

## **La Teosofia praticata giornalmente**

Costance Wachtmeister

(1839-1910)

### *Prefazione*

I precetti che compongono questo libro non sono stati in origine riuniti a scopo di pubblicazione e possono quindi apparire alquanto sconnessi.

Nel pubblicarli ora, speriamo che altri abbiano l'idea di fare dei riassunti quotidiani dei libri che leggono, al fine di serbarne il ricordo ed aumentare nello stesso tempo il valore pratico delle loro letture.

Così facendo il lettore concentrerebbe in alcune pagine ciò che gli è parso essere l'essenza stessa del libro.

Sarebbe nello stesso tempo per lui cosa eccellente il ritornare sulle pagine di un tal libro di ricordi e confrontare le sue impressioni e le sue simpatie nuove con quelle dei giorni passati, osservando così come ed in qual maniera egli abbia progredito.

Noi possiamo nello stesso modo suggerire l'idea di leggere ogni mattina una serie di precetti, di provarsi a metterli in pratica durante la giornata e di meditarli nei momenti di riposo.

*(Costance Wachtmeister)*

### **Domenica**

Alzati di buon mattino non appena svegliato, invece di startene in ozioso dormiveglia, quasi sognando.

Prega poi sinceramente affinché l'umanità sia rigenerata spiritualmente; affinché tutti coloro che lottano sul sentiero della Verità siano incoraggiati dalle tue preghiere e lavorino più seriamente e con miglior esito; prega infine di essere fortificato e protetto dalla seduzione dei sensi.

Rappresentati il tuo Maestro, quale Egli è, assorto in Samadhi, rappresentatelo fedelmente; pensa a lui con rispetto e prega affinché tutte le colpe di omissione e di azione ti siano perdonate.

Questo riavvicinamento purificherà il tuo cuore, faciliterà di molto la concentrazione dei tuoi pensieri e avrà ancora altri risultati.

Rifletti ai difetti del tuo carattere: comprendine tutto il male e la transitorietà dei piaceri che tu vi trovi e prendi la ferma risoluzione di fare il possibile per non ricadervi.

Questa analisi di te stesso ed il presentarti davanti al tribunale della tua coscienza, affretteranno in modo inestimabile il tuo progresso spirituale.

Nel fare il bagno esercita la tua volontà a scacciare le impurità morali come scacci quelle del corpo.

Nelle relazioni con gli altri osserva queste regole:

1) Non fare mai nulla cui non ti obblighi il tuo dovere, perché è cosa inutile. Prima di fare una cosa qualsiasi, domandati se hai il dovere di farla.

2) Non dire mai una parola inutile: pensa alle conseguenze delle tue parole prima di pronunciarle.

Non lasciarti in nessun modo trascinare a violare i tuoi principi, qualunque sia la società in cui ti trovi.

3) Non permettere mai ad un pensiero inutile di occupare la tua mente. Ciò è più facile a dirsi che a farsi.

Non puoi di primo acchito produrre il vuoto nella tua mente; prova dunque, al principio, di prevenire i pensieri oziosi o cattivi esercitandoti all'analisi dei tuoi difetti o concentrandoti nella contemplazione degli Esseri Perfetti.

4) Durante i pasti abbi cura di ben digerire per costruirti un corpo in armonia con le tue aspirazioni spirituali e di non creare in te delle cattive passioni o dei cattivi pensieri.

Non mangiare che quando hai fame, né bere che quando hai sete; mai nel caso contrario.

Se qualche cibo ti fa gola, non permetterti mai di prenderne soltanto per soddisfare il tuo desiderio. Ricordati che il godimento derivato da questo desiderio non esisteva pochi secondi prima e che cesserà di esistere pochi secondi dopo, perché è un piacere transitorio, pronto a cambiarsi in dolore se ne fai troppo largo uso.

Ricordati che solo il tuo palato ne gode e che se ti lasci attirare da questo piacere ed esso ti costa qualche fatica per procurartelo, tu commetteresti persino delle cattive azioni per ottenerlo.

Ricordati che il concentrare i tuoi desideri su di una cosa transitoria è pura follia, mentre un altro scopo può offrirti una gioia eterna.

Ricordati che tu non sei né il corpo né i sensi e che per conseguenza le pene e i godimenti provati da questi tuoi inferiori non possono colpirti in realtà.

Fa lo stesso ragionamento in qualunque altra tentazione e quand'anche tu vi soccombessi sovente, sarai sicuro di arrivare infine ad un successo reale.

Non leggere molto. Se ti assorbi in una lettura per dieci minuti, rifletti poi per più ore.

Abituati alla solitudine; cerca di trovarti solo con le tue riflessioni.

Abituati al pensiero che nessuno, all'infuori di te stesso, può soccorrerti e distaccati gradatamente da ogni cosa (1).

Prima di addormentarti prega, come hai fatto al mattino.

Passa in rivista tutte le azioni della giornata e cerca in che cosa hai sbagliato, per prendere la ferma risoluzione di non ricadervi più all'indomani.

#### *Note del traduttore*

(1) Questo precetto può dar luogo ad un malinteso. Il distacco dalle affezioni "esclusive" deve sopravvenire a suo tempo e "gradatamente", come qui è indicato, a misura che l'amore si ingrandisce e si universalizza. Tale distacco, ricercato per se stesso da un'anima insufficientemente sviluppata, porterebbe naturalmente all'egoismo. Ora, come dice Annie Besant: *"per quanto grossolane ed impure siano le affezioni, esse offrono delle possibilità di evoluzione morale di cui i cuori freddi ed egoisti si vedono privi. E' più facile purificare l'amore che crearlo"*.

#### **Lunedì**

Il motivo che deve ispirare nel ricercare la conoscenza di Sé è quello che si collega alla conoscenza medesima e non già a Se stesso.

La conoscenza di Sé è degna di essere ricercata per la sola sua virtù di conoscenza e non per la soddisfazione del Sè.

L'amore puro è essenzialmente richiesto per ottenere la conoscenza di Sé, la quale ricercata con tutta sincerità, coronerà da se stessa gli sforzi dello studioso.

Se questi si mostra *"impaziente di progresso"*, già in tal modo dimostra che agisce con lo scopo di una ricompensa e non per puro amore: e quindi non potrà riportare la vittoria serbata a coloro che agiscono per puro amore.

*"La stessa virtù diventa un vizio, quand'è mal praticata"* dice Shakespeare.

Per conseguenza cerchiamo di avere una idea chiara e giusta del movente che dirige le nostre azioni ed attacchiamoci a questo movente con fermezza; sia esso la nostra stella conduttrice, perché fiduciosi nella sua luce possiamo avanzare con sicurezza sulla diritta via.

Che il Dio *"in noi"*, che lo Spirito d'amore e di Verità, di Giustizia e di Saggezza, di Bontà e di Potere sia il nostro solo amore permanente e vero, la nostra assoluta confidenza, la nostra unica Fede incrollabile come la roccia, la nostra unica Speranza, sopravvivente a tutte le cose periture.

Che questo Dio sia l'unica meta che noi cerchiamo di raggiungere *"con pazienza"*, aspettando che il nostro cattivo karma (1) sia esaurito ed il divino Redentore rivelerà la sua presenza nell'anima nostra.

Il contentarsi del proprio stato è la porta per la quale e gli entra; poiché colui che si lagna della sua sorte è anche scontento della Legge che l'ha fatto quale egli è; ed essendo Dio stesso la Legge, Egli non verrà a coloro che si lagnano di Lui.

Se noi riconosciamo di trovarci nella corrente di evoluzione, ogni circostanza della nostra vita deve sembrarci perfettamente giusta.

E persino nella nostra impotenza a compiere certi atti si trovano i migliori compensi, perché è così che possiamo imparare la serenità raccomandata da Krishna (2).

Se tutti i nostri progetti riuscissero, non percepiremmo alcun contrasto.

Può darsi anche che i nostri progetti siano stati concepiti nell'ignoranza, e quindi mal concepiti: la buona Natura non ci permette di metterli in esecuzione.

Noi non meritiamo nessun biasimo per averli formulati ma possiamo attirarci un demerito karmico non accettando la loro mancata realizzazione.

Se ti senti accasciato, i tuoi pensieri perderanno molto della loro forza ed è naturale.

Uno può trovarsi in prigione ed essere tuttavia un lavoratore per la causa.

Ti consiglio dunque di scacciare dal tuo cuore il disgusto per ciò che ti circonda.

Se tu riesci a guardare ogni circostanza come la realizzazione del tuo desiderio, non soltanto il tuo spirito acquisterà nuovo vigore, ma il tuo corpo sarà fortificato da una specie di azione riflessa.

Agire, ed agire saggiamente quando il momento dell'azione è venuto; aspettare, ed aspettare pazientemente quando è il momento del riposo; queste due cose mettono l'uomo in armonia con il flusso e riflusso delle imprese.

Sostenuto dalla Natura e dalla Legge, con la verità e la bontà come fari, gli è dato di compiere delle meraviglie.

L'ignoranza di questi principi ha per risultato da un lato dei periodi di entusiasmo irragionevole e dall'altro uno scoraggiamento che talvolta raggiunge la disperazione.

L'uomo diventa quindi la vittima delle maree *"quando dovrebbe esserne il padrone"*.

Sii paziente, o candidato, come colui che non teme la sconfitta e non corteggia il successo.

"L'energia accumulata non può essere annientata" ma deve essere trasferita in altre forme o trasformata in altri modi di movimento; essa non può restare per sempre inattiva e tuttavia esistere.

E' inutile cercare di vincere una passione sulla quale non abbiamo nessun impero.

Se l'energia accumulata da questa passione non è diretta verso altre vie, crescerà sino a diventare più forte della volontà e più forte della ragione.

Per dominarla bisogna guidarla verso vie differenti e più elevate; così un amore va rivolto a qualche cosa di elevato: "il vizio può divenire virtù quando se ne trasforma la meta".

La passione è cieca, essa va dove la si dirige e la ragione è una guida più sicura dell'istinto.

Bisogna dunque che le forze accumulate dalla collera o dall'amore trovino il modo di spendersi per uno scopo qualunque, onde evitare una esplosione funesta a colui che ne è posseduto. "La calma segue la tempesta".

Gli antichi dicevano che la natura ha orrore del vuoto.

Noi possiamo annichilire una passione e, se la scacciamo, un'altra influenza elementale ne prenderà il posto.

Per questo non dobbiamo cercare di distruggere ciò che è inferiore senza sostituirlo con qualche altra cosa ma dobbiamo sostituire ciò che è volgare con ciò che è elevato, il vizio con la virtù, la superstizione con la cognizione.

#### *Note del Traduttore*

(1) Il Karma o Legge di causalità; legge per la quale noi raccogliamo ciò che abbiamo seminato.

(2) Krishna, nona incarnazione di Vishnu; preso in senso generale "un salvatore del mondo" o la "Grande Anima Universale".

#### **Martedì**

Impara sin da ora che non vi è rimedio né contro il desiderio, né contro l'amore della ricompensa, né contro il male della cupidigia, se non fissando la vista e l'udito su ciò che è invisibile e inaudibile.

Bisogna che l'uomo creda nei suoi poteri innati di progresso; bisogna che l'uomo non si lasci spaventare dalla sua natura superiore e che non si lasci ritardare e trascinare dal suo io inferiore e materiale.

Tutto il passato ci mostra che le difficoltà non giustificano lo scoraggiamento e ancor meno la disperazione.

Ogni ostacolo nella vita può trasformarsi in benedizione; senza ostacoli lo sviluppo spirituale non sarebbe possibile.

Appunto per ciò conservati sereno sotto l'assalto dei dispiaceri: tu non puoi sviluppare il tuo carattere che combattendo il male opposto ad ogni virtù.

Non puoi scoprire la verità che lottando contro l'errore e comprendendo che attorno a te nel mondo tutto è illusorio.

Il primo obbligo di chi entra nel "sentiero" è di cercare la forza che lo spingerà innanzi. Dove si può trovarla? Guardandosi attorno non è difficile vedere dove altri l'abbiano attinta: la sorgente di questa forza è nella fede profonda.

L'uomo che lotta contro se medesimo non può guadagnare la battaglia se non quando abbia la coscienza di compiere in questa lotta l'unica cosa degna di essere compiuta.

"Non resistere al male", cioè non lagnarti, non sentire collera contro i dispiaceri inevitabili della vita.

"*Dimentica te stesso*" (lavorando per gli altri). Se gli uomini ti fanno torto, se ti oltraggiano o ti perseguitano, che vale resistere loro?

Con la resistenza, noi creiamo dei mali maggiori.

Il lavoro immediato, "*qualunque esso sia*", deve essere considerato come un dovere e la sua importanza, grande o minima, non deve essere presa in considerazione

Il miglior rimedio contro il male non è la soppressione ma "*l'eliminazione*" del desiderio; il miglior modo per giungervi è di tenere lo spirito costantemente fisso sulle cose divine.

La conoscenza del Sé superiore è ritardata dal fatto di soffermarsi con lo spirito sugli oggetti che corrispondono ai sensi sregolati e di compiacersi nella loro contemplazione.

La nostra natura personale è così bassa, così vana, così piena di ambizione, così gonfia dei suoi appetiti, dei suoi giudizi e delle sue opinioni, che se le tentazioni non la provocassero, essa sarebbe perduta senza rimedio; perciò noi siamo tentati allo scopo di conoscere noi stessi ed "*imparare l'umiltà*".

L'uomo che si crede giusto si prepara un letto di fango. Astieniti da ciò.

Sappi che la più grande tentazione è di trovarsi "*senza tentazioni*"; in conseguenza rallegrati quando ne sei assediato ma resisti con rassegnazione e perseveranza, con lo spirito in pace.

Comprendi che tu non hai da agire per te stesso ma che la Divinità t'impone certi doveri.

Aspira a Dio senza desiderare alcuno dei suoi benefici.

Tutto ciò che è da farsi deve essere compiuto ma non per godere del frutto dell'azione.

Se noi agiremo pienamente coscienti che i nostri atti non ci procureranno alcuna retribuzione ma che devono essere compiuti semplicemente perché è necessario compierli, in altri termini perché è nella nostra natura di agire, allora la personalità egoistica si indebolirà sempre di più in noi, fino a sparire completamente, permettendo alla conoscenza di rivelare il "*vero Sé*", brillante in tutto il suo splendore.

Non dobbiamo permettere né alla gioia né al dolore di fare ostacolo ai disegni che ci siamo prefissi di mettere in esecuzione.

La cognizione cresce in proporzione dell'uso che se ne fa; vale a dire, più insegniamo, più impariamo.

Per conseguenza, cerca la Verità con la fede di un bambino, "*con la volontà*" di un iniziato; della tua abbondanza dai a colui che non ha di che confortarsi durante il viaggio.

Nessun uomo è tuo nemico; nessuno è tuo amico. "*Sono tutti tuoi istruttori*".

Non operare mai con lo scopo di ottenere i frutti di un beneficio, sia temporale, sia spirituale ma applicati a compiere la Legge dell'esistenza secondo la volontà di Dio.

### **Mercoledì**

Non vivere né nel presente, né nel futuro ma nell'*eterno*.

La gigantesca erba del male ivi non può fiorire; questa macchia sull'esistenza si trova cancellata dall'atmosfera medesima del pensiero eterno.

La purezza del cuore è una condizione necessaria per raggiungere la conoscenza dello Spirito.

Due sono i mezzi principali con i quali puoi arrivare a questa purificazione: 1. caccia con persistenza "*ogni pensiero cattivo*"; 2.

conservati equanime in ogni circostanza; "che nulla ti agiti, che nulla ti irriti". Sperimenterai che l'amore e la carità sono le migliori preparazioni a questi mezzi della tua purificazione.

Non si deve restare in ozioso riposo senza cercare di progredire, sotto il pretesto di non sentirsi abbastanza puri. "Ciascuno aspiri al Divino" e lavori seriamente ma segua la retta via, senza dimenticare che il primo passo in questa è la purificazione del cuore.

Però né l'amore né la carità purificheranno il cuore, se non procedono dal cuore medesimo, se non sono sinceri e non simulati.

Molti devoti fanno le loro preghiere come se queste fossero un compito obbligatorio, inventando perfino dei metodi ingegnosi per abbreviarle.

Un'azione così ispirata è senza utilità.

In simile occasione la carità è sovente illusoria, poiché la sua essenza medesima è il sacrificio e senza sacrificio ogni sforzo è inefficace.

Lo spirito ha bisogno di purificazione ogni qual volta si è sentito in collera, si è detta una menzogna o si sono svelati gli errori altrui senza necessità; ogni qual volta si è parlato od agito coll'intenzione di adulare; ogni qual volta si è ingannato qualcuno col mancare di sincerità in parole o in azioni.

Quelli che desiderano essere salvati devono allontanare da sé la cupidigia, la collera e gli appetiti inferiori e coltivare la coraggiosa obbedienza alle Scritture sacre, lo studio della filosofia spirituale e la perseveranza nella loro realizzazione pratica.

Colui che è spinto da considerazioni egoistiche non potrà entrare nel Cielo, dove le vedute personali non esistono.

Colui che non cerca il Cielo vi si trova di già, quando è felice là dove si trova, mentre l'uomo malcontento si lamenta invano.

Il trovarsi senza desideri personali è essere liberi e felici ed il "Cielo" non significa altro che uno stato di libertà e di felicità.

L'uomo che fa il bene, spinto dalla speranza della ricompensa, non è felice prima di avere ottenuto questa ricompensa; e quando l'ha ottenuta la sua felicità ha fine.

Non può esservi riposo permanente, né felicità, finché il lavoro assegnato non sia compiuto ed il compimento di un dovere porta con se stesso la sua ricompensa.

Colui che si crede più puro di un altro, colui che esalta il proprio orgoglio al pensiero di essere esente dal vizio, colui infine che si crede superiore ai suoi fratelli in qualunque cosa, è incapace di divenire un discepolo.

L'uomo deve ridiventare come un piccolo fanciullo, prima di poter entrare nel regno dei Cieli.

La virtù e la sapienza sono cose sublimi ma se creano l'orgoglio ed un sentimento di separatività dal resto degli uomini, esse non sono che i serpenti dell'Io, i quali riappaiono sotto una forma superiore.

La prima regola da seguire è quella del sacrificio, cioè della sottomissione del cuore e delle proprie emozioni; questa regola porta alla conquista di un equilibrio che le impressioni personali non possono scuotere.

Senza indugio metti le tue buone intenzioni in pratica, non lasciandone nessuna allo stato di intenzione.

Il motivo di un'azione sia nell'azione stessa e mai nella sua ricompensa. Non lasciamoci affatto impegnare all'azione dalla speranza del risultato, senza però incoraggiare la nostra tendenza all'inerzia.

Colla fede il cuore è purificato dalla passione e dalla follia; poi viene la padronanza del corpo ed *in ultimo* la dominazione dei sensi.

Le caratteristiche del savio illuminato sono le seguenti:

1° Egli è libero da ogni desiderio e sa che solo è gioia il Sé o Supremo Spirito; *tutto il resto è dolore*;

2° Egli non si rallegra di un avvenimento piacevole, né si rattrista di un accidente spiacevole, e agisce *distaccato dalla opere*.

In ultimo viene la dominazione dei sensi.

Ma questa senza la seconda caratteristica è inutile e sovente pericolosa (poiché genera ipocrisia ed orgoglio spirituale) e non ha grande utilità senza la prima caratteristica.

Non è teosofo chi non pratica l'altruismo; non è preparato a dividere il suo ultimo pezzo di pane con uno più debole o più povero di lui; trascura di aiutare l'uomo, suo fratello, *quali ne siano la razza, la nazione o la credenza, in qualunque tempo ed in qualunque luogo* lo veda soffrire e fa il sordo al grido della miseria umana; sente infine calunniare un innocente senza prenderne la difesa, come farebbe per se stesso.

### **Giovedì**

L'uomo non agisce con rettitudine se rinnega i doveri positivi della vita, doveri che emanano dal divino comandamento.

L'uomo agisce in vista di un risultato se per paura di una disgrazia non osa compiere il suo dovere ed agisce ancora per il risultato se pensa che il compimento di questo dovere appianerà le difficoltà del suo cammino.

I doveri devono essere compiuti semplicemente perché Dio li ordina, Dio che può in ogni tempo comandare il loro abbandono.

Fintanto che l'agitazione della nostra natura non sarà cambiata in tranquillità, dobbiamo agire consacrando alla Divinità tutti i frutti delle nostre azioni, attribuendo ad essa *il potere di compierli alla perfezione*.

La vera vita dell'uomo è *il riposo nell'identificazione collo Spirito supremo*.

Non v'ha dubbio che molte delle tue occupazioni siano volgari.

Ciò che prepara alla vita di discepolo non sono già le occupazioni stesse ma il modo col quale queste sono compiute; non è già il genere di lavoro che tu hai da compiere in questo mondo ma il modo col quale tu lo compi, lo spirito che tu vi metti, le forze colle quali tu l' esegui.

Per quanto volgare ti sembri l'opera alla quale sei legato in questo momento, tu puoi impiegarla come una preparazione pel tuo spirito, dirigendo questo - per mezzo della concentrazione - verso un solo punto, qualunque sia questo punto.

Fintanto che l'uomo vive in un corpo mortale, egli è tormentato da dubbi a causa della sua ignoranza.

Bisogna disperderli colla *"spada della cognizione"*.

*Tutti i dubbi provengono dalla natura inferiore, mai, in nessun caso, dalla natura superiore.*

E per ciò, progredendo nella devozione, l'uomo diventa sempre più capace di apprezzare meglio e più chiaramente la cognizione che risiede nel suo Satwa (1).

La Bhagavad Gita dice:

*"Un uomo diventato perfetto in devozione (o che persiste a cercar la devozione), trova la cognizione spirituale spontaneamente in se stesso, col progredire del tempo"*.

Ma l'uomo di spirito scettico non gioisce né di questo mondo né dell'altro (il Devachan) (2), né della beatitudine finale.

Sbarazziamoci soprattutto dell'idea che se il Sé superiore esiste in noi, egli trionferà del nostro bisogno di cognizione e ci condurrà,

malgrado la nostra indolenza ed i nostri dubbi, alla beatitudine finale in unione con tutto il genere umano.

La vera preghiera è la contemplazione di tutte le cose divine e la loro applicazione alla nostra vita ed alle nostre azioni quotidiane.

La vera preghiera è accompagnata dal desiderio più profondo e più intenso di aumentare l'influenza di queste cose divine, affinché ci sia data la cognizione e le nostre vite diventino migliori e più nobili.

Tutti i nostri pensieri devono essere completamente penetrati dalla coscienza dell'Essere supremo, da cui ogni cosa è uscita.

La cultura spirituale può essere ottenuta colla *concentrazione* del pensiero, la quale va praticata *di giorno in giorno*; bisogna servirsene ad ogni momento.

La meditazione è stata definita come "*la cessazione di ogni attività esterna del pensiero*".

La concentrazione è una tendenza della *vita intiera* verso uno scopo definito; per esempio: la madre devota è quella che sa ispirarsi agli interessi dei suoi figli in ogni cosa e sopra ogni cosa, e non quella che fissa costantemente i suoi pensieri sopra un unico lato dei loro interessi.

Il pensiero ha il potere di riprodursi indefinitamente, e quando lo spirito si attacca ad un'idea, se ne impregna - per così dire - e tutto ciò che è corollario a questa idea sorge in lui.

Per questa ragione il mistico ottiene la conoscenza di ogni questione sulla quale medita costantemente.

"*Pensa a me, dice Krishna, servimi, offrimi il sacrificio e l'adorazione; con ciò tu verrai a me*".

La vita è il grande istruttore, essa è la potente manifestazione dell'anima e l'anima manifesta il Supremo.

Per conseguenza tutti i metodi che portano a questo grande scopo e cioè alla devozione, sono buoni.

"*La devozione è l'anima dell'azione*", dice la Bhagavad Gita.

Se i poteri psichici ti sono dati, bisogna saperne usare con precauzione.

Il loro valore non deve essere esagerato, né ignorati i loro pericoli.

Colui che confida in essi somiglia all'orgoglioso che si sente trionfante solo perché ha saputo raggiungere la prima stazione della via nella sua ascensione verso le alte Cime.

(1) Satwa: verità, saggezza, purità; significa qui la parte nobile dell'uomo. (N.d.T.).

(2) Devachan: letteralmente, mondo degli Dei; il piano celeste, il Cielo dei Cristiani. (N.d.T.).

## **Venerdì**

Vi è una legge eterna: l'uomo non può essere salvato da *un potere esteriore a lui stesso*.

Se ciò fosse possibile, un angelo sarebbe da lungo tempo sceso sulla terra, avrebbe pronunciato delle verità celesti e, manifestando facoltà di natura spirituale, avrebbe provato alla coscienza umana centinaia di fatti di cui essa è tuttora ignorante.

La colpa è commessa altrettanto realmente in ispirito, quanto con gli atti del corpo.

Colui che odia un suo fratello per una ragione qualunque, colui che ama la vendetta e si rifiuta di perdonare un'offesa, quello è pieno dello spirito omicida, senza che nessuno lo sospetti.

Colui che s'inginocchia davanti a false credenze, od urta la sua



coscienza col sottometterla alle leggi di qualche ordine religioso, quello bestemmia la sua anima divina e "*nomina il nome di Dio invano*", anche se non pronuncia mai giuramenti.

Colui che è cupido, colui che si trova in simpatia coi soli piaceri dei sensi, sia nelle relazioni coniugali o all'infuori, quello è il vero adultero.

Colui che priva uno dei suoi fratelli della luce o del soccorso che potrebbe dargli e che vive per accumulare le cose materiali desiderate, quello è il vero ladro.

E colui che deruba ai suoi fratelli la preziosa padronanza del loro carattere colla calunnia o con qualche delazione, quello pure non è altro che un ladro, ed un ladro della più colpevole specie.

Se gli uomini si contentassero di essere onesti verso se stessi e ben disposti verso gli altri, un immenso cambiamento si produrrebbe nella loro esistenza e nel loro apprezzamento delle cose della vita.

Sviluppa il tuo pensiero.

Metti tutta la tua energia a chiudere la porta del tuo spirito ad ogni pensiero errante, lasciando aperta l'entrata solo a quelli che ci rivelano l'essenza della realtà della vita esteriore e la pace del mondo interiore.

Pondera notte e giorno la nessuna realtà di ciò che ti circonda, come pure quella della tua personalità.

L'assalto dei pensieri cattivi è meno pericoloso della carezza dei pensieri oziosi e indifferenti; perché quando si tratta dei pensieri cattivi tu ti trovi sempre in guardia ed il solo fatto che tu sei deciso a combatterli e a vincerli ti aiuta a sviluppare il tuo potere di volontà.

Invece i pensieri indifferenti servono a distrarre l'attenzione ed a disperdere l'energia.

*Il primo grande errore da distruggere* è la identificazione del tuo Io col tuo corpo fisico.

Applicati a pensare al tuo corpo come ad una abitazione temporanea e non cederai mai alle sue tentazioni.

Fa delle prove ripetute per vincere la debolezza principale della tua natura, sviluppando il tuo pensiero nella direzione che ucciderà in te qualunque particolare passione.

Dopo i primi sforzi, comincerai a risentire un vuoto indefinibile nel cuore: non temere e considera ciò come la dolce aurora che precedere il sorgere della gioia spirituale.

La tristezza non è affatto un male.

Non ti lagnare: ciò che ti sembra sofferenza ed ostacolo, spesso non è in realtà che il misterioso sforzo della natura per aiutarti nella sua opera, se tu sai servirtene a proposito.

Considera ogni circostanza colla gratitudine di uno scolaro.

Qualunque lamento è una ribellione contro le leggi del progresso.

*Il passato non potrebbe essere né cancellato né rinnegato*; ciò che appartiene alle esperienze del presente non può essere evitato e non lo sarà.

Ma è possibile evitare *i turbamenti anticipati* o i timori dell'avvenire ed ogni atto o impulso che possa causare dei dolori presenti o futuri agli altri come a noi stessi.

## **Sabato**

Non vi è bene superiore a quello di un Ideale sublime al quale un uomo aspira continuamente e sul quale modella i suoi pensieri e sentimenti, dirigendo la sua vita *sulla miglior via possibile*.

Se combatte per *diventare*, piuttosto che per *parere*, egli non mancherà di

avvicinarsi alla sua meta.

Non la raggiungerà tuttavia senza lotte ed il reale progresso che egli è cosciente di conseguire non lo renderà vanitoso del suo valore personale; perché, se il suo Ideale è veramente elevato e se i suoi progressi verso questo Ideale sono reali, egli se ne umilierà piuttosto che inorgogliersene.

La possibilità di progredire ancora e la concezione dei piani superiori di esistenza che si apre ai suoi occhi, non fermeranno il suo ardore ma uccideranno sicuramente la sua vanità.

E' certo che la concezione di questi vasti orizzonti della vita umana è necessaria per scacciare l'indifferenza e convertire l'apatia in zelo.

La vita diventa preziosa per se stessa quando se ne sono comprese la missione e le splendide opportunità.

La via più diretta e più sicura per raggiungere questi piani superiori è *la pratica del principio dell'Altruismo nel pensiero e negli atti.*

E' stretta, in verità, la sfera di visione che si limita all'io e fa procedere ogni cosa dall'interesse personale; perché se l'anima è così limitata, le riesce impossibile di concepire un Ideale elevato e di salire verso un piano superiore di esistenza.

Le condizioni di un reale progresso riposano piuttosto in noi che fuori di noi stessi e sono fortunatamente *indipendenti dalle circostanze e dalle condizioni della vita.*

E' per questo che ciascuno può trovare l'occasione di avanzare nelle regioni sempre più alte dell'Essere e di là lavorare colla natura al compimento dello scopo manifesto della vita.

Se noi pensiamo che l'obbiettivo della nostra esistenza è semplicemente di soddisfare l'io materiale e di circondarlo di benessere, se noi crediamo che il benessere materiale porti con sé il più elevato stato di felicità, noi prendiamo l'inferiore per il superiore e l'illusione per la verità.

Il nostro modo di vita terrestre è una conseguenza della costituzione materiale dei nostri corpi.

Noi siamo dei vermi della terra perché tutte le nostre aspirazioni vanno verso la terra.

Facendo un passo nell'Evoluzione, grazie al quale diventeremo meno materiali e più eteri, vedremo apparire un ordine di civilizzazione assai differente dal nostro e le cose che ora ci sembrano indispensabili cesseranno di esserlo.

Quando il nostro essere cosciente potrà trasportarsi colla rapidità del pensiero da una parte all'altra del globo, i mezzi attuali di comunicazione non saranno più necessari.

Più ci sprofondiamo nella materia, più materiali sono le nostre condizioni di benessere; il Dio essenziale e potente che si trova nell'uomo non è affatto materiale e per conseguenza è indipendente da tutte le restrizioni imposte dalla materia.

Quali sono i bisogni reali della vita?

La risposta a questa domanda dipende intieramente dalle nostre idee riguardo a ciò che ci è necessario.

Le ferrovie e i bastimenti per ora sono un bisogno per noi; eppure, milioni di esseri hanno passato delle lunghe vite felici senza nulla saperne.

Ad un uomo il possesso di una dozzina di palazzi sembrerà una necessità assoluta; ad un altro una carrozza e così di seguito.

*Tali necessità esistono solo perché l'uomo stesso le ha create;* questi beni gli rendono gradevole lo stato nel quale egli si trova presentemente e lo spingono a restarvi, senza desiderare nulla di più elevato.

Per conseguenza ritardano il suo sviluppo invece di affrettarlo.

Bisogna che ogni cosa materiale cessi di essere per noi un bisogno, se vogliamo realmente progredire nella spiritualità.

*E' il desiderio ed è la dissipazione dei pensieri alla ricerca dei piaceri inferiori, che impediscono all'uomo di entrare nello stato superiore.*

Per avanzare spiritualmente, devi aver fede nel trionfo supremo della Vita divina in te e nell'evoluzione della tua anima, della quale alla fine nulla potrà deludere le speranze.