

# VIVERE DELIBERATAMENTE

*La Scoperta e lo Sviluppo dei Materiali Avatar®*

di Harry Palmer



Assistenza Editoriale  
*Kayt Kennedy*

Tutto il nostro amore a tutte le persone che hanno  
contribuito alla creazione di questo libro.

VIVERE DELIBERATAMENTE  
© Copyright 1994, 2002, 2005 di Harry Palmer  
TUTTI I DIRITTI RISERVATI.

Nessuna parte di questo libro può essere usata o riprodotta in  
qualsiasi maniera senza il permesso dell'editore.

Star's Edge International  
237 North Westmonte Drive  
Altamonte Springs, Florida 32714 USA

ISBN: 1-891575-32-5

Avatar®, ReSurgiendo® e Star's Edge International® sono marchi registrati di Star's Edge, Inc.  
Tutti i diritti sono riservati.

VIVERE DELIBERATAMENTE è la prima sezione di un corpo più grande  
di opera originale cui si fa collettivamente riferimento come Materiali Avatar.  
I caratteri e gli eventi descritti nel testo di VIVERE DELIBERATAMENTE si  
propongono di divertire e di insegnare piuttosto che presentare una precisa  
storia effettiva di persone reali o eventi.

## AVATAR®

è un corso di evoluzione personale di nove giorni fondato sui principi della coscienza descritti da Harry Palmer.

Sin dal suo esordio Avatar ha sperimentato un'esplosiva crescita mondiale. Oggi, (09/02), ci sono, sparsi in 66 paesi del globo, più di 6,000 insegnanti Avatar licenziati (Master) e 55,000 Avatar che hanno completato il corso.

I Materiali Avatar sono attualmente disponibili nelle seguenti lingue:

*Inglese • Francese • Olandese • Tedesco*  
*Portoghese • Spagnolo • Giapponese*  
*Sloveno • Russo • Coreano • Italiano*  
*Farsi • Cinese • Nepalese • Indonesiano*  
*Ebraico • Croato • Svedese • Danese*

*Per i  
Compagni*

# Indice

## Parte I: Alla Ricerca

<b>Prefazione dell'Autore</b> Momenti Straordinari .....	vi
<b>Capitolo I</b> Gli Anni Sessanta .....	2
<b>Capitolo II</b> Incubazione .....	6
<b>Capitolo III</b> Nella Vasca .....	10
<b>Capitolo IV</b> Sto Ancora Galleggiando .....	13
<b>Capitolo V</b> Appunti dalla Vasca .....	15
<b>Capitolo VI</b> Estasi .....	18
<b>Capitolo VII</b> I Primi Avatar .....	19

## Parte II: Gli Insegnamenti

<b>Preambolo</b> .....	24
<b>Capitolo VIII</b> Evoluzione dei Sistemi di Credenze .....	25
<b>Capitolo IX</b> Livelli dei Sistemi di Credenze .....	27
<b>Capitolo X</b> Riappropriarsi delle Proprie Matrici Mentali .....	29
<b>Capitolo XI</b> Un Discorso a Tu per Tu sull'Onestà .....	30
<b>Capitolo XII</b> Punti di Vista e Natura dell'Essere .....	32
<b>Capitolo XIII</b> La Grande Separazione .....	33
<b>Capitolo XIV</b> Creativismo e Realtà .....	34
<b>Capitolo XV</b> Progettare la Nostra Realtà .....	36
<b>Capitolo XVI</b> Verità Relativa ed Esistenza .....	38

## Parte III: Il Sentiero

<b>Capitolo XVII</b> Espansione .....	42
<b>Capitolo XVIII</b> La Nuova Civiltà .....	46
<b>Harry's Epilogue</b> Allineamento .....	48

## Prefazione dell'Autore

# Momenti Straordinari

Ti sei mai posto il problema di che cosa sia la coscienza? Dove sarebbe l'universo senza la coscienza? Se un po' alla volta eliminassi dall'universo soli, pianeti, spazi, energie, l'ultima cosa che toglieresti sarebbe la COSCIENZA!

*Saresti in grado di eliminare la coscienza? Chi o cosa sarebbe in grado di verificare se ci sei riuscito?*

Ti hanno mai incuriosito o preoccupato certe esperienze fugaci relative ad abilità mentali insolite o inaspettate o a stati alterati di coscienza? Forse sei stato più che curioso; forse hai cercato di sperimentare quello stato misterioso una seconda volta ...

Le tradizioni religiose e, più recentemente, la scienza, abbondano sempre più spesso di riferimenti a stati alterati di coscienza: illuminazione, esperienza decisiva di svolta, coscienza olografica, trasformazione quantica, consapevolezza cosmica, gioia, nirvana, samadhi, grazia, armonia universale, guarigione spontanea, ritmi alfa, estasi celeste, esperienze extracorporee, percezioni extrasensoriali, levitazione, la gloria della redenzione, la pace della salvezza, satori, essenza divina, coscienza cristica – e questo è solo un breve elenco.

La lista crescente conferma che sempre più persone sperimentano situazioni che non rientrano nella loro normale esperienza di veglia. *Sta succedendo qualcosa all'interno della coscienza? Sta sperimentando l'evoluzione di se stessa? Un risveglio a livello cosmico?*

Fenomeni straordinari della coscienza si verificano spontaneamente e non sempre possono essere spiegati con il semplice rapporto causa–effetto. Le persone sono incerte nel descrivere eventi di tipo non fisico. Gran parte della terminologia tende a essere esoterica o sfumata nel significato. Confronti e schematizzazioni sono più vicini all'arte o all'analogia che alla scienza. E proprio quando la com-

prensione sembra vicina, l'evento, come un sogno che svanisce rapidamente, sfuma nella nebbia del dubbio. Per un attimo vi è stato qualcosa di insolito ... *era lì non è vero?* Le descrizioni a parole sono un pallido sostituto dell'esperienza vissuta.

Istruzioni o esercizi che tentano di ricreare queste esperienze solitamente si riducono a una sorta di rituale a ritroso che recita: "Abbi fede, continua a fare così e così e forse potrebbe succedere qualcosa che potresti descrivere come ...". Sfortunatamente l'universo non funziona a ritroso e gli unici risultati che si ottengono da questi rituali sono autodegradazione, ipocrisia e finzione.

Le persone imparano così a vivere con il ricordo incerto di pochi attimi, ore o giorni vissuti in una esperienza straordinaria, la causa della quale è sconosciuta: è un momento euforico di amore, un attimo di invulnerabilità onnipotente, un istante di cristallina e onnisciente chiarezza, un momento di grazia, una premonizione, un attimo così vero che il resto della vita sembra un sogno. Come possiamo ritrovare questi momenti? Quale combinazione di pensieri e situazioni è in grado di ricrearli? Questa è una ricerca entro la quintessenza del regno della coscienza. Il premio è ben al di là di una qualunque quantità di fama, ricchezza o potere.

Momenti straordinari! Momenti meravigliosi di riverenza! Esperienze che fanno vedere persino vita e morte in una prospettiva minore! Esse lasciano dietro di sé il ricordo di inspiegabili momenti magici e tracce di un sentiero che, se fossimo in grado di ripercorrere, potrebbe rivelare e ridefinire chi siamo e chi stiamo diventando.

Per alcune persone, i doveri e i desideri della vita fanno scivolare questi istanti nell'oblio: esse si rifugiano nella sicurezza e nella banalità della loro vita quotidiana: lo stipendio e i conti da pagare. A questo punto probabilmente, persone così avranno già messo da parte questo libro e avranno continuato quella lotta che loro chiamano vivere.

*Tu però stai ancora leggendo...* Per te una vita dalle–nove–alle–cinque, anche se forse necessaria, non ti dà le risposte che cerchi. Tu sei alla ricerca di qualcosa! Vi sono delle memorie incantate che aleggiano ai confini dei tuoi ricordi? Ti piacerebbe dare uno sguardo più approfondito?

PARTE I:  
*Alla Ricerca*

## Capitolo Uno

# Gli Anni Sessanta

Inverno del '62. Una sera stavo ritornando a piedi dalla biblioteca quando una Dodge verde del '40 si fermò al mio fianco. A rimorchio trainava una roulotte argento Airstream, più o meno della stessa epoca. Aveva un aspetto spettrale come se fosse appena uscita da uno degli episodi di 'Ai Confini della Realtà'. Mi immaginavo Rod Sterling in piedi da qualche parte lungo la strada e una voce fuori campo che diceva: "Vi presento Harry Palmer, studente scoraggiato di ingegneria. Come molti della sua generazione, la sua mente lotta per capire quale sentiero la sua vita stia percorrendo. Tra pochi istanti i suoi pensieri verranno interrotti allorché arriverà all'appuntamento con il destino ... ai Confini della Realtà." (musica)

Un finestrino appannato si abbassò, una mano guantata si sporse e allungò un biglietto da visita con un invito scritto a mano. Diceva:

*Ultima Visita Terrena di  
Swami Ananda!*

*Vivi l'ultima udienza con  
Swami Ananda prima che egli  
assurga all'Estasi dell'Universo!*

*Solo su invito, \$5.*

Era una coincidenza che io fossi l'unica persona sulla strada o che, per caso, avessi con me tutti i risparmi della mia vita: 5 biglietti stropicciati da un dollaro?

• • • •

Nello stesso anno, qualche tempo prima, avevo vinto una borsa di studio per entrare al Clarkson College of Technology, una delle migliori università di ingegneria negli Stati Uniti. Fortuna? Io non lo credo. La borsa di studio era letteralmente una catastrofe travestita da premio! Sarebbe stato molto meglio se mi avessero consigliato di partecipare a un giro turistico munito di un'enciclopedia. I miei

interessi erano così ampi che i dettagli mi creavano confusione. Ero un esperto finché si trattava di essere superficiali, comunque la borsa l'avevo vinta e così ci andai.

Frequentai lezioni tenute da fisici e matematici teorici fra i migliori al mondo, ma vi ritrovai solo riflessi più chiari della mia confusione. Sembrava non esserci alcun fondamento nelle cose che mi venivano insegnate. Mi sentivo come se fossi arrivato a metà dello spettacolo. Che confusione. Troppo tardi per i principi fondamentali e troppo presto per le conclusioni. *Così, e allora così, e allora così, e allora così, ... e allora cosa?*

Mi sentivo come una scimmia intelligente sul ponte di comando di una nave stellare. Avevo imparato i codici necessari per manovrare i portelli; non aveva importanza che l'astronave esistesse, che qualcuno avesse avuto un motivo per costruirla o che stesse dirigendosi da qualche parte. Questioni irrilevanti. Apparentemente nessuno conosceva le risposte. I sorrisi condiscendenti dei professori rivelavano chiaramente che il fatto stesso di porre queste domande era un segno della mia immaturità.

Fatto sta che proprio quella notte uscivo dalla biblioteca, beatnik-ingegnere-poeta, ripiegavo il numero di fumetti DR. STRANGE della Marvel e mi dirigevo verso il dormitorio.

• • • •

La misteriosa Dodge verde sobbalzò sull'asfalto sconnesso e curvò verso Cubby Park, una piccola striscia di verde e di tavoli da picnic lungo il fiume Raquette. Si fermò in attesa sotto il cono di luce emanata da uno dei nuovi lampioni al vapore di mercurio. Cercai di ignorarla. Mi stavo dirigendo verso il tepore del mio alloggio e mi ripetevo che non mi poteva importare meno di una qualunque Ultima Visita Terrena di uno sconosciuto. Quello che volevo era solo ... COSA! Mi voltai e mi diressi verso la Dodge. *Non posso credere che proprio io stia facendo questo!*

"Namasté". Una voce di donna – con forte accento indiano – mi salutò con una parola che mi sembrava quasi di riconoscere. Essa comparve da dietro la roulotte e con un profondo inchino si presentò. "Sono una discepola di Swami Ananda".

Aveva un punto rosso sulla fronte e portava uno scialle arancione brillante. A un primo sguardo appariva come una giovane fanciulla ma subito dopo assomigliava a una vecchia. Facevo difficoltà a mettere a fuoco i suoi lineamenti. *È giovane o vecchia? Non riesco a capire.*

“Puoi presentarti allo Swami immediatamente,” disse e porse la mano per ricevere i miei soldi. Mi sorpresi a darglieli. Essa ripiegò le banconote e le ripose in una piccola borsa ornata di perline. *Addio al Dilly burger n° 2 con frullato alle fragole.*

“Qual è il tuo nome, giovane ricercatore?” mi domandò.

“Harry”. *Ma quanti anni hai?*

“Sono in dovere di avvertirti, signor Harry, che da venti anni lo Swami non parla a voce alta, ma egli conosce ogni tuo pensiero e ti farà sapere attraverso me ciò che maggiormente hai bisogno di imparare!” Come per dimostrare la stranezza del patto, per un attimo sembrò diventare trasparente e scomparve. Mi sfregai gli occhi increduli.

Un santo, vecchio e telepatico! Una donna invisibile la cui età mutava ogni volta che la guardavo! *Dove diavolo mi stavo cacciando questa volta?*

La discepola aprì la porta e mi fece cenno di sedere su un cuscino rosso a una delle estremità dell'unica stanza della roulotte. La roulotte ondeggiò sotto il mio peso mentre vi salivo. *Candele di cera e incenso.* Allorché i miei occhi si adattarono al baluginare della candela vidi un vecchio serafico seduto su una sedia pieghevole. *Chissà se viaggia sempre qui dietro?* I suoi occhi erano chiusi e dava l'impressione di essere addormentato – o addirittura morto! Mi ricordai di alcune dicerie riguardo un cadavere mummificato chiuso nell'armadio a muro del pianerottolo sulle scale dell'atrio della Odd Fellow, al college.

Senza che me ne accorgessi, la donna era salita sulla roulotte dietro di me. Fluttuando come un fantasma, si accomodò al mio fianco e si inchinò verso il vecchio. Questi non mosse un muscolo. *Oh Dio, pensai, questo è il Rocky Horror Picture Show! Un Santo cadavere trascinato in giro su un carro viaggiante e io ho pure pagato per vederlo.*

La donna annunciò a voce alta, “Swami Ananda, lascia che ti presenti colui che è alla ricerca delle **grandi risposte**”. *Non fece una mossa.*

Per diversi minuti nessuno parlò, nessuno si mosse. Fissavo con avida curiosità il vecchio. *Sei vivo o sei morto?* Alla fine la donna accennò con il capo come se avesse compreso, come se qualcosa fosse stato detto. Io non avevo sentito niente ma improvvisamente notai un foglio di carta da lettera sul pavimento di fronte a me, foglio che non avevo notato in precedenza. La donna mi porse una matita e disse, “Lo Swami è onorato di fare finalmente la tua conoscenza, signor Harry. Egli desidera che tracci un cerchio per lui”.

La frase mi stupì *...onorato, finalmente? Mi stava aspettando?* Improvvisamente mi venne la pelle d'oca. Mi dissi che probabilmente era a causa del freddo. A ogni modo, disegnai il cerchio.

La donna fece un cenno di approvazione. “Grazie signor Harry”.

Quindi posò il foglio di carta su un vassoio e lo porse allo Swami. *Si è mosso! Vive!* Senza aprire gli occhi o dire una parola, egli raccolse la matita e tracciò un cerchio più piccolo all'interno del mio e uno più largo all'esterno. Tre cerchi concentrici!

Per un attimo la donna sembrò sul punto di svenire, poi si riprese quel tanto che bastava per ripiegare il foglio e porgermelo solennemente sulle palme rivolte in alto.

“Grazie,” dissi. *Chi sei? Perché dimostri tutte le età contemporaneamente?*

La roulotte ondeggiò nuovamente mentre scendevo. Cominciai a chiedermi se qualcuno non mi stesse facendo uno scherzo. Una burla della confraternita? Era così, ne ero certo. Mi allontanai, attraversai la strada e mi appollaii sullo schienale di una panchina. Faceva freddo e stava cominciando a nevicare. Desiderai intensamente che il mio giaccone sportivo di velluto a coste Joey Dee avesse un collo abbottonabile. *Nessuna risata di ubriachi. Nessuno intorno.*

Dopo un po', la Dodge uscì da Cubbly Park e si diresse verso di me. I finestrini erano troppo appannati per distinguere la persona alla guida. Le vecchie Dodge utilizzavano un piccolo ventilatore installato

sul cruscotto per sbrinare il parabrezza ma quello di questa macchina non era in funzione. Chiunque fosse al volante stava procedendo a intuito.

Mentre la macchina passava davanti alla mia panchina, rallentò e parole che non udii ma che non dimenticherò mai formarono un pensiero nella mia testa. *Ho l'età che tu pensi che io abbia. Possa tu crescere ed espanderti nell'universo, signor Harry.*

La Dodge scomparve nella notte. Rimasi seduto a lungo a guardare la neve scendere. Sembrava che stesse cancellando il mio mondo.

Lasciai l'università. Lasciai ingegneria. Lasciai la città. Tre increspature concentriche conseguenti il mio incontro con lo Swami? Tornai a casa e misi radici nel seminterrato. Mia madre cominciò a preoccuparsi e mio padre mi diede dello sfaticato. Dormivo tutto il giorno e leggevo durante la notte. Saltuariamente frequentavo delle lezioni presso l'università locale: studiavo filosofia e letteratura inglese.

• • • •

Estate del '65. Lavorai come cuoco alla Dog 'n Burger per gran parte dell'estate. Misi da parte denaro sufficiente per comprarmi una Mercury decappottabile del '53. Era una 8 cilindri a V, di colore blu come le uova dei pettirossi, con la capote bianca. Il concessionario vi aggiunse un paio di coprimozzi che si adattavano alle ruote posteriori. Cerchioni neri davanti. Era giusta. Anch'io ero giusto – troppo in gamba, con i capelli che mi arrivavano fino alle spalle, per cuocere hamburger. Misi un pacchetto di Luckies nella manica arrotolata della mia T-shirt bianca e mi lanciai all'avventura: Greenwich Village, Haight Ashbury, Berkeley. Non avevo idea di dove stessi andando. Io e la mia Mercury blu ci lasciavamo trasportare al di là della salita successiva, oltre la curva successiva. Portavo con me i cerchi dello Swami aspettando il momento in cui mi avrebbero rivelato qualcosa. Quando avevo bisogno di denaro imbiancavo le stanze dei motel. Alcune notti mi fermavo in un caffè a leggere le poesie che avevo scritto. Rime beatnik al ritmo dei bongo. Talvolta qualcuno passava in giro un cappello e racimolavo qualche soldo ma per la maggior parte pitturavo. Le stanze dei motel hanno sempre bisogno di una mano di pittura.

Lungo la strada conobbi altri che “stavano andando” – Smokey, Rebel e Steve. Ci spostavamo da una università all'altra, mangiando nelle mense studentesche grazie a tesserini presi in prestito e, quando eravamo fortunati, dormivamo in dormitori lasciati liberi. Visitavamo le comuni, inscatolavamo cibo per le cooperative e fundamentalmente sopravvivevamo nella dilagante cultura underground che caratterizzava quel periodo.

Steve portava un coltello nello stivale che lo faceva camminare zoppicando. Zoppicava, ma in modo noncurante. Aveva con sé un contenitore vuoto di gas lacrimogeno residuo di qualche corteo di protesta e affermava di voler reclutare gente per conto dell'associazione Studenti per una Società Democratica. Per la gran parte del tempo ascoltava rock and roll mentre cercava di imparare da autodidatta a suonare il basso elettrico. *There is...a house... in N'Orleans, they call the ri-i-sin' sun.* Suonava questa canzone nel sonno.

Rebel assomigliava all'uomo Zig Zag disegnato sulle cartine per sigarette: fu così che gli diedi quel soprannome. La sua missione era quella di far sì che tutti si sballassero. Era capace di rollare uno spinello con una sola mano – il primo, per lo meno. Ci convinse a fumare erba: discutevamo cose del tipo come gli elfi si trasformino in ceppi d'albero se li guardi troppo da vicino. Ridevamo, avevamo attacchi di fame a causa del fumo e ci dimenticavamo ciò di cui stavamo parlando. Dimenticammo molto. Dimenticare ci faceva stare bene. *Cosa vi stavo dicendo?*

Smokey. ... Oh, Smokey! Una tipa libera. Protestava contro la pubblicità da casalinghe della Maxwell e faceva l'amore per protesta contro la guerra. *Dove sei finita, amica?*

Io? Nella mia mente io ero la versione hippy di Roy Rogers. Credo che i miei amici percepissero questa mia identità dato che mi chiamavano Cowboy. Il Cowboy sognatore dai capelli lunghi! Mi chiedo se Roy abbia mai avuto il codino.

Stavo studiando psicologia occidentale e filosofia orientale mentre portavo a termine gli studi senza frequentare! I professori abituati a fare l'appello impararono a saltare il mio nome. Tanto ero assente! Divoravo i libri, ero brillante agli esami, indossavo una inquietante fascia nera sul braccio e mi

facevo vedere solo durante gli esami. Venivo tollerato perché erano gli anni Sessanta e i rettori di Università erano piuttosto diplomatici. La Columbia University era stata chiusa a causa dei tumulti studenteschi. La Cornell University era stata occupata da radicali armati. Come diceva la canzone, “...sono maturi i tempi per la rivoluzione”. Era un momento pericoloso per gli intolleranti.

Così la mia istruzione era occasionale e saltuaria. Il foglio di carta con i tre cerchi dello Swami sopravvisse al cambio della Mercury. Guidavo la macchina come Robert Mitchum nel film *THUNDER ROAD*. Un giorno rilasciai di colpo la frizione per far fischiare le gomme... Finì come una qualunque altra carcassa arrugginita presso uno sfasciacarrozze della Pennsylvania. Un rottame! Rimediai 25\$ e mi diressi a ovest in autostop.

Smokey voleva che la raggiungessi a Chicago per protestare contro la Convention Democratica, almeno questo era quanto mi aveva detto. Ce l'avrei fatta se non fosse stato per l'uomo Zig Zag. Era uscito da una lezione di Timothy Leary predicando il vangelo dell'acido. Aveva con sé una dozzina di Ozlies color porpora. Sandoz. Quattro-vie. Le chiamavano così perché una pastiglia era in grado di ridurre quattro cervelli normali in poltiglia vibrante. Dodicimila microgrammi di LSD-25 puro! Con 50 microgrammi potevi avere un'esperienza mistica, con 100 riuscivi a credere di essere Dio....

Mi laureai nel '69. Laurea a indirizzo scientifico con specializzazione in Inglese, Storia, Filosofia e Psicologia Educativa! Piuttosto distante da Ingegneria! Dopo la laurea sedemmo nel cortile a bere un vinaccio alle fragole e ad ascoltare il suono dei colori spiando invidiosi le matricole dallo sguardo acceso le cui domande lasciavano riflessi nell'aria. Vibrazioni ovunque. *Lucy in the sky with diamonds!*

Spero vivamente che nulla di quanto ho raccontato ti scandalizzi, ma tradirei amici ormai defunti se non raccontassi le cose così come sono state. Per quanto mi riguarda, quei giorni erano proprio così. Assassinio, minaccia nucleare e Vietnam. Non sempre era così evidente che ce l'avremmo fatta. Gas lacrimogeni e pazzia. Si contavano i corpi. Milioni di proiettili penetrarono dentro la carne morbida durante la battaglia tra credenti convinti. La moralità stava sanguinando a morte, sangue in abbon-

danza da far galleggiare una superpetroliera e nel mezzo di tutto questo un uomo passeggiava sulla luna. Programmi televisivi in diretta, versetti sacri dalla luna, “*Un piccolo passo per un uomo, un enorme salto per l'umanità*”.

Il mondo e io stesso ci lasciavamo trasportare dentro e fuori quegli avvenimenti che lasciarono profonde tracce nella nostra anima collettiva. E i tre cerchi? Essi mi accompagnarono lungo le avventure pericolose della scuola di specializzazione, dei culti e dello sciamanesimo psichedelico. Mi tornarono in mente quando ascoltai i versi di una canzone di Bob Dylan che diceva: “...*Nulla ti si rivela!*”. Essi erano ancora lì quando ballavo con la mia novella sposa al suono di “*We're Sgt. Pepper Lonely Hearts Club Band, we hope that you'll enjoy the show*”. Ed essi erano ancora lì alcuni anni più tardi quando ci asciugammo le lacrime e ci dicemmo addio.

Poi, come gran parte delle cose, andarono persi. Come se la verità potesse andar persa! Forse fanno da segnalibro in uno dei libri che leggevo allora: *ATLAS SHRUGGED, STRANIERO IN TERRA STRANIERA, IL PELLEGRINAGGIO IN ORIENTE, SIDDHARTA, THE HARRAD EXPERIMENT, ELECTRIC KOOL-AID ACID TEST, DUNE, I CHING...* Non lo so.

E poi tutto finì. Semplicemente. Fine di un capitolo. Ultimo treno per la costa. Era giunto il momento di rigare diritto.

Mi tagliai i capelli e acquistai un vestito Robert Hall di seconda mano. Mi spostai dall'altra parte della cattedra e tenni lezioni sui personaggi della letteratura americana. Mi scrollai di dosso gli anni sessanta come il bozzolo vuoto di una cicala appeso alla corteccia di una quercia. Bell-bottom, collane di perline e droga, Jim Morrison, Janis Joplin e Jimmy Hendrix: lasciati alle spalle.

Gli anni '60 sono stati un decennio fuori dall'ordinario, un'esperienza spirituale fortuita, un vagare di potenzialità alla ricerca di una casa. Almeno, io li ricordo così.

E da qualche parte tra le varie potenzialità, i cerchi contenuti in altri cerchi, i semi dei materiali Avatar cominciarono a prendere forma entro la mia coscienza

## Capitolo Due

# Incubazione

Un giorno dei primi anni '70 a Los Angeles, ebbi un'esperienza straordinaria che non avrei compreso né riprovato se non più di un decennio dopo.

Stavo uscendo dal mio appartamento quando notai che la mia visione normale era stata rimpiazzata da una molto più vasta – una visione globale! I miei pensieri e gli oggetti che guardavo coincidevano!

Mi stavo muovendo in un paesaggio fisico che coincideva con quello che avevo nella mia mente. Dissociato da entrambi. Ciò che di solito era dentro la mia mente, adesso era al di fuori! O piuttosto il mondo esterno era penetrato in essa? Cerchi concentrici! Si era dissolto qualcosa di molto importante, qualcosa che teneva separati l'oggettivo dal soggettivo. Il mondo esterno e la mente improvvisamente diventavano sinonimi. Un allineamento e una coincidenza perfetti tra pensiero mentale e realtà fisica. Così semplice, così nitido! **La mente era diventata l'universo o, forse, viceversa.** Chiusi gli occhi ma riuscivo ancora a vedere! La visione fisica e quella mentale erano in perfetto accordo.

Ero meravigliato da quanto fossi calmo. Provavo un sollievo divertito, come quando nel bel mezzo di ansie e problemi uno scopre che non vi è in realtà alcun motivo per preoccuparsi. La sensazione crebbe finché ogni cosa non ne fu permeata. Mi sembrava di provare il nucleo centrale del significato della parola "okay". Ogni cosa era okay. **Ogni cosa** era okay! *Era già successa la stessa cosa a qualcun'altro?*

*A chi potevo chiedere? Ti sei mai sentito come io mi sento? Come mi sento? Distaccato... ma okay. Sì! Okay! Guardai su e giù per la strada quasi mi aspettassi di veder apparire la Dodge verde. Nulla!*

Più tardi incontrai un'amica ma ero riluttante a raccontarle quanto mi era successo. Temevo che avrebbe inquadrato il fatto in termini psicologici e questo avrebbe comportato una discussione che preferivo non dover sostenere proprio in quel momento. *Oltretutto, se improvvisamente scopri di essere andato 'oltre i confini', non ha molto senso sbandierarlo!* Mi unii semplicemente a coloro che finge-

vano di essere normali e diressi il mio corpo verso la classe. A occhi chiusi!

Il corpo si comportò bene e si mosse là dove lo dirigevo, ma a **un diverso livello** avevo la precisa sensazione di essere completamente al di là di spazio e tempo e di non muovermi affatto! Guardare, vedere, tutto era okay.

• • • •

Estate del '72. Stavo partecipando a una seduta di counseling spirituale\* durante la quale mi veniva chiesto di andare indietro nel tempo (per l'esattezza 75 milioni di anni) per esplorare i miei ricordi di una vita passata riguardanti un terribile evento che doveva aver distrutto la civiltà nella galassia e lasciato mondi in rovina. *Verità o fantascienza? La caduta dell'uomo? Chi lo sa?*

A ogni modo, credo che ci si aspettasse che io piangessi o drammatizzassi o qualcosa di simile in modo da potermi liberare dal terribile trauma che aveva lasciato un segno profondo nella mia coscienza. Mi era stato detto che una donna, che aveva già fatto questa esperienza, aveva lottato per tre giorni contro il trauma ma alla fine era guarita spontaneamente dal cancro e aveva recuperato completamente la vista. Ecco perché ero entusiasta e pronto.

Dopo avermi informato brevemente sull'utilizzo che avrebbero fatto del denaro dell'iscrizione, mi diedero del materiale da leggere in relazione a quell'evento. La lettura era interessante, ma non successe gran che! Beh, per essere onesti non successe proprio nulla! Decisi che dovevo aver avuto un fortissimo blocco emotivo così da proteggermi, in modo subconscio, dall'orrore! Un trauma represso! Sapevo che era la cosa peggiore. Allora cominciai a lavorare di immaginazione in modo da creare la più orribile e spaventosa esperienza che potesse capitare a un essere o entità. Campi gravitazionali collassarono. Esplosioni nucleari. Tradimenti. Torture. Tremai. Cominciai a sudare freddo. Piansi. Gemetti, mi contorsi sul pavimento – almeno, una parte di me lo fece. Un'altra parte, la parte distaccata, osservava con interesse.

---

\* *Scientology*

Proprio nel bel mezzo di quello che doveva essere l'episodio più doloroso che mai avesse afflitto essere vivente, la parte distaccata di me cominciò a *chiedersi: Cosa succede se non creo la memoria di questo evento? Voglio dire, è solo la mia mente, giusto? Cosa succede se semplicemente smetto di creare questo ricordo?*

Nessuna difficoltà. Mi sembrava un consiglio appropriato. Mi rialzai e mi riassettai.

Perché stavo creando quel ricordo se tutto quello che volevo era liberarmene? *Ci penso su così che posso smettere di pensarci! Ma all'inizio non ci stavo pensando affatto! Da chi dipende, da me o dalla mia mente? La mia mente conosce qualcosa che io non conosco?*

Quando condivisi spontaneamente questa mia piccola intuizione, un Ufficiale dell'Etica (gli esercizi spirituali allora erano molto seri) mi disse molto severamente che stavo evitando la situazione e che avevo bisogno di ritornarci sopra in modo da smettere di fuggire. Obbedii docilmente e ritornai nella mia camera. Ma l'entusiasmo iniziale nei confronti della sofferenza aveva ricevuto un duro colpo. L'episodio mi insegnò due lezioni importanti: la prima fu che è necessaria soltanto una decisione per cambiare la propria mente; la seconda, di non cercare approvazione. \*\*

• • • •

Lasciai Los Angeles scettico nei confronti di tutti quegli insegnamenti psicologici che vogliono che

---

*\*\*Per correttezza verso Scientology di L. Ron Hubbard e la sua tragedia universale, bisogna ricordare che i primi filosofi greci credevano che un lasso di tempo trascorso in intensa contemplazione o l'osservazione di una tragedia rappresentata su un palcoscenico inducessero una salutare espiazione dei fardelli emozionali di una persona. In modo simile, nell'omeopatia, si dice che "simile cura simile" e che farsi un bel pianto possa avere un effetto terapeutico. Forse l'intento di Hubbard non era tanto, come credono i suoi seguaci, quello di far rivivere storicamente un evento, quanto piuttosto di praticare una sorta di terapia omeo-psichica.*

noi portiamo in giro il peso del nostro passato – forse rincantucciato nelle pieghe del cervello o immagazzinato elettrochimicamente in una qualche fusione di mente e cervello. Quanto concretamente vengo influenzato dal mio passato? Cominciai a chiedermi: se una certa cosa mi ha portato a fare questo, cos'è che mi ha portato a fare quella cosa? La parte distaccata di me, con la quale potevo entrare in contatto semplicemente sentendo in modo onesto "tutto è okay", era divertita all'idea che una qualunque cosa potesse costringermi a fare una qualunque altra – può Dio creare una pietra così pesante che neanche Lui può alzare? *Forse, pensai, se lo vuole.*

Fu così che un pezzo dei materiali Avatar scivolò al suo posto: il passato ti influenza fintanto che tu gli permetti di influenzarti. Alla parte distaccata di me che stava osservando, era perfettamente chiaro: **il passato e il futuro non esistono a meno che io deliberatamente (o per una impostazione automatica a priori) non decida di creare un ricordo o una immagine di essi nel momento presente. Il PASSATO non origina il presente; il PRESENTE è origine del passato ed è origine del futuro!**

**È già tutto qui, proprio adesso! Il presente è l'inizio del tempo.**

Allorché smisi di creare il passato, in un certo modo ringiovanii. Mi ritornò il desiderio di esplorare la vita di prima mano. Dentro di me sentivo la necessità esperienziale dei principi fondamentali. La vera ricerca! Non volevo più sapere: preferivo di gran lunga sperimentare! Era come se avessi studiato un'altra descrizione della vita, incurante del fatto che io ero vivo e che la mia coscienza era il laboratorio ideale nel quale cercare le risposte. Con questa comprensione, divenni amico di me stesso e iniziai a esplorare di prima mano la mia capacità di decidere e di sperimentare.

Cominciai a lasciar andare gli indottrinamenti riguardanti come ci si deve sentire e come ci si deve comportare. Ritrovai una sensazione profonda di responsabilità personale. Dopo dieci anni di studi spirituali, mi accorsi che tutto ciò che avevo studiato erano le convinzioni di altri – la mia mente era colma di ciò che altri avevano deciso o immaginato. Pensieri dalla forma di draghi che mi tenevano lontano dalla mia essenza divina.

Trovai il coraggio per azzardare le mie fantasie, le mie convinzioni. Ritornai sui miei passi e ricominciai da capo. Scartai ogni idea che avevo fatto mia per ottenere l'approvazione di qualcuno. Seguii la mia intuizione: essa mi suggeriva che più informazioni raccoglievo, più mi allontanavo dall'esperienza. Maggiori erano i motivi per cui qualcosa era vera, meno quella cosa era vera dal punto di vista esperienziale. Era liberatorio rendermi conto che non conoscevo nulla! Non più finzioni. Non più proseliti. Non più simulazioni. Non conoscevo più nulla! Però ero vivo!

Iniziai a sentire, decidere, fare. La mia filosofia e la mia esperienza della vita cominciarono a convergere.

• • • •

1982. Diedi via i miei libri, a centinaia, e mi sistemai in campagna: centosessanta acri sul versante sud di Buck Mountain, Stato di New York. Un vecchio muro di pietra (nessuno era in grado di ricordarsi chi l'avesse eretto) correva intorno alla proprietà. Coltivavo il cibo per il mio fabbisogno, imparavo carpenteria e attività rurali, barattavo, e leggevo *Organic Gardening e The Mother Earth News*. Sprofondavo in un metro di neve per raccogliere legna per il fuoco. Quando finalmente arrivò il disgelo primaverile, il fango era così denso che ti risucchiava gli stivali. Aiutai una mucca di nome Angel Starbeam Dreamer a dare alla luce un vitellino alle 4.00 del mattino: poi, con il sole che sorgeva alle loro spalle, guardai la madre e la sua prole barcollante – *Angel Star Dancer* – avviarsi alla fonte per abbeverarsi. Che quadro!

La famiglia crebbe. Maiali. Polli. Pavoni. Anatre. Oche. E due pastori tedeschi. La fattoria mi insegnò che c'è una differenza tra essere vivi, veramente vivi, e semplicemente sopravvivere.

Ora avevo dei giovani seguaci. Essi erano sicuri che io sapessi, poiché affermavo il contrario. Nemmeno essi sapevano, ma opponevano resistenza a ciò che io invece accettavo come dato di fatto. “Dicci cosa credere, Harry”. *Sono mai state pronunciate parole più pericolose di queste?*

Ma fintanto che mi aiutavano nelle fatiche quotidiane, erano benvenuti. Quando pensavano troppo, insegnavo loro a cercare la calma: “Chiudi gli occhi.

Cerca nella tua mente qualcosa che non è un pensiero. Concentrati sullo spazio tra i pensieri”. Alla fine i loro orizzonti mentali si schiarivano.

Le lezioni erano semplici: non interiorizzarti, lasciati assorbire da quello che stai facendo. Taglia la legna, porta l'acqua. Era Zen di campagna. Lo Zen celebra il fatto che tu non sai. La mente veniva disinserita e questo lasciava spazio ovviamente all'esperienze di vita. Taglia dell'altra legna. Porta altra acqua. Non lasciare che la mente vaghi... Sai quanto noioso può diventare lo Zen?

Riattivai la mente e cominciai a esplorarla. Forse poteva trovare qualcosa di utile da fare dato che lo stagno si stava riempiendo d'acqua e io avevo accatastato ad asciugare legna da ardere, abbastanza da sopravvivere alla prossima era glaciale.

Cominciai a dare sostegno psicologico alle persone che avevano problemi e imparai a osservare e ad ascoltare attentamente. I primi schemi mentali cominciarono a prendere forma. Piano piano sviluppai una tecnica. Era come il cordoncino che la ditta Purina cuciva intorno al bordo superiore dei suoi sacchi per il mangime. Se tiravi correttamente, il cordoncino si snodava facilmente, ma se sbagliavi a tirarlo si attorcigliava così strettamente che eri costretto a tagliare il sacco.

Quando la tecnica funzionava, diveniva semplice, aprendo così la strada a un concetto profondo: **Io creo la mia esperienza concordemente a ciò che credo.** Che teoria originale! Finora sembrava che tutti fossero partiti dall'ipotesi che le persone creano le loro convinzioni concordemente a ciò che sperimentano. *E se fosse al contrario?*

Ecco come potrebbe funzionare. Immagina un plasma universale contenente tutte le potenzialità che viene filtrato e modellato dalle tue convinzioni, come se ogni convinzione agisse in modo simile a quella di un filtro di sintonia in una radio ricevente, lasciando passare solo una certa banda di frequenze, di circostanze e situazioni. E proprio come la sintonia di una radio, le convinzioni tendono ad attenuare fortemente tutto quello che sta al di sopra o al di sotto della banda passante. Ciò che credi ti porta a concentrarti sugli elementi che, provenendo dalle infinite potenzialità, emergono nel primo piano della tua esperienza. Per esempio, se sei convinto

che sia pericoloso camminare nel parco di notte, sei portato a interpretare ciò che percepisci in funzione di quella convinzione. Lo stormire delle foglie si trasforma nei passi di un rapinatore. Le ombre celano pericoli inimmaginabili. Il tuo cuore accelera e tu vivi il parco come un posto pericoloso. Le aspettative che hai di essere vittima di qualche attacco, potrebbero addirittura essere forti abbastanza da indurre qualcuno piuttosto suggestionabile ad assalirti!

Hai mai sentito qualcuno dire, “Non so perché mi sono comportato così”? E se si fosse comportato in quel modo per il fatto che le tue convinzioni hanno creato le circostanze che sono poi state causa delle sue azioni? Sarebbe possibile? Hai mai agito in maniera spontanea ma rispondendo alle aspettative di qualcun’altro? *Prova a dare la tua mano a un altro con l’intenzione di stringere la sua.*

Una volta che la convinzione–filtro è installata nella tua coscienza, **le esperienze che vivi ti forniscono le prove a sostegno di ciò che credi.** Una profezia auto–realizzante. Ciò spiega come mai due persone aventi convinzioni conflittuali trovino, entrambe, le prove che dimostrano come le proprie convinzioni sono giuste mentre quelle dell’altro sono sbagliate.

• • • •

Quando sembrava che la tecnica non funzionasse, il tutto si aggrovigliava come il cordoncino intorno ai sacchi del mangime. Come inquadrare gli eventi casuali o gli interventi divini? E cosa dire delle vittime? E se ciò che sperimento non avesse alcuna relazione con ciò che credo!

Era possibile creare un’esperienza convincendosene per poi dimenticarsi di esserne stati convinti? Sì, credo di sì. Sono sempre stato consapevole di ciò che credevo? Forse no. Sapevo bene cosa dicevo di credere, ma era ciò a cui credevo veramente? Ciò che realmente credevo era la motivazione di ciò che dicevo di credere?

Prima di andare oltre, sapevo che dovevo arrivare a capire esattamente quali erano le mie convinzioni e quale effetto avessero sulle mie esperienze. In quale modo crediamo? Dove comincia? Qual è la meccanica delle convinzioni? Quanto durano? Ciò che credo o quando lo credo hanno importanza? **Quello** che credo riguardo le convinzioni e/o **come** ci credo modella le mie esperienze?

Mi arrovellai con un interessante problema di logica applicato alla responsabilità personale: **Io sperimento ciò che credo, a meno che io creda di no, nel qual caso non lo sperimento! Il che vuol dire che, in effetti, l’ho sperimentato!**

## Capitolo Tre

# Nella Vasca

Un giorno mia moglie Avra tornò a casa e trovò che avevo rimpiazzato la tavola in ciliegio della sala da pranzo con una vasca di isolamento sensoriale da 700 kg.

“Dov’è finito il ...Quella cos’è, una bara?” Il tono della voce fece piegare all’indietro le orecchie ai pastori tedeschi.

“Una vasca di isolamento sensoriale!” dissi orgoglioso. Le mostrai lo sportello e cominciai a spiegarle. Avevo letto qualcosa su queste vasche e avevo pensato, *che strumento prezioso per esplorare le convinzioni!*

La vasca non era altro che un contenitore di schiuma di polistirene indurita lunga circa due metri e mezzo e larga poco più di un metro. Era riempita con una soluzione acquosa contenente pressappoco 350 kg di solfato di magnesio. “L’acqua è così saturata di sali che il corpo galleggia senza alcuno sforzo. Perdi completamente il senso della gravità. La temperatura viene mantenuta pari a quella della pelle, circa 35°C, di modo da non percepire né caldo né freddo. È neutra. La vasca è così buia che non sei in grado di distinguere se hai gli occhi aperti o chiusi. Ovviamente è anche insonorizzata”.

“Quando sei dentro la vasca, galleggi senza peso; non hai sensazioni tattili, non odi suoni, non hai percezioni. Rimani semplicemente lì, completamente cosciente, privato di ogni sensazione esterna ed esperienza del tempo presente”.

“Hai intenzione di entrare là dentro?” mi chiese.

“Certo” e sorrisi allegramente.

“E chiuderai il coperchio?” Sia lei che i due cani sbirciarono dentro: l’acqua descriveva piccoli vortici mentre cercava di sciogliere un mucchietto di sali.

“Sì. Appena è pronta”.

“Per quanto tempo?” Mentre domandava guardava ansiosa la tavola da pranzo smontata in un angolo della stanza.

“Non lo so ancora”. Poi mi sembrò il caso di aggiungere, “non molto, probabilmente”.

Scosse il capo come quella volta che portai a casa per la prima volta una mucca da latte. “O—o—kay, Harry. Cerca di non affogare”. *Non nella mia sala da pranzo.*

• • • •

Nelle successive otto settimane, passai la maggior parte del tempo nella vasca. L’unica prova della mia esistenza erano le tracce asciutte di sali che andavano verso il frigorifero e il bagno. *Oh felici tracce.*

Una delle prime cose che diviene evidente durante la privazione sensoriale è che la mente è più che desiderosa di compensare ogni mancanza di input sensoriali. In realtà questi input tengono in qualche modo la mente focalizzata e sotto controllo, un po’ come un lenzuolo bagnato intorno a qualcuno fortemente agitato.

Quando gli input sensoriali del corpo vengono esclusi, la mente compensa e diventa contemporaneamente un circo a tre piste con organetti a tutto volume, una banda musicale e una vendita all’asta. È un’esperienza caotica che devi però superare per raggiungere la calma che si trova al di là della mente.

• • • •

Galleggio da qualche parte nel mezzo della confusione, certo che qualunque cosa faccia sia sbagliata.

Assomiglia un po’ a questo:

*Come faccio a distinguere se sono sveglio o se sto sognando? Cos’è reale e cosa è immaginazione? Dovrei meditare su qualcosa o lasciare semplicemente che accada? C’è qualcosa che dovrei fare? Forse dovrei prima leggere dei libri sull’isolamento sensoriale. No, non posso farlo dato che mi trovo già nella vasca. Ma sono nella vasca? Dove sono? Chi sono? Sono dentro o fuori il corpo? Quale corpo? Cerchiamo di trovare un punto di partenza. Partenza di che? Chi siamo? Non provo nulla.*

*Calmati, mi dico! Chi mi ha parlato? Siamo in due? Quanti me stessi possiedo? Uno assomiglia a mio padre. Cosa sta succedendo? Perché sto parlando con me stesso? Perché l’ho chiesto? A chi l’ho*

*detto? Sto ancora parlando con me stesso. Non so ciò che so senza doverlo chiedere o dire a me stesso? Eccolo, me lo sono appena chiesto di nuovo.*

*È incredibile! Assomiglia a una mia seduta privata di Thoughtstorm!\* Ma qui ci sono solo io. A chi l'ho detto?*

*Pazzia fulminante! Uomo impazzisce nella vasca.*

*Sono ancora nella vasca?*

*Ho dimenticato.*

*Sì, sto galleggiando in una vasca. Ma dove?*

*Non sto galleggiando in una vasca: sto galleggiando in una mente. Perché mi sono detto questo? Perché non lo so e basta?*

*Perché l'ho chiesto? Cosa sta succedendo qui? Come potrei non sapere? Mi arrendo.*

*Va bene, ciascuno dica quello che gli passa per la mente.*

*Qualunque cosa?*

*Nessuna resistenza.*

*Finché non arriviamo a una conclusione che soddisfi tutti.*

*Qual è la domanda?*

*Noi, chi sono?*

Alcuni giorni più tardi, la sottile percezione che c'è dietro la mente pensante cominciò ad attivarsi. Era come una sala con un complesso rock che suonasse a pieno volume, mentre in un angolo una radio portatile suonava musica classica con il volume al minimo. Non saresti stato in grado nemmeno di immaginare la presenza della musica classica finché la banda rock non avesse fatto una pausa. Questo è

quello che successe. La Mental Rhythm Band alla fine si stancò e fece una pausa!

Mi risvegliai a me stesso. Non il sapere, solo esperienza. Che sorpresa! Era quella vecchia parte distaccata del sé superiore che osserva interessata e priva di giudizio. “Come va?” mi domandai. Al solito la risposta fu, “Okay”. Dopo aver integrato questo nuovo punto di vista, cominciai a esplorare le deboli immagini di sfondo che circondano la mente pensante: esperienze resiste, concepimenti, nascite, traumi, morti. L'intera registrazione dell'esistenza di quello che pensavo di essere fluttuava come una bolla in un mare di consapevolezza inesprimibile. A un altro livello di esistenza io ero quel mare di consapevolezza inesprimibile.

Osservai manifestarsi l'illusione della materia e della separazione. Vite dopo vite. Vite all'interno di altre vite. Vite parallele che si scambiavano lezioni. E la consapevolezza inesprimibile, sempre-presente, osservava silenziosa dalla sua vacuità.

Le creazioni fluttuavano come bolle: ciascuna di esse conteneva e modellava una quantità a sé stante di consapevolezza – sé embrionali! Bolle collassavano, si fondevano le une con le altre fino a scomparire o a raggiungere quella quantità di coscienza sufficiente per poter affermare subitaneamente “**io sono**”.

In questo momento gli insegnamenti di Avatar si rivelarono, osservando la coscienza autodefinirsi dal nulla, crescere e diminuire in quel mare senza spazio di consapevolezza inesprimibile. Da questo punto di vista una forma-pensiero può essere percepita o appercepita (cioè percepita senza l'uso degli organi di senso). **È una cosa!**

Questa era un'altra idea rivoluzionaria! Sai per quanto tempo l'uomo ha studiato la coscienza partendo dal presupposto che non era fatta di nulla anziché essere fatta **dal** nulla? Qualcosa proveniente dal nulla – creazione primaria.

• • • •

Vi sono diversi livelli nel ciclo di attività della coscienza – differenti concentrazioni di definizione e consapevolezza. Per esempio, posso creare un'im-

\* *Thoughtstorm* è un marchio registrato di Star's Edge, Inc. È riferito a una tecnica utilizzata per creare sinergia di pensiero all'interno di un gruppo.

immagine mentale di albero – questo è un livello di attività della coscienza. Posso creare il fatto di farci qualcosa con quella immagine mentale – questa decisione appartiene a un livello diverso. Posso poi attuare la decisione di modificare l'immagine dell'albero e verificare o correggere ciò che ho deciso di fare. Questo è ancora un altro livello di attività della coscienza.

Col cambiare del punto di vista, cambia il carattere di ciò che si appercepisce. Da un livello di coscienza il tema del tempo appare così: io sono nel momento presente. C'è un passato e c'è un futuro.

Spostandosi su di un altro livello si vive solo il presente e in questo presente creo un'idea chiamata "passato", un'idea chiamata "presente" e un'idea chiamata "futuro". Piuttosto che essere un istante di tempo racchiuso tra un "passato" e un "futuro", "adesso" si trasforma in un ORA senza tempo che contiene queste idee sul tempo. Da questo livello il passato non esiste né mi influenza a meno che io non decida, o senta il bisogno, di crearlo!

Spostati su un livello ancora superiore e il concetto di tempo scompare del tutto. Tutto ciò che è, è stato o mai sarà si fonde in un segno unico, immoto, tracciato sulla consapevolezza infinita. Il tempo diven-

ta la sequenza nella quale contempliamo le cose. Da qui, la vita unificata è in grado di contemplare l'intero tessuto spazio-temporale dell'esistenza semplicemente come sé: **tutte le potenzialità si verificano simultaneamente.**

• • • •

Ebbi un'illuminazione. La verità è relativa al punto di vista dal quale viene percepita. Il **come** vedo qualcosa e il **punto dal quale** la vedo determinano la mia percezione della verità.

Ho provato una profonda compassione quando ho capito che tutti, ciascuno dal proprio punto di vista, guardano la verità. Credo che questa sia una comprensione fondamentale se vogliamo creare una società armonica.

Invece di chiedermi se qualcosa è vero o meno, potrei chiedermi: "Da quale punto di vista o da quale definizione di coscienza ciò è vero? Da quale punto di vista o da quale definizione di coscienza ciò è falso?"

La realtà relativa è la verità ultima! Se Albert Einstein avesse avuto una vasca, l'avrebbe capito molto prima.

## Capitolo Quattro

# Sto Ancora Galleggiando

Ancora galleggiando chiedi ai miei sé-bolle:

*Rocce e idee sono concentrazioni e frequenze differenti della stessa materia prima? Quale materia prima? Quali sono le possibilità? Sapere e non-sapere. Coscienza? Consapevolezza inesprimibile modellata da definizioni in campi di familiarità. La realtà è realmente nota? Esaminare coincidenze con il creare?*

*Stacca la definizione dalla materia prima e cosa rimane? Plasma universale? Materia priva di definizione. Materia senza confini. Consapevolezza non-dimensionale, atemporale priva di oggetto o contenuto. L'universo e la coscienza provengono dalla stessa consapevolezza che fa da sfondo a entrambi!*

*I presupposti preparano lo scenario. L'insieme di tutti i presupposti ... e la roccia? È solo un presupposto veramente solido? È possibile che "roccia" e "idea di roccia" descrivano solamente differenti concentrazioni di presupposti? Strati di roccia. Densità. Condensazione di presupposti. L'universo condensa a causa dell'intenzione deliberata della volontà consapevole.*

*E per quanto riguarda la mente? La coscienza? Pacchetti di consapevolezza separati da auto-definizione.*

*La mente fa sì che possiamo concentrarci sul mondo fisico. A un livello (in una delle bolle) tutti i presupposti coincidono con la mente, ma nello strato immediatamente superiore (la successiva bolla esterna) tutte le menti sono presupposti! Presupposti pensanti.*

*Cerchi concentrici! Namasté, Swami. Sto cominciando a capire. I presupposti si annidano uno nell'altro come coppe all'interno di coppe. Come bolle all'interno di bolle più grandi. Atomi nelle moleco-*

*le. Molecole in composti e così via...definizioni in un campo unificato di materia inesprimibile...che è consapevole.*

*Fintanto che nessuno mi chiede di spiegare qualcosa, so tutto. Sto uscendo in punta di piedi dal teatro dove l'universo sta giocando!*

*Teatrini di vita all'interno di altri. Rappresentazioni di pensieri tratti dalla mia vita. Non è necessario vestirsi per il teatro. Sono io che scrivo il copione. Sono io la star. Sono io il cattivo. Sono io il palcoscenico.*

*A un certo livello, segretamente, recito pure la parte del pubblico. La vita è davvero un evento straordinario!*

*Sono stato creato già con una mente? Cosa faccio? Desidero. Resisto. Che la mente sia solo registrazioni e distorsioni di ciò che ho desiderato o resistito? Presupposti che definiscono, conservano l'esperienza? Presupposti indossati automaticamente. Presupposti di base. Da dove vengono i pensieri?*

*Di tanto in tanto una goccia di condensa cadeva dallo sportello della vasca rimbombando orrendamente e lentamente ... ta-plum!*

*Desideri. Resistenze. Sono essi i motori che dirigo la mia vita quando non sono io a farlo. Essi favoriscono la creazione di presupposti. Questo è bene. Questo è male. I presupposti si trasformano in convinzioni. I pensieri vengono dalle convinzioni! Le convinzioni sono baccelli di pensieri. Le convinzioni maturano e quando vengono disturbate, sprigionano pensieri, dando loro la forma di bolle di coscienza trasportate nella consapevolezza finché non si dissolvono.*

*... ta-plum!*

*Sono una convinzione che crede! Sono ... UNA CREAZIONE ALL'INTERNO DEL CREATORE, UN CREATORE ALL'INTERNO DELLA CREAZIONE. Sono un ponte tra consapevolezza e creazione. Il cerchio di mezzo! Quello che lo Swami aveva fatto tracciare a me! Impacchetto la consapevolezza dentro una definizione e poi la indosso come un abito. Consapevolezza conservata perfetta.*

*tamente, che si risistema nel suo sé inesprimibile. Ritmo. Respiro. Vita. La mente pensa, lo sfondo decide! Trasferisciti sullo sfondo, vivi deliberatamente.*

Qualcosa cadde dal nulla. Una goccia cristallina, luccicante, vibrante di quasi-verità. Era semplice; era profondo. La vita è una danza della coscienza.

... ta-plum!

*IO SONO! Il pianto della coscienza appena nata. Consapevolezza definita. IO SONO. Esistere nel vero centro di sé. Esistere all'inizio dello spazio. IO NON SONO. La morte della coscienza. Consapevolezza liberata dalla definizione. IO NON SONO. Esistere oltre il confine della proprio sé definito. Vita e morte, una leggera increspatura dentro l'origine di ogni cosa.*

## Capitolo Cinque

# Appunti dalla Vasca

Durante tutto il periodo che ho passato galleggiando, tenevo sopra la vasca una vecchia macchina da scrivere e di tanto in tanto mi sporgevo dal portello e scrivevo alcune “quasi-verità” che non volevo dimenticare.

Conoscere intellettualmente e sperimentare sono due cose diverse. L'intelletto è un prodotto della coscienza e non è in grado di conoscere al di là dei limiti della coscienza stessa. Per andare oltre i limiti dell'intelletto bisogna sperimentare di prima mano senza valutazioni. La comprensione intellettuale non è altro che un gioco di pazienza portato a termine che descrive a parole una qualche esperienza.

Esperienza significa essere presente alle proprie percezioni, privi di definizione, aspettative o giudizi.

• • • •

Il ciclo della genesi è immaginazione, intenzione, creazione, percezione, esperienza ... ripetuto continuamente. Il tutto su uno sfondo consapevole, compassionevole, privo di spazio – il nostro sé superiore distaccato, la pura consapevolezza!

• • • •

Ci sono dei modi con i quali è possibile muoversi facilmente da una definizione di coscienza a un'altra. È possibile cambiare!

Il livello di idea IN QUALITÀ DEL QUALE guardi determina il livello di idea AL QUALE guardi.

Se vuoi, puoi scomporre ogni cosa in particelle sempre più piccole mentre contemporaneamente ti restringi assieme alla tua percezione. Oppure puoi espanderti e cominciare a guardare cose sempre più grandi. Zero e infinito. L'alfa e l'omega. Il cerchio interno e quello esterno.

• • • •

La consapevolezza definisce se stessa allo scopo di creare la coscienza. Penetrare e analizzare il contenuto della coscienza è comunemente noto come cercare di capire. Alla fine si arriva sempre alla conclusione che quella bolla significa questo quando vista da quest'altra bolla. Relatività.

La consapevolezza attende sullo sfondo, compassionevole, osservando con apprezzamento.

• • • •

L'attenzione rende una creazione più consistente e la attira nella nostra vita.

I giudizi nei confronti di una creazione fanno sì che venga desiderata o resistita.

Sia resistere che desiderare finiscono coll'attrarre la creazione, oggetto della propria attenzione.

Forza di gravità e attenzione sono probabilmente due diverse forme della stessa energia.

L'abilità di ricollocare la coscienza è la forma ultima di viaggio spaziale.

• • • •

È possibile ritornare all'origine di una creazione. Una volta lì, è possibile smettere di creare una creazione, semplicemente lasciandosi andare in uno stato privo di sforzo (discreare).

• • • •

La differenza tra consapevolezza e coscienza consiste nel fatto che la coscienza ha un contenuto, un'estensione sia nel tempo che nello spazio, e una forma. La coscienza è un universo di materia meno solida. E similmente allo sviluppo e alla decadenza dell'universo fisico – ma con un diverso cammino – la coscienza è soggetta a espansione e contrazione in funzione del suo allineamento con energie cosmiche. L'antico Tao!

Tra la coscienza normale di veglia e lo sfondo inesprimibile della consapevolezza priva di definizione troviamo gli anelli confinanti delle creazioni desiderate e resiste. Dotato degli strumenti appropriati, un essere può imparare a viaggiare tra questi anelli e raggiungere lo sfondo onnisciente e compassionevole dal quale il contenuto globale e finale e la forma della coscienza vengono appercepiti. Questa è l'illuminazione.

• • • •

Tutte le idee che abbiamo di noi stessi sono IN DEFINITIVA false. Ogni definizione asserita o resistita – chiamala io, identità, sé – non è ciò che noi siamo! È il risultato di ciò che siamo! È la bolla che abbiamo creato e dall'interno della quale agiamo. È

la definizione che indossiamo ed è essa che determina la nostra esperienza delle altre bolle. L'ego è lo sforzo di proteggere questa bolla.

Il sé è un'idea che la consapevolezza utilizza temporaneamente allo scopo di sperimentare altre idee. Il sé è un mezzo per partecipare a un paradigma. È possibile cambiare sé o addirittura andare completamente oltre ogni sé.

• • • •

Dai Veda: "Ciò che è dentro di noi è anche fuori. Ciò che è fuori di noi è anche dentro. Colui che percepisce una differenza tra ciò che sta all'interno e ciò che sta all'esterno è destinato a passare per sempre da una morte alla successiva". Da Avatar: "Trasferisciti sullo sfondo. Vivi deliberatamente".

• • • •

La Scala di Palmer:

Origine Inesprimibile  
 Consapevolezza (Luce)  
 Definizione  
 (Creazione/Discreazione)  
 Coscienza  
 Esistenza (Ora)  
 Spazio (Punto di vista)  
 Osservazione  
 Attenzione  
 Tempo (Durata)  
 Giudizio (Etichetta)  
 Emozione (Reazione)  
 Pensiero (Resistenza)  
 Noncuranza (Ignorare)  
 Identità  
 Dimenticanza (Ignoti)

Circostanze Casuali  
 Elementi (Materia)  
 Decadimento (Collasso)  
 Realtà Alternative  
 Origine Inesprimibile  
 Eccetera

• • • •

La dimensione della bolla è determinata dalla responsabilità che assumi e questa dimensione determina se qualcosa è al tuo interno o all'esterno. Le definizioni alla fine si integrano. Se scegli un livello di esistenza molto piccolo, infinitamente piccolo ogni cosa ti appare all'esterno. Corrisponde alla massima separazione dalla consapevolezza. Sei diventato una particella fisica!

Dall'altra parte, se scegli un livello di esistenza ampio abbastanza da contenere l'universo, allora l'universo è dentro di te.

• • • •

Spalancando lo sportello della vasca per l'ultima volta, venni inondato da un fiotto di luce. La mia pelle assomigliava alle prugne secche. La ricerca si era conclusa con successo. L'ultima domanda. Fine del paragrafo. La grande risposta! I colpi di pennello sull'ignoto erano miei!

Feci ondeggiare la vasca mentre scendevo. La condensa sulla parte superiore cadde come una pioggia di goccioline. Centinaia di ta-plum! Ciascuna di esse generò tre increspature sulla superficie dove avevo galleggiato fino a poco prima. Increspature che interagivano in un riflesso olografico dell'universo. Era un messaggio.

*Sì, Swami. Sono in debito. Prima di riunirmi a te, nella tua esistenza senza tempo, tratterò la strada per altri.*

## Capitolo Sei

# Estasi

Settembre 1986. Ho svuotato e smontato la vasca di isolamento sensoriale. Per molti aspetti si era rivelata uno strumento utile ma ora capivo che non era più necessario passare altro tempo al suo interno. Vedevo chiaramente che vi erano modi più semplici per raggiungere quell'elevato stato di consapevolezza, a lungo cercato, dal quale ogni esistenza si trasforma in un'esperienza profonda. Se qualcuno mi avesse detto: *sei fuori di testa*, avrei potuto rispondergli: *sì è vero*.

Vedevo ora la mente come uno strumento universale che può essere regolato, allineato e modificato. Non era più una prigione o una trappola. Ero, gioiosamente, sveglio nel nulla!

Come mi sentivo? Così come decidevo.

Decidere la forma e il contenuto della mia coscienza era altrettanto facile che spostare l'attenzione da un suono a un altro o da una scena a un'altra. Decidevo come definirmi. Potevo sperimentare ogni stato dell'esistenza che fossi in grado di immaginare, ogni stato che desiderassi creare. Naturalmente decisi di sentirmi euforico. Nel momento in cui lo creai, l'intero universo mandò un riflesso delle mie aspettative. Ero il coreografo in una sinfonia di estasi spirituale. Guardavo attraverso gli occhi ma percepivo con un cuore oltre ogni confine spaziale. Ciò che succedeva e quello che io ero, erano una cosa sola. Mi ritirai a Buck Mountain per esplorare questa nuova esistenza e per godermi uno stupendo autunno. Avevo il premio così a lungo cercato, quegli elusivi momenti straordinari di coscienza creati deliberatamente. Mi spostavo in qualunque luogo e momento io volessi creare. Bene in vista, la sempre mutevole espressione della

coscienza universale. Vedevo la fine del sentiero verso il quale ogni pratica spirituale ha cercato di condurre l'umanità, nel suo momento più puro del concepimento. Percepivo le possibilità e le trappole, le sale degli specchi che le parole possono diventare. Vedevo come una follia pur moralmente accettabile può distorcere anche il sentiero più nobile per trasformarlo nei solchi percorsi e ripercorsi dagli eserciti "civilizzati".

Conoscevo la più semplice delle verità. Esisto per il semplice fatto che affermo di esistere. Sapevo che la verità non è ciò che io o chiunque altro creiamo: la verità è che siamo noi a crearla. Comprendevo che la coscienza all'interno di tutte le creature viventi viene individualizzata solamente da **ciò** che esse creano, non dal fatto **che** esse creano. Al di sotto della definizione, al di sotto dell'illusione della diversità percepivo un sé universale che, sebbene ancora sonnecchiante, era unificato e unico. Oltre i palcoscenici sognanti della coscienza, oltre le creazioni di tempo, forma ed eventi, sperimentavo una totale compassione e un amore incondizionato per la vita. Potevo restare oppure tornare. La scelta dei bodhisattva!

Non ero nel mondo, né ero del mondo, ma tra ciò **che era possibile** una piccola bolla fluttuava. Essa conteneva l'universo.

Vedevo le foglie dei frassini danzare allegramente e tracciare pennellate di arancio e giallo nel vento. Galassie fluttuavano nell'universo. Una scintillante trama di creazione. Un'antica orchestrazione di convinzioni. Vi era unità e all'interno di quell'unità vi era contemporaneamente osservazione e movimento di foglie gialle e arancio. Non vi era alcuna separazione tra il guardare e il volteggiare.

E io sorrisi a lungo. Colui che viveva nella bolla, sorrise a lungo...

## Capitolo Sette

# I Primi Avatar

Novembre, 1986. Il primo gruppo di prova era composto da nove persone: mia moglie e il suo staff del Creative Learning Center. Gran parte di essi aveva tenuto e ricevuto numerose ore di psicoterapia regressiva – rivivere traumi, sciogliere il dolore, esprimere emozioni, ecc.

La maggior parte dei loro pazienti era soddisfatta ed aveva effettivamente ottenuto una diminuzione delle tensioni quotidiane. Di conseguenza erano comprensibilmente scettici nei confronti dei miei nuovi processi Avatar.

“Da dove hai tirato fuori il nome, Harry?”

“Esiste da tempo”, risposi.

“Non hai paura che qualcuno possa offendersi?”

“No, non lo credo”, dissi. *Solo quelli che si ritengono speciali*, pensai.

Prendemmo assieme il caffè mentre riassumevo loro quello che avevo fatto. Scoprii che pensavano già in termini di “la convinzione precede l’esperienza”. Vi era qualche resistenza, ma nello stesso tempo erano consapevoli che mi era successo qualcosa che mi aveva trasformato. Lo capivo dalle loro reazioni. La mia presenza aveva su di loro un effetto euforico senza che io ne avessi l’intenzione. Le loro idee preconcepite si sciolsero e si trasformarono gradualmente in genuina curiosità.

“Okay, Harry, se il tuo processo mi farà sentire così bene come tu sembri stare, io sono pronta”.

Mia moglie si offrì volontaria per iniziare. Salimmo nel suo ufficio dove le spiegai che, prima di cominciare il processo vero e proprio, volevo che facesse degli esercizi preliminari. Le chiesi di immaginare di porre etichette su degli oggetti.

“Etichetta quello” dissi, indicando il pomolo di una porta.

“Pomolo” disse, entrando nel gioco.

“Etichetta quello”.

“Telefono”.

“Etichetta quello”.

“Muro”.

Notai che per la maggior parte del tempo lei lasciava che fossero gli oggetti, che io le indicavo, a suggerirle come essere etichettati. La macchina da scrivere venne etichettata “macchina da scrivere”. La scrivania venne etichettata “scrivania”.

Continuai. Nel giro di pochi minuti si rese conto che stava riconoscendo le cose invece di etichettarle.

“C’è qualche differenza?” volle sapere.

“Tu che ne pensi?” risposi sfoderando la mia migliore identità di analista.

“Sì, c’è. Etichettare da più l’idea di – non lo so”.

“Origine?”

“Sì, eccolo. Origine!”

A questo punto etichettò il telefono “patata”, la libreria “oggetto 67” e il vaso di fiori “creazione numero 5”. Sottolineò il fatto che ora gli oggetti erano ancora più oggetti che parole. La stanza prese vita.

Appena si impadronì di questo esercizio, continuai con un altro esercizio preliminare, chiedendole di sentire la separazione tra lei stessa e gli oggetti che stava etichettando.

“Etichetta quello”.

“Sedia”.

“Bene, sei in grado di sentire la separazione tra te e la sedia?”

“Io sono io e lei è lei”. Notai che si lasciava prendere dal gioco e che questo cominciava a piacerle.

“Etichetta quello”.

“Libro”.

“Bene, sei in grado di sentire la separazione tra te e il libro?”

“Uh–huh!”

Ampliai l’esercizio mantenendolo però ancora sul primo livello. “Hai delle opinioni su te stessa che non ti piacciono?”

“Beh, credo di sì, qualcosa del genere”. Cominciai ad agitarsi prevenendo quell’invasione della privacy che normalmente segue domande del genere.

“Non dirmela”, dissi, “scegline semplicemente una e pensa ad essa”.

Ci pensò per un momento, poi disse, “Okay, ce l’ho”.

“Etichettala dall’origine”.

“Okay”.

“Bene, sei in grado di sentire la separazione tra te e l’idea?”

Mormorò sorpresa, “Hum–m. Io sono io e lei è lei! Giusto?”

Ripetemmo l’esercizio con alcune altre idee, includendo il suo stesso nome come etichetta.

“Come ti senti?”

“Consapevole. Ecco tutto. Non mi sento come se ci fosse qualcosa che devo fare”.

Continuai con il processo e le chiesi “Hai un’impressione del tempo?”

“Sicuro. Sta passando”.

“Etichettalo dall’origine”.

“Tempo!”

“Bene, sei in grado di sentire la separazione tra te e la tua impressione del tempo?”

Il suo corpo sussultò e lei cominciò a respirare più profondamente. Lentamente un profondo sorriso si

formò sul suo volto. “E questo è un esercizio preliminare?!”

La guidai lungo i quindici passi dell’iniziazione e nei processi confidenziali. Ci volle appena più di un’ora.

La lasciai seduta sorridente nel suo ufficio mentre guardava un raggio di sole sulla mano che lei muoveva lentamente. Era rilassata e i suoi occhi erano umidi. Ero sorpreso dalla sua straordinaria bellezza.

Ciascuna delle tre sedute successive terminò in lacrime di gioia.

Nel pomeriggio cominciai gli esercizi con il quinto volontario. All’inizio la seduta andò bene ma a un certo punto ci incagliammo su un problema irrisolto. La persona lo descrisse come una condizione persistente che aveva già cercato di trattare con la terapia per dieci anni. Ascoltavo mentre la delusione e il fallimento le soffocavano la voce.

*È sprofondata nel centro di una creazione.*

Mi disse che per lei andava bene se ignoravamo questa condizione e prendevamo in considerazione qualche problema di minore intensità. Non voleva che il suo caso rovinasse i miei processi Avatar. “No”, le dissi. Era proprio quello che stavo cercando. “Esploriamo assieme questa condizione persistente e cerchiamo di ottenere qualche miglioramento se è possibile”.

*Può scordarselo di lasciare questa seduta con quella creazione.* Possedere degli strumenti in grado di aiutare qualcuno è confortante.

Scomponemmo la sua creazione pezzo dopo pezzo. Lei era meravigliata di non essere costretta a sprofondare per ore nel ricordo di traumi primordiali per localizzare la causa della sua condizione. “È proprio qui, non è vero? Io la sto creando!” Si meravigliò di quello che successe allorché si separò da quella esperienza resistita. “Posso sentirmi letteralmente cambiare! È un processo fantastico!”

Quando la seduta terminò, la condizione fisica era completamente risolta. Il volto era cambiato e lei stessa non sembrava più quella di prima. Era splendida. Mi abbracciò.

“A cosa ci è servita la terapia per tutti questi anni? Harry, questa sì che è una scoperta! Sento come se fossi appena uscita dal medioevo della mia stessa coscienza. È difficile credere quanto velocemente funzioni questa tecnica”.

Dopo altre sette ore tutti e nove i volontari avevano terminato i processi e stavano ridacchiando in salotto. Era stata una giornata straordinaria. Uno di essi stava sorseggiando una tazza di the mentre gli altri scoprivano di poterne gustare il sapore!

Dato che le loro identità individuali erano rilassate, intuitivamente operavano come una squadra. Non vi era traccia di atteggiamenti egocentrici. Non vi erano conflitti. Ciascuno terminava le frasi dell'altro senza che questi si sentisse interrotto o ferito. Preparavano sandwich collaborando spontaneamente in una catena di montaggio che avrebbe sorpreso Henry Ford. Quando finirono, lavarono i coltelli, misero tutto in ordine, pulirono il ripiano della cucina e disposero i sandwich sulla tavola. Era fantastico osservare la collaborazione. *Dopo aver tolto l'immondizia dalla mente, le persone cooperano intuitivamente. Che strumento per gli affari!*

Persone che non avevano fatto parte del gruppo di prova si avvicinavano spontaneamente. Sentivano un'attenzione e una cura particolare da parte dei volontari. Le strette di mano si trasformavano in abbracci e persino in abbracci ripetuti deliberatamente. Si respirava un'aria di familiarità. *Come dei jeans usati.*

Altri studenti arrivarono per le sedute serali ma non riuscirono ad andare oltre il salotto. Decidemmo di fare vacanza. Le persone sedevano sulle scale protendendosi per ascoltare i nuovi **Avatar** che si scambiavano le loro prese di coscienza. L'atmosfera era elettrica.

“Qualunque cosa pensi di essere, non è altro in realtà che il riflesso di te che lo stai pensando”.

“L'illusione consiste nel credere di essere o qualcosa o nulla. Non sei nessuna delle due cose”.

“Non è necessario che la coscienza operi secondo la logica delle leggi dell'universo fisico”.

“Sono i giudizi a far sì che le esperienze siano dolorose”.

“Quando accetti che altri possano guarire se stessi spontaneamente, anche tu sarai in grado di guarire spontaneamente”.

“L'idea che vi è una qualche realtà concreta alla quale dobbiamo adattarci e nei confronti della quale dobbiamo essere realistici è solo un'altra forma di paura”.

“Il rimpianto è una breccia nella fiducia del sé superiore. Vuol dire che smetti di fidarti che il tuo sé superiore stia creando l'esperienza di cui ha bisogno per il suo stesso sviluppo”.

Gli studenti erano affascinati e impazienti di porre domande.

“È necessario ricordarsi del proprio passato per poter cambiare le proprie convinzioni?” chiese uno studente.

“Solo se credi di doverlo fare!” rispose la donna che aveva trattato la condizione persistente. “Il passato è un'idea creata nel presente che serve a dare una spiegazione dei giudizi che abbiamo”.

“Mi potrà aiutare nei problemi che ho con mia moglie?”

“È la **tua immagine** di tua moglie quella con la quale hai dei problemi. E la tua immagine non dipende da tua moglie ma dalle tue convinzioni. Ma tu le puoi cambiare”.

La discussione ebbe un effetto di trasformazione sui nuovi arrivati. Ben presto non ci fu più bisogno di domande. Ogni persona presente sapeva quale sarebbe stata la risposta: “Tu cosa credi?”

La responsabilità personale resa semplice! Regnava la calma: condividevamo un punto di vista espanso dell'esistenza. Tutti i presenti percepivano il manifestarsi di un profondo mutamento della coscienza. Ci furono altri abbracci.

Nell'aria vi era una sensazione di presenza spirituale. Era come se fosse stata convocata un'intelligenza superiore. Un nuovo livello. Un risveglio. Un meccanismo di ingranaggi antichi cominciò a muoversi e un'onda di intuizioni si riversò nella coscienza collettiva. Quello che era cominciato

come un'esplorazione dei meccanismi della coscienza individuale aveva aperto degli orizzonti inaspettati. Una stupefacente quantità di complicazioni e di confusione cominciò a stemperarsi nella semplicità.

Fu ben oltre la mezzanotte che il gruppo cominciò a sciogliersi. Era un momento storico. Nessuno dimenticherà il giorno della sua iniziazione come Avatar.

Ero molto soddisfatto di me stesso, ma il futuro mi chiamava, ricordandomi che la strada davanti era ancora lunga. Questo allora è il sapore del destino. In qualche modo dentro di me sapevo che il seme di Avatar sarebbe cresciuto. Andava coltivato con cura. Ero contento di quello che avevo realizzato,

ma nello stesso momento provavo una punta di tristezza nei confronti della vita contemplativa che mi lasciavo alle spalle.

Non avevo alcun dubbio ora sul fatto che l'umanità fosse più di una tribù di scimmie intelligenti. Troppo a lungo eravamo vissuti sotto una coltre fatta di segreti riguardo le nostre origini e il nostro scopo nell'universo. Ora la verità cominciava a fare capolino. Mentre spegnevo le luci, sentivo una connessione ... un sogno **allora**, una realtà **oggi**, legati gli uni agli altri, connessi attraverso i secoli.

Qualcosa che era andato storto si era raddrizzato da se stesso. Un incantesimo si era rotto. Una correzione di rotta a metà strada. Un voto era stato mantenuto.

PARTE II:

*Gli Insegnamenti*

## Preambolo

*Poco tempo dopo aver cominciato a studiare le persone, diventa evidente che molti hanno dimenticato di essere i più potenti e onniscienti creatori della propria vita. Si vedono persone che senza renderse-ne conto creano sofferenza per se stessi e poi cercano di darsi ragione di questa sofferenza scegliendone come origine il mondo. Si vedono persone che hanno ridotto il loro potere creativo al debole mormorio di mere suppliche per essere sollevate dalla paura e dalla sofferenza che riempiono le loro giornate.*

*Una pietra miliare nella ricerca dei materiali Avatar è stato lo sviluppo di una tecnica che mostra come le esperienze che viviamo sono in definitiva modellate dalla nostra coscienza e non viceversa. La tecnica poi, si è dimostrata anche uno strumento molto efficace per ristrutturare sia la coscienza che l'esperienza.*

*Avatar ha chiuso per sempre le spiegazioni obsolete delle terapie e delle ideologie del passato confermando l'antico sospetto sul potenziale creativo dello spirito umano!*

*E adesso mi rivolgo a te con il  
complice sussurro dell'amante  
poiché il mio meglio ti ama.  
Non hai fatto né puoi fare alcun  
male che io non condivida:  
Nulla può modificare il mio amore per te.  
Possano i pensieri che qui si  
formano amorevolmente ricordarti  
ciò che hai sempre saputo.  
Alle norme dell'uomo questo  
singolo verso si aggiunge:  
"La verità è ciò che tu crei essere che sia".*

*Attraverso queste parole vieni  
introdotto al Sentiero Creativo.  
Puoi voltare le spalle e abbracciare  
sistemi di credenze altrui, ma avendolo  
udito anche una sola volta, il sussurro  
non Ti abbandonerà più.*

## Capitolo Otto

## Evoluzione dei Sistemi di Credenze

**Convinzione:** s.f. **1.** Lo stato del credere; convinzione o accettazione che certe cose sono vere o reali. **2.** Fede, particolarmente in senso religioso. **3.** Fiducia o credito (Io ho fiducia nelle sue capacità) **4.** Ogni cosa accettata per vera; particolarmente un credo, una dottrina, un dogma. **5.** Opinione; aspettativa; giudizio (credo che verrà).

**SIN. convinzione**, nel gruppo, il termine di accezione più ampia, implica riconoscimento mentale di qualcosa come vero, anche se può mancare la certezza assoluta; **fede** suggerisce un'accettazione totale e indiscussa di qualcosa anche senza il supporto di prove o di ragionamento; **fiducia** implica sicurezza, spesso di carattere intuitivo, nell'affidabilità di qualcuno o di qualcosa; **confidenza** suggerisce anche una tale sicurezza, in particolare modo, se basata sulla ragione o sull'evidenza dei fatti; **credenza** suggerisce accettazione puramente mentale di qualcosa che in realtà potrebbe non avere affatto basi concrete.

La storia della civiltà è la storia delle convinzioni concepite o adottate da individui influenti. Ogni movimento politico, ogni religione, ogni filosofia comincia con l'affermazione convinta di una singola convinzione.

La convinzione iniziale compare, con ogni probabilità, come commento spontaneo. Maggiore è l'attenzione che essa attrae, più spesso viene ripetuta. *Stai lontano dalla tigre, altrimenti ti mangia.*

Se la convinzione viene ripetuta, si diffonde e acquista il valore di conoscenza. In quanto conoscenza può essere utilizzata per sostenere altre convinzioni. *La giungla non è un posto sicuro. Perché? Vi abitano le tigri.*

È così che nascono, come insiemi di conoscenze, i sistemi di credenze.

I sistemi di credenze appaiono come un processo evolutivo naturale: ma sono le situazioni che necessitano di soluzione a far sorgere tali sistemi o sono viceversa essi a **creare** le situazioni che necessitano di soluzione? La giungla è pericolosa a causa delle tigri o a causa delle convinzioni sulle tigri? Sono le aspettative che abbiamo sulle tigri a suggerire loro in modo non verbale come devono comportarsi? Esiste forse tra le creature una comunicazione dietro le quinte che coreografa le loro interazioni in accordo alle aspettative generate dalle loro stesse convinzioni?

Sfortunatamente, prima ancora che la gente comune avesse l'occasione di porsi queste domande, qualcuno scoprì quanto preziosi fossero i sistemi di credenze! Fintanto che si potevano convincere le persone ad averne bisogno, i sistemi di credenze potevano essere barattati con cibo, riparo o protezione. **COME-COMPORTARSI-CON-LE-TIGRI** (o altro analogo alle tigri, p.e. serpenti, fame, depressione, morte, ...) era un sistema di credenze prezioso fintanto che ci si poteva fidare che le tigri ricoprissero il ruolo di feroci predatori. *L'adozione di politiche di tipo spara-a-vista aiutò a eliminare le tigri mansuete che non si adeguavano alla parte.*

Nel corso del tempo, singoli individui, famiglie, tribù e infine persino organi di governo svilupparono un forte interesse personale sostenendo determinati sistemi di credenze. In molti casi il sistema di credenze divenne essenziale per la sopravvivenza economica del gruppo. Grandi organizzazioni vennero fondate sulla base della vendita dei sistemi di credenze (o dello status sociale ottenuto facendone dono). Nacquero religioni proselitiste. Coloro che si erano associati per tempo imposero tasse a chi non era organizzato. Architettura, arte e scienza si svilupparono al servizio dei credenti.

Affinché un'organizzazione potesse sopravvivere e prosperare, era necessario mantenere delicati equilibri fra "le tigri" e "le soluzioni per le tigri". Soluzioni troppo efficaci richiedevano la creazione di situazioni più rischiose e, quindi, più proficue. La paura nei confronti delle tigri venne sostituita da nuove e diverse convinzioni che dettero origine a malattie, carestie e feroci popoli nemici.

Cominciarono le guerre. Quando potere e influenza, conferiti a un gruppo dai propri sistemi di credenze, venivano erosi dall'introduzione di sistemi in conflitto, i giovani venivano duramente indottrinati con le convinzioni del gruppo e radunati in un esercito. Ogni studio dettagliato della storia è in grado di mostrare che il fattore fondamentale nei conflitti su questo pianeta consiste innanzitutto in una lotta tra convinzioni (in sostanza un litigio!).

Raramente le guerre si sono preoccupate di discriminare quali convinzioni avrebbero potuto creare la situazione migliore; sono state piuttosto una gara volta a selezionare coloro le cui convinzioni (come la prole) sarebbero sopravvissute. La verità di un sistema di credenze era determinato dalla ferocia dei suoi credenti.

L'ironia della guerra è stata che intere civiltà hanno combattuto per preservare sistemi di credenze che alla fine hanno comportato un'autodistruzione e un'oppressione di gran lunga superiore a quella provocabile dalla più mortale delle armi nemiche. Comparve il fascismo.

Le convinzioni salirono sul trono. La scuola dell'obbligo indottrinò a forza intere generazioni con convinzioni. Le convinzioni crebbero d'importanza fino a diventare più preziose della vita stessa. Chiunque si fosse rifiutato di combattere e di rischiare la propria vita per le convinzioni del gruppo veniva considerato un codardo.

Nulla superava in atrocità le battaglie combattute in nome della "verità". La gente non conosceva tregua quando combatteva in nome di un credo sacro. Nessuna pietà veniva mostrata, né era attesa, da colui che era convinto che l'onore della famiglia, della patria e la salvezza stessa della sua anima dipendesse dall'annientamento dei difensori di un credo erroneo: i nemici. Maggiore era il sangue versato in difesa di una convinzione, più sacra e influente essa diventava per le generazioni successive.

Più di una volta convinzioni sulla nazione, su Dio e sui bisogni economici hanno fornito la motivazione per guerre mondiali che hanno ridotto in cenere sia la civiltà del vincitore che quella del vinto.

Perché? Vi è qualche oscuro recesso nella mente umana nel quale nessuno osa guardare? Un luogo sinistro di convinzioni sacre? Un posto nel quale il dubbio non viene mai ammesso? Qualche convinzione di fondo che nessuno osa ammettere?

**"Io conosco la verità".**

• • • •

*Allora, cos'è la verità? Esistono verità inconfutabili? Diamo un'occhiata più da vicino ai sistemi di credenze.*

## Capitolo Nove

# Livelli dei Sistemi di Credenze

### SISTEMI DI CREDENZE DI TIPO UNO

I sistemi di credenze di Tipo Uno fanno affidamento sul richiamo emotivo alla paura, alla compassione, alla diffidenza o all'odio. "Fai meglio a credere, altrimenti...". L'introduzione, anche in forme differenti, delle seguenti due convinzioni garantisce la sottomissione ai sistemi di credenze di Tipo Uno :

Dubitare della verità del proprio sistema di credenze è una mancanza di fede o di onore.

Chiunque metta in dubbio le tue convinzioni agisce in modo ostile ed è motivato dal male.

I sistemi di credenze di Tipo Uno ledono intenzionalmente le capacità dei loro seguaci di osservare, discernere o ragionare. I membri che nutrono dubbi vengono invitati a fare ammenda attraverso atti autolesivi di contrizione o sacrificio.

Tranne coloro che sono molto dipendenti emotivamente, tutti alla fine sviluppano una insensibilità nei confronti della manipolazione perpetrata attraverso la paura e l'emotività propria dei sistemi di Tipo Uno. Gran parte delle persone che se ne allontanano conservano spesso vergogna e rimorso per il loro comportamento e la loro ingenuità.

Esempi di convinzioni di Tipo Uno:

- Non ti puoi fidare di \_\_\_\_\_
- Brucerai all'inferno se non \_\_\_\_\_
- Sei stato vittima di \_\_\_\_\_
- Non sei tu origine, perché l'origine è \_\_\_\_\_.

### SISTEMI DI CREDENZE DI TIPO DUE

I sistemi di credenze di Tipo Due trovano credito facendo leva sui bisogni o sulle insicurezze delle persone. Essi consistono nei rimedi per le tigris o nelle convinzioni-soluzione di cui abbiano detto in precedenza. Grazie a questi sistemi è possibile spiegare in modo logico le abitudini sociali delle persone, la conoscenza che viene trasmessa senza discussione, l'accordo collettivo e ampiamente condiviso su ciò che è vero. I sistemi di Tipo Due spesso contengono convinzioni stoiche sull'ineluttabilità della sofferenza.

Per i loro adepti, i sistemi di Tipo Due sono spesso trasparenti (invisibili). Raramente le convinzioni sulle quali si basano vengono messe in dubbio. L'accordo collettivo dei membri dà origine a una dottrina invisibile, forse di natura telepatica, che viene percepita come insieme di fatti concreti. Coloro che si permettono di mettere in dubbio tale accordo vengono espulsi dalla società o considerati pazzi invece che saggi o ostili.

È successo ripetutamente, almeno nel secolo attuale, che i figli dei seguaci dei sistemi di credenza di Tipo Due abbiano affermato la loro indipendenza ribellandosi alle convinzioni 'borghesi' dei loro genitori. Sfortunatamente questo atteggiamento li ha spesso resi preda emotiva di zelanti cultori di sistemi di Tipo Uno.

Esempi di convinzioni di Tipo Due:

- Talvolta devi fare delle cose che non ti va di fare.
- Certe cose non sono fatte per te.
- Faresti meglio a farti visitare da un dottore.
- Alle volte sono io origine, alle volte Dio.

## SISTEMI DI CREDENZE DI TIPO TRE

I sistemi di credenze di Tipo Tre fanno riferimento all'evidenza dei fatti. Di solito i credenti appartenenti ai sistemi di Tipo Tre si rifiutano di riconoscere il loro coinvolgimento in un sistema di credenze e preferiscono battezzarlo con il nome di scienza, tecnologia o insieme di evidenze sperimentali.

Spesso gli adepti di Tipo Tre sono fortemente attratti dal pensare o dal discutere. Molti di essi, per essere messi in grado di prendere almeno in considerazione un punto di vista esterno ai propri schemi, necessitano di un ambiente nel quale venga sospeso il giudizio e venga praticata un'ferrea disciplina per calmare il lavoro mentale.

Gli adepti più abili di Tipo Tre, coloro che fanno da punto di riferimento per quelli che aspirano a liberarsi dai modelli di Tipo Uno e Due, sono estremamente persuasivi e sono in grado di citare numerosi fatti a sostegno dei loro sistemi "oggettivi" di credenze. I credenti di Tipo Tre difendono la verità delle proprie convinzioni facendo forte affidamento sulle sensazioni fisiche (in particolare il dolore), sulle esperienze passate e sulle deduzioni logiche.

Dopo un attento esame, la loro verità non va oltre la semplice convinzione che certi eventi presentano una ripetibilità e una prevedibilità maggiore rispetto ad altri. La loro ipotesi di fondo è che un comportamento coerente, sia delle persone che delle cose, sia in grado di provare una qualche verità.

Può succedere che un credente di Tipo Tre senta diminuire l'attaccamento verso "ciò che è giusto" e di conseguenza, da una prospettiva diversa, cominci a intuire che certi fatti non sono null'altro che convinzioni base di una singola sfera di realtà fluttuante nell'infinito mare delle possibilità. È un instante in cui veramente comprendiamo i paradigmi.

*Questo è quanto spesso succede a individui che frequentano il corso Avatar.*

Esempi di convinzioni di Tipo Tre:

- A ogni azione corrisponde una reazione uguale e contraria.
- Vedere per credere.
- Tutto è relativo.
- Grazie alla conoscenza io divento origine.

## SISTEMI DI CREDENZE DI TIPO QUATTRO

I sistemi di credenze di Tipo Quattro contengono convinzioni create intenzionalmente. Esse vengono create affinché coloro che le creano possano acquisire esperienza, nuove prospettive e, in ultima analisi, la certezza di essere origine illimitata. Questo è il sistema di credenze degli dei. Avatar è un sistema di credenze di Tipo Quattro.

I sistemi di Tipo Uno, Due e Tre rappresentano vari gradi di ignoranza dell'esistenza dei sistemi di Tipo Quattro. I sistemi di Tipo Quattro stabiliscono le regole e delimitano il campo di gioco per i sistemi degli altri tipi.

Di solito i sistemi di Tipo Quattro sono temporanei e mutevoli dato che essi non intendono rispecchiare realtà incontrovertibili. I materiali Avatar contengono istruzioni e strumenti che possono essere usati al fine di creare, gestire e sperimentare gioiosamente e in modo deliberato le numerose sfaccettature delle convinzioni di Tipo Quattro.

Coloro che aderiscono ai sistemi di Tipo Quattro considerano le loro convinzioni, così come quelle degli altri, come matrici della realtà esperienziale.

I credenti di Tipo Quattro impiegano le convinzioni con lo scopo di creare consapevolmente delle esperienze. Essi credono con lo scopo di sperimentare. Sono inclini ad apprezzare e a rispettare sistemi di credenze diversi, ma raramente ne prendono le difese. Essi cambiano frequentemente le loro convinzioni in modo da esplorare nuove possibilità e nuovi aspetti dell'esperienza.

*Quale esperienza ti piacerebbe esplorare?*

Esempi di convinzioni di Tipo Quattro:

- Tutto mi va sempre per il verso giusto.
- La vita mi insegna ciò che ho bisogno di imparare.
- Intuitivamente faccio le scelte giuste.
- (Inventane una tua!)

## Capitolo Dieci

# Riappropriarsi delle Proprie Matrici Mentali

“Esplorare” e “cercare” sono due atteggiamenti diversi.

Ritorna con la mente a quando eri più giovane e a un’opportunità che hai avuto di esplorare un nuovo territorio o una nuova esperienza. Eri tu a decidere dove andare e come muoverti. Non era entusiasmante? Un’avventura! Scoprire nuovi posti e vedere cose nuove procura brividi di eccitazione alla gran parte delle persone. Questo è l’ambito mentale di un esploratore, di un credente di tipo Quattro.

Poi, succede qualcosa di strano. Scopri che hai perso qualcosa di tuo. Forse una borsetta o un portafoglio, un coltello a serramanico o un gioiello. Qualcosa di personale, che ha valore per te. Perso! Dimenticato da qualche parte oppure ...? Cerchi nei tuoi ricordi, poi nelle tasche, quindi cominci a guardarti intorno.

Ritorni sui tuoi passi e ora sei nello stato mentale di uno che cerca. Guardi qui, cercando di ricordare. Guardi lì, la disperazione ti sta portando sull’orlo delle lacrime. Forse reciti persino una o due preghiere. Ti domandi: “Quando l’ho avuto in mano l’ultima volta?”, oppure, “Ora, cosa faccio?”

Adesso sei perso. La vita non è più un’avventura. Il brivido e l’entusiasmo sono soffocati dall’angoscia. C’è un filtro sui tuoi occhi che trasforma tutto in delusione. Nuove esperienze e potenziali opportunità si presentano, ma non sono quello che stai cercando.

Anche se ti riesce di trovare l’oggetto, il trauma della perdita può persistere. Se così è, interrompi l’esplorazione o la ricerca e cominci a diventare protettivo. Fino a quando una persona non ritrova il divertimento di esplorare, gran parte delle sue azioni volontarie saranno motivate dal desiderio di trovare, proteggere o evitare qualcosa.

Anche le convinzioni possono andare perse. Come? Diventando così familiari da venir dimenticate. Succede una volta che il fine o lo scopo è cambiato.

Quando l’obiettivo era di essere coccolato e curato dalla mamma, la convinzione “sono carino e indifeso” era preziosa ed efficace. Il crederla la faceva diventare parte del sé. Successivamente, quando l’obiettivo cambia, la convinzione viene dimenticata. Diventa trasparente. La persona, ora, percepisce e agisce attraverso di essa senza essere consapevole della sua presenza. Le persone perdono la consapevolezza delle loro convinzioni.

Maggiore è il numero di convinzioni attraverso le quali le persone sono costrette a percepire e agire, più difficile è per esse vivere nel modo che desiderano. Nel momento in cui si rilassano scivolano nello schema tracciato dalle vecchie convinzioni, p. es. “sono carino e indifeso” – sicuramente poco appropriata per un top manager. La perdita di consapevolezza nei confronti delle proprie convinzioni è responsabile dello stress e dell’auto-sabotaggio. Si possono trovare molte convinzioni dimenticate alle spalle di una vita fallita, di una relazione fallita o di una professione fallita.

Le convinzioni dimenticate formano una matrice invisibile che dà origine a emozioni e azioni e, senza capire il perché, creiamo o attraiamo le circostanze che le confermano.

Vi sono nella tua matrice convinzioni che non hanno più valore? È necessario che te ne liberi prima di poterti riappropriare dello stato d’animo naturale dell’esploratore. Ma, quali sono? Come trovarle?

*Come sei arrivato lì dove sei? Cosa hai fatto per cacciarti in questa situazione? Come ne esci? Cerchi di crearti una nuova vita ma, cosa succede? Viene sabotata e distrutta dalle convinzioni dimenticate. Come puoi allora progettare la tua vita?*

Avatar può aiutarti a trovare le risposte.

• • • •

Il libro di esercizi Avatar, *RiEmergere: Tecniche per esplorare la coscienza*, contiene esercizi che integrano il testo di cui sopra. L’esercizio sulle convinzioni trasparenti ti può aiutare a riappropriarti della matrice sottostante le tue emozioni e le tue azioni. Come gran parte degli esercizi Avatar è semplice da capire ma richiede, per essere eseguito con successo, coraggio e una eccezionale onestà verso se stessi.

Ma questo sarà il nostro prossimo argomento.

## Capitolo Undici

# Un Discorso a Tu per Tu sull'Onestà

Si dice che l'antico filosofo greco Diogene vagasse per le strade di Atene con una lanterna nella mano alla ricerca di una persona onesta. Dall'epoca di Diogene molti insegnamenti importanti sono noti come la Scuola Cinica\*. Ne deduco che il suo vagare è stato vano.

L'onestà è un argomento veramente delicato da trattare. In molte cerchie nessuno sarebbe così privo di tatto da menzionarlo. Pirati, criminali, imbroglioni e artisti della truffa proclamano ad alta voce la loro onestà. Non c'è da meravigliarsi quindi se è diventato un argomento che scredita colui che soltanto lo menziona!

Sono consapevole di camminare sul ghiaccio sottile del sono-più-santo-di-te, ma ritengo questo un argomento importante. Senza onestà verso se stesso, l'uomo sostituisce i suoi veri sentimenti con il pensiero razionale. In questo caso la domanda, "Cosa provi?" lo spingerà verso una speculazione intellettuale (*Cosa dovrei provare?*) piuttosto che verso l'esperienza concreta di ciò che è presente.

Una manifestazione disonesta di sentimenti cosiddetti "onesti" viene spesso utilizzata per ingannare, manipolare o camuffare finalità nascoste, per esempio *la tua sfiducia mi ferisce profondamente*. Trattare il prossimo in modo disonesto provoca invariabilmente una diminuzione del rispetto nei loro confronti. Gli amici che abbandoniamo sono quelli che abbiamo, a suo tempo, ingannato. Lo stesso vale per il rispetto che abbiamo verso noi stessi e i sé che abbiamo perso. La disonestà sta alla radice della proclamazione dell'importanza personale.

Sembra che siamo capaci di mentire facilmente riguardo la nostra onestà. Una parte di noi insiste

---

\*I Cinici credevano che le giuste azioni (coraggio) e il retto pensiero (onestà verso se stessi) fossero le uniche cose di valore. Credevano che la non-dipendenza dagli obblighi e dai piaceri quotidiani conducesse alla liberazione. Credevano che solo la giusta azione e il retto pensiero potessero salvarci dallo spreco della vita nel perseguimento di aspirazioni materiali.

automaticamente che siamo onesti senza nemmeno controllare ciò che diciamo o facciamo. Cogli un bambino in fallo e molto probabilmente le sue prime parole saranno "Non sono stato io!"

Sembra che sia più facile difendere le proprie azioni piuttosto che prenderle onestamente in esame. Siamo più veloci ad attaccare che ad ammettere. Ammettere richiede coraggio!

Essere onesti in realtà è una questione di coraggio – coraggio sufficiente per affrontare le nostre paure. Il coraggio va smarrito nella cortina fumogena dell'inganno che viene usato per giustificare la disonestà. Ogni qualvolta noi acconsentiamo al fatto che vi è una buona ragione per essere disonesti – privazioni, disperazione, depressione, ignoranza, vittimismo, ecc. – aumentiamo i motivi per avere paura di ciò che stiamo cercando di evitare. E che cosa è? Semplicemente questo: **la paura è una CONVINZIONE sull'inadeguatezza da parte nostra di gestire qualcosa**. E quella convinzione precede ogni concreto esempio vissuto di fallimento!

Allora, abbiamo il coraggio di affrontare ciò che temiamo? Questa è la prova più dura cui ci sottopone la vita – il fallimento porta a perdere la consapevolezza.

La mancanza di consapevolezza che nasce dalla paura è il motivo per cui le persone sono disoneste. La convinzione responsabile della paura può venir smarrita nella confusione o celata nella vergogna dell'umiliazione. È più facile evitare, dimenticare, rimbambirsi, e il bisogno di avere ragione sancisce ulteriormente la nostra ignoranza.

Che boccata d'aria fresca affrontare un'azione disonesta e ammettere, "L'ho fatto perché ho avuto paura. Punto!" Questo è il primo passo verso la scoperta della paura nascosta. Che sollievo! Non c'è più bisogno di lottare per cambiare il mondo o le circostanze o chiunque altro! Puoi lavorare su te stesso. Devi soltanto raccogliere il coraggio e cercare la **CONVINZIONE** che hai riguardo la tua inadeguatezza! Ce n'è almeno una alla base di ogni azione disonesta.

Questa che segue è un'importante osservazione che ha profonde implicazioni sul futuro del mondo: *quando le persone cominciano a gestire le loro convinzioni trasparenti e nascoste, diventano, in modo naturale, più onesti!*

**coraggio:** s.m. l'atteggiamento di affrontare e gestire una qualunque cosa ritenuta pericolosa, difficile o dolorosa anziché allontanarsene.

**inadeguatezza:** s.f. che non ha i requisiti necessari nei confronti di ciò che viene richiesto o ritenuto sufficiente.

**fingere:** v.tr. sforzo teso a sperimentare o mostrare qualcosa di diverso da quello che si prova o che si crede (riguardo se stessi, altri o situazioni).

*Fingere deliberatamente è un'abilità recitativa e non dovrebbe essere confusa con il compulsivo fingere-motivato-dalla-paura, che è una forma specializzata di disonestà tesa a mascherare le proprie intenzioni. Le osservazioni che seguono vanno applicate alla finzione compulsiva.*

Il fingere compulsivo assorbe completamente l'attenzione e consuma le energie creative. Distrugge la motivazione e spiazzava l'intuizione. Riduce l'abilità di operare armoniosamente nel mondo. Crea uno stress interno che cerca uno sfogo. Talvolta il risultato è la malattia, talvolta la violenza.

Alla fine, la finzione compulsiva uccide l'abilità di trattare onestamente con gli altri o di essere onesti verso se stessi. Ogni volta che ci viene detto o che veniamo accusati di fingere, reagiamo mettendoci sulla difensiva o diventando critici. Inevitabilmente perdiamo il contatto con i nostri veri sentimenti. Coloro che fingono compulsivamente creano e mettono in atto false identità egocentriche e insensibili.

Queste persone criticano, spettegolano e attaccano di nascosto coloro la cui onestà mette in evidenza la loro finzione: alla lunga questo comportamento diventa coercitivo. Esse partono dal presupposto che anche tutti gli altri fingono, per cui gradualmente, i loro attacchi si trasformano in denunce.

Coloro che fingono compulsivamente sono persone fondamentalmente buone spinte, dalla paura, a compiere cattive azioni. Agiscono in base a motivazioni nascoste. Per diminuire i loro sensi di colpa proiettano sugli altri identità che meritano di essere imbrogliate, raggirate, derubate, mentite, ingannate o defraudate in qualche modo. Gran parte degli elenchi che contengono descrizioni di menti criminali, asociali, di peccatori, ecc., sono stati compilati da persone che fingono. (È saggezza non da poco vedere l'accusatore con un po' di sospetto).

Persone che non possono avere fiducia in se stesse fuggono dalla società. Si puniscono indirettamente riversando la loro fiducia su persone che di gran lunga meno di altre potranno ricambiarla.

Dopodiché, sostengono di essere stati traditi. In questo modo si alleggeriscono della propria responsabilità. Invece che sulla integrità personale, fanno affidamento sulla generale assoluzione di tutti i peccati: *lo fanno tutti!* Le loro vite private sono un vortice di relazioni sbagliate e progetti falliti. In ultima analisi la finzione rafforza la paura che intendeva nascondere.

*Non hai compiuto e non puoi compiere alcun male che io non condivida.*

Per quanto spiacevole sia da contemplare, la disonestà nella quale mi imbatto nel mondo è un riflesso delle mie finzioni. Pretendere che io sono onesto e che gli altri non lo sono non funziona. Questa è la trappola che attende al varco coloro che non vogliono divenire proprietari della disonestà presente nel mondo.

Siamo tutti disonesti fintanto che non operiamo compassionevolmente al fine di correggere la disonestà collettiva del mondo. Come? La minaccia di smascherarla e la punizione sono risposte semplicistiche. Un atteggiamento migliore per ciascuno di noi, nella nostra vita privata e nelle relazioni con gli altri, consiste nell'essere un coraggioso esempio di onestà – anche quando questo equivale a esporsi alle critiche e ai giudizi di coloro che fingono.

L'onestà è un sentiero che conduce alla felicità. Diventare onesti è un atto di rinnovamento di noi stessi.

Quando raccogliamo il coraggio e riprendiamo possesso delle nostre esperienze, e le vediamo e le percepiamo semplicemente così come sono, allora ci riappropriamo delle matrici della nostra vita. Affrontiamo le nostre paure e troviamo le convinzioni trasparenti dalle quali hanno avuto origine. Diventare più onesti nei confronti di noi stessi equivale a introdurre maggiore onestà nella coscienza collettiva del mondo e questo pone le fondamenta sulle quali diventa possibile edificare una civiltà planetaria illuminata.

Vivere onestamente porta a sentire e condividere – compassione ed empatia! La disponibilità a integrarsi con l'altrui coscienza è fonte di gioia. Attenzione e energie creative si fondono sinergicamente. Interrelazioni e nuove opportunità nascono spontaneamente. Nascono relazioni che appagano e che danno quella sicurezza che nessun ammontare di denaro, potere o fama può eguagliare. Una sana fiducia nasce e si sviluppa.

## Capitolo Dodici

# Punti di Vista e Natura dell'Essere

*“Conosciamo solo ciò che sperimentiamo. Ciò che sperimentiamo riflette una qualche realtà solida e immutabile? ... Conosciamo solo ciò che sperimentiamo.”*

-Conferenza Avatar, 1988

**creare:** v.tr. [dal latino *creare, fare*] **1.** far sì che venga in essere; manifestare; fare; originare; fare o progettare **2.** far sì che accada; dare origine; causare

**definire:** v.tr. [dal latino *definire, limitare*] **1.** a) determinare o porre i confini di ql.co. b) tracciare il contorno preciso di ql.co.; delineare **2.** determinare o stabilire l'estensione o la natura di ql.co.; descrivere esattamente (definisce i tuoi compiti) **3.** a) fornire le caratteristiche distintive di ql.co. b) costituire la differenza tra ql.co.; differenziare (la ragione definisce l'essere umano) **4.** stabilire il o i significati (di una parola, ecc.)

Una convinzione possiede definizione e dimensioni all'interno della coscienza. Credere crea la convinzione. Credere è la parte conscia del creare.

Le convinzioni hanno il potere di suscitare o filtrare impressioni o di interagire con altre creazioni.

Alcune convinzioni contengono punti di vista. Quando una convinzione contiene un punto di vista viene chiamata sé. L'identità o personalità del sé prende forma dalle caratteristiche della convinzione che lo ospita. Più definita è la convinzione, più definita è l'identità. Più la convinzione è flessibile, più è flessibile l'identità.

Dietro il punto di vista troviamo la consapevolezza atemporale, aspatiale, priva di massa e di energia che sottostà all'intera creazione. Essa percepisce diventando la cosa percepita. In questa modalità percettiva non vi è separazione tra chi percepisce e la percezione stessa. La percezione equivale all'essere. E la consapevolezza può essere qualsiasi cosa.

Le realtà emanano dai punti di vista. Punti di vista e realtà interagiscono e generano i fenomeni noti come energia, spazio e tempo.

• • • •

Un punto di vista già esistente all'interno di una realtà preesistente può definire una nuova realtà. Ma, se vogliamo mantenere l'ordine, le realtà definite all'interno di altre preesistenti devono rispettare i limiti delle realtà che le ospitano.

Una iniziale non-realtà (disordine) si manifesta quando viene creata una nuova realtà che viola i limiti della realtà ospitante. Perseverare in questa non-realtà è essenziale per l'espansione e la crescita.

• • • •

Molti punti di vista possono esistere simultaneamente all'interno di una singola realtà. Questi punti di vista possono essere o meno d'accordo sull'interpretazione della realtà: pertanto, all'interno di questa realtà condivisa, possono esistere varie interpretazioni della stessa.

Generalmente, stati di coscienza più ampi sono origine di stati meno ampi. I punti di vista si comportano come origini limitate, creazioni all'interno di altre creazioni.

• • • •

La struttura e il meccanismo dell'universo fisico possono venir estrapolati da queste considerazioni.

## Capitolo Tredici

# La Grande Separazione

Nello sforzo di suddividere la realtà in categorie, alcuni punti di vista danno origine all'idea di "realtà interna" e "realtà esterna" e creano una mente con lo scopo di poter discriminare a quale delle due appartengano le cose. Dopodiché quello che viene percepito come esterno alla mente diventa la realtà oggettiva mentre quello che viene percepito all'interno (appercepito) è la realtà soggettiva.

Questa separazione della realtà in oggettiva (fisica) e soggettiva (mentale) porta al presupposto (convinzione) che ciò che si trova nella mente corrisponde alla coscienza mentre ciò che sta all'esterno è qualcosa di diverso – un mistero. Tutto ciò induce a costruire una realtà che sembra essere indipendente da colui che la percepisce.

Il passo successivo, in questa grandiosa illusione, consiste nel concludere che la coscienza sia il risultato dell'interazione della persona con questa realtà fisica indipendente. Che trappola ben congegnata! Un mistero viene creato e poi il mistero stesso diventa origine del creatore del mistero!

È la trappola a suggerirci che siamo noi a decidere ciò in cui crediamo in base all'esperienza fatta di realtà definite precedentemente. Di conseguenza continuiamo a rimpicciolirci e a solidificare la creazione nella quale agiamo. Ne risulta un essere contenuto in una sfera solida, ben definita di realtà (cioè l'universo fisico).

Una creazione piuttosto ordinata e semplice questa della mente, salvo il fatto che una volta programmata dalla realtà fisica, riduce il potere personale di creare la realtà. Da quel momento in poi essa filtra la creazione delle realtà attraverso l'esperienza progressiva. La sedia non viene più vista come tale ma piuttosto, come la sedia preferita della mamma sulla quale amava sedersi la domenica per fare una chiacchierata con zia Agnes, o nella quale la nonna si dondolava mentre lavorava a maglia, o la sedia che papà ha comprato all'asta.

La realtà quindi diventa un'interpretazione personale molto più ancorata a ciò che è stato creato piuttosto che a ciò che viene creato. Ricordi e percezioni iniziano a mescolarsi in convinzioni sulla realtà. Questo ci porta alla considerazione che tutta la realtà è il risultato di realtà precedenti le quali sono il risultato di realtà precedenti ecc., il che ci riporta alla psicoterapia e alla Dianetica. *Ho paura dei gatti perché uno mi ha graffiato quando ero bambino. Il passato è responsabile per il presente. Quello che ho creato in passato crea quello che sono ora. Ammira, la grande illusione!*

Fermati! Alt! Vicolo cieco! Abbiamo perso il punto: **quello che consideriamo oggettivo ADESSO è il risultato di una speculazione soggettiva fatta ADESSO!**

Quindi tutto è consapevolezza definita – coscienza! Una matrice olografica che fa da supporto a impressioni specifiche, una delle quali viene chiamata realtà oggettiva, l'altra realtà soggettiva. Senza consapevolezza il problema della soggettività e dell'oggettività non esiste.

## Capitolo Quattordici

# Creativismo e Realtà

*“Io chiamo la mia filosofia Creativismo in quanto non tratta di realtà scoperta, bensì di realtà creata. Molte filosofie sono nate come conseguenza di una qualche esperienza o comprensione fondamentale dell’universo – non il Creativismo; esso infatti è stato creato dalla consapevolezza alla sua origine. Esso contiene il minimo numero di strumenti di cui uno ha bisogno per muoversi con autodeterminazione nel dominio della coscienza. Questo è il sentiero di Avatar.”*

–Conferenza Avatar, 1988

**esperienza:** s.f. [ex fuori + peri tentare, avventurarsi] **1.** il vivere eventi o situazioni; coinvolgimento personale o osservazione di eventi **mentre avvengono** **2.** qualsiasi cosa osservata o vissuta (un’esperienza che non dimenticherò mai) **3.** a) tutto ciò che è successo nella vita di una persona fino a oggi (non fa parte della mia esperienza) b) ogni cosa che un gruppo, delle persone in generale, ecc., hanno fatto o sperimentato. **4.** conseguenza, su una persona, di qualcosa o di tutto ciò che le è successo; reazione individuale alle situazioni, alle emozioni, ecc. **5.** a) attività che comporta addestramento, osservazione o pratica, e coinvolgimento personale b) la durata di tale attività c) conoscenza, abilità o padronanza risultante da essa – **sperimentare** v.tr. fare esperienza di ql.co.; avvicinare o sentire personalmente; avere a che fare con ql.co.; affrontare

Crederne definisce le realtà: sperimentare le dissolve. Questo è il ciclo della creazione.

La realtà è adesso e comincia e termina con te!

La creazione comincia con un’affermazione (convinzione primaria) che definisce una realtà. La realtà viene (o subito o più tardi) sperimentata dal creatore. L’intervallo tra l’affermazione della con-

vinzione primaria e la conclusione dell’esperienza definisce il tempo.

Nella misura in cui il creatore si appropria **volontariamente** e apprezza la sua creazione, l’atto del creare si perpetua. Quando viene apprezzata, la creazione ritorna alla consapevolezza dalla quale è venuta. Ma quando il creatore si rifiuta di riconoscere la propria creazione (a causa di un vuoto di memoria, rifiuto, giudizio, invalidazione, ecc.) e si rifiuta di sperimentarla, la sostanza e la forma della creazione persistono.

Il motivo per cui il creatore non riesce ad apprezzare una creazione è che, nell’intervallo trascorso tra l’originazione e l’esperienza, il creatore passa attraverso un cambiamento del punto di vista. Dal nuovo punto di vista, la creazione non ha l’aspetto di qualcosa che abbia senso creare. Finché non si riprende il precedente punto di vista, la proprietà viene ricusata. Il nuovo punto di vista reagisce contro la creazione originaria dando origine a nuovi strati di convinzioni che vengono vissuti come piacere o come resistenza alla creazione originale. Questi strati ulteriori creano l’esperienza di ciò che è brutto o bello, ciò che è giusto o sbagliato, ciò che è adatto e ciò che non lo è. Questi strati ulteriori creano ciò che sperimentiamo come opinioni e giudizi nei confronti della creazione originaria.

Opinioni e giudizi ci allontanano ulteriormente dall’appropriarci e dallo sperimentare la creazione originaria. Essa pertanto, non essendo né posseduta né apprezzata, persiste automaticamente.

Tutta la confusione e tutti gli eventi casuali della nostra vita capitano a causa di questi cambiamenti nel punto di vista. La dimenticanza, per esempio, è una conseguenza del cambiamento del punto di vista. Diamo origine a una convinzione che vogliamo sperimentare ma a causa dell’agitazione della nostra mente, prima di poterla sperimentare cambiamo punto di vista, cambiamo idea e originiamo una nuova convinzione. Questa nuova convinzione si sovrappone a quella originaria. Realtà sopra realtà. Cosa sperimentiamo? Un po’ di questo e un po’ di quello, confusione ed eventi casuali.

Il punto di vista fondamentale ed essenziale del quale ci siamo dimenticati è quello di Creatore universale e primario.

Il primo passo quindi verso il punto di vista originario consiste nell'accettare che lì dove siamo è esattamente e soltanto lì dove siamo. Per cominciare a rimettere ordine nella nostra vita dobbiamo riappropriarci e apprezzare – in modo continuativo – le circostanze nelle quali ci troviamo proprio ora.

Rendetevi conto che nel momento presente siamo esattamente là dove a suo tempo abbiamo deciso di voler essere. È del tutto inutile criticare a posteriori la saggezza di quella decisione. Allora aveva senso. Quando assumiamo la responsabilità della nostra vita, cominciamo ad apprezzare la saggezza di tutte le nostre creazioni e cominciamo a trovarvi preziose lezioni. Man mano che impariamo, la consistenza della nostra realtà comincia a cedere e a dissolversi, strato dopo strato, finché non emergono le convinzioni base che l'hanno creata.

Ora sappiamo quali potenti creatori siamo. Con gli strumenti messi a disposizione da Avatar possiamo agire dallo spazio nel quale siamo in grado di cambiare le nostre convinzioni, in modo da modellare l'attimo successivo. In questo consiste l'arte di vivere deliberatamente.

Col dissolversi dei giudizi e delle resistenze, la calma della mente diventa più profonda e noi recuperiamo la capacità di sperimentare le convinzioni di base che creano l'intera realtà.

Il sentiero è segnato chiaramente. Quando qualunque condizione nella quale ci troviamo viene sperimentata, il livello successivo di convinzioni si rivela. Quando questo livello viene sperimentato, il successivo appare, e così via. Le convinzioni si rivelano nel seguente ordine:

- convinzioni che creano le condizioni della nostra vita
- convinzioni su necessità e doveri
- convinzioni su responsabilità e proprietà
- convinzioni che creano identità
- convinzioni che creano il tempo
- convinzioni che definiscono la natura della materia
- convinzioni che definiscono il comportamento dell'energia
- convinzioni che creano lo spazio

## Capitolo Quindici

# Progettare la Nostra Realtà

**decidere:** v.tr. [*de* via da, da + *caedere* tagliare] **1.** Terminare (una lite, una disputa, ecc.) dando la vittoria a una delle parti o emettendo giudizio **2.** Chiarirsi le proprie intenzioni o raggiungere una decisione riguardo a ql.co.; stabilire (decidere quale cravatta indossare) **3.** Far sì che venga presa una decisione

**SIN decidere** implica portare a termine un periodo di incertezza, dubbio, discussione, ecc., chiarendoci le proprie intenzioni su un'azione, una direzione, un'opinione; **fissare** in più suggerisce che la forma, il carattere, la funzione, l'ambiente, ecc. di qualcosa sono stati stabiliti in modo preciso (il club decise di tenere una serie di conferenze e nominò una commissione che fissasse le date, gli oratori, ecc.); **stabilire** sottolinea il carattere definitivo di una decisione, spesso una alla quale si è arrivati per arbitrato, e sottintende il termine di ogni dubbio o controversia; **concludere** significa decidere dopo un attento esame o un ragionamento; **risolvere** implica fermezza nell'intenzione di condurre in porto una decisione (egli risolvette di andare a letto presto ogni sera)

Ad avere sufficiente tempo, ciascuno di noi diventerebbe consapevole che ciò che crediamo ha una conseguenza diretta sulla nostra vita. Sfortunatamente, a gran parte dei bambini questo tempo non viene concesso: invece, sin dalla tenera età, viene loro inculcato ciò che **devono** credere. Ne risulta che quello che talvolta **dicono** di credere (ovvero gli indottrinamenti) copre ciò che realmente credono.

Il vero dilemma dell'esistenza consiste nel decidere **ciò** in cui credere. Molte persone trascorrono l'intera loro vita evitando di prendere questa decisione. Molti di noi sono già profondamente indottrinati e ben instradati quando scoprono di avere la possibilità di decidere per se stessi. E sì che decidere è l'aspetto fondamentale del creare!

Alla lunga impariamo che le convinzioni, quelle veramente nostre, quelle nelle quali abbiamo **deciso**

di credere, le nostre **fedì**, fanno sì che creiamo o attraiamo le esperienze che le confermano. Le convinzioni che abbiamo accettato supinamente come parte dell'indottrinamento ricevuto possono sostenere una realtà già esistente, ma non saranno mai in grado di crearne una nuova.

La realtà consiste di esperienze che noi crediamo essere reali. Ciò che è reale può non essere necessariamente lo stesso per tutti.

Le fantasie sono le esperienze che non crediamo essere reali.

Fingere non è altro che resistere a ciò che abbiamo deciso di credere.

Il dubbio è il conflitto tra le decisioni nuove e quelle vecchie.

Ciò che crediamo e come lo crediamo determina la nostra realtà.

Affinché qualcosa diventi reale per noi, dobbiamo crederci. Affinché sia reale per altri, anch'essi devono crederci. La realtà resterà al di là del nostro controllo tanto quanto noi saremo incapaci di gestire le nostre convinzioni.

• • • •

*Noi sperimentiamo ciò che crediamo. Se non crediamo che esisteremo ciò che crediamo, allora non succederà, il che conferma la prima frase.*

Possiamo credere che ciò che esisteremo ci sorprenderà, cosa che poi generalmente succede. Possiamo credere che l'esperienza ci illuminerà, e probabilmente sarà così. Possiamo credere che dovremo cercare a lungo e duramente per vivere l'esperienza ... Possiamo credere che non la vivremo mai ... Possiamo credere che non ci sia nessuna esperienza da vivere ... Possiamo credere che non possiamo farci niente, anche dopo averla vissuta ... Possiamo credere che ciò che vivremo non sarà quello che ci aspettavamo di vivere ... Possiamo credere qualunque cosa ci faccia piacere, e nel momento in cui decidiamo di crederci senza ombra di dubbio, sarà proprio ciò che esisteremo come reale.

Così, dal punto di vista di origine, ogni percezione o creazione ricevuta sia direttamente che indiretta-

mente attraverso uno qualunque dei canali sensoriali, attraverso l'immaginazione, l'intuizione, la fede – in una qualunque dimensione – può essere sperimentata come vera o meno in funzione soltanto di ciò che crediamo deliberatamente. (Non è possibile percepire o creare qualcosa che non esiste, ma uno potrebbe credere che la percezione o la creazione non sia reale. Gli esseri umani limitano intenzionalmente le loro percezioni).

**Ne segue che la realtà è qualsiasi cosa che noi crediamo che sia!** (Fintantoché non vi sono conflitti con convinzioni precedenti).

L'unica cosa esterna alla realtà è l'origine inesprimibile. Ed è un'illusione creata dal linguaggio quella che ci fa apparire un interno e un esterno. In modo più preciso anche se più enigmatico, l'origine occupa una dimensione alogica che permea ogni cosa!

L'origine è consapevolezza senza definizione. Non contiene separazione né è contenuta. Non vi è differenza tra ciò che è creduto, ciò che viene sperimentato e la cosa che sta sperimentando. Consapevolezza senza definizione è un unicum dal quale sgorga la realtà. Il sé essenziale, che ciascuno di noi sperimenta essere, esiste come creazione interna a questa consapevolezza-senza-definizione. L'equazione minima per ciascuno di noi è: consapevolezza + creazione primaria = sé essenziale. "Io sono" è il modo in cui esprimiamo, generalmente, il sé essenziale.

L'identità è composta e definita da strati addizionali di convinzioni che vengono aggiunti al nostro sé essenziale!

• • • •

Quando le persone rinunciano a essere l'origine delle loro convinzioni, il loro passato prende il sopravvento diventando lui origine delle convinzioni. La responsabilità è riconoscerci origine sin da adesso. Incolpare significa cercare chi sia stato origine. Le persone possono diventare totalmente dipendenti dal passato allo scopo di trovare delle risposte. Rovesciare questo atteggiamento e riuscire a far sì che uno dia le risposte al proprio passato può diventare un potente processo di trasformazione.

Per molto tempo le persone hanno soppesato i fatti, analizzato e preso le misure per rispondere alla domanda "A cosa dovrei credere?". È chiaro ora che questa domanda era sbagliata. La domanda giusta è: "In che cosa voglio credere?".

### Esempi di convinzioni:

- Penso di essere nel giusto.
- I gatti sono creature.
- Sto malissimo perché ho mangiato troppo.
- Devi fare i sacrifici necessari.
- Stare male è una delle cose peggiori.
- Sono una persona tollerante.
- Mi ammalo facilmente.
- È duro guadagnare.
- Il denaro mi arriva facilmente.
- Ho paura di amare.
- Mi è difficile cambiare.
- Arrivo sempre tardi.
- È difficile perché ... .
- Ho fatto del mio meglio.
- (Non) sono una bella persona.
- Non è così facile.
- Sii realistico.
- Non funzionerebbe per me.
- Faccio quello che posso.
- Non sono stato io.
- Sono felice.
- Quello che credo non ha importanza.
- Alle volte le cose semplicemente succedono.
- I bambini sono fatti così.
- I governi sono corrotti.
- Non ho assolutamente fiducia nelle autorità
- Ogni cosa è una convinzione.
- Vi sono delle cose ancora più fondamentali delle convinzioni.
- Vi sono delle cose che non è possibile cambiare.
- Tutto può essere cambiato.
- È meglio vivere al nord
- È meglio vivere al sud.
- Vi sono delle cose per cui vale la pena combattere.
- Non vi è nulla per cui valga la pena di combattere.
- Ciò che credo non ha importanza.
- Persona più, persona meno che differenza vuoi che faccia.
- Siamo tutti importanti
- C'è differenza tra verità e convinzione.
- Non c'è differenza tra verità e convinzione.
- Avatar è troppo costoso per me.
- Non c'è nulla che (non) sappia fare.
- Così stanno le cose.

## Capitolo Sedici

# Verità Relativa ed Esistenza

*“Due filosofi camminano in una biblioteca lungo una corsia di scaffali. Alla fine della corsia, il primo filosofo commenta i libri che ha visto.*

*‘Cosa?’ dice il secondo filosofo: ‘Ma non sono i libri che ho visto io.’*

*E in breve i due cominciano a litigare. Perché?*

*A proposito, mi sono ricordato di dirvi che uno dei due filosofi è trenta centimetri più basso dell’altro?”*

• • • •

*“La veste in cui osservi influisce su ciò che percepisci come vero. La veste in cui agisci influisce sulle tue possibilità. Discrepanze tra percezione e capacità nascono come conseguenza di differenze nella veste in cui ...”*

Conferenza Avatar Wizard, 1991

Cose che diciamo essere vere a un certo livello dell’esistenza possono non esserlo a un livello diverso. Cose che vediamo essere vere da una prospettiva possono non esserlo da un’altra. Molti disaccordi e conflitti, soprattutto nella religione, nella filosofia e nella psicologia, sono dovuti **non tanto a ciò di cui si discute quanto a un disallineamento di prospettive e punti di vista.**

Pratiche ed esercizi che riescono a trasformare una vita a un livello di esistenza possono essere impraticabili o non avere alcun effetto a un livello diverso.

Conoscere lo schema di riferimento dell’osservatore è essenziale per valutare la verità di un’osservazione. Gli ubriachi alle volte vedono veramente conigli rosa!

Poiché le procedure Avatar di trattamento delle convinzioni sono direttamente indirizzate alla coscienza che le utilizza, esse si adattano automaticamente al livello di esistenza vissuto dalla persona.

Lo schema seguente descrive quattro livelli molto ampi di esistenza, la loro occupazione principale e che cosa credere, a questo livello, sortisce come effetto.

È facile organizzare in categorie o livelli più dettagliati quella che noi decidiamo essere l’esistenza. Possiamo definire e suddividere in categorie l’esistenza sulla base **dell’impatto o della certezza** con la quale la percepiamo (livello del corpo), sulla base **dell’accordo o del desiderio** espresso da altri punti di vista (livello dell’identità) o sulla base **del sistema o del metodo** col quale viene percepita (livello della coscienza). Possiamo discutere di realtà personali, realtà sensoriali o realtà concettuali, di somiglianze e differenze ma in ultima analisi in qualunque modo parliamo di un qualunque livello di esistenza, staremo discutendo sulle conseguenze delle nostre convinzioni.

Le convinzioni sono le lenti colorate che filtrano da tutto–ciò–che–è quello che vogliamo sperimentare.

Il corpo umano è il risultato di convinzioni. Il DNA è il risultato di convinzioni. Assieme essi creano una meravigliosa combinazione di convinzioni–lenti che filtrano il flusso di certe particelle ed energie per formare frequenze significative che noi percepiamo come realtà fisica. L’occhio umano riceve certe frequenze luminose, le orecchie sono regolate su una certa soglia di vibrazioni, ecc. E anche se siamo in grado di creare strumenti meravigliosi capaci di reagire a frequenze di vibrazione diverse da quelle per le quali è predisposto il corpo fisico, essi non fanno altro che trasportare tali frequenze nel ristretto spettro di quelle percepibili dal nostro corpo. Tutte le realtà le cui frequenze non sono state trasportate vengono perse da coloro che credono di essere in grado di percepire solamente al livello di esistenza del corpo.

In modo simile, ampliamenti di capacità e limiti sussistono sia per il livello di esistenza dell’identità che per quello della coscienza.

Livello di Esistenza	Occupazione Principale	Effetto di Credere
Consapevolezza (priva di definizione)	Creare e discreare la realtà	Credere produce la manifestazione priva di sforzo
Coscienza (che definisce)	Pensieri, osservazioni, impressioni	Credere produce una creazione o la stimolazione di creazioni precedenti
Identità (definita)	Valutazioni, preferenze e giudizi	Credere filtra le percezioni
Corpo (creazione)	Stimolo, rigenerazione e procreazione	Credere produce allineamento (verità) o conflitto (falsità) con una realtà preesistente

Prima di sperimentare Avatar, molte persone credono che eventi mentali quali telepatia, premonizione, déjà vu, intuizione e altre percezioni extrasensoriali siano ben al di là della loro portata. Avatar insegna alle persone come cambiare il proprio livello di esistenza e, di conseguenza, queste convinzioni limitanti. Esse riscoprono di essere libere di esplorare le infinite possibilità.

**Noi creiamo le possibilità credendoci fino a esserne nel mezzo, e dissolviamo le limitazioni sperimentandole fino a esserne al di fuori.**

• • • •

*È l'universo che si manifesta all'interno della consapevolezza, non il contrario.*

– Conferenza Avatar, 1987

Individui che condividano la stessa convinzione, sia essa creata o indotta, formano una coscienza collettiva che è in grado di definire e modellare il mondo.

Gli eventi che danno vita alla realtà quotidiana sono il risultato di una matrice di convinzioni che viene continuamente aggiornata con la somma vettoriale di ogni convinzione posseduta da ciascuno di noi. La realtà collettiva è la media delle intenzioni.

Così come aggiungere una singola goccia all'oceano altera microscopicamente il volume, la temperatura e le correnti, ogni volta che un individuo cambia le proprie convinzioni, cambia la matrice che dà origine alla realtà collettiva. Anche per la persona più isolata, ogni momento di gioia, ogni momento di tristezza, ogni gentilezza, ogni pensiero di critica somma le sue conseguenze alla matrice degli eventi del mondo.

Il domani si manifesta concordemente alle intenzioni presenti nelle nostre convinzioni collettive. Vi

sarà sempre tanta sofferenza e conflitto nel mondo quanta è l'ignoranza e l'intolleranza nella coscienza dell'umanità.

La missione di Avatar nel mondo è quella di catalizzare l'integrazione dei sistemi di credenze. Quando ci renderemo conto che la sola differenza tra ciascuno di noi consiste nelle nostre convinzioni e che le convinzioni possono venir create o discreate con facilità, il gioco tra giusto e sbagliato si spegnerà e avremo la pace nel mondo.

PARTE III:  
*Il Sentiero*

## Capitolo Diciassettesimo

# Espansione

Estate dell' '87. Sei mesi dopo l'esperienza con i primi Avatar mia moglie Avra e io fummo invitati in California per tenere il primo corso Avatar nella West Coast. Dovevano esserci undici iscritti ma poco prima di arrivare appresi che nessuno di essi aveva ancora pagato. Tutti aspettavano di sentire cosa avrei detto prima di prendere la decisione definitiva. La cosa mi colse di sorpresa poiché non avevo preparato nessun discorso introduttivo.

Un'ulteriore sorpresa mi attendeva all'aeroporto. Il nostro bagaglio era rimasto a Pittsburgh e l'amico che era venuto a prenderci ci disse che in aggiunta agli undici probabili studenti, c'erano altre cinquanta persone a casa sua in attesa di sentirmi parlare. *Che cosa gli racconto?*

Così, sporco, sudato e stanco, mi ritrovai appollaiato su uno sgabello in un salotto della California con sessanta estranei seduti sul pavimento intorno a me. Se mai i processi Avatar funzionavano, dovevano farlo ora. Chiusi gli occhi e passai qualche istante trattando i miei dubbi e il mio nervosismo. Appena applicai i processi, tutti i dubbi si sciolsero. Quando riaprii gli occhi ero consapevole priva di definizione. *Come va amici miei? Ho qualcosa di veramente speciale per voi!*

“Cercherò di descrivervi Avatar cercando di passarvi, il meno possibile, le mie convinzioni o i miei punti di vista. Vi dico questo perché il corso Avatar tratta le **vostre** convinzioni e i **vostri** punti di vista”.

Un silenzio immoto e totale accolse queste parole! Sessanta persone, due bambini e un cane e potevi sentire il ticchettio dell'orologio sul muro della cucina! Tutto era così calmo che alla fine il cane si spazientì e si lasciò scappare un mugolio soffocato. Sentivo di avere detto abbastanza. *Essi sanno. Lascia che ti sentano! Al di là delle convinzioni siamo parte della stessa consapevolezza. Sentila.*

L'atmosfera si fece più rilassata mentre la confusione della mente si chiariva. Avevamo raggiunto uno spazio al di là di tutto questo e ora eravamo amici. Ci amavamo. Gli occhi si riempivano di lacrime. Sorrisi dolci, sorrisi di accettazione. *Mi piace quel-*

*lo che provo. Siamo veri. Le maschere sono state deposte e noi siamo veri. Insieme, parte di un destino comune e più ampio.*

“Ciò che credete ha conseguenze sulla vostra vita. Il corso Avatar vi aiuta a stabilire la connessione tra ciò che sperimentate e le convinzioni che creano l'esperienza.

“Immaginate di iscrivervi a un corso dove oggetto di studio è proprio la vostra stessa coscienza. Noi forniamo gli strumenti di navigazione, una mappa in bianco e sostegno emotivo. Ma gli esploratori siete voi: siete voi a dover completare la mappa.

“Lo scopo è di assistervi sulla strada del ritorno a quel livello di coscienza nel quale siete origine consapevole, creatrice delle vostre convinzioni. Lungo la strada imparerete che ciò in cui credete non è importante tanto quanto il conoscere il modo in cui credere. In questo caso, comprendere il contenitore è più importante del comprendere il contenuto. Versa il contenuto! Meravigliati dell'ingegno che ha creato la coppa.

“L'origine creatrice è uno stato di esistenza privo di sforzo. Non confondetela con un atteggiamento o una identità che può sussistere in automatico e dare l'impressione di essere priva di sforzo. Lo stato di cui parlo è privo di sforzo, che accetta, indefinito. (Desiderare e resistere comportano sforzo. Accettare e apprezzare sono privi di sforzo). Da questo stato dell'esistenza siete in grado di sperimentare ogni cosa ed entro limiti molto ampi (forse privi di confini) di cambiarla a vostro piacimento.

“Questo è il livello di esistenza che noi chiamiamo Avatar, e abbiamo scoperto un percorso molto semplice e molto efficace che permette di raggiungere questo stato. Questo percorso è questione di pochi giorni sotto la guida di un Master esperto. Con la sua presenza e gli strumenti che vi insegna a usare, siete equipaggiati per affrontare l'esplorazione della vostra stessa coscienza.

“Il corso è organizzato in tre sezioni. La Sezione Prima è rivolta all'intelletto. È cibo per i pensieri. Vi viene chiesto solo di ascoltare, leggere od osservare e se lo desiderate, contemplare ciò che avete vissuto. Il suo scopo è di introdurre a una comprensione e a una connessione con una visione più ampia della vita.

“Successivamente con i materiali della Sezione Seconda cominciate a esplorare. Piccole spedizioni nel boschetto dietro casa della vostra coscienza. Brevi viaggi! Esercitate le capacità e gli strumenti specifici che sono necessari per gestire in modo proficuo ciò che già state sperimentando nella vostra vita. È un’opportunità per mettere ordine nei vostri affari prima che cominci la grande avventura.

“La Sezione Seconda chiarisce e rafforza un canale di percezione extrasensoriale dell’universo fisico del quale potreste essere già indistintamente consapevoli – è un sentire amplificato. È un sentire non-sensoriale che non richiede contatto fisico. Calma la mente e rafforza profondamente la sensazione di esistere.”

Tra il pubblico una mano si alza. “È come meditare?”

“Sì e no. Produce lo stesso tipo di quiete mentale della meditazione ma in modo interessante e molto più veloce. È come la meditazione nel senso che permette di raggiungere un controllo della mente – facendo sì che la mente si acquieti – ma, a differenza della meditazione, in modo più giocoso senza la lotta o il confronto. È la stessa differenza che c’è tra aprire una cassaforte scassinando la serratura o facendo uso della combinazione. Avatar è la combinazione.”

Al gruppo piace questa analogia. Molti di loro hanno passato un mucchio di tempo a scassinare.

“Un altro esercizio della Sezione Seconda sviluppa l’abilità di riconoscere, creare e cambiare i giudizi. Con questo sì che cominciate a rendervi conto degli atteggiamenti che si ripetono nella vostra vita.

“Noi sperimentiamo ciò che sperimentiamo in funzione dei giudizi che abbiamo, e i giudizi non sono altro che le convinzioni che usiamo per filtrare le nostre percezioni. Due persone possono vivere la stessa situazione in modo molto diverso. Per una di esse è drammatica e le rovina la vita: per l’altra non ha nessuna conseguenza. La differenza sta nei giudizi che le due persone hanno nei confronti dell’esperienza fatta.

“Il risultato ultimo di questo esercizio consiste nell’acquisizione della capacità di lasciar andare onestamente ogni giudizio che possiate avere nei con-

fronti delle vostre esperienze. Grazie a esso scivolate dentro queste esperienze resistite come se entraste in una vasca per fare un buon bagno caldo. Se finora avete lottato contro malesseri fisici o avete sofferto in un rapporto affettivo, mediante questo esercizio potete raggiungere profonde intuizioni e svolte decisive.

“La parte finale dei materiali della Sezione Seconda contiene strumenti ed esercizi che rimuovono le barriere o i blocchi con i quali potete aver limitato la vostra capacità di creare le realtà. Noi la descriviamo come ‘la sfida più impegnativa che uno abbia mai affrontato ridendo’. Vi procura crampi ai muscoli del volto per il tanto ridere e incrementa la vostra capacità di creare restituendovi il controllo sulla vostra vita.”

Nella mia mente vedo i volti sorridenti degli studenti che mi avevano ringraziato una volta terminato questo esercizio. I loro occhi umidi di pianto occupano un posto speciale nei miei ricordi. Mi ricordo anche, un po’ tristemente, il volto arrabbiato di uno studente che non ce la fece e tacciò Avatar di essere un inganno. Era bloccato ai comandi di una vita fallita e non era capace di lasciar andare la sua rabbia giustificante. *Oh beh, quando fare la vittima non gli sarà più di alcuna utilità, ritornerà. Un piccolo ulteriore sforzo e un po’ di onestà in più e anche lui ce la farà.*

Sento che è necessario un piccolo avvertimento nel caso siano presenti vittime croniche.

“Se i risultati che ottenete nella Sezione Seconda non vi soddisfano appieno, non continuate con la Sezione Terza. Non c’è nulla in questa sezione che ponga rimedio ai risultati scadenti ottenuti nella sezione che la precede. Se interrompete il corso e decidete, nell’arco della settimana successiva, che la Sezione Seconda non valeva i soldi che avete pagato, provvederò di persona affinché veniate rimborsati.” Sorrisi a me stesso. *È mai successo che qualcuno abbia venduto l’illuminazione con la garanzia soddisfatto o rimborsato?*

“Siamo arrivati alla Sezione Terza, il vero nucleo del corso. Questa Sezione inizia con una seduta guidata di iniziazione condotta da un Master Avatar. *E cioè me finché i nuovi Master non avranno terminato la loro preparazione.*

“L’iniziazione vi conduce in un viaggio attraverso alcune delle strutture di convinzioni più fondamentali e trasparenti della nostra coscienza. Trasparenti in quanto, anziché vederle, voi vedete attraverso di esse. L’iniziazione vi introduce esperienzialmente alle procedure e agli strumenti che potete utilizzare per gestire in modo auto-determinato la vostra vita. Di solito è un’esperienza illuminante e ricca di intuizioni che può lasciarvi per un po’ di tempo in uno stato euforico.”

*Sarei sorpreso se non rimaneste entusiasti ed euforici per il resto del giorno, ma non lo dico.*

“Dopo l’iniziazione diventate esperti nelle procedure Avatar individuali. Adesso siete pronti per l’esplorazione. Durante questa fase, con l’assistenza occasionale di un trainer o di un altro studente, incominciate a esplorare utilizzando i **processi Avatar**. Ogni processo prende in considerazione un’area di esperienze, di convinzioni o di atteggiamenti che possono impedirvi di apprezzare appieno la vita. Parlerò brevemente di ciascun processo.”

**Processo di Trattamento del Corpo** “Il primo processo si chiama Trattamento del Corpo. Questo processo produce degli effetti simili a quelli della vasca di isolamento sensoriale ma molto più velocemente e senza il rischio dell’isolamento o le possibili reazioni da panico. Venite aiutati a riconoscere le convinzioni che vi fanno identificare con un corpo fisico e, se lo volete, a vedere come funzionare in modo indipendente da esso. Sperimentate voi stessi come esseri spirituali e immateriali.”

Una coppia seduta in prima fila si scambiò un cenno d’intesa: capii che in quel momento avevano deciso di iscriversi al corso.

“Il Trattamento del Corpo vi aiuta anche a identificare percezioni e sensazioni indesiderate che a suo tempo avete voi stessi installato – con l’illusione che fossero loro a provenire dal corpo. Il risultato è che il corpo non viene più mantenuto fuori dal suo equilibrio da convinzioni o giudizi nocivi.

“Una volta che riconoscete e sperimentate di essere stati voi a installare nel corpo sensazioni spiacevoli siete in grado di rimetterci quelle che desiderate. Potreste sperimentare delle guarigioni sorprendenti.” *Sorprendenti – ho visto miracoli ma non voglio avere fastidi con l’AMA\*.*

“Un effetto collaterale avvincente di questo processo sono i sogni lucidi o controllati. Imparate infatti a entrare in uno stato di sogno cosciente senza addormentarvi. Alcuni studenti hanno detto di avere volato o fluttuato, altri di aver esplorato dimensioni alternative.”

**Processo di Trattamento dei Limiti** “Il secondo processo è il Trattamento dei Limiti. Avete mai percorso un sentiero di sviluppo personale o spirituale?” Molti alzarono la mano. “Allora siete consapevoli che noi poniamo limiti a noi stessi. Diciamo, ‘Non sono in grado di fare questo ... Non riesco a fare quello,’ e poi ci meravigliamo di non poterlo fare.

“I racconti per bambini parlano di una piccola locomotiva a vapore che ‘pensava di farcela’ e l’idea di ‘pensiero positivo’ è in giro già da un po’ di anni. Bene, questo che vi propongo è un nuovo modo di vedere l’argomento.

“Con il Trattamento dei Limiti eliminate limiti specifici che interferiscono con gli obiettivi che vi entusiasmano e vi danno vita. Probabilmente non sceglierete di trattare tutti i limiti dato che alcuni di essi servono per dare un centro alla vostra vita.”

**Processo di Trattamento dell’Identità** “Il terzo processo è chiamato Trattamento dell’Identità. Gran parte delle persone portano con sé un armadio mentale pieno di costumi che porgono alle persone che incontrano. ‘Ti spiacerebbe indossare questo costume per me?’ ‘Vorresti essere questa persona per me?’

“Quando andiamo d’accordo con le persone, generalmente vuol dire che esse sono disposte a indossare il costume che porgiamo loro e a nostra volta noi siamo disposti a indossare quello che ci viene porto.

“Vi è mai capitato che qualcuno abbia proiettato su di voi un’identità che non volevate indossare?” A questa frase il gruppo risponde con numerosi cenni di assenso.

“Quando voi, privi di costumi, giudizi o convinzioni-filtro, percepite un’altra persona, vedete in essa un essere spirituale. È un’esperienza molto commovente percepire un altro essere vivente senza distorsioni. È un atteggiamento compassionevole che alcuni hanno chiamato amore incondizionato.”

**Processo di Trattamento di Massa Persistente** “Il quarto processo si chiama Trattamento di Massa Persistente. Venite guidati dolcemente nel cuore delle vostre esperienze più resistenti. Vi mette in grado di eliminare desideri, atteggiamenti compulsivi, dolori o pressioni persistenti che fino a oggi sembravano al di fuori del vostro controllo. La prima seduta di Massa Persistente viene fatta con l’aiuto di un’altra persona. Questo processo è molto potente e produce stupefacenti cambiamenti nella vita.”

**Processi di Trattamento dell’Universo e della Coscienza di Massa** “Il quinto e il sesto processo vengono chiamati rispettivamente Trattamento dell’Universo e Trattamento della Coscienza di Massa. Applicate questi processi dopo aver risolto i vostri conflitti personali e quando desiderate aiutare la coscienza collettiva della vita.

“Una delle idee che per prima creiamo nella nostra vita è quella di essere qualcuno. In effetti, l’essere qualcuno è il risultato di una convinzione. Se prendete la consapevolezza e vi aggiungete una convinzione sul fatto di essere qualcuno otterrete un individuo. Potete rimanere individuo creando ulteriori convinzioni che vi separano ulteriormente dalla coscienza collettiva oppure, con le procedure Avatar, potete eliminare le convinzioni che creano separazione e sperimentare la coscienza collettiva. Siete in grado di cambiare ogni convinzione che avete e che vi tiene separati dalla pura consapevolezza creatrice – la **Volontà Consapevole**.

“Nel Trattamento dell’Universo imparate che, a un certo livello di coscienza, tutte le cose sono connesse. In un certo senso la coscienza individuale non esiste, esistono solo segmenti di coscienza collettiva. In questo esercizio operate per individuare i limiti che vi impediscono di riunirvi alla coscienza collettiva e di operare dal suo interno.

“Ovviamente questo è uno stato di realizzazione molto elevato e l’abilità degli studenti o il loro desiderio di utilizzare questa tecnica varia”.

**L’Ultimo Processo** “L’ultimo esercizio prende il nome di Ultimo Processo. Trovo che sia un nome molto appropriato. Viene fatto sotto la guida di un’altra persona.

“L’intero corso dura da sette a nove giorni, dipende da voi”.

Terminai l’introduzione invitando le persone a estendersi e a sentirmi, non con le loro mani ma con la loro consapevolezza.

Nella stanza sembravano tutti interessati. Chiacchierai con degli amici mentre provavo sollievo nel vedere una fila di studenti formarsi davanti al tavolo delle iscrizioni. Il giorno successivo cominciammo il corso con diciotto nuovi studenti!

Nell’arco di pochi giorni il gruppo aumentò talmente grazie a nuovi arrivi che dovemmo trasferirci presso un albergo: quella che era cominciata come una settimana sulla West Coast si allungò a dodici settimane di corsi per un totale di diverse centinaia di studenti!

Gli amici si chiamavano tra di loro dicendosi: “Abbiamo trovato quello che cercavamo! Corri, subito!” Uno studente venne dopo aver sentito di Avatar in una telefonata diretta al suo compagno di stanza. A un altro studente, durante una seduta medianica, fu detto di fare Avatar. Un terzo arrivò a causa di un sogno.

Poiché molti paragonarono l’esperienza di Avatar con il risvegliarsi, cominciarono a pensare a se stessi come Awakening Masters (Maestri del Risveglio). Gli Awakening Masters propagarono il suono di una sveglia da lungo tempo attesa. “Avatar è proprio quello che stai cercando”.

Gli studenti continuavano ad arrivare: ci seguirono fino a New York per portare a termine il corso.\*

*Mi chiedo quanti di essi abbiano provato quello che ho provato io quella notte in cui la Dodge verde mi attirò in Cubbly Park.*

---

\*Tra il 1987 e 1996, circa 40.000 persone hanno completato il corso Avatar.

## Capitolo Diciotto

# La Nuova Civiltà

Quanto segue è un estratto dal discorso di chiusura tenuto da Harry Palmer, Presidente di Star's Edge International, a un corso Master, 28 aprile 1990, a Nizza in Francia.

*Immagina 250 persone provenienti da 12 Paesi che per più di una settimana hanno vissuto fianco a fianco condividendo un livello profondo dell'essere, nel quale si prova soprattutto compassione, apprezzamento e gioia. Esse sono venute per imparare a trasmettere Avatar e passare la luce ad altri.*

... siete venuti da molto lontano e avete ancora una lunga strada da percorrere. Il mondo sta cambiando. La speranza si risveglia. È un buon momento per essere vivi. È un buon momento per nobili azioni e per partecipare a iniziative umanitarie. Per la prima volta al mondo, avete i mezzi e gli strumenti per creare una nuova civiltà. Questo è il dono che portate.

Le illusioni di grandezza deludono solo se rimangono incompiute. In caso contrario diventano atti nobili e importanti. Voi decidete ora come il futuro guarderà a questi giorni: ingannati dall'illusione o fondatori di una civiltà planetaria illuminata! È nelle vostre mani.

Domani riceverete i diplomi. Confido che abbiate trovato questi ultimi nove giorni illuminanti.

Dovete sapere che state aderendo a un'associazione mondiale molto potente che riunisce gli esseri tra i più esperti su questo pianeta. Sappiatelo, in modo da essere pienamente informati prima di assumervi questo impegno. Voglio esporvi ciò che Avatar propugna e ciò a cui si oppone.

Non è insolito che uomini o donne perseguano con fervore una nobile causa, abbraccino una idea elevata di virtù e mettano tutte le loro forze e il loro cuore per porre al bando qualche torto reale o immaginario ... per niente insolito che qualche gruppo o individuo proclami ad alta voce di essere

il difensore virtuoso di un insegnamento divino e creda che la sua condanna e il suo sdegno nei confronti del male condurranno alla salvezza del mondo. Per niente insolito. Proprio per niente! Ma, dopo cinquemila anni di fallimenti, è anche chiaro che così non funziona.

Ognuno può decidere che le sue idee sono virtuose. Ogni idea può essere agghindata in modo da sembrare virtuosa. Idee virtuose sono iscritte sulle pergamene e sui testi sacri. Alla fine diventano slogan su vessilli di guerra e vengono usate per giustificare atti insani, dei quali nessun singolo individuo si assumerebbe la responsabilità. Se lo facesse, verrebbe processato e condannato per omicidio! È così che giovani vite muoiono pur con la rettitudine da entrambe le parti.

Questo è ciò che non difendete. È molto meglio che sconfessiate Avatar mille volte piuttosto che lo usiate per giustificare il vostro comportamento. Non difenderete altra causa che la responsabilità personale.

Come membri della rete Avatar, opererete nel mondo ma ne rimarrete fuori. Ora sapete che siete qui per scelta e con una missione. Siete i redentori del mondo. Siete quelli che conducono al risveglio. Avete compreso che i problemi del mondo vanno risolti, in ultima analisi, là dove hanno avuto inizio – nella coscienza.

Operate verso l'integrazione che porterà alla discrezione di ogni confine, definizione di razza, prigione e catena. Operate verso una civiltà planetaria illuminata.

È vostra la scelta e vostra è la prerogativa di vivere adesso e di essere testimoni del progresso di Avatar nel mondo. Avete la possibilità di sperimentare, nell'arco della vostra vita, il raggiungimento di un'armonia a livello mondiale come non è mai esistita.

Quando un numero sufficiente di persone si renderà conto che l'unica vera differenza tra ognuno di noi consiste nelle idee e nelle convinzioni che noi creiamo, ci sarà un risveglio spontaneo su tutta la Terra e sapremo che noi tutti condividiamo un destino inseparabile. Quando la nostra vera natura trionferà – indefinita e sempre presente – tutti riconosceranno

che non esiste vittoria della quale non siamo tutti partecipi né perdita della quale non condividiamo il sacrificio.

In quanto Avatar ricordate chi siete e quello che non siete. Ricordate che non siete una cosa. Ricordate che non siete nessuna delle idee di nazionalità o razza per le quali gli esseri umani combattono. Non siete né espressione, né identità. Siete invece l'origine di queste e le vostre creazioni possono essere migliori.

Assieme potete nutrire gli affamati, proteggere l'ambiente e perorare la pace – questi saranno gli impegni che vi faranno trovare il tempo per diffondere Avatar e per creare un mondo illuminato. Ricordate che alla fine tutti questi problemi vanno risolti nella coscienza collettiva dell'umanità.

Ciò che propugnatate è l'equilibrio nel quale verranno a trovarsi tutte le cose. Dovete raggiungere questa quiete nella vostra vita e da quel punto condividere l'esperienza di Avatar.

Non tutti apprezzeranno immediatamente la vostra saggezza. Quando incapperete in qualcuno che non ascolterà le vostre parole, dovrete guardare più a fondo entro voi stessi per scoprire l'idea proiettata come sbagliata e l'idea che adottate come giusta, integrandole. A questo punto proponete nuovamente la vostra lezione. Quello che non potete ottenere dall'esterno, siete in grado di ottenerlo dall'interno. Non c'è più nemmeno il più piccolo dubbio: potete anticipare i festeggiamenti e celebrare l'alba di una civiltà illuminata.

Questa comunità di amici crescerà per sempre. È una gioia per te e un fulgido esempio di sanità per le generazioni future che faranno riferimento a questo periodo di trasformazione mondiale.

Personalmente, vi ringrazio per il tempo che mi avete dedicato e per la fiducia che avete riposto in me. Rimarrò per sempre fedele all'unione inespugnabile che condividiamo ora e che sono sicuro divideremo ancora. È la nostra forza segreta. Siamo uniti qui e ora, per sempre. Io vi amo.

## *Epilogo di Harry*

# Allineamento

Dal 1987 a oggi ho avuto l'onore di incontrare migliaia di studenti Avatar. All'inizio gli incontri sono un po' imbarazzanti – essi vogliono ringraziarmi per avere creato Avatar e io mi sento leggermente a disagio di fronte alle loro lodi. Ma l'imbarazzo lascia velocemente il posto a un sensazione di condivisione e a un mutuo e profondo rispetto. Due differenti espressioni della coscienza sono riuscite a superare gli ingombranti giochi della vita e si guardano reciprocamente negli occhi umidi. Non ci sono parole appropriate né mi sforzo di trovarne. Non c'è discepolo. Non c'è maestro. Due compagni, che provano una compassione nei confronti dell'umanità che li unisce in un legame indissolubile.

Ho visto questo legame formarsi tra studenti di differenti Paesi e differenti culture. Ho visto una comunità di compagni emergere da un mondo che

stava andando alla deriva in una nebbia avversa per creare un mondo di comprensione e cooperazione. I nuovi Avatar intuiscono l'entusiasmo. Viene spontaneo riconoscere il motivo per cui il destino ha elargito certi talenti o perché la vita ha favorito lo sviluppo di questa e quella abilità. Ciascuno di noi è una parte irrinunciabile di una stessa squadra!

Avatar ha indotto una mobilitazione dello spirito a livello mondiale. Quella che una volta era solo una speranza tenue e isolata che lottava contro le numerose convinzioni nella dominante autodistruzione dell'umanità, è diventato ora un punto di riferimento. È apparso qualcosa di valido.

Se, leggendo questo libro, hai avuto la sensazione che un impercettibile cambiamento abbia cominciato a intaccare la tua idea di ciò che è possibile, io sono soddisfatto.

Con infinito amore,

Harry Palmer