



***ESTRATTI
DAI
SAGGI***

di

Prentice Mulford

NOTA BIOGRAFICA

Prentice Mulford nacque nel 1834 a Sag Harbor, Long Island, di fronte a New York.

Ebbe una vita molto avventurosa e difficile: iniziò col fare il marinaio, ma dopo il primo viaggio venne licenziato. Tentò di fare il cuoco di bordo, ma anche in questo fallì. Partì allora per le miniere della California e, come minatore, iniziò la sua carriera letteraria scrivendo nel 1863 per *L'Unione Democratica* un articolo sulla festa dei minatori che si celebrava ogni anno.

Dal 1863 al 1866 continuò a scrivere per vari giornali... gratis, firmandosi con lo pseudonimo Dogberry.

Ridotto quasi in miseria, riuscì a ottenere un posto nel periodico *The Golden Era*, il primo giornale letterario di San Francisco. Nel 1872 partì per l'Inghilterra per tenere una serie di conferenze sulla bellezza e le risorse della California. Vi rimase due anni, visitando il quel periodo l'Esposizione Universale di Vienna e tornando con pochi dollari in tasca e una moglie. Riprese con molti stenti la vita di giornalista libero, finché gli venne offerto un posto nel *Graphic*, quotidiano di New York.

Per sei anni resse la cronaca cittadina, ma poi si stancò di «vicende umane» e andò nelle foreste del New Jersey dove, con quaranta dollari, si costruì una capanna.

E' in questo luogo silenzioso e appartato che scrisse i suoi saggi, cui dette il titolo *Your Forces and How to Use them*. Il primo dei suoi saggi venne pubblicato a Boston nel 1886 a sue spese ed ebbe subito un grande successo. Entro il 1890 completò la pubblicazione.

Il 27 maggio 1891 egli partì solo in barca per raggiungere, pare, Sag Harbor, ma mentre la barca era ancorata di fronte a Long Island morì durante il sonno e fu ritrovato lì, in barca, con volto tranquillo e sereno.

L'Accademia Hermetica di Cortona "G. Kremmerz", insieme ai fratelli dell'Accademia Kremmerziana Napoletana, ha contribuito a trascrivere in formato elettronico questo *Estratto dai Saggi* di Prentice Mulford, una pubblicazione realizzata dal CEUR nel 1981, ma sempre rimasta fuori commercio e oggi esaurita.

L'Accademia Hermetica di Cortona "G. Kremmerz" ha ritenuto opportuno ripubblicare questo scritto: come in tutte le opere di carattere spirituale, la lettura è possibile a diversi livelli. Chi leggerà superficialmente e rapidamente, forse troverà qualche utile consiglio; chi, invece, leggerà senza fretta e riflettendo sulle parole, troverà grandi ricchezze in questi semplici pensieri del Mulford. Perché le parole, quando sono la perfetta immagine del pensiero, vengono percepite in modo tale da smuovere qualcosa di profondo nel nostro essere, aiutandoci a capire ciò che sentiamo o intuiamo dentro di noi, forse per la prima volta in modo chiaro e palpabile.

INDICE

IL MEDICO INTERIORE	5
LA RELIGIONE NEI NOSTRI ATTI	7
LA RELIGIONE NEL VESTIRE	9
LA LEGGE DEL MATRIMONIO	11
ALCUNE RICETTE SPIRITUALI PRATICHE	14
CHI SONO I NOSTRI PARENTI?	17
ALCUNE LEGGI DELLA FORZA E DELLA BELLEZZA	20
PENSIERI ATTIVI E PASSIVI	23
LA GRANDE ARTE DEL DIMENTICARE	25

IL MEDICO INTERIORE

La fede è la sostanza di ciò che si desidera. Quando abbiamo nella nostra mente un'immagine ideale di noi stessi, che ci mostra al nostro occhio interiore luminosi, agili, forti e perfetti, mettiamo in moto quelle forze che ci rendono tali.

Noi costruiamo, da sostanza di pensieri invisibili, un «IO» spirituale (il sano, bello «IO» della fiducia) e con il tempo questo «IO» spirituale dominerà il corpo, trasformerà le sue cellule e diventerà realtà. Chi ha dei polmoni cattivi, cattiva circolazione del sangue o un qualunque difetto organico deve assolutamente rifiutarsi di trascinarsi appresso la coscienza del proprio organo debilitato come una parte malata e bisognosa di cure. Non vederti mai come paziente incatenato a un letto tra tanti cuscini, anche se per il momento così fosse. Chi si vede giocare a tennis o a fare una gara di corse contribuisce alla sua guarigione.

Non attenderti mai malattie o dolori per il domani, anche se oggi malattie e dolori fossero terribili: per domani aspettati solo salute e forza. In altre parole: salute, bellezza e forza devono diventare il vero «sogno a occhi aperti», perché il sogno esprime meglio lo stato d'animo giusto che non la speranza o l'attesa.

I sognatori compiono molte più cose di quanto il mondo immagini. Il sogno sveglia dell'uomo, che è sprofondato in se stesso, dimentico delle frenesie intorno a lui, è una forza che compie azioni in un regno potente e invisibile, esplorato ancora da pochi. E anche a coloro che riescono a liberare la coscienza dal loro corpo, tanto da dimenticarlo per un attimo, manca la conoscenza di queste forze che stanno usando, la conoscenza dell'effetto di questa forza e così purtroppo essi perdono i risultati veri.

Chi non capisce niente del cercare l'oro, delle condizioni per le quali si potrebbe trovare l'oro o dei metodi di estrazione, può scavare sul terreno aurifero più ricco per mesi, per poi riempire con questo buche o costruire baluardi. Senza la conoscenza riguardante il tesoro della nostra terra siamo poveri e impotenti come prima. Lo stesso vale per gli aspetti spirituali.

Ogni immaginazione è una realtà invisibile: più a lungo e più intensamente viene trattenuta, più grande sarà la forza che si trasformerà in quella forma dell'essere che possiamo toccare, vedere, sentire, in breve percepire con i sensi esteriori.

Quindi, sognate il più possibile! Svegli, di giorno, sognate salute e forza, così anche di notte il pensiero si porterà nelle stesse regioni e aiuterà a compiere l'opera. Se, però, di giorno sogniamo tristezza e miseria, sarà probabile che lo stesso cerchio di idee tristi attirerà durante il sonno correnti di pensieri simili da ogni dove e la mattina ci sveglieremo doppiamente miseri.

Inconsciamente si può accumulare in una casa materiale esplosivo che si ritiene un preparato innocuo: una scintilla, però, può distruggere casa e persone. In modo analogo vi sono persone che possono portare sfortuna e pene a se stesse con l'uso ignorante e improprio delle loro forze mentali. Secondo la qualità dei nostri sogni da svegli accumuliamo oro o materiale esplosivo per il nostro destino. Più profondo è lo stato di sogno, più completa la concentrazione e l'astrazione, più forte e lontano può agire il potere mentale, mille miglia lontano. Tutto ciò che viene chiamato potere occulto e telepatia viene raggiunto per questa via. Qualunque idea mentale potrebbe, immaginata con intensità, essere materializzata immediatamente. In ogni uomo esistono queste forze in embrione.

La fede è il seme di tutti i miracoli! Però da questo seme può germogliare qualche cosa di cattivo come di buono. Nel cattivo può svilupparsi un albero sulla cui cima ogni uccello di malaugurio costruirà il suo nido. La nostra fantasia opaca e triste è la fede nella sfortuna. Se soffriamo, per esempio, di un disturbo insignificante, passeggero, dopo uno o due giorni cominciamo già ad aspettarcelo. L'organo ormai ce lo immaginiamo solo malato. Dopo, forse, sentiamo parlare di questa malattia con un nome pomposo che suggerisce l'idea di un pericolo: tutto questo fortifica la fede nella disgrazia. A questo si aggiungono le influenze di altri cervelli, amici e parenti, che sono preoccupati e angosciati e che ci ricordano continuamente il nostro stato. Tutto e ognuno ci spingono letteralmente nel cerchio rappresentativo della debolezza. Nessuno ci manda l'ideale mentale della forza e della salute, da tutte le parti ci viene l'immagine della malattia. Le forze spirituali di tutto quello che ci circonda agiscono nella direzione sbagliata. Se un amico nel salutarci ci augura «pronta guarigione», lo fa con un tono di misericordiosa angoscia che fa temere il peggio! Così si riceve la «sostanza» di quel che si teme! Parenti che si «preoccupano» di noi sono la nostra rovina.

Bisogna aggrapparsi ai pensieri di felicità e salute con tutte le fibre del nostro essere, settimana per settimana, mese per mese, anno per anno, sognare la nostra immagine «libera da ogni male», finché questo sogno diventi un'idea fissa, una seconda natura e continui ad agire inconsciamente.

In ogni vita animale e organica si vedono periodi di cambiamento, di inattività, come preparazione a un nuovo stato di essere: così quando i serpenti cambiano pelle; gli uccelli fanno la muda; e quando i mammiferi perdono il pelo invernale. In questi periodi ci sono grandi cambiamenti nell'organismo che rendono gli animali pigri e deboli.

La natura ha bisogno di tranquillità per l'opera di rigenerazione. Questa legge che agisce nelle basse forme di vita vale anche per i gradini più alti. Nella vita di ogni uomo ci sono periodi in cui tutti i suoi organi, le sue forze ed energie mostrano una certa diminuzione. E' il momento in cui attraversiamo un qualche processo di trasformazione. La natura ci porta «a riposo». Se assecondiamo questa legge, ne usciremo in poche settimane o mesi rigenerati nel corpo e nell'anima. La natura, in fondo, non ci chiede altro che di fermarci durante il periodo del suo lavoro di trasformazione.

Di persone arrivate a metà della loro vita noi diciamo che hanno raggiunto, se non addirittura oltrepassato, il massimo di forze e vitalità e dopo secondo la loro natura innata dovrebbero come foglie appassire e decadere. Questa incrollabile fiducia nell'invecchiare deve, secondo la legge spirituale, portare con sé la vecchiaia.

La «discesa» dopo la prima metà della vita significa soltanto che il nostro corpo vuole rigenerarsi, vuole rinascere. Durante questa nuova nascita, l'assoluta tranquillità è necessaria, perché l'Ego più alto è all'opera per completare la trasmutazione. In questo periodo, bisognerebbe affaticarsi il meno possibile come durante la primissima infanzia. Noi, invece, rifiutiamo questa sosta alla natura, costringiamo l'organismo a compiere cose alle quali non è adatto per il momento. Mentre la natura fa il tentativo di farci rinascere e fortificarci, noi frustriamo il suo sforzo e ci roviniamo.

La maggior parte degli uomini non ha la possibilità di permettersi la pausa necessaria. Essi devono lavorare in continuazione, anno dopo anno, per badare alla «loro esistenza!». Ma questo non cambia l'effetto. Le leggi della natura non hanno riguardi per le organizzazioni sociali. Incurante di queste, senza saperlo, l'umanità si trascina avanti arrabattandosi per guadagnarsi la vita e si guadagna invece miseria e morte. In tanti casi l'abitudine è così forte che le persone non sono neanche capaci di smettere la loro attività.

La tranquillità o pace che è necessaria durante i periodi critici non è solo fisica. La maggior parte di noi non ha la più pallida idea di cosa significhi pace e se si trovasse per la prima volta in uno stato simile si spaventerebbe a morte, perché questo stato ha qualche cosa in sé della magia sognante.

La barbara e mortale «irrequietezza» viene invece unicamente dal fatto che gli uomini non sono ancora coscienti di essere parte della sapienza eterna, non hanno ancora imparato a raccogliere i pensieri della sorgente mentale e portarli nel loro essere. Un giorno l'umanità aprirà gli occhi e saprà, quando dice «voglio questo» e ci si soffermerà, che le forze invisibili sono all'opera per trasformare il voluto in realtà.

LA RELIGIONE NEI NOSTRI ATTI

Gli ostacoli che incontro durante la costruzione del mio albergo «per me solo» sono in me, non fuori di me. «Fuori di me» esisto solo io e così voglio provare a penetrare in me.

Le cose vorrei sempre che fossero già fatte, prima che io cominci a farle. Fisso anche il tempo nel quale dovrebbero essere terminate e divento molto inquieto quando il Buon Dio insiste sul tempo suo per completarle.

Perché tanti atti della mia vita devono essere privi di gioia e fastidiosi? Perché la mattina il vestirsi deve essere una fatica frettolosa e sgradevole? So di un anglosassone che si sparò perché non sopportava la routine della toilette quotidiana. Perché devo infilarmi nei miei vestiti immusonito, come in una fossa?

Perché è così fastidioso accendere il fuoco nella stufa? Per quale motivo non posso accostare con cura i pezzetti di legna, con rispetto, usando un po' di cervello perché possano prendere fuoco nel modo migliore e ardere per il meglio?

Le piccole cose giornaliere (che sono il novantanove per cento della nostra esistenza) ci torturano tanto perché le trattiamo male e diventano insopportabili come cavalli sfiancati o bambini trascurati. Non esiste forse un «modo peccaminoso» e un «modo illuminato» per preparare il fuoco? La vera religiosità consente la sciatteria? Non dovrebbe «religione», cioè luce, benevolenza, raccoglimento permeare ogni atto della vita? Perché spreco con irritazione e impazienza il triplo della forza per infilare un paio di stivali, mi faccio stancare e rendere di malumore per ore, quando invece un po' di abilità, un po' di attenzione investita nel sondaggio delle leggi dei lacci delle mie scarpe farebbe diventare il tutto un gioco?

Premi mondiali vengono offerti a chi riesce a mandare una palla tra due pali o dentro una rete. E tutta l'umanità trattiene il fiato! Si inchina a questi valori fittizi. Bisognerebbe fondare dei premi mondiali per chi sa pulirsi i denti nel modo più gioioso o per chi allaccia gli stivali nel modo più geniale, in modo che il tran-tran quotidiano perda la sua spina e diventi sport e gioia.

Ma la gente pensa che le cose vadano avanti anche così! Allora come mai va tutto storto con la minima fretta? Perché nel banale manca la tecnica. L'insignificante è sempre pericoloso. Napoleone perse la battaglia decisiva per il trono e il mondo perché non aveva dormito a sufficienza.

Se soltanto non ci fossero i miei stivali la mattina, come potrei essere simile a Dio! I cinque minuti che spreco quotidianamente nella lotta con loro assommano, accumulati, a molte giornate che avrei potuto impiegare più utilmente per la gioia. E tutto questo per pura stupidità, pigrizia e irreligiosità. La pigrizia è la sorgente di ogni fatica. Guardate i vestiti in questa stanza! Buttati malamente qua e là; distribuiti irrazionalmente, due posti per una cosa o due cose in un posto (soltanto i calzini no).

Perché la mattina talvolta impiego tanto tempo per essere pronto e ansimo dalla fretta?

Perché la sera prima, pensando ad altro, ho fatto cadere i gemelli della camicia nella ciotola da barba?

Per questo motivo un amico mio ha un lavandino pieno di gemelli di riserva nella sua stanza da toilette. Ma questa non è la strada giusta! Una filanda si potrebbe azionare con le forze di cavallo-vapore che ho sprecato nella ricerca del calzatore.

Ma peggio ancora: il comportamento sciatto mi è penetrato nell'anima, è diventato la mia seconda natura. Esso si manifesta quando metto del carbone nella stufa e l'acqua nella teiera - senza dignità: una parte del carbone va nella stufa, una parte al di sopra e il resto per terra. Il resto è più grande. E con la teiera, un po' dell'acqua entra, un po' scorre all'esterno, questo perché mi impunto e vedo il preparare la stufa e il riempire la teiera come una fatica da liberarsene al più presto. Così commetto un peccato, il peccato porta già in sé la punizione. La punizione è una sensazione di ansia data dall'impazienza. Ma è una punizione con interessi, perché devo fare dei «minuti di straordinario» per raccogliere il carbone sparso e per asciugare l'acqua versata, quindi ancora più fatica, spreco insensato di forze e di buon umore.

Di cosa vado in cerca su questo pianeta? Di Felicità.

Bene, essa ci sarà data in quanto serviamo il Signore. Ma questo «servire» forse non si trova anche nelle cose più infime, nelle cosiddette «piccole cose» della vita? Sul tavolo vi sono dei piatti sporchi. Devo loro permettere di offendere i miei occhi con la loro sporcizia? Non è la pulizia la qualità più vicina alle sembianze di Dio? E con quale stato d'animo laverò questi piatti? Se li laverò con fretta, inquinando così il mio stato d'animo con la loro sporcizia, chi allora renderà nitido il mio buon umore? Oppure userò la stessa serietà e cura con la quale dipingerei un quadro? Avrò di certo una sensazione di soddisfazione quando questo oggetto sporco e grigio è ritornato con facilità, sicurezza e precisione un caro piatto bello e pulito. Questo non è forse adorazione? E

adorazione è pena o gioia? Quando si lavano i piatti si può servire il Signore o il diavolo. Non trionfa forse l'inferno quando lavando i piatti lascio gli schizzi dell'uovo sul bordo e poi, asciugandoli, sporco senza ragione il panno? E facendo questo, non semino un'infinita semenza di piccole sfortune per il giorno seguente?

Perché non ho assegnato un posto preciso alla mia spugna da bagno?

Perché questa spugna triste, solitaria e senza tetto la trovo sempre e ovunque? La tolgo di mezzo e la trovo tra i piedi altrove. Perché è diventata una pena per gli occhi? Ogni volta che la guardo mi fa pensare. Perché la sento come una pressione umida sulla mia coscienza?

Perché sono un peccatore... Perché sono troppo pigro per dedicarle quei cinque minuti a trovarle un posto fisso, razionale e comodo. Perché mi rifiuto di richiudere la spugna nella mia religione, che invece dovrebbe abbracciare tutto il mondo.

Perché disprezzo l'inferiore e l'insignificante.

Perché ogni giorno decado dallo stato di grazia e non do a ognuno il suo (vedi caso spugna). Adesso veramente so perché sono il peggiore tra i peccatori!

LA RELIGIONE NEL VESTIRE

Una parte della nostra emanazione di pensieri viene assorbita dagli abiti e se questi sono portati per lungo tempo si saturano completamente di tali elementi mentali. Ogni pensiero è una parte di noi stessi; l'ultimo dei nostri pensieri è una parte del nostro «IO» più nuovo e più fresco. Chi porta abiti vecchi assorbe nel suo fresco «IO» pensieri superati, che ha eliminato da tempo. Dai suoi vecchi vestiti scendono nel giovane «IO» tutti i resti degli umori, paure, preoccupazioni e dispiaceri che sono fluiti da noi in questi indumenti. Così il nuovo «IO» rimane appesantito dal vecchio e morto «IO» degli anni passati.

Sono questi resti di umori e correnti psichiche putrefatti che rendono così odioso il portare vestiti vecchi. I nuovi, invece, liberano e alleggeriscono lo spirito; sono la pelle fresca, la più esterna dell'epidermide, non sono ancora saturi e appesantiti dalle emanazioni psichiche di tanti giorni passati. Perfino abiti portati durante periodi eccellenti della vita non dovrebbero essere conservati, perché non ci si dovrebbe mai rifugiare nella felicità del passato. E' dunque spreco di energie portare abiti vecchi, rivestirsi cioè di parti del nostro stesso cadavere, per risparmiare!

Nemmeno il serpente torna nella sua pelle vecchia.

La natura non porta mai niente di vecchio, non risparmia mai, come fa il genere umano, nella creazione di piume, pelli e colori. Altrimenti, il suo colore predominante diverrebbe quello di un paio di pantaloni vecchi e il firmamento di Dio avrebbe lo splendore untuoso di un negozio di rigattiere di infima categoria. Circondarsi di cose colorate è salutare. Ciò che rallegra l'occhio, rinfresca lo spirito e ciò che rinfresca lo spirito, rinfresca anche il corpo.

Oggi abbiamo a disposizione un'enorme gamma di sfumature di colori, molto più vasta degli anni passati. Nell'artigianato, nella confezione e in tutti i campi dell'industria. Considero questo come un segno di spiritualizzazione crescente dei nostri tempi. Perché la spiritualità è connessa a crescente e diversificata gioia alla varietà della bellezza del creato.

Spiritualità significa semplicemente la capacità di scoprire continuamente, in tutte le cose, sorgenti più alte e sottili della felicità. Così, secondo la necessità estetica crescente di masse più ampie, anche gli abiti divengono più variati in forme e colori. E una particolare intuizione fa sì che l'uomo scelga il vestito giusto per l'occasione giusta, perché ad esempio col vestito quotidiano non venga trascinato a una festa il pensiero quotidiano. Ogni attività dovrebbe avere il suo vestito specifico, bello e adeguato per impedire lo spreco di forze e per riuscire a entrare subito nell'atmosfera dell'attività alla quale l'abito è destinato.

In tutte le religioni il sacerdote porta, quando compie la funzione divina, l'abito sacerdotale che è consacrato unicamente a questa specifica cerimonia. Non viene mai portato durante la vita normale, nell'affanno e nella confusione della folla, perché la sua aura deve rimanere pura da pensieri inferiori. Dal prete stesso, se lo portasse in continuazione, fluirebbe ogni umore, ogni sentimento della vita quotidiana nell'abito sacro; così, invece, rimane nella sfera del pensiero più elevato, di cerimonia in cerimonia, per i momenti nei quali il sacerdote si raccoglie nella sacralità della sua missione.

Per cui esiste un fondamento di verità nel credere alla magia degli amuleti, reliquie o cose consacrate. Ma solo in quanto ogni oggetto è impregnato dell'essere al quale apparteneva o che lo aveva toccato. Così, negli stracci di un mendicante sentiremo sicuramente una parte della sua inquietante e insidiosa umiltà, mentre nei vestiti di un uomo superiore avremo forse istruzioni che altrimenti ci sarebbero estranee.

Gli abiti si possono far «riposare» come gli organismi. In un certo senso essi diventano «permeabili ai pensieri». Perché i pensieri hanno, anche se può suonare strano, un peso specifico: esistono quelli che abbassano, altri, invece, senza peso, che ubbidendo alle attrazioni di altre sfere sono capaci di elevarsi. Per questo, nelle cantine o in posti sotterranei si sente un qualche cosa di spiritualmente cupo, è una tendenza al male che manca a livelli più alti.

Poiché gli abiti rappresentano, fino a un certo grado, *un involucro mentale, è altrettanto necessario vestirsi bene sia nella più profonda solitudine, come in mezzo alla gente*; la grazia e l'eleganza dell'abbigliamento proviene «da dentro», è un qualcosa di animico che veste il corpo.

I colori sono l'espressione di stati d'animo: illibertà, tristezza, disperazione scelgono il nero. La nostra razza, che nel profondo del suo essere crede solo nella morte, cioè nello spegnersi dell'Ego cosciente con la decomposizione del suo corpo, deve portare prevalentemente colori grigi, tristi, soprattutto per la morte di un amico o parente. Il cinese, per il quale la morte significa solo la perdita di uno strumento della spiritualità, per la stessa occasione sceglie il bianco, che non è un colore, ma solo «silenzio luminoso».

Simbolico è inoltre, per la nostra razza, che persone avendo raggiunto la cosiddetta «certa età» si vestono solo di scuro, perché si sentono già in decadenza e credono di sprofondare

in quelle regioni della vita dove tutta la gioia, i piaceri e le speranze sembrano tagliati fuori una a una; perché attendono con mani legate come martiri di diventare in pochissimi anni vecchi decrepiti. Portano in anticipo il lutto per loro stessi. La gioventù con colori freschi e smaglianti è per loro spiacevole e quasi un'offesa e nel più profondo del loro cuore c'è solo una consolazione segreta che li sorregge, che anche quelli dovranno passare presto dalla gioventù a quella stessa vita piena di durezza, priva di gioie e piena di noia.

Il paese è pieno di gente che appena passata la prima gioventù comincia a trascurare il proprio abbigliamento e questo è un segno di morte; i corpi di queste persone hanno cominciato a morire, essi si «lasciano andare», andare nella morte, si arrendono! La trascuratezza nel vestire significa anche mancanza di amore per lo sforzo e il lavoro nel vestire e ciò che si fa senza amore per il corpo porta danno. Da questo punto di vista, nemmeno un miliardario può permettersi di portare un cappello liso.

E' la gioventù che ha più saggezza spirituale o intuizione, perché lo spirito ha un corpo nuovo che fino a una certa età rimane libero dal peso crescente di opinioni sorpassate, le quali trovano la loro espressione nei pregiudizi e nelle abitudini disgustose degli anni più maturi. La gioventù, però, nella coscienza esaltante della sua saggezza intuitiva è semplice: valuta i dispiaceri secondo il loro valore, cioè nulla, e se ne libera! Ama ornarsi, vive come la natura in un regno di colori ed è più saggia dell'*età matura* che, impigliata in false leggi apparenti, si chiude con esperienze viete ed estranee la via a nuove speranze e gioie. Per questo si dice «se non tornerete indietro e diventate come fanciulli non entrerete nel regno dei cieli», perché attraverso ogni corpo nuovo e tenero l'anima sente scintillare un barlume di esistenza divina, un lampo, una promessa che troppo presto viene spenta con incosciente arbitrio da pensieri terreni di grezza materialità.

Sento qualcuno mormorare: «come possiamo noi, che la vita ci è già pesante, perdere tempo e mezzi per avere un abito adatto per ogni occasione e per di più cambiarci varie volte al giorno invece di badare all'essenziale?». Rispondo: «la possibilità è in voi, dirigete la vostra volontà, il vostro divino, eterno patrimonio ereditario, il magnetete che attira le cose del mondo al vostro destino, anche in questo campo apparentemente meno importante! Rifiutatevi in silenzio, fermi e tenacemente, di accettare vestiti brutti, abitazioni brutte e mangiare cattivo, esigete il meglio e il meglio sarà vostro col tempo. Chi teme cattive condizioni di vita e prevede, anno per anno, maggiori preoccupazioni, semina e riceve una forza che lo piegherà, lo deprimerà e lo terrà in basso in modo tale che gli stracci rimarranno attaccati a lui e lui agli stracci».

LA LEGGE DEL MATRIMONIO

L'elemento più raffinato nella natura è femminile. La forza più grande e costruttiva è maschile. Più chiaro nel «vedere» è l'essere della donna. Più abile a realizzare il «visto» è l'uomo. L'occhio spirituale della donna vede sempre più lontano di quello dell'uomo; il potere spirituale dell'uomo è, invece, più grande nel realizzare quello che la donna vede. L'intuizione della donna precede quella dell'uomo come la colonna di fumo di giorno e la colonna di fuoco di notte precedeva il popolo eletto. Tra le donne ci sono molte più chiaroveggenti. Le donne sono anche le prime a concepire nuove verità spirituali, come sono anche le più fedeli alle tradizioni religiose, convinte dalla loro più profonda intuizione che la Chiesa sia la radice da cui un giorno fioriranno insieme ciò che oggi sembra diviso e nemico: religione e scienza.

La donna riconosce la verità direttamente, senza la faticosa deduzione intellettuale di causa ed effetto: ella «assale la verità».

In tutti gli stadi di sviluppo animico la vista interiore della donna sarà più chiara di quella dell'uomo, ma l'uomo sarà sempre il più capace nel realizzare quello che la psiche femminile gli indica.

E per le specifiche capacità di un particolare uomo esiste soltanto una particolare veggenza femminile, che riconosce *quando* e *come* quelle specifiche capacità possono essere sviluppate nel modo migliore. Donna e Uomo sono come occhio e mano, in un vero matrimonio.

Lo spirito femminile è una parte necessaria e indispensabile dello spirito maschile. In altre sfere dell'esistenza, dove uomo e donna intendono meglio la loro vera condizione e hanno raggiunto il livello di questa condizione, una potenza fluisce da spirito a spirito, una potenza difficilmente immaginabile per la nostra povera fantasia. Perché in queste sfere dell'esistenza ogni pensiero, ogni ideale, ogni sogno diventano realtà. Dalle forze coniugate spirituali di un uomo e di una donna possono, in un'esistenza più bella, cristallizzarsi tutti i desideri in cose vive, come una perfezione.

La pietra angolare di questa forza è insita in ogni matrimonio dell'uomo giusto con la donna giusta, nel matrimonio eterno della fusione dell'essere nei predestinati. Per ogni uomo creato esiste una donna creata, che esiste solo per lui e con lui, l'unica esistente per lui in questo come in qualsiasi altro mondo. La loro vita eterna, quando tutti e due saranno diventati relativamente perfetti, quando avranno afferrato il senso della loro relazione, sarà un'eterna esaltazione d'amore.

Molti, che dall'eternità sono destinati l'uno per l'altra, oggi convivono infelici: ma attraverso altre reincarnazioni, come individui fisici diversi e con altri nomi, le loro anime più evolute si riconosceranno nuovamente. La vera donna di un uomo, sia che il suo spirito abbia un corpo come veicolo della vita fisica o no, è l'unico essere nell'Universo che può portare quest'uomo allo sviluppo della sua massima forza spirituale. E pensieri attinti da questa fonte hanno proprio la particolarità necessaria al suo intelletto. Proprio ciò che per il momento è utile alla sua opera, impresa o altra attività, la donna lo percepirà. E di nuovo: il vero sposo di una donna è l'unico essere nell'Universo cui è data la possibilità di realizzare la visione della donna. Questo scambio continuo di forze è l'Unità, il nuovo Essere, che essi creano; non i figli creati fisicamente. La donna, con la sua organizzazione psichica più sottile, è in grado di ricevere pensieri o, meglio, intuizioni di gradi più alti. Ella è la membrana più sensibile alle vibrazioni dell'oceano spirituale. Lui ha l'intelletto più *forte* per lo strato più rude della vita, per realizzare le intuizioni della donna nelle cose della terra. Però l'intelletto più alto, che riceve i pensieri più sottili e potenti, lui non lo possiede. Dietro tutti gli uomini grandi, in ogni fase o grado di sviluppo della vita, dietro ogni successo o ogni impresa esiste sempre, visibile o invisibile, una donna.

Oggi la donna ha più potere e usa più potere di quello che lei sa. Ovunque agiscono le sue ispirazioni, delle quali l'uomo si rende soltanto conto secondo il proprio grado di sensibilità. Il beneficiario invece accetta senza sapere che è lei che dà e lei dona senza essere cosciente del suo dono. Quelli che vengono chiamati «i suoi pensieri superflui» o «grilli fantastici», questo fantasioso costruire castelli in aria di lei, è la terra fertile, dalla quale spuntano i germogli della realizzazione.

E' una verità il fatto che idee preziose possono essere sperperate silenziosamente, senza scambiare parola. Peggio ancora, quando il pensiero più potente e più sottile fluisce verso un intelletto più grezzo e come scambio per il tesoro donato riceve delle onde spirituali più basse. Allora l'essere superiore pensa e sente e agisce al di sotto del suo livello e pensa pensieri a lui inferiori, i pensieri estranei del suo compagno disuguale.

La donna non è l'essere più debole, ma solo il vaso più raffinato, che porta in sé il vino celeste della spiritualità. Lei è per l'uomo quello che è l'ago magnetico della bussola per il timone della nave. Siccome rappresenta lo strumento più delicato, ha bisogno di più protezione, come il

marinaio protegge la sua bussola o sestante da influenze disturbanti. Se questo strumento, creato per registrare le intuizioni più alte, viene esposto alla natura più dura, (cioè: costretta a fare il lavoro di un uomo) diventa insensibile, perde la sensibilità ed è l'uomo che risente del danno, perché lo strumento del quale lui ha abusato non può più indicargli la via.

Per questo Cristo disse a Maria che lei aveva scelto la parte migliore, non essendosi abbassata ad ancella come Martha.

E' proprio della nostra barbarie il vedere il lavoro di casa come mestiere femminile. Questo lavoro tra quattro pareti, dove fare da mangiare, fare i letti, badare ai bambini e mille altri doveri che cadono in una sola mattina su una donna, è molto più spossante che non arare o dedicarsi ad altre singole attività, sia di lavoro artigianale, agricolo o di ufficio. Perché più cose uno deve tenere in testa, più forza spirituale consuma per inviarla nelle varie direzioni.

Se una donna viene sfruttata in tal modo, perde la capacità di ricevere nuove idee, si ottunde, perché la forza necessaria per queste è stata cambiata in forza muscolare. Se d'altro canto l'uomo sfacchina troppo, diminuisce la sua capacità di captare le intuizioni della donna.

Un uomo, che non può o non vuole riconoscere questa relazione con la sua vera donna, somiglia a un marinaio che è in possesso di una bussola senza però adoperarla. Se deride continuamente quanto ella dice, le sue idee o impressioni o presentimenti, renderà l'intelletto della donna insensibile, la sua intuizione atrofizzata e seppellirà la sorgente delle sue ispirazioni. In questo modo, egli interrompe i collegamenti con le correnti superiori dei pensieri creativi dell'essere femminile. Rovinerà la sua salute e quella della compagna. Recherà danno all'intelletto di ambedue e trascinerà lui e lei ai livelli più bassi e grezzi della vita.

Queste sono parti e forze che formano tutt'uno, uniti dalla saggezza infinita. La leggenda, che Minerva sia nata dal capo di Giove in piena armatura, è il simbolo per l'origine più alta della saggezza femminile. Ella porta con sé conoscenze dai mondi superiori come barre d'oro; è il compito dell'uomo secondo il suo sapere e le sue capacità creare da queste forme, forme di bellezza.

Spesso ci si domanda: «Perché le donne hanno *compiuto* così poco paragonate alle opere dell'uomo, nella tecnica e in altri campi d'attività?».

Essendo la donna portatrice di pensieri, la messaggera del cielo, tutte le opere sono l'insieme delle sue azioni invisibili. Lei dava, senza sapere di dare e l'uomo prendeva senza sapere di prendere, poiché nessuno dei due sapeva che la vera e più grande parte è nella metà invisibile della vita, che ha dei tentacoli spirituali che vanno ben oltre il corpo fisico. Fili sensibilissimi che si toccano, fondono e si scambiano elementi invisibili: i pensieri! Così la donna ha sempre compiuto la sua opera. L'adorazione del mondo cattolico per la vergine Maria ha origine da quel profondo rispetto per il veicolo sublime che ha potuto trasmettere al mondo terrestre Cristo, la saggezza più alta.

Non prima che l'uomo avrà imparato a venerare l'elemento femminile, come portatore dell'Agens, il messaggero della visione più alta, egli sarà un illuminato.

La donna, divenuta cosciente della sua vera relazione verso l'uomo, ha il dovere di chiedere il riconoscimento del suo valore, non come una megera urlante ma come una regina fiera ed amorevole, attenta di piacere, ma ferma nella determinazione di piacere e aiutare secondo il suo modo di vedere. Se si abbandona a valori inferiori è responsabile di tutte le pene che ne deriveranno per entrambi. Ognuno si deve conquistare la giustizia per sé. Dal momento che siamo consci del nostro valore per altri, dobbiamo insegnare anche agli altri a riconoscere questo valore. Se non lo vedono, non dobbiamo dare, finché non hanno imparato a vederlo. Se continuiamo a dare quando i nostri doni vengono disprezzati, siamo noi i peccatori più grandi! Perché, così facendo, noi sprechiamo coscientemente questo bene sublime del quale la coscienza eterna ci permea.

Simpatia è forza. Se uno spirito superiore pensa spesso a una persona inferiore, invia a questa una corrente di forza, ispirazione ed energia. Siccome però in cambio non riceve lo stesso, ne soffrirà il corpo e l'anima. Egli dà oro e riceve ferro. L'intelletto inferiore, che si nutre vampiricamente, è capace di assorbire solo una parte del dono sublime, la parte che appunto cade ancora sotto la sua sfera spirituale, il resto va perduto inutilmente. Questo spirito inferiore potrebbe però essere anche il coniuge, ancora non maturato alla consapevolezza del suo sposo eterno.

Uomo o donna cominciano a capire il vero valore della loro unione quando si uniscono col desiderio di rendersi più sani spiritualmente, cioè quando si sono posti una meta grande che riempie loro la vita.

Riconosceranno che ogni pensiero banale, basso e grezzo è un danno anche per l'altro; che questo pensiero, se continuato, diventerà dannoso per tutti e due. Ambedue ambiranno a diventare forze in evoluzione per il bene di tutti. Quando l'uomo si renderà conto come lo spirito femminile pone nuovi pensieri in lui, sorgente continua di limpide conoscenze; quando la donna

sarà cosciente della potenza infinita di lui, che realizza nella realtà quello che a lei non è possibile, allora vi sarà vero matrimonio.

Il loro cammino comune sarà allora indirizzato verso la conoscenza che emana dalla preghiera per la saggezza. Allora vestiranno il loro spirito con nuova carne! Allora saranno sul sentiero verso le forze miracolose dell'uomo interiore, diventeranno reciprocamente guaritori e guide, uscendo dall'oggi per entrare in un domani più potente, più puro.

Sacerdoti di molte religioni sono costretti a rinunciare al matrimonio, non perché il matrimonio nel senso suo più alto li abbasserebbe, ma perché la donna di un vero sacerdote, cioè di un uomo quasi divino, come parte sua spirituale, non può esistere nella parte visibile della vita, ma manda le ispirazioni per la sua anima dal mondo invisibile. Se un tale uomo fosse legato a un'altra donna, questo costituirebbe un muro, un elemento più grossolano che lo dividerebbe dalla compagna sacerdotale: cioè la sua vera donna con la quale sarà unito nuovamente durante una qualsiasi forma di esistenza. E' invero impossibile agli uomini e alle leggi umane dividere coloro che sono predestinati l'uno per l'altra dall'eternità.

Fa parte delle possibilità dell'essere che uno dei due veri sposi sia reincarnato e l'altro conduca la sua esistenza nell'invisibile. Forse il futuro troverà la possibilità di creare un possibile contatto reale tra i due, attraverso una continua fusione di pensieri. Se quest'uomo iniziasse una profonda relazione con un'altra donna durante la vita, sarebbe sempre più allontanato dalla sua vera sposa, verrebbe creata una nuova barriera tra lui e lei. Solo dopo tante esistenze e reincarnazioni forse riuscirà ad avere abbastanza forza spirituale per riconoscere quella che veramente è destinata a lui.

ALCUNE RICETTE SPIRITUALI PRATICHE

Nuove conoscenze, nuove esperienze, anche se fossimo convinti della loro verità, si perdono purtroppo con facilità nella *routine* quotidiana e nell'andazzo della banalità.

Nessuno di noi può sperare di elevarsi subito e per sempre a nuove leggi, nuovi principi e metodi dell'esistenza. Malgrado la coscienza della loro veridicità vi sarà sempre una parte nostra, molto nascosta e ostile, che vi si opporrà in silenzio. Questa parte è la materia, l'esperienza del corpo, del sangue, delle cellule.

E' per questo che nuove intuizioni non possono mai essere ripetute abbastanza.

Esiste una Legge Suprema e una Forza dominante che penetra e vivifica tutto.

Noi siamo parte di questa Forza. E perciò ci è stata data la facoltà di attrarre sempre più qualità innate di questa Forza prevalente mediante una costante e silenziosa preghiera, che è un atto di concreta fluidificazione della nostra volontà magicamente intesa.

Ogni nostro pensiero è una realtà, una forza. (Prego rileggere questa frase due volte).

Ogni pensiero è una pietra miliare per il destino che ci stiamo creando, nel bene come nel male.

Chi per il momento è costretto a vivere in una casa misera, a nutrirsi di cibo cattivo, a vivere con gente rozza e volgare, respinga nella sua più profonda immaginazione tutte queste indegnità. Mentalmente viva in una casa più bella, una tavola più nobile, con persone più evolute e questo stato d'animo lo condurrà senza fatica, sofferenza e impedimento verso il meglio. Sii ricco nello spirito, nella fantasia e nella coscienza e la ricchezza materiale ti seguirà. Chi si vede soltanto al primo gradino di una scala vi rimarrà per sempre.

Lo stato d'animo predominante, sia esso depresso o vittorioso, è quello che in verità agisce in anticipo su tutte le condizioni fisiche della vita. *Non porre mai limiti a future possibilità.* Non dire mai: «Qui non posso farcela. Sarò sempre inferiore a questo o a quell'uomo». Oppure: «Il mio corpo deve decadere e deperire, perché tanti corpi umani nel passato sono decaduti e deperiti».

Non pensare: «Le mie capacità e le mie facoltà sono solo quelle della media comune, io vivrò e morirò come tanti altri milioni di persone intorno a me». Così pensano tanti incoscientemente e si imprigionano in una menzogna. Si caricano delle conseguenze penose e malefiche della menzogna.

Essi si escludono dalla possibilità di elevarsi, un giorno, oltre i limiti del mondo di oggi. Si allontanano dal sentiero delle verità più alte senza necessità.

Ogni uomo possiede in sé una facoltà latente, un talento, un patrimonio di sfumature che è unico per la sua esistenza; perché nell'infinito creato esiste un'infinita varietà di manifestazioni, sia essa un'esistenza, un tramonto o un cervello umano.

Ogni tanto chiedi di essere liberato da tutte le paure. Ogni secondo di questa richiesta agisce un po' alla volta per liberarti della schiavitù della paura. La coscienza infinita non conosce nessuna paura e l'avvicinarti sempre più alla coscienza infinita è la tua eredità eterna.

Noi assorbiamo i pensieri delle persone con le quali simpatizziamo e ci incontriamo di più. Se sono inferiori e vivono mentalmente in sfere inferiori ne avremo danno, perché è sempre lo spirito più alto e sottile che sarà succube di livelli spirituali inferiori.

L'uomo di successo ci getterà i pensieri del suo successo come fili. Dalle persone fallite trasuda invece sempre una mancanza di ordine, di sistematica, di pazienza e di forza di fede che viene assorbita da noi come l'acqua da una spugna. Meglio non avere nessun rapporto con persone confusionarie e senza meta, perché le loro correnti mentali ci isolano dagli esseri della nostra stessa qualità: i veri amici.

Chi non sa che decisione prendere in una situazione, in un affare, in una impresa, attenda! Allontani da sé tutti i pensieri su questa cosa. Non faccia nulla. Il volere e il proposito diventeranno in questo modo più forti. E' così che si raccolgono e si accumulano forze che fluiscono verso di noi da ogni parte arrivando sotto forma di un'ispirazione, di un caso fortuito o di un'occasione. Non siamo stati fermi durante questa attesa, l'aspirazione ci portava con la corrente mentale verso l'ispirazione o l'occasione.

Chi conta esclusivamente su altre persone in una impresa qualsiasi, si è allontanato dalla vera linea del successo.

Delle tue imprese, dei tuoi progetti e speranze parla solo con coloro di cui sei sicuro che ti augurano successo. Non parlare mai a gente che ti ascolta per pura cortesia: ogni parola che pronunci significa forza che tu sottrai alla tua impresa. Il numero delle persone di cui ti puoi fidare con successo è estremamente limitato. Ma l'augurio amorevole di un singolo amico che ti ascolta

con interesse sincero per dieci minuti è una vera potenza viva e soccorrevole, che si unisce a te, per agire al tuo fianco per il tuo benessere.

Se la tua metà è grande e giusta sarai accompagnato da persone alle quali tu ispirerai fiducia e con le quali potrai parlare con sicurezza.

Se chiedi giustizia per te stesso, la chiedi in nome di tutta la razza umana.

Se sopporti di essere imbrogliato, ingannato, tiranneggiato senza una protesta interiore o esteriore sei complice della vigliaccheria e dell'inganno.

Dieci minuti trascorsi nell'ira contro il proprio destino o nell'invidia della fortuna altrui significano consumare una parte della propria forza per peggiorare la propria sorte. Ogni pensiero di invidia o di odio torna indietro come un boomerang. Sensazioni malevoli verso persone che si crogiolano nella ricchezza sono uno spreco che non solo ci portano sfortuna ma distruggono in anticipo la fortuna futura. Colui per il quale queste sensazioni sono diventate una seconda natura non può aspettarsi di potersene liberare con un colpo solo. Le cattive abitudini di tutta una vita devono essere sradicate un po' alla volta.

La propria stanza è il laboratorio, dove il nuovo IO dovrebbe essere costruito da nuovi elementi spirituali, un luogo dove non deve entrare nessun estraneo e anche noi soltanto nelle ore in cui siamo sicuri di essere in uno stato d'animo limpido e sereno; là dobbiamo sognare i nostri sogni di perfezione in stato di veglia. Così, con il passar del tempo, questa stanza diverrà impregnata di felicità, da ogni oggetto fluiranno verso di noi i ricordi dei pensieri passati e ci porteranno oltre noi stessi per compiere azioni che sembreranno miracoli.

Cattivo umore e illibertà sono malattie. La mente genera un corpo malato. La maggior parte degli ammalati si prepara mentalmente il letto da malato con anni di faticosa preparazione. Più a lungo, invece, si coltiva uno stato d'animo di continue liete attese, tanto più limitato diventa il pericolo di perdere questo stato d'animo anche solo temporaneamente, perché è divenuto la nostra seconda natura e non ci è più lecito distruggere le continue esperienze che porta con sé.

Noi tutti siamo composti da forze che si chiamano pensieri e inconsciamente tutto lo svolgersi della nostra vita è una «preghiera» ininterrotta. Non intendendo «preghiera» come una sola formulazione di parole ma come idea che fluidificandosi realizza le nostre aspirazioni. Se un uomo osserva la parte buia della sua vita e pensa in continuazione alle sue delusioni e disgrazie, prega per le stesse delusioni e disgrazie per il futuro. Chi si attende disgrazia prega per questa e inesorabilmente la riceverà.

Noi non portiamo soltanto il nostro corpo tra la gente ma un'aura che dispone istintivamente tutti pro o contro di noi, non importa se parliamo o rimaniamo silenziosi. Perché ciò che pensiamo è di importanza infinitamente maggiore di quello che diciamo. Intorno a noi aleggia l'atmosfera specifica che attira o respinge. *Qualsiasi cosa ci accada è sempre la conseguenza di uno stato d'animo nutrito a lungo.* Lo stato d'animo di un senso di giustizia produce col tempo i risultati migliori e più duraturi; questo non è sentimentalismo, ma scienza. Perché questo genere di pensieri attira possibilità e persone della stessa specie, sicure, nelle quali la nostra vita può riposare tranquilla.

«Non fare tramontare il sole sopra la tua ira»: in questa frase è nascosto il segreto della salute. Chi si addormenta in collera e oppresso da preoccupazioni vive durante il sonno con la mente nelle sfere del male e accumula afflizioni per il giorno dopo.

La cattiva abitudine della fretta rovina più esistenze di quanto si possa immaginare. Chi al mattino si allaccia le scarpe in fretta e furia tenderà per tutta la giornata alla irrequietezza. Chiedi sempre a te stesso di poter uscire da questo stato d'animo confuso per entrare in quello della pace!

Uomini tranquilli reggono la loro vita in mani salde, guidano con pochi gesti e con poco lavoro del corpo il corso degli eventi, con testa alta! Chi, svegliandosi la mattina, sia uomo o donna, si sente sopraffatto dalla mole di quanto ha da compiere durante la giornata; chi si sente inseguito nella giornata da problemi economici, dagli affari e da mille cose urgenti si metta seduto per trenta secondi e dica: «Non voglio farmi inseguire e dominare da questi doveri. Voglio cominciare con una cosa e lasciare le altre a loro stesse finché non avrò compiuto la prima per bene». In questo modo esiste la possibilità di portare a termine bene la prima cosa e via di seguito le altre. Il coltivare la corrente tranquilla di questi pensieri concentrati ci avvicina di più a rapporti utili, avvenimenti e conoscenze, che non lo stato di fretta incontrollata.

Ancora oggi tutti noi crediamo in tante menzogne. Crediamo inconsciamente. L'errore non si manifesta. Così continuiamo a vivere secondo i nostri errori inconsci e le pene della nostra vita derivano da questi errori inconsci. Impara a riconoscere il falso nelle cose che ti si presentano e se è più di quanto immaginavi, non ti spaventare.

Se sei sofferente e credi che una qualsiasi medicina o consiglio di un medico ti possa giovare, prendi pure la medicina, segui il consiglio ma sempre con il segreto pensiero: «Prendo

questa medicina non come medicamento per il mio corpo ma come supporto per il mio spirito che presto avrà raggiunto la forza e il dono di aiutarsi da solo!».

Non insegnare mai a tuo figlio di avere poca stima di sé. Se si abitua a sentirsi così anche gli altri si abitueranno a disprezzare, ora il bambino, più tardi l'uomo.

Niente è più dannoso per l'individuo che il disprezzo di se stesso e alcuni fanciulli entrano indeboliti nella vita dal peso di una continua, ingiusta critica. Insegna a tuo figlio di sognare e di aspettarsi soltanto successo. La continua attesa del successo porta motivi, mezzi e vie che condurranno a questo successo. Finora abbiamo soltanto una pallida idea di cosa potrebbe significare la vita, delle possibilità che esistono in essa. Un attributo di una vita relativamente perfetta verrà per l'umanità soltanto quando sarà capace di rinnovare il corpo a volontà e di tenerlo finché desidera. Un corpo libero dal dolore e bello oltre misura. Basta dire di una qualsiasi cosa: «questa deve accadere» e mille forze si mettono in moto per compierla; è per questo che si consiglia prudenza nel desiderare: il desiderio può diventare una maledizione. Per cui: pratica lo stato di umiltà senza bassezza innanzi a te stesso e alla Legge Suprema; sii sempre pronto a ricevere da una corrente più alta che ti insegna a riconoscere i veri valori e cosa devi desiderare!

Chiedere giorno e notte alla Legge Suprema la sapienza, la forza e la gioia, in uno stato d'animo che riconosce con umiltà la superiorità di questa Legge Universale, significa darsi all'onda del bene. Correnti di una conoscenza superiore percorrono allora il nostro essere che si pone nella giusta direzione per ricevere l'onda e a poco a poco ci allontana dai nostri errori e ci guida verso il bene e poi verso il meglio. Tutto questo ci porta gradualmente in altri ambienti, su altri sentieri della vita e nella vicinanza di coloro dei quali la nostra più profonda esigenza ha bisogno.

CHI SONO I NOSTRI PARENTI?

Uomini o donne che emanano lo stesso etere spirituale, che hanno gli stessi impulsi, tendenze e aspirazioni non sono sempre nostri genitori, fratelli o altri parenti; da ciò e dalla cattiva abitudine di fare convivere consanguinei nasce spesso danno imprevedibile.

Nessuno può vivere sano e felice se non con persone della stessa atmosfera mentale (un'emanazione materiale che emana da loro). Una consanguineità può e può anche non creare questa atmosfera. Se infatti un operaio o un artigiano, i cui pensieri non superano il suo piccolo cerchio di attività, fosse costretto a frequentare esclusivamente scienziati e filosofi, senza mai vedere una persona del suo stampo, col tempo diverrebbe malinconico, si sentirebbe oppresso e la sua salute ne risulterebbe danneggiata. La stessa legge vale per l'intelletto superiore condannato a compagnia inferiore. In ambedue le situazioni si trovano molti che convivono con i loro parenti.

I fanciulli vivono, crescono e si inebriano delle sfere spirituali che fluiscono dai loro compagni di gioco. Se si togliessero da tale compagnia appassirebbero come piante. Da infante ognuno di noi è vissuto nell'atmosfera dell'infantile! E' vissuto nella comunità spirituale dell'infanzia, dava e riceveva dai suoi compagni un particolare elemento mentale giocoso.

Talvolta ci meravigliamo di non riuscire più a risvegliare nel nostro sentire quella ebbrezza pura e intima, questa chiarezza danzante, nata dall'amicizia dell'infanzia e della gioventù.

E' così perché il nostro spirito ora ha bisogno di un nutrimento mentale nuovo che appartiene a un diverso e probabilmente più elevato ordine spirituale. Se ottenessimo questo, il tempo volerebbe in modo bellissimo e piacevole, come negli anni della nostra primavera insieme ai nostri compagni di gioco.

Colui che ci può fornire questo nuovo elemento spirituale è il nostro parente vero. Questo rapporto però può durare solo se anche voi contraccambiate con l'uguale.

In molte professioni sono i colleghi i veri parenti, tra loro si sentono molto più a casa che non in quel luogo che chiamano la loro casa dove dormono, mangiano e passano domeniche noiose. La spiritualità, di ogni grado e ogni ordine di pensieri, deve poter tenere un libero collegamento con ciò che è affine, altrimenti soffre molto e la parentela di sangue ha molto poco a che fare con un simile scambio psichico!

Un'enorme tirannia incosciente viene esercitata con i legami di parentela. Bambini adulti usano, talvolta interiormente, assegnare alle loro madri e ai loro padri dei posti nella vita che questi sono disposti, o forse no, ad accettare. Questo pensiero mai pronunciato potrebbe essere formulato così: «La mamma è diventata veramente troppo vecchia per portare dei colori chiari!» - «Sarebbe troppo ridicolo se la mamma (come vedova) volesse risposarsi!» - «Mamma non vuole naturalmente più essere trascinata nella nostra vita allegra, preferisce restare a casa per sorvegliare i bambini». Oppure: «Sarebbe veramente ora che papà si ritirasse dagli affari».

Nessuna forza lavora in modo più sottile, nessuna è più potente ad agire, nel bene come nel male, di quel pensiero continuo emanato contemporaneamente da più persone che si uniscono per ottenere gli effetti desiderati su qualcuno, in modo cosciente o cieco: la forza, però, lavora e porta al risultato. Se poi le opinioni espresse da tre o quattro persone si indirizzano verso quell'essere che ha procurato loro nuovi corpi e che chiamano «madre», questa forza silenziosa delle loro opinioni diventa così potente da mettere la madre proprio in quel posto e confinarla lì dove è più opportuno per i figli. L'intero andamento convenzionale dei pensieri, che sostiene questo, suona così: «E' nel corso della natura che la madre invecchi e che piano piano si ritiri dalla vita attiva per stare in casa, per accontentarsi di altri membri della famiglia messi a riposo e per rendersi utile come sorvegliante in periodi di malattia o durante altri avvenimenti familiari». Attraverso l'effetto unito di questi pensieri, spesso una madre perde i suoi privilegi come individuo e agisce esattamente come vogliono i figli incoscientemente.

Qualcuno forse pensa: «Perché non dovrei poter andare da mia madre o dai parenti stretti con i miei problemi e dispiaceri e accettare il loro aiuto, come sono abituato dall'infanzia? Non dovrebbero i parenti, prima di tutti gli altri, essermi vicini durante i periodi di bisogno?».

Certamente, se la madre o gli altri parenti lo fanno liberamente e con gioia e se il loro aiuto viene direttamente dal cuore e non nella forma inespresa: «Io credo che questo lo dovrò fare, perché è mio fratello o mio figlio o un altro parente che me lo chiede».

Tanti sono i servizi che in questi casi vengono, spesso incoscientemente, pretesi e non chiesti. Ai parenti vengono spesso addossati obblighi per il solo fatto che sono parenti. Sacrifici di denaro, di protezione, tutto, anche l'ospitalità viene pretesa, regali sono pretesi, anche se i regali veri dovrebbero essere delle sorprese e una sorpresa attesa non è più una sorpresa.

Nessun profitto vivo e permanente viene da doni ai quali non ha partecipato il cuore, che non danno al donatore una gioia incondizionata. Perché il dono è accompagnato da una cosa invi-

sibile che è molto più preziosa del regalo stesso. E' il pensiero che l'accompagna e che porta dolore o gioia.

Se un uomo, secondo le sue possibilità, dà a un bisognoso anche solo una piccolissima offerta e se il pensiero che accompagna il dono è un profondo desiderio di aiuto e una grande gioia il poterlo dare, stende sul bisognoso un elemento mentale, come un mantello magico. Allora ha fatto molto di più che alleviare una necessità fisica, momentanea. Ha donato la forza spirituale! Il desiderio che quel bisognoso possa trovare la forza per potersi liberare da elemosina e dipendenza è un aiuto vivo per ottenere nella realtà questa forza. Un seme pensiero sarà immesso nel bisognoso che potrà prendere radice e germogliare in un periodo qualsiasi della vita fisica o spirituale.

Chi dà con avarizia, con un senso di riluttanza, solo sotto la costrizione di una opinione pubblica o privata, perché lo si attende o perché altri hanno dato, fa relativamente poco anche se sono padre, fratello o figlio a cui dà; infatti allevia solo la necessità materiale e anche quella solo per un certo periodo. Egli veste e nutre un corpo ma non l'anima che dimora nel corpo, se il pensiero che accompagna il dono non è ricco di buona volontà e profonda gioia di poter aiutare.

Il «sentire avaro», che solo tollera il senza tetto ma non lo accoglie a braccia aperte, che aiuta un parente o chiunque sia solo sotto la costrizione dell'opinione pubblica, è un danno grave sia per chi dà che per chi riceve. Al beneficiario viene inviata una corrente mentale di cattiva specie e di cattivo effetto che viene ricambiata allo stesso modo, poiché la coscienza di aver estorto un dono con forza, di solito, non fa scaturire nell'uomo un pensiero di fervido ringraziamento, ma bensì una cosa molto diversa.

«Non è forse un dovere vestire, nutrire, mantenere i parenti quando con il passare degli anni non possono più badare a se stessi?» ci si domanda. Fare qualche cosa per «senso del dovere» non significa lontanamente agire per amore verso una persona; e così ben poco si ottiene se ogni tanto vengono soddisfatte le necessità materiali ma non quelle spirituali.

Finché soffre la parte spirituale dell'individuo, l'aiuto al corpo fisico è senza base e durata. I genitori, che nella loro vecchiaia vengono mantenuti dai figli per il solo senso del dovere, spesso hanno anime ferite e assetate; ferite, perché si sentono sopportate; sofferenti, perché ciò che i figli gli danno, non lo danno con amore. Figli a loro volta, che vengono salutati senza gioia al loro ingresso nel mondo, sono profondamente infelici e la loro spiritualità più nobile soffre! Amore è elisir di vita, fonte di salute, di forza e di attività per ogni uomo, quanto più ancora per un bambino!

Ci sono madri che dicono: «Quello che posso diventare io non ha importanza, basta che i miei figli crescano bene, così la mia missione è compiuta!». *Una madre dovrebbe invece dare molto valore a quello che diviene lei stessa!* Se la sua crescita in cultura e saggezza viene frenata, anche quella di suo figlio sarà frenata. Una vera madre cercherà sempre di essere ammirata e amata dai suoi figli.

Ammirazione e rispetto saranno elargiti a quella donna che non solo sostiene a testa alta con forza e liberamente il suo posto nella vita, ma che tende instancabilmente in alto verso mete sempre più lontane.

Una stima e un amore simile non li può pretendere una madre che si rifugia in un angolo dietro i fornelli, che diventa un incrocio tra infermiera e bambinaia e che insegna alla famiglia come abusare di lei da animale domestico durante tutte le calamità casalinghe, vere o inventate. Proprio per queste ragioni spesso le madri vengono messe da parte e guardate con disprezzo dai loro figli. Madri che si abbassano così fino in fondo credendo erroneamente di essere utili ai loro figli, spesso devono pagare terribilmente questo errore.

Chi si lascia dominare dagli altri rinuncia alle proprie tendenze e mete per diventare l'eco di un estraneo; chi vive secondo i desideri altrui perde sempre di più il suo diritto di autodeterminazione. Egli assorbe talmente tanto dai pensieri estranei che lo attorniano da diventare una parte di quell'altro come un attrezzo che obbedisce automaticamente alla volontà silenziosa dell'ambiente. Un simile essere diventa un fossile, decade fino alla dipendenza completa, perde sempre più la capacità fisica e mentale di compiere qualche cosa, diventa l'uomo con le pantofole, il nonno senile, il vecchio rimbambito (o la vecchia rimbambita) ed è più sopportato che non amato.

Questo è in molti casi l'effetto dei pensieri di figli adulti verso i loro genitori troppo pronti a ogni sacrificio. E' la potenza silenziosa delle menti che preme continuamente sui padri e sulle madri, che li stronca. Molta di questa decrepitezza e debolezza che viene assegnata agli anni «crescenti» è da attribuirsi alla influenza negativa di un gruppo di menti che cercano di sopraffarsi e di dominarsi a vicenda; siano esse coscienti o incoscienti, il risultato cambia poco.

Un uomo può condurre i suoi affari in modo tranquillo e attivo, mentre i figli adulti si intromettono sempre di più nella sua attività; una forza silenziosa unisce la gioventù contro la vecchiaia, una forza cui un singolo difficilmente riesce a opporsi. E' una continua, forte e ininterrotta pressione in una certa direzione. Agisce giorno e notte. Agisce ancora meglio in quanto il padre ignora questa pressione alla quale è esposto e non sa che esistono simili forze occulte!

Comincia semplicemente a sentirsi stanco! La vecchia energia diminuisce e con tristezza attribuisce tutto alla vecchiaia che si avvicina. «Non si dovrebbero amare i figli più di ogni altra cosa?». La parola «*dovere*» è estranea all'amore.

L'amore va dove e da chi vuole, segue le leggi più profonde della vita.

Esistono genitori che non sentono un vero amore verso i loro figli, come anche loro sono senza amore verso i genitori. Nessuno ne ha colpa. Sono nati senza la capacità di amarsi a vicenda, non per questo essi debbono essere privi di capacità di amare.

Spesso un padre crede di amare un figlio, invece ama solo le proprie opinioni e speranze in lui. In quel caso si arroga una completa tirannia sullo spirito del bambino, lo «mesmerizza» secondo i suoi desideri. Certamente protezione e controllo del corpo e dell'anima devono vegliare su un bambino, finché l'organismo giovane è cresciuto abbastanza per affrontare la vita. Ma concedere tutta la sussistenza oltre questo periodo significa arrecare al bambino un'ingiustizia atroce, addirittura una crudeltà. Perché in questo modo si impedisce lo sviluppo di quelle facoltà che possono portare un essere giovane nella vita con ali fortissime e sicuro di sé. Un istinto spinge gli uccelli ad allettare i piccoli a uscire fuori dal nido appena sono in grado di volare. Cercare di tenere i piccoli nei loro nidi sarebbe un cattivo servizio, le loro ali si atrofizzerebbero e sarebbero incapaci di volare, di fuggire da tempeste, da neve e ghiaccio ai quali hanno difficoltà a resistere anche i grandi.

Sia madri di animali come di persone necessitano di tempi di pace dopo i periodi dedicati alla generazione. La durata di questi intervalli di pace dovrebbe però essere proporzionata alla complessità dell'organismo e alla forza che è stata richiesta per portare a maturità e a compimento un essere così altamente differenziato. Durante i periodi di tranquillità, i genitori dovrebbero essere completamente liberi da tutte le richieste da parte di figli adulti. Così avviene tra gli uccelli e gli animali del bosco; solo le madri umane non sono mai al sicuro dalle pretese dei loro figli, finché non sprofondano completamente esaurite e sfruttate nella tomba. Libere, invece, dovrebbero essere, così libere come durante il periodo della gioventù, prima che diventassero madri. La maternità è una fase estremamente importante e indispensabile per l'esistenza umana, per portare a maturità certe capacità e conoscenze. Ma su nessuna esperienza singola è lecito fermarsi tutta la vita.

La vita nella sua perfezione più alta sarà un eterno cambio di stati. Se figli adulti rimangono con la madre ancora per anni, dopo essere da tempo maturi per conquistarsi la vita da soli, vedono in lei solo un aiuto comodo e un appoggio, e se la madre permette che si abusi di lei in questo modo, alla fine ne soffriranno tutti e due. La madre invece che si lascia costringere a sacrifici che col tempo consumeranno le sue forze, forse si priva della nuova vita che la attende dopo che la covata è in grado di volare. Aiuta invece i figli a fare di lei una donna vecchia, stanca e smemorata! Forse qualcuno obietta: «Se questi consigli fossero seguiti tra poco le strade sarebbero invase da poveri bambini incapaci di avere cura di se stessi». Sì, ma adesso le strade non sono forse troppo piene di grandi bambini incapaci di aiutarsi? Non sono troppi a lasciare la casa materna troppo tardi senza forza per il proprio mantenimento e che tirano avanti poi per tutta la vita con lavori e stipendi miseri? Questo lavoro degradante non li separa forse troppo presto da quanto è più alto? Ci sono migliaia di figlie alle quali i genitori vogliono impedire di entrare nel mondo per combattere con forza e coraggio! Questi sono tutti uccelli che rimangono nei loro nidi, finché le loro ali sono atrofizzate per il volo e che devono essere sempre imboccati dai genitori sciocchi.

ALCUNE LEGGI DELLA FORZA E DELLA BELLEZZA

Sono i nostri pensieri che formano il nostro volto e gli danno la sua espressione particolare; sono i nostri pensieri che determinano i gesti, il portamento e l'aspetto di tutto il nostro corpo.

Le leggi della bellezza e della salute sono identiche. Tutte e due derivano dallo stato dell'anima o in altre parole dalla qualità dei pensieri che con più frequenza fluiscono da noi verso gli altri e dagli altri verso di noi.

Bruttezza di espressione ha sempre origine nella violazione di una legge; questo vale per i giovani e i vecchi, Ogni segno di decadenza di un corpo umano, ogni forma di debolezza, tutto ciò che ci fa diventare repellenti agli altri ha origine nello stato d'animo dominante in noi.

La natura ci ha fornito di ciò che si chiama istinto, ma vorrei chiamarlo «intuizione superiore», perché quando detestiamo il brutto e il deformato, che portano in sé le tracce della decadenza, usiamo sensi più sottili. E' la spinta innata della natura umana di evitare l'imperfetto e di cercare la perfezione relativa.

La nostra «intuizione superiore» è nel giusto quando detesta rughe e infermità con la stessa ragione per cui detesta sudicio e sbrindellamento. Il corpo è il «vestito vivo» e allo stesso tempo lo strumento dello Spirito.

Da generazioni, e per secoli, ci fu impresso dall'infanzia, che è necessità inevitabile, legge eterna, legge dell'ordine della natura, che dopo una certa età il nostro corpo debba appassire, diventare privo di fascino e che l'intelletto con il passar degli anni debba esaurirsi. Ci fu detto che lo Spirito non ha potere di porre argine a ciò, né il potere di rigenerare il corpo per plasmarlo in uno stato sempre più vivo e nuovo con forze interiori.

Non è invece insito nell'*inderogabile corso* della natura il continuare a usare la diligenza invece dell'automobile o il portare le missive a mano invece che trasmetterle per telegrafo.

E' presunzione di una stolido ignoranza voler esprimere giudizi su che cosa è legge di natura e cosa no.

E' errore fatale guardare quel frammento di passato che conosciamo e prenderlo come guida infallibile per tutto ciò che potrà accadere nell'eternità.

Se il nostro pianeta fu, come ci insegna la geologia, una massa di forze impetuose, brutali e sfrenate e se molto grossolane erano le forme della vita vegetale, minerale e più tardi umana, non è questo il segno, la speranza, la dimostrazione di un raffinamento, un'evoluzione e un perfezionamento ulteriore a cui andiamo incontro, anzi nel quale camminiamo oggi, in questo, come in ogni momento?

E raffinamento non significa forse più potenza, come la forza del ferro è potenziata nell'acciaio? E non si dovrebbero dunque sviluppare queste forze le più sublimi, quasi sconosciute, dell'organismo più sottile e complesso che conosciamo, cioè quello dell'uomo?

Nel profondo del loro essere, in segreto, i mille «pensatori» di ogni paese si domandano: «Perché dobbiamo decadere in questo modo e perdere la parte migliore che dà valore alla vita proprio quando abbiamo conquistato l'esperienza e la saggezza che riteniamo più adatte alla vita?».

L'implorazione dei tanti è all'inizio sempre un bisbiglio. Preghiera, desiderio: la richiesta delle masse è sempre una implorazione segreta. Il primo non osa quasi parlarne con il vicino: teme il ridicolo! Ma questa implorazione viene dal profondo dell'esperienza: *Ogni desiderio, pensato o espresso, rende più vicina la cosa desiderata, in rapporto all'intensità del desiderio e al numero crescente di coloro che desiderano.* Questi dirigono le funzioni mentali verso determinati binari, per cui viene messa in moto quella forza silenziosa della Volontà, ancora oggi ignorata dalla sapienza scolastica, che dà forma alla cosa desiderata. In questo modo, a esempio, milioni di persone hanno desiderato mezzi di trasporto più veloci: ed ecco l'utilizzazione del vapore e dell'elettricità. Dopo, altre domande e altri desideri esigeranno risposta e soddisfazione, interrogativi interiori, desideri interiori.

In questi primi esperimenti, nel far diventare realtà desideri che ci paiono utopie, vi saranno errori e strade sbagliate, così come all'inizio delle nostre conquiste tecnologiche ci furono scontri ferroviari, le esplosioni di caldaie, ecc.

La nostra età è di due specie: *l'età del nostro corpo e l'età della nostra spiritualità.* Quest'ultima, attraverso infiniti corpi e forme di esistenze e durante milioni di anni, è maturata all'attuale grado di coscienza e molti corpi giovani ha consumato, come vestiti. Quello che noi chiamiamo «morte» è solo l'incapacità di mantenere intatto il vestito della corporeità, di rigenerare incessantemente il nostro corpo con elementi vitali. Più vecchi siamo, più matura è la spiritualità e quindi più capace di dominare il corpo, di trasformarlo secondo volontà. Questa forza spirituale la

possiamo utilizzare per essere belli, sani, robusti e gradevoli. Possiamo incoscientemente, attraverso la stessa forza, renderci brutti, malati, deboli e repellenti, almeno per quanto riguarda questa esistenza perché alla fine, se l'evoluzione tende verso il raffinamento e la perfezione, tutto deve essere riassorbito in forme superiori.

Questa *potenza magica* sono i nostri pensieri! Essi sono, sebbene invisibili all'occhio, veri come il fiore, l'albero, il frutto.

I pensieri forgiato in continuazione i nostri muscoli secondo il ritmo del gesto che scaturisce dall'essenza del nostro carattere.

L'uomo deciso ha un passo diverso da quello incerto. Una persona indecisa ha il gesto e il portamento e il modo di parlare titubante che, prolungato nel tempo, porterà il suo corpo a diventare poco agile e deformato. Le membra sono come le lettere di una missiva che, stilata in un momento di fretta e di insicurezza, rivela una scrittura confusionaria e piena di errori, mentre uno stato d'animo sereno forma frasi belle e armoniche.

Ogni giorno diamo stile diverso a una fase della nostra esistenza, ci immedesimiamo in un carattere differente, immaginario, ma è la parte prevalente del nostro carattere a dare al corpo, specchio della nostra anima, la linea predominante.

Chi ha l'abitudine di lamentarsi in continuazione durante la maggior parte della vita, autocommiserandosi, si avvelena il sangue, si rovina i lineamenti del viso e l'incarnato della pelle, perché nel laboratorio invisibile dello spirito si crea un agente velenoso – il pensiero – che, messo in azione, ossia pensato, attira secondo una legge ineluttabile le forze aventi la sua stessa vibrazione. Lasciarsi andare a uno stato d'animo irritato e passivo significa aprire la porta al fluido dei pensieri di tutta la gente che si trova in uno stato passivo e irritato, significa caricare il grande magnete, lo Spirito, con correnti nocive e distruttive e significa mettere in contatto l'accumulatore mentale con tutte le correnti della stessa specie!

Chi pensa «furto o assassinio» entra in questo modo in collegamento mentale con ogni ladro e ogni assassino su questa terra!

La dispepsia non proviene tanto dal nutrimento, quanto dallo stato d'animo nel quale consumiamo i nostri pasti. Il pane più sano, mangiato con tensione, agisce sul sangue come veleno. Se tutti i familiari stanno seduti intorno al tavolo in silenzio, con una faccia di costrizione e rassegnazione come se volessero dire: «Anche questo deve essere superato» e il padrone di casa rimugina i suoi affari oppure divora tutte le notizie dal giornale che riguardano i furti, gli assassini, gli omicidi, i suicidi e gli scandali delle ultime ventiquattro ore, mentre la regina della casa pensa tristemente ai problemi domestici, allora a questa tavola, in ogni singolo individuo, viene immesso, insieme al cibo, un elemento di afflizione, di dispiacere e di debolezza che col tempo porterà a una qualche forma di dispepsia e questo avverrà senza fallo.

L'espressione dominante di un viso è una smorfia? Anche i pensieri dietro quella fronte saranno smorfie. Se gli angoli di una bocca sono tirati verso il basso, anche i pensieri che formano e dominano questa bocca sono tristi e pendenti. Un viso è lo specchio più attendibile della spiritualità per cui nulla può eguagliare la prima impressione. Lo stato di fretta, derivante dalla cattiva abitudine di precorrere il corpo con i pensieri, incurva le spalle. Un programmatore che sa dominarsi non ha mai «fretta», egli concentra la sua volontà, la sua forza, il suo intelletto unicamente sullo scopo per il quale in quel momento utilizza il suo corpo, strumento del suo spirito; in questo modo egli si abitua al controllo di sé, a essere armonico nelle proprie movenze e ciò perché il suo spirito ha completo possesso e dominio del suo corpo e non vaga lontano mille miglia in preoccupata e affannosa ricerca di cose lontane che dovranno avvenire tra ore o forse tra giorni.

Chi dà inizio a un affare, un'impresa, un'invenzione, crea qualche cosa da elementi invisibili che però sono reali come una macchina di legno o di ferro. Questa iniziativa attira a sé di nuovo delle forze invisibili per la sua realizzazione, forze che provocano la sua finale materializzazione nel mondo visibile.

Chi invece teme una disgrazia, chi vive nella paura di un qualche male, chi si attende sfortuna, costruisce un'idea, una forza silenziosa che, secondo la stessa legge di attrazione, raccoglie intorno a sé elementi dannosi e distruttivi. Il successo e l'insuccesso nascono dalla stessa legge che può essere asservita all'uno come all'altro, tale e quale come il braccio di un uomo può salvarlo dall'annegamento o può pugnarlo.

Ogni volta che noi pensiamo costruiamo un qualche cosa da sostanze invisibili che attira forze per portarci aiuto o per nuocerci, secondo il carattere del pensiero che abbiamo emesso.

Chi è sicuro di invecchiare, chi porta nella sua mente un'immagine, una struttura di se stesso di vecchiaia e decadenza, sarà succube della vecchiaia. Chi riesce a crearsi un ritratto mentale di se stesso pieno di giovinezza, forza e salute, sul quale si concentra senza limiti e dietro il quale si protegge dalla legione degli uomini che gli diranno continuamente che invecchierà, che dovrà invecchiare, ebbene, chi riesce a identificarsi perfettamente con questo suo ritratto, rimarrà giovane.

Dobbiamo costruire instancabilmente l'ideale di noi stessi; in modo da poter attirare a noi elementi che collaborino a rafforzare e a far diventare realtà questo ritratto ideale.

Chi ama riflettere su cose potenti come montagne, alberi, fiumi attira elementi di questa forza.

Chi oggi costruisce se stesso in forza e bellezza e domani dubita o ricade nella vecchia mentalità delle masse, non distrugge quanto ha costruito nello spirito con lo spirito. L'opera si arresta soltanto e attende la prossima ora del rilancio.

Perseveranza nel pensiero della bellezza, della forza e della giovinezza è la pietra fondamentale per la loro realizzazione. Ciò che più frequentemente pensiamo, lo diventeremo. Voi dite «No!». Ma, considerate: i malati non dicono «lo sono forte», ma «come mi sento male!». I dispeptici non dicono «Voglio avere uno stomaco sano», ma «non riesco più a digerire!». Infatti non ci riescono più per questo loro atteggiamento mentale. Noi curiamo le nostre malattie, non noi stessi, vogliamo che le nostre pene siano blandite e se ci prendiamo un raffreddore, subito la nostra tosse comincia incoscientemente a supplicare: «Oggi sono un oggetto di compassione, come faccio pena!». Per un trattamento corretto il paziente e tutto il suo ambiente dovrebbero munirsi del pensiero della salute e in questo modo combattere la malattia.

Le guarigioni sono altrettanto contagiosi come le malattie. Si può essere colti dalla salute come dal morbillo.

Cosa non darebbero gli adulti per avere le membra piene di primavera ed elasticità come quelle di un ragazzo di dodici anni! Membra che si arrampicano sugli alberi e che sanno correre, amano correre, perché non ne sanno fare a meno.

Se siffatte membra potessero essere fabbricate e vendute, si avrebbe una enorme richiesta da parte di tutti quei signori e quelle signore che scendono dalle loro carrozze gemendo come sacchi di farina.

Come è possibile che l'umanità si rassegni in questo modo e accetti già negli anni migliori la crescente pesantezza, flaccidità e rigidità del corpo? Sembrerebbe che facciamo un compromesso con queste degradazioni, chiamandole dignità! Naturalmente un uomo, un padre, cittadino e votante, una colonna dello stato, della decrepitezza, non deve correre e saltare come un ragazzo ... «è poco dignitoso», ma la verità è: «egli non ne è capace!».

Noi portiamo le nostre manchevolezze come ornamenti, zoppicando da una parte all'altra diciamo: «Così sia, perché non può essere diversamente!».

Aumentano sempre di più le possibilità della natura, nei mondi, dentro e intorno all'uomo. Esse arrivano con la stessa rapidità con la quale noi arriviamo a conoscere, utilizzare e dominare tutte queste forze nuove.

PENSIERI ATTIVI E PASSIVI

Noi emaniamo o riceviamo in continuazione elementi spirituali: siamo come una batteria elettrica, che dà forza e a sua volta ha bisogno di esser ricaricata. Quando ci dedichiamo al parlare, scrivere, pensare o a qualsiasi altra attività, siamo «positivi», altrimenti siamo «negativi». In questo stato negativo o ricettivo assorbiamo forze ed elementi che possono talvolta essere dannosi oppure essere di continua utilità.

Esistono correnti spirituali velenose, come esistono vapori velenosi di arsenico o di metalli. Chi in uno stato d'animo passivo sta con persone invidiose, cattive, ciniche e non libere anche per una sola ora, assorbe da loro l'elemento spirituale velenoso, pieno di malattia e di forza distruttiva; un elemento infinitamente più velenoso di un veleno chimico, perché i suoi effetti agiscono in modo più sottile e segreto e spesso si avvertono solo giorni dopo e la causa spesso viene erroneamente attribuita ad altre ragioni.

E' di massima importanza dove e in quale circostanza ci troviamo durante il periodo passivo, perché in questo stato, come una spugna, assorbiamo il fluido mentale. Dopo alcune ore di sforzi spirituali o psichici, dopo essere stati positivi e avere emanato forza, lo stato negativo si presenta come necessità e diritto di natura. Sopprimerlo o contenerlo artificialmente sarebbe errato, però è necessaria prudenza e solo in circostanze particolari è consigliabile abbandonarvisi.

Chi, in stato di esaurimento, si trova tra una massa di gente irrequieta e agitata, non sarà assorbito psichicamente da loro, perché ha ben poco da dare, ma assorbe, almeno temporaneamente, il loro essere inferiore. Si troverà, detto in modo metaforico, ad aver attaccato un peso di piombo alla sua vita. Prenderà, anche se per poco tempo, qualche cosa del loro modo di pensare e giudicare e sarà di poca fede, se prima era pieno di speranze. I progetti che fino a poco fa gli sembravano potenti e vicini alla realizzazione, improvvisamente gli sembreranno lontani e avvolti dalla nebbia. Avrà paura, in circostanze in cui usava essere coraggioso. Diverrà indeciso e nella confusione del momento comperà cose inutili, o dirà o farà cose che non avrebbe fatto o fatto diversamente, se fosse stato completamente se stesso, pensando con i suoi pensieri e non con quelli della confusa gente intorno a lui.

Se dobbiamo recarci in mezzo alla massa umana bisogna farlo solo quando siamo mentalmente fortissimi, per ritirci immediatamente nel momento in cui affiora la stanchezza. Perché durante le ore di massima forza siamo noi il magnete che respinge le correnti dannose alle quali invece saremmo completamente esposti durante lo stato passivo!

Uomini positivi sono incitatori e conquistatori, sono loro che riescono meglio a emergere nel mondo! Eppure non è bene emanare in continuazione pensieri positivi, perché così vengono respinte e allontanate molte idee preziose. Deve esserci un periodo di tempo in cui il serbatoio mentale possa essere riempito a nuovo; più accuratamente ne viene cambiato il contenuto, meglio è.

L'uomo positivo, che osserva ogni pensiero nuovo in posizione di lotta, che non si prende mai il tempo di ascoltare in modo ricettivo quanto è nuovo e sconosciuto, che confonde l'improbabile con l'impossibile, che prende a solo e unico modello la propria conoscenza limitata, quest'uomo, con questa attitudine spirituale, deve necessariamente impoverirsi e indebolirsi.

Al contrario persone continuamente passive, sempre ricettive, che hanno sempre l'opinione dell'ultimo ascoltato, che si lasciano scoraggiare nei loro progetti da una risata o da una alzata di spalle, assomigliano a un sistema di condutture che fa passare tutte le lordure fino alla completa otturazione di tutte le tubazioni, per cui diventano incapaci sia di emettere che di ricevere energie attive.

In generale vale la seguente regola: essere attivi tra la gente e passivi nella solitudine preparata nel modo giusto.

Chi però nella solitudine continua mentalmente a combattere i suoi avversari, si consuma inutilmente.

Chi si carica di problemi altrui ha maggiormente bisogno di periodi di completa solitudine. Durante il ritiro, però, anche il senso di compassione deve rimanere fuori, perché consuma forza che invece dovrebbe essere accumulata per poi poter portare maggior aiuto. Così come un oratore non consuma la propria energia prima di un discorso aiutando a portare il carbone a un operaio per alleggerire la sua fatica, perché il trascinare carbone ucciderebbe tutta la forza, la brillantezza, l'ispirazione e forse anche i pensieri che direttamente o indirettamente si potrebbero affacciare e che potrebbero indicare la strada per aiutare ad alleggerire la fatica non di un solo lavoratore, ma di migliaia.

Chi ha continui rapporti con le masse deve sprecare necessariamente tanta della sua forza per trascinare con sé le atmosfere estranee.

La cosa più nociva è la convivenza continua con una persona spiritualmente inferiore, perché durante i periodi passivi, che necessariamente ritornano, saremo succubi delle correnti di qualità inferiore, indipendentemente dal genere di rapporto che abbiamo, se fratello, figlio o marito: perché tra le persone che appartengono a sfere spirituali diverse, ma strettamente legate animicamente, sarà sempre la natura più sottile, più evoluta e più preziosa a soffrire e a decadere, perché è in grado di assorbire meglio; mentre una natura inferiore riesce a percepire solo una parte di quanto inviato: il resto va perduto inutilmente. Rapporti umani giusti sono il fattore migliore per ottenere felicità, salute e successo. «Rapporto» significa qualche cosa che oltrepassa la vicinanza fisica! *Siamo vicini a una persona in relazione alla intensità psichica con la quale ci occupiamo di lei: la distanza del corpo non ha nessuna importanza.*

Chi, per molto tempo, è stato legato a una persona inferiore non riesce subito a bloccare le onde del rapporto spirituale inviate abitualmente da questa sorgente. Deve imparare a dimenticare, non deve mai pensarci in modo ostile, anzi non deve invece pensarci affatto; solo in questo modo riuscirà a tagliare i fili telepatrici invisibili e sarà liberato! Fare così suona gelido, duro e crudele? Ma che senso può avere per due persone rimanere in contatto di ricordi, che danneggia una o tutte e due le parti? Perché se soffre uno dei due, nel corso del tempo deve soffrire anche l'altro! Così pure è sbagliato leggere romanzi appassionanti durante il «recupero», cioè durante lo stato passivo per lasciarsi penetrare dai loro personaggi e respirare destini fittizi in periodi di propria debolezza e ricettività.

Durante i pasti bisognerebbe essere particolarmente passivi. Chi si nutre, cioè immette in sé materiale di costruzione per il suo corpo, lo può fare solo in uno stato d'animo calmo, equilibrato e gioioso! Mangiare e criticare, oppure disputare con altri o meditare sui propri affari significa essere positivi proprio nel momento in cui sarebbe necessaria l'assoluta negatività. Che questo criticare e disputare si svolga mentalmente o si manifesti fonicamente, non ha importanza. Ugualmente dannosa è la vicinanza a tavola di una persona che alimenta questo stato d'animo e che si è costretti a sopportare, contro la quale ci si deve difendere interiormente, perché già questo è uno sforzo: soltanto persone che vivono in più pura simpatia reciproca dovrebbero essere compagni di tavola.

Chi vive molto solo, attira correnti spirituali affini; l'ambiente caricato per un lungo periodo con i propri pensieri diventa un magnete fortissimo! Noi viviamo allora in un mondo superiore e più sottile, siamo accessibili a suggerimenti che per il momento, considerati utopie, vengono chiusi timidamente dentro di noi. Poi, un giorno, sentiamo il bisogno di compagnia e accettiamo quello che ci viene offerto, oppure ci lasciamo travolgere dalla corrente. Il mondo interiore viene demolito, i suggerimenti interiori ci sembrano improvvisamente, alla luce dell'opinione corrente, «pure sciocchezze», il «buon senso» comincia di nuovo a ciarlare, a criticare e a fare lo spaccone con il gregge belante. Più tardi, quando siamo di nuovo soli con noi stessi, ci sentiamo invasi da un profondo senso di scontentezza e insoddisfazione, da un vago senso di autoaccusa per avere rinnegato i diritti della nostra anima. Tanti spiriti alti soffrono per il peso di pensieri parassiti che si aggrappano a loro e che inconsciamente li danneggia profondamente.

Certo nessuno deve né può vivere sempre solo. *Chi però ha la forza di troncare le relazioni umane più basse, apre con questo atto la strada a quelle superiori.* Chi ha la forza di attendere, attira nel mondo delle manifestazioni e sul suo sentiero di vita persone che gli daranno veramente forza e aiuto reale ed è ciò che la vera compagnia dovrebbe offrire. I suoi pensieri più alti sono l'anello di congiunzione tra lui e coloro che hanno gli stessi pensieri. Trattenendo invece gli elementi inferiori ci si separa dal mondo superiore, anche se vi si apparteneva già fino a un certo grado.

Cos'altro sono i cosiddetti rapporti sociali se non un sopportare e un essere sopportati, un ruminare le stesse parole, gesti e pensieri, anno dopo anno. Questi sono i morti cui bisogna lasciar seppellire i loro morti!

Vera vita è uno stato di essere di infinite possibilità, un aprirsi alle varie correnti spirituali, sulle quali avviene un continuo scambio di forze e di idee di varie menti dello stesso livello; queste sono le sorgenti, che ci elevano all'essere eterno!

Una sorgente di gioventù: *gioventù del corpo e gioventù dello spirito significa capacità di rendere positivo tutto l'apparato mentale quando pensieri grossolani e inferiori si avvicinano, ma renderci negativi o ricettivi verso correnti elevate e costruttive.*

Portare sempre avanti a sé il coraggio come una fiamma!

Temere nulla e non chiamare nulla impossibile!

Non odiare nessuno – soltanto evitare i suoi errori!

Amare tutti – distribuire però la fiducia con prudenza e saggezza!

LA GRANDE ARTE DEL DIMENTICARE

Forse una chimica del futuro potrà amalgamare pensieri nuovi come oggi si fa nei laboratori con l'ossigeno, il carbonio e l'idrogeno. Forse si conoscerà il loro «peso specifico» e allora si potrà metterli in un certo ordine per far nascere da elementi conosciuti e comuni un'idea geniale.

Non esiste una divisione tra quello che siamo abituati a chiamare materiale e immateriale. Impercettibilmente uno penetra l'altro. In verità, la materia è solo la forma visibile di elementi più sottili che noi chiamiamo spirito. Il nostro pensiero invisibile e non espresso fluisce da noi come una sostanza, reale come una corrente di acqua che possiamo vedere. Si unisce con il pensiero di un altro e da queste fusioni si crea un'idea nuova e diversa, come da elementi chimici si formano nuove sostanze.

Se con il pensiero emaniamo: odio, afflizione, malinconia, dispiaceri mettiamo in azione forze negative per il corpo e per l'anima. *La forza del dimenticare* implica allo stesso tempo la forza di scacciare pensieri ed elementi spiacevoli e dannosi e di richiamare al loro posto quelli utili che ci aiutano a costruirci anziché distruggerci.

La natura dei nostri pensieri influisce sui nostri affari a nostro vantaggio o svantaggio, influenza gli altri a favore nostro o contro di noi, li riempie di fiducia o di sfiducia.

Lo stato d'animo predominante plasma l'aspetto esteriore del corpo e delle membra. Ci rende belli o brutti, attraenti o scostanti per gli altri e, quello che è più importante, per noi stessi. Forma i nostri gesti, le nostre maniere, il nostro modo di camminare. La più piccola contrazione di un muscolo è ancora una risonanza di pensiero. Uno spirito deciso ha sempre un passo fermo, un uomo dubitoso e mutevole cammina trascinandosi, barcolla.

La fermezza tende ogni muscolo e lo riempie meravigliosamente con un fluido vivificante, in special modo quando questa fermezza è puntata verso una meta le cui irradiazioni sono un bene anche per gli altri e non solo per se stessi. Inserire nella propria opera un po' di bene per gli altri è un egoismo molto saggio, perché nello spirito tutti sono uno, per cui promuovere qualche cosa che ha interesse per tanti significa attirare aiuti costruttivi e vivificanti. Su queste correnti costruttive e vivificanti che vengono dall'invisibile «ovunque», anche la navicella «me stesso» sarà spinta verso le realizzazioni personali. Siamo tutti membra di un solo corpo. Nervi invisibili si tendono da un essere all'altro. Un pensiero doloroso è una pulsazione penosa che penetra miriadi di creature.

Per sviluppare unioni di pensiero fecondo tra gli esseri e noi, i pensieri devono essere mantenuti sempre freschi e, se si può dire così, «chimicamente» efficaci. Questo può essere raggiunto solo attraverso l'arte del dimenticare... che non è altro che la giusta eliminazione di sostanze psichiche consumate e logorate.

Imparare a dimenticare è altrettanto importante quanto imparare a ricordare.

Inoltre, offre il grande vantaggio di eliminare dalla coscienza tutte le cose penose, tristi e paurose; cosa molto utile, specialmente prima di addormentarsi: lo spirito non deve brancolare per ore nelle sfere oscure, ma caricarsi di luce per tornare la mattina, libero, dai posti più luminosi alla vita quotidiana. Ecco il grande vantaggio del «poter dimenticare».

Però, anche il pensiero vivo, gioioso e fertile deve ogni tanto sparire dalla mente. Per avere il maggior successo in una impresa, in un affare, in uno studio o in un'opera artistica è necessario che ogni giorno, a determinate ore, dimentichiamo totalmente l'impresa, lo studio e l'opera. Altrimenti succede che usciamo dal binario, confondiamo la vita con la meta e ci fermiamo, il che non dovrebbe mai accadere. Forse una silenziosa corrente di aiuti invisibili vede più lontano di noi: un passo, un atto, necessari per un successo maggiore e continuo. Ma noi non vediamo questa via fuori dall'ordinario e così sorprendente perché ci siamo immersi come maniaci in un vicolo cieco. Ogni tanto nulla sembra volersi muovere, mentre gli eventi attendono soltanto che la nostra conoscenza si sia acuita.

Chi intraprende un'iniziativa con un grande scopo e, dopo aver fatto tutto il meglio, si trova continuamente davanti a ostacoli inspiegabili faccia soltanto l'indispensabile e non più. Chieda con insistenza al suo spirito di cessare di pensare e covare quella cosa e ponga la sua fiducia nella potenza misteriosa che si trova dietro tutte le cose vere. Se è cosciente di aver fatto il meglio, si estranei totalmente e non prenda alcuna iniziativa. Sarà risparmiato un enorme spreco di energie che deriva dalle indecisioni di questi periodi di stagnazione.

Se riesce a non pensare, un giorno, in mezzo all'oblio più beato gli verrà un impulso che lo farà agire e salire un gradino. Il gradino, il passo da fare, si manifesterà sotto forma di una occasione, di un'offerta che nessuno poteva prevedere. Allora egli deve nuovamente buttarsi nell'impresa, non mollare più e dare tutto se stesso, il meglio di sé. Ma rimuginare lo stesso pensiero, speculare su quello che si dovrebbe fare o non fare significa solo ripetere le stesse cose,

fare la identica costruzione col medesimo «materiale pensiero», incapaci di creare un pensiero nuovo e diverso.

Se siamo abituati a parlare sempre dello stesso tema e non dimenticarlo mai, a metterlo sul tappeto ovunque, saremo inoltre presto tagliati fuori dalla conversazione dei nostri simili. Chi non è capace di dimenticare se stesso e di sentire un vivo interesse verso le cose che vengono discusse intorno a lui, corre il rischio di essere tacciato di maniaco.

Questo è un uomo che ha disimparato a dimenticare. E un'idea – diventata fissa – ostacola come un tumore la libera circolazione di tutte le altre idee.

Altri intorno a lui sentono questa sua tendenza unilaterale, questa mania interiore sotto forma di un disagio senza nome che lui emana indipendentemente se nutre il suo «pensiero fisso» in silenzio o parlandone; perché tutti noi ci rendiamo in effetti gradevoli o odiosi, anche mentre siamo seduti in solitudine nella nostra stanza.

Questo maniaco talvolta diventa o crede di diventare un martire; però non esiste ragione per sentirsi tale se non quella della propria ignoranza. In fondo, il martirio ha sempre in sé un elemento di mancanza di tatto. Mancanza di giudizio e di sensibilità per la forma nel comunicare qualche cosa di insolito all'umanità. Analizzando il martirio si trova sempre una persona con l'aspirazione violenta e accanita che cerca di inculcare agli altri una qualche idea in modo offensivo e antagonistico.

Anche Cristo non fa eccezione. Si legga quante maledizioni e minacce mandava verso quelli che non volevano fare entrare i suoi apostoli nelle loro case; e a ragione, perché certamente non si lavavano le mani prima di andare a tavola come l'altra gente. «... e vi sarà pianto e batter di denti ...» e «... a coloro sarebbe meglio ... ecc.». Cristo diceva anche: «Io non vengo in pace, ma con la spada».

Ma ora finalmente è giunto il momento nella storia del mondo in cui il posto della spada è nel fodero! Tanta brava gente usa la spada inconsapevolmente quando vuole fare del bene agli altri. I riformatori fanatici, che alzano la loro spada del disprezzo contro tutti coloro che non vogliono sentire la loro opinione, la spada del pregiudizio e tutto un arsenale di armi barbare.

Un futuro regno di pace e di tolleranza sarà invece costruito solo sulla profonda gentilezza o non sarà costruito affatto.

Bisognerebbe predicare della bontà ai bambini come prima regola di vita: «Ognuno è gentiluomo» e non «Siamo tutti peccatori».