O. M. Aïvanhov, *Conférence 24 avril 1943*, Éditions Prosveta.
[8] O. M. Aïvanhov, *Conférence 26 septembre 1958*, Éditions Prosveta.

Si sperimentava un nuovo modo di nutrirsi: se voi comprendete bene il senso della nutrizione e cercate per una decina di giorni di mangiare con attenzione, amore, animati dal sentimento che ciò che fate è sacro, le vostre cellule, spiegava Aïvanhov, si metteranno a cantare e voi vi sentirete immersi in una armonia e in una pace sconosciuta da cui non potranno allontanarvi i vari inconvenienti della vita quotidiana[9].

Si sperimentava che la vita collettiva condotta in fraternità con tutto il Creato è la porta di accesso al benessere e alla gioia: «Si è infelici perché non si vuole riconoscere che si vive in un mondo straordinario, il Cosmo di cui siamo una parte. Non si vuole ammettere che dobbiamo vivere in armonia con questo mondo ed avere con lui scambi corretti»[10].

Se noi "vogliamo vivere come vogliamo", non rapportandoci al Cosmo a cui siamo intimamente legati, necessariamente, saremo infelici. Giacché «l'Armonia con il Cosmo apporta forza, gioia, intelligenza, bellezza e il resto. Vi è stato sempre detto che potevate tagliare, scavare, costruire, sfruttare e modificare il pianeta, senza che nessuno potesse reclamare qualcosa. Ma vi è una Intelligenza cosmica che veglia su ogni cosa e che ama molto coloro che si rivolgono a Lei e che vogliono conoscere i suoi piani, i suoi progetti. La filosofia che spiega come armonizzarci, sincronizzarci con la Natura ragionevole al fine di poter aiutarla nei suoi progetti e piani, è la più meravigliosa che ci sia. Noi mangiamo, beviamo, respiriamo, guardiamo, lavoriamo incosciamente. Ora bisogna sottomettere queste nostre azioni a questa Intelligenza, alla sua armonia e al suo ordine, è la vera scienza da studiare. Invece, facciamo tante esperienze, proviamo una gioia che dura un istante e poi subentra la tristezza e diciamo che la vita sulla Terra è amara»[11]. In realtà abbiamo con «orgoglio reciso i legami con le nostre radici e soffriamo. Noi dobbiamo fin dal risveglio accordarci, armonizzarci al Creato e per questo andiamo all'alba verso il Sole. Pregare, meditare [...] ci aiutano ad armonizzarci, a pensare in modo giusto, a sentire belle cose e a compiere buone azioni. Siamo Esseri cosmici che abbracciano tutto l'universo [...] questa coscienza ci dà gioia, nobiltà, luce [...] noi riceviamo tutto dal Cosmo»[12].

E tutto ciò... è stato assaporato da coloro che hanno partecipato ai congressi fraterni svoltisi negli anni 1985-1986.

Queste esperienze vissute comprovano che la vita individuale e collettiva, appena descritte, non sono una utopia o esperienze non riproducibili.

L'espansione della coscienza verso il "noi", verso la fraternità, è possibile, come hanno dimostrato anche grandi individualità apparse nella storia umana. Ma ciò che occorre in questa epoca è una cultura capace di illuminare, a favore

[9] O. M. Aïvanhov, *Conférence 10 décembre 1938*, Éditions Prosveta.
[10] O. M. Aïvanhov, *Conférence 26 août 1955*, Éditions Prosveta.
[11] Ibidem.
[12] O. M. Aïvanhov, *Conférence 28 septembre 1957*, Éditions Prosveta.

di tutti, un percorso pedagogico, *comprensibile e sperimentabile*, per arrivare a elevare realmente la coscienza a partire dalla vita quotidiana. A questo bisogno, a nostro avviso, dà una risposta compiuta l'Insegnamento di Aïvanhov, che appare come un *unicum* in quanto esamina tutta l'area dell'agire umano, prospettando, con argomentazioni e metodi, percorsi concreti di perfezionamento della coscienza in vista di una convivenza fraterna e universale.

La più volte ricordata rilevanza "cognitiva" del modo di vivere del nostro organismo comprova che la qualità degli atti della nostra vita quotidiana (modo di pensare, di sentire, di nutrirsi, di amare, di respirare, etc.) agisce sulla nostra coscienza. Ciò significa che qualunque trasformazione interiore o coscienziale esige non solo abilità intellettuali, ma una revisione e reimpostazione della qualità degli atti della vita quotidiana. Pertanto, se vogliamo promuovere la conoscenza e la coscienza della fraternità dobbiamo necessariamente coinvolgere anche il nostro cuore e tutto il nostro modo di essere e di vivere.

Possiamo affermare di aver conosciuto innumerevoli opere, testi di filosofia e di spiritualità molto elevati e molto importanti sul tema della fraternità e spiritualità umana. Ma la storia non ci aveva ancora consegnato un'opera pedagogica dedicata completamente al "come" risvegliare e ampliare la coscienza, al "come" "tessere" gradualmente gli elementi di una coscienza fraterna in tutte le manifestazioni della nostra vita e a "come" raccordare la nostra vita vissuta sulla Terra ai valori di collettività e universalità: «Noi non abbiamo ancora raggiunto la Supercoscienza [...]. Se avessimo questa coscienza ampliata noi sapremmo che la vita è una, che siamo tutti legati, che tutti gli esseri rappresentano una unità in questo oceano della vita universale, e sentiremmo sensazioni di gioia, di meraviglia, d'infinito [...]. Ma la nostra coscienza attuale, essendo limitata, è una coscienza della separatività, e ci sentiamo esclusi da tutto, separati dagli altri uomini e dalla natura. La ragione d'essere della preghiera, della meditazione e delle altre pratiche insegnate è stabilire dei contatti, delle comunicazioni tra la natura inferiore e la natura superiore dell'uomo affinché la sua coscienza si elevi, si ampli e possa percepire la vera realtà»[13].

Questo Insegnamento spirituale offre un supporto teorico e pratico per l'elevazione della coscienza verso la Natura divina, per il passaggio "epocale" dell'uomo verso l'ulteriore sviluppo realizzativo della fraternità e unità. Il senso concreto dei metodi proposti dall'Insegnamento è, infatti, quello di «ricondurre gli esseri verso questa coscienza che essi formano tutti un'unità»[14].

Il sistema filosofico e pedagogico presente nell'Insegnamento apporta una nuova comprensione dell'esperienza umana e della vita quotidiana, nuovi metodi atti ad esprimere il nostro lavoro spirituale su noi stessi, nonché strumenti

[13] O. M. Aïvanhov, *La Chiave essenziale*, cit., p.24.
[14] O. M. Aïvanhov, *Conosci te stesso*, cit., p.77.

orientativi per autovalutare lo stato del nostro percorso interiore, consentendoci di entrare in contatto con la nostra Natura divina, al fine di identificarci con essa e poterla gradualmente manifestare sulla Terra, cioè nel nostro organismo psico-fisico e a vantaggio della collettività.

Il Maestro Aïvanhov ha mostrato che esiste effettivamente nella nostra esperienza umana una "Via Luminosa" che possiamo percorrere sia per salire verso l'Alto (quando meditiamo, preghiamo… al fine di conoscere le qualità spirituali), sia per scendere sulla Terra (al fine di applicare i valori spirituali appresi negli atti della vita quotidiana). La Via Luminosa esige entrambi i movimenti.

Questa "Via Luminosa" può essere definita come il lavoro della nostra Natura divina sulla nostra materia umana (corpo fisico, pensieri e sentimenti), cioè sulla nostra *Terra*, con effetti altrettanto benefici per la Terra quale luogo collettivo. Questa "Via Luminosa" può essere anche interpretata come il cammino di coloro che, spiritualizzando la materia, collaborano al Creato, a qualunque religione o credo appartengano, ovvero, come il cammino degli uomini di buona volontà che si sforzano di portare luce e calore nelle esistenze umane.

In questa "Via Luminosa" vi è anche la chiave trasformativa della vita sociale, come abbiamo già osservato, in quanto:

- sul piano dell'etica pubblica, l'attrazione interiore verso il disvalore è sostituita dall'attrazione per il bene comune[15];
- la sacralizzazione della sessualità, della maternità e della prima educazione favorisce, in via naturale, un mondo migliore, cioè la presenza di esseri umani non abbandonati a se stessi, ma educati da subito a esprimere comportamenti più evoluti, sereni e responsabili;
- la sacralizzazione della vita quotidiana e l'espansione della coscienza verso la fraternità generano comportamenti di cura, empatia e cooperazione fraterna con tutta la creazione e l'umanità nonché effetti benefici in tutte le manifestazioni della vita collettiva.

Anche lo scienziato Fritjof Capra, tra gli altri, sottolinea che la natura e gli esseri viventi non sono entità isolate, ma sono "sistemi viventi" in stretta interdipendenza: la vita interiore, la vita biologica, la vita sociale e la vita culturale sono uniti in una trama invisibile che deve essere studiata e amata. Dobbiamo lavorare, sostiene questo scienziato, in sintonia con essa[16].

Omraam Mikhaël Aïvanhov con vivo linguaggio spirituale ci ricorda analogamente che «c'è una immensa catena che lega tutti gli esseri viventi, tutti gli esseri umani sono vostri fratelli, vostre sorelle, imparate ad accettarli […]. Non imitate mai quelli che evitano gli altri col pretesto che sono inferiori a loro.

[15] B. Fuoco, *Il codice delle leggi morali*, cit.
[16] F. Capra, *La scienza della vita*, cit., Idem, *La rete della Vita*.

Sta a ciascuno scoprire come stabilire veri contatti con gli altri. Il sapiente sia felice di dare il proprio sapere e il saggio di dare la propria luce. Il forte sia felice di sostenere il debole, e il ricco di aiutare il povero, e il debole e il povero siano riconoscenti di sentirsi aiutati! Tutti coloro che, in qualsiasi campo, rifiutano di far circolare le proprie ricchezze, sono come acque stagnanti: non scopriranno mai il senso della vita, poiché la vita esiste unicamente nella circolazione, negli scambi»[17].

Con questo *Esprit* consegniamo le riflessioni raccolte in questo volume con la speranza di essere riusciti a far circolare, quale contributo per il progresso spirituale della collettività, una parte delle ricchezze di questo straordinario Insegnamento.

[17] O. M. Aïvanhov, *Pensieri Quotidiani*, 6 Aprile 2014, Prosveta Edizioni. Cfr. Idem, cap. XII (La legge degli scambi) in *La Bilancia cosmica*, cit.

Libri dello stesso Autore

- *La cura del corretto e razionale svolgimento delle procedure di gara*; edizioni Maggioli, I ed. 2007, II ed. 2009.

- *Manuale dell'autotutela decisoria nei procedimenti di evidenza pubblica*; edizioni Maggioli, 2009.

- *La nuova disciplina dei procedimenti autorizzatori nelle attività economiche*; AA. VV., edizioni Maggioli, 2010.

- *Il codice delle leggi Morali, approccio olistico al cambiamento*, 2012; *www.codiceolistico.it*

- *Le nostre scelte nella Rete della vita. I Vantaggi della vita empatica, cooperativa e fraterna*, 2015; *www.nuoveattitudini.it*

Per contattare l'autore: frere@libero.it

Finito di stampare
nel mese di Giugno 2017
Universalbook srl

Nella Vita quotidiana, negli atti che compiamo tutti i giorni c'è una Via... una Via Luminosa!

Il volume presenta i tratti essenziali di questo percorso secondo l'Insegnamento di Omraam Mikhaël Aïvanhov, filosofo, pedagogista e Maestro spirituale il quale ha mostrato nella sua vita che esiste, effettivamente, una "Via Luminosa" nella nostra esperienza umana e quotidiana. Nel suo Insegnamento sono proposti molti itinerari, argomentati e sperimentabili, per ritrovare la coscienza di unità e fraternità, nonché nuove attitudini armoniose, pacifiche e costruttive, partendo proprio dalla nostra umanità quotidiana: «non c'è un altro modo di conoscersi se non quello di partire dal proprio Sé umano nel quale c'è comunque una parte del Sé divino».

In questa "Via Luminosa" vi è anche la chiave trasformativa della società, in quanto la sacralizzazione della vita quotidiana e l'espansione della coscienza verso la collettività, determinano:

- la costruzione di un mondo migliore, e cioè la presenza di esseri umani educati a esprimere comportamenti più evoluti, sereni e maturi;
- sul piano dell'etica pubblica, l'attrazione interiore non verso il disvalore ma verso il bene comune;
- comportamenti di cura, di cooperazione fraterna ed empatia con tutta la Creazione e con l'umanità, ed effetti benefici in tutte le manifestazioni umane.

Bruno E. G. Fuoco (1959), dopo aver conseguito la Laurea in Giurisprudenza all'Università di Roma, ha perfezionato i suoi studi giuridici presso l'Università R. Cartesio di Parigi. Autore di vari volumi e saggi in materia giuridica, si occupa, altresì, di etica pubblica e giustizia in una prospettiva olistica.

€ 12,50

9 788897 462338