

# L'autoconoscenza

Brano tratto dal libro *ESSERE E DIVENIRE*,<sup>1</sup> pp. 249-250

**Fratello Orientale:**

*"Om Mani Padme Aum!"*

*Sii sempre te stesso, fratello caro. Questo insegnamento è il più difficile a seguirsi che ti sia dato, perché significa anche conoscere te stesso. Introspezionandoti devi imparare a conoscere ogni pensiero e desiderio; essi sono le cause di ogni separatività, quindi di ogni conflitto. L'autoconoscenza è una cosa molto complessa e, come tutte le cose complesse, deve essere affrontata con semplicità. Essa stabilirà in te la pace, ovverosia il silenzio, senza il quale non raggiungerai mai la Realtà. Ma questa conoscenza è molto difficile a realizzarsi se non ti applichi con volontà. Esamina ogni tuo impulso obiettivamente, risalendo, con l'esame dall'effetto alla causa, domandandoti il perché di ogni tuo desiderio o pensiero. A poco a poco essi ti appariranno nella loro vera luce, conoscerai te stesso e opererai una radicale trasformazione del tuo essere, non per divenire l'opposto di ciò che sei ma per intima convinzione e consapevolezza.. Sei abituato ad evadere il presente: e consolandoti nei ricordi del passato, e sperando nell'avvenire, e creandoti dell'illusione. Cessa tutto ciò; non rimandare nel tempo, perché tu sei il presente e, se non comprendi il presente, quale sei ora sarai nel futuro. Con la conoscenza di te stesso, raggiungerai un puro sentire, un puro pensare, cioè ogni pensiero- sentimento sarà vero e soprattutto tuo. Questo significa che non si deve sdoppiare il pensiero dall'ente pensante, ovvero trasformare il solo tuo pensiero, ma operare anche una radicale trasformazione del tuo essere, l'ente pensante,, senza la quale ogni parto della tua mente non sarebbe che una semplice ripetizione di teorie. Sei abituato a conoscere le cose comparandole con ciò che sai e che credi; ora cercando di migliorare te stesso senza la consapevolezza, non fai altro che cambiare l'unità di misura della tua mente, conservandole l'ottusità. Mentre, conoscendo te stesso, saprai quali sono i pensieri che esprimono la verità da te scoperta e quelli che ripetono le altrui verità; in sostanza sarai sempre te stesso, fratello caro. Queste parole esprimono una Verità, ma per te sarà una falsità se l'ente pensante non l'assimilerà, o piuttosto non si assimilerà ad essa.*

*OM MANI PADME AUM"*

---

<sup>1</sup> ESSERE E DIVENIRE NELL'INSEGNAMENTO DI DALI E DEL FRATELLO ORIENTALE. Scuola del Cerchio Firenze 77, (a cura di Vitaliano Bilotta). Roma: Edizioni Mediterranee, 1998.