

02

La COSCIENZA
nella
PADRONANZA
DI SÉ



Quaderni ROSA 
CROCE

QUADERNI
**ROSA
CROCE**
GENNAIO 2023

02

La COSCIENZA nella
PADRONANZA DI SÉ

Juan José Mancheño
Psichiatra, F.R.C.

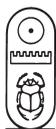


Publicazione a cura
dell'Antico e Mistico Ordine Rosae-Crucis, AMORC
Tutti i diritti di riproduzione degli articoli e delle fotografie sono riservati.



La COSCIENZA nella PADRONANZA DI SÉ

INTRODUZIONE



La padronanza di sé è intimamente legata alla conoscenza. Tuttavia, queste parole sono state usate in modo così disparato che è fonte di confusione il capire esattamente a cosa ci riferiamo. Inoltre, la conoscenza senza coscienza non è possibile, ossia la realizzazione delle attività in modo automatico, senza esserne consapevole, non genera esperienza. L'esperienza è fondamentale nella generazione di conoscenza. Pertanto, stiamo già delineando una serie di concetti che dovremo poi chiarire in quale contesto li usiamo, i quali ci informano che non esiste una maestria infusa e improvvisa al di fuori del lavoro, della preparazione e della pratica nella vita di tutti i giorni. La padronanza di sé non si raggiunge quando si risponde a una offesa con uno sguardo fulminante; piuttosto consiste nel saper porgere l'altra guancia, nell'operare in silenzio, in armonia con le leggi cosmiche e a beneficio dell'umanità. Non dà alcun diritto bensì svariati obblighi. Le conseguenze che derivano dalla padronanza personale sono semplicità, umiltà e dedizione al benessere e alla spiritualità dell'umanità. È nel silenzio, infatti, che dimorano

l'essere e il maestro interiore. Per prima cosa dobbiamo chiarire la terminologia. Per l'AMORC, la coscienza psichica è l'espressione del Sé Interiore profondo, e quindi della Coscienza Cosmica, mentre la coscienza è un attributo dell'anima che permea tutte le cellule alla nascita. In spagnolo vi sono due parole diverse, consciencia e consciencia (con e senza "n" prima della "s"). La "consciencia" è più per esprimere un senso morale, e la "consciencia" la definiamo come la capacità dell'essere umano di riconoscere la realtà circostante e di relazionarsi con essa, come anche la conoscenza spontanea di sé stessi. In senso morale dovrebbe essere usato solo il termine "consciencia" (del bene e del male). Mentre entrambe le parole possono essere usate per esprimere la conoscenza delle cose o di sé stessi. In italiano e nelle altre lingue, la parola è una sola. Useremo quindi sempre la parola coscienza, e dal testo si dedurrà a quale delle due ci riferiamo.

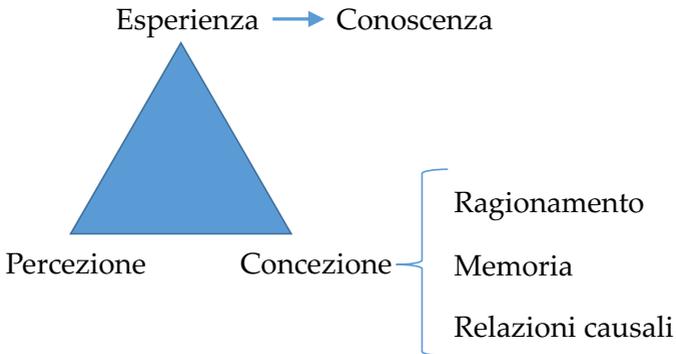
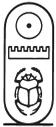


LA CONOSCENZA

Il fenomeno della coscienza ha sempre incuriosito l'uomo. Come ho detto prima, la conoscenza e la coscienza sono strettamente correlate. Ciò aumenta ulteriormente le difficoltà che incontriamo nell'affrontare questo tema. La conoscenza è ciò di cui abbiamo certezza empirica e che può essere condiviso da altri attraverso la percezione oggettiva. Questo la distingue dalla credenza, poiché si tratta di una esperienza oggettiva.

Ora, un'esperienza, affinché sia considerata tale, deriva dalla combinazione (legge del triangolo) di una percezione cosciente e di una concezione biografica. Quest'ultima ci permette di capire e di dare un senso alla

percezione. Dipende dal nostro ragionamento, dalla nostra memoria e dalla relazione causale che stabiliamo. Tutte e tre sono nutrite da percezioni previe, quelle che abbiamo accumulato nel corso della vita. Queste percezioni sono gli eventi che influenzano la nostra coscienza, di cui prendiamo nota. Pertanto, gli eventi di cui non siamo coscienti non valgono come esperienza; nemmeno quelli sui quali non abbiamo impostato una riflessione pertinente. La conoscenza si nutre delle nostre percezioni, dunque la coscienza è la sede da cui sorge la conoscenza.

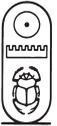


Tuttavia, se fosse così semplice, non esisterebbero scuole come l'AMORC! Succede che il nostro intelletto, le esperienze accumulate e le relazioni che stabiliamo tra loro influenzano in modo non cosciente le percezioni che riceviamo in ogni momento, in modo tale da reinterpretare automaticamente l'esperienza di ciò che percepiamo quando lo percepiamo; e così creiamo un'esperienza basata sulla nostra realtà, sulle nostre convinzioni e sui nostri concetti previi, e non sulla semplice percezione, che è "vergine". Possiamo chiamare questa conoscenza "relativa". Nasce da un meccanismo neurofisiologico del-

le connessioni nervose talamo-corticali chiamato “top-down stimulus processing” (Dan J. Siegel) che predice gli eventi da percepire.

Il nostro sistema nervoso centrale è stato creato evolutivamente per poter prevedere degli eventi. Lavora per coordinare i nostri movimenti e deciderne la direzione. Per fare questo, deve prevedere il risultato di tali decisioni e movimenti, ed è per questo che gli esseri che non si muovono non hanno un cervello (Rodolfo Llinás). Le nostre esperienze previe determinano il modo in cui interpretiamo gli eventi che raggiungono la nostra coscienza, e questo determina che amalgamiamo l'evento percepito con la nostra interpretazione. Ecco perché diciamo che “ognuno vede il mondo secondo le lenti con cui lo guarda”; non diventiamo consapevoli di ciò che percepiamo così com'è, ma come crediamo che sia. In condizioni usuali non otteniamo una conoscenza oggettiva, bensì relativa.

Ad esempio, se vado in un ristorante o al cinema, mi autocostruisco delle aspettative su ciò che spero accadrà e che mi ha spinto a prendere la decisione di andarci. Giunto al ristorante, mentre mangio - o al cinema, mentre guardo il film - il cervello confronta le aspettative previste con ciò che sta accadendo in quel momento, e valuta in modo favorevole o meno. Questa valutazione non deriva da ciò che sta accadendo in quel preciso momento, ma da ciò che sento mentre faccio il confronto. Un esempio ci aiuta a capire l'importanza di questa operazione *top-down* del nostro sistema nervoso cerebrale: la valutazione che faccio in precedenza, quando prendo la decisione di andare al cinema, può avere un punteggio di 9-10; se, quando guardo, il film non soddisfa quelle aspettative,



detta valutazione può diventare 6-7. Mi sento a disagio per la decisione presa se la differenza di valutazione è di 3 punti, ossia, la differenza tra 9 e 6, 10 e 7. Invece non mi rendo conto della differenza se è tra 6 e 7.

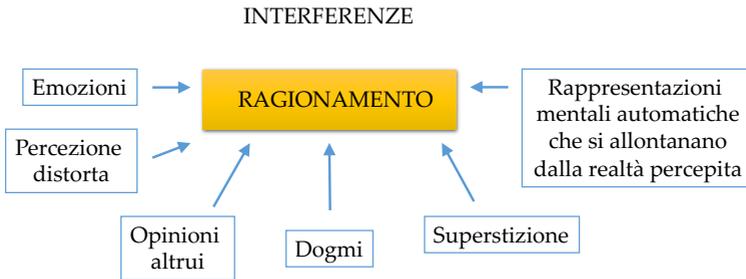
Tendiamo a valutare il presente non da ciò che è, ma da ciò che assumiamo che dovrebbe essere. Questo è il modo in cui valutiamo anche il mondo e gli altri. Lo facciamo automaticamente. Per questo dobbiamo imparare a rimanere in piedi e a vivere il presente così com'è, prendendo coscienza di questo "pilotaggio automatico" allorché non ci è utile. Come abbiamo commentato varie volte, il processo è così celere che non siamo consapevoli dell'immagine che rappresenta il percepito, e questo processo può essere addirittura automatizzato in modo tale che ciò che otteniamo siano preconcezioni, cioè concetti vaghi, molti dei quali diventano indipendenti da ciò che viene percepito. In questo modo spesso cadiamo nell'assunzione, nel pregiudizio e quindi nella pseudo-conoscenza.



La psicologia cognitiva parla di pensieri automatici, trappole di pensiero ed errori cognitivi, come i seguenti esempi:

- Generalizzazione: dopo un'esperienza scioccante il resto sarà lo stesso
- Dicotomia: tu o nessuno, il bianco o il nero
- Personalizzazione: pensare che tutto quel che accade lo sia per sé
- Divinazione: sapere perché una persona si comporta così con noi, anche se non ne abbiamo alcuna prova
- Leggere il pensiero: sapere sempre cosa pensano le persone quando interagiscono con noi

- Etichettatura: sono goffo, sono intelligente, sono buono, sono cattivo
- Sottovalutazione: sminuire ciò che facciamo
- Sopravalutazione: il contrario di quanto precede
- Doveri automatici e rigidi: devo essere il migliore, devo...



Il filosofo John Locke ha spiegato tre ragioni per cui riteneva che l'umanità ragionasse male: a) la maggioranza si fa influenzare dalle opinioni degli altri, dalla fede e dai dogmi, senza mettere in discussione la certezza di quei concetti; b) le emozioni manipolano il ragionamento; c) la nostra mente è limitata alla parzialità, dipende dai sensi. Da qui la necessità del metodo scientifico, cioè la necessità di convalidare empiricamente ciò che è stato osservato.

Qual è il ruolo del ragionamento nel misticismo?

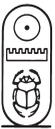
Il pragmatismo del misticismo si trova nel ragionamento. Grazie a quest'ultimo, il mistico traduce la sua ispirazione e la rende disponibile ad altri. Ci sono persone che credono di essere molto intuitive perché agiscono quasi sempre su impulsi interni. Crediamo che tutto ciò che viene in mente all'improvviso sia un'intuizione. La realtà è che di solito confondiamo istinti e tendenze che



ci spingono ad agire in un certo modo, seguendo atteggiamenti, esperienze e pensieri previ (molti dei quali automatici), fantasie o paure... con le intuizioni. Ed è facile confondere tutti questi con l'intuizione, poiché molti appartengono al regno del subconscio.

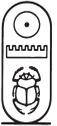
Tutto ciò che ci aiuti a capire e a rimuovere la confusione dalla nostra mente, migliorerà l'intuizione. Questo è il ruolo del ragionamento: una guida.

Il più grande stimolo per l'intuizione è proprio il ragionamento. Pensare e riflettere su certi argomenti genera un campanello d'allarme per l'essere interiore. L'interesse e la concentrazione che poniamo nel ragionamento ci avvicinano alla soglia dell'intuizione, perché di per sé il ragionamento è un processo soggettivo che gradualmente delimita domande e risposte, in modo tale che l'essere interiore sia in grado di esprimersi in qualche modo. Ciò accade quando le idee nella mente sono chiare, concise e pertinenti, in relazione a questioni pratiche. La forza motivante che genera l'illuminazione è nella ragione; se non ci poniamo domande, se non pensiamo, come potremmo



pervenire all'illuminazione, da quali argomenti potremmo essere ispirati?

Affinché la mente sia ricettiva a una maggiore conoscenza, deve dunque prima aver ragionato sulle informazioni che si hanno circa una determinata area. Avremo più possibilità di essere ispirati se ragioniamo deduttivamente, a partire dai principi generali. L'interesse della mente cosciente per le questioni profonde genera una condizione che apre i canali al subconscio, dove risiedono le funzioni puramente psichiche. In effetti, è possibile che ciò che chiamiamo "intuizione" sia il pensiero di un'entità che ci trascende. In modo semplice, possiamo postulare che l'anima dell'uomo è la Ragione e l'Intelligenza Divina Super-conscia. Ecco perché, ragionando, l'uomo può entrare in risonanza con l'Intelligenza Divina e ottenere quei "lampi" che chiariscono quelle indagini che sono in armonia con lo Scopo Divino.



Una volta che l'intuizione ci perviene, se abbiamo ragionato in precedenza, sappiamo come modellarla e come può servirci per agire o chiarire le nostre domande; se non abbiamo precedentemente ragionato su un particolare argomento, e non ci siamo informati, come capiremo l'intuizione, come faremo a sapere se l'impressione ricevuta è un'intuizione, e come metteremo in relazione quell'impressione nella nostra esperienza?

Cos'è la certezza intuitiva? Quando riceviamo un'immagine o un'impressione intuitiva, non dobbiamo dedurre che nel Cosmico c'è qualcosa di esattamente uguale nella forma e nella sostanza, bensì che la comprensione che abbiamo di una realtà fisica è in armonia con la natura del Cosmico: la nostra realtà è un mondo di simboli.

Rappresenta delle influenze cosmiche, ma non delle cose. Quanto più profonda sarà la nostra meditazione su questi simboli, tanto più entreremo in armonia con le influenze cosmiche che la sostengono.

Nulla si accumula nella Mente; è la caratteristica dell'universo che gli consente di essere conscio di sé stesso. Il filosofo rosacrociano Dr. Maltimore Smith commenta: "Quella caratteristica contiene le configurazioni vibratorie della materia prima che compongono gli elementi della saggezza. La mente esamina questi elementi e fornisce una realtà all'ego, dando un senso all'io sono. La Mente, in questo senso, è completa e perfetta, proprio come l'anima; non può svilupparsi, ma lo possono invece i canali attraverso i quali si esprime, come il ragionamento. Non ci può essere illuminazione se la ragione non integra quella saggezza in un insieme coerente sperimentato. La ragione è il fondamento su cui poggia la ricerca dell'illuminazione, della comprensione mistica e della meditazione. Il Dr. Smith si riferisce qui alla Mente Cosmica.



Le impressioni intuitive spesso si manifestano al nostro cervello con rappresentazioni simboliche di immagini. L'intuizione e il simbolo provengono da livelli inconsci. Tuttavia, usano forme note, ossia possono adottare una forma geometrica, un colore, una persona conosciuta, un animale, un mito, ecc... L'importante è capire che rappresentano caratteristiche direttamente correlate a noi. Il simbolo non può essere compreso dalla sua forma in sé o come un semplice segno. Ad esempio, se sogniamo qualcuno che conosciamo, quella persona rappresenta una nostra caratteristica, un aspetto di noi stessi.

Abbiamo menzionato la necessità di migliorare i canali della percezione. Uno degli strumenti più comunemente

usati è la meditazione. C'è un'abbondante letteratura su questa tecnica millenaria. L'importante è osservare che detta tecnica si è adattata ai diversi sistemi filosofici, religiosi e mistici. Nell'induismo, la meditazione è in relazione alle tecniche yoga. Nel buddismo, la meditazione è legata alla contemplazione e alla consapevolezza. Ma in entrambe le modalità si ricerca l'astrazione, cioè uno stato di liberazione dal mondo oggettivo che permetta all'essere di fondersi con ciò su cui medita.

Come regola generale, il primo passo che i mistici compiono durante una meditazione è quello di concentrarsi su qualcosa di ancorato al presente (può essere un concetto, una sillaba o una frase sacra, un simbolo), quindi attraggono alla coscienza l'oggetto della meditazione. In questo modo la mente oggettiva è attenta nel presente, permettendo ai canali di percezione di aprirsi al subconscio e ravvivando la coscienza dell'essere interiore. Dal punto di vista psicologico, la meditazione è un processo psichico che modifica lo stato di coscienza focalizzandola sul presente, avvicinandoci all'attualità di ciò che è in ogni momento.

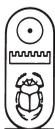
Quando ci rivolgiamo alla mente subconscia alla ricerca di ispirazione, ciò che accade non è come se entrassimo in un'immensa biblioteca e trovassimo la risposta scritta; è come se giungessimo in un luogo con un puzzle che non siamo in grado di finire, e qualcuno lì, di intelligenza superiore, ci spiegasse come terminare il puzzle. La mente subconscia raccoglie le informazioni che abbiamo ricevuto dalle nostre esperienze e ragionamenti, e le ordina in modo tale da chiarire e illuminare la risposta appropriata come se si trattasse di una guida. Naturalmen-



te, per raggiungere il subconscio dobbiamo aumentare la frequenza vibratoria della nostra coscienza cellulare; ciò viene chiamato “stato elevato di coscienza” o “stato di confine”.

Vediamo ora, brevemente, i cinque passi della tecnica di meditazione secondo Ralph M. Lewis.

1. Dobbiamo partire dal livello più basso di coscienza, l’oggettivo; per questo ci rechiamo in un posto tranquillo e silenzioso, dove i sensi non siano stimolati dall’esterno. Concentriamo alcuni dei nostri sensi su un oggetto: possiamo guardare una candela, ascoltare una musica o semplicemente concentrarci sul nostro respiro. Quando concentriamo l’attenzione oggettiva su un senso, possiamo talvolta ricevere stimoli dalle altre impressioni sensoriali; se ci distraiamo, rivolgiamo di nuovo la nostra attenzione all’oggetto iniziale.
2. Poi passiamo alla concentrazione soggettiva chiamata “contemplazione”. Ci concentriamo sull’idea che è il motivo della meditazione. Facendo questo, dirigiamo il centro dell’attenzione verso l’interno e aumentiamo il tasso vibratorio della coscienza. Dobbiamo qui sostituire l’evento a cui partecipiamo, che va trasformato a sua volta in un’immagine che rappresenta l’idea-oggetto delle nostre riflessioni precedenti alla meditazione. Questa idea deve essere ben definita, concettualizzata e classificata. Deve essere completa ma semplice, e non dovrebbe essere contraria allo scopo divino o alle nostre concezioni morali.
3. Una volta che l’intero cerchio della nostra coscienza è l’idea, che siamo diventati l’idea, respiriamo pro-

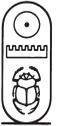


fondamente e lentamente per alcuni istanti. Apriamoci alla possibilità di sentire l'idea, di visualizzarla.

4. Successivamente, ci separiamo dall'idea, come se il cerchio si stesse allontanando dalla nostra vista mentale e venisse sostituito da un nuovo cerchio infinito e nero, vuoto. Rimaniamo in questo stato per circa cinque minuti.
5. Poi apriamo gli occhi e cerchiamo di rimanere passivi, senza pensare a nulla di concreto, per una decina di minuti; ciò si chiama "attenzione al presente", senza focalizzazione.

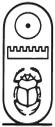
È probabile che durante l'ultima fase ci giunga la risposta attesa, ma è anche molto probabile che arrivi in qualsiasi altro momento, anche dopo alcuni giorni.

La meditazione va molto di moda. Vi sono persone che dicono di meditare quando invece ciò che fanno è un mero rilassamento. È bene ricordare che quando si medita bisogna sempre prendere coscienza di qualcosa con piena attenzione. Psicologicamente, la meditazione trasforma lo stato di coscienza abituale in uno di maggior tasso vibratorio, passivo, ma che è stato in precedenza convogliato. Allo stesso modo in cui lo stimolo elettrico viene trasmesso dalle connessioni neurali attraverso una depolarizzazione (va da negativo a positivo), così facciamo con la nostra mente attraverso la meditazione: si trasforma in coscienza pura (negativo) per essere attivata dall'intuizione o dall'esperienza corrispondente (positivo). Possiamo dire che la parte passiva della mente è la coscienza, e la parte attiva sono gli eventi che si verificano in essa: pensieri e sensazioni. Negli insegnamenti dell'Ordine abbiamo un gran numero di esercizi basati sulla meditazio-



ne. Passare dall'uno all'altro senza concettualizzare bene la consapevolezza, senza viverla in prima persona, renderà sterili tutti gli esercizi mentali. Per questo motivo, dobbiamo ricordare l'importanza del *massaggio psichico quotidiano*, che è una meditazione diretta al corpo.

Il prodotto della meditazione è l'intuizione. Lo psichiatra tedesco Herbert Silberer, uno studente rosacrociano che ispirò Jung a iniziare la sua ricerca, sperimentò i processi mentali dell'intuizione. Egli concluse che, affinché una persona sia ricettiva all'intuizione, la sua coscienza deve raggiungere uno stato di frontiera, in cui i sensi oggettivi sono quasi addormentati, e che quell'impressione intuitiva si manifesta mentalmente sotto forma di immagini simboliche. Ecco perché il simbolismo e l'intuizione sono strettamente correlati.



Se analizziamo attentamente il simbolo, vedremo che esprime un messaggio che è al di là della portata della ragione, che ci dice qualcosa al di là delle parole. Ma allo stesso tempo il simbolo è stato richiesto dalla nostra mente oggettiva per rendersi conto della sua utilità: ci aiuta a comprendere i concetti e a poterli applicare utilmente nel mondo oggettivo. Potremmo dire che il simbolo unisce il mondo materiale con il mondo psichico, è ciò che unisce il mercurio e lo zolfo e, a sua volta, è il risultato di tale unione. Il simbolo è l'immagine che rappresenta l'energia vibratoria intelligente positiva che sopraggiunge al nostro stato ricettivo di coscienza (negativo=sentirsi in coscienza di base).

L'arte-scienza dell'intuizione non è un'esclusiva del misticismo, gli scienziati la usano molto spesso. Attualmente la capacità di osservazione e di sperimentazione

della scienza è enorme; gli scienziati spesso non capiscono cosa stanno osservando; tuttavia, sulla base di certi lampi o certe intuizioni, ordinano e danno significato alle loro osservazioni e ai loro esperimenti, in modo tale da essere emotivamente convinti che l'intuizione fosse vera. Questo fenomeno è prodotto dall'armonizzazione con la Coscienza Cosmica, che si stabilisce sviluppando nella nostra mente temi profondi e costruttivi.

A questo punto possiamo già capire quali sono i pilastri fondamentali dell'intuizione: a) ragionare correttamente, per delimitare il problema da risolvere; b) visualizzare bene, per cercare di trasformare il nostro problema in immagini; c) meditare, che di per sé è una tecnica che ci conduce a uno stato passivo-diretto.

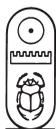
A partire da Aristotele (che sviluppò l'osservazione e la classificazione come metodo ideale per lo studio della natura) a Bacone, l'umanità ha fatto pochi progressi in questo senso. Da Bacone in poi, la sperimentazione ha avuto il suo posto nella scienza: fu proprio lui, assieme a Cartesio e Locke, che fuse da impulso alla scienza fino ai giorni nostri.

Noi, in qualità di studenti di misticismo, riconosciamo l'importanza della ragione, perché nessuno può raggiungere una saggezza improvvisa su ciò che non ha mai pensato. Nel mondo oggettivo (la veglia), le immagini che rappresentano i concetti sono facilmente spiegabili, ci si può ragionare sopra. Nel mondo onirico (nei sogni), le cose cambiano; la combinazione di immagini non è più così spiegabile, ed è molto complesso trovare una spiegazione per ogni sogno. Questo potrebbe accadere perché il ragionamento è soggetto ai limiti della mente



umana: tempo, spazio, sensi, memoria..., mentre il subconscio non soffre di queste limitazioni, poiché non è soggetto al controllo della mente oggettiva. Per questo le sue immagini seguono gli archetipi di un mondo puramente psichico.

Sebbene non esista una linea di demarcazione tra il materiale e il psichico, entrambi sono gestiti dalla nostra coscienza: attraverso i sensi percepiamo ciò che chiamiamo “mondo materiale”. Il resto dell’esistente, che al momento non può essere studiato dalle scienze fisiche, diventa parte dello psichico, perché sembrerebbe che la nostra mente posseda dei meccanismi per percepire quella parte dell’esistenza.

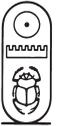


Va notato che questi tipi di percezioni sono al di là della ragione, ma non dei sentimenti né delle emozioni. Le esperienze mistiche sono “irrazionali”, non sono spiegabili con la ragione, perché le nostre parole si basano su concezioni materialistiche che non servono a spiegare i sentimenti spirituali. Lo stesso vale per altri tipi di esperienze psichiche.

Dunque, il nostro comportamento può obbedire al ragionamento circa il mondo percepito, o al sentimento che si genera quando dentro di noi vi è una reazione al percepito, perché l’essere è entrato in risonanza con queste vibrazioni. Ciò significa che i sentimenti non dipendono solo da ciò che viene percepito, ma soprattutto dai contenuti del nostro essere interiore. La sensazione di bellezza è complessa da ragionare, sebbene si basi sulla proporzione e sull’armonia; ma perché questo sentimento venga a nascere in un individuo, egli deve anche possedere un certo grado di armonia, deve essere sen-

sibile alla bellezza. Quanto più la sua personalità è equilibrata e in armonia con le leggi cosmiche, tanto più sarà sensibile a questa sensazione. Lo stesso vale per sentimenti come paura o frustrazione, che possono portare a comportamenti violenti. In generale, tutta l'esperienza esterna passa attraverso la nostra esperienza interna. Ciò è importante da tenere in considerazione quando si analizzano i nostri sentimenti. Non vi è padronanza personale senza conoscenza di sé.

Come abbiamo detto in precedenza a proposito della meditazione, dell'intuizione e del simbolo, lo studio di leggi importanti come vibrazione, polarità e ritmo ci consente di sviluppare il ragionamento deduttivo. Se sappiamo come funzionano queste leggi, sappiamo come influenzano delle leggi minori, quindi il mondo materiale. Questa conoscenza ci permette di effettuare operazioni con le leggi minori e raggiungere risultati pratici. Poiché abbiamo studiato che tutto è energia e vibrazione, e conoscendo le sue proprietà, possiamo operare attraverso la radiazione e la risonanza usando la capacità mentale di intonare, dirigere e ricevere – operazioni fondamentali di padronanza personale. Ma prima dobbiamo approfondire qualcosa di così misterioso, come lo è la coscienza.



COSCIENZA E COSCIENZA DI SÉ

Secondo coloro che credono che la coscienza abbia una base materiale, essa cesserebbe con la morte del corpo biologico. Se riteniamo invece che la coscienza sia un fluido di energia, la morte non dovrebbe far cessare questa energia. In quel caso, la morte non sarebbe la cessazione dell'attività cosciente, non più di quanto lo sia il

sonno. In che modo i processi biologici del cervello causano il fenomeno della coscienza?

Le impressioni che abbiamo dei mondi oggettivo e soggettivo vengono ricevute dal nostro sistema sensoriale. Da qui intraprendono un complesso viaggio in sinapsi e neuroni, che contengono numerose sostanze chimiche chiamate “neurotrasmettitori”. Infine raggiungono un “luogo” (il cervello, secondo gli scienziati) dove vengono trasformati, generando una sensazione cosciente e soggettiva, che non assomiglia per nulla agli stimoli elettrici oggettivi e quantificabili che sono pervenuti fino a lì. Questo cambiamento radicale, dalla quantità oggettiva alla qualità soggettiva, non è comprensibile per la scienza di oggi.



Possiamo definire la coscienza come uno stato interno, qualitativo e soggettivo, che mette in relazione i processi mentali con le sensazioni. La maggior parte degli scienziati si oppone a una relazione causale tra cervello e coscienza; non sono a favore di una posizione dualistica cervello-coscienza come entità separate. Tuttavia, nelle ipotesi che fanno, non riescono a evitare questo dualismo. Vi sono due posizioni opposte nell’analisi della coscienza:

- la coscienza e il cervello sono due cose distinte che devono essere studiate separatamente. La prima appartiene al mondo spirituale o psichico, ed entra nel corpo insieme all’Anima a circa tre settimane di gestazione;
- di natura materiale¹, secondo la quale la coscienza è un prodotto del cervello. I fenomeni coscienti sono effetti di cause cerebrali.

¹ Sir John C. Eccles (1903-1997), Premio Nobel per la Biologia.

Per i monisti, come il filosofo americano John R. Searle, i fenomeni coscienti non sono effetti o eventi, ma caratteristiche intrinseche del funzionamento cerebrale.

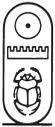
La coscienza è il più grande dei misteri che la scienza affronta. Quindi, degli scienziati rispettabili formulano le proprie ipotesi su ciò che pensano che sia e da dove abbia origine. Questo mistero e il suo rapporto con la concezione del mondo è stato definito come il *problema dei qualia*². Per iniziare, un'ipotesi (che era di moda qualche decennio fa) diceva che il cervello è un computer e la mente cosciente un programma informatico, ma è stata accantonata. Il computer gestisce simboli formali, ma la nostra mente sa anche cosa significano quei simboli, non solo li ordina, bensì ne conosce il contenuto. Questi scienziati iniziano col considerare la coscienza come una caratteristica emergente dell'attività neuronale cerebrale. Il biologo inglese Francis Crick (1916-2004), premio Nobel e scopritore del DNA, ne *La ricerca scientifica dell'anima: un'ipotesi rivoluzionaria per il ventunesimo secolo* (1994), ritiene che tutta la coscienza si trovi materialmente nel cervello, e i meccanismi responsabili siano i neuroni e le molecole (i neurotrasmettitori). Il nostro comportamento cosciente è dunque una proprietà emergente del sistema neuronale. Questa proprietà non è spiegata dal com-



² Nella filosofia della mente, i qualia sono gli aspetti qualitativi delle esperienze coscienti. Ogni esperienza cosciente ha una sensazione qualitativa diversa da un'altra. Ad esempio, l'esperienza che proviamo nell'assaporare un gelato è qualitativamente diversa da quella che cogliamo quando contempliamo *La Gioconda* di Leonardo. I qualia sono estremamente specifici e caratterizzano essenzialmente le singole esperienze coscienti.
<https://it.wikipedia.org/wiki/Qualia>

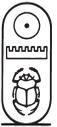
portamento degli elementi del sistema, né appartiene a nessuno di essi, né è una conseguenza della mera somma delle sue parti; è qualcos'altro. Questo concetto è simile al "tutto gestaltico" o al "sé dinamico di gruppo".

Il comportamento neuronale di base è un'attivazione o un'inibizione; la coscienza si ridurrebbe a questi fenomeni. Ma Crick riconosce la difficoltà della sua teoria in relazione ai qualia quando dice: "Il problema deriva dal fatto che il rossore del rosso che percepisco nettamente non può essere comunicato a un altro essere umano". In realtà, si contraddice dichiarando che la coscienza è un fenomeno emergente e poi riducendola a meri processi di attivazione-inibizione. Né spiega come un fenomeno nervoso oggettivo e misurabile si trasformi in una qualità percepita. Ma la cosa più interessante della teoria di Crick è che mette in relazione la coscienza con attivazioni sequenziali e sincronizzate di gruppi neuronali che uniscono il talamo alla corteccia cerebrale (a una frequenza di 40 Hz). Sembrerebbe che percepisca i fenomeni vibratorii, ma non sa come inserirli nell'attuale schema scientifico.



Per il neuroscienziato colombiano Rodolfo Llinás, la coscienza è cotemporalità; l'attivazione di un gruppo neuronale nello spazio e nel tempo al medesimo istante, fondamentale quando si tratta di sentire una percezione. Llinás la chiama "coerenza temporale", ed è il meccanismo neurologico di base dell'unità percettiva, mettendo insieme i componenti sensoriali indipendenti, da lui chiamati "unione cognitiva". Questa unione cognitiva è sincronizzata a 40 hz al secondo ed è decisiva per l'origine del pensiero.

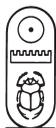
Sir Roger Penrose, matematico e fisico inglese³, autore di *La mente nuova dell'Imperatore* (1991) e di *Ombre della mente. Alla ricerca della coscienza* (1996), struttura una teoria della coscienza con fondamenti di meccanica quantistica. Per Penrose, la soluzione al problema della coscienza sta nella struttura interna del neurone, nello scheletro cellulare, che contiene piccole strutture chiamate “microtubuli”: i processi quantistici a livello microtubolare si manifestano, a grandi livelli, come coscienza. Penrose descrive tre mondi: quello fisico, quello mentale e quello matematico o astratto. La sua è una teoria molto complessa, poiché cerca di spiegare un mistero con un altro. Infatti, afferma che quando si saprà di più sui fenomeni quantistici, il fenomeno della coscienza potrà essere pienamente spiegato, per cui questa teoria non è ancora stata dimostrata, e vi sono scienziati che mostrano importanti lacune nelle loro ipotesi. Elaborata con la collaborazione di Stuart Hameroff, si chiama “riduzione oggettiva orchestrata” (Orch-OR). Penrose e Hameroff asseriscono che la rete di microtubuli neurali funziona come un computer quantistico che genera coscienza, sincronizzando stati di Frölich coerenti tra quei microtubuli, un interlacciamento quantistico tra le loro macrofunzioni di onde quantistiche. La decoerenza quantistica provoca qualcosa come un collasso di queste macrofunzioni d'onda, producendo il segnale sinaptico che porta allo stato di coscienza. Tuttavia, Garrett E. Debs et al., quello stesso anno, hanno scoperto che vi sono delle fluttuazioni nella struttura della parete dei microtubuli che causano deviazioni dalla simmetria elicoidale, in modo tale da scartare la



³ Premio Nobel

teoria Orch-OR. In ogni caso, a causa dei limiti della fisica moderna, Penrose percepisce che la coscienza va molto oltre la biologia.

Il biologo americano Gerald M. Edelman (1929-2014), anch'egli premio Nobel, ritiene che i fenomeni della coscienza si basino su diversi gruppi neurali intrecciati tra loro da una moltitudine di connessioni, formando così delle mappe⁴. Queste mappe sarebbero collegate ad altre mappe, per cui ogni sistema percettivo potrebbe aver bisogno di numerose mappe. Edelman afferma inoltre che il cervello non impara dall'ambiente e dalle esperienze, ma che attraverso le esperienze vengono selezionati sistemi di mappe neuronali, come una selezione darwiniana: alcuni gruppi vengono eliminati non essendo utili, altri rafforzati dall'uso. Un altro dei suoi concetti è il meccanismo del reingresso neuronale, attraverso il quale una mappa che è stata attivata invia un messaggio a colui che l'ha attivata. In questo modo, viene prodotta una complessa rete di comunicazioni tra mappe che sviluppano categorie di percezione. Le mappe neuronali, i canali di reingresso e le categorie di percezione forniscono al sistema una mappatura globale.

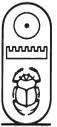


Ma questa complessità neurofisiologica non spiega il fenomeno dei qualia. Per riuscirvi, Edelman propone due tipi di coscienza: coscienza primaria (che origina figure e si relaziona a percezioni semplici) e coscienza superiore (che comprende il linguaggio e l'auto-consapevolezza). Per la coscienza primaria sono necessari tutti i sistemi precedenti che originano una cartografia globale, e in aggiunta, la

⁴ cfr. *Il presente ricordato, una teoria biologica della coscienza*, 1989, e *Sulla materia della mente*, 1992.

memoria (che per Edelman è un processo attivo di ricategorizzazione), un sistema di apprendimento (che collega le categorie per poter scegliere), la capacità di distinguere sé stesso dagli altri (senza l'intervento della coscienza), un altro sistema con cui il cervello può classificare le esperienze nel tempo e produrre idee generali; oltre alla memoria precedente, sarà necessario un altro tipo di memoria, diversa, che viene generata dalla connessione di tutti i sistemi sopra elencati, al fine di mettere in relazione valori e categorie che verrebbero memorizzati. Infine, nuovi canali di reingresso per le categorie percettive, che collegano entrambi i sistemi di memoria menzionati, produrrebbero coscienza primaria. Questa coscienza primaria è ciò che ci permette di sentire, ed è comune agli animali e agli uomini (per l'AMORC sarebbe "la coscienza"). La coscienza superiore invece, esclusiva dell'uomo, emerge quando si è in grado di rappresentare simbolicamente sé stesso rispetto agli altri attraverso l'interazione sociale. Questo modello molto speculativo è il più sviluppato di quelli che, finora, i rappresentanti della scienza sono stati in grado di costruire. Tuttavia, un cervello potrebbe essere dotato dell'intero processo sopra descritto e non essere cosciente, poiché nemmeno così si risolve il problema dei qualia. Infatti, Edelman afferma che, a causa della grande variabilità individuale delle esperienze, quindi dei sistemi esposti, è impossibile per la scienza affrontare questo problema. Ma il fatto che ogni essere umano sia diverso non eleva questa ricerca all'impossibile, dal momento che vi sono anche altre strutture neurofisiologiche e circolatorie che hanno variazioni individuali e sono state nondimeno scoperte.

In breve, questi eminenti scienziati si trovano in un vicolo cieco. Perché? Perché intendono scoprire come



uno stato superiore viene generato da uno stato inferiore. Vogliono applicare la conoscenza delle leggi minori alle operazioni delle leggi maggiori. Ma se il Sé fosse coscienza e l'autorealizzazione del Sé fosse uno stato di piena autocoscienza? In quale altro modo potremmo dire che il tempo e lo spazio sono illusori? Quando proiettiamo la nostra coscienza, ciò che facciamo è estendere l'autoconsapevolezza, ci prolunghiamo nella coscienza con quella con cui ci sintonizziamo; così comprendiamo che l'unica realtà è la coscienza. Ma procediamo per gradi.

Nella psicologia di Carl Jung il sé è orientato esternamente (mondo oggettivo) dalla sensazione (qualcosa è), dal sentimento (valutazione di ciò che è), dal pensiero (analisi di ciò che è) e dall'intuizione (convinzione di ciò che è); e internamente (mondo soggettivo) attraverso la memoria, gli affetti, i contenuti dell'inconscio e altri contributi soggettivi. Quindi, per Jung l'intuizione è un fenomeno oggettivo della coscienza. Allo stesso modo in cui non puoi pensare con le interferenze dei sentimenti, non puoi intuire le interferenze delle sensazioni. L'intuizione è un'irruzione nella nostra coscienza a partire dall'inconscio.



Per il mistico e fisico statunitense Gary Zukav⁵, la coscienza è uno stato di illuminazione: maggiore la luce, maggiore la consapevolezza. Zukav si riferisce a una luce non fisica, a uno stato vibrazionale, ossia la luce dell'Anima. Il corpo è materia cosciente. La personalità è "l'energia dell'anima trasformata in materia". Questa energia si esprime nei pensieri, perché la coscienza l'ha plasmata; senza coscienza non vi sarebbero forme: solo luce, energia

⁵ *Una sedia per l'Anima*, 1990.

e vibrazione. Zukav mette in relazione la coscienza con l'Anima. Crede che la decisione di cogliere la mela nel Giardino dell'Eden si riferisca ai principi energetici che erano disponibili per aiutare i gruppi di coscienza che soffrivano di tensioni. Per Zukav, i diversi livelli di coscienza corrispondono a diversi tassi vibratorii.

Per il filosofo russo Peter Ouspensky, la coscienza è legata al risveglio, al ricordo di sé stessi. La memoria sarebbe una parte essenziale di questo sviluppo⁶. Questa idea è stata acquisita da Gurdjieff⁷. Ouspensky sottolinea che nessuna definizione di coscienza è possibile, perché non sappiamo cosa sia. La scienza e la filosofia non possono definire la coscienza, perché vogliono definirla dove non ce n'è. Le persone non sono consapevoli di sé stesse, non possono sentirsi sé stesse; per questo si deve prima imparare a ricordare sé stesso.

Il mistico svizzero Frithjof Schuon⁸ distingue due coscienze: la psichica o mentale (che ci aiuta a percepire l'aspetto delle cose) e l'intellettuale o cardiaca (che percepisce l'Essenza delle cose). All'intersezione di entrambe, secondo Schuon, sorge una terza coscienza, che si nutre di ambedue le dimensioni allo stesso tempo; capace di percepire i fenomeni, vede Dio in essi, e li vede in Dio. Per Schuon, che trae le sue conclusioni da dottrine vedantiche, la Coscienza è l'Intelligenza che a livello materiale si esprime tramite la forma delle cose. La Coscienza è ciò che percepisce, l'Essenza ciò che viene percepito; dall'interazione di entrambe nasce la realizzazione, è un



⁶ *La coscienza, una ricerca della verità*, 1979.

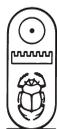
⁷ *Frammenti di un insegnamento sconosciuto*, 1976.

⁸ *L'esoterismo come principio e come via*, 1982.

punto d'incontro. La raffigurazione del numero cinque è il pentagramma, rappresentativo dell'uomo, o una croce, nel cui centro vi è un picco (tridimensionalmente, una piramide) quando il cuore fisico si trasforma in un cervello psichico. Secondo il francese Paul Sédir⁹, nella cosmogonia rosacroceana la coscienza è l'Essere, il Figlio della Trinità, a cui è attribuita la Creazione, il Macrocosmo. Il suo mediatore è la Luce: nel nostro mondo sarebbe il Sole.

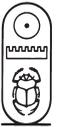
Mettendo a confronto tutto quanto sopra esposto, possiamo trarre la conclusione che la realizzazione è uno stato di coscienza, che ci permette di percepire la verità intrinseca delle cose, l'Essenza; quindi chiamandola Illuminazione, produce una saggezza concreta. Il centro cardiaco è direttamente correlato a questo stato di coscienza, poiché a livello materiale si esprime attraverso di essa, come rappresentante microcosmico del Logos, il Figlio. Sédir ci ricorda, quindi, gli insegnamenti della Scuola dei Misteri di Akh-en-Aton. Abbiamo già visto come gli scienziati hanno cercato di affrontare il problema della coscienza in modo induttivo, dall'osservazione di fatti particolari alla generalità. I mistici invece usano il metodo deduttivo. Questo è il motivo per cui abbiamo menzionato alcune loro osservazioni. Ora faremo lo stesso, ossia partendo da principi generali cercheremo di capire cos'è la coscienza.

Per fr. Ralph M. Lewis, Imperator dal 1939 al 1987, il contatto cosmico era quello di essere consapevoli del Cosmico, della realtà unica. La coscienza dell'uomo è una parte della coscienza cosmica, entrambe differiscono nel loro tasso vibratorio, di modo che la coscienza può con-



⁹ *Storia e dottrina dei Rosacroce*, 1911.

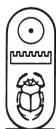
siderarsi una corrente che si adatta alle esigenze che gli vengono rivolte. Per fr. Cecil A. Poole, in *Coscienza Cosmica*, la coscienza è un amalgama di ciò che percepiamo attraverso i nostri sensi e di ciò che sappiamo tramite le nostre facoltà intuitive (le precedenti esperienze dell'Anima); quest'ultima essendo esclusiva dell'essere umano. Questi può percepire oltre i limiti della mera coscienza fisica, sviluppando facoltà che lo mettono in armonia con la Coscienza Cosmica. L'intuizione è la prima e più rudimentale espressione della Coscienza Cosmica; la meditazione sviluppa e migliora l'intuizione. Altrimenti detto, per raggiungere la Coscienza Cosmica dobbiamo espandere la nostra coscienza attuale attraverso metodi che conosciamo. Per mezzo di questa espansione, appariranno nuove possibilità che al momento non sono accessibili a noi. Tale espansione non è possibile se non si mette in pratica il risultato di meditazioni e intuizioni; non è misticismo né il crogiolarsi in piacevole rilassamento, né lo studio intellettuale.



C'è unanimità tra i mistici nel considerare la coscienza come parte di un'altra coscienza maggiore e totale, in genere denominata Coscienza Cosmica. Le cellule umane possiedono esse stesse coscienza. Le cellule cerebrali chiamate "neuroni" hanno la capacità di accumulare questa coscienza. Questo fluido vibratorio è legato alla Forza Vitale e al Nous. In altre parole, non è generato dall'attività cerebrale, ma accumulato e rielaborato. Permea il corpo biologico alla nascita, penetrandovi assieme all'anima-personalità. Pertanto, l'attività cerebrale non inizia da zero, ha già a sua disposizione un'energia vibratoria.

Gli scienziati vogliono invece riscontrare la nascita della coscienza nelle attività neuronali; ecco perché non

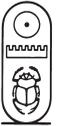
vi riescono. Tuttavia, è vero che, affinché questa energia vibratoria si esprima materialmente, ha bisogno di un sistema molto elaborato, con grande capacità di trattenerla e con grande sensibilità alle vibrazioni e alle sue interazioni. Se la coscienza umana è un'espressione della Coscienza Universale attraverso il nostro organismo, il resto di questa Grande Coscienza, che non riconosciamo, è il *subconscio*, sconosciuto alla nostra coscienza e con un'infinità di livelli vibratori. Il termine "inconscio collettivo" di Jung sembra appropriato. Più alto è il tasso vibratorio, meno materiale sarà la manifestazione, quindi più sottile da percepire per i nostri sensi. Questa scala di livelli vibratori può essere percorsa dall'uomo sviluppando i propri centri psichici, in particolare la ghiandola pineale, sita nel cranio e chiamata "terzo occhio", perché è l'organo del corpo psichico dell'essere umano che trasforma il flusso di Coscienza Cosmica che capta e lo riduce a un tasso vibratorio inferiore per stimolare il Sistema Nervoso, che è più denso e materiale. La pineale è un trasformatore di vibrazioni; senza di essa le frequenze di altissimo tasso passerebbero inosservate all'uomo, non potremmo quindi essere consapevoli dei sentimenti più altruistici e delle cosiddette "esperienze psichiche". Questo flusso di energia governa il nostro corpo attraverso il Sistema Nervoso Autonomo. Ricordate che era qui che Cartesio localizzava l'anima dell'uomo.



Inoltre, il Dr. Rick Strassman ha scoperto che la dimetiltriptamina (DMT), a quanto pare sintetizzata dalla ghiandola pineale, ha due picchi per tutta la vita: nel feto di sette settimane e al momento della morte. Strassman conclude che ciò corrisponde all'entrata e all'uscita dell'anima nel corpo e la chiama "la molecola dello spiri-

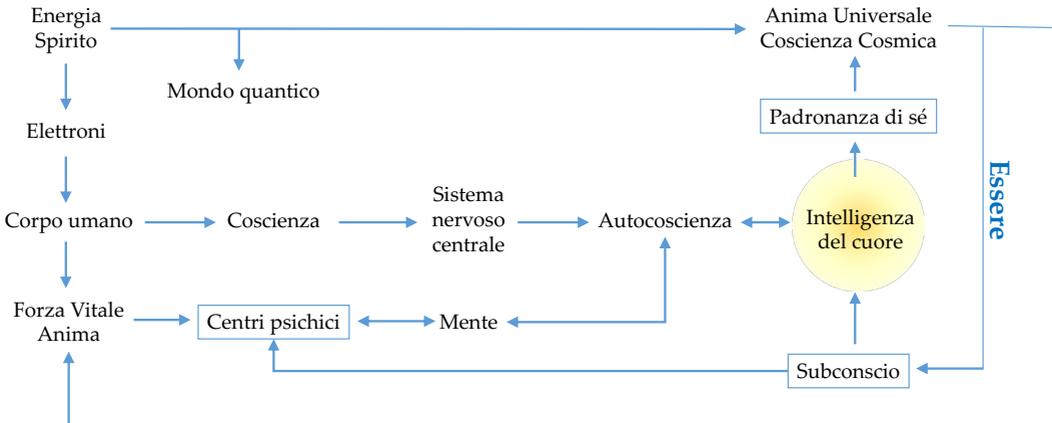
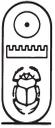
to”. Personalmente, ritengo che questi picchi servano a facilitare la messa in armonia con l’anima-personalità nel suo piano di corrispondenza vibratoria mentre si prepara per la nascita prima, e la transizione poi. Detta molecola è anche prodotta nella neocorteccia e nell’ippocampo, non solo dell’essere umano, ma anche di molti animali, come cavie di laboratorio e conigli, e in alcune piante come *mimosa tenuiflora* (jurema), *diplopterys cabrerana* (chagropanga) o *psychotria viridis* (chacrona). Ecco perché non è troppo corretto chiamarla “molecola della spiritualità”. Il ricercatore James C. Callaway ritiene che questa molecola abbia un ruolo importante nella generazione delle immagini oniriche durante il sonno. Oggigiorno si ritiene che possa essere un neuromodulatore del recettore Sigma-1, che è correlato ad alcuni effetti antidepressivi e disturbi mentali, anche se non ci sono dati concreti o chiari al riguardo.

Riassumiamo ora come avviene la formazione della coscienza. La coscienza è la reazione della Forza Vitale ai diversi eventi con cui interagisce nel nostro organismo, a sua volta formato dalle qualità dell’energia dello spirito. Con gli eventi con cui entra in risonanza, e a seconda della sua polarità, può manifestarsi con benessere; quando il risultato dell’interazione vibratoria è dissonante possiamo provare disagio. Pertanto, questo spettro vibratorio del Nous e della Forza Vitale che si manifesta in noi, interagendo a livello del Sistema Nervoso Centrale, è cosciente (oggettivamente o soggettivamente). Ma quando lo spettro vibrazionale è di tasso più elevato non si manifesta alla coscienza, a meno che i centri psichici non siano sufficientemente addestrati a renderlo cosciente. Il più alto livello di coscienza di questa energia corrisponde all’Ani-

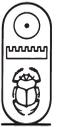


ma Universale. Quando l'Anima diventa consapevole della propria natura, il Sé ci viene rivelato, qualcosa che possiamo sentire quando effettuiamo determinati esercizi proposti dall'AMORC, simili a quelli che vengono chiamati "meditazione senza focalizzazione". È ovvio che distinguere tra Nous, Forza Vitale e Anima è intellettualmente impossibile dal momento che sono energie inconoscibili. L'importante è che siano quello che È.

Possiamo spiegare la generazione della coscienza in un altro modo. L'energia dello spirito genera il corpo biologico. Alla nascita, attraverso la respirazione, la Forza Vitale (insieme al Nous e all'Anima) penetra in noi, e attraverso le cellule del sangue si distribuisce in tutto il corpo. Quando raggiunge le cellule nervose si accumula lì. L'interazione tra Spirito e Forza Vitale forma la coscienza. Dalle cellule nervose viene ridistribuita attraverso il sistema nervoso (assoni), come l'impulso di una corrente elettrica, formando una grande rete in tutto il corpo che lo trasforma in un grande radar e un grande emettitore. Questa rete irradia (parliamo di energie radianti) quella



parte dell'aura visibile dalla fotografia Kirlian. Nel cervello questa energia vibratoria si accumula in grandi quantità nei neuroni. Una quantità sempre maggiore favorisce la capacità di reagire a stimoli sempre più sottili. Poiché la coscienza è la Forza Vitale che si adatta alla materia (nel nostro caso) interagendo con essa, nasce dalla differenza di tasso vibratorio tra il biologico e il suo ambiente circostante. Questo ambiente materiale, quando agisce sul biologico, provoca un'interferenza vibrazionale, e questa modifica dello stato di riposo è la coscienza. L'elaborazione di questa coscienza attraverso successive esperienze di reazione all'ambiente genera la coscienza e la mente negli animali, raggiungendo il più alto livello di autoconsapevolezza nell'essere umano. È la coscienza di questa mente che produce autoconsapevolezza, che ci consente di sviluppare ulteriormente la nostra coscienza, raggiungendo così un nuovo stato percettivo, più relazionato al cuore che al cervello.



Così si forma una spirale in cui la Mente Universale, agendo con l'energia spirituale del corpo, forma una coscienza di base in tutte le cellule. Nel cervello, questa qualità è così grande che permette l'espressione tramite funzioni mentali. Questo elaborato materiale biologico è ciò che permette alla Mente Universale di manifestarsi materialmente con la coscienza (l'uomo) nella propria creazione. La Mente Universale che si manifesta attraverso gli animali non ha coscienza della Creazione. Quando la coscienza di sé nell'uomo raggiunge uno sviluppo superiore e percepisce la realtà delle cose, la Mente Universale può diventare consapevole di sé stessa, è la Coscienza Cosmica. In qualche modo, è dunque l'Anima che ci conferisce la coscienza, che ci permette di manifestare

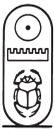
l'Essere, e ciò nella nostra mente si organizza come Ego, come entità di relazione con il mondo materiale e i suoi bisogni, il sé mondano, quindi; e il sé spirituale, l'essere interiore e l'anima-personalità. L'Ontologia Rosacrociata è la scienza dell'Essere, lo studio delle leggi naturali e universali. La loro conoscenza ci reca alla conoscenza dell'Essere e alla padronanza personale. Queste sono le operazioni del Liber Mundi che ogni studente attento impara a leggere diventando membro dell'AMORC.

In sostanza, non vi è differenza tra la coscienza di una cellula e la Coscienza cosmica, se non nel loro rispettivo tasso vibratorio.

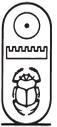
Gli scienziati vedono la coscienza come una funzione mentale percettiva. Ritengono che dovrebbe essere l'operato dei neuroni, ma non riescono a capire come una struttura oggettiva si trasformi in qualcosa di avvertito, soggettivo e individuale. In realtà, non c'è alcun cambiamento di natura poiché i neuroni, essendo vivi, sono già coscienti di per sé. Questa energia vitale, quando stimolata dai messaggi vibratorii che raggiungono il cervello sia dall'esterno sia dall'interno (ricordi, immaginazione...), reagisce, subisce un cambiamento vibratorio che viene percepito come "sensazione". Il mistero cessa di esserne uno, se si ammette l'esistenza di un fluido vibratorio inerente a tutto ciò che è vita, che la organizza e la governa.

L'esperienza mistica è sempre soggettiva. Questa soggettività invalida la conoscenza rosacrociata? Come trasformiamo l'esperienza mistica in padronanza personale?

Quando un mistico è in grado di tradurre, attraverso una struttura simbolica, la sua esperienza interiore, soggettiva, in modo tale che possa essere percepita oggettivamente,



vamente da altri, e costoro, mettendola in pratica – trasferendo questi simboli alla loro coscienza – ottengono la medesima esperienza interiore originale, riesce a trasmettere la sua conoscenza. Questo sistema è quello usato dai Rosacroce, da qui l'importanza del misticismo pratico. Pertanto, la conoscenza rosacroceana è valida almeno quanto qualsiasi altra. La differenza è nella sua origine apparente. Gli scienziati ritengono che la base delle loro conoscenze provenga da un'elaborazione che conferma empiricamente un'osservazione esterna. Il mistico conferma in pratica un'osservazione interiore. La coscienza interviene in entrambi i metodi, sebbene il metodo scientifico cerchi di minimizzarla; il mistico la riconosce come tale e la considera fondamentale. In entrambi i metodi la conoscenza può essere condivisa. La coscienza è il palcoscenico di ogni evento, lo specchio che li contempla; trasforma le vibrazioni ricevute in sensazioni, che una volta concettualizzate si concretizzano in esperienze.



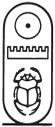
Prima abbiamo parlato di come possiamo percepire l'esterno e l'interno. I sensi fisici ci permettono di percepire ciò che è esterno, ossia la funzione che di solito viene attribuita alla mente oggettiva. La capacità che abbiamo di percepire il nostro mondo interiore è invece in relazione con la mente soggettiva (ragionamento, memoria, immaginazione, sentimenti...). Ancora una volta il confine tra i due mondi è arbitrario, non obbedisce alla realtà, ma ci aiuta a comprendere i processi mentali.

La nostra coscienza sostiene le due menti: l'oggettiva e la soggettiva. Però abbiamo già detto che la Creazione supera la coscienza umana; anche alcune delle nostre esperienze non sembrano far parte della nostra coscienza: dove sono i nostri primi quattro anni di vita? Cosa suc-

cede mentre dormiamo? Che scarpa abbiamo indossato per prima stamattina? Siamo a conoscenza del funzionamento del nostro fegato?

Penso sia opportuno trattenerci un attimo a riflettere sulla mente e sulla coscienza: in che cosa divergono?

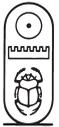
La coscienza umana è l'espressione dell'Anima Universale attraverso l'Essere. L'Essere è quella percezione cosciente della nostra parte divina che dà origine a ciò che noi Rosacroci chiamiamo "anima-personalità", come abbiamo spiegato prima. In ogni caso, ciò che chiamiamo "coscienza" è un'espressione della Coscienza Universale; la parte della Coscienza Universale di cui non siamo consapevoli è il subconscio, all'interno del quale vi sono numerosi livelli determinati dal loro tasso vibratorio. Maggiore il tasso di un elemento, meno materiale, quindi, più psichico; ecco perché le esperienze del subconscio sono psichiche. L'uomo, attraverso i centri psichici, può aumentare il proprio tasso vibratorio, preferibilmente avvalendosi delle ghiandole pineale, pituitaria e tiroidea (i corrispondenti centri psichici); così può entrare in risonanza con frequenze vibratorie di cui di solito non è consapevole, come abbiamo discusso in precedenza. Questa espressione dipende dalla capacità di percezione di ognuno di noi. Solo ciò che percepiamo è reale per noi, quindi il mio subconscio non ha realtà per me: solo quello del subconscio che reco nella mia coscienza è reale per me. Questo è il processo che ci porta alla padronanza: diventare consapevoli del contenuto del subconscio, ciò che Jung chiamava "inconscio collettivo" o "anima umana".



La percezione è una reazione fisica alle vibrazioni, ma è all'interno della coscienza che quelle vibrazioni diventano realtà per noi. La sensazione si verifica nella mente; a

seconda delle nostre esperienze precedenti, classificheremo quella sensazione come piacevole o spiacevole, ma la sensazione non esiste al di fuori di noi. I sentimenti generati da queste sensazioni generano la loro valutazione da parte della mente. Non ci sono cose come il dolore, la paura o il calore, al di fuori della nostra mente. Le sensazioni sono attributi della coscienza, non del mondo materiale. Il fatto che chiunque possa essere ipnoticamente indotto in uno stato in cui non sente dolore ben dimostra ciò che abbiamo detto. Questo è il paradosso della vita: nella realtà della nostra coscienza vi sono elementi che non esistono fisicamente, e al di fuori della nostra coscienza vi sono molti elementi che non sono reali per noi.

La coscienza, poiché dipende dalla Forza Vitale, è il prodotto della relazione tra vita e materia. L'intelligenza della coscienza è quella della Forza Vitale, quindi maggiore la capacità che un organismo ha di trattenere ed esprimere la Forza Vitale, più "cosciente" sarà quell'organismo. Come abbiamo spiegato, il sistema nervoso dell'uomo è la più complessa e sviluppata di tutte le creature terrestri; la Forza Vitale che permea le cellule cerebrali è così tanta che la coscienza che genera è abbastanza sensibile da reagire a sé stessa e dare origine a ciò che chiamiamo "Sé"; la capacità di memorizzare le reazioni e le sensazioni di questa coscienza, e la combinazione di tali fenomeni (pensiero) è ciò che chiamiamo "mente", ossia la mente è la coscienza elaborata dell'uomo, e in sostanza, mente e coscienza sono la stessa cosa, con una differenza fondamentale: la coscienza è completa, contempla, riflette e contiene tutto; è perfettamente definita come *l'Immacolata Concezione*. Ma non funziona, non accumula, non trattiene, non cambia né è soggetta a cambiamenti. È il Testi-



mone che osserva l'Eternità: diventiamo consapevoli della sua presenza quando “vediamo” il Sé (il Sé che io Sono).

Come lo traduciamo in pratica? Se dobbiamo cercare di far sì che la Forza Vitale si esprima sempre di più per espandere la nostra coscienza, come procedere?

Se Mente e Coscienza sono una cosa sola, allora la mente e la coscienza dell'uomo ne fanno parte; se il sostentamento della coscienza è la percezione, l'espansione della nostra coscienza viene effettuata migliorando i canali di percezione. Cioè, dobbiamo imparare a percepire le informazioni che essendo lì (nel nostro subconscio) non possiamo percepire o capire, perché i modi in cui può raggiungerci non sono organizzati o ci sono sconosciuti.



Per trovare questi canali dobbiamo generare nella nostra coscienza uno stato che possiamo chiamare “di confine”. Attraverso questo stato devono passare tutte le informazioni e l'esperienza che vogliamo ricordare. Quando lo stato di coscienza cambia bruscamente, senza fermarsi per un attimo al confine tra conscio e inconscio, è normale che l'esperienza subconscia rimanga lì: non la ricordiamo. I canali più frequentemente utilizzati in questo stato sono i sogni, la meditazione, l'intuizione e i contatti cosmici. La scienza che può aiutarci a perfezionare questi canali è il Misticismo.

Le informazioni ci giungono attraverso questi canali come impressioni o sotto forma di una successione di immagini. Bisogna tener presente che possono circolare in entrambe le direzioni: nello stesso modo in cui le informazioni ci raggiungono, possiamo anche farle pervenire da dove provengono, cioè trasmettendo l'informazione al subconscio in modo che lì sia elaborata e vengano pro-

dotti i risultati richiesti. La via da scegliere è quella della meditazione, quella del rituale oppure quella della suggestione. Il rituale ha bisogno di immagini e simboli che siano in risonanza con ciò che vi è nel nostro subconscio. I rituali trascendono la ragione e non dovrebbero essere interpretati intellettualmente. Tutte queste pratiche sono utilizzate nell'AMORC e hanno lo scopo di avvicinarci alla padronanza personale.

È probabile che le informazioni e le prime scoperte empiriche fossero costellate di intuizioni (prodotte dal meccanismo che è già stato citato e sul quale insisteremo in seguito). All'inizio il sacerdote, il saggio e lo stregone (sciamano) erano la stessa persona. Nel corso del tempo, poiché non tutta la popolazione di una tribù ha lo stesso sviluppo di coscienza, questa unicità tra conoscenza e rituale si diversificò in scienza, religione e magia. Ma la conoscenza primitiva, secondo la tradizione e i principi generali, venne mantenuta da pochi. Questo è il misticismo, oggi scomparso dalla superficie sociale. Questo ha causato molta confusione, la parola misticismo essendo oggi assimilata a bizzarrie.



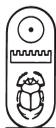
LA PADRONANZA

La padronanza è lo stato di coscienza che ci permette di pensare, parlare e agire in armonia con le leggi cosmiche. Questo è il risultato finale del saper mettere in pratica gli insegnamenti rosacrociiani. Ci permette di eseguire qualcosa in modo eccellente.

Abbiamo spiegato l'importanza dell'ontologia dell'essere e abbiamo commentato alcuni dei suoi aspetti; poiché lo sviluppo dell'essere si avvale della padronanza

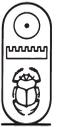
personale dell'individuo, la padronanza si acquisisce rivolgendo la nostra coscienza e attenzione al Sé. Quando prendiamo delle decisioni nella nostra vita, basate su ciò che ci sta accadendo, quasi automaticamente, forzati dalle circostanze, operando con il pilota automatico, senza occuparci del nostro essere interiore, ci allontaniamo dal Sé; dimentichiamo gli insegnamenti rosacroceiani.

Se la padronanza consiste nell'agire in armonia con le leggi universali, allora si potrebbe pensare che la padronanza sia deterministica nel limitare la nostra libertà. Prima di tutto, va detto che la libertà e il libero arbitrio sono concetti mentali che non hanno senso nella Mente Cosmica. D'altra parte, maggiore è la conoscenza, maggiore è la capacità di sentirsi liberi e di operare nel mondo. Forse un esempio ci aiuterà. Se voglio spegnere la fiamma di una candela con le dita, posso farlo premendo dall'alto verso il basso lo stoppino della candela che brucia, il che è normale, poiché la candela è di solito posta a un livello inferiore al nostro. Ma in questo modo mi brucerò. Se voglio continuare ad avere la libertà di spegnere la candela, dovrò usare uno spegnicandela per proteggere le mie dita, o continuare ad usare le dita e bruciarmi. Se so che la fiamma della candela è prodotta dalla combustione della cera che produce alcuni gas, e che questi quando la temperatura aumenta tendono ad andare verso l'alto poiché aumenta la loro volatilità, posso allora spegnere la fiamma con le dita, facendolo dal basso, alla nascita dello stoppino che sta bruciando dalla combustione di quei gas, e che ha meno temperatura; in questo modo non mi brucio le dita. Un altro esempio, se maneggiamo cavi elettrici: se sappiamo che toccando questi cavi senza protezione uniremo i due poli con



il contatto del nostro corpo e si trasmetterà corrente attraverso il nostro corpo, prenderemo precauzioni; se non lo sappiamo, dopo il primo impatto non manipoleremo più cavi elettrici o moriremo in successivi tentativi. Operando secondo la conoscenza delle leggi, aumenta la libertà di azione ed evita gli effetti collaterali che si verificano a causa della sua ignoranza. Questo, elevato alla totalità delle possibili operazioni in natura, è la padronanza. Ecco come opera il Rosa-Croce.

L'AMORC ci insegna come possiamo connetterci (in realtà siamo sempre connessi) con l'essere e gli attributi dell'anima quando prendiamo decisioni importanti nella nostra vita. Si tratta di generare una spirale ascendente, dal punto di vista vibratorio, per interagire con quegli alti tassi dell'anima di cui non siamo ancora consapevoli. Questa spirale nasce attraverso la connessione di scalini triangolari, i cui vertici sono visualizzazione-intuizione-ragionamento deduttivo. Come abbiamo indicato in precedenza, questa capacità di ragionare è ciò che ci permette di essere pratici e trasformare il mondo, oltre ad essere il cibo della visualizzazione. L'intuizione è il risultato dell'unione tra visualizzazione e ragionamento.



Dobbiamo ricordare che l'intuizione segue anch'essa la legge di polarità; quindi, fluisce dal polo positivo (attivo) al polo negativo (passivo). Ecco perché dobbiamo diventare quel polo negativo (se abbiamo bisogno di attrarre un flusso di energia verso di noi), adottando un atteggiamento consapevolmente ricettivo. Maneggiamo sempre energia radiante, che scorre secondo la legge della polarità e interagisce secondo le proprietà dell'energia radiante e delle vibrazioni.

La mente non può usare il pensiero per ricevere questa energia, poiché ciò facendo si comporta come un polo positivo. La canalizzazione mentale richiede uno stato negativo e ricettivo, e questo ce lo concede il sentimento, attraverso il quale possiamo entrare in risonanza con le diverse manifestazioni di energia e incanalarle come ne abbiamo bisogno. Questa è padronanza: la saggia gestione delle qualità mentali per incanalare le energie cosmiche secondo la conoscenza delle leggi universali e in armonia con esse.



Come può essere applicata nella vita di tutti i giorni?

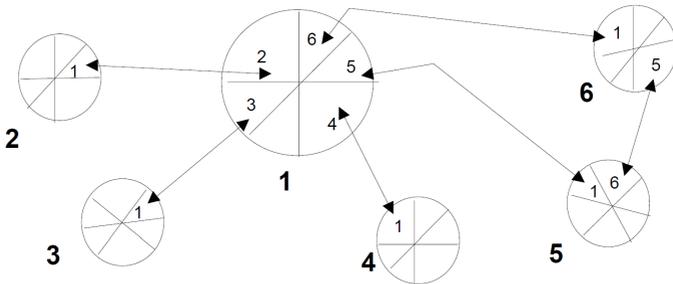
Secondo il Dipartimento di ricerca dell'Università Rosa-Croce (URCI) in cui è stata svolta questa esperienza, dobbiamo partire da un atteggiamento di cambiamento. Uno studente rosacrociano è una persona che non ha riserve al momento di mettere in discussione le proprie concezioni, i giudizi, gli interessi, i desideri, gli atteggiamenti e i risultati. Questo interrogarci in modo sincero ci aiuta a conoscerci meglio. In questo modo scopriamo che c'è qualcosa da cambiare o da migliorare. Lo sviluppo di nuove potenzialità si basa sull'iniziazione a una nuova conoscenza. Ecco il processo da seguire:

- Desiderio di cambiamento.
- Porsi delle domande circa le possibilità e le alternative.
- Essere ricettivi all'intuizione, che sarà verosimilmente un'impressione.
- Analizzare l'intuizione senza sottovalutarla (tendenza abituale della nostra cognizione) e verificare come si relaziona alla nostra vita e al nostro modo di essere, come può essere utilizzata in maniera pratica.
- Metterla in azione, per verificare tramite l'esperienza la sua veridicità.

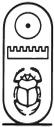
Niente di tutto questo ha un senso al di fuori delle relazioni umane. Lo scenario della vita è una rete di scambi reciproci di informazioni e sentimenti. Quando ci proponiamo agli altri così come riteniamo di essere, ci ritroviamo immersi in quel mare di interrelazioni, ed è allora che siamo in grado di capire noi stessi, ossia quando ci relazioniamo, siamo all'interno del gioco del dare e del ricevere; si formano correnti di informazioni e sentimenti che, volenti o nolenti, ci influenzano e ci fanno reagire in un modo o nell'altro. Le nostre reazioni a loro volta fanno reagire gli altri.

Queste reazioni e sentimenti ci offrono dei dati relativi alla nostra collocazione nel mondo. Non siamo esseri assoluti, quindi, non potremo mai conoscerci bene se non relativizziamo la nostra esistenza rispetto a quella degli altri, se non comprendiamo la nostra coscienza come estensione della coscienza altrui, né i nostri sentimenti come reazioni a esperienze soggettive condivise; sentimenti che sono reazioni alla sintonizzazione di elementi psichici condivisi.

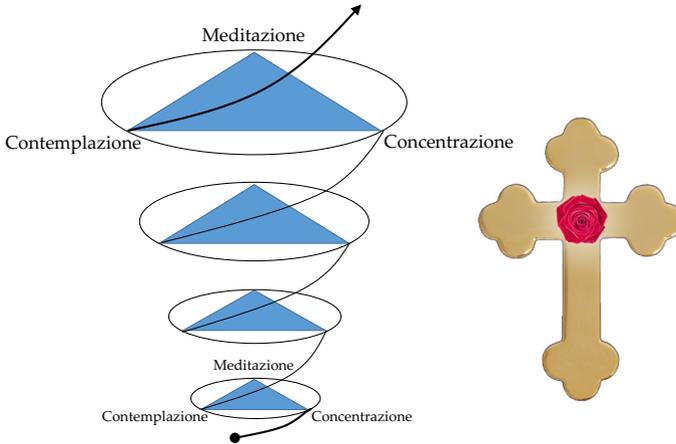




Le sfere sono persone; quando la persona 1 interagisce con la 2, all'inizio la relazione si basa su una sintonia psichica con elementi condivisi in entrambe le psiche. Lo stesso succede con il resto delle sfere. Questo ci mostra che non siamo diversi gli uni dagli altri. Ciò che ci differenzia è la "vecchiaia", la capacità di armonizzazione cosmica. Quando una coscienza "poco sviluppata" si sintonizza con elementi psichici sgradevoli di altre coscienze generalmente sente rifiuto, e persino sentimenti negativi, non rendendosi conto che anche lei porta tali attributi. Quando questo si verifica con una coscienza "sviluppata", questa, comprendendo, prova compassione per l'altra e proverà ad aiutarla a prendere coscienza di quell'aspetto di sé e a superarlo.



Pertanto, quando qualcuno ci risulta antipatico, dobbiamo pensare che ci siamo sintonizzati su elementi psichici di quella persona che si trovano anche in noi e che non vogliamo accettare come nostri (i poli positivi si respingono). Dobbiamo esserne grati, perché grazie alla relazione che abbiamo stabilito con quella persona, abbiamo scoperto qualcosa in noi di cui non eravamo, o non volevamo essere, consapevoli. Quando fuggiamo dal contatto con gli altri, fuggiamo da noi stessi. Quando aiutiamo gli altri, aiutiamo noi stessi; oltre a riscontrare dei nostri elementi che ci erano sconosciuti, abbiamo ampliato la conoscenza, l'esperienza, le possibilità e le responsabilità, e non è forse questo il percorso che ci reca alla padronanza di sé e della vita?



Per il Dipartimento di ricerca dell'Università Rosa-Croce, il processo rosacrociano di pensiero è una spirale ascendente simile a quella sopra esposta; una volta ottenuta un'informazione intuitiva, dobbiamo considerarla come il nuovo oggetto della meditazione e applicare i suoi metodi: concentrazione, contemplazione e meditazione propriamente detta. Questo processo viene applicato di nuovo al risultato, e così via. Bisogna trasportare sempre questa conoscenza alla vita di tutti i giorni, in modo tale che si vada formando una spirale le cui tappe sono triangoli, i cui vertici rappresentano la concentrazione, la contemplazione e la meditazione. È in questo modo che si raggiunge la conoscenza di sé, la conoscenza dell'essere e la padronanza personale. Questo è il processo di messa in pratica della perfetta congiunzione della rosa e della croce.



