

Ina di Bella

## AUTOPERFEZIONARSI PER SERVIRE L'UNITÀ

Il mio percorso di autoconoscenza e di autoperfezionamento ha avuto inizio con la Psicointegrazione, grandiosa prassi psicologica che ha dato il via a un percorso in divenire. E proprio perché è un percorso in divenire, oggi voglio esplorare il passaggio successivo: dall'autoperfezionamento fine a se stesso, che inizia con il migliorare se stessi e la propria vita, alla consapevolezza di essere in un'altra fase in cui la trasformazione di sé non è più in primo piano o, meglio, in cui i frutti di quel miglioramento non sono più solo a favore di se stessi, ma sono a disposizione di tutti.

A questo proposito, ho trovato nell'Agni Yoga una frase che esprime in maniera semplice questo concetto: “...l'autoperfezionamento è necessario non soltanto per sé, ma per il bene comune. ...”; frase che ne richiama un'altra (forse più famosa): “chi migliora se stesso migliora il mondo”, ed è facile comprenderne il perché, ma di questo bisogna esserne sempre più consapevoli.

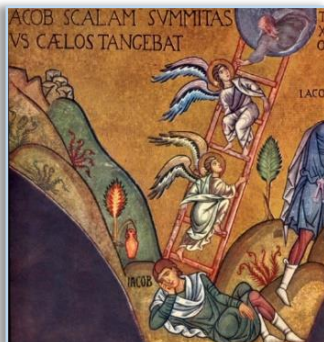
Vediamo ancora cosa s'intende, in senso ampio, per autoperfezionamento nell'Agni Yoga: “È un principio spirituale che si appresta mediante l'esperienza. È Luce. È uscire dalle tre dimensioni e scoprirne una quarta. È superare i propri limiti. È guardare al futuro. È scoprire le possibilità celate nelle imperfezioni. È impegno, disciplina e apprendimento. È raffinare la coscienza. È saper unire causa e effetto. È un pozzo senza fondo.”

Questi concetti sono illuminanti e andrebbero approfonditi punto per punto, ma il tempo a disposizione non lo consente, anche perché preferisco dedicarlo ad indagare cosa ci può essere dietro a tutto questo e come metterlo in moto.

Bene, anzitutto occorre l'aiuto di una guida, perché l'autoperfezionamento volto al bene comune è un percorso molto più difficile, forse impossibile, senza la ricerca di contatto con gli Esseri luminosi che sono davanti a noi nel processo evolutivo e che l'Agni Yoga chiama “Fratelli Maggiori dell'Umanità o Gerarchia”. Del resto da sempre l'umanità più pronta ha cercato delle Guide superiori.

*“Tutti i popoli hanno saputo degli Angeli Custodi, e ne hanno preservata la tradizione per millenni. Tutti gli Insegnamenti hanno indicato i potenti Protettori del genere umano ...perché quest'epoca disconosce le Guide supreme? Quando mai il mondo è stato senza Protettori? E cosa spera di ottenere l'umanità dall'idea dell'assenza di una Guida?”*

Proprio perché l'umanità ha sempre guardato al Cielo, mi viene in mente la Scala di Giacobbe, quell'immagine biblica che rappresenta il ponte tra Cielo e Terra, dove gli Angeli, i messaggeri divini, salgono e scendono incessantemente, a rappresentare la loro opera di mediazione tra Dio e l'umanità e l'umanità a Dio.



*“Una scala poggiava sulla Terra, la sua cima raggiungeva il cielo.*

*Ed ecco, gli angeli di Dio salivano e scendevano su di essa.” (Genesi 28, 12)*

Ancora dall'Agni Yoga un approfondimento sulla Guida: *“Chi tende ad elevarsi senza un Maestro è come un arciere che scocchi frecce verso il cielo a occhi chiusi, nella speranza di colpire un uccello. Ma dalla vita bisogna espurgare tutto ciò che è casuale. Si deve sapere dove si è diretti, e aver fiducia nella Guida, solo così si evita di tirar colpi alla cieca; e la Guida sa come scansare i colpi avvelenati. Ma rispettatela non solo a parole, ma nel cuore, e la Guida crescerà, assieme a voi; perché, accostandosi a ciò che è grande, si cresce, così come è inevitabile rimpicciolire quando si torna indietro. È una legge, questa: ogni mossa nel senso giusto realmente vi ingrandisce.”*

È così: abbiamo bisogno di una Guida, un Maestro che ci aiuti nel percorso di auto perfezionamento e di salvaguardia del bene comune. Non dobbiamo comunque dimenticare che siamo muniti di libero arbitrio, che l'aiuto arriva solo se è richiesto e che, quindi, il libero arbitrio va conciliato con l'accettazione del *“Maestro”* che – man mano che procediamo nel percorso e ne comprendiamo sempre più l'importanza – ci aiuta a varcare la prima porta dell'evoluzione, laddove, al contrario di ciò che si pensa, non c'è perdita di libertà – qualità indispensabile al progresso dell'umanità – ma, piuttosto, la conquista di una libertà sempre maggiore. Ecco perché abbiamo bisogno di un *“Maestro”*: per essere aiutati ad acquisire sempre più libertà.

La conquista di una maggiore libertà è inversamente proporzionale alla capacità di mettere a tacere il sé separato. Ciò non significa dimenticarsi di avere una personalità, ma, al contrario, che questa deve diventare uno strumento di crescita e di servizio, e non di limitazione. Acquisire maggiore libertà significa liberarci dalle maschere che nascondono la nostra vera essenza. Siamo molto più potenti di quel che pensiamo, ma le sovrastrutture difensive, che ci avvolgono come involucri, nascondono le potenzialità di cui siamo dotati e che sono invece requisiti indispensabili per partecipare con creatività alla costruzione del nuovo mondo.

*“Non accettare un Maestro lascia dunque il discepolo senza guida, e le azioni di uno spirito così disorientato non hanno alcuna virtù costruttiva. Qualsiasi impegno spirituale deve quindi sfociare nella ricerca di una Guida ... Chi teme il manifestarsi del Maestro rimane ignorante. Chi rifiuta la Mano della Guida resta per sempre nell'errore. Chi ha paura di perdere la propria individualità non la possiede. Il filo che lega il Maestro al discepolo ... costituisce una protezione eccellente. Come si potrebbe esprimere il proprio fervido impegno, senza il Maestro? ... Solo assieme alla poderosa Gerarchia si riesce veramente a costruire. (Collana Agni Yoga)*

Qualcuno potrà magari dire: *“Sì, mi risuona, ma dove troverò il mio Maestro?”* Beh, ciascuno se vuole troverà la risposta attraverso il lavoro continuo su di sé, potenziato da una buona dose di aspirazione, perché, nel percorso di crescita interiore e sviluppo spirituale, la tensione aspirativa è già un primo passo verso la Guida.

Se ci pensiamo bene, da quando siamo nati abbiamo avuto moltissime guide, anche se non sempre ne siamo stati consapevoli. Mi viene in mente e mi piace ricordare qui la mia maestra delle elementari: con quanta grazia e generosità, ma anche autorevolezza, mi ha accompagnato per quei cinque importantissimi primi anni di vita scolastica.

Sappiamo che tutti gli insegnamenti spirituali mutuati dall'oriente spingono in questa direzione: la necessità di avere un Maestro. È famoso il detto: *“quando l'allievo è pronto il Maestro appare”*. E allora, non stiamo tanto a preoccuparci: se abbiamo intrapreso un percorso evolutivo il Maestro, prima o poi, si presenterà e avrà quelle caratteristiche a noi necessarie, perché ciascuno incontra la Guida più adatta alla propria coscienza.

Attenzione, vigilanza, dedizione al percorso, unitamente alla preghiera e alla meditazione, aiutano a incontrare ciò che ci occorre. Ma, se siamo eternamente distratti e i nostri pensieri e

le nostre azioni sono altrove, è difficile che accada qualcosa.

*“...Come trovare il Maestro? Non scordate che la volontà attrae l’attenzione di chiunque sia invocato ...”* (Collana Agni Yoga)

Ed ecco citata la volontà! A proposito di volontà, mi viene in mente Roberto Assagioli: più andiamo avanti nel percorso, più emerge la sua grandezza, la sua maestria che ci ha accompagnato nello sviluppo della coscienza!

Ma ogni fase del percorso richiede “*Maestri*” adatti. Attenzione non si perde niente e nessuno, perché ogni nuovo maestro che incrocia il nostro percorso contiene tutti gli altri: non potrebbe essere altrimenti. Saranno tutti sempre presenti, anche se racchiusi in un’unica figura adatta alla quella fase e allo sviluppo conseguito. E così, riprendendo l’esempio di prima: come posso dimenticare la maestra Callari, essendo consapevole che, se oggi sono su un percorso spirituale, lo devo anche a lei e a tutti coloro che, dopo di lei, mi hanno insegnato qualcosa che avesse a che fare con la conoscenza, la ricerca interiore e l’etica?!

Ma, tornando al riconoscimento consapevole del “*Maestro*” sul percorso spirituale, come si presenterà a noi? Sarà in carne e ossa? Sarà un personaggio immaginario o immaginato? È dentro di noi o fuori? Può essere un Insegnamento? Può essere la nostra anima, il nostro maestro interiore, il Sé?

Tutte domande legittime alle quali non è possibile dare una risposta univoca. Ciascuno troverà la sua risposta, se lo vuole. Però, al di là di questo, è necessario fare un passo indietro e affermare con certezza e decisione che la nostra prima guida è la coscienza.

*“Solo la coscienza guida e fa discernere la direzione giusta ...–Affermate che la coscienza purificata è quel magnete che attrae tutte le energie benefiche. Quel tesoro inesauribile conduce alle vette, dove vive la vittoria ... Il fuoco della coscienza illuminerà la via. (Collana Agni Yoga)”*

La necessità della ricerca di qualcosa di superiore a noi, che possa guidarci con saldezza, viene dalla coscienza. Quando la coscienza ci avrà portato sulla soglia di un percorso spirituale al quale aderire spontaneamente, ecco che apparirà il Maestro.

Come dicevo un momento fa, prima di arrivare a incontrare il “*Maestro*” con la “*M*” maiuscola, colui che ci accompagnerà nel nostro percorso spirituale, tutti noi incontriamo tanti altri maestri in persone o “*cose*” cui abbiamo riconosciuto un potere illuminante e benefico. Si crea una sorta di circolo virtuoso: più si espande la coscienza, più “*magicamente*” avvengono incontri straordinari che aiutano e sostengono sul percorso dell’autoperfezionamento. Il percorso diventa sempre più entusiasmante, ma anche più impegnativo, e occorrono aiuti commensurati. Ciascuno incontrerà il Maestro che gli corrisponde, più adatto alle sue qualità, che potranno così crescere e manifestarsi, di più e meglio, grazie al Suo aiuto.

*“È bene abituarsi all’idea che una Guida è indispensabile. Tutte le religioni hanno dunque affermato la Guida e il Maestro. Quando parliamo del Maestro ricordiamo che è un’esigenza inevitabile ... Considerate il Maestro come la pietra di paragone, in base alla quale valutare la qualità; perché, se non ammettete l’esistenza del meglio e del più luminoso, non avreste motivo per perfezionarvi ... La protezione sollecita veglierà invisibile sulla crescita della coscienza. Come una guida nell’oscurità di un dedalo di vie, il Maestro posa la Mano sulla spalla del discepolo. (Collana Agni Yoga)”*

Abbiamo bisogno di una guida che sia per noi un modello cui tendere, che ci mostri la direzione, che vegli su di noi, che ci aiuti ad alzarci quando cadiamo e ci riporti sulla giusta via quando ci smarriamo. Una volta incontrato e riconosciuto il Maestro, non illudiamoci di essere arrivati chissà dove: il percorso è appena iniziato, ma, per quanto impegnativo, lo percorreremo con entusiasmo,

perché capace di generare gioia nel cuore, nella consapevolezza di aver trovato ciò che si cercava. Bisogna di continuo rinsaldare il legame: il contatto con il Maestro è un percorso che va curato.

*“Come sentirsi completamente protetti? Solo stabilendo un legame strettissimo con il Maestro. Espansione di coscienza e legame con il Maestro è un binomio indissolubile che va cercato, mantenuto e potenziato. Quel legame è una vivente penetrazione nel futuro ... L’immagine del Maestro, impressa nel cuore, non sbiadisce mai ed è pronta a dare soccorso in qualunque momento. Questa via del cuore è la più antica, ma richiede una coscienza notevolmente espansa ... Imparate a custodire il filo che vi lega al Maestro ... Quando Questi si manifesta inizia la via più breve. La Mano del Maestro invita alla soglia della comunità ... L’esistenza di Esseri Superiori è la base di tutta la vita; e ricordate che essa si esplica mediante l’esercito del Servizio. Non tardate a unirvi a quelle legioni, poiché non c’è impresa più feconda di successo che servire quegli Esseri Luminosi.”* (Collana Agni Yoga)

Questi brani, tratti dall’Agni Yoga, contengono alcune parole fondamentali, quattro capisaldi sul percorso, sui quali mi voglio soffermare: *Futuro, Via del Cuore, Comunità, Servizio.*

Essere collegati a un *Maestro* significa cominciare a prendere confidenza con il *futuro*, quella forza motrice che ci proietta in avanti. Il *Maestro* ci invita al cambiamento continuo e, quindi, al futuro: solo così si evolve.

*“Non è affatto facile orientarsi al futuro. A dirla, è semplice: lasciar perdere il passato e guardare all’avvenire. ... Ciò non vuol dire che si debba ignorare il passato; anzi, tale conoscenza è benedetta. Quel che occorre è non restare come statue nella polvere degli avi ... Pensiamo a muoverci e volare.”* (Collana Agni Yoga)

Il mezzo per proiettarsi verso il futuro è il *cuore*. La mente concreta non può conoscere l’Infinito. Il solo ponte per accedere ai mondi superiori è il cuore che, seguendo la via dell’amore, ci collega direttamente al cuore del Maestro. Avviene uno scambio tra il cuore del Maestro e del discepolo attraverso un filo, che possiamo immaginare d’argento, che collega i due cuori. Questo filo va reso ogni giorno più saldo attraverso il pensiero, il lavoro, la preghiera, la meditazione.

*“Il cuore del Maestro non opprime mai. Egli osserva gli esperimenti del discepolo e con dolcezza ne trattiene la mano quando sta per toccare il fuoco. Il Maestro ha da essere molto grato quando l’energia purificata dell’allievo sale con potente moto spirale: è quella che si chiama la ruota della cooperazione. Così, il Maestro è sempre pronto a spartire le sue risorse di energia, ma l’allievo deve essere disposto a purificare il cuore.”* (Collana Agni Yoga)

Se noi abbiamo bisogno del Maestro, anche il Maestro ha bisogno di noi. Solo attraverso l’aiuto concreto di un’umanità risvegliata gli Esseri Luminosi possono dar vita a un mondo migliore. I Maestri hanno la visione, sono i detentori del Piano evolutivo, mentre l’umanità fornisce *“le mani e i piedi”* per realizzarlo. Tra il Maestro e il discepolo avviene uno scambio benefico: il Maestro indica il percorso verso la *Comunità* che, più che un luogo, è un gruppo di persone, è uno stato di coscienza, là dove cooperazione, fratellanza e unità possono diventare realtà.

*“La vita in comune è stata per lungo tempo indice di cooperazione e mutuo rispetto. Anche un laboratorio può essere la cellula di una comunità cui ciascuno contribuisce con le proprie risorse. L’altruismo è indispensabile, se si vuole dedicare la propria abilità al lavoro comune. Per entrare nella comunità, che è soprattutto una fraternità, occorrono due decisioni coscienti: lavorare senza fine e accettare qualsiasi compito. Una comunità può sussistere solo fra amici.”* (Collana Agni Yoga)

Tutto quanto detto finora porta al concetto di *“Servizio”*, che possiamo descrivere come la

chiamata dell'anima a partecipare consapevolmente al grande progetto evolutivo in atto nel Pianeta. Ma lascio alle parole dell'Agni Yoga una descrizione più puntuale.

*“Vi si domanderà per quali segni si possa accertare l'imbocco del sentiero del Servizio. Il primo di essi è certo la rinuncia al passato e l'orientamento totale verso il futuro. Il secondo è il riconoscimento del Maestro nel cuore, non tanto perché sia necessario, quanto perché è impossibile altrimenti. Il terzo è la vittoria sulla paura, perché il Signore è una corazza che rende invulnerabili. Il quarto è l'assenza di biasimo, perché chi è lanciato verso il futuro non ha tempo di occuparsi dei rifiuti del giorno prima. Il quinto è la dedizione totale del proprio tempo a lavorare per il futuro. Il sesto è la gioia di servire e di essere interamente consacrati al bene del mondo. E il settimo è l'anelito ai mondi lontani e alle loro vie predestinate. Questi sono i segni che fanno riconoscere uno spirito pronto e aperto al Servizio. Egli saprà quando snudare la spada per il Maestro, e la sua parola viene dal cuore.*

È anzitutto il Servizio che consente di realizzare il Bene comune e solo l'autoperfezionamento continuo permette di comprenderne il profondo significato. È l'anima che serve attraverso la personalità. L'anima chiama e la personalità controllata risponde e, servendo, si affina sempre più. Ricordo un altro mio indimenticabile maestro, Sergio Bartoli – il fondatore della Comunità di Etica Vivente di Città della Pieve – che raccomandava, a un certo punto del percorso di crescita, di tralasciare il lavoro sulla personalità a favore del servizio. Le sue parole erano *“mettete la personalità in automatico e impegnatevi nel Servizio”*, nella giusta convinzione che il Servizio reso ne sviluppasse le qualità e trasformasse o, quanto meno, ne smussasse le difettualità.

Chi impara ad amare il Servizio all'umanità facilita la propria evoluzione attraverso l'espandersi della coscienza, il rispetto per il Maestro e l'applicazione di ciò che Questi insegna. Il Servizio non sta nel promuovere il benessere – come inteso comunemente – ma nel beneficiare il genere umano. Il vero Servizio sta nel sopportare con pazienza le intemperanze della personalità, nostra e degli altri, continuando a perfezionarsi. Quindi, per affermare l'unità bisogna saper partecipare al Servizio comune.

Voglio concludere con alcune potenti parole dell'Agni Yoga, anche se mi rendo conto che in questo nostro mondo, così devastato dalla separatività, dall'avidità e dalla cattiveria, suonano difficili e utopiche. Ma, per chi vuole servire l'Unità, sono da mantenere e coltivare nel proprio cuore, affinché un giorno possano attecchire e dare frutto.

*“Venerare il Signore vuol dire conoscere l'Immagine Guida. RispettarLo significa dedicarsi a Lui. AmarLo significa elevare lo sguardo all'Altissimo, vuol dire consacrareGli il proprio cuore, servire la Gerarchia del Bene, servire la Luce nello spazio. Se si anticipa ogni cosa proiettando pensieri di bene, si creano canali in cui quell'energia può raccogliersi e scorrere. Mentre si ricostruisce il Mondo, bisogna dirigere le forze ad assecondare l'opera della Luce. Così si creano nuovi ponti.”*

