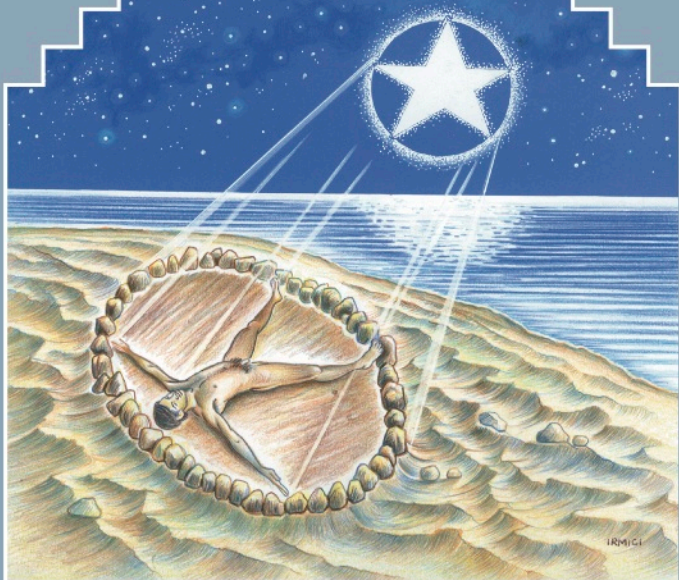




I Tascabili del SENTIERO

Eva Pierrakos
**AL DI LÀ
DELL'IO**



Edizioni



Crisalide

EVA PIERRAKOS

INDICE

AL DI LÀ DELL'IO

Introduzione	9
1 Il rapporto fra l'io ed il vero Sé	13
2 La paura di lasciar andare il piccolo io	35
3 La negatività inconscia impedisce all'io di arrendersi ai processi involontari	59
4 Identificazione con il vero Sé ed intenzionalità negativa	83
5 Come trascendere l'io	105



Edizioni Crisalide

INTRODUZIONE

Nel profondo del cuore di ogni essere umano vi è la consapevolezza, a volte vaga, a volte acuta, che la vita potrebbe offrire molto di più di quanto al momento non faccia. Ognuno di noi sogna di poter diventare un essere migliore, che vive fra persone migliori, in un mondo migliore. Purtroppo, per noi e per il mondo, troppi mettono questo sogno nel cassetto, giudicandolo forse troppo ingenuo, utopistico ed irrealizzabile. Alcuni, forse, se ne vergognano anche un po', pensando che in quanto adulti, dovrebbero essere ormai abbastanza 'realisti' da resistere all'infantile tentazione di desiderare una vita in cui prevalgano, l'amore, la verità e la bellezza.

Confrontati dalle storture e dalle brutture che sembrano caratterizzare il mondo che ci circonda, tentiamo di soffocare il nostro sogno ma, nonostante tutti i nostri sforzi, per quanto 'realisti' e cinici possiamo essere diventati, esso non muore. E non potrebbe, in quanto proviene dalla parte migliore di noi, da quella parte che, a dispetto di tutte le apparenti prove in contrario, continua a credere che gli uomini sono esseri

intrinsecamente positivi, mossi in ultima analisi da una sola, grande, maestosa, energia: l'Amore. Alcuni, per mancanza di termine migliore, chiamano anima questa parte immortale di se stessi.

Il piccolo libro che avete fra le mani contiene alcuni degli insegnamenti trasmessi telepaticamente nel corso di venti anni da un'entità spirituale, chiamata la Guida, ad Eva Pierrakos. Questi insegnamenti contengono forse la chiave che può permetterci di aprire il cassetto dei nostri sogni e di impegnarci nell'avventura di renderli realtà. Nel loro insieme, essi costituiscono un metodo completo ed organico, seguendo il quale possiamo crescere sia psicologicamente, che spiritualmente. Essi ci aiutano a risolvere le tante contraddizioni da cui appare costellata la nostra vita, non ultima quella fra il nostro cuore, che crede nell'innata bontà dell'uomo, e la nostra ragione, che non può negare l'esistenza del male, della distruttività, della negatività, e del dolore da questi provocato.

La Guida vede negli aspetti distruttivi che vi sono in tutti noi non una realtà ultima, ma una distorsione di qualità fondamentalmente positive. In quanto frutto di una distorsione, la negatività non è destinata a rimanere tale, ma *può essere trasformata* e riconvertita nella positività da cui deriva.

Nel nucleo di ogni essere umano vi sono solo Amore, Verità e Bellezza. La distruttività è una nostra temporanea creazione, che possiede una sua utilità, come la Guida ci spiega, perché molto possiamo imparare affrontandola. Essa è destinata ad essere trasformata e a riconfluire nella grande corrente della vita, che è fondamentalmente buona.

Il processo attraverso cui la negatività viene prima resa cosciente e poi trasformata e restituita alla sua originaria bellezza si chiama Sentiero. Il Sentiero ci porta dal mondo dualistico e contraddittorio in cui viviamo oggi, al mondo dell'unità e dell'armonia che sappiamo esistere, ma che ancora ci elude. Ci porta da dove siamo a dove vorremmo essere, dall'oscurità alla luce, dalla morte alla vita, dalla sofferenza alla gioia.

Possiamo credere a queste promesse? Non sembrano troppo belle per essere vere? Chi ci può assicurare che alla fine del Sentiero, o durante di esso, troveremo quello che il nostro cuore desidera e mai smetterà di desiderare? Purtroppo, o fortunatamente, nessuno può darci questa assicurazione. L'unico modo per scoprire cosa il Sentiero ha in serbo per noi è percorrerlo con i nostri piedi, con le nostre emozioni, con la nostra mente e con il nostro spirito.

RAFFAELE IANDOLO

1

IL RAPPORTO FRA L'IO ED IL VERO SÉ

*“Tutte le esperienze veramente
piacevoli, gioiose e creative
sono il risultato del lasciar andare
il controllo del proprio io e
dell’abbandonarsi a qualcosa
di molto più vasto.”*

Affrontare la paura

Percorrendo il sentiero dello sviluppo spirituale, si giunge prima o poi al punto in cui si riconosce che il proprio mondo interiore è popolato di paure: paura della vita, paura della morte, paura del piacere, paura di perdere il controllo, paura di sentire, paura di esistere, ecc. Occorre un lungo lavoro di autoconfronto, come voi tutti sapete, per prendere coscienza di queste paure, in quanto esse sono per lo più inconscie e ben nascoste.

Nella misura in cui la consapevolezza di queste paure aumenta, gradualmente e quasi automaticamente si comincia anche a prendere coscienza degli effetti che esse hanno sulla propria vita, di come esse siano alla base di molti comportamenti conflittuali e di come facciano ritrarre dalla vita. Si comincia, allora a capire il significato di quella vaga sensazione di non stare ricevendo dalla vita tutto ciò che essa potrebbe dare. È importante, amici miei, non scivolare su questa sensazione, come siete abituati a fare, ma prestarle tutta l'attenzione che merita. È vero che qualcosa di fondamentale vi sfugge. Poiché ne avete paura, vi sfugge la creatività stessa della vita.

Desidero ora discutere alcuni aspetti di queste paure, chiarire qual è il loro denominatore comune, in modo che possiate superare l'inutile condizione di frustrazione e sofferenza che

esse generano. Anche coloro che ancora non sono consapevoli di esse trarranno giovamento dalle mie parole. Infatti, specialmente se stanno calcando un sentiero come il nostro, prima o poi, ne prenderanno coscienza e si renderanno conto della misura in cui si stanno nascondendo alla vita. Allora, le mie parole riveleranno tutta la loro utilità. Per il momento, esse potranno creare nella loro psiche un seme, che germoglierà e darà i suoi frutti una volta che la totalità del loro essere sarà pronta ad affrontare e a risolvere questo problema. Affrontare queste paure, in vero, è il problema principale dell'esistenza umana.

Alla base di tutte queste paure vi è un profondo malinteso a proposito della funzione dell'io in relazione al vero sé. Questa relazione è estremamente sottile e difficile da spiegare a parole, in quanto, come tutte le verità della vita, è piena di apparenti contraddizioni, se non altro, per coloro che vivono e pensano in modo dualistico. Nel momento in cui si trascende il dualismo, si riesce a vedere che quelli che appaiono come due opposti mutuamente incompatibili possono essere in realtà riconciliati. Questo vale anche nel caso della relazione fra l'io ed il vero sé. È vero affermare che un io esageratamente forte e dominante impedisce di vivere produttivamente, ma è altrettanto vero dire che se si possiede un io debole, non si può vivere in modo sano. Queste

due affermazioni non sono affatto contraddittorie, come si potrebbe pensare.

Eccessiva identificazione con l'io

Prima di addentrarci nel nostro argomento, voglio sottolineare il fatto che l'infelice situazione in cui l'umanità versa è dovuta soprattutto alla grande ignoranza che esiste a proposito del vero sé. Nel migliore dei casi, gli esseri umani più illuminati ne accettano l'esistenza a livello teorico, come principio filosofico, ma questo è totalmente diverso dall'averne un'esperienza viva e diretta. Se agli uomini venisse insegnato che nel profondo del loro essere si nasconde un nucleo di natura divina, infinitamente più saggio dell'io, essi avrebbero l'opportunità di mettersi alla sua ricerca e di entrare in comunicazione con esso.

Dal momento che questo non avviene, gli uomini sviluppano una visione della vita e di se stessi molto limitata. Si identificano totalmente con il loro io cosciente e pensano che non esista nulla al di là di esso. Anche coloro che credono nell'esistenza del vero sé, dell'energia creativa che anima ogni essere umano, sono quasi del tutto dimentichi che questo essere vive dentro di loro e che loro vivono dentro di lui. Non si aprono alla sua saggezza. Si affidano totalmente

al loro limitato io cosciente e mai si rivolgono al loro nucleo divino, in cui la verità già risplende in tutta la sua bellezza. Conducono la loro vita come se non ci fosse nulla al di là della loro mente cosciente e del loro io, con i suoi processi di pensiero e la sua volontà. Con quest'attitudine, costoro impoveriscono inutilmente la loro vita.

Tale mancanza di memoria produce inevitabilmente numerose conseguenze. La prima riguarda il senso d'identità. Quando vi identificate completamente con il vostro io, quando il vostro senso di voi stessi è associato prevalentemente con le funzioni del vostro io, il vostro equilibrio diventa molto precario e la vostra vita si svuota di sostanza e di significato. Dal momento che l'io non possiede la ricchezza di risorse del vero sé, non potete che divenire impauriti ed insicuri. Vi sentite inadeguati e la vostra esperienza della vita e di voi stessi diventa piatta ed insoddisfacente. Allora, vi mettete alla ricerca, spesso frenetica, di vuoti piaceri sostitutivi, che vi lasciano esausti ed insoddisfatti. L'io non può generare emozioni profonde, non può dare sapore alla vita, né può produrre saggezza e creatività. L'io può solo memorizzare, imparare, registrare le conoscenze sviluppate dagli altri, ripetere e copiare. È equipaggiato per ricordare, classificare, selezionare, decidere, per muoversi in una certa direzione – verso l'interno o verso l'esterno. Sono queste le sue funzioni. Non sono

sue funzioni, invece, sentire profondamente e conoscere profondamente, attività che sono l'essenza stessa della creatività. Con il termine 'creatività' non mi riferisco semplicemente alla creatività artistica. Anche la più semplice delle azioni, se proviene dal vero sé, può essere creativa. Al contrario, non importa quanto sforzo mettiate in essa, un'azione che non proviene dal vero sé non può mai essere creativa. Di fatto, il vero sé agisce sempre in modo spontaneo e senza sforzo. Ogni volta che esso si manifesta, vi è sforzo, ma è uno sforzo senza sforzo. Anche questa può apparire una contraddizione.

La paura della morte

Ritorniamo ora alle paure fondamentali che abbiamo elencato prima e consideriamole alla luce di quanto esposto. Come ho detto, queste paure nascono perché l'individuo si aliena dal suo vero sé, rimane nell'ignoranza e si nutre di false idee. Cominciamo con la paura della morte, che getta un'ombra oscura sulla vita di tutti. Se ci si identifica prevalentemente con il proprio io, la paura della morte è senz'altro ben giustificata, in quanto l'io è di fatto destinato a morire. So che quest'affermazione può suonare spaventosa per coloro che non hanno ancora avuto l'esperienza diretta della realtà del loro vero sé, ma è spaventosa solo perché costoro

associano la propria esistenza esclusivamente a quella del loro io.

Quando l'io gioca un ruolo troppo importante nella propria vita, si instaura un circolo vizioso. Se non si riescono a vedere il pensiero, i sentimenti e l'esistenza stessa se non come attributi dell'io, non è possibile avere, naturalmente, nessuna esperienza diretta della più ampia realtà del vero sé. Ascoltare, perciò, che quelle che si considerano solo facoltà dell'io cesseranno di esistere, deve necessariamente apparire spaventoso. A coloro che, invece, sanno per esperienza diretta che il vero sé è assolutamente reale, tale affermazione non può fare paura. Costoro sanno quanto effimero e limitato l'io sia, se paragonato con il nucleo divino interiore, che viene sempre esperito come eterno. La paura della morte, dunque, può esistere solo quando il senso della propria esistenza è collegato esclusivamente all'io.

Desidero ricordare ancora una volta che accettare l'esistenza del vero sé solo a livello intellettuale, come concetto filosofico, non può di per sé alleviare la paura della morte, perché non permette di averne la concreta esperienza vissuta. Affinché la paura della morte possa effettivamente essere alleviata, occorre qualcosa di più. È necessario che le facoltà del sé superiore vengano attualizzate e questo, come sapete, richiede che si attraversino stadi di sviluppo

ben precisi. Su questo argomento ritorneremo più avanti.

La paura della vita

La paura successiva nel nostro elenco è la paura della vita. Ho ripetuto innumerevoli volte che chiunque teme la vita deve temere anche la morte, e viceversa. Anche quest'affermazione può essere veramente compresa solo quando si ha un'esperienza diretta del vero sé, perché solo allora quelli che appaiono come opposti incompatibili possono essere riconciliati. Si può allora comprendere che la vita e la morte sono, se così si può dire, la faccia luminosa e la faccia oscura di una più ampia manifestazione della coscienza, né più né meno.

Ora, la paura della vita è del tutto giustificata quando si è totalmente identificati con il proprio io, in quanto questo possiede una capacità molto limitata di affrontare la vita e di viverla in modo soddisfacente e produttivo. Di fatto, tale capacità è del tutto insufficiente e non può che lasciare l'individuo incerto, insicuro ed inadeguato. Il vero sé, al contrario, possiede sempre le risposte giuste, ha sempre la soluzione a tutti i problemi, rende tutte le esperienze, per quanto possano apparire superficialmente inutili e futili, significative opportunità per andare avanti

nel processo della propria crescita. Permette di avere una più profonda esperienza della vita e di realizzare le proprie inerenti potenzialità latenti. Possiede, perciò, la capacità di rendere l'individuo più forte, vivo e soddisfatto.

Niente di tutto questo può essere detto dell'io, che rimane continuamente intrappolato in situazioni, problemi e conflitti apparentemente insolubili. L'io è adattato esclusivamente al livello del dualismo: questo o quello, giusto o sbagliato, nero o bianco, buono o cattivo. Come ben sapete, questo approccio si rivela inadeguato in molti dei problemi della vita. A parte il fatto che non si può mai trovare la verità se si considerano le cose in termini di bianco e nero, la soluzione dei propri problemi richiede sempre che questi vengano osservati da vari punti di vista. L'io è incapace di trascendere il livello dualistico, di riconciliare la verità di entrambi gli estremi, perciò non riesce a trovare la soluzione e si sente perpetuamente in trappola ed in ansia. La totale identificazione con l'io comporta automaticamente la paura della vita.